

1) диагностика уровня саморегуляции субъекта профессионального образования;

2) информирование его о путях, способах развития саморегуляции;

3) поддержка и помощь в развитии у субъекта профессионального образования саморегуляции.

Реализация технологии психологического сопровождения формирования надежности профессиональной деятельности специалиста возможна при использовании личностно ориентированных технологий профессионального развития:

- развивающей психодиагностики;
- профессионального тренинга;
- психологического консультирования по проблемам личностного и профессионального развития.

Психологическое сопровождение формирования профессиональной надежности специалиста предполагает создание ориентационного поля его профессионального развития, укрепление профессионального «Я», поддержание адекватной самооценки, освоение методов профессионального психологического самосохранения.

Продуктивное психологическое сопровождение формирования надежности профессиональной деятельности специалиста должно стать составной частью личностно ориентированного профессионального образования.

СПЕЦИФИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРИРОДЫ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Парукова Л.В.

Дальневосточный государственный университет

Под тревожностью в психологии понимают склонность человека к частым интенсивным переживаниям состояния тревоги, т.е. эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляющееся в ожидании неблагоприятного развития событий. Рассматривается как личностное образование или как свойство темперамента, обусловленное слабостью нервных процессов. Очень высокая тревожность является субъективным проявлением психологического неблагополучия. Она может быть вызвана невротическим конфликтом, эмоциональными и невротическими срывами, психосоматическими заболеваниями. Высокая тревожность может быть связана также с переживаниями угрозы престижу, самооценке, самоуважению человека. Как устойчивая черта личности – это повышенная склонность испытывать тревогу по поводу реальных или воображаемых опасностей.

Вопрос о причинах возникновения тревожности у детей в настоящее время остается открытым. Известно, что предпосылкой возникновения тревожности является повышенная сензитивность. Однако не каждый ребенок с повышенной чувствительностью становится тревожным. Большинство авторов в качестве одной из причин повышенного уровня тревожности дошкольников и младших школьников считают стиль воспитания в детском возрасте, нарушение детско-родительских отношений. Для того чтобы стать

полноценной личностью, ребенок должен воспитываться в эмоционально теплой и стабильной обстановке. Если эмоциональный контакт с близкими взрослыми или окружающими людьми нарушен, ребенок живет как бы на «вражеской» территории: обстоятельства подавляют его, его ожидания относительно будущего пессимистичны, он постоянно чувствует себя слабее других, нелюбимым. В результате развиваются очень низкая самооценка, чувство неполноценности. Возникшая в детстве неуверенность в себе, как правило, становится устойчивым образованием.

Многое зависит от способов общения родителей с ребенком. Особенно высока зависимость между тревожностью у детей дошкольного возраста и отношением к ним их матерей, так как в этом возрасте симбиотическая связь между матерью и ребенком еще в большой степени выражена, то есть отношения являются крайне близкими. Так у ребенка, мать которого воспитывает его по типу гиперопеки, высока возможность формирования высокого уровня тревоги. В этом случае общение взрослого с ребенком носит авторитарный характер, ребенок теряет уверенность в себе и в своих собственных силах, он постоянно боится отрицательной оценки, начинает беспокоиться, что он делает что – нибудь не так, т.е. испытывает чувство тревоги, которое может закрепиться и перерасти в стабильное личностное образование – тревожность. К установлению подобных отношений с ребенком склонны родители с определенными характерологическими особенностями – тревожные, мнительные, неуверенные в себе. Установив тесный эмоциональный контакт с ребенком, такой родитель заражает своими страхами сына или дочь, т.е. способствует формированию тревожности. Также каналом передачи беспокойства служит забота матери о ребенке, состоящая из одних предчувствий, опасений и тревог. Часто причиной большого числа страхов у детей является и сдержанность родителей в выражении чувств, при наличии многочисленных предостережений, опасностей и тревог. Излишняя строгость родителей также способствует появлению страхов. Однако это происходит только в отношении родителей того же пола, что и ребенок, т.е., чем больше запрещает мать дочери или отец сыну, тем больше вероятность появления у них страхов. Иногда родители тревожных детей предъявляют к ним завышенные требования, совершенно невыполнимые для ребенка. Это может быть связано с неудовлетворенностью собственным положением, с желанием воплотить собственные нереализованные мечты в своем ребенке. Завышенные требования родителей могут быть связаны и с другими причинами. Так, добившись высокого положения в обществе или материального благополучия, родители, не желая видеть в своем чаде «неудачника», заставляют того работать сверх меры. Также нередки случаи, когда родители сами являются высокотревожными, вследствие чего они воспринимают малейшую неудачу как катастрофу, отчего и не позволяют ему сделать не малейшего промаха. Ребенок таких родителей лишен возможности учиться на собственных ошибках. Некоторые родители, стремясь уберечь своего ребенка от любых реальных и мнимых

угроз его жизни и безопасности, формируют тем самым у него ощущение собственной незащищенности перед опасностями мира. Все это отнюдь не способствует нормальному развитию ребенка, реализации его творческих способностей и мешает его общению с взрослыми и сверстниками.

В рамках психологического исследования, направленного на изучение физического и психологического здоровья детей дошкольного возраста на базе детского образовательного учреждения № 22 г. Владивостока нами было обследовано 62 ребенка в возрасте 3-7 лет. Проводилось специально исследование, направленное на выявление социально - психологических факторов, влияющих на формирование детской тревожности с помощью теста тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен). Данное исследование позволило сделать вывод о том, что 52% детей испытывают высокий уровень тревожности, 30% - средний и только 18% детей имеют низкий уровень тревожности. Анализ данных по тесту Люшера подтверждает результаты теста детской тревожности. В процессе исследования выявлены основные источники тревожности у детей. Все они указывают на семью как основную, ведущую причину их страха. Ситуация неблагополучия в семье, напряженные отношения с родителями – все это служит основой личностной тревожности детей. Данная ситуация требует дальнейшего более подробного анализа и дополнительных исследований, но даже тот материал, который имеется дает достаточно оснований для раздумий.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИ АСПЕКТ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Фирсов М.Н.

*Астраханский государственный университет,
Астрахань*

Психологическая структура спортивной деятельности включает в себя потребности, мотивы, которые отвечают той или иной потребности, средства (действия и операции), с помощью которых достигаются цели и эмоционально волевой компонент. Рассмотрим каждое из этих звеньев отдельно. Эмоция функционирует на основе нужды и потребности. Ее нельзя отрывать от потребности, а потребность обнаруживается, прежде всего, в эмоциональных всплесках. Недаром в психологии возник термин потребностно - эмоциональная сфера. [Давыдов В.В.2003]. Потребности ощущение человеком нужды в чем либо (нарушение равновесия с окружающей средой.). В комплекс потребностей спортивной деятельности входят: потребность в деятельности, активности, потребность в движении, потребность в реализации рефлексов цели и свободы, потребность в соперничестве, соревновании, самоутверждении, потребность быть в группе, принадлежать определенному социальному кругу, общаться, потребность в новых впечатлениях и др. [Стамбулова Н.Б., 1999]. Мотивы побуждение к определенной активности, к удовлетворению активности определенным образом. Мотив это то в чем конкретизируется потребность в данных условиях и на что направлена деятельность, т.е. предмет деятельности или

действенный мотив. Действенный мотив и есть та общая цель, которая способна удовлетворить в определенное время и место. Цели. Как было сказано, существует, действенный мотив, который и является общей целью, способной удовлетворить потребность. Однако, достижение общей цели не всегда получается осуществить напрямую. Непосредственная реализация действенного мотива относится только к потребностям низшего уровня (по Маслоу). Потребности роста достигаются через постановку целого ряда частных, тренировочных и соревновательных целей (рекордах, занятых местах, полученных титулах, квалификации и т.д.), которые в сумме составляют общую цель (действенный мотив). Воля. В процессе достижения намеченной цели проявляются волевые действия. Воля всегда связана с реализацией намеченного пути достижения цели, а сам путь намечается в процессе решения перцептивных, мнемических, креативных и прочих задач, [Давыдов В.В. 2003]. Еще одна направленность сдерживание собственного эмоционального состояния. В этом и состоит эмоционально-волевой компонент. Основные характеристики воли (по А.Н. Леонтьеву): действия в условиях выбора, основанного на принятии решения и при наличии препятствий. Описанные А.Н. Леонтьевым три рода волевых явлений действие, недействие и упругость как нельзя лучше подходят к характеристике спортсмена, находящегося в сложных соревновательных ситуациях. Средства. После процесса осознания потребности и поиска предмета удовлетворения ее (действенный мотив) человек предпринимает попытку удовлетворить потребность, достичь общую цель с помощью имеющихся у него средств. К этим средствам относятся действия (двигательные и умственные) и операции. Человеческая деятельность не существует иначе как в форме действия или цепи действий [Леонтьев А.Н. 1975]. В спорте действиями называют приемы, физические упражнения. Операции способы, условия выполнения и разновидности действий. Операции являются образующими действиями.

Чтобы картина стала более ясной, попробуем посмотреть на все это с помощью примера.

У спортсмена существует потребность в самоутверждении. Реализовать эту потребность можно по-разному, но одним из действенных мотивов выступает победа на соревновании. Для победы необходимо достичь несколько второстепенных целей, таких как непосредственное участие в этих соревнованиях, победа в отдельных играх, забросить как можно больше мячей и т.д. Поставленные цели достигаются с помощью действий и операций (ведение, передачи, броски+), но так как игра происходит при постоянном противодействии противника, то все действия выполняются разными способами, разновидностями и условиями. Действие бросок мяча в корзину; Способ одной рукой от головы; Разновидность с отклонением туловища назад; Условия в прыжке после остановки; со средней дистанции.

Исходя из сказанного, можно сделать вывод, что спортивная деятельность имеет свою структуру, которая сходна с другими видами деятельности (трудовой, учебной+), но и имеет свои особенности, заключаю-