

частью эмоциональных переживаний участников любой значимой деятельности, особенно в естественных условиях для спортсменов. Тревожность – это субъективное проявление неблагополучия личности, ее дезадаптации. Это черта личности, готовность к страху.

Многие исследователи (Л. С. Выготский, В. С. Мерлин, И. П. Павлов, Я. Рейковский, И. М. Сеченов, Я. Стреляу) основные причины возникновения тревожности видели в физиологических нарушениях организма и придавали большое значение социальным факторам [1]. Основными признаками повышенной тревожности являются: холодные, влажные руки, обильное потоотделение, ошеломлённый взгляд, повышенное мышечное напряжение, рассеянность, навязчивые действия, плохое самочувствие, тошнота, головная боль, нарушение сна.

Неуверенный в себе, склонный к сомнениям и колебаниям, тревожный спортсмен нерешителен, несамостоятелен, повышено внушаем. Неуверенный, тревожный спортсмен всегда мнителен, а мнительность порождает недоверие к другим. Такой спортсмен опасается других, ждет насмешки, обиды. Это способствует образованию реакции психологической защиты в виде агрессии, направленной на других.

Нами было проведено исследование на предмет выявления и сравнения тревожности у спортсменов командных и индивидуальных видов спорта (с помощью методики Спилбергера-Ханина). Достоверность результатов определялась на основе использования статистического критерия Манна-Уитни. Исследование показало, что уровень личностной тревожности у спортсменов командных видов спорта выше, чем у спортсменов индивидуальных видов спорта.

Литература

1 Родионов А. В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для вузов / А. В. Родионов – М.: Академический проект. – 2004. – 576 с.

М. А. Салодкина

*Науч. рук. С. С. Щекудова,
ассистент*

ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ СТРАХА ТЕМНОТЫ У МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Дошкольный возраст – это возраст наибольшей выраженности страхов, что обусловлено не столько эмоциональным, сколько когнитивным развитием – возросшим пониманием опасности. Одним из распространенных страхов у детей дошкольного возраста является страх темноты. Страх темноты – это страх неизвестности, который представляет собой средство познания действительности, ведущее к более избирательному отношению к окружающему миру. Он выполняет определенную социализирующую и обучающую роль в процессе формирования личности. Ребенок боится не самой темноты, как отсутствия света, а того, что скрывается в этой темноте. Детские страхи связаны с периодом адаптации Эго-сознания ребенка к окружающей среде, когда ребенок воспринимает реальность, окружающую его, как тотальную неизвестность. Как белое поле экрана является идеальным полем для проекции изображения, так и темнота является идеальным полем для проекции страха. Темнота в этом смысле бесконечно вместительна.

Нами было проведено эмпирического исследования, направленное на выявление особенностей переживания страха темноты у мальчиков и девочек дошкольного возраста. Выборку исследования составили 45 дошкольников в возрасте от 4 до 7 лет, из

них 25 девочек и 20 мальчиков ГУО «Зимницкий учебно-педагогический комплекс детский сад-средняя школа».

В результате проведения эмпирическое исследование установлено, что страхов у девочек выявляется в два раза больше, чем у мальчиков, что свидетельствует о более выраженном инстинкте самосохранения. Страх темноты не исключение. У девочек он проявляется в 1,5 раза чаще, чем у мальчиков той же возрастной группы. Так, из 25 девочек, страх темноты с помощью методики «Страхи в домиках» А. И. Захарова и М. А. Панфиловой был выявлен у 92 %. Результаты детского апперцептивного теста подтвердили наличие этого страха у 80 %. В отличие от девочек у мальчиков в рассмотренном возрасте страх темноты методикой «Страхи в домиках» подтверждается у 65 %, детским апперцептивным тестом – у 50 %. Также заметны существенные отличия при вербальном описании страха. Девочки описывают страх темноты эмоциональней, чем мальчики.

А. В. Сериков

Науч. рук. С. Н. Жеребцов,

канд. психол. наук, доцент

СТРАТЕГИИ БУДУЩЕГО НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ

Проблема становления человека как субъекта жизни особенно актуальна в современном динамично развивающемся, изменчивом обществе. Более частной, является проблема активного отношения человека ко времени жизни, его структурированию, интеграции прошлого, настоящего и будущего в единое целое. Данная проблематика раскрывается в содержании таких понятий как «стратегия будущего», «стратегия жизни», которые, по сути, являются синонимами.

Изучением жизненных стратегий с разных позиций занимались: К. А. Абульханова-Славская, Е. И. Головаха, Е. А. Демченкова, Ю. М. Резник, Е. А. Смирнов и др. Квинтэссенцией различных подходов, к изучению жизненных стратегий является подход М. А. Белугиной, которая рассматривает жизненную стратегию как «способ сознательного планирования и конструирования личностью собственной жизни путем поэтапного формирования ее будущего» [1, с. 109]. Стратегия будущего может быть изучена в двух аспектах: 1) ее целевого, ценностно-смыслового содержания; 2) в аспекте организационных характеристик, т. е. ее протяженности, структурированности и т. д.

Если особенности жизненных стратегий будущего в юношеском возрасте в той или иной степени изучены, то характеристики жизненных стратегий на более поздних этапах жизненного пути личности практически не освещены. Отсюда, целью нашего исследования является изучение стратегий будущего на разных этапах жизненного пути личности.

Для изучения целесообразно выбрать три возрастные категории: 17–22 года, выбор которой обусловлен тем, что, в данном возрасте происходит формирование жизненного плана, а также возрастных категорий 28–33 года и 45–50 лет, которые согласно Д. Левинсону[2] характеризуются пересмотром многих сторон жизни, в том числе, как мы считаем, и стратегии будущего, ее содержательного и организационного аспектов.

Литература

1 Белугина, М. А. Структура и динамика формирования жизненной стратегии в юношеском возрасте / М. А. Белугина // Ярославский педагогический вестник. – 2008. – № 4. – С. 110–111.

2 Быков, А. В. Генезис волевой регуляции / А. В. Быков. – М. – 2007. – 248 с.