

**К. В. Езерская**  
Науч. рук. **В. Н. Дворак**,  
канд. пед. наук

## **КОРРЕКЦИЯ ПРОЯВЛЕНИЙ АГРЕССИВНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-БОРЦОВ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Актуальность исследования обусловлена тем, что большинство тренеров и спортсменов считают агрессивность одним из самых важных качеств для достижения успеха. Под термином «агрессия» в психологии понимается напористое, атакующее, доминирующее поведение, которое необходимо направлять в нужное русло [1, с. 83]. Агрессия – это поведение, при котором преследуется цель причинить другим людям физический и моральный ущерб или ограничить их желания. Наличие чрезвычайно высокой концентрации агрессии в обществе, оказывающей значительное воздействие на рост агрессивных тенденций в подростковой среде является одной из острейших социальных проблем. Изучение, своевременная диагностика, предупреждение и коррекция проявлений агрессивности у спортсменов в условиях повседневной жизнедеятельности, является одной из самых важных задач современной психологии спорта.

В результате проведенного нами исследования было выявлено, что уровень проявления агрессии у спортсменов, занимающихся греко-римской борьбой, высокий. Борцам присуща большая агрессивность как в поведенческих реакциях (физическая, вербальная агрессия), так и в связи с этим эмоциональных состояниях (негативизм, раздражение). Нами разработана коррекционная программа по снижению уровня агрессивности борцов. Целью программы является снижение проявлений агрессивности борцов в повседневной жизнедеятельности путем обучения навыкам адаптивного поведения. Программа включает 10 тренировочных занятий по 2 часа каждое. Структура занятия: ритуал приветствия, ритуал прощания, серия упражнений на развитие доверия, взаимодействие и движение, ролевые игры с целью коррекции агрессивного поведения, обучение методам релаксации, упражнения на обучение приемлемым способам выражения гнева, на формирование адекватного поведения в условиях конфликтной ситуации, итоговая рефлексия. Анализ результатов исследования показал, что разработанная нами программа позволяет снизить уровень агрессивности спортсменов-борцов в повседневной жизни, а также содействует сохранению их психологического здоровья.

### **Литература**

1. Румянцева, Т. Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии / Т. Г. Румянцева // Вопросы психологии. – 1991. – № 1. – С. 81–87.

**Е. С. Ерохова**  
Науч. рук. **К. Л. Соколова**,  
магистр психол. наук, ассистент

## **ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ**

В настоящее время особую актуальность приобретает проблема психического и физического здоровья детей. Отмечается значительное ухудшение состояния здоровья детей, характеризующиеся ростом заболеваемости, изменением возрастной структуры и увеличением частоты хронических заболеваний. Состояние здоровья ребенка оказывает влияние на развитие его личности, в особенности, на развитие эмоциональной сферы.

Эмоциональную сферу личности составляют различные формы переживания (аффекты, чувства, эмоции, настроения, стрессы), которые качественно отличаются друг от друга, влияют на поведение и деятельность человека, выполняют различные функции [1].

Эмоции младших школьников в значительной степени влияют на формирование способов и приемов овладения деятельностью, на отношения с учителями, сверстниками, родителями.

У детей с хроническими заболеваниями существует негативное эмоциональное отношение к самому себе, иногда доходящее до аутоагрессии. Для большинства таких детей характерно приписывание себе отрицательных эмоций, таких, как горе, страх, чувство вины. Причем, в значительной степени, ребенок перенимает подобные чувства от родителей, как наиболее значимых фигур.

Эмоциональная сфера младших школьников с хроническими заболеваниями характеризуется эмоциональной холодностью, высокой личностной тревожностью, повышенной ранимостью, чрезмерной обидчивостью, замкнутостью, робостью, неуверенностью в себе, неустойчивым настроением, плохим контролем эмоций [2].

Таким образом, необходимы особые усилия психологов, родителей и педагогов для коррекции эмоциональной сферы детей с хроническими заболеваниями.

### Литература

1 Немов, Р. С. Общие основы психологии: в 3 кн. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Кн. 1: Общие основы психологии. – 688 с.

2 Исаев, Д. Н. Детская медицинская психология: психологическая педиатрия / Д. Н. Исаев. – Санкт-Петербург: Речь, 2004. – 384 с.

**С. В. Журбинская**

*Науч. рук. К. Л. Соколова,*

*магистр психол. наук, ассистент*

### ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗА СОБСТВЕННОГО ТЕЛА У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК

Для юношеского возраста характерно выраженное стремление изменить свое тело, причем, решающую роль играют не реальные телесные параметры, а сложное единство восприятия собственного тела и отношения к нему. Осознание особенностей своей внешности влияет на формирование у юноши многих важных качеств личности, например, уверенности в себе, жизнерадостности, индивидуализма.

По мнению ряда исследователей уровень удовлетворенности телом связан с самооценкой, а самооценка и у юношей и у девушек связана со сходством с мужской гендерной группой. Мужчины больше удовлетворены своим телом, чем женщины, так как мужчины меньше подвержены влиянию окружения и СМИ, а также больше сравнивают себя с реальными сверстниками, а не идеальными образцами.

В исследовании приняли участие студенты 2 и 3 курса психологического и физического факультета ГГУ им. Ф. Скорины. Общий объем выборки составил 60 человек, из них 31 девушка (51 %) и 29 юношей (49 %). Возраст испытуемых составил 19–21 год. Для проведения исследования была использована методика для выявления психологического пола С. Бем и методика выявления отношения к собственному телу О. А. Скугаревского.

Исследование показало, что большинство испытуемых имеют андрогинный психологический пол. Было выявлено, что маскулинные испытуемые имеют несколько большую удовлетворенность собственным телом, чем фемининные и андрогинные, однако, статистически значимых различий выявлено не было.