ГОУ ВПО «СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Жихарев Дмитрий Юрьевич

ДИАГНОСТИКА И ФОРМИРОВАНИЕ ВОЛЕВОЙ  
САМОРЕГУЛЯЦИИ ЮНЫХ БОКСЕРОВ  
В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОЙ ЮНОШЕСКОЙ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ  
19.00.07 - Педагогическая психология

Диссертация на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Научный руководитель: доктор психологических наук, профессор Соловьева Ольга Владимировна

Ставрополь - 2007

ВВЕДЕНИЕ 3

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ВОЛЕВОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЛИЧНОСТИ.

1. Основные подходы к изучению воли в отечественной и зарубежной

психологии 12

1. Возрастное развитие волевой сферы личности 30
2. Формирование волевой саморегуляции человека в условиях спортивной

деятельности 45

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЛЕВОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ У ЮНЫХ БОКСЕРОВ.

1. Организация и методы исследования 68
2. Результаты диагностики волевой саморегуляции у юных боксеров .... 81
3. Программа формирования волевой саморегуляции личности у юных

боксеров 109

1. Анализ результатов применения программы формирования волевой

саморегуляции личности 121

1. Взаимосвязь волевой саморегуляции личности с эффективностью

деятельности у юных боксеров 136

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 141

ЛИТЕРАТУРА 146

[ПРИЛОЖЕНИЯ 164](#bookmark7)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное теоретико-экспериментальное исследование проблемы формирования волевой саморегуляции личности юных спортсменов показало, что тема исследования характеризуется высокой актуальностью и практической значимостью. Это подтверждается ее направленностью на решение одной из фундаментальных проблем психологии развития и педагогической психологии - развитие у человека способности к овладению собственным поведением, преодолению трудностей в деятельности, успешному ее выполнению, самоизменению и саморазвитию, то есть на раскрытие психологических условий формирования личности, активного субъекта собственной деятельности и поведения.

По результатам данного диссертационного исследования можно сделать следующие выводы:

1. Психологическое содержание понятия воли, включает в себя сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков. Волевую саморегуляцию следует рассматривать как составную часть произвольного управления личностью своим поведением и деятельностью.
2. Структура волевой саморегуляции личности юных боксеров,

состоит из трех блоков: побудительного, исполнительного и

результативного, которые в свою очередь включают следующие компоненты: самостоятельность при выборе цели, ее осознанность, способы реагирования на удачи и неудачи, способы реализации целей (внешние и внутренние), самовоспитание, эмоциональные реакции при столкновении с трудностями, удовлетворенность собой и др.

1. Экспериментально выявлена эффективность используемого в нашем исследовании комплекса диагностических методик,

позволяющего изучить основные компоненты волевой саморегуляции личности и ее динамику на разных уровнях специализированной спортивной подготовки.

1. Выявлено, что детерминантами развития волевой сферы юных боксеров являются такие составляющие личностной сферы, как тип контроля над значимыми жизненными событиями, локализация контроля в области достижений и в области неудач, волевой самоконтроль, настойчивость и самообладание, целеполагание, выбор средств и оценка результата деятельности.
2. Определены исходные уровни волевой саморегуляции юных боксеров, которые характеризуются экстернальным типом локализации контроля, низким уровнем развития волевого самоконтроля, настойчивости, самообладания, целеполагания, выбора средств и оценки результата деятельности. Все это позволило говорить о недостаточном уровне сформированности волевой саморегуляции у исследуемого контингента юных боксеров на констатирующем этапе эксперимента.
3. Предложена и апробирована программа психологической помощи в формировании волевой саморегуляции личности юных боксеров, которая включает как индивидуальную психологическую работу, так и групповое психологическое воздействие, представленное циклом семинаров, предоставляющих информацию юным боксерам и их тренерам об особенностях волевой саморегуляции в данном возрастном периоде, а также формой групповых тренингов, ориентированных на формирование уровня волевой саморегуляции и возможности сознательной саморегуляции личности юных боксеров.
4. Основными задачами тренинга, реализация которых обеспечивает его эффективность, являются: формирование потребности и способности к саморазвитию и самореализации; углубление и развитие процессов самосознания и самопознания; формирование собственных позиций и взглядов при восприятии окружающей действительности;

повышение чувства личной ответственности за свои поступки и действия; приобретение навыков волевой саморегуляции, повышение контроля юных боксеров над жизненными событиями.