

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

Інститут математики, економіки і механіки

Кафедра соціальної і прикладної психології

Д и п л о м н а р о б о т а

бакалавра

на тему: **«ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ
МОЛОДІ, ЩО ЗАЙМАЄТЬСЯ ЕКСТРЕМАЛЬНИМИ ВИДАМИ
СПОРТУ»**

**«INDIVIDUAL-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF YOUNG PEOPLE ENGAGED IN
EXTREME SPORTS»**

Виконала: студентка денної форми навчання

Напряму підготовки **6.030102** «Психологія»

Фокіна Наталія Олексіївна

Керівник: кандидат психологічних наук, доцент кафедри
соціальної і прикладної психології,

Дементьєва Капітолїна Георгіївна _____

Рецензент: кандидат психологічних наук, доцент кафедри
загальної психології і психології розвитку особистості

Крюкова М.А.

Рекомендовано до захисту:
Протокол засідання кафедри
№ _____ від _____ р.

Завідувач кафедри
_____ Подшивалкіна В.І.

Захищено на засіданні ДЕК №
протокол № _____ від _____ р.
Оцінка _____ / _____ / _____
(за національною шкалою, шкалою
ECTS, бали)
Голова ДЕК
_____ Родіна Н.В.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ВІТЧИЗНЯНИХ ТА ЗАРУБІЖНИХ ВЧЕНИХ З ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ.....	6
1.1. Підходи до вивчення індивідуально-психологічних особливостей особистості.....	6
1.2. Специфіка індивідуально-психологічних особливостей молоді, що займається екстремальними видами спорту.....	10
1.3. Дослідження вітчизняних та зарубіжних авторів на тему індивідуальних відмінностей екстремальних спортсменів.....	21
ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РАЗДІЛУ.....	29
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧСКИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ МОЛОДІ, ЩО ЗАЙМАТИСЯ ЕКСТРЕМАЛЬНИМИ ВИДАМИ СПОРТУ(на прикладі учасників одеського клубу авантюристів).....	31
2.1. Організація дослідження та опис методик.....	31
2.2. Аналіз отриманих результатів.....	42
ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РАЗДІЛУ.....	62
ВИСНОВКИ.....	63
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	65

ВСТУП

Актуальність: Проблема діагностики індивідуальних особливостей людини завжди знаходиться в центрі уваги практичних психологів, що займаються питаннями професійного відбору та професійної адаптації.

При обстеженні людини, яка хоче займатися тією чи іншою діяльністю, перш за все, намагаються діагностувати його базові, вроджені властивості, які є найбільш стабільними. Такими властивостями визнані характеристики темпераменту.

У науковій літературі багато різноманітних думок щодо індивідуально-психологічних особливостях особистості та її типах.

Вплив статі і віку на психічні властивості може бути простежено на всіх рівнях біологічної підсистеми людської індивідуальності, від біохімічного до психодинамічного. Темперамент є біологічно обґрунтованим ядром індивідуальності.

Той факт, що ми постійно зустрічаємося з індивідуальним розкидом показників темпераменту у обстежуваних, може бути обумовлений тим, що характер реакції поведінки людей на той чи інший стимул залежить від типологічних особливостей їх темпераменту.

В даний час поняття екстремальності пов'язано з усіма сторонами життя людини - як з професійними видами діяльності, так і з відпочинком. В процесі рекреації вирішуються не тільки завдання по збереженню і зміцненню фізичного здоров'я, але приділяється особлива увага задоволенню пізнавальних потреб людини, його спілкування, розвитку особистісних, в тому числі і професійно важливих якостей.

Спорт вищих досягнень сьогодні знаходиться на такому рівні розвитку, на якому фізична, технічна і тактична підготовленість найсильніших спортсменів приблизно однакова. Сучасний спорт на відміну від спорту вчорашнього все більш і більш з боротьби м'язів перетворюється в боротьбу

умів і нервів. Тому результат спортивних змагань визначається в значній мірі психологічними факторами, можливостями і резервами психіки спортсмена. У зв'язку з цим використання знань щодо індивідуально-психологічних особливостей особистості спортсмена, і перш за все особливостей темпераменту як біологічного фундаменту особистості, буде актуально для подальшого прогресивного розвитку спортивної практики.

Мета: виявити індивідуально-психологічні особливості, властиві молоді, що займається екстремальними видами спорту.

Завдання дослідження:

1. Виявити теоретичні підходи вітчизняних та зарубіжних вчених з дослідження індивідуально-психологічних особливостей;
2. Позначити специфіку індивідуально-психологічних особливостей молоді, що займають екстремальними видами спорту;
3. На основі аналізу теоретико-методологічних робіт зарубіжних та вітчизняних авторів виявити індивідуально-психологічні особливості молоді, що займається екстремальними видами спорту;
4. Виявити індивідуально-психологічні особливості молоді, що займається екстремальними видами спорту(на прикладі учасників одеського клубу авантюристів).

Об'єкт дослідження: індивідуально-психологічні особливості особистості.

Предмет дослідження: індивідуально-психологічні особливості молоді, що займається екстремальними видами спорту.

Методі дослідження:

1. Особистісний опитувальник Айзенка(EPI).
2. Тест-опитувальник Г. Шмішека, К. Леонгарда. Методика Акцентуації характеру і темпераменту особистості.
3. Методика діагностики спрямованості особистості Б. Басса (Опитувальник Смекала-Кучера).

4. Методи математичної обробки даних: U-критерію Манна-Уїтні та кореляційний критерій Спірмена.

Вибірка: у дослідженні взяло участь 40 осіб. У діагностичну групу увійшло 20 осіб (10 чоловіків та 10 жінок). До контрольної групи увійшло 20 осіб (10 чоловіків та 10 жінок). Середній вік генеральної сукупності становить 20-25 років.

База дослідження: емпіричне дослідження індивідуально-психологічних особливостей молоді, що займається екстремальними видами спорту проводилося на базі одеського клубу авантюристів в квітні 2017 року.

Структура роботи: Дипломна робота загальним обсягом в 69 сторінках включає: титульний аркуш, зміст, вступ, 2 розділи, висновки, список використаної літератури (що містить 54 першоджерел), 15 таблиць, 6 рисунків. Загальний об'єм тексту 62 сторінок.

ВИСНОВКИ

В дипломній роботі розглянута проблема дослідження індивідуально-психологічних особливостей молоді, що займається екстремальними видами спорту.

Основним завданням дослідження було виявити різницю у індивідуально-психологічних особливостях молоді, що займається і не займається екстремальними видами спорту.

Підводячи підсумки можна зазначити наступне:

З позицій вивчення індивідуально-психологічних відмінностей особистість розглядається як складне багатовимірне утворення, що сформувалося в результаті засвоєння людиною соціально-історичного досвіду, враховуються при цьому і біологічні фактори її розвитку.

С.М. Симоненко зазначає, що традиційно в психологічній науці під індивідуально-психологічними відмінностями розуміють особливості психічних процесів, станів і властивостей, що відрізняють людей один від одного.

Підкреслюючи переважно соціальне або біологічне походження індивідуально-психологічних відмінностей, В.М. Русалов виділяє два основних рівня: «змістовні» індивідуальні відмінності та психодинамічні особливості особистості.

Взаємопроникнення і взаємозалежність біологічного і психічного, біологічного та психологічного, психологічного та соціального можуть бути відновлені і розкриті на основі методологічного принципу детермінізму, проголошеного С.Л. Рубінштейном (1946), згідно з яким зовнішні причини діють лише через внутрішні умови і навпаки.

Говорячи про специфіку індивідуально-психологічних особливостей молоді, що займається екстремальними видами спорту, слід зазначити, що особистісні механізми регуляції спортивної діяльності ієрархічно. Виділяються загальні та спеціальні здібності нервової системи. Спеціальні

властивості особистості виразно проявляються в змагальному поведінці спортсмена. Вони формуються і розвиваються в ході його тренувальної та змагальної діяльності. Їх можна розглядати як внутрішні засоби, які суб'єкт може цілеспрямовано розвивати і в більшій чи меншій мірі керувати ними. Тому спеціальні властивості особистості тісніше пов'язані зі специфікою спортивної діяльності і можуть більш істотно впливати на результати, в першу чергу на надійність виступів.

Згідно з останніми дослідженнями парашутисти в порівнянні з чоловіками, що не мають відношення до екстремального спорту, відрізняються більш високою соціальною активністю, вираженою потребою в спілкуванні, у них спостерігається висока стійкість до стресу, хороша захищеність до впливу стрес-факторів звичайних життєвих ситуацій, яка заснована на впевненості в собі, оптимістичність та активності, а також на екстравертированності. Також їм властива емоційна лабільність. У спортсменів-екстремалів зафіксована висока гнучкість психіки щодо досліджуваних контрольної групи.

Ступінь прояви таких фізіологічних характеристик, як за силою процесу збудження, рухливості нервових процесів (опитувальник Я. Стреляу), рухливості нервових процесів (опитувальник А.І. Щебетенко) у дівчат значно більше, ніж у юнаків.

В результаті емпіричного дослідження нам вдалося встановити, що результати діагностики прояви тривожності і нервово-психічної стійкості обох вибірок мають не випадковий характер. Тобто відмінності в прояві тривожності у чоловіків і жінок, які займаються і не займаються екстремальним спортом не випадкові. Тож, можемо вказати, що чоловіки і жінки, які займаються і не займаються екстремальним спортом, мають відмінності в прояві тривожності та нервово-психічної стійкості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славська, К.А. // Стратегія життя / М .: Думка, 1991.-299 с.
2. Авраменко А.В., Клименко А.А., Кривцова М.А. - Темперамент особистості і його властивості // Унікальні дослідження ХХІ века.- 2015.- Вип. № 5 (5) .- С.105-111.
3. Акімова О.В., Єршова Д.А. Особливості поведінки і психічних процесів особистості в екстремальних ситуаціях. Психологія екстремальних професій: матеріали Всеросійської науково-практичної конференції (м Архангельськ, 18-19 грудня 2014 року). - Архангельськ: САФУ, 2015. - С. 10 - 13 ..
4. Алдашева А.А. - Особливості особистісної адаптації в малих ізольованих колективах: Автореф. дис. канд. психол. наук. - Л., 1984.
5. Алексєєв А.В. - Метод об'єктивної оцінки навичок психічної саморегуляції / А.В. Алексєєв // Стрес і тривога в спорті: збірник наукових праць. - М .: Фізкультура і спорт, 2003.
6. Алексєєва Е.Е., Каменська В.Г.- Властивості нервової системи і темпераменту в структурі індивідуально-типологічних особливостей людини // Вісник Санкт-Петербурзького університету МВС Росії. - 2010. - № 1 (45). - С. 202-209
7. Александров Ю.В., Воронова Ю.В., Сігал Н.С. - Індивідуально-психологічні особливості спортсменів рухливих видів спорту в умовах стресу // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту - 2009.
8. Александрова Л.А., Михайлова В.П., Коритченкова Н.І., Кувшинова Т. І. - Зв'язок механізмів психологічних захистів і совладання (coping) з акцентуаціями характеру, типом темпераменту, емоційною компетентністю і агресивністю // Вісник Кемеровського державного університету - 2008.

9. Богданов Д. Я. - Практичні заняття з психології: для студентів інститутів фізичної культури - М .: Фізкультура і спорт - 1989.
- 10.Буянова Г.В. - Темперамент як фактор вибору професії // Освіта і наука - 2010 року.
- 11.Вареників Н.А. - Подолання тривожності в спорті // Вісник Воронежського державного технічного університету - 2012.
- 12.Вяткін Б.А. - Управління психічним стресом у спортивних змаганнях. - М .: ФиС, 1981.
- 13.Вяткін Б.А. - Темперамент, стрес і успішність діяльності спортсмена в змаганнях. - М., 1981.
- 14.Ганоль А.С. - Гендерні особливості і структура мотивації вибору екстремальних видів спорту // Науково-теоретичний журнал «Вчені записки університету імені П.Ф. Лесгафта»- 2011 року.
- 15.Гілазієва Р.С. - Ставлення дорослого населення до занять фізичною культурою // Вісник Оренбуржського державного університету - 2014.
- 16.Гілл, Дж. Все про стресі / Дж. Гілл. М .: Изд. Будинок Магістр-Прес, 2004.
- 17.Гурин В.В. - Проблема тривожності як емоційного переживання, що впливає на фізичну діяльність спортсмена // Вісник Майського державного університету - 2009.
- 18.Дейнекін А.К. - Роль властивостей темпераменту в психічній надійності співробітників правоохоронних органів // Теорія і практика суспільного розвитку - 2012.
- 19.Жуковська В.І. - Воля // Психологія - 1970. Наступні
- 20.Зеляніна А.Н., Міщенко І.В., Пушкіна В.Н. - Методика проведення занять фізичною культурою з професійно-прикладною спрямованістю у студентів будівельних спеціальностей // Вісник Хмельницького державного університету - 2013.
- 21.Зеляніна А.Н., Міщенко І.В., Пушкіна В.Н. - Педагогічні основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів будівельних спеціальностей: Автореф. дис. канд. педагог. наук. - 2014.

- 22.Зеляніна А.Н., Оляшев Н.В., Пушкіна В.Н., Размахова С.Ю., Цініс А.В. - Індивідуально-психологічні характеристики осіб, що займаються екстремальними видами спорту // Світ науки - 2016.
- 23.Ізард К. - Емоції людини // М .: Директ-Медіа - 2008.
- 24.Горданов А.Ф. - полодиморфические особливості в структурах нервової системи і темпераменту // Известия Південного федерального університету / Технічні науки - 2006.
- 25.Казначеев В. П. - Сучасні проблеми адаптації людини // Наука - 1980.
- 26.Калашникова В.А. Черепкова Н.В., - Взаємовплив соціальних, біологічних і психічних чинників, які формують особистісну мінливість // Наукові проблеми гуманітарних досліджень - 2012.
- 27.Калин В.К. - Класифікація вольових якостей // Емоційно-вольова регуляція поведінки та діяльності - 1983.
- 28.Кисельов Ю.Я. - Оцінка емоційного збудження в реальних умовах спортивної діяльності // Стрес і тривога в спорті - 1983.
- 29.Кретті Брайнет Дж. - Психологія в сучасному спорті - 1 978.
- 30.Коритченкова Н. І., Михайлова В. П., Кувшинова Т. І. - Моделі поведінки студента в залежності від співвідношення типу темпераменту, акцентуацій характеру і психологічних захистів // Вісник Кемеровського державного університету - 2009.
- 31.Лебедев В.М. - Теоретичне і прикладне значення феномену асиметрії в спорті // Теорія і практика фіз. культури - 1975.
- 32.Лібіна А. В. - впоратися інтелект: людина в складній життєвій ситуації - 2008.
- 33.Мерлін В.С. - Проблеми інтегральної характеристики індивідуальності в диференціальній психології // Питання диференційної психології в зв'язку з генетикою - 1975.
- 34.Мільман, В.Е. - Стрес і особистісні фактори регуляції діяльності // Вчені записки університету ім.П.Ф. Лесгарфа - 2009.

- 35.Найдіффер Р.М. - Визначення та формування оптимального рівня емоційного збудження // Мін науки, культури, освіти - 2009.
- 36.Найдіффер Р.М. - Психологія змагається спортсмена - тисячу дев'ятсот сімдесят дев'ять.
- 37.Наумова О.Р. Русалов В.М. - Про взаємозв'язок між загальними здібностями і «інтелектуальними» шкалами темпераменту // Психологічний журнал. - тисяча дев'ятсот дев'яносто один.
- 38.Новікова О.В., Ляпунова О.Е.- Соціально-психологічні особливості людей, що віддають перевагу екстремальним видам відпочинку // Психологія і сучасний світ: матеріали Всеросійської наукової конференції студентів, аспірантів і молодих вчених - 2015.
- 39.Попова В.В. - Стрес і совладання в спорті в світлі теорії інтегральної індивідуальності // Теорія і практика суспільного розвитку - 2001.
- 40.Попова В.В. - подолання стресу в період підготовки до змагань // Психопедагогіка в правоохоронних органах - 2014.
- 41.Портнова А.Г. - Психологічний захист в контексті соціально-психологічної адаптації // Монографія - 2009.
- 42.Посохова С. Т. - Індивідуальні стратегії особистісної адаптації // ОЛМА-пресс - 2003.
- 43.Різдвяна В.І. - Індивідуальні відмінності працездатності // Когнітивні стилі. Тези науково-практичного семінару - тисячу дев'ятсот вісімдесят шість.
- 44.Розенова М.І. - До проблеми діагностики властивостей темпераменту // Психопедагогіка в правоохоронних органах - 1996.
- 45.Ромек В.Г. - Психологічна допомога в кризових ситуаціях - 2005.
- 46.Ронгінская Т.І. - Феномен опору адаптуючим впливів // Автореф. дис. на соіск. вчений. степ. д-ра психол. наук - 1995.
- 47.Русалов В.М. - Біологічні основи індивідуально-психологічних відмінностей - 1979.
- 48.Самоукина Н.В. - Психологія професійної діяльності - 2003.

- 49.Симоненко С. М. - Особливості впливу індивідуально-психологічних властивостей на творчу діяльність особистості // Наука і освіта. - 2013.
- 50.Симонов В.П. - Вмотивований мозок - 1987.
- 51.Смирнов В.М. - Психологія управління персоналом в екстремальних умовах // Академія - 2007.
- 52.Франкл В. - Людина в пошуках сенсу - 2012.
- 53.Фромм Е. - Психоаналіз і етика - +1993.
- 54.Щербатих Ю.В. - Психологія стресу і методи корекції - 2006.