

*Библиотечка спортивного врача и психолога*

---

Л. К. Серова

---

# **Психодиагностические методики в спортивной деятельности**

---

Учебное пособие



Издательства «СПОРТ» и «ЧЕЛОВЕК»  
Москва 2021

ББК 88.43

С 32

Художник *Александр Литвиненко*

**Серова Л. К.**

С 32 Психодиагностические методики в спортивной деятельности. *Учебное пособие.* – М.: Спорт, 2021. – 384 с., ил.

ISBN 978-5-907225-63-3

В данной книге приведен ряд психодиагностических методик, с помощью которых исследуются познавательные процессы, типологические свойства личности, черты характера, эмоциональные состояния и др. Даются также комплексные методики. Методики психодиагностики можно применять спортивным специалистам для изучения когнитивной, мотивационной и эмоциональной сфер подопечных юных и взрослых спортсменов с целью коррекции и оптимизации их спортивной деятельности.

Книга адресована тренерам спортивных клубов и детско-юношеских спортивных школ, школьным учителям и преподавателям вузов, школьным и спортивным психологам, спортсменам, желающим повысить свое мастерство.

**ББК 88.43**

ISBN 978-5-907225-63-3

© Серова Л. К., 2021  
© Издательство «Спорт»,  
издание, оформление, 2021

# СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	3
<b>ГЛАВА I. Назначение и применение</b>	
<b>психодиагностических методик .....</b>	<b>4</b>
1. Этапы психологического отбора в спорте .....	4
2. Назначение и применение психодиагностических методик ..	10
<b>ГЛАВА II. Изучение структурных компонентов</b>	
<b>личности спортсмена .....</b>	<b>21</b>
1. 16-факторный личностный опросник (16PF), форма «С» (№ 105) (Р. Кеттелл) .....	21
2. Исследование общественной, спортивной, педагогической направленности .....	39
3. Определение мотивации достижения .....	79
4. Оценка типологических свойств, особенностей темперамента и характера спортсмена .....	115
<b>ГЛАВА III. Исследование личности спортсмена</b>	
<b>в системе общественных отношений .....</b>	<b>167</b>
1. Социометрия и оценка группы .....	167
2. Измерение взаимоотношений между тренером и спортсменом .....	188
3. Групповая оценка личности, метод парного сравнения, определение эффекта общения .....	194
4. Оценка общей психологической устойчивости, психической надежности. Самооценка личности спортсмена .....	199
5. Проективные методики .....	250
<b>ГЛАВА IV. Исследование психических процессов .....</b>	<b>259</b>
1. Ощущения и восприятия .....	259
2. Внимание .....	264
3. Память .....	272
4. Особенности мышления .....	280
<b>ГЛАВА V. Исследование психомоторных процессов .....</b>	<b>304</b>
<b>ГЛАВА VI. Диагностика психических состояний .....</b>	<b>332</b>
1. Оценка эмоциональных состояний .....	332
2. Состояния эмоциональной напряженности и эмоциональной устойчивости .....	349
3. Тест Люшера .....	360
Заключение .....	376
Литература .....	381