

стрессов человек начинает тревожиться чаще и легче выходить из психологического баланса. К биологическим факторам развития тревожности относят особенности нервной системы. Социальные факторы формирования тревожности разделяют на внутренние и внешние. К внутренним факторам относят внутриличностный конфликт, негативный эмоциональный опыт, а к внешним – семейное воспитание, взаимоотношения с друзьями, взаимоотношения с коллегами.

Литература

1 Сидоров, К. Р. Тревожность как психологический феномен / К. Р. Сидоров // Вестник Удмуртского университета. – 2013. – № 2. – С. 42–52.

2 Нехорошкова, А. Н. Проблема тревожности как сложного психофизиологического явления / А. Н. Нехорошкова, А. В. Грибанов, Ю. С. Джос // Экология человека. Ментальная экология. – 2014. – № 6. – С. 47–54.

А. Ю. Столяр

Науч. рук. Т. Г. Шатюк,

канд. пед. наук, доцент

УРОВЕНЬ ПРИТЯЗАНИЙ У СПОРТСМЕНОВ-ПОДРОСТКОВ

В процессе спортивной деятельности спортсмен стремится к достижению наивысших результатов. И здесь большую роль играет оценка собственных возможностей, которая сказывается на постановке и достижении цели, что характеризует уровень притязаний подростка, занимающегося спортивной деятельностью [1].

Исследование уровня притязаний у спортсменов-подростков было проведено на базе секций спортивной аэробики Гомельского государственного областного Дворца творчества детей и молодежи, дзюдо и таэквондо Гомельской ДЮСШ ППО БТЭУ, выборку исследования составили 60 спортсменов (25 девочек и 35 мальчиков) в возрасте от 10 до 16 лет. Диагностическим инструментарием выступил тест «Уровень притязаний» Д. Шварцландера.

Большая часть спортсменов-подростков имеют умеренный уровень притязаний, что составляет 48 % от общего количества участвующих в исследовании. С низким уровнем притязаний 28 % учащихся. Высокий уровень притязаний имеют 20 % участвующих в исследовании подростков, занимающихся лично-командными видами спорта. И по 2 % от общего числа составляют учащиеся с нереалистично высоким и нереалистично низким уровнем притязаний.

В избранных видах спорта наиболее часто на пьедестал почета поднимались спортсмены с высоким и умеренным уровнем притязаний. Низкий уровень притязаний отмечен у большинства учащихся, не имеющих высоких спортивных результатов. Нереалистично высокий уровень выявлен у одного подростка из выборки и нереалистично низкий уровень притязаний также характерен лишь для одного спортсмена. В процессе корреляционного анализа была выявлена положительная корреляция между успешностью спортивной деятельности и уровнем притязаний у подростков, занимающихся лично-командными видами спорта ($r = 0,531$ при $p \leq 0,01$). Наличие данной взаимосвязи говорит о том, что чем выше успешность спортивной деятельности у подростков, занимающихся лично-командными видами спорта, тем выше их уровень притязаний, и наоборот, чем ниже успешность спортивной деятельности у подростков, занимающихся лично-командными видами спорта, тем ниже их уровень притязаний.

Спортсмены, которые чаще остальных занимающие призовые места, способны правильно оценить свои возможности и поставить для себя цели, ведущие к успеху в спортивной деятельности. Но если спортсмен сталкивается с частыми неудачами, то уровень притязаний смещается вниз, а в случае успешного исхода деятельности уровень притязаний возрастает. Результативность спортивной деятельности напрямую зависит от того, насколько спортсмен стремится к высоким достижениям. Порой, имея высокие способности, подросток недооценивает себя и свои возможности и, опасаясь неудачи, ставит перед собой низкие цели, тем самым оказывается более слабым среди участников спортивного коллектива. И наоборот, спортсмен, переоценивая свои силы, ставит слишком высокие цели и, не имея возможности для их достижения, сталкивается с ситуацией провала и в дальнейшем при постановке цели будет перестраховываться, чтобы избежать неудачи.

Литература

1 Жуина, Д. В. Психологические особенности спортсменов-победителей / Д. В. Жуина, Л. Г. Майдокина // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 6. – С. 32–34.

Е. В. Терещенко

Науч. рук. О. А. Короткевич,

ст. преподаватель

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЧУВСТВА ВИНЫ И ЖИЗНЕННОЙ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ В ПЕРИОД РАННЕЙ МОЛОДОСТИ

Вина – состояние человека, обусловленное нарушением им долга, требований авторитета, обязанностей, накладываемых законом, соглашением (договоренностью) или самим собой [1]. Испытывая чувство вины, человек испытывает недовольство собой, обусловленное рассогласованием между собственным поведением и принятыми моральными нормами. К. К. Платонов считает, что понятие чувства вины тесно связано с моральным сознанием личности, её представлениями о добре и зле, а также осознанием и переживанием ответственности человека за свои действия.

В исследовании принимали участие 80 студентов УО «ГГУ имени Ф. Скорины» в возрасте 19–20 лет (43 женщины и 27 мужчин). Исследование проводилось с помощью следующих психодиагностических методик: Обновленный Оксфордский опросник счастья (ОН, Oxford Happiness Inventory) и Методика «Опросник вины» (Guilt Inventory), К. Куглер, У. Х. Джонс.

Проанализировав данные, полученные с помощью Обновленного Оксфордского опросника счастья, можно сделать заключение о том, что у большинства испытуемых преобладает низкий уровень удовлетворённости жизнью (72 %). У этих людей преобладают состояния эмоционального неблагополучия, они рассматривают свою жизнь как не очень успешную. Этими людьми жизнь воспринимается как трудная и требующая приложения огромных усилий, которые не всегда оправдываются. Лишь у 6 % испытуемых выявлен высокий уровень удовлетворённости жизнью, когда человек почти всегда доволен своей жизнью и испытывает уверенность и спокойствие за нее, легко выходит из состояний печали, гнева, не застревает в негативных воспоминаниях, полагает, что мир достаточно хорош для него и люди к нему в основном расположены.