

УДК 304.3

## МОТИВАЦИОННО – СМЫСЛОВЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СПОРТСМЕНОВ

**Волженина Дарья Сергеевна**

Студентка кафедры клинической психологии Алтайского государственного университета, г. Барнаул, Россия. ORCID 0009-0008-2337-3009. E-mail: [volzeginadasa@gmail.com](mailto:volzeginadasa@gmail.com).

**Чижова Екатерина Александровна**

Преподаватель кафедры клинической психологии Алтайского государственного университета, г. Барнаул, Россия. ORCID 0000-0002-9289-5272 (M, IP). E-mail: [chizhova001@bk.ru](mailto:chizhova001@bk.ru).

## MOTIVATIONAL AND SEMANTIC PREREQUISITES FOR PROFESSIONAL BURNOUT IN ATHLETES

**Daria Sergeevna Volzhenina**

Student of the Department of Clinical Psychology, Altai State University, Barnaul, Russia. E-mail: [volzeginadasa@gmail.com](mailto:volzeginadasa@gmail.com).

**Ekaterina Alexandrovna Chizhova**

Lecturer at the Department of Clinical Psychology of Altai State University, Barnaul, Russia. ORCID 0000-0002-9289-5272 (M, IP). E-mail: [chizhova001@bk.ru](mailto:chizhova001@bk.ru).

Следует цитировать / Citation:

Волженина Д.С., Чижова Е.А. Мотивационно – смысловые предпосылки профессионального выгорания у спортсменов. 2024. №3 (35). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2024\)3.11](https://doi.org/10.14258/zosh(2024)3.11)

Daria S.V., Ekaterina A.C. (2024). Motivational and semantic prerequisites for professional burnout in athletes. *Health, Physical Culture and Sports*, 3(35). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2024\)3.11](https://doi.org/10.14258/zosh(2024)3.11)

Поступило в редакцию / Submitted 30.06.2024

Принято к публикации / Accepted. 25.07.2024

**Аннотация.** Профессиональный спорт характеризуется следующими психологическими особенностями: ориентация на высокий уровень достижений, высокие эмоциональные и физические нагрузки, острота соперничества, публичность выступлений в соревнованиях. С данными особенностями связано внимание исследователей к влиянию психологических факторов на достижения спортсменов. Согласно исследованию, Дж. Раглин и В. Морган 47% спортсменов испытывали выгорание, а 81% из них признались, что это состояние было худшей реакцией на нагрузки во время тренировок и соревнований. Профессиональное выгорание спортсменов лежит в основе снижения результативности тренировочного и соревновательного процесса, травматизма, преждевременного ухода спортсмена из спорта.

Целью данного исследования стало выявление мотивационно- смысловых предпосылок профессионального выгорания у спортсменов.

В качестве методов исследования были использованы следующие опросники: «Шкала выгорания спортсмена» Е.И. Бериловой, «Мотивы занятий спортом» А.В Шаболтас, Тест смысложизненных ориентаций А.Д. Леонтьева, Опросник профессиональной мотивации в адаптации Е.Н. Осина.

Для обработки данных был использован T- критерий и пакет прикладных программ статистической обработки данных «SPSS». В результате проведенного исследования был сделан вывод, что в зависимости от мотивов занятий спортом, смысложизненных ориентаций, спортсмены могут быть в разной степени подвержены профессиональному выгоранию.

**Ключевые слова:** профессиональное выгорание, деятельность, спорт, мотивация, достижения.

**Abstract.** Professional sports are characterized by the following psychological features: orientation to a high level of achievement, high emotional and physical stress, the severity of rivalry, publicity of performances in competitions. These features are associated with the attention of researchers to the influence of psychological factors on the achievements of athletes. According to the study, J. Raglin and V. Morgan, 47% of athletes experienced burnout, and 81% of them admitted that this condition was the worst reaction to stress during training and competitions. Professional burnout of athletes is the basis for a decrease in the effectiveness of the training and competitive process, injuries, premature retirement of an athlete from sports

The purpose of this study was to identify the motivational and semantic prerequisites for professional burnout among athletes.

The following questionnaires were used as research methods: "The burnout scale of an athlete" by E.I. Berilova, "Motives for sports" by A.V. Shabolts, the Test of life orientations by A.D. Leontiev, the Questionnaire of professional motivation in adaptation by E.N. Osin.

The T-criterion and the SPSS statistical data processing software package were used for data processing. As a result of the conducted research, it was concluded that depending on the motives of sports, life orientations, athletes may be subject to professional burnout to varying degrees.

**Keywords:** professional burnout, activity, sport, motivation, achievements.

**Введение.** В работах, посвящённых эмоциональному выгоранию важное значение отводится мотивационно – смысловой сфере личности в возникновении данного состояния. Исследователи в последние годы всё чаще говорят о том, что синдром выгорания – это проблема личности, проблема смыслов, ценностей, характеризующихся изменениями в мотивационной структуре личности (Барабанщикова, 2015, Ильинский 2013).

Блок мотивации включает в себя: потребности, мотивы занятий спортом и цели. Исследователи спортивной мотивации говорят о том, что потребности и мотивы не всегда осознаются. Цели всегда являются результатом осмысления, представляя собой процесс, в котором человек стремится разрешить противоречие между требованиями, предъявляемыми спортом и своими возможностями, стараясь адаптироваться к спортивным условиям. В этом качестве цели являются регулятором активности спортсмена (Ильин, 2008, Левина, 2023, Kolokoltsev, 2021)

Согласно теории самодетерминации Э. Деси и Р. Райана профессиональная мотивация проходит ряд изменений, состоящий из: амотивации, внешней мотивации и внутренней мотивации. Внешняя мотивация наиболее конкретна, так как внутри нее происходят важные изменения, меняющие локус причинности поведения. Внешняя мотивация начинается с внешней регуляции. Внешняя мотивация включает в себя уровни регуляции деятельности,

различающиеся по степени интернализации мотивации. Экстернальная – это желание получить награду и не получить наказание. На этапе интроекции спортсмен лишь частично ощущает вою причастность к проблеме. Во время идентификации поведение становится частью самого субъекта. То есть деятельность осуществляется ради целей, выбранных осознано (Берилова, 2016, Akhmerova, 2015).

На стадии интеграции поведение уже становится своим и показывается другим людям, успехи и промахи уже присваиваются себе полностью, а поведение согласуется с жизненными установками. Несмотря на наличие внутренних факторов, это является внешней мотивацией, так как достижения в этом случае направлены на то, чтобы продемонстрировать их окружающим. Постепенно происходит переход к внутренней мотивации. Внутренняя мотивация ориентирована на рост и саморазвитие (Bocharin, 2022, Дидусь, 2004). Именно она позволяет человеку быть свободным, и при этом нести ответственность за свои действия. Когда переход к внутренней мотивации успешно состоялся, спортсмен получает удовлетворение от самих тренировок и выступлений. Процесс поведения органично интегрирован во внутреннюю психологическую структуру и освобожден от различных внешних влияний (Маслоу, 2007 Водопьянова, 2005).

Профессиональная мотивация тесно связана с выгоранием в спорте. Спортсмен, не имеющий внутренней мотивации больше подвержен «выгоранию» так же, как и спортсмен, который руководствуется только внешними мотивами (Bocharin, 2023, Гринь, 2009). К сожалению, попадая в спортивную среду, спортсмены нередко сталкиваются с ограничениями: длительные выездные соревнования, большая вероятность получения травм, сборы, большое количество тренировок и другие трудности, которые накладываются спортивной деятельностью и не дают возможности развития вне спорта, осознавая несоразмерность эффективности затраченных усилий и «стоимости» спортивной деятельности, теряют желание работать, выполнять профессиональные задачи и отказываются брать на себя ответственность (Садов, 2019, Leiter, 2015).

Согласно модели включенности в спорт Г. Шмидта и Г.Штейна эмоциональное выгорание является ответной реакцией на стресс и результатом отсутствия удовольствия от выполняемой спортсменами соревновательной и тренировочной деятельности. В качестве основной предпосылкой развития психического выгорания авторы выделили напряжение. При этом отмечается, что спортсмены, которые остаются в спорте ради удовольствия, но потом перестают заниматься, зачастую бросают спорт. В свою очередь люди, которые остаются в спорте по причинам, не связанным с удовольствием, такими как награды, похвала давление со стороны окружающих, чувство долга, вероятно, испытывают эмоциональное выгорание (Ворожейкин, 2021, Olusoga, 2019).

В спорте выгорание представляет собой сложную психофизиологическую реакцию, вызванную чрезмерными, но, зачастую, неэффективными стараниями, направленными на то, чтобы удовлетворить чрезмерные тренировочные или соревновательные потребности. Основная причина профессионального выгорания - конфликт между возможностями человека и требованиями, предъявляемыми к нему им самим и социумом, в связи с чем, возникает истощение (Маслоу, 2007 Водопьянова, 2005).

Структура выгорания в спортивной деятельности была создана психологом Т. Ридеком на основе концепции психического выгорания К. Маслач, однако вместо деперсонализации автором был введен компонент «обесценивание спортивных достижений». Модель состоит из трёх компонентов: эмоциональное/физическое истощение, которое возникает в связи с повышенной утомляемостью продуцированной именно спортивной деятельностью, уменьшение чувства достижения, которое формируется из-за снижения стремления достигать

высоких результатов в спорте и обесценивания достижений, заключающееся в снижении значимости достигнутых результатов. (Snezhitsky, 2022, Попова, 2022).

В результате появления вышеперечисленных признаков формируется физически, эмоционально и мотивационно истощающая спортивной деятельностью модель поведения, которая приводит к качественному и количественному изменению эмоционального реагирования на профессиональные ситуации.

Таким образом, мотивационные признаки профессионального выгорания являются проявлением внутреннего конфликта между идеализированными представлениями о спорте и реальными условиями. Изучение мотивационно-смысловых предпосылок эмоционального выгорания имеет важное значение, поскольку это может иметь серьёзные последствия для спортсменов. Возможность обнаружения признаков на раннем этапе позволит предотвратить дальнейшее развитие синдрома.

Гипотезами данного исследования стали:

1. В связи с особенностями спортивной деятельности у спортсменов могут актуализироваться различные мотивационно-смысловые предпосылки профессионального выгорания;

2. Внутренняя профессиональная мотивация ослабляет признаки профессионального выгорания спортсменов, а внешняя наоборот усиливает.

**Материалы и методы исследования.** Исследование было проведено с помощью платформы Yandex Forms. В исследовании приняли участие 35 профессиональных спортсменов командных и индивидуальных видов спорта (18-22 лет).

Для выявления психического выгорания у спортсменов была использована методика «Шкала выгорания спортсмена» Е.И. Бериловой. Данная методика является адаптацией зарубежного опросника, разработанного Т. Ридеком. Опросник разработан на основе теории психического выгорания К. Маслач и С. Джексон. «Мотивы занятий спортом» А.В Шаболтас для выявления доминирующих целей (личностных смыслов). Тест смысложизненных ориентаций А.Д. Леонтьева. Опросник профессиональной мотивации в адаптации Е.Н. Осина.

**Результаты исследования.** Для выявления распространённости синдрома выгорания среди спортсменов, был использован социологический анализ (рис. 1).



Рис. 1. - Анализ распространённости синдрома эмоционального выгорания среди спортсменов в %.

Исходя из анализа результатов шкалы выгорания АВМ мы видим, что около 33 % спортсменов имеют ярко выраженные признаки эмоционального выгорания. Остальные респонденты имеют средне или слабо выраженные признаки. Данные результаты свидетельствуют о том, что часть спортсменов могут испытывать психическое и физическое изнеможение, раздражительность и повышенную тревожность, собственную беспомощность в отношении спорта, а также отсутствие интереса к спортивной деятельности, снижение результативности тренировочной и соревновательной деятельности, трудности в межличностных отношениях. По мимо этого спортсмены, сталкивающиеся с эмоциональным выгоранием, имеют негативные установки, и оценивают спортивную деятельность как сферу предъявляющую чрезмерные требования к личности.

Для исследования был использован Т- критерий и пакет прикладных программ статистической обработки данных «SPSS» (табл. 1).

Таблица 1.

**Результаты корреляционного анализа по методике «Мотивы занятий спортом» А.В. Шаболтас и «Шкала выгорания спортсмена» Е.И. Берилова.**

Показатели		сниженное чувство самореализации	эмоциональное/ физическое истощение	обесценивание
Достижение успеха в спорте	Корреляция Пирсона	-,395	-,376	-,429*
	Знач. (двухсторонняя)	,054	,070	,036
	N	35	35	35
Социально-моральный	Корреляция Пирсона	-,151	-,462*	-,500*
	Знач. (двухсторонняя)	,481	,023	,013
	N	35	35	35
гражданско-патриотический	Корреляция Пирсона	-,360	-,519**	-,596**
	Знач. (двухсторонняя)	,084	,009	,002
	N	35	35	35

С помощью корреляционного анализа была получена отрицательная взаимосвязь шкалы «сниженное чувство самореализации» и шкалы «достижение успеха в спорте» ( $r=-0,395$ ,  $p=0,54$ ).

Чем больше у спортсмена выражен мотив достижения успеха в спорте, тем меньше у него снижено чувство самореализации и наоборот. Спортсмены, для которых важно добиться успеха, осознают значимость спорта в их жизни, умеют ставить цели, концентрироваться на результате, справляться стрессом, соблюдать дисциплину, наличие регулярных тренировок позволяет им совершенствоваться и чувствовать себя реализованными.

Была выявлена отрицательная взаимосвязь шкалы «эмоциональное/физическое истощение» и шкалами «социально моральный мотив» ( $r=-0,462$ ,  $p=0,23$ ) и «гражданско-патриотический мотив» ( $r=-0,519$ ,  $p=0,009$ ).

Чем меньше выражен социально-моральный мотив, тем больше физическое/эмоциональное истощение и наоборот. Выраженность социально -морального мотива говорит о присутствии ответственности перед тренерским составом и о желании обладать заслуженным авторитетом в команде. Таким образом, отсутствие ответственности перед

командой и желания внести свой вклад в командный успех говорит о том, что спортсмен лишён социальной поддержки, возможности получить опыт от других спортсменов, которые стимулируют деятельность, дают дополнительную энергию и уверенность, препятствуя эмоциональному/физическому истощению.

Также чем меньше выражен гражданско-патриотический мотив, тем больше физическое/ эмоциональное истощение и наоборот. Немало спортсменов хотят достигнуть самых высот в спортивной карьере. Они стремятся попасть на международные соревнования и быть лучшими в своем виде спорта.

Данные мотивы крайне важны для профессиональных спортсменов так, как спорт требует постоянного самосовершенствования для достижения успеха. Спортсмены в процессе деятельности приобретают знания и навыки, развивают свой характер и психические качества (такие, как, например, выносливость и сила воли). Исходя из полученных результатов, низкая выраженность данных мотивов делает спортсменов более уязвимым к эмоциональному /физическому истощению в спорте.

Была получена достоверная отрицательная взаимосвязь шкалы «обесценивание» и шкалами «социально-моральный мотив» ( $r=-0,500$ ,  $p=0,13$ ), «достижение успеха в спорте» ( $r=-0,429$ ,  $p=0,036$ ) и «гражданский -патриотический мотив» ( $r=-0,596$ ,  $p=0,002$ ).

Чем меньше выражен социально-моральный мотив, тем больше обесценивание и наоборот. При отсутствии стремления к успеху команды, желания поддерживать хорошие взаимоотношения с тренером и партнерами спортсмен может не чувствовать социальной поддержки со стороны команды и своей причастности к ее достижениям и поэтому, вероятно, обесценивает собственные достижения и свой вклад в общее дело.

Чем меньше выражен мотив достижения успехов в спорте, тем больше обесценивание и наоборот. Присутствие стремления спортсмена успеху, улучшению результатов может говорить о наличии мотивации, умении ставить цели, отслеживать собственный прогресс. Мотив достижения успеха у спортсменов высокой квалификации влияет на продуктивность и устойчивость их профессиональной деятельности. Данный мотив порождает высокую активность, настойчивость и упорство в достижении поставленных целей. Именно поэтому низкая значимость этого мотива для спортсмена может привести к обесцениванию достижений, когда результативность соревновательной деятельности не доставляет удовольствия и не стимулирует к дальнейшему совершенствованию в спортивной карьере.

Чем меньше выражен гражданско-патриотический мотив, тем больше обесценивание и наоборот. Спортсмены, которые стремятся защищать честь своей страны, выступать на международных соревнованиях готовы показать высокие спортивные результаты. Благодаря этому им удается успешно выступать на соревнованиях и обладать уверенностью в собственных силах, которая позволяет им рационально оценивать собственные достижения и не обесценивать их. Перейдём к рассмотрению результатов исследования по методике СЖО Д.А. Леонтьева, которая позволит выявить «источники» смысла жизни у исследуемых спортсменов.

С помощью корреляционного анализа была получена отрицательная взаимосвязь шкалы «сниженное чувство самореализации» и шкалой «локус контроля -жизнь» ( $r=-0,436$ ,  $p=0,033$ ). Спортсмены, которые считают, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свободы выборы не существует не могут полноценно реализовать собственный потенциал. В то время, когда спортсмены, которым дано контролировать свою жизнь, свободно принимают решения и реализовывают их, стремятся достигать поставленных целей и получать удовлетворение от достигнутых результатов, что позволяет им чувствовать себя реализованными (табл. 2).

Таблица 2.

**Результаты корреляционного анализа по методикам «СЖО» Д. А. Леонтьева  
и «Шкала выгорания спортсмена» Е.И. Бериловой**

Показатель		Показатель осмысленности	Локус контроль-жизнь
Сниженное чувство самореализации	Корреляция Пирсона	-,383	-,436*
	Знач. (двухсторонняя)	,065	,033
	N	35	35

Также была обнаружена отрицательная взаимосвязь на уровне тенденции шкалы «сниженное чувство самореализации» и шкалой «показатель осмысленности жизни» ( $r=-0,383$ ,  $p=0,65$ ). Это объясняется тем, что спортсмен, ведущий осмысленную жизнь, делает профессиональный выбор на основе сформированного представления о жизненном смысле, умеет соотносить цели и профессиональную деятельность, а также удовлетворённость жизнью, что делает его менее уязвимым к профессиональному выгоранию.

С целью выявления взаимосвязи внутренней и внешней мотивации с эмоциональным выгоранием спортсмена был использован опросник профессиональной мотивации Е.Н. Осина (табл. 3).

Таблица 3.

**Результаты корреляционного анализа по методикам «Опросник профессиональной мотивации» Е.Н. Осина и «Шкала выгорания спортсмена» Е.И. Бериловой.**

Показатель		Внутренняя мотивация
сниженное чувство самореализации	Корреляция Пирсона	-,315
	Знач. (двухсторонняя)	,096
	N	35
обесценивание	Корреляция Пирсона	-,252
	Знач. (двухсторонняя)	,094
	N	35

Полученные результаты свидетельствуют о том, что существует отрицательная взаимосвязь на уровне тенденции шкалы «внутренняя мотивация» и шкалами «сниженное чувство самореализации» ( $r=-0,315$ ,  $p=0,96$ ), «обесценивание» ( $r=-0,252$ ,  $p=0,94$ ). Соответственно, чем выше внутренняя мотивация спортсмена, тем меньше снижено чувство самореализации и обесценивание собственных спортивных достижений. Это объясняется тем, что внутренняя мотивация, прежде всего, ориентирована на рост и саморазвитие. Под влияние внутренней мотивации происходит формирование целей и задач занятий спортом, которые адекватны, с одной стороны, лично значимым потребностям, с другой, возможностям и особенностям выполняемой деятельности. При доминировании внутренней мотивации ведущими когнитивными состояниями являются: интерес к процессу выполнения деятельности, сосредоточенность на ней, понимание ее смысла, ощущение собственной компетентности. Таким образом, спортсмен вовлечен в деятельность, готов работать настойчиво, самостоятельно, преодолевать трудности, что в долгосрочной перспективе приводит к достижению высоких результатов. Именно поэтому доминирование внутренней

мотивации может ослаблять признаки профессионального выгорания у спортсменов. Однако полученные результаты лишь создают основу для дальнейшего исследования и требуют более детального изучения.

**Выводы.** Результаты проведенного исследования показали, что профессиональное выгорание — это разносторонний процесс, включающий в себя совокупность различных предпосылок- мотивационных, личностных, социальных.

Первая наша гипотеза успешно подтвердилась. Полученные результаты показывают высокую значимость мотивов достижения успеха в спорте, социально-морального мотива и гражданско-патриотического мотива для профессионального спортсмена. Согласно исследованию, данные мотивы препятствуют профессиональному выгоранию, а их низкая значимость является предпосылкой для развития данного синдрома. Профессиональный спорт требует от спортсменов высокой выраженности мотивации достижения, целеустремленности, а также осмысленности своей деятельности. Данные особенности спорта предъявляют жёсткие требования не только к физическим, но и к психическим свойствам спортсмена. В этом качестве спортсмену крайне важно сохранять баланс между высокими требованиями предъявляемыми профессиональным спортом и собственными возможностями, которые необходимо оценивать рационально. В противном случае высокие требования, могут напротив привести к развитию выгорания. Если спортсмен будет ставить непосильные для себя цели, не отслеживать собственный прогресс и не анализировать результаты это приведет не к личностному и профессиональному совершенствованию, а истощению и разочарованию и даже уходу из спорта.

Вторая гипотеза не получила научного подтверждения, однако полученные взаимосвязи на уровне тенденции создали основу для дальнейшего, более подробного изучения. Для нас представляет интерес более детально изучить какую роль играет внешняя мотивация в развитии профессионального выгорания.

Данный феномен полностью охватывает профессиональную сферу и в целом неудовлетворённость происходящих процессов в жизни. Именно поэтому необходима своевременная диагностика и профилактика на ранней стадии выгорания.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Барабанщикова В. В. Профессиональные деформации в спорте высших достижений / В. В. Барабанщикова, О. А. Климова // Национальный психологический журнал. - 2015. - № 2 (18). - С. 3-12.

Берилова Е.И. Адаптация опросника Т. Raedeke, А. Smith для оценки психического выгорания у российских спортсменов // Физическая культура, спорт - наука и практика. 2016. №4.

Ворожейкин, А. В. Исследование мотивации спортивной деятельности на различных этапах многолетней подготовки девушек в таком виде спорта, как рукопашный бой / А. В. Ворожейкин, А. П. Волков // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2021. – № 1(21). – С. 57-69.

Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб.: Питер, 2005 С. 236.

---

Гринь Е.И. Психическое выгорание в спорте: теоретические модели и причины феномена // Южно-российский журнал социальных наук. 2009. №4. С 68-70

Дидусь Е. И. Адаптация Опросника эмоционального выгорания у спортсменов: предварительные результаты // Тезисы докладов XXX научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. –КГУФКСТ, Краснодар, 2004. С.43-44.

Ильинский С. В. Особенности мотивации спортсменов в различных видах спорта // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. 2013. №1. С. 75-84.

Левина И.Л., Артемьев А.А. Эмоциональное Выгорание У Спортсменов // ТиПФК. 2023. №3.

Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Питер, 2007. С.352.

Попова Т.А., Горская Г.Б. Профилактика Выгорания В Спортивной Деятельности // Вестник науки. 2022. №4 (49).

Садов Н.В. Эмоциональное выгорание в различных видах спорта // Тенденции развития науки и образования. 2019 № 6, С. 77-80.

Akhmerova K., Bochaver K., Kasatkin V. Mental competencies of Russian multiple Olympic gold medalists: a study of seven cases // В сборнике: 14th European Congress of Sport Psychology. Sport Psychology. Theories and Applications for Performance. Health and Humanity, 2015. P. 382.

Leiter M.P., Malach C., Frame K. Burnout // The Encyclopedia of Clinical Psychology / R.L. Cautin, S.O. Lilienfeld (eds.). John Wiley & Sons, 2015. P. 1-7.

Olusoga P., Bentzen M., Kentta G. Coach burnout: A scoping review // International Sport Coaching Journal. 2019. Vol. 6. № 1. P. 42-62. DOI: 10.1123/iscj.2017-0094

Instrumental control of functional indicators in students with health deviation / I. Bocharin, M. Guryanov, E. Romanova [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 5. – P. 1096-1102. – DOI 10.7752/jpes.2023.05137.

Young men's body hemodynamics variability in different states of motor activity / I. Bocharin, M. Guryanov, A. Martusevich [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2022. – Vol. 22, No. 3. – P. 562-569. – DOI 10.7752/jpes.2022.03070.

Complex pedagogical diagnostics of personal motor activity / P. V. Snezhitsky, E. Romanova, M. Kolokoltsev [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2022. – Vol. 22, No. 11. – P. 2681-2687. – DOI 10.7752/jpes.2022.11341.

Comparative screening of sexual dimorphism inversion of girls from different populations / M. Kolokoltsev, B. Gunchin, A. Dubovaya [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2021. – Vol. 21, No. 4. – P. 1688-1694. – DOI 10.7752/jpes.2021.04214.

---

## REFERENCES

- Barabanshchikova V. V. (2015) Professional deformations in high-performance sports. National Journal of Psychology. (2) 3-12.
- Berilova E.I. (2016). Adaptation of the T. questionnaire Raedeke, A. Smith for the assessment of mental burnout in Russian athletes. Physical Culture, Sport - Science and Practice, (4), 79-84.
- Bryant J. Kretti (1978) Psychology in modern sports: Publishing house Moscow, "Physical Culture and Sport" (in Russian).
- V.N. Kasatkin (2021) Psychological advantages of an athlete. Moscow (in Russian).
- Vodopyanova N.E., Starchenkova E.S. (2005) Burnout syndrome: diagnosis and prevention. St. Petersburg: Piter.
- Volkov I.P. (1987) The psychological situation of competition publicity and its perception by athletes. Theory and practice of physical culture. (1), 33.
- Vorozheikin, A.V. Research of motivation of sports activity at various stages of long-term training of girls in such a sport as hand-to-hand combat / A.V. Vorozheikin, A. P. Volkov // Human health, theory and methodology of physical culture and sports. – 2021. – № 1(21). – Pp. 57-69.
- Grin E.I. (2009). Mental burnout in sports: theoretical models and causes of the phenomenon. South Russian Journal of Social Sciences, (4), 68-75.
- Didus E. I. (2004) Adaptation of the Questionnaire of emotional burnout in athletes: preliminary results. Abstracts of the XXX scientific conference of students and young scientists of universities of the Southern Federal District. –KGUFXT - Krasnodar, pp. 43-44. (in Russian).
- E.P. Ilyin (2008) Psychology of Sports: St. Petersburg Publishing House (in Russian).
- Ilyinsky, S. V. (2013). Features of motivation of athletes in various sports. Bulletin of the Samara Humanitarian Academy. Series: Psychology, (1), 75-84.
- Koluzaeva Tatyana Vladimirovna (2020). Emotional burnout: causes, consequences, methods of prevention. Bulletin of N. F. Katanov Khakass State University, (1).
- Kuzmin Evgeny Borisovich, Asiullin Raif Raisovich, Denisenko Yuri Prokofievich, Ionov Alexey Alekseevich, Geraskin Anatoly Alexandrovich, & Andryushchishin Joseph Frantsevich (2016). Sports motivation as a mental state of an athlete's personality. Human health, theory and methodology of physical culture and sports, (1), 97-110.
- Complex pedagogical diagnostics of personal motor activity / P. V. Snezhitsky, E. Romanova, M. Kolokoltsev [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2022. – Vol. 22, No. 11. – P. 2681-2687. – DOI 10.7752/jpes.2022.11341.

---

Comparative screening of sexual dimorphism inversion of girls from different populations / M. Kolokoltsev, B. Gunchin, A. Dubovaya [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2021. – Vol. 21, No. 4. – P. 1688-1694. – DOI 10.7752/jpes.2021.04214.

Levina I.L., & Artemyev A.A. (2023). Emotional Burnout In Athletes. Theory and Practice of Physical Culture, (3), 21-23

Maslow A. (2007) Motivation and personality. St. Petersburg: Piter (in Russian).

Morozova, N. A. (2010). Motivational guidelines and personality burnout syndrome. Bulletin of the Adygea State University. Series 3: Pedagogy and Psychology, (2), 128-133.

Popova T.A., & Gorskaya G.B. (2022). Prevention of Burnout In Sports Activities. Bulletin of Science, 1 (4 (49)), 253-259.

Sadov N.V. (2019) Emotional burnout in various sports. Trends in the development of science and education. (6), 77-80.

T. Roginskaya. (2002) Burnout syndrome in social professions. The World of Psychology (1) 57-60.

Young men's body hemodynamics variability in different states of motor activity / I. Bocharin, M. Guryanov, A. Martusevich [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2022. – Vol. 22, No. 3. – P. 562-569. – DOI 10.7752/jpes.2022.03070.

Akhmerova K., Bochaver K., Kasatkin V. Mental competencies of Russian multiple Olympic gold medalists: a study of seven cases // В сборнике: 14th European Congress of Sport Psychology. Sport Psychology. Theories and Applications for Performance. Health and Humanity, 2015. P. 382.

Leiter M.P., Malach C., Frame K. Burnout // The Encyclopedia of Clinical Psychology / R.L. Cautin, S.O. Lilienfeld (eds.). John Wiley & Sons, 2015. P. 1-7.

Olusoga P., Bentzen M., Kentta G. Coach burnout: A scoping review // International Sport Coaching Journal. 2019. Vol. 6. N° 1. P. 42-62. DOI: 10.1123/iscj.2017-0094

Young men's body hemodynamics variability in different states of motor activity / I. Bocharin, M. Guryanov, A. Martusevich [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2022. – Vol. 22, No. 3. – P. 562-569. – DOI 10.7752/jpes.2022.03070.

#### **Сведения об авторах:**

**Волженина Дарья Сергеевна.** Студентка кафедры клинической психологии Алтайского государственного университета, г. Барнаул, Россия.

ORCID 0009-0008-2337-3009. E-mail: volzeginadasa@gmail.com.

**Чижова Екатерина Александровна.** Ассистент кафедры клинической психологии Алтайского государственного университета, г. Барнаул, Россия.

ORCID 0000-0002-9289-5272 (M, IP). E-mail: chizhova001@bk.ru.