

существуют одни и те же явления, хотя называются они по-разному. Но всё равно это одни и те же законы: в физике, химии, биологии и социуме.

Раскрыто психологическое содержание понятия феномена «морально-нравственные принципы», которое заключается не в стремлении к накоплению ценностей, обслуживающих только потребности материального тела, а в удовлетворении психологических потребностей личности, связанных с эмоциональными, чувственными ощущениями, ментально-образными настроениями, душевными и духовными переживаниями. Как материальные, так и психологические потребности человека и общества должны быть гармонично уравновешены. Не допустимы перекосы либо в сторону материализма, либо в сторону только духовных потребностей. Несоблюдение МН принципов человеком сказывается на его здоровье. Эти нарушения ведут, по выражению основоположника телесно-ориентированной психотерапии Вильгельма Райха, к возникновению мышечного «панциря» и мышечных «зажимов» [6]. Накапливаясь до определённого предела, они приводят к неправильной циркуляции универсальной космической жизненной энергии-оргона. А это, в свою очередь, вызывает разные заболевания внутренних органов и систем организма.

Нарушая морально-нравственные принципы, человек нарушает биологические законы, управляющие его здоровьем, а общество, нарушая МНП, нарушает социальные законы, управляющие здоровьем всего общества.

Именно гармоничное развитие общества, и как следствие, гармоничное развитие личности ведут к эволюционному развитию обоих, что и подтвердило наше исследование.

Список использованной литературы:

1. Айванхов, О.М. «Космические Законы Морали» П.С.С.т.12 Просвета / О.М. Айванов. – Минск: РУП «Издательство «Белорусский Дом Печати»», 2005.
2. Журавлева, Н.А. Динамика ценностных ориентаций личности в российском обществе / Н.А Журавлева. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006.
3. Журавлева, Н.А. Ценностные ориентации личности в изменяющемся российском обществе / Н.А Журавлева // Психологический журнал. – 2012. – Т. 33. – № 1.
4. Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности [Текст] / Д.А. Леонтьев. – 2-е, испр. изд. – М.: Смысл, 2003.
5. Шемшук, В.А. Этическое государство / В.А. Шемшук. – М.: Изд-во Шемшук и К, 2012.
6. Райх, В. Анализ характера / В. Райх / Пер. с англ. Е. Поле. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.

Афанасенко М.А. (Научный руководитель – Богомаз С.Л.,
канд. психол. наук, доцент)

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ВЗАИМОСВЯЗЬ ДОМИНИРУЮЩИХ МОТИВОВ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ЛИЧНОСТНЫМИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ПОКАЗАТЕЛЯМИ

Введение. Изучению мотивов физкультурно-спортивной деятельности посвящено достаточно большое количество научных работ. Проблема мотивов в атлетизме вызывает большой интерес, поскольку именно мотивация в значительной степени определяет результат деятельности. Выбор спортсменом вида спорта и степень мастерства могут зависеть от прошлого и настоящего опыта, обстоя-

тельств или общения в коллективе. Как правило, выбирая спортивную деятельность, спортсмен реализует духовные потребности, связанные с самовыражением, самоутверждением и материальные потребности, а также в соответствии с личностными особенностями, ориентируясь на свои недостатки, которые в данной деятельности будут компенсироваться, и трансформироваться в пользу атлета.

Целью нашего исследования стало изучение взаимосвязи доминирующих мотивов физкультурно-спортивной деятельности с личностными психологическими показателями. Значимость проведенного нами исследования заключается в установлении взаимосвязей между доминирующими мотивами физкультурно-спортивной деятельности и личностными психологическими показателями атлетов. К сожалению, достаточно редко проводятся исследования конкретной группы занимающихся с предоставлением последующих рекомендаций, как самим испытуемым, так и преподавателям, и тренерам тестируемой группы. В ходе исследования нами были разработаны практические рекомендации тренерам и спортсменам, направленные на повышение мотивации к занятиям атлетизмом. Результаты исследования могут быть применены в спортивном отборе, в спортивной ориентации, при усовершенствовании программ тренировок по атлетизму, учитывающих индивидуальные особенности личности спортсмена и для повышения психолого-педагогической компетентности тренеров по атлетической гимнастике.

Материал и методы. Наше исследование проходило в мае – сентябре 2019 года на базе атлетического клуба Эллада (г. Витебск, ул. Димитрова 36/7) и включало в себя три этапа. На первом этапе (май – начало июня) были определены объект, предмет, цель и задачи исследования, проводился анализ и отбор источников по проблеме исследования, подбирались методики для его проведения. На втором этапе (июнь – август) было проведено вначале пилотажное исследование, а затем непосредственно основное эмпирическое исследование. В исследовании приняли участие 25 человек (23 мужчины и 2 женщины) в возрасте от 17 до 47 лет. На финальном этапе (август-сентябрь) проводилась обработка полученных эмпирических данных, анализ и интерпретация результатов эмпирического исследования. Исследование особенностей мотивации физкультурно-спортивной деятельности проводилось с помощью методики «Изучение мотивов занятий спортом», разработанной В.И. Тропниковым для выяснения степени важности различных причин (ситуаций, обстоятельств), которые побудили и побуждают спортсмена продолжать заниматься выбранным им видом спорта. Свойства темперамента мы исследовали при помощи личностного опросника Г. Айзенка (форма Б адаптированная в НМИЦ ПН имени В.М. Бехтерева). Изучение тревожности производилось нами при помощи методики самооценки личностной и ситуативной тревожности Ч.Д. Спилбергера (адаптирована Ю.Л. Ханиным).

Результаты и их обсуждение. Анализ результатов исследования мотивов занятий спортом показал, что доминирующими мотивами физкультурно-спортивной деятельности по выборке являются: мотив физического совершенствования (средний показатель 3,3), мотив развития характера и психических качеств (средний показатель 2,68), мотив улучшения самочувствия и здоровья (средний показатель 2,42). Следующую по степени важности группу мотивов составили мотивы познания, эстетического удовольствия и острых ощущений, приобретения полезных для жизни умений и знаний (средний показатель по выборке составляет около 2). Несколько менее значимым для испытуемых является мотив общения. Замыкают перечень

следующие мотивы: повышение престижа, желание славы, потребность в одобрении, коллективистская направленность, мотив материальных благ. Подавляющее большинство среди респондентов ответили, что стали заниматься атлетизмом, потому что считают себя подходящими для данного вида спорта и потому, что это тот вид спорта, где отчетливо виден результат. На наш взгляд такая иерархия мотивов объясняется особенностями атлетизма как вида спорта и особенностями выборки. Большинство респондентов занимаются атлетизмом для саморазвития, считают его интересным способом времяпрепровождения, но не участвуют в соревнованиях по этому виду спорта. Трое испытуемых, характеризующихся самым длительным стажем занятия данным видом спорта, принимали участие в соревнованиях и имеют разряд мастера спорта, один испытуемый хочет принять участие в соревнованиях и активно готовится к ним. По результатам исследования выборки с применением методики Айзенка было выявлено, что среди испытуемых 11 человек являются экстравертами (у 4 из них экстраверсия является крайне выраженной), 10 человек являются интровертами (у 4 из них интроверсия является крайне выраженной). Среди испытуемых у трех человек согласно результатам теста Айзенка ни экстраверсия, ни интроверсия не являются выраженными, а еще у одного испытуемого эти качества выражены в равной степени. По всей вероятности, их можно считать амбивертами, поведение которых в еще большей степени зависит от ситуации. Анализ результатов самооценки личностной и ситуативной тревожности полученных по методике Ч.Д. Спилбергера показал, что у одного испытуемого низкий уровень ситуационной (Ст) и личностной тревожности (Лт). По результатам проведенной психодиагностики нами было выявлено 9 испытуемых со средней и 15 человек с высокой личностной тревожностью. Исследование ситуационной тревожности выявило 19 человек со средней и 5 человек с высокой ситуационной тревожностью.

Таблица 1 – Результаты корреляционного анализа

Корреляции	г – коэффициент корреляции Пирсона (двухсторонний)	р – уровень статистической значимости
интроверсия – личностная тревожность	0.563	0.005
нейротизм – шкала лжи, установочное поведение	-0.527	0.010
нейротизм – личностная тревожность	0.425	0.043
нейротизм – мотив развития характера и психических качеств	0.542	0.008

В результате корреляционного анализа нами была установлена значимая прямая связь между интроверсией и личностной тревожностью. Мы получили коэффициент корреляции $r = 0.563$, на уровне значимости $p = 0.005$. Это свидетельствует о том, что чем выше показатель интроверсии, тем выше уровень и личностной тревожности. Е.П. Ильин отмечает что, интровертам намного труднее сосредоточиться, «взять себя в руки» в сложной ситуации, что сказывается на эффективности их деятельности [2]. Показатель ситуационной тревожности также оказался несколько выше у интровертов. Однако на нашей выборке значимой

связи между интроверсией и ситуационной тревожностью (в стрессовых, субъективно значимых ситуациях) обнаружено не было. Личностная тревожность является характеристикой индивидуальной и комплексной, поэтому приведенная выше зависимость может быть обусловлена направленностью на внутренний мир лишь отчасти. Отсутствие корреляционных связей ситуационной тревожности с другими параметрами на наш взгляд связано с достаточно большим «стажем» занятий атлетизмом у испытуемых (средний показатель составил 6 лет) – люди вероятно стараются оставить свои проблемы и тревоги вне тренировочного процесса, чтобы они не влияли на его эффективность.

Нами была установлена значимая прямая связь между нейротизмом и личностной тревожностью. Мы получили коэффициент корреляции $r = 0.425$, на уровне значимости $p = 0.043$. Люди с высоким нейротизмом отличаются нестабильностью, неуравновешенностью нервно-психических процессов, эмоциональной неустойчивостью, а также лабильностью вегетативной нервной системы. Поэтому они легко возбудимы, для них характерны изменчивость настроения, чувствительность, а также тревожность, мнительность, медлительность, нерешительность. Для людей с низким нейротизмом характерными являются такие особенности как: эмоциональная стабильность, спокойствие, уравновешенность, уверенность, решительность [2]. Уотсон и Кларк (Watson and Clark, 1984), проанализировав данные 20 исследований, продемонстрировали сильную положительную связь между нейротизмом и реакцией стресса на экзамены, интервью и другие ситуации, в которых может случиться неудача и возникнуть разочарование [3]. Также нами были установлены корреляции между показателями нейротизма и степенью важности мотива развития характера и психических качеств ($r = 0.542$, на уровне значимости $p = 0.008$, а также обратной связи между показателями нейротизма и показателями по шкале установочного поведения ($r = -0.527$, на уровне значимости $p = 0.010$). Это может свидетельствовать об эффективности применения испытуемыми атлетизма в качестве способа развития характера и психических качеств.

Таким образом, люди с высокими показателями нейротизма занимаются атлетизмом для получения удовольствия и саморазвития. Занятия данным видом спорта помогают избавиться от чувства неполноценности (распространенный мотив среди новичков) улучшить состояние своей мускулатуры, скорректировать негативные черты характера и более адекватно приспособиться к жизни в обществе.

Список использованной литературы:

1. Бабушкин, Г.Д. Формирование спортивной мотивации / Г.Д. Бабушкин. – Омск: СибГАФК, 2000. – 179 с.
2. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2019. – 352 с.
3. Айзенк, Г.Ю. Структура личности / Г.Ю. Айзенк. – СПб.: Ювента; М.: КСП+, 1999. – 464 с.
4. Виноградов, Г.П. Мотивы к спортивной деятельности занимающихся атлетизмом / Г.П. Виноградов, И.Н. Савельева // Научно-теоретический журнал «Ученые записки». – 2008. – № 11(45). – С. 16-21.