

ных сетей мозга в процессе переработки информации. Утверждается, что нейронные сети, реализующие психические (субъективные) явления, осуществляют процесс формирования новой информации посредством интеграции уже фиксированной в мозге информации, что позволяет человеку избегать «стратегии проб и ошибок», создавая адекватные психические модели будущего в условиях средовой новизны.

Ключевые слова: субъективность, детерминизм, психический процесс, новая информация, уже фиксированная в мозге («старая») информация, новизна, вероятностная среда.

In given article the problem of functional specificity of the mental subjectively carried out phenomena within the limits of objective activity of neural networks of a brain on information processing is investigated. We suggest that the neural networks carry out the mental (subjective) phenomena, form a new information by means of integration of information already fixed in a brain that allows a man to avoid «tests and errors» by creation of adequate mental models of future.

Key words: subjectivity, determinism, mental process, new information, already fixed in a brain (“old”) information, novelty, probable environment.

Стєценко Н.Д.

КОМПЛЕКСНА ОЦІНКА ОСОБИСТІСНИХ ТА ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ СПОРТСМЕНІВ

Реактивна тривожність найбільшою мірою зростає серед бігунів на 100 м, меншою – серед стрибунів у довжину з розбігу і практично не змінюється серед легкоатлетів-стаєрів. Показники екстраверсії і нейротизму найбільшою мірою виражені у представників швидкісних і швидкісно-силових видів спорту, а фальшивості – серед атлетів, які розвивають параметри загальної витривалості. Протягом річного тренувально-змагального макроциклу показники самопочуття та активності найбільшою мірою знижуються серед бігунів на 3000 м і меншою – серед бігунів на 100 м і стрибунів у довжину.

Ключові слова: психологія, особистість, емоції, спорт.

Постановка проблеми. Особливості емоційних і особистісних реакцій у спорті високих досягнень привертають до себе неабиякий інтерес фахівців у галузі олімпійського і професійного спорту, спортивних лікарів, тренерів, спортивних психологів [3, 6, 11, 15, 21]. Це й не дивно, адже фізичні і психоемоційні навантаження у сучасному спорті вже давно вийшли за межі граничних фізичних і психічних можливостей пересічної людини, яка спортом професійно не займається [5, 7, 9, 12]. А між тим такі навантаження можуть стати безпосередньою причиною виникнення депресивних станів, фрустраційних переживань,

психологічної перевтоми, низки невротичних чи неврозоподібних розладів тощо [14, 16, 20, 23].

Задля оцінки реактивної тривожності на теперішній час широко використовують шкалу самооцінки Ч.Д.Спілбергера і Ю.Л.Ханіна, а для показників екстра-, інтратверсії і нейротизму – особистісний опитувальник Г.Айзенка [1, 13, 20]. Однак недостатньо поширеним є застосування методики САН (самопочуття – активність – настрій), яка дає комплексне уявлення про теперішній (поточний) психо-емоційний стан індивіда. Окрім того, зазначені методики у репрезентованих дослідженнях, як правило, використовуються одноразово і серед однорідного контингенту спортсменів, що не дає належного уявлення про динаміку психологічної спрямованості, а також тривожності спортсменів різних спеціалізацій протягом тривалого періоду спостереження.

Незважаючи на чисельні напрацювання у даній галузі, проблема впливу довготривалих фізичних навантажень на особистісні та емоційні показники серед спортсменів усе ще залишається відкритою для досліджень. Це й зумовило актуальність і необхідність нашої роботи.

Мета дослідження – оцінка особистісних та емоційних характеристик спортсменів різної спеціалізації протягом річного періоду спостереження.

Матеріали і методи дослідження. У дослідженнях добровільно взяли участь чоловіки-спортсмени віком 18-23 роки (студенти-спортсмени), які протягом останніх 3-х років займалися обраним видом спорту і мали високу спортивну кваліфікацію (1-й розряд). Було сформовано 4 дослідних групи по 30 чоловік у кожній. Спортсмени першої групи займались спринтерським бігом на 100 м і розвивали переважно швидкість. До другої групи належали атлети, які розвивали швидкісно-силові якості і займались стрибками у довжину з розбігу. Спортсмени третьої групи розвивали загальну витривалість і спеціалізувались у стаєрському бігові на 3000 м. Четверта група (співставлення або контрольна) складалась із неспортивних (30 чоловік). Загальна кількість досліджуваних – 120 осіб.

Можливості зорової пам'яті оцінювали за допомогою демонстрації слайдів із 16 клітинами за 30 с, де були зображені 7 простих геометричних фігур. Аналогічне завдання виконували 2 рази. Час на відтворення становив 45 с. При цьому вмальовування здійснювали у попередньо підготовлену сітку із 16 клітин. Результативність оцінювали за кількістю і правильністю відтворення геометричних фігур.

З метою оцінки реактивної тривожності використовували шкалу самооцінки Ч.Д.Спілбергера і Ю.Л.Ханіна.

Для оцінки показників екстра-, інтратверсії і нейротизму використовували особистісний опитувальник Г.Айзенка.

Комплексне уявлення про теперішній психо-емоційний стан індивіда довідувались, використовуючи методику САН (самопочуття – активність – настрій).

Отримані цифрові дані опрацьовані на персональному комп'ютері за допомогою критеріїв Ст'юдента, Вілкоксона, Спірмена, використовуючи програ-

му STATISTICA 6.0 для Excel. У таблицях цифровий матеріал представлений у вигляді $M \pm m$, $n=30$.

Результати досліджень та їх обговорення. Аналізуючи отримані результати під час оцінки реактивної тривожності, використовуючи шкалу Спілбергера-Ханіна (табл. 1), звертає на себе той факт, що до початку річного тренувально-змагального макроциклу (1-й етап спостережень) спортсмени, які спеціалізуються у бігові на 100 м, маютьвищі показники тривожності порівняно з легкоатлетами-стаєрами на 45 % ($p<0,05$), тоді як стрибуни у довжину – на 55 % ($p<0,05$).

Порівнюючи параметри серед легкоатлетів-стаєрів і неспортсменів нами не зафіковано достовірної різниці – показники у цих групах статистично не відрізнялись протягом усіх етапів спостереження ($p>0,05$).

Впродовж річного макроциклу має місце поступове збільшення показників реактивної тривожності, особливо у перших двох дослідних групах. Так, серед бігунів на 100 м після літніх змагань тривожність порівняно з первинним обстеженням зросла на 49 % ($p<0,01$), серед стрибунів у довжину – на 32 % ($p<0,01$), а серед бігунів-стаєрів – на 23 % ($P>0,05$). Підкреслимо, що достовірні відмінності у показниках реактивної тривожності відносно контрольної групи, одержаних на основі шкали самооцінки Спілбергера-Ханіна, серед бігунів на 100 м і стрибунів у довжину нами була зафікована на кожному із чотирьох етапів спостереження.

Таблиця 1
Реактивна тривожність спортсменів і неспортсменів (бали)

Дослідні групи	Етапи спостереження			
	I	II	III	IV
Біг 100 м	32,3±3,1*	38,2±3,6*	45,2±4,1*	48,2±4,9*#
Стрибики у довжину	34,2±3,2*	36,1±3,4*	43,2±4,2*	45,1±4,3*
Біг 3000 м	22,1±2,0	24,1±2,3	24,3±2,3	27,2±2,5
Неспортсмени	25,1±1,3	24,7±2,3	25,0±1,5	25,±2,2

Примітка: * - достовірна відмінність відповідного показника від значень групи неспортсменів; # - достовірна відмінність відносно етапу I.

Підредеслимо, що збільшення показників тривожності протягом річного сезону серед бігунів на 3000 м носить недостовірний характер.

Після закінчення літніх змагань найвища реактивна тривожність зафікована при заняттях спринтерським бігом на 100 м, тобто на тлі розвитку швидкісних якостей. Дещо менша – під час занять швидкісно-силовими видами спорту, зокрема стрибками у довжину з місця. Що стосується бігу на 3000 м, тобто розвитку загальної витривалості, то серед даної когорти атлетів має місце найнижча ступінь тривожності й вона залишається стабільною фактично протягом усіх етапів спостереження, тобто протягом усього тренувально-змагального макроциклу, мало відрізняючись від аналогічних показників неспортсменів.

Показники естра-, інтриверсії, нейротизму і фальшивості оцінювали з використанням загальновідомого опитувальника Г.Айзенка.

На першому етапі спостереження, тобто перед початком річного тренувально-змагального макроциклу, показники екстраверсії поміж усіх досліджуваних груп практично не відрізнялися ($p>0,05$), що свідчить про однотиповість обраного контингенту (табл. 2).

У контрольній групі, тобто у групі неспортсменів, екстравертованість протягом усіх етапів спостереження залишається стабільною з незначними коливаннями у межах 1,3 ($p>0,05$).

Дослідження показали, що впродовж річного тренувально-змагального макроцикла має місце зменшення показників екстравертованості серед спортсменів усіх груп і до завершення річного циклу дані параметри достовірно відрізнялися від аналогічних у неспортсменів. Найвища відмінність зафіксована з боку бігунів на 3000 м – відносно контрольної групи параметри екстраверсії були нижчими у 2,5 раза ($p<0,01$). Серед бігунів на 100 м екстравертованість на завершальному етапі була нижчою порівняно з неспортсменами в 1,6 рази ($p<0,01$), а серед стрибунів у довжину – в 1,5 рази ($p<0,01$).

Таблиця 2

**Показники екстраверсії, нейротизму і фальшивості
серед спортсменів (позитивні відповіді)**

Дослідні групи	Показники	Етапи спостереження			
		I	II	III	IV
Біг 100 м	E	14,2±1,2	14,3±1,5	10,1±1,2*	9,7±1,0*
	H	6,2±0,6	6,2±0,8	10,1±1,2*	18,3±1,9*
	Ф	5,1±0,3	6,2±0,6	6,1±0,5	7,2±0,8
Стрибки у довжину	E	14,2±1,5	13,3±1,3	12,2±1,5	10,3±1,6*
	H	8,2±0,8	10,3±1,5*	13,1±1,6*	19,2±1,8*
	Ф	6,1±0,7	5,2±0,5*	6,1±0,6	8,2±0,8*
Біг 3000 м	E	15,2±1,2	13,3±1,9	10,2±1,5*	6,1±0,6*
	H	7,1±0,7	8,2±0,9*	13,6±1,2*	20,2±2,2*
	Ф	6,0±0,8	8,2±0,7	10,5±1,3*	11,0±1,5*
Неспортсмени	E	15,5±1,5	16,6±1,7	15,3±1,7	15,5±1,5
	H	6,4±0,4	5,5±0,6	6,2±0,4	7,0±0,8
	Ф	6,2±0,7	7,1±0,7	6,2±0,6	6,0±0,3

Примітка: * - достовірна відмінність відповідного показника від значень групи неспортсменів; Е – екстраверсія, Н – нейротизм, Ф – фальшивість.

Принагідно зауважимо, що достовірні значення з боку показників екстравертованості нами зафіксовані вже на третьому етапі спостереження, тобто після завершення весняного підготовчого періоду. Це стосується, передусім, бігунів на 100 і 3000 м. Серед даної категорії спортсменів екстравертованість порівняно із неспортсменами була нижчою у 1,5 рази ($p<0,01$).

Найбільш швидкими темпами посилення інтратвертованості спостерігається серед бігунів-стаєрів. На завершальному етапі спостереження показники

екстраверсії у цій групі були у 1,7 рази ($p<0,01$) меншими порівняно зі спортсменами інших груп.

В цілому від початку до закінчення річного тренувально-змагального макроциклу екстраверсія поміж бігунів на 3000 м знизилась у 2,5 рази ($p<0,01$). Що ж стосується бігунів-спринтерів (100 м), то від першого до останнього етапу спостереження екстраверсія тут зменшилась в 1,5 рази ($p<0,01$), а в групі спортсменів, які займаються стрибками у довжину – на 37,9 % ($p<0,01$).

Серед неспортсменів має місце деяке посилення явищ нейротизму за умов порівняння першого й останнього етапів спостереження – різниця між ними складає 9,3 % ($p>0,05$), однак в цілому у студентів даної групи параметри нейротизму залишаються відносно стабільними протягом більшості етапів спостереження. Як і у випадку з показниками спрямованості особистості, впродовж річного тренувально-змагального макроцикла серед представників контингенту спортсменів показники нейротизму змінюються, однак тут має місце їхнє невпинне зростання.

Так, серед бігунів на 3000 м таке збільшення від первинного обстеження до завершення річного макроцикла складає 2,8 рази ($p<0,01$), серед бігунів на 100 м – 2,9 рази ($p<0,01$), а серед стрибунів у довжину – 2,3 рази ($p<0,01$).

Достовірні відмінності показників нейротизму у спортсменів відносно контрольної групи неспортсменів починають з'являтися вже після завершення осінньо-зимового підготовчого періоду. Перш за все, це стосується спортсменів, які займаються стрибками у довжину з розбігу. Тут різниця відносно неспортсменів на другому етапі спостереження складає 1,9 раза ($p<0,01$). Між бігунами на 3000 м і неспортсменами на цьому ж етапі різниця складає 1,5 раза ($p<0,01$). Після закінчення весняного підготовчого періоду достовірні відмінності невротичних показників відносно групи неспортсменів мають місце серед усіх груп спортсменів. Найбільша відмінність зафіксована у групі бігунів-стаєрів. Вона складає 2,2 рази ($p<0,01$). Між стрибунами у довжину і неспортсменами на етапі III різниця складає 2,1 рази ($p<0,01$), а відносно бігунів на 100 м – 1,6 раза ($p<0,01$).

На завершальному етапі спостереження має місце іще більше посилення явищ нейротизму серед спортсменів усіх спеціалізацій. Найбільші, відносно контрольної групи, значення параметрів нейротизму мають місце у групі атлетів, які займаються бігом на 3000 м. Тут відмінність складає 2,9 рази ($p<0,01$). У групі стрибунів відмінність відносно групи контролю зафіксована на показникові 2,7 рази ($p<0,01$), а у групі бігунів-спринтерів – 2,6 рази ($p<0,01$). Підкреслимо, що на даному етапі спостереження не виявлено достовірних відмінностей у параметрах нейротизму між спортивними групами, хоча за абсолютними показниками найвищі значення нейротизму мають місце у групі атлетів-стаєрів.

Аналізуючи показники фальшивості, можна дійти висновку, що серед спортсменів найвищі значення даного показника зафіксовані серед бігунів на довгі дистанції. Зростання фальшивості у даній групі від першого до останнього етапу спостереження складає 1,8 рази ($p<0,01$). Найбільш „правдивим” у да-

ному аспекті виявились бігуни на 100 м: параметри їхньої фальшивості впродовж етапів спостереження збільшилась в 1,4 раза ($p<0,05$).

На завершальному етапі спостереження параметри фальшивості у групі спортсменів, які спеціалізуються у бігові на довгі дистанції, відрізняються від аналогічних у групі неспортсменів в 1,8 рази ($p<0,01$), а у групі стрибунів – на 36,7 % ($p<0,05$). У групі бігунів-спринтерів порівняно зі неспортсменами не зафіксовано достовірних відмінностей щодо параметрів фальшивості. Необхідно зауважити, що достовірна відмінність у показниках фальшивості зареєстрована у групі бігунів на 3000 м іще на третьому етапі спостереження. Тут, відносно контрольної групи параметри фальшивості серед спортсменів-стаєрів відрізнялися в 1,7 рази ($p<0,05$).

Якщо врахувати, що показник „7” є свідченням вираженої фальшивості, а „11” – дуже вираженої, то в цілому лише на завершальному етапі спостереження виражена ступінь фальшивості зафіксована серед бігунів на 100 м і стрибунів у довжину. Бігуни-стайери виражену ступінь фальшивості мають уже на другому етапі спостереження, а на останньому – дуже виражену.

Комплексне уявлення про поточний психо-емоційний стан індивіда довідувались, використовуючи методику САН (самопочуття – активність – настрій). Під час проведення досліджень було встановлено, що розглянуті показники серед студентів різних груп мають різnobічні тенденції впродовж річного тренувально-змагального макроциклу (табл. 3).

Таблиця 3
Показники самопочуття, активності і настрою
серед спортсменів і неспортсменів (бали)

Дослідні групи	Показники	Етапи спостереження			
		I	II	III	IV
Біг 100 м	C	7,1±0,4	6,2±0,5*	6,6±0,3*	6,0±0,5*
	A	7,2±0,3*	7,1±0,2*	6,6±0,3*	6,0±0,2#
	H	8,1±0,2*	7,7±0,5*	7,6±0,4*	7,8±0,2*
Стрибки у довжину	C	7,2±0,7	7,1±0,5	6,9±0,3*	6,6±0,2*
	A	7,3±0,5	6,9±0,5*	6,3±0,6	5,9±0,4#
	H	8,1±0,4	7,7±0,5	7,0±0,3	7,1±0,5*
Біг 3000 м	C	7,2±0,2*	6,6±0,4*	6,2±0,2*#	6,1±0,1*#
	A	7,7±0,4*	6,8±0,4*	6,0±0,5#	5,8±0,3#
	H	8,2±0,4	8,1±0,3*	7,9±0,4*	7,7±0,5*
Неспортсмени	C	8,1±0,3	8,0±0,4	7,8±0,3	7,9±0,2
	A	6,1±0,3	5,3±0,4	5,0±0,5	5,1±0,6
	H	7,0±0,4	6,8±0,5	6,2±0,4	6,0±0,2#

Примітка: * - достовірна відмінність відповідного показника від значень групи неспортсменів; # - достовірна відмінність відносно етапу I; C – самопочуття, A – активність, H – настрій.

Так, у групі неспортсменів параметри самопочуття та активності залишаються без достовірних змін протягом усіх етапів спостереження, хоча й має мі-

це поступове зниження показників активності від першого до останнього етапу на 19,6 % ($p>0,05$), а самопочуття – на 2,5 % ($p>0,05$).

Під час первинного обстеження параметри настрою за методикою САН у контрольній групі статистично не відрізнялись від аналогічних серед спортивних груп, однак протягом наступних етапів нами зафіксовано проградієнтне зменшення показників настрою серед неспортсменів. На завершальному етапі контролю має місце достовірна відмінність досліджуваного показника відносно первинних значень. Вона складає 16,7 % ($p<0,05$).

Необхідно підкреслити, що параметри активності серед неспортсменів в середньому на 18 % є нижчими, ніж серед легкоатлетів. Даний факт візуалізується уже під час первинного обстеження.

Серед бігунів на короткі дистанції показники настрою залишаються стабільними протягом усього річного терміну, але на усіх чотирьох етапах спостереження нами виявлена достовірна різниця цього показника відносно контрольної групи. Найвищі відмінності показниках були зафіксовані на заключному етапі спостереження – тут параметри настрою серед бігунів на 100 м виявилися вищими за контрольні на 30 % ($p<0,01$).

Параметри самопочуття у групі легкоатлетів-спринтерів дещо погіршуються після осінньо-зимового підготовчого періоду на 14,5 % ($p>0,05$), однак залишаються стабільними на усіх наступних етапах спостереження. Підкреслимо, що деяке погіршення самопочуття серед спринтерів хоча й має місце, однак не є статистично достовірним.

Показники активності у групі бігунів на 100 м поступово знижуються і після закінчення літніх змагань достовірно на 20 % ($p<0,05$) відрізняються від первинних значень. Окрім того, на першому, другому і третьому етапах активність у даній групі легкоатлетів достовірно відрізняється від аналогічних показників у групі неспортсменів. У першому випадку вона була вищою на 68,8 % ($p<0,01$), у другому – на 34 % ($p<0,01$), а у третьому – у 1,5 рази ($p<0,01$).

У групі стрибунів у довжину показники самопочуття погіршуються протягом річного макроциклу в середньому на 9 % ($p>0,05$), а настрою – на 14 % ($p>0,05$). Разом із тим, нами було встановлено, що порівняно з групою неспортсменів заняття швидкісно-силовими навантаженнями, до яких належать стрибки у довжину з розбігу, призводять до того, що показники самопочуття у спортсменів є гіршими, а настрою кращими у співвідношенні зі студентами, які спортом професійно не займаються. Так, самопочуття серед стрибунів після весняного підготовчого періоду є гіршим за контрольні значення на 13 % ($p<0,05$), а після літніх змагань – на 19,7 % ($p<0,05$). Достовірна відмінність параметрів настрою відносно неспортсменів зафіксована на заключному етапі контролю: серед спортсменів дані показники виявилися вищими на 18,3 % ($p<0,01$).

Активність поміж легкоатлетів-спринтерів поступово знижується і до закінчення річного макроциклу достовірно на 23,7 % ($p<0,01$) відрізняється від первинних значень. Окрім того, після закінчення осінньо-зимового підготовчого періоду активність серед стрибунів у довжину була достовірно в 1,3 рази ($p<0,01$) вищою порівняно з групою неспортсменів.

Поміж бігунів-стаєрів настрій залишається стабільно високим протягом усіх етапів спостереження і є достовірно кращими порівняно з контрольними значеннями на трьох останніх етапах. Так, після осінньо-зимового підготовчого мезоцикли параметри настрою серед бігунів на 3000 м були вищими за контрольні на 19,1 % ($p<0,05$), після весняного мезоцикли – на 27,4 % ($p<0,01$), після літнього змагального періоду – на 28,3 % ($p<0,01$).

Показники активності у групі стаєрів відносно первинних значень погрішуються уже на третьому етапі спостереження, тобто після завершення весняного підготовчого мезоцикли. На даному етапі активність серед спортсменів достовірно на 28,3 % ($p<0,01$) вища порівняно з первинними показниками. На заключному етапі контролю активність серед легкоатлетів-стаєрів була на 32,7 % ($p<0,01$) більшою порівняно з тими ж студентами на першому етапі спостереження. Окрім того, показники активності серед спортсменів достовірно відрізняються від аналогічних у контрольній групі. Так, на першому етапі спостереження вони були вищими на 26,2 % ($p<0,01$), а на другому – на 28,3 % ($p<0,01$).

В цілому самопочуття серед бігунів на 3000 м є достовірно гіршим порівняно з групою неспортсменів на усіх без виключення етапах спостереження. На першому етапі різниця складала 12,5 % ($p<0,05$), на другому – 21,2 % ($p<0,05$), на третьому – 30 % ($p<0,01$), а на заключному – 29,5 % ($p<0,01$). Після закінчення весняного підготовчого і літнього змагального мезоцикли показники самопочуття серед спортсменів-стаєрів достовірно на 16 % ($p<0,05$) були гіршими порівняно з даними первинного обстеження.

Таким чином, показники активності найбільшою мірою зменшуються серед бігунів на 3000 м, хоча серед неспортсменів активність у більшості випадків є достовірно нижчою порівняно з будь-якою групою спортсменів. Разом із тим, серед неспортсменів самопочуття краще, а настрій гірший порівняно зі студентами-легкоатлетами.

Висновки

1. Реактивна тривожність найбільшою мірою зростає серед бігунів на 100 м, меншою – серед стрибунів у довжину з розбігу і практично не змінюються серед легкоатлетів-стаєрів.

2. Показники екстраверсії і нейротизму найбільшою мірою виражені у представників швидкісних і швидкісно-силових видів спорту, а фальшивості – серед атлетів, які розвивають параметри загальної витривалості.

3. Протягом річного тренувально-змагального макроцикли показники самопочуття та активності найбільшою мірою знижуються серед бігунів на 3000 м і меншою – серед бігунів на 100 м і стрибунів у довжину.

4. Перспективним може вважатись подальше вивчення особистісних та емоційних особливостей атлетів у різних обставинах спортивної діяльності (перемога, поразка, депресія тощо).

Література

1. Айзенк Г. Проверьте свои способности: [монография]: Пер. с англ. /Г.Айзенк. – М.: Мир, 1972. – 176 с.

2. Александров А.А. Современная психотерапия: [монография] /А.А.Александров. – М.: Медицина, 1988. – 355 с.
3. Алиев А.М. Защита от стресса: [монография] / А.М.Алиев. – М.: Мартин, 1996. – 240 с.
4. Бочелюк В.Й. Психологія спорту [монографія].- К.: Центр. учб. літ., 2007.- 224с.
5. Вітенко І.С. Основи психології: [навч. посібник] /І.С.Вітенко, Т.І.Вітенко. – Вінниця: Нова книга, 2001. – 256 с.
6. Гуменюк Н.П. Психология физического воспитания и спорта: [монография] /Н.П.Гуменюк. – К.: Вища шк., 2005. – 311 с.
7. Зайгарник Б.В. Патопсихология: [монография] / Б.В.Зайгарник. – М.: МГУ, 2006. – 238 с.
8. Матвеев В.Ф. Основы медицинской психологии, этики и деонтологии: [монография] /В.Ф.Матвеев. – М.: Медицина, 2009. – 174 с.
9. Методики психодиагностики в спорте: [сборник]. – М.: Просвещение, 1990. – 256 с.
- 10.Москвина Л. Энциклопедия психологических тестов: [справочник]/ Л.Москвина. – Саратов: Науч. книга, 1996. – 336 с.
- 11.Найдиффер Р.М. Психология соревнующегося спортсмена: [монография] /Р.М.Найдиффер. – М.: ФиС, 1999. – 224 с.
- 12.Немичин Т.А. Состояния нервно-психического напряжения: [монография] / Т.А.Немичин. – Л.: ЛГУ, 2003. – 167 с.
- 13.Николаева В.В. Влияние хронической болезни на психику: [монография] /В.В.Николаева. – М.: МГУ, 2010. – 166 с.
- 14.Никуленко Т.Г. Возрастная физиология и психофизиология: [монография] /Т.Г.Никуленко. – Рн/Д: Феникс, 2007. – 410 с.
- 15.Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма суб'ективности: [монография] /В.А.Петровский. – Рн/Д: Феникс, 1996. – 386 с.
- 16.Плахтиенко В.А. Надежность в спорте: [монография] /В.А.Плахтиенко. – М.: ФиС, 1993. – 176 с.
- 17.Практические занятия по психологии для институтов физической культуры: [учеб. пособие]. – М.: ФиС, 1999. – 159 с.
- 18.Психология и современный спорт / Сост. А.В.Родионов: [монография]. – М.: ФиС, 2003. – 224 с.
- 19.Психология спортивной деятельности: [сборник трудов]. – Казань: КГУ, 2005. – 213 с.
- 20.Психорегуляция в подготовке спортсменов: [сборник трудов]. – М.: ФиС, 2007. – 176 с.
- 21.Тылевич И.М. Руководство по медицинской психологии: [справочник] /И.М.Тылевич. – Л.: Медицина, 2006. – 216 с.
- 22.Уэйнберг Р.С. Основы психологии спорта и физической культуры: [монография] / Р.С.Уэйнберг, Д.Гоулд. – К.: Олимп. лит-ра, 1998. – 335 с.
- 23.Федоренко Р.П. Психодіагностична практика у клініці: [навч.-метод. посіб.] /Р.П.Федоренко. – Луцьк: Вежа, 2010. – 236 с.
- 24.Фонтана Д. Как справиться со стрессом / Д.Фонтана: Пер. с англ. – М.: Педагогика-Пресс, 1995. – 352 с.

- 25.Шостакович В.В. Медична психологія: [монографія] /В.В.Шостакович. – К.: Вища шк., 2000. – 211 с.
- 26.Эмоционально-волевая подготовка спортсменов / Ред. А.Т.Филатов. – К.: Здоров'я, 2002. – 296 с.

Реактивная тревожность в наибольшей степени увеличивается среди бегунов на 100 м, в меньшей – среди прыгунов в длину с разбега и практически не изменяется среди легкоатлетов-стаеров. Показатели экстраверсии и нейротизма в наибольшей степени выражены у представителей скоростных и скоростно-силовых видов спорта, а фальшивости – среди атлетов, которые развиваюят параметры общей выносливости. В течение годичного тренировочно-соревновательного макроцикла показатели самочувствия и активности в наибольшей степени снижаются среди бегунов на 3000 м и в меньшей – среди бегунов на 100 м и прыгунов в длину.

Ключевые слова: психология, личность, эмоции, спорт.

Reactive alarm has maximum indices among runners in 100 m, smaller among jumpers in length and it practically don't changes among long-distance runners in 3000 m . Extraversion and neurotism indices have the largest exhibition in speed and speed-force kinds of sport but falsity in common endurance athletes. Condition and activity indices reduce in the greatest steps among long-distance runners in 3000 m but smaller among runners in 100 m and among jumpers in length.

Key words: psychology, personality, emotions, sport.

Ткаченко Д.О.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТРИВОЖНОСТІ ТА ЗАБОБОННОСТІ У ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті представлені результати емпіричного дослідження взаємозв'язку тривожності та забобонності у дітей шкільного віку (10-16 років). Виявлений достовірний кореляційний зв'язок між показниками тривожності та забобонності. Для школярів, схильних вірити в прикмети і забобони, характерним є підвищений рівень тривожності. Використовуючи прикмети в повсякденному житті, діти прагнуть захистити себе від шкідливого впливу долі та уникнути неприємностей. Таким чином, забобони допомагають їм знизити тривогу, подолати сумніви та набути впевненості в собі.

Ключові слова: тривожність, тривога, страх, забобони, прикмети, забобонність, забобонна поведінка, забобонно-ритуальна діяльність.

Підвищений рівень тривожності у дітей та підлітків в період шкільного навчання є досить поширеним та закономірним явищем. Адаптуючись до нових умов шкільної діяльності, стикаючись зі значним об'ємом інформації та ситуаціями перевірки знань, школярі, частіше за все, перебувають в стані три-валого напруження та стресу. Виступаючи фруструючими факторами, події шкільного життя сприяють розвитку дитячої тривожності, що впливає на