**Корнійко Уляна Володимирівна. Психологічні зміни особистості яхтсмена у процесі спортивної діяльності під впливом психотравмуючих факторів : Дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01 / Національний ун-т фізичного виховання і спорту України. — К., 2003. — 178 арк. : рис., табл. — Бібліогр.: арк. 152-170.**

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **Корнійко У.В.**Психологічні зміни особистості яхтсмена в процесі спортивної діяльності під впливом психотравмуючих факторів. – Рукопис.Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.01 – Олімпійський і професійний спорт. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2003.У дисертації висвітлюються питання стосовно характеру психологічних змін особистості спортсменів під впливом психотравмуючих ситуацій, які наявні у тренувальній та змагальній діяльності. Систематизовано психотравмуючі фактори спортивної діяльності, вплив яких призводить до змін якостей у структурі особистості спортсменів. Виникнення ПТРС в процесі спортивної діяльності зумовлюють як зовнішні, об’єктивні, так і внутрішні, суб’єктивні чинники (особистісні якості).Виявлено психологічні якості, які детермінують чутливість до впливу ПТРС. На підставі аналізу рівня спортивної майстерності, вираженості якостей, що визначають чутливість до впливу ПТРС та оцінки сили психотравмуючого впливу виділено підгрупи спортсменів, які відрізняються за характером переживання травмуючих ситуацій та особливостями змін якостей у структурі особистості. Отримані результати дозволили обґрунтувати особливості змісту психологічного супроводу тренувальної та змагальної діяльності яхтсменів високої кваліфікації. |

 |
|

|  |
| --- |
| 1. Аналіз даних спеціальної літератури дозволив уточнити проблему досліджень, зосередивши їх на вивченні характеру психологічних змін особистості спортсменів (як суб’єктів діяльності, що характеризується значною кількістю потенційно психотравмуючих ситуацій), які відбуваються внаслідок впливу таких ситуацій (на прикладі вітрильного спорту).2. В ході роботи на основі аналізу даних спеціальної літератури було систематизовано основні психотравмуючі фактори спортивної діяльності, вплив яких призводить до змін якостей у структурі особистості спортсменів. Вплив ПТРС залежить від ступеня неочікуваності та гостроти ситуації. При цьому виникнення ПТРС в процесі спортивної діяльності зумовлюють як зовнішні, об’єктивні (умови вітрилення, дії суперників, стан матеріальної частини і т.п.), так і внутрішні, суб’єктивні чинники (особистісні якості, особливості стосунків з оточуючими і т.п.).3. Сила впливу ПТРС, які виникають у процесі спортивної діяльності або у зв’язку з нею, в середньому є значною. На основі аналізу сили впливу ПТРС із загальної вибірки спортсменів виділені підгрупи, які відрізняються як силою впливу ПТРС, які вони переживають, так і характером змін особистості, які відбуваються внаслідок цього впливу: підгрупа, спортсмени якої переживають вплив ПТРС адекватно, де мають місце позитивні зміни якостей особистості; дві підгрупи, спортсмени яких переживають вплив ПТРС неадекватно, і мають місце негативні зміни якостей особистості.4. Для першої підгрупи, яка переживає вплив ПТРС найбільш сильно (сила впливу ПТРС дорівнює 35,6 ± 7,2 бала), встановлено зв’язок рівня мотивації досягнення успіху (r = - 0,41; p 0,01), емоційної стійкості (r = - 0,35; p 0,05), неадекватності самооцінки (r = 0,53; p 0,01), домінантності (r = - 0,34; p 0,05), сміливості (r = - 0,33; p 0,05), ряду показників і форм агресії та емоційного виснаження з показниками впливу ПТРС. Комплекс змін, які відбуваються у особистості спортсменів даної (найчисельнішої) підгрупи, дозволяє встановити переважання у них екстрапунітивних реакцій. Такий характер переживання є неадекватним, оскільки не дозволяє спортсмену усвідомити підвладні йому чинники виникнення психотравмуючих ситуацій (роль власної особистості й активності), що зумовлює необхідність спеціального психологічного супроводу, спрямованого на формування адекватного досвіду переживання ПРТС.Для цієї підгрупи спортсменів сила процесів збудження є фактором, який детермінує (r = - 0,44; p 0,01) силу впливу ПТРС.5. Для другої підгрупи спортсменів, які переживають вплив ПТРС не так гостро, як представники першої підгрупи (сила впливу ПТРС дорівнює 21,0 ± 3,3 бала), було встановлено різноспрямованість впливу окремих показників, які відображають силу впливу ПТРС. Поряд з негативними змінами особистості (збільшуються показники різних видів та форм агресії, знижується рівень інтернальності, зростає рівень психічного виснаження (r = 0,68; p 0,05) відбуваються і позитивні зміни (показники, які відображають якість уваги, покращуються (r = 0,60; p 0,01). Ця підгрупа потребує спеціального психологічного супроводу, спрямованого на формування адекватного досвіду переживання ПРТС.6. Для третьої, найменшої підгрупи спортсменів, які переживають вплив ПТРС адекватніше за представників решти підгруп (сила впливу ПТРС дорівнює 11,0 ± 6,1 бала), встановлено зростання інтернальності у сфері досягнень (rs=s0,57; p 0,1), зниження реактивної тривожності (r = 0,63; p 0,1), та зростання швидкості переносу інформації у зорово-руховій системі (r = 0,46; pss0,05) внаслідок впливу ПТРС. Ці зміни зумовлюють покращення тренувальної та змагальної діяльності спортсменів цієї підгрупи. Деяке зниження самооцінки (r = - 0,43; p 0,1), й зростання інтернальності у сфері невдач (rs=s0,77; p 0,01) під впливом ПТРС вказує на адекватне розуміння такими спортсменами ролі власної особистості у виникненні ПТРС та зумовлює активізацію їх роботи над самовдосконаленням, полегшує надання психологічної допомоги при переживання ПТРС.7. Встановлено специфіку змін особистості висококваліфікованих яхтсменів у процесі спортивної діяльності під впливом ПТРС; впливу ПТРС зазнають якості, які належать до різних підструктур особистості. На рівні соціально обумовлених якостей такими є самооцінка, ясність Я-концепції, рівень мотивації досягнення успіху, інтернальність у сфері досягнень і у сфері невдач. На рівні психічних процесів під впливом ПТРС знижується емоційна стійкість, збільшується рівень фрустрованості, а також фізичної, вербальної, непрямої агресії, негативізму, роздратованості та аутоагресії. Показники рівня психологічної підготовленості (фрустраційна толерантність) під впливом ПТРС знижуються.Характер переживання ПТРС яхтсменами високої кваліфікації детермінують вік, сила процесів збудження та гальмування, суб’єктивна послідовність середовища, рівень інтелекту. Встановлено значні відмінності у характері впливу ПТРС для спортсменів різної кваліфікації. Психологічні зміни найбільш висококваліфікованих яхтсменів є менш генералізованими (для МСМК кількість виявлених залежностей вдвічі менша у порівнянні з кількістю залежностей, отриманих при аналізі групи менш кваліфікованих яхтсменів) і тому меншою мірою пов’язані з деструктивним впливом на їх особистість.8. Виділені підгрупи яхтсменів, які характеризуються особливостями змін особистості під впливом ПТРС.Найбільш адекватно переживають ПТРС яхтсмени із значною вираженістю сили нервових процесів, високим рівнем суб’єктивної послідовності середовища та середнім рівнем інтелекту, які спеціалізуються (у якості стернового) у класах яхт, де екіпаж складається з кількох спортсменів. Переважно це яхтсмени найвищої кваліфікації.Найбільш гостро переживають ПТРС яхтсмени з середнім рівнем вираженості сили нервових процесів, і їх значною рухливістю, низьким рівнем суб’єктивної послідовності середовища та високим рівнем інтелекту, які спеціалізуються (у якості стернового) у класах яхт, в яких екіпаж складається з одного спортсмена, або (у якості шкотового) у класах яхт, де екіпаж складається з кількох спортсменів. Переважно це також яхтсмени найвищої кваліфікації. Вік яхтсменів даної групи значно менший (p 0,01), від віку попередньої.Найчисельнішу підгрупу (50 % вибірки), яка займає проміжне положення за рівнем адекватності переживання впливу ПТРС (середні показники сили впливу ПТРС), складають яхтсмени з середніми показниками сили нервових процесів, рівня суб’єктивної послідовності середовища та інтелекту. Її складають яхтсмени, які ще не досягли рівня найвищих спортивних результатів.9. Розроблено рекомендації з особливостей змісту психологічного супроводу тренувальної та змагальної діяльності, в залежності від характеру психологічних змін особистості яхтсменів під впливом психотравмуючих факторів, суть яких складає відповідна завчасна психологічна підготовка до переживання ПТРС та заходи, спрямовані на зменшення негативного впливу ПТРС, що мали місце у досвіді спортсменів.Характер змін особистості яхтсмена під впливом ПТРС, а також індивідуальні особливості детермінації сили цього впливу визначають зміст психологічного супроводу для яхтсменів, віднесених до певної підгрупи. Для яхтсменів першої підгрупи застосовуються: на загальнопідготовчому етапі – психотехнічні ігри, групові тренінги, спрямовані на розширення аналізуємих варіантів вирішення проблеми; на спеціальнопідготовчому – спеціальні тренувальні заняття, спрямовані на вдосконалення навичок вирішення неочікуваних завдань (перегони з гандикапом, на несправній яхті і т. і.); аналіз таких занять проводиться з акцентом на нереалізованих можливостях.Для яхтсменів другої підгрупи застосовуються: на загальнопідготовчому етапі – психотехнічні ігри, групові тренінги, спрямовані на вирішення неочікуваних завдань; формування навичок самоконтролю та саморегуляції емоційних станів; формування вміння конструктивного використання енергії негативних емоцій; на спеціальнопідготовчому – спеціальні тренувальні заняття, спрямовані на пошук та реалізацію оптимального рішення спеціально створених ускладнень з подальшим аналізом адекватності обраного варіанту та розглядом альтернативних рішень.Для яхтсменів третьої підгрупи застосовуються: на загальнопідготовчому етапі – психотехнічні заняття, ігри, групові тренінги, спрямовані на засвоєння досвіду адекватного переживання ПТРС; вміння у прийнятній формі виразити свої переживання; формування навичок самоконтролю та саморегуляції емоційних станів; на спеціальнопідготовчому – спеціальні тренувальні заняття, спрямовані на формування адекватного ставлення до необхідності вирішувати неочікувані завдання (серії перегонів з пересадкою екіпажів). |

 |