

**ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ім. Г.С.КОСТЮКА АПН УКРАЇНИ**

На правах рукопису

**ПРЕДКО СТАНІСЛАВ ВАЛЕРІЙОВИЧ**

УДК 159.9: 316.6:339. 5 (477)

**ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ В  
ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ВИДАХ СПОРТУ  
(на прикладі підводного плавання)**

19.00.09 – психологія діяльності в особливих умовах

**ДИ С Е Р Т А Ц І Я**

на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук

**Науковий керівник**

**ЛОЖКІН Георгій Володимирович**

**доктор психологічних наук, професор**

**Київ-2009**

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	4
<b>РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ РИЗИКУ В ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ</b> .....	11
1.1. Аналіз сучасних уявлень щодо поняття ризику .....	11
1.2. Готовність до ризику, схильність до ризику і ризикованість, як категорії психологічного аналізу .....	19
1.3. Взаємозв'язок індивідуально-психологічних особливостей і поведінки в ситуаціях ризику .....	27
1.4. Особливості прийняття рішення в ситуаціях ризику .....	33
1.5. Стратегії та стилі поведінки в ситуаціях ризику .....	41
1.6. Класифікація змагальних вправ підводного плавання та ступінь їх ризикованості .....	48
Висновки до першого розділу .....	57
<b>РОЗДІЛ II. ОРГАНІЗАЦІЯ РОБОТИ ТА ЕМПІРИЧНІ МЕТОДИ ПСИХОДІАГНОСТИКИ РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ СПОРТСМЕНІВ ПІДВОДНОГО ПЛАВАННЯ</b> .....	61
2.1. Організація емпіричного дослідження .....	61
2.2. Психодіагностичні методики дослідження особистісної детермінації схильності до ризику .....	63
<b>РОЗДІЛ III. ВПЛИВ ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СПОРТСМЕНІВ-ПІДВОДНИКІВ НА ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ В УМОВАХ РИЗИКУ</b> .....	73
3.1. Диференціально-психологічний аналіз особистісних детермінант схильності до ризику .....	73
3.2. Взаємозв'язок схильності до ризику і властивостей особистості спортсмена-підводника .....	92
3.3. Рефлексивність та імпульсивність спортсменів-підводників у співвідношенні з показниками схильності до ризику.....	98

3.4. Емпіричне дослідження ризикованої поведінки спортсменів-підводників в умовах штучно змодельованої спортивної діяльності .....	105
3.5. Співвідношення показників схильності до ризику з якісно своєрідними смислоутворюючими мотивами спортсменів-підводників .....	119
Висновки до третього розділу .....	135
<b>РОЗДІЛ IV. АПРОБАЦІЯ ПРОГРАМИ РОЗВИТКУ КОГНІТИВНОГО ТА КОНТРОЛЬНО-РЕГУЛЯТИВНОГО КОМПОНЕНТІВ СХИЛЬНОСТІ ДО РИЗИКУ У СПОРТСМЕНІВ-ПІДВОДНИКІВ .....</b>	<b>140</b>
4.1. Експериментальне моделювання шляхів підвищення рівнів розвитку когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників .....	140
4.2. Результати впровадження оригінальної програми підвищення рівнів розвитку когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників .....	161
Висновки до четвертого розділу .....	164
ВИСНОВКИ .....	166
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....	173

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Діяльність спеціалістів багатьох професій (рятувальників, пожежних, льотчиків, підводників, миротворців та ін.) пов'язана з впливом на них екстремальних факторів і здійснюється в умовах виникнення різних небезпечних ситуацій, що визначають складність, ризикованість і проблемність досягнення кінцевої мети. До цієї категорії фахівців належать і спортсмени підводного плавання. Характерною особливістю для даного виду спорту є змінене життєве середовище, дія в умовах дефіциту часу (що є обмеженим знаряддям), наявність невизначеної інформації, зміна психічного стану спортсмена, можлива втрата орієнтирів тощо. Причиною травм, помилкових дій, спортивних невдач у ряді випадків є недостатній рівень розвитку здатності діяти в умовах ризику.

Варто підкреслити, що ризик в структурі діяльності може виконувати різні психологічні функції, по-різному в ній виявлятися, по-різному відображатися на її течії та результатах. Втім поведінка суб'єкта в небезпечній ситуації залежить не лише від її об'єктивних умов, але й від того, наскільки адекватно ці умови відображаються в його свідомості. Ступінь же адекватності віддзеркалення суб'єктом небезпечних ситуацій, як показують дослідження (Дж. Аткинсона, 1997; Д. Канемана, 2005; К. Кумбс, 1981 та ін.), значною мірою залежить від його особистісних якостей. Спеціальному вивченню цих питань, і зокрема вплив індивідуальних якостей на ризиковану поведінку, було присвячено дослідження В.А. Петровського (1992).

Вітчизняними та зарубіжними вченими здійснювалися фундаментальні та прикладні дослідження, спрямовані на вивчення різних аспектів ризику: поведінка людини в умовах ризику (В.А. Петровський, 1992; Т.В. Корнілова, 1997; Ю.А. Козелецький, 1997; Г.В. Ложкін, 2008; О.В. Петренко, 2007; В.І. Осьодло, 2008 і др.), прийняття рішення в умовах ризику (В.Г. Зазикін, 2000; М.А. Котік, 1988; Т.В. Корнілова, 1994; А.Г. Костинська, 1986; В.О. Моляко, 2000); вплив мотивації на поведінку людини в ризикованих ситуаціях (А.П. Альгін, 1987; Є.П. Ільїн, 2001; С.Д. Максименко, 2005;

О.П. Саннікова, 2008); зв'язок ризикованості й здатності успішно діяти в ситуаціях ризику з особистісними особливостями (Н. Коган, М. Валлах, 1964; М.А. Котік, 1981) ціннісних особливостей ризику (Т.В. Корнілова, 1994; В.А. Петровський, 1997), зв'язок схильності до ризику з злочинними нахилами людей (С.Н. Богомолова, 1986). Проте, в перерахованих працях суперечливо подано визначення поняття “ризик”, не виявлені особливості загальних факторів ситуації ризику, і таких проявів ризику як здатність до ефективних дій в умовах ризику і схильність до ризику, а також їх прояв в деяких найбільш складних, небезпечних видах діяльності.

Таким чином, наукове обґрунтування й емпіричне вивчення ризикованої поведінки спортсменів дозволить розширити межі поняття “ризик”, подолати фрагментарність і розрізненість позицій дослідників і практиків, обґрунтувати зовнішні і внутрішні детермінанти ризикованої поведінки, методи визначення схильності до ризику для опису реальних соціально-психологічних феноменів в теорії й практиці спорту.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційне дослідження виконувалось відповідно до тематичного плану наукових досліджень Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України за темою “Соціально-психологічні проблеми економічної соціалізації молоді” номер державної реєстрації – 0104U010880. Тему дисертації затверджено на засіданні вченої ради Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України (протокол № 1, від 1 лютого 2007 року) та узгоджено у Раді з координації наукових досліджень у галузі педагогіки та психології в Україні (протокол №3 від 20 березня 2007 року).

**Мета і завдання дослідження.** Мета дослідження полягає в експлікуванні особливостей та визначенні особистісних чинників ризикованої поведінки спортсменів-підводників.

Відповідно до поставленої мети сформульовано наступні завдання:

1. Здійснити теоретичний аналіз і співставлення різних поглядів на розуміння проблеми ризику в психологічній науці й визначити міру її розробленості.

2. Підібрати діагностичні прийоми оцінки експлікованих показників схильності до ризику та особистісних детермінант, які вивчаються у співвідношенні з ними.

3. Виявити вплив особистісних характеристик спортсменів-підводників на особливості поведінки в умовах ризику.

4. Розробити й апробувати психологічний тренінг, спрямований на розвиток у спортсменів-підводників контрольо-регулятивного та когнітивного типу схильності до ризику.

**Об'єкт дослідження** – поведінка спортсмена-підводника в умовах ризику.

**Предмет дослідження** – властивості особистості, що зумовлюють прояв ризикованої поведінки спортсменів-підводників.

**Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань була розроблена програма, реалізація якої передбачала застосування комплексу методів, адекватних предмету дослідження. Зокрема, застосовувались: *теоретичні методи* – аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, структурно-функціональне моделювання, систематизація теоретичних та емпіричних даних психологічної, психолого-педагогічної та спортивної літератури; *психодіагностичні методи* – анкетування, опитування, тестові методики, серед останніх: методика діагностики ступеню готовності до ризику Шуберта; тест-опитувальник якісних показників схильності до ризику О.П. Саннікової-С.В.Бикової, опитувальник рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера, 16-PF особистісний опитувальник Р.Кеттела, опитувальник імпульсивності В.А. Лосенкова, опитувальник рефлексивності А.В. Карпова.

Для обробки одержаних емпіричних даних було використано методи математичної статистики – перевірка достовірності відмінностей (критерій  $\chi^2$ ,

U-тест Манна-Уїтні, t-критерій Стьюдента) та багатовимірної статистики (кореляційний та факторний аналіз). Статистична обробка даних і графічна презентація результатів здійснювалися за допомогою персонального комп'ютера на базі пакета статистичних програм SPSS 10.0.

**Наукова новизна одержаних результатів** полягає в наступному:

- *вперше* емпірично виявлено мономодальні типи схильності до ризику, що зумовлені якісно-кількісним поєднанням її складових на контингенті підводників;
- *розширено та доповнено* уявлення про індивідуально-психологічні особливості спортсменів з різним поєднанням якісних показників схильності до ризику;
- *обґрунтовано* діагностичні прийоми оцінки експлікованих показників схильності до ризику та особистісних детермінант, які вивчаються у співвідношенні з ними;
- *набуло подальшого розвитку* знання про зв'язки показників схильності до ризику з широким спектром рис особистості та їх цінність.
- *розроблено і апробовано* тренінг розвитку у спортсменів підводників когнітивного та контрольного-регулятивного типу схильності до ризику.

Результати досліджень дозволять визначити взаємозв'язки між особистісними характеристиками спортсменів екстремалів і успішністю змагальної діяльності. Виявлені психологічні особливості ризику, виявлені особистісні обмеження для дій в умовах ризику, а також чинники, що впливають на готовність ефективно діяти в умовах ризику.

**Практична значимість одержаних результатів** полягає в розробці методичних рекомендацій для тренерів і спортивних психологів по роботі із спортсменами; у визначенні індивідуальних програм по подоланню ризику, у виділенні головних і супутніх чинників ризику. Крім того, отримані результати дозволять експлікувати показники оцінки ризику при психологічному відборі спортсменів для занять екстремальними видами спорту та діяльності в особливих умовах. Отримані результати дослідження

можуть бути використані у процесі підготовки навчального посібника для спортсменів-підводників однієї зірки.

Обґрунтовані автором положення і рекомендації апробовані та впроваджені в процес психологічної підготовки спортсменів-підводників. Впровадження підтверджено відповідними актами. – **ВКАЗАТИ НОМЕРА АКТІВ І ДАТУ** (акти впровадження знаходяться у Предко С.В.).

**Особистий внесок здобувача.** У публікації, підготовленій у співавторстві доробок автора полягає у постановці проблеми та інтерпретації отриманих даних.

**Апробація результатів дисертації.** Основні теоретичні положення роботи були представлені для обговорення на другій та третій Всеукраїнській науково-практичній конференції “Актуальні проблеми психології діяльності в особливих умовах” (2007, 2008 р, м. Київ) НАУ; на третій та четвертій Міжнародній науково-практичній конференції “Соціалізація особистості в умовах системних змін: теоретичні та прикладні проблеми” (2008, 2009 р. ”Київ) ДВНЗ “УМО” АПН України; на Міжнародній науково-практичній конференції “Професійна психологія: реалії та перспективи розвитку”(2008 р. Луцьк); на ХХІХ Міжнародному конгресі з психології (ICP) (2008 р. Берлін), на Міжнародному науковому форумі “Другі Коломенські читання” (2008 р. Київ); на Міжнародній науково-практичній конференції «Проблеми духовності в психології розвитку особистості» (2008 р., Ніжин).

**Публікації.** Зміст та результати дисертації відображено у 7 наукових роботах (наукові статті та тези), з них п'ять у фахових виданнях, затверджених ВАК України.

**Структура дисертації.** Дисертація складається зі вступу, чотирьох розділів, загальних висновків, списку використаної літератури. Основний зміст роботи викладено на 184 сторінках друкованого тексту, він містить 16 таблиць, 10 рисунків.



# РОЗДІЛ І

## ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ РИЗИКУ

### В ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ

В даному розділі висвітлено основні напрями вивчення проблеми ризику та схильності до нього як властивості особистості, розглянуто теоретичні підходи щодо природи та гносеологічних характеристик ризику в роботах вітчизняних та зарубіжних науковців, розкрито змістову, структурну та функціональну характеристики ризикованої поведінки суб'єкта діяльності.

#### 1.1. Аналіз сучасних уявлень щодо поняття ризику

Будь-яка наука як спеціальна форма мислення, усвідомлення тієї чи іншої сфери об'єктивної дійсності має свій, тільки їй властивий категоріальний апарат. На думку Б.Т.Лихачова, життєво важливе значення цього апарата полягає в тому, що саме в категоріях, в основних поняттях виражається сама сутність цієї науки, її об'єкт і предмет, її основна системно-і змісто-творча ідея, завдяки якій хаотична сума емпіричних свідчень та фактів приймає форму наукової системи [70]. Саме тому операціоналізація наукового поняття є необхідним та першочерговим кроком дослідження.

У сучасній психологічній, економічній, юридичній, медичній літературі термін «ризик» є досить поширеним, проте більшість його гносеологічних характеристик знаходяться в межах уявлень, які співвідносяться із дослівним перекладом цього слова, яке в перекладі з французької мови (*risque*) означає «наражатися на небезпеку» [117].

В.Даль вважає, що дієслово ризикувати означає «... робити щось без вірного розрахунку, піддаватися випадковості, діяти сміливо, сподіваючись на фортуна, піддаватися чомусь, відомій небезпеці, мінливості....» [30].

В роботі [5] ризик розглядається як будь-яка дія, що пов'язана із небезпекою. Втім, оскільки при виконанні ризикованої дії людина розраховує на вдале завершення, у розуміння ризику включають також згадування про імовірність успіху.

Так, С. І. Ожегов тлумачить «ризик» як можливу небезпеку або як дію, що скоюється в умовах невизначеності зі сподіванням на благополучне довершення. Семантичний аналіз даного поняття дозволяє виділити необхідні елементи ризику, а саме: небезпека, невизначеність та випадковість [96]. Небезпека, що імпліцитно вміщує невизначеність є необхідною передумовою для актуалізації ризику. А.П.Альгін розуміє ризик як діяльність, пов'язану з подоланням невизначеності в ситуації неминучого вибору, в процесі якої є можливість кількісно і якісно оцінити імовірність досягнення передбачуваного результату, невдачі, відхилення від мети. Елементи, що утворюють сутність поняття, що запропонував дослідник є: можливість відхилення від заданої мети, заради якої здійснювалася обрана альтернатива; імовірність досягнення бажаного результату; можливість розгортання небажаних наслідків при здійсненні тих або інших дій в умовах невизначеності для людини, що йде на ризик; очікування небезпеки, невдачі в результаті вибору альтернативи та її реалізації; оцінка ситуації, що склалася [5].

Г.В. Суходольський в роботі [139] подає наступне визначення ризику – це свідомий акт, що має прояв у двох основних формах: у зниженні рівня самоконтролю, тобто зменшенні питомої ваги орієнтовних та контрольних операцій і у порушеннях, тобто наданні переваги небезпечним способам дій.

Не зважаючи на певні розбіжності у всіх визначеннях ризику є спільні характеристики. Наприклад – невизначеність, яка за своєю формою прояву і за змістом є досить неоднорідною. До джерел невизначеності належить людська діяльність, взаємовплив людей, що мають невизначений і неоднозначний характер. Існування невизначеності зумовлено інформаційною ентропією про об'єкт, процес або явище, стосовно яких приймається рішення, з обмеженістю людини в зборі і переробці інформації, із мінливістю інформації стосовно багатьох об'єктів.

До основних факторів, що породжують невизначеність, а отже, ризик належать: 1) зовнішні фактори, що властиві суспільству: суперечливість

суспільних явищ, елементи стихійності, випадковості; та 2) внутрішні фактори, що зумовлені діями суб'єкта, спрямованими на задоволення потреб.

Втім для психологічного аналізу ризику вирішальне значення набувають внутрішні джерела невизначеності. Якщо структуру діяльності подати як чотирьох компоненту модель, то до внутрішніх джерел належать: когнітивний компонент – зміст відображення в суб'єктному образі окремих властивостей і характеристик реальності, властивості цілісних об'єктів або явищ, а також їх зв'язки та відношення; зміст суб'єктивного досвіду, наприклад відсутність необхідних для прогнозування ситуації знань, умінь і навичок; мотиваційний компонент – мотив діяльності, мета окремих дій і операцій; операційний компонент – плани, стратегія і тактика.

Виявлення внутрішніх джерел невизначеності дозволяє зрозуміти, як у суб'єкта формуються уявлення стосовно ситуації, стосовно майбутнього результату, що заважає йому діяти і отримувати результат, що утворює ситуацію ризику.

Окрім невизначеності необхідним емпіричним референтом ризику є альтернативність – можливість вибору з двох або декількох можливих варіантів, рішень, напрямів, дій. Відсутність можливості вибору спростовує ситуацію ризику. Імовірно через це в психології ризик досліджується переважно в межах теорії прийняття рішення.

Рефлексивний аналіз спеціальної літератури уможливив дійти висновку, що спочатку ризик розумівся як смілива, імпульсна дія без достатнього аналізу ситуації, з надією на випадковий вдалий зиск, або як дія, що здійснюється в небезпечних умовах. Деякі з сучасних вчених до цих пір дотримуються подібного тлумачення ризику. Так, С.А.Манічев, характеризує ризик як свідомий акт переваги, що виявляється в «зниженні рівня самоконтролю, тобто зменшенні питомої ваги орієнтовних і контрольних операцій [80].

Нині розуміння сутності ризику більшістю вчених змінилося. Як пише Т.В. Корнілова [58] сучасний праксіологічний контекст розуміння ризику в

цілому орієнтований на тезу про обмежену раціональність людини. Дії людини можуть одночасно характеризуватися як раціональні і як такі, що містять фактор ризику, оскільки між цілеутворенням і ціледосягненням завжди існує певний зазор, невідповідність. На думку Ч. Влека [200] ризик є складною багатоступеневою структурою. Для різних суб'єктів, діючих в одних і тих же умовах, ситуація може видаватися різною – ризикованою для одного і не ризикованою для іншого.

Розглядаючи психологічну сутність поняття «ризик» умовно можна виділити три основні напрями. Перший визначає ризик як ситуативну характеристику дій (діяльності) суб'єкта, що віддзеркалює невизначеність результату для діючої особи і можливість негативних наслідків в ситуаціях неуспіху. Ризик розглядається в межах концепції над ситуативної активності і теорії мотивації досягнення. В межах надситуативної активності ризик завжди розрахований на «ситуативні переваги»; ризик мотивований, доцільний. Це ризик задля самоствердження, заради грошей, з метою досягнення певної мети. Як відмічає Т.В. Корнілова [57] «надситуативний ризик як особлива форма прояву активності суб'єкта, пов'язаний із існуванням над ситуативної активності, що репрезентує собою здатність людини піднятися над ситуацією, ставити цілі, надлишкові з точки зору вихідної задачі». Концепція мотивації досягнення успіху вивчає мотиваційну сферу людини, що відображає прагнення особистості до найліпшого виконання діяльності в ситуації досягнення. Ситуація досягнення характеризується наявністю двох умов: завдання, що необхідно виконати і стандарту якості виконання цієї задачі.

Другий напрям розглядає ризик з точки зору теорії прийняття рішення як ситуації вибору між альтернативними або можливими варіантами дій. Ця позиція пов'язана із дослідженням імовірності похибки або неуспіху прийняття рішення в ситуації з декількома альтернативами. Основними доробками авторів, які працюють в межах даного напрямку є з'ясування критеріїв прийняття рішення (значущість успіху або ціна невдачі майбутньої

дії, суб'єктивна оцінка витрат на досягнення бажаного результату та індивідуально-психологічні особливості людини). Якщо значущість висока, суб'єкт готовий ризикувати, тобто «знизити критерій прийняття рішення і приступити до дій». В ситуаціях, де небажані наслідки мають високу ціну, критерії прийняття рішення підвищуються, дії суб'єкта стають більш обережними.

І нарешті, третій напрям вивчає суб'єктивну оцінку ризику, тобто того, що представляє собою ризик, з точки зору суб'єкта. Суб'єктивна оцінка ризику людини визначається двома основними моментами: ступенем небезпеки, тобто фізичної або соціальної загрози при невдалому фіналі і значущості виграшу при вдалому завершенні. Оцінка програшу та виграшу пов'язана з „боротьбою мотивів” переваги або відмови, а оцінка ймовірностей - із „боротьбою альтернатив” у свідомості суб'єкта. Аналіз мотиваційної сторони ризикованої дії дозволяє виділити декілька різних варіантів ризику.

Немотивований ризик має місце у тих випадках, коли людина йде на ризик не заради ситуативної винагороди, а задля вирішення певної «надзадачі». Ідучи на зустріч небезпеці людина прагне здолати її, розширити свої можливості. Небезпечна дія при цьому набуває ціннісного сенсу.

Мотивований ризик поділяється на виправданий і невиправданий. Ризикована дія вважається виправданою у тому випадку, коли вона спрямована на досягнення суспільно-значущої мети. Причому величина і ймовірність сприятливих наслідків перевищує відповідні показники несприятливих наслідків, в іншому випадку має місце невиправданий ризик, що детермінується афективними моментами: задоволенням самолюбства, схильністю до гострих відчуттів [83].

Спільним у вищеперерахованих концепціях є те, що вони однотайно вважають ситуацію ризику – ситуацією оцінки. Ризик відображає «прогностичну оцінку ймовірності негативних наслідків ситуації, що розгортається. Ризик не описова (атрибутивна) характеристика ситуації, а

оціночна категорія, що нерозривно пов'язана з діями суб'єкта, з його оцінкою, «оцінкою себе». Іншими словами ризик – це прогностична оцінка, що формується на стадії організації або планування дії.

На думку ряду учених [187, 193, 197, 200, 201] рівень оптимального ризику, прийнятного людиною є відносно постійним. Зупинимося на аналізі деяких з цих робіт. Розробивши теорію максимізації К. Кумбс [168], дійшов висновку, що в кожного індивіда існує свій ідеальний рівень ризику, який вважається найбільш оптимальним. На його думку, виходячи з індивідуальних функцій переваг окремих суб'єктів, серед них можна виділити менш або більш ризикованих.

Думка про наявність рівня ризику, який є найбільш оптимальним для суб'єкта знайшла віддзеркалення і в теорії компенсації ризику, створеної А.Глендоном [172]. Згідно цієї теорії оцінка небезпеки в кожного суб'єкта залишається постійною, незалежно від об'єктивних обставин, а прийнятний ризик визначається як відношення відчуття небезпеки до відчуття обережності. Прийнятний ризик є постійним показником, що обумовлений індивідуальною специфікою, схильністю до ризику. Згідно теорії Н. Когана і М.Валлаха [183] щодо існування генеральної готовності до ризику, за наявності цієї характеристики людина завжди поводить себе більш ризиковано в порівнянні з контрольною вибіркою. Згідно створеної Г.Уайдом [204] гомеостатичної теорії ризику (щодо психологічних спонук ризикованої поведінки), в кожній людині існує свій, зручний для неї рівень ризику, за наявності якого вона ефективно виконує діяльність.

Р.Трімпопом [199] висловлюються сумніви щодо існування постійного, індивідуально прийнятного людиною суб'єктивного рівня ризику. Цей рівень може бути різним для фізичних, соціальних і фінансових областей людського життя. Проведене ним дослідження показало, що рівень ризику, котрий приймається багато в чому залежить від психологічного і фізичного стану індивідуума. Він дійшов висновку, що люди мають постійно пристосовуватися до рівня прийнятного ризику, тому індивідуально прийнятий рівень ризику

представляє собою певний усереднений рівень. На його думку «середній» рівень прийняттого ризику швидше відображає культуру безпеки людини і групи людей, аніж є аспектом мотивації у виборі або відторгненні ризикованої поведінки. Можна апіорно припустити, що кожній людині дійсно властивий певний рівень ризику, якому вона надає перевагу, втім на прийняття рішення в умовах ризику можуть мати істотний вплив як ситуативні, так і соціальні чинники.

В [101] роботі ризик розглядається як форма вияву індивідуальної активності. У зв'язку з цим виділяються два аспекти ризику – вмотивований і немотивований. Як показано в дослідженні Н.Є.Задорожюк [38] на готовність до ризику впливають соціальні чинники, професійно значущі якості, мотиви, вікові та гендерні особливості, а також групові очікування.

В роботі [164] розглядається власне не сам феномен ризику, а ризикована поведінка, яка складається з двох компонентів: вірогідність серйозності втрати або негативні результати. Альтернативою ризику може розглядатися адекватна поведінка. Більшість моделей адекватної поведінки ґрунтується на теорії прийняття рішення. Згідно цієї теорії послідовність прийняття рішення полягає у: визначенні можливих варіантів вибору; оцінці наслідків; оцінці імовірності кожного результату і раціональному вирішенні. Така послідовність є передумовою ціннісних очікувань поведінки. Згідно цієї теорії мотиви поведінки є функцією установок і соціальних норм. Установки ґрунтуються на імовірності позитивних і негативних результатів, а також їх оцінці. Для того, щоб зменшити вірогідність негативних результатів, людина повинна: усвідомити існування певного ризику; зрозуміти, що ризик є необхідним; оцінити уразливість до ризику. Опісля необхідно осмислити значущість попереджувальних дій і заходів. Запобіжні засоби зменшують вірогідність несприятливих наслідків, якщо людина приймає існування певного ризику, але при цьому розуміє, що він є необхідним для його гармонійного існування в референтному співтоваристві.

В реальній діяльності людини ризик виконує різні функції. Він може бути метою діяльності, а може бути і її мотивом. Ризиковані дії можна розглядати і як спосіб самоствердження, і як вияв агресивності.

Не менш складним є оцінка ризику. Цей процес залежить від ситуації, способу сприйняття ризику, особових і культурних характеристик. Оцінка ризику схильна коливатися: незначна імовірність завжди переоцінюється, а велика – недооцінюється. Більшість авторів [164, 171, 187, 201] досліджень передбачуваного ризику фокусуються на когнітивних факторах і ігнорують мотивацію, яка може впливати на сприйняття ризику.

Сприйняття ризику, як правило, стимулює захисну поведінку, проте однозначні висновки зробити важко, оскільки збільшене відчуття ризику (як комбінація низьких очікувань успіху) може стимулювати безпорадну реакцію або навпаки стимулювати пристосувальну поведінку.

В контексті ризику, як поведінки використовуються також поняття як небезпека і невизначеність. Найбільш точно відмінність між ними подано у роботі [80] як «вимірна» і «невимірна» величини; і в роботі, де показано, що ризик передбачає введення вірогідності в інформацію про результат при невизначеності настання наслідку. Далі стверджується, що ризикована ситуація є різновидом суб'єктивно невизначеної, пов'язаної з можливостями і обмеженнями людини із сприйняття, оцінки та аналізу ситуації. Згідно моделі [49] існують джерела внутрішньої невизначеності (когнітивна складність, мотивація, суб'єктивний досвід) і зовнішньої – інформаційна і тимчасова невизначеність.

На думку Г.Н.Солнцевої і Т.В. Корнілової [135], ризикована ситуація є різновидом невизначеної, всі джерела якого є суб'єктивними, причому основні з них обумовлюються можливостями і обмеженнями людини із сприйняття, оцінки та аналізу ситуації, що надалі впливає на прийняте ним рішення і здійснювані дії. Тим часом не можна повністю погодитися з твердженням про строго суб'єктивний характер невизначеності в ситуаціях ризику. Джерела невизначеності, можуть бути як внутрішніми, так і



зовнішніми по відношенню до суб'єкта. Згідно чотирьохкомпонентної моделі джерел невизначеності, розробленої А.М.Волковим [25] існує декілька джерел внутрішньої невизначеності, пов'язаних з когнітивним і мотиваційними компонентами, змістом суб'єктивного досвіду, операційної складової діяльності суб'єкта (планами, стратегіями і тактиками). До зовнішніх джерел невизначеності належать, щонайперше, інформаційна і часова невизначеність. Як наголошується в роботі Д.М.Завалішиної джерелами невизначеності може бути будь-яка із структурних складових діяльності (ціль, засіб, результат) [37].

В монографії Г.Н.Солнцевої та Т.В.Корнілової [135] подано класифікацію, в якій джерела небезпеки підрозділяються авторами на дві групи: випадковий збіг обставин і дії людини. Вони пропонують розділяти небезпечні ситуації на нещасні випадки (виникають випадково) і ситуації ризику (виникають в результаті дій людини).

На думку Е.М. Іванової [44] небезпечні ситуації характеризуються декількома зонами: зона безпеки, зона ризику, зона нарощування і відсутність безпеки. Профілактика зриву діяльності повинна бути заснована на різних психологічних просторах: особовому, індивідуальному, професійному і життєдіяльному. С. М. Богомолова [13] вважає, що ставлення до небезпеки індивідуально, суб'єктивні змінні, що впливають на сприйняття ризику можуть бути розділені на три категорії: когнітивні, психічні стани і особистісні особливості, що впливають на поведінку в небезпечних ситуаціях.

## **1.2. Готовність до ризику, схильність до ризику і ризикованість, як категорії психологічного аналізу**

Готовність – це суттєва передумова й умова цілеспрямованої діяльності, її саморегуляції, стійкості й ефективності. Різні підходи до вивчення готовності знайшли своє відображення в тому, що ця категорія розглядається як: установка (О.Г.Асмолов [7], К.К.Платонов [103],

Д.М.Узнадзе, [145]); психічний стан (М.І.Д'яченко, Л.О.Кандибович [35] та ін.); якість, властивість особистості (В.О.Бодров [17], А.М.Волков [25] та ін.). М.О.Котік пропонував називати готовністю весь «ансамбль», синтез властивостей особистості [62].

Отже, різноманітні трактування готовності обумовлені, з одного боку, специфікою структури діяльності, що вивчалася у кожному конкретному випадку, а з іншого – розбіжністю теоретичних підходів дослідників. Нині у сучасній психології чітко вирізняються два основних підходи до проблеми готовності – функціональний та особистісний. Згідно першого, готовність розглядається у зв'язку із психічними функціями, формування яких вважається необхідним для забезпечення результативності професійної діяльності та визначається як особливий психічний стан, цілісний прояв особистості, що займає проміжну позицію між психічними процесами та якостями особистості. Відповідно до другого, готовність розглядається у зв'язку із особистісними передумовами до успішної діяльності. Цей підхід передбачає удосконалення психічних процесів, станів і якостей особистості, необхідних для успішного виконання діяльності. Зауважимо, що існує єдність у поглядах представників першого й другого напрямів, які розглядають готовність як одну із вирішальних психологічних передумов ефективної діяльності.

Як відзначає В.В.Зазикін [39] характер діяльності і форми поведінки суб'єкта праці в екстремальних ситуаціях пов'язані з рівнем психологічної готовності. На думку Б.Ф.Ломова [75], В.А. Пономаренко [106] психологічна готовність складається з двох складових: 1) психофізіологічної стійкості, обумовленої станом організму і 2) психічної стійкості, що обумовлена професійною підготовкою і загальним функціональним рівнем основних психічних якостей особистості в які входять «специфічна підготовленість до дій в нестандартних умовах, здібність до оперативного мислення, до негайної актуалізації знань при прийнятті рішення; наявність підвищеної мотивації та установки на благополучний вихід, почуття обов'язку».

На думку вчених [75, 76, 105] найважливішим елементом психологічної готовності є рівень саморегуляції який може бути пов'язаним з індивідуальними особливостями, а може і цілеспрямовано формуватися. Чим вище рівень саморегуляції, тим вище функціональна активність, стресостійкість і як наслідок – ефективність і надійність діяльності [87].

Розуміння сутності ризику константним не залишається, видозмінюється діяльність – змінюються підходи і до її аналізу і до поведінки людини.

Поведінка в умовах ризику може вивчатися в різних областях: юриспруденції, охороні здоров'я, страхуванні, банківській справі, атомній енергетиці, спорті, бойових діях, рятуванні. Для різних суб'єктів, діючих в одних і тих же умовах, ситуація може удаватися ризикованою для одного і безпечній для іншого. Проте, як показує аналіз численних робіт, відносно постійним залишається рівень оптимального (або що найбільш вважається за краще) ризику. Згідно теорії В.Андерсона [164] в кожній людині є свій, оптимальний для неї рівень ризику, за наявності якого працювати цікаво.

В.Н.Пушкін [120], О.А.Конопкін [54] розглядали особливий вид психічної готовності – готовність до екстрених дій. Вони розуміють її як здатність адекватно і швидко реагувати при виникненні екстрених ситуацій, час актуалізації котрих не визначений, а вірогідність їх появи є надвисокою. Вона має трьохкомпонентну структуру. Перший компонент образ дії, адекватний і оперативний, виконуючий регулюючу функцію. Другий компонент загальний функціональний стан, що забезпечує швидкість прийняття рішення і здійснення дії. Третій компонент – психологічна спрямованість особи на ефективну діяльність в екстремальних ситуаціях, характерною особливістю якої є вольова регуляція поведінки, відсутність боязні виникнення екстремальної ситуації і психологічна установка на її ліквідацію.

Готовність до ризику є різновидом готовності до екстремальних дій і по-різному трактується авторами: прагнення до пошуку сильних відчуттів

[46], хоробрість [63], здатність суб'єкта ухвалювати адекватні рішення в умовах невизначеності. Продовжуючи міркування про готовність до ризику, варто вказати на існування різних уявлень про даний феномен. Вони пов'язані, перш за все, із характером діяльності і поведінкою суб'єкта в екстремальних ситуаціях. На думку М.І.Дьяченко [35] психічну готовність визначають психофізіологічна і психічна стійкість, які пов'язані із станом організму і загальним функціональним рівнем психічних якостей особистості.

Відомі дослідження, присвячені вивченню готовності до ризику мають чималий науковий інтерес, втім не вичерпують всієї проблеми. Зокрема, поза увагою дослідників залишилося вивчення ризику в умовах небезпеки, яка супроводжує екстремальні види спорту, наприклад підводне плавання та дайвінг.

Т.В.Корнілова [57] вважає, що готовність до ризику грає регуляторну роль і передбачає врахування власного минулого досвіду з декількох позицій – уміння покладатися на себе, на результативність своїх колишніх ризикованих дій, а також самосвідомість власної здібності до адекватної інтелектуальної оцінки ризикованої ситуації і оцінку свого самоконтролю. Згідно концепції Г.Н.Солнцевої і Т.В.Корнілової [135], готовність до ризику визначається як уміння, здатність суб'єкта приймати адекватні рішення в умовах невизначеності, що співвідноситься з поняттям раціональності, а також як готовність усвідомлено контролювати можливість зміни ситуації за допомогою реалізації своїх рішень, ставити цілі, що дозволяють перевіряти власні можливості і розширювати їх, виходити за рамки обмежень, накладених наявною ситуацією.

Т.В. Корніловою був виявлений зв'язок готовності до ризику з соціальною сміливістю, рішучістю, готовністю до авантюри, завзятістю, тягою до сильних відчуттів, відвертістю і легкістю в спілкуванні, сумлінністю, невпевненістю, непоступливістю, самоутвердженням, безпечністю, емоційною стійкістю і врівноваженістю. Кластерний аналіз

даних, проведений авторкою, дозволив їй дійти висновку про угруповання таких показників, як «готовність до ризику» та «раціональність» [59].

Готовність до ризику має істотний вплив на ефективність професійної діяльності. На думку В.П. Третьякова [143], готовність до ситуацій ризику не повинна бути надмірною. Вона не повинна стати внутрішньою домінантою, що могло б привести до скутості дій. Очікування повинне бути адекватним, і ефективність цього очікування може бути описана за законом Йоркса-Додсона (переверненою U-образною функцією). Ця ж думка знайшла віддзеркалення і в роботі В.М.Карандашева [47], на думку якого, ризикованість людини невисока, якщо він зосереджений більш на оцінці того, чим може загрожувати прийняте рішення, а не на оцінці своїх можливостей для вирішення ситуації.

Проведені раніше дослідження, направлені на вивчення готовності до ризику, представляють величезний науковий інтерес, втім не є вичерпними і відкривають подальші перспективи в цій області. В контексті даного дослідження під готовністю до ризику розуміється схильність суб'єкта до вияву активності в умовах небезпеки, невизначеності, що зумовлюється його особистісними особливостями, психоемоційним станом, рівнем мотивації і минулим досвідом.

В межах дослідження поведінки людини в умовах ризику заслуговує уваги такий феномен як схильність до ризику. В тлумаченні такого виду схильності також немає єдності та однотайності серед науковців.

Так, В.Д. Рудашевський вказує на те, що схильність до ризику є стійким особистісним фактором, що сформувався під впливом середовища, в якому відбувався розвиток і становлення індивіда [124]. В роботі [101] схильність до ризику характеризується як готовність переживати гострі відчуття, а в роботі [132], як готовність до самоконтролю при очевидній неповноті необхідних орієнтирів. І.Г. Скотнікова [131] виділила три аспекти схильності до ризику: нерішучість, раціональність і ризикована поведінка.

Р.Фулер [171] із співавторами характеризує схильність до ризику як готовність пережити гострі відчуття. Аналогічною є думка С.М. Богомолової [13], яка вважає схильність до ризику складовою частиною потреби у відчуттях або стимуляції.

Т.В.Корнілова [58] визначає схильність до ризику як «готовність до самоконтролю дій при явній неповноті або недостатності необхідних орієнтирів, а також готовність покладатися на свій потенціал». Пізніше Г.Н.Солнцевою і Т.В.Корніловою [135] схильність до ризику вже подається як особистісна властивість, що характеризує відмінність в ризикованій поведінці різних людей в схожих ситуаціях, що часто пов'язана з імпульсивністю та із зниженням самоконтролю суб'єкта.

В контексті даного дослідження під схильністю до дій в ситуаціях ризику (схильність до ризику) розуміється потенційна і практична реалізація можливості суб'єкта до успішної діяльності в умовах небезпечних, що визначається сукупністю (індивідуальних, професійних) якостей, необхідних для її виконання в цих умовах.

Значна частина вітчизняних і зарубіжних досліджень була спрямована на вивчення зв'язку схильності до ризику із особистісними особливостями. Так, Ч.Старр [198], Т.В. Корнілова [57] і Н.Є.Задорожнюк [38] в своїх працях виявили зв'язок схильності до ризику з екстраверсією. В роботі [191], присвяченій вивченню особистісного профілю спортсменів, що займаються небезпечними для життя видами спорту, встановлено, що їх особистісний профіль характеризується виразною екстраверсією, емоційною стабільністю по відношенню до соціальних норм і прагненням до отримання сильних відчуттів і нових вражень соціально прийнятними способами.

М.А. Котік [62] виділив наступні якості, що впливають на схильність людини до ризику: емоційна стійкість, здібність до планування, прогнозування, стійкість, висока здібність до перемикання установок, відсутність консерватизму, настроєність на вдалий перебіг подій, темпераментальні особливості людини, а також локус контролю.

В.В.Кочетков підкреслив ряд чинників, що в найбільшій мірі впливають на ризиковану поведінку суб'єкта діяльності в ситуаціях ризику: схильність до ризику, ригідність, імпульсивність, локус контролю [64].

В.Г.Зазикін [39] встановив зв'язок ефективності діяльності в умовах екстремальності і ризику із емоційною стійкістю, а О.П.Саннікова, С.В.Бикова [91], В.В.Кочетков [64] і І.Г.Скотнікова [131] навели в своїх працях дані, що свідчать про зв'язок здатності успішно діяти в умовах ризику з внутрішнім локусом контролю.

В дослідженнях Дж. Роттера [195] містяться результати, які дозволяють стверджувати, що люди з внутрішнім локусом контролю більш адаптивні, ніж особи із зовнішньою стратегією, позаяк використовують інформацію про результати власних дій. При виникненні перешкод або порушенні їх у разі невдач, вони активно роблять кроки направлені на пошук альтернативних варіантів дій і подоланні труднощів, що виникли. Люди із зовнішнім локусом контролю відрізняються меншою адаптивністю та високою упертістю. Важливими чинниками, що впливають на здатність суб'єкта ефективно діяти в ситуаціях ризику, за даними В.О.Бодрова [15], є рівень особистісної тривожності. Дослідники дійшли важливого висновку, що курсанти льотних училищ з високим рівнем тривоги, низькою самооцінкою вважають за краще виявляти менший рівень ризику. Найбільш перспективні пілоти більш спокійно реагують на небезпеку, їх льотна мотивація висока, для них типова відсутність емоційного конфлікту, здатність легко розбиратися в стресових ситуаціях.

В роботі Г.Н.Солнцевої [135] виявлено зв'язок між схильністю до ризику і тривожністю, в роботі С.О.Манічева – із імпульсивністю [80], в роботі Т.В. Корнілової [58] – з орієнтацією на свої можливості. Остання із згаданих авторів співвідносить схильність до ризику з ризикованою поведінкою, що трактується як своєрідна форма активності і як узагальнена характеристика способів виходу суб'єкта з ситуації невизначеності. При цьому Д.Каннеман виділив якості, від яких залежить ризикована поведінка:

домінантність, екстраверсія, ригідність, егоцентризм, легковажність і несумлінність [181].

В дослідженнях К.Кумбса [66] був встановлений статистично значущий позитивний зв'язок між ризикованою поведінкою і такими властивостями як імпульсивність, агресія, збудливість, домінування та негативний зв'язок – з сумісністю, соціальною відповідальністю. Т.В.Корнілова [59] емпірично знайшла зв'язок між ризикованою дією і рішучістю, готовністю брати відповідальність на себе, домінантністю і готовністю орієнтуватися на власну думку. За даними Ю.О.Козелецького [50] ризикованість пов'язана з потребою в домінуванні самоствердження та агресивності.

За даними (Н.П. Рапохін, 1981; С.А. Манічев, 1985; М. Левінсон, 1990; Т. Клоновікз, Д. Соколовська, 1993), існує зв'язок схильності до ризику з особливостями професійної діяльності. У представників «небезпечних» професій вона виражена більшою мірою у порівнянні із даними в контрольних групах.

Отже, можна стверджувати, що різними дослідниками були отримані результати про існування зв'язку між схильністю до ризику і екстраверсією, а також прагненням до пошуку нових відчуттів.

В межах дослідження феномена ризику важливим чинником є «ризикованість». На думку Г.Н.Солнцевої та Т.В.Корнілової [135], ризикованість може тлумачитися: як 1) імпульсивність, недостатня продуманість дій в поєднанні з надією на щасливий вихід; 2) як властивість ситуації або прийнятого рішення або стратегії; 3) як особистісна характеристика.

Т.В. Корнілова визначає ризикованість як: 1) властивість пізнавальних стратегій; 2) форму активності; 3) достатньо узагальнену характеристику способів виходу суб'єкта з ситуації невизначеності і в цьому сенсі особистісну схильність [58]. У дослідженнях Н.Коган і М.Валлах [183] отримані досить цікаві результати, які дозволили авторам дійти висновку про



те, що в жінок ризик позитивно корелює з самоуспішністю, а обережність з ригідністю. В чоловіків обережність позитивно пов'язана з незалежністю, тривожністю і ригідністю. Отже, за даними різних досліджень, ризикованість пов'язана з домінантністю, агресивністю та потребою в незалежності.

У контексті даного дослідження ризикованість розуміється як властивість суб'єкта, пов'язана з його пізнавальною і спортивною активністю, спрямованою на досягнення мети діяльності в умовах ризику.

### **1.3. Взаємозв'язок індивідуально-психологічних особливостей і поведінки в ситуаціях ризику**

Ризик є невід'ємною особливістю багатьох видів професійної діяльності. Ступінь і виправданість ризикованої поведінки таких фахівців багато в чому визначає ефективність їх професійної діяльності в цілому. Як відзначає А.А.Обознов [94], їх професійна діяльність пов'язана з дією екстремальних чинників, які «є принципово неусувними, постійними елементами професійного середовища, що зумовлюють важливість стійкості фахівців до небезпечних умов діяльності». Про високу стійкість фахівця до небезпеки, на думку дослідника, свідчить «доцільно активна» професійна поведінка, що поєднує осмислені доцільні дії, направлені на виконання завдання і забезпечення цілісності життя, здоров'я, керованого об'єкту. Опиняючись в екстремальній ситуації, люди можуть по різному реагувати на них. Н.Д.Завалова [105], Б.Ф.Ломов [73] і В.А.Пономаренко [105] в своїх дослідженнях відзначають, що найбільш поширеними поведінковими реакціями на екстремальні, аварійні, ризиковані ситуації є: 1) пристосувально-захисні; 2) складні інтелектуальні дії, пов'язані з оцінкою ситуації, з формуванням стратегії поведінки та із забезпеченням процесу розподілу уваги, виробленням нової незапланованої схеми дій [106, с.114].

В.Г.Зазикін подає наступну типологію поведінкових реакцій в умовах дії екстремальних чинників, посилаючись на роботу В.Н.Абрамової: 1) виникнення ступору; 2) зростання нецілеспрямованої активності і 3)

збільшення активності, організованості, що супроводжується підвищенням ефективності діяльності [39].

В.П. Третьяков виділяє інші типи поведінки в екстремальних ситуаціях:

- 1) напружений, для якого характерна сповільненість, скутість, напруженість, а також інтенсивні реакції на емоційні дії;
- 2) боязкий (ухиляється від необхідних дій, переважає емоція страху і інстинкт самозбереження);
- 3) гальмівний (відрізняється гальмуванням дій);
- 4) агресивно-безконтрольний (дії людини агресивні, безглузді і безконтрольні, вона діє під впливом емоцій);
- 5) прогресивний – діяльність здійснює успішно, витрати сил і стомлюваність не великі, загальний тонус підвищений;
- 6) метушливий (не може прийняти рішення і усвідомити пріоритетний напрям дій);
- 7) зосередженість на дрібницях (не бачить цілі, займається другорядними справами);
- 8) тимчасово загальмований (спочатку загальмований, а потім активно діє в потрібному напрямі);
- 9) помилково-прогресивний (активно діє, але робить зовсім не те, що потрібно) [143].

Існують певні чинники, що обумовлюють особливості поведінки, у тому числі і ризикованої, в екстремальних ситуаціях. Так, Г.Н.Солнцева і Т.В.Корнілова [135] виділяють чотири основні групи чинників, що впливають на ризиковану поведінку: 1) характер задачі; 2) індивідуальні особливості; 3) ситуаційні дії 4) між групові впливи.

На думку Р.Ріссер, існують різні типи «ризикованих людей», які можуть бути описані різними психологічними профілями. Він досліджував поведінку в умовах ризику в скелелазів, злочинців, пожежників і поліцейських, і прийшов до висновку, що ці люди представляють собою різні психологічні типи і різні форми ризикованої поведінки [194].

М.Г.Лапуста та Л.Шаршукова відобразили в своїй роботі зв'язок між пошуком ризикованих відчуттів і різними типами ризикованої поведінки. В своїй праці він досліджував опосередкованість цього зв'язку з когнітивними чинниками. Встановив, що таким чинником є оцінка ступеня ризику, що

пов'язана не тільки з когнітивними, але і з деякими біологічними чинниками [67].

На характер поведінки в ситуаціях ризику мають вплив також думки, пристрасті, схильності, установки суб'єкта. Важливим аспектом мотивації є те, що ризик є цінністю для більшості людей. Як відзначає в своїй роботі Т.В.Корнілова особливості ризику мають гедоністичну спрямованість – це суб'єктивна цінність задоволення від відчуттів, що вносяться почуттям ризику. Прагматичні втрати можуть обернутися придбаннями ціннісного характеру (можливість підтримувати самооцінку, залишатися вірним собі, не піддатися впливу ситуації) [57].

Позитивне ставлення людей до ризику знайшло своє віддзеркалення в роботі Д.Норіяки Матсуди із співавторами, в якій аналізувався процес прийняття рішення в умовах лікарні і на курсах водіння автомобіля. Знайдено, що випробовувані незалежно від локусу контролю рідко демонструють негативне ставлення до ризику і невизначеності і значно частіше виявляють прагнення до них [190].

Б.М.Теплов [140], вважав, що є люди для яких небезпека вкрай приваблива, є життєвою потребою. Позитивне ставлення до ризику ґрунтується не тільки на ставленні до нього як до певної цінності, але і пов'язано з усвідомленням суб'єкта розширення меж власних можливостей. Так, К.А. Абульханова-Славська пов'язує поняття незадоволеності не тільки з початковими потребами і домаганнями особи, але і з уявленнями про власні можливості їх отримання [1].

У зв'язку з цим необхідно зупинитися на аналізі такої категорії, як «доцільність ризику», що приймається суб'єктом. О.А.Кондрацький характеризує в своїй роботі невинуватий ризик, як ризик при якому поведінка детермінована потребами афективного плану: прагненням насолодитися переживанням небезпеки, бажанням задовольнити самолюбність тощо [53]. Характерною рисою фахівців, схильних до такого виду ризику, є недооцінка вимог ситуації і переоцінка своїх здібностей. Ще

однією характерною рисою невиправданого ризику О.А.Кондрацький, вважає відсутність соціальної доцільності. На противагу ризикованої поведінки, він виділяє явище надмірної обережності. На думку автора, особи, яким властива ця риса, в екстремальних ситуаціях не здатні подолати її, через свою легкодухість або нерішучість, віддаючи при цьому перевагу явно малоефективним альтернативам, в яких ризик зведений до мінімуму або зовсім відсутній. Автор розрізняє оптимальний рівень виправданого ризику і виправданий ризик, що характеризується підвищеною обережністю [53].

Необхідно зауважити, що феномен немотивованого ризику це не лише прагнення людини до отримання «гострих» відчуттів або задоволення своєї самолюбності, але й активність, направлена на подолання і розширення меж індивідуальних можливостей; на зміну особистісних властивостей суб'єкта при прагненні людини до самоактуалізації, що дає можливість особистісному зростанню (за В.А. Петровським); на реалізацію пізнавальних потреб людини (у тому числі, і потреби в самопізнанні). Теорія «безкорисливого ризику», створена В.А. Петровським [101], описує перевагу небезпечних варіантів дії безпечним за відсутності зовнішнього спонукання до ризику. На його думку, мотивований ризик є засобом пристосування суб'єкта до ситуації, що дозволяє відтіснити «демаркаційну» лінію діючих обмежень, і розширити сферу власних можливостей, реалізувавши свої потенційні можливості.

Немотивований ризик може сам по собі бути мотивом, джерелом гострих відчуттів. На думку С.М. Богомолової [13], прагнення до «гострих» відчуттів, небезпеки, ризику може реалізуватися соціально прийнятними способами: заняття небезпечними видами спорту або вибором професії, пов'язаної з небезпекою. Отже, виходячи з виправданості прийнятих рішень в умовах ризику, можна виділити декілька категорій осіб: 1) котрі уникають ризик, навіть при значному виграші; 2) котрі мають оптимальний рівень ризикованості; 3) невиправдано, надмірно ризикуючи (високий ступінь ризику навіть при малій вірогідності і малому розмірі виграшу).

Існують національні відмінності у ставленні до ризику, як цінності. Р.Вест [201] в ході проведеного ним дослідження виявлені національні відмінності у ставленні до ризику в жителів 15 країн (Швейцарія, Австрія, Франція, Німеччина та інші). Ці дані не суперечать роботі Г.Н.Солнцевої і Т.В.Корнілової, в якій наголошується, що цінність розсудливості і обережності – в більшій частині країн Західної Європи не трохи не нижче, ніж цінність ризику [135].

На поведінку людини в умовах ризику також впливають її психофізіологічні та емоційні стани. В роботі [164] досліджувався вплив емоційного стану людини на прийняття нею рішення в ситуаціях ризику. Згідно отриманих даних, оптимістичний, позитивний настрій індивіда є чинником, що впливає на зниження рівня ризикованості в порівнянні з нейтральним або негативним настроєм. В роботі [198] аналізується вплив такої емоції, як страх на поведінку людини в ризикованих ситуаціях. На думку автора, страх є корисним в ситуації небезпеки. Він мобілізує підвищену увагу до небезпеки, а також психічні і фізичні можливості індивіда, його внутрішній енергетичний потенціал, що дозволяє краще керувати ситуацією; страх і хоробрість є явищами одного і того ж феномену – досвіду контакту з небезпекою.

Ризикована поведінка суб'єкта діяльності пов'язана з підкріпленням і контролем. У ряді вітчизняних і зарубіжних досліджень [57, 80, 135, 165, 200] подані результати, які показують, що ризикована поведінка у минулому позитивно корелює з ризикованою поведінкою в теперішньому часі. Зв'язок підкріплення і ризикованої поведінки вивчено В.Д.Рудашевським [124], який в ході свого дослідження виявив, що до ризикованих рішень людина мотивована фізіологічним, емоційним і когнітивним внутрішнім і зовнішнім підкріпленням. Зміна рівня сприйманого контролю або систем підкріплення може змінити тенденцію до ризику. Вчений підкреслив, що схильність до ризику є стійкою особистісною рисою, а подвоєння підкріплення безпечної поведінки істотно знижує ступінь ризику.

В зарубіжній літературі [163, 165, 187, 201] існує особливе поняття «поведінкове прийняття ризику» (risk-taking behavior). Варто підкреслити, що поведінкове прийняття ризику є особливим феноменом. Т.Б. Котлярова [63] і С.А. Манічев [80] характеризують прийняття ризику як практичну готовність людини до реалізації дій з деякою мірою ризику. На їх думку, перехід від прийняття рішення до реалізації дії може бути вольовим, інтелектуальним або афективним актом, а ставлення до ризику і суб'єктивний рівень прийняттого ризику є одним з основних моментів при переході до реалізації ризикованого рішення.

А.Г.Ніазашвілі і В.А.Хашченко [112] виявили, що на прийняття ризику впливають такі якості, як нонконформізм, дипломатичність і адекватність самооцінки. За отриманими ними даними, випробовувані, що обирають низький рівень поведінкового ризику, відрізнялися високою психологічною напруженістю і незалежністю, тоді як особи, що приймають високий рівень поведінкового ризику, характеризувалися сміливістю, дипломатичністю, товариськістю, неадекватною самооцінкою і залежністю. В роботі Г.Вайта [204] наголошується наявність значущої позитивної кореляції між самокерівництвом й самоефективністю та від'ємної між самоцінністю і прийняттям ризику.

А.Сейдж і І.Уайт [193] в своєму огляді, разом з прагненням до відчуттів, виділили ще три чинники, в щонайбільшому ступені впливають на прийняття рішення з ризиком: минулий досвід, установки і локус контролю. Аналогічна думка стосовно наявності цього зв'язку була зафіксована Дж.Роттером [195], Ю.О. Козелецьким [50]. Резюмуючи сказане, відзначимо, що поведінкове прийняття ризику пов'язано з суб'єктивно прийнятним рівнем ризику, ставленням до нього, сміливістю, минулим досвідом і локусом контролю.

Аналіз доступних джерел дозволяє стверджувати, що на ризиковану поведінку людини в ситуаціях ризику, небезпеки і невизначеності мають

вплив його індивідуально-психологічні особливості, серед яких слід особливо виділити потребу в незалежності, домінантності і агресивності.

#### **1.4. Особливості прийняття рішення в ситуаціях ризику**

Прийняття рішення в умовах ризику знайшло віддзеркалення у ряді теорій. В даний час не існує єдиної універсальної теорії, що повністю відображає феномен ризику; в багатьох аспектах різні теорії і дослідження взаємно доповнюють або уточнюють одна одну. В межах традиційного підходу у вивченні ризику було розроблено чотири основні моделі: 1) очікуваної цінності; 2) очікуваної корисності; 3) суб'єктивно очікуваної цінності; 4) суб'єктивно очікуваної корисності. Ці теорії детально описані в роботах Ю.О. Козелецького [50], В.В.Кочеткова [64], І.Г. Скотникової [136]. В кожній з них наводяться методи розрахунку згаданих цінностей.

Теорії прийняття рішення ризику продовжують розвиватися. Так, Д.Канаманом і А.Тверські [181] на основі теорії суб'єктивно очікуваної корисності створили «теорію плану», згідно якої, функція корисності має S-подібну форму і більш екстремальна в області програшів. Це означає, що неприємні відчуття від програшу сильніше, ніж від рівного йому за величиною виграшу.

Розроблена Говардом модель середовища як тривимірного простору з розміщенням в ньому видів задач дозволила виділити Ю.О. Козелецькому чотири типи ризикованих задач: 1) прості статистичні; 2) складні статистичні; 3) прості динамічні; 4) складні динамічні задачі. При розв'язанні ризикованих задач він виділив чотири головні етапи прийняття рішення, пов'язаних з ризиком: а) створення суб'єктивного уявлення про задачу; б) оцінка наслідків альтернатив; в) прогнозування умов, визначальних наслідки; г) вибір альтернативи [50].

Дослідник [50] стверджує, що при прийнятті рішення в умовах ризику людина використовує тільки ті стратегії, якими вона навчилася практично оперувати. Подібним є розподіл на етапи прийняття рішення Ч. Влека, згідно

якого, в ризикованій ситуації вирішення ситуації містить наступні етапи: сприйняття ситуації ризику, її оцінку, прийняття рішення та його реалізація. При прийнятті рішення з тим або іншим ступенем прийнятного для нього ризику людина базується на певному «профілі ризику», що містить як об'єктивні, так і суб'єктивні оцінки; ґрунтуючись на принципі «максимальної компенсації» за свою ризиковану дію [200].

Прийняття людиною рішення та її поведінка в ризикованій ситуації багато в чому визначається суб'єктивним сприйняттям ризику. На думку Ю.О. Козелецького [50] суб'єктивне уявлення ризику залежить від структури задачі і є динамічним образом. Воно представляє собою «уявний образ задачі», пов'язаний з її структурою. Успіх в розв'язанні ризикованих задач багато в чому залежить від виробленого суб'єктивного уявлення, яке визначає програму її розв'язання. В одній і тій же ситуації формується декілька образів ситуації, і від повноти образу багато в чому залежить процес вирішення ситуації (рішення задачі). Цьому не суперечить думка М. Бауера. згідно якої, процес формування суб'єктивного уявлення ризикованих задач є актом «конструювання моделі дійсності».

Прийнято розрізняти евристичні і детерміновані уявлення ризикованих ситуацій. При створенні евристичного уявлення людина сприймає задачу як впорядкований список (сукупність) чинників, основними з яких є: альтернативи, вірогідність виграшу і програшу, їх величина і значущість для суб'єкта, а також ієрархія виграшу і програшу. На думку Т.Б.Котлярової [63] і С.А. Манічева [80], при оцінці ризику когнітивні і мотиваційні складові виступають в системній єдності, а адекватність суб'єктивної оцінки вірогідності ризику визначається адекватністю оцінки вірогідності успіху і оцінкою власних можливостей з реалізації прийнятого рішення, а також співвідношенням цієї вірогідності.

За даними Д. Каннемана і А. Тверські [181], при прийнятті рішення в умовах ризику людина оцінює виграш вище, ніж програш за умови рівності їх величин. Аналіз результатів проведеного К. Кумбсом і Л. Хуангом [168]



дослідження дозволили авторам дійти висновку, що відповідно до збільшення різниці в можливому виграші і програші зростає величина ризику, що сприймається особою. При рівності двох альтернативних виборів виграшу і програшу, перевага віддається не ризикованому варіанту, якщо йдеться про виграш, і ризикованому – якщо очікується програш.

В роботі Б.Ф.Ломова виділено п'ять різних типів індивідуальних рішень. Перший тип презентується імпульсними рішеннями: гіпотези висуваються швидко без ретельного аналізу ситуації, їх перевірка починає здійснюватися після виконання значної частини ухваленого рішення. Другий тип – розв'язання з ризиком – орієнтація в ситуації неповна, гіпотези висуваються швидко, але уточнюються у процесі дії, паралельно зростає ретельність контролю. Третій тип – врівноважені рішення (антиципація дорівнює контролю). Наступний тип – обережні рішення, для яких характерні розгорнуті орієнтовні дії і ретельність аналізу можливих альтернатив, контроль кожного кроку. П'ятий тип – інертні рішення, для яких характерна повільність і невпевненість у висуненні гіпотез, значне переважання орієнтовних оцінок і перебір підготовчих варіантів [74].

Суб'єктивне уявлення про задачу з ризиком, згідно теорії плану, розробленої Дж.Міллером [], Ю.Галантером і К.Прібрамом [49], має ієрархічну структуру: людський досвід відображається, головним чином, за допомогою ієрархічних структур. Ієрархія торкається альтернатив, величини і вірогідності виграшу і програшу, пізнавальних зусиль суб'єкта і полегшує процес прийняття рішення. Резюмуючи сказане, можна стверджувати, що суб'єктивне уявлення ризику має величезний вплив на схвалюване людиною рішення.

На ухвалення людиною рішення в умовах ризику мають також вплив особливості надходження інформації (її недолік або надлишок, наявність помилкової або суперечливої інформації, а також потік інформації, в якому значуща інформація складає дуже малий відсоток від всього її об'єму). Дані

Т.Ф.Базилевич із співавторами свідчать про вплив приросту інформації на вибір ризикованої або консервативної стратегії [9].

Значний вплив на прийняття рішення в умовах ризику має такий чинник, як дефіцит часу. Як відмічають Н.Д. Завалова [105], Б.Ф. Ломов [75], В.А.Пономаренко [105], він не тільки збільшує швидкість протікання розумових процесів, але і посилює інтуїтивну складову діяльності.

Поза сумнівом, на характер схвалюваних суб'єктом рішень в умовах ризику мають вплив сприйняття, оцінка і аналіз ризикованих ситуацій. У ряді вітчизняних робіт знайшли віддзеркалення ефекти, що впливають на їх спотворення. Автори [27, 39, 46, 56] виділяють наступні з них: 1) відмова від пошуку додаткової інформації (помилкове уявлення про повноту; 2) ігнорування нової інформації, а також 3) інформації, що поступає в неявному вигляді (отримання якої вимагає певних інтелектуальних зусиль); 4) оцінка вірогідності настання події залежно від її репрезентативності; 5) оцінка інформації з погляду найбільшої правдоподібності гіпотез; 6) завищення значущості останньої інформації; 7) оцінка подій переважно на основі власного минулого досвіду; 8) легкість відтворення з пам'яті події впливає на оцінку інформації (евристика доступності); 9) події, що є причиною тривоги, сприймаються як більш вірогідні; 10) «розподіл» ризику і небезпеки на значну кількість людей знижує суб'єктивну вірогідність їх реалізації; 11) пошук закономірностей там, де їх немає; 12) недооцінка можливості мало вірогідних подій і переоцінка можливості високо вірогідних; 13) прагнення встановити зв'язок при оцінці вірогідності двох останніх незалежних подій; 14) необґрунтований оптимізм в оцінці ситуації, а також 15) ефект звикання до небезпеки.

За даними [164, 165, 174], при прийнятті ризикованих рішень для індивіда найбільш важливою є негативна інформація. З часом її значущість слабшає, більшою мірою враховується позитивна інформація. Отже, існує значна кількість ефектів спотворення, що впливають як на сприйняття суб'єкта, так і на побудову нею гіпотез, вибір програм і стратегій дій.

Великий вплив на ступінь ризикованих рішень має мотивація. Дж.Аткінсон і Н.Фізер [165] на основі проведеного ними дослідження встановили, що суб'єкти, котрі прагнуть до успіху більше, ніж до уникнення невдачі, вважають за краще середній рівень ризику, а орієнтовані на досягнення успіху менше ніж на уникнення невдачі, вибирають низький або високий рівень ризику, позаяк можуть виправдати свою невдачу або малою вірогідністю успіху, або складністю задачі, що постала перед ними. Необхідно також згадати дослідження [177], що дозволило автору прийти висновку про те, що чим вище мотивація індивіда до досягнення мети, тим нижча готовність до ризику.

В.Г.Асєєв підкреслює, що рівень мотивації має певний оптимум. В мотивації існує як верхня (надвисока значущість), так і нижня (наднизька значущість) межа. На думку автора, «значущість установки мотивації не повинна перевищувати певного порогу, а діяльність – розгортатися в межах прикордонної межі. Інакше формується стан невизначеності, під впливом якого активізуються механізми регуляції більш низького рівня (штампи, автоматизми) як більш надійні. В інших ситуаціях відбувається включення неадекватно складних, тривалих і функціонально складних механізмів «індивідуального аналізу», що приводить до таких ефектів, як нерішучість дій, сповільненість реакцій» [6].

У зв'язку з розглядом впливу мотивації на прийняття рішення в умовах ризику звернемося до гомеостатичної теорії ризику Г. Уайда [204], згідно якої, люди приймають певний (цільовий) рівень ризику в діяльності замість вигод, що нагромаджуються від цієї діяльності. На думку ученого, якщо люди чекають багато чого в майбутньому, то мало ймовірно, що вони стануть ризикувати своєю безпекою і здоров'ям.

О.О.Кроніком [184] був проведений аналіз психологічної літератури щодо індивідуальних відмінностей очікуваного майбутнього, в результаті якого ним було виділено чотири чинники: 1) ясне бачення майбутнього; 2) активне планування майбутнього; 3) тиск майбутнього; і 4) оптимістичні

очікування щодо свого майбутнього, на які людина не може впливати. Перший і другий чинник учений пов'язує із звичкою до безпеки, а третій і четвертий – з відносно високими цільовими рівнями фізичного ризику.

В роботах М.О.Котика [62] і С.О.Манічева [80] відображається зв'язок мотивації із здібністю до успішних дій в умовах ризику, небезпеки і невизначеності. Фахівці, мотивовані на успіх і схильні до ризику, менш схильні потрапляти у нещасні випадки, здатні ухвалювати адекватні рішення і успішно діють в умовах ризику, а ніж фахівці, схильні до ризику, але орієнтовані на уникнення невдачі.

Особливий вид досліджень в області ризику представляють праці групових рішень в умовах ризику. При прийнятті рішення спільно з іншими особами має місце ряд феноменів, серед яких виділяється феномен групової поляризації, який репрезентує собою екстремізацію первинних індивідуальних переваг. В групах також спостерігається явище конвергенції – суб'єктивні значення цінності ризику окремих членів груп стають подібними. Ставлення лідера до ризику має певний вплив на прийняття групових рішень. Група легше йде на ризик, якщо її лідер готовий взяти на себе велику частину відповідальності за прийняте рішення. Як правило, лідерам властивий більш високий рівень схильності до ризику в порівнянні з іншими членами групи.

На ризикованість схвалюваного фахівцем рішення та його поведінку мають вплив соціальні чинники, такі як: соціальна підтримка, ставлення оточуючих до ризику, присутність при виконанні завдання інших людей (ефект соціальної фасилітації). Важливий рівень розвитку альтруїзму і здатності ризикувати не тільки заради себе, але і заради інших. В роботі В.А.Петровського [101] стверджується, що за наявності ізоляції людини в групі її готовність до ризику зростає прямо пропорційно зазначеного феномену.

Значний вплив на характер схвалюваного рішення в умовах ризику мають предметна включеність людини в ситуацію і можливість впливати на

хід подій, а також час реалізації наслідків обраного рішення. Так, в роботі Д.Канеман [46] досліджувався вплив особистісної включеності і рівень складності завдання на процес прийняття рішення. Виявлено, що особистісно залучені в завдання випробовувані прагнули дізнатися в експериментатора додаткову інформацію, частіше поверталися до вже існуючої і витрачали більше часу на прийняття рішення. Залученість у завдання в найбільшій мірі мала вплив на процес прийняття рішення при помірній складності завдань. На схвалюване людиною рішення має вплив не тільки величина і вірогідність можливого виграшу (або програшу), але і час їх отримання.

Одним з чинників, що впливає на схвалюване суб'єктом рішення в ситуації ризику є його добровільність. Згідно даним Ч.Старра [198], люди схильні приймати тисячократно більш ризиковані дії з добровільним ризиком (куріння, швидка їзда на автомобілі) у порівнянні з дією, що зумовила недобровільний ризик (хірургічне втручання, вимушений політ на літаку).

Приймаючи дуже високий рівень добровільного ризику, люди можуть відкидати навіть середній рівень недобровільного. Дослідження П. Словіка [46] дозволило йому дійти висновку про те, що людям притаманно завищення ризику таких причин смерті, як аварії, катастрофи, рак і вбивства і зниження вірогідності смерті від різних хвороб (астми, діабету).

Контроль за суб'єктом діяльності впливає на ступінь ризикованості прийнятого рішення. Цей факт знайшов своє підтвердження в дослідженні Р.Ріссера, яке показало, що водії часто неадекватно оцінюють об'єктивно існуючий ризик і ухвалюють ризиковані рішення там, де їх слід уникати. Автор пов'язує це з відсутністю соціального контролю через фізичну ізолюваність водія. У водіїв створюється помилкове відчуття безпеки, знижується готовність до дій в ризикованій ситуації [194].

На прийняття рішення в умовах ризику чималий вплив мають і інші чинники, а саме: вік, рівень освіти і специфіка роботи. Л. Хакамаєс [175] на основі проведеного нею дослідження дійшла висновку про те, що відчуття розумової напруги у водіїв при розв'язанні різного рівня задач збільшується з

віком. Розумове перевантаження більшою мірою, у порівнянні із суб'єктивною оцінкою ризику, слугує підставою для обмеження прийняття ризикованих рішень у водіїв старшого віку.

Згідно даних дослідження Е. Карбонелла [167], молоді водії поводяться більш ризиковано і частіше стають учасниками дорожньо-транспортних подій на відміну від водіїв із стажем понад 10 років. Вивченню впливу віку людини на ризикованість схвалюваних нею рішень присвячені також дослідження [176, 180, 202, 205], які дозволили дійти висновку про те, що старіння не має істотного впливу на процеси прийняття ризикованих рішень, а лише відображається на їх швидкісних характеристиках.

На ризикованість схвалюваного людиною рішення також впливають і статеві особливості. Згідно результатів дослідження [68, 94, 107], виявлені гендерні відмінності в прийнятті рішення, поведінці та його оцінці в ситуаціях ризику. Як моделі використовувалися залученість осіб жіночої та чоловічої статі в конкретну ризиковану ситуацію в альпінізмі. Аналіз матеріалів дослідження дозволили прийти до висновку, що чоловіки сприймають свою ризиковану поведінку як менш стресогенний чинник, у порівнянні із жінками. Вони більш схвально ставляться до своїх ризикованих рішень, тоді як жінки сприймають їх як пристосувальні. Автори пояснюють це психологічними і біологічними передумовами, а також відмінністю в соціальних і групових ролях серед юнаків і дівчат.

В результаті проведеного дослідження [46] автори дійшли висновку, що, в середньому чоловіки більш схильні до ризику, ніж жінки, хоча на початку своєї кар'єри жінки більш незалежні і ризиковані, у порівнянні із чоловіками.

При проведенні дискусій в групах, що складаються з чоловіків, ухвалення ризикованих рішень відбувається легше і швидше, ніж в групах, які цілковито складаються з жінок. На підставі згаданих досліджень можна зробити висновок – жінки в середньому важче ухвалюють ризиковані рішення, ніж чоловіки.

Отже, аналіз літератури дозволяє стверджувати, що існують чотири головних етапи прийняття рішення, пов'язаних з ризиком: створення суб'єктивного уявлення про задачу, оцінка наслідків альтернатив, прогнозування умов, що визначають наслідки, а також вибір альтернативи. Ухвалення людиною рішення та її поведінка в ризикованій ситуації багато в чому залежить від суб'єктивного уявлення ризику. Адекватність суб'єктивної оцінки вірогідності ризику визначається адекватністю оцінки вірогідності успіху і оцінкою власних можливостей з реалізації ухваленого рішення.

На прийняття людиною рішення в умовах ризику впливає значна кількість як внутрішніх, так і зовнішніх чинників, таких як: індивідуально-психологічні особливості, мотивація, суб'єктивна значущість діяльності, що виконується, відповідальність за результат, а також особливості надходження інформації (її брак або надлишок, наявність помилкової або суперечливої інформації, потоку інформації, в якому значуща складає дуже малий відсоток від всього її об'єму), залученість людини в ситуацію і можливість впливати на хід подій, час реалізації наслідків обраного рішення, добровільність ризику, наявність зовнішнього контролю, вік, стать та освіта.

### **1.5. Стратегії та стилі поведінки в ситуаціях ризику**

Поведінка людини в ситуаціях ризику зумовлена її стильовими особливостями. Деякі роботи зарубіжних авторів є спробою виділити і описати різні стилі поведінки в ситуації ризику. Так Д.Клебельсберг [49] виокремив два стилі поведінки в ситуації ризику: довільний та адаптивний. Розглядаючи стилі поведінки в контексті екстремальної діяльності, він відзначає, що за таких умов можлива лише поведінка, керована прагненням до мети (L) та до безпеки (S). Адаптивний стиль пов'язаний з такими індивідуальними ознаками, як гнучкість сприйняття, чутливість і самостійність і тісно пов'язаний з конкретними обставинами і об'єктивними показниками вибору мотиву L і S. Поведінка в довільному стилі також багато

в чому залежить від співвідношення L і S й керується суб'єктивними рішеннями.

В межах вивчення стилів поведінки в ситуаціях ризику на дорогах Р.Вестом [201] була проаналізована роль індивідуальних особливостей в небезпечній і надмірно ризикованій поведінці водіїв. Аналіз дорожньо-транспортних подій дозволив дійти висновку про те, що егоїстичні і агресивні стилі руху є передумовою для виникнення ДТП, а ніж вік, стать і навіть досвід водіння машини. На думку Р.Веста [201], небезпечний стиль руху презентує собою соціальне відхилення, а систематичне перевищення швидкості визначається, перш за все, індивідуально-психологічними особливостями водіїв, високим рівнем егоїзму і агресії. Спосіб керування автомобілем, на думку автора, є віддзеркаленням цінностей, потреб, і загальних поведінкових тенденцій індивіда.

В умовах ризику розрізняються не тільки стилі фахівців, але стратегії, яким вони надають перевагу. З.Райтайкзар виділила наступні стратегії поведінки в одному з видів ризикованих ситуацій – небезпеки: запобігаючу, атакуючу та евакуаційну.

Успішна спроба виокремлення стратегій поведінки в умовах ризику на основі експериментальних даних була зроблена Н.Ф.Лукьянковою та Е.Н.Лобовим, які обстежували курсантів льотних училищ. На основі отриманих результатів [76] автори змогли розділити всіх обстежених курсантів на п'ять груп, залежно від домінуючої стратегії вибору в тій або іншій мірі ризикованого рішення: «педантів», «поміркованих», «розкиданих», «ризикованих» і «обережних». За запропонованою класифікацією до осіб з «поміркованою» стратегією були віднесені курсанти, котрі поступово обирають все більш ризиковані цілі, що досягають в своєму виборі достатньо високого рівня ризику. До осіб з «ризикованою» стратегією були віднесені випробовувані, які обирають ризиковані цілі, і які віддають їм перевагу в ході всього експерименту. Курсанти з низькими показниками з льотної практики характеризувалися вибором «розкиданої» стратегії (ті, що



не мають чіткої стратегії вибору ризикованих цілей). Аналіз отриманих даних дозволив дійти авторам висновку про вплив таких характеристик, як ефективність механізму саморегуляції, рівень домагань, екстраверсія, емоційна стійкість, тривожність і мотивація вибору стратегії поведінки в ситуації ризику.

Одним з різновидів стильових особливостей людини є когнітивні стилі. Діяльність співробітників груп негайного реагування і прикордонників часто протікає в умовах ризику, небезпеки і невизначеності. Адекватна оцінка ситуацій, пов'язаних з невизначеністю та браком інформації про подію, що трапилася, багато в чому залежить від здатності співробітника правильно оцінити ситуацію, що створилася і «дібрати» додаткові відомості, необхідні для впевненого прийняття правильного рішення. В цьому контексті велику роль відіграє когнітивний стиль, що відображає специфічну організацію способів отримання і переробки інформації про навколишнє оточення.

І.Г. Скотнікова [131] вважає, що когнітивні стилі є певною проекцією особи в пізнавальну сферу і представляє собою «наскрізну» для всіх рівнів (відчуття, сприйняття, пам'яті, уваги, мислення) інструментальну характеристику. На думку ряду авторів, когнітивні стилі репрезентують собою процесуальну характеристику пізнавальної та її складової – інтелектуальної діяльності, на яку впливають індивідуальні особливості особистості. Когнітивні стилі відрізняються відносною стабільністю в часі і крос-ситуативності.

На думку Г.Уїткіна [203], когнітивний стиль є глобальною системною властивістю, стабільною індивідуальною характеристикою взаємодії з інформаційним і соціальним середовищем. Когнітивні стилі також виступають регулятором протікання психічних процесів. Регулятивну роль когнітивних стилів підкреслював Р. Ройс, який вважав, що їх призначенням є регуляція когнітивних процесів, спрямованих на досягнення поставленої мети. Як відзначає М.А.Холодна [146, 147], когнітивні стилі відображають

своєрідність індивідуальних репрезентацій подій, що відбуваються і можливість контролю психічної активності.

Ряд вітчизняних і зарубіжних авторів вважають, що значення «імпульсивності – рефлексивності» і «полезалежності – полenezалежності» істотно впливають на поведінку людини в складних, небезпечних, ризикованих умовах. Стосовно даного питання поведінки людини в ситуаціях ризику, виходячи з їх психологічного змісту, особливий інтерес представляють саме ці когнітивні стилі.

Поняття стилю «полезалежність – полenezалежність» вперше у науковий обіг було введено Г.Уїткіним [203]. Дослідник обґрунтував три параметри, що визначають когнітивний стиль: характер взаємодії людини з навколишнім середовищем, спосіб контролю і управління афективними спонуками індивіда, а також особливості «Я-концепції» особистості. Згідно Г.Уїткіна, «полезалежні» індивіди можуть бути охарактеризовані як конформні люди, котрим притаманна низька самооцінка, малоініціативні, пасивні, орієнтовані на спілкування, які мають розвинуту техніку спілкування і зовнішній локус контролю.

«Полenezалежні» особи більш активно оперують полем і виділяють його окремі елементи у порівнянні із «полезалежними», активно структурують інформацію, висувають і перевіряють гіпотези, тоді як «полезалежні» пасивно її використовують. Менш активні у пошуках інформації та мають значні складнощі у процесі прийняття рішення, що загрожує для них серйозними наслідками. За даними Г.Уїткіна «полenezалежні» індивіди мають більш жорстку структуру власного «Я», що дозволяє їм вносити впорядкованість в невизначені ситуації [203].

На думку Т.Г.Янічевої [159] «полезалежні» мають високу «чутливість» до ситуаційних впливів, втім «полenezалежні» теж чутливі до зовнішніх дій, але відрізняються від перших більшою критичністю. Як відзначила М.С.Єгорова [36] «полenezалежні» активно перетворюють інформацію спираючись не на приховані, а на найбільш істотні риси. Тому вони

ефективно діють в професійних ситуаціях в умовах неповної або суперечливої інформації, ризику й невизначеності.

На ефективність професійної діяльності в умовах ризику мають вплив особливості інтелектуальної діяльності фахівців. Для «поленезалежних» властивий активний інтелектуальний пошук з використанням стратегії активної орієнтації на зовнішні ознаки стимулів або на декодування, а для «полезалежних» – «аналітичне фільтрування» інформації при вирішенні розумових задач. Ефективність дій «полезалежних» і «поленезалежних» фахівців в умовах ризику і невизначеності значною мірою залежить від психологічного змісту самої діяльності. М.А.Холодна [146] констатує, що «поленезалежні» індивіди більш адаптивні в інтелектуальному плані, вони відрізняються гнучкістю інформаційних процесів і легкістю зміни установок.

Як відзначає П.Н.Іванов [43], «полезалежні» індивіди віддають перевагу груповій, а не індивідуальній діяльності. Вони орієнтовані на соціальні контакти, мають добре розвинуті комунікативні навички. В діяльності, насиченій професійним спілкуванням, за даними дослідника, виявляється значуща позитивна кореляція між «полезалежністю» та професійною успішністю.

«Поленезалежні» орієнтовані власне на задачу, а не на спілкування, прагнуть його мінімізувати, люблять усамітнюватися. Вони надають перевагу діяльності, що пов'язана із індивідуальними формами праці. Комунікативні навички в «поленезалежних» розвинуті слабше, але вони мають розвинуті навички структуризації задач.

М.А.Холодна [147] характеризує «поленезалежних» осіб як компетентних, критичних, автономних, не зацікавлених в соціальних контактах, що мало цікавляться іншими людьми, їхнє прагнення дистанціюватися від інших людей збільшується в ситуаціях невизначеності. Проте, як відзначає І.П.Шкуратова [156], «полезалежні» і «поленезалежні» мають однакову соціальну компетентність. І ті, і інші, можуть успішно оволодіти професією, що вимагає встановлення міжособових відносин, при

цьому кожний обирає стиль спілкування, що відповідає його когнітивному стилю.

«Поленезалежних» фахівців характеризує більш високий контроль над власними емоціями і агресивними спонуканими, але за даними дослідження Т.Глоберсона [173], контролюючі процеси в найбільшій мірі сформовані в осіб з середнім рівнем поленезалежності. На думку М.А.Холодної, афективні компоненти значно впливають на сприйняття «поленезалежних», втім не мають подібного впливу на «поленезалежних» [146]. Г.Уїткін підкреслював високу здатність «поленезалежних» контролювати свої афективні стани. Це дуже важливо для видів діяльності, в яких часто виникають психотравмуючі ситуації. Отже, вищевикладене дозволяє дійти висновку про високу довільну регуляцію «поленезалежних» своїх моторних, виконавських дій, а також емоцій [203].

М.А. Холодна вважає, що цей когнітивний стиль – не біполярне, а квадрополярне утворення. Дослідниця вважає, що мобільність когнітивного стилю є демонстрацією суб'єктом властивостей того стильового полюса, до якого він реально не належить [147]. При вияві цього феномена людина здатна, не позбавляючись позитивних аспектів свого полюса набувати те позитивне, що властиве іншому полюсу. Мобільність когнітивного стилю є відносною. Цей факт дозволив І.Г.Скотніковій [131], підкреслюючи більшу стійкість, ніж мінливість когнітивних стилів, віднести їх до властивостей індивідуальності.

Когнітивні стилі, визначаючи вибір стратегій і способів вирішення індивідом пізнавальних задач, впливають і на кінцевий результат діяльності. М.А. Холодна підкреслює, що когнітивні стилі є показником сформованості здатності активно і продуктивно переробляти інформацію, відтворювати накопичені знання, саме таким чином вони пов'язані з продуктивністю діяльності, що виконується [146].

Когнітивний стиль «імпульсивність-рефлексивність» характеризує схильність суб'єкта до розгорнутого і глибокого аналізу альтернатив перед

прийняттям рішення, а також особливість висунення гіпотез. «Імпульсивні» особи схильні ухвалювати рішення і швидко реагувати без ретельного аналізу ситуації, а «рефлексивні» навпаки, ретельно аналізують можливі альтернативи і уточнюють свої гіпотези («імпульсивність» характеризується швидким прийняттям рішення при великій кількості помилок і малій обдуманості, а «рефлексивність» – сповільненістю відповідей при високій точності).

Згідно [147] вищезазначений стиль характеризує співвідношення якості і темпу розумових операцій суб'єкта. О.С. Альошина [4] підкреслює, що цей когнітивний стиль відображає суперечність між точністю і швидкістю прийняття рішення, а також суб'єктивні особливості регуляції розумових дій. На думку М.А.Холодної [146], «рефлексивні випробовувані витрачають більше часу не стільки на оцінку своїх гіпотез, скільки на збір інформації в процесі побудови репрезентації ситуації, причому роблять вони це більш систематично, чим імпульсивні випробовувані. За даними О.С. Альошиної та О.С.Дейнеки [32], в пізнавальній діяльності «імпульсивні» мають певне переважання старанних дій у порівнянні із орієнтовними, а в «рефлексивні» – навпаки. Дослідження, проведене Л.Н.Собчик [133], дозволило виявити в «імпульсивних» випробовуваних переважання інтуїтивного сприйняття.

І.П.Шкуратовою підкреслюється зв'язок між «імпульсивністю» і «полезалежністю», а «рефлексивності» – з «полenezалежністю». «Рефлексивні» і «швидкі і точні» фахівці найбільш ефективні в професіях, де необхідний розвиток комунікативних навиків, самоконтроль і емоційна стійкість [156].

Логіка нашого дослідження також потребувала з'ясувати характер взаємозв'язку схильності до ризику з «полезалежністю – полenezалежністю». В дослідників немає єдиної думки. В.В.Кочетков та І.Г.Скотнікова в ході проведеного ними дослідження виявили існування значущої позитивної кореляції між схильністю до ризику і «полезалежністю» і «імпульсивністю», та зворотної – між схильністю до ризику і раціональністю [64]. Схожі

результати були отримані Т.В.Корніловою [57], І.Г.Скотніковою [131], котрі виявили, що схильність до ризику властива для «імпульсивних» та «полезалежних» осіб. В той же час Г.Уїткіним не була виявлена значуща кореляція між схильністю до ризику і «полезалежністю – полenezалежністю» [203]. На думку В.В.Кочеткова і І.Г.Скотнікової [64], прагнення «полезалежних» діяти ризиковано може бути пояснено їх прагненням вийти шляхом ризикованих дій з невизначеної ситуації, що потребує самостійного розв'язання. Дослідження зв'язку схильності до ризику з «імпульсивністю – рефлексивністю» також не дали однозначних результатів. Н.Коган і М.Валлах [183] наголошується відсутність позитивного зв'язку між схильністю до ризику і «імпульсивністю», тоді як С.А.Манічев [80] і Т.Б.Котлярова [63] дійшли висновку про її існування. Резюмуючи сказане, можна стверджувати, що не існує однозначного погляду про зв'язок досліджуваних стилів з схильністю до ризику, хоча більшість авторів дотримується думки про її наявність. В нашому дослідженні зроблено спробу встановити наявність або відсутність зазначеного взаємозв'язку на контингенті спортсменів підводного плавання.

### **1.6. Класифікація змагальних вправ підводного плавання та ступінь їх ризикованості**

Підводне плавання, основу якого складають пірнання та плавання під водою із застосуванням спеціального спорядження, належить до небезпечних, екстремальних та ризикованих видів спорту. Існування ризику в підводному плаванні безпосередньо пов'язано із наявністю невизначеності, що є неоднорідною за формою прояву та за змістом. Результат більшості видів спортивної діяльності в підводному плаванні неможливо передбачити точно. Насамперед це викликано незнанням можливих результатів, що є крайнім випадком невизначеності стосовно майбутніх подій. Більшість дослідників невизначеність з приводу майбутніх результатів подають у

вигляді імовірності їх настання. Тоді невизначеність перетворюється в ризик [80]. Ризик характеризується як вимірювана невизначеність. Джерел виникнення невизначеності в спортивних реаліях підводного плавання чимала кількість. До загальних джерел, що сприяють зростанню невизначеності і ризику належать: обмеженість ресурсів на стадіях прийняття рішення або реалізації рішень, суб'єктивність процесу пізнання спортсменом ситуації, в якій він знаходиться, відносна обмеженість свідомої діяльності підводника, існуючі розбіжності в соціально-психологічних настановах і стереотипах поведінки індивідуального і колективного суб'єкта.

Важливими генераторами ризику в підводному плаванні є спортсмени. Адже у підсумку всі об'єктивні невизначеності спортсмен прагне так чи інакше усвідомити і тому їх вплив на дії та майбутній результат залежить від його можливостей і обмежень врахувати різні фактори. Під час підводного занурення на психіку спортсмена впливає не лише фактор водного середовища (зумовлюючий одночасну змінюваність картини світу, зорових, слухових і пропріоцептивних відчуттів), але й більш суттєвий фактор – акваланг, що представляє собою апарат примусового дихання. Існує ряд психічних і фізичних феноменів, що виникають в процесі підводного занурення з аквалангом, до яких не відбувається адаптація, а досить часто навпаки, підсилюється підводна дезадаптація [57]. Це обумовлює появу ситуацій, що не мають однозначного рішення (під ситуацією розуміємо єдність суб'єктивних і об'єктивних просторово-часових умов спортивної діяльності, комунікації і рефлексії їх суб'єктів). Якщо існує можливість кількісно або якісно визначити ступінь імовірності того або іншого варіанту, то це і буде ситуація ризику. Отже, ризикована ситуація пов'язана із статистичними процесами і їй властиві такі співіснуючі умови як: наявність невизначеності, необхідність вибору альтернативи (варто відмітити, що відмова від вибору також є альтернативою вибору); можливість оцінити імовірність альтернатив, що обираються.

Прагнучи усунути ризиковану ситуацію, спортсмен приймає певний вибір і намагається його реалізувати. Цей процес і знаходить своє вираження в понятті „ризик”. Останній існує як на стадії вибору рішення, так і на стадії його реалізації. Ризик характеризується такими рисами, як суперечливість і альтернативність. Суперечливість як атрибут ризику має прояв в різних аспектах. На рис. 1.1. подано класифікацію змагальних вправ підводного плавання.





Змагальні вправи підводного плавання характеризуються великою складністю та швидкістю їх виконання, що пов'язана із тривалими багатократними затримками дихання, різними режимами відновлення на поверхні води і підготовкою до виконання наступної дії.

Ризикованість та небезпечність вправ в підводному плаванні визначається насамперед тим, що рухова діяльність спортсмена відбувається при затримці дихання (пірнанні), а також диханні в замкнутому просторі, що обмежений об'ємом повітря та приводить до швидкого розвитку гіпоксії. Для виконання вправ під водою застосовують спеціальне обладнання. Розрізняють два види такого спорядження: основне та допоміжне.

Основне спорядження забезпечує життєві функції спортсмена під водою. До них належать дихальні апарати, дихальні трубки та гідрокостюми. Додаткове спорядження слугує для орієнтування під водою і забезпечення безпеки (маски). До цієї групи належать: ласті, глибиноміри, підводний годинник, компас, водолазні ножі та комп'ютер.

Певне поєднання предметів основного підводного спорядження складають комплекти, які залежно від характеру виконуваних дій під водою поділяються на комплект №1 і комплект № 2. Комплект № 1 – найпростіше і розповсюджене спорядження. Він складається із маски, дихальної трубки і ласт і моноласт. З його допомогою можна плавати по поверхні води, пірнати в глибину. Плаваючи по поверхні спортсмен дихає через трубку звичайним атмосферним повітрям, а пірнаючи, розраховує лише на запас повітря в своїх легенях, що зроблений під час вдиху на поверхні. Комплект № 2 слугує для тривалого перебування і плавання під водою. До нього входять: маска, ласті і дихальний апарат – акваланг.

Для забезпечення змагальної діяльності спортсмена-підводника під водою, необхідно систематично доставляти до легень достатню кількість кисню. Це може бути здійснено наступними шляхами: через дихальну трубку; за допомогою автономних дихальних апаратів та ребризерах.

Всі ці шляхи не є природними для людини і мають свої особливості. Задля того, щоб забезпечити нормальне дихання на глибині, необхідно подавати в легені повітря під таким тиском, який би міг врівноважити зовнішній тиск води на грудну клітину. В кисневому скафандрі дихальна суміш перед потраплянням в легені стискається до певного необхідного ступеня в дихальному мішкові безпосередньо тиском навколишнього середовища. В автономному дихальному апараті на стиснутому повітрі цю функцію виконує легеневий автомат. Занурення під воду в будь-яких апаратах завжди супроводжуються певним ризиком.

Середній час перебування пірнальника під водою без рухів – від 2 до 3 хвилин. При відповідному тренуванні він може бути збільшеним до 6 хвилин. Окремі, добре треновані спортсмени можуть знаходитися під водою значно довше. Швидкісне плавання, особливо в ластах, різко скорочує час перебування під водою.

Проведений аналіз дозволяє стверджувати, що нині існує два шляхи збільшення часу перебування спортсмена під водою: гіпервентиляція легень та дихання чистим киснем перед зануренням. Гіпервентиляція – це п'ять-шість глибоких вдихів і видихів. Найбільш ефективною є гіпервентиляція тривалістю 1-3 хвилини. Під час гіпервентиляції повітрям організм не може значно збільшити запас кисню, але в цей час уможлиблюється очищення тканин та крові від вуглекислоти, що подразнює дихальний центр. Гіпервентиляція дозволяє затримати дихання в 1,5 – 2 рази більше звичайного. Задля того, щоб не дихати під водою більш тривалий час, необхідно збільшити запас кисню в організмі. Встановлено, що дихання чистим киснем значно збільшує запас кисню в тканинах і крові. Якщо перед зануренням подихати киснем, то час перебування під водою, за даними Рене Барбо, можна збільшити до 15 хвилин.

У спортсменів-підводників має місце адаптація до гіпоксемії, яка виникає внаслідок систематичних тренувань та приводить до зниження насичення крові киснем. Важливою особливістю адаптації до рухової

діяльності спортсмена-підводника високої кваліфікації є здатність до чіткої суб'єктивної оцінки гіпоксемічних зсувів при різноманітних умовах виконання вправ (цю здатність трактують як прояв вдосконалення інтерорецептивного аналізу в процесі тренувань). Однак, необхідно зазначити, що існують непоодинокі випадки, коли фізично підготовлені спортсмени, які вміють стійко переносити труднощі кисневого голодування під водою, не можуть диференціювати ступінь цієї складності і своєчасно закінчити роботу. В результаті чого відбувається втрата свідомості. Іншими словами розвиток навиків самооцінки відчуття ступеня кисневого голодування – є одним із важливих якостей, що формується в процесі тренувань.

Тренувальна та змагальна діяльність спортсмена-підводника пов'язана із впливом на нього цілого ряду шкідливих факторів (вплив підвищеного тиску водного середовища, підвищеного парціального тиску газів, що входять у склад повітря, переохолодження організму та ін.). Втраті свідомості під водою можуть сприяти і такі фактори як зміна парціального тиску кисню в альвеолярному кровотоці при підйомі з глибини; відсутність самоконтролю за своїм станом; зниження чутливості дихального центру до тривалого впливу підвищеної концентрації вуглекислоти при умові вольової затримки повітря; холодна вода, сильна втома та перетренування.

Як тільки спортсмен під водою втратив свідомість, він не стане контролювати свої дії. В цей момент дихальний центр головного мозку, збуджений збитком вуглекислого газу в крові, примушує м'язи вдиху розширити грудну клітку – відбувається вдих. Дихальні шляхи і легені заповнюються водою.

Під час пірнання в ластах витрати кисню збільшуються і це викликає більш інтенсивну кисневу недостатність, у порівнянні з виконанням вправ на пірнання без ласт.

Організм людини має фізіологічні механізми терморегуляції, завдячуючи яким температура є стійкою по відношенню до метеорологічних

факторів і утримується на певному постійному рівні. Різкі коливання температури тіла в кілька градусів не сумісні із життям людини і слугують лімітуючим чинником глибоководного занурення. Особливий патологічний стан – глибинний наркоз – також перешкоджає досягненню більших глибин. Встановлено, що наркотична дія індиферентних газів підсилює токсичний вплив кисню та вуглекисню на організм, знижуючи критичні пороги токсичності цих газів. Глибинне сп'яніння виникає головним чином від взаємного впливу на організм індиферентного газу, кисню та вуглекисню при диханні під підвищеним парціальним тиском всіх трьох газів. Саме тому, важливу роль в процесі глибинного занурення відіграє відсоткове співвідношення кисню та індиферентних газів в підготовці дихальних сумішей. При глибинних зануреннях найбільш фізіологічними слід вважати азотно-гелію-кисневі суміші. Існує ще одна проблема, що обмежує до останнього часу глибину занурення. Це безпечна декомпресія.

Під час виконання змагальних та тренувальних вправ можливі втрата орієнтації при баротравмі внутрішнього вуха (мікротравма), а також баротравмі легень (виникнення від'ємного тиску в плевральній порожнині легень). Загалом всі вище перераховані фактори впливають на організм спортсмена на його функціонування та життєдіяльність.

Ризикованість спортсмена-підводника залежить від середовища та його чинників. В роботі С.А.Манічева [80] наголошується, що шум і монотонія збільшують схильність до ризикованих дій в складних, небезпечних, невизначених ситуаціях. У. Глендоном [172] встановлено, що зниження рівня безпеки навколишнього середовища приводить до зниження рівня ризику, прийнятного індивідом.

Необхідною передумовою будь-якого виду діяльності і поведінки в цілому є адекватне сприйняття і оцінка небезпеки. Сприйняття небезпеки залежить від цілого ряду об'єктивних (умови занурення, організація страховки) і суб'єктивних (досвід, знання, особистісні особливості) чинників. Суб'єктивні змінні, що опосередковують небезпеку можна розділити на три

категорії: когнітивні змінні (досвід, знання норм, правил, інструкцій); скороминущі психічні стани, що знижують критичність мислення, емоції і послаблення уваги; особистісні особливості, що впливають на поведінку суб'єкта в небезпечних ситуаціях та його ставлення до їх наслідків. Більш вивчені змінні, що належать до першої і другої категорій. Роль особистісних особливостей в сприйнятті небезпек менш очевидна, проте попередні дослідження переконують нас в тому, що такі, наприклад, риси, як тривожність, самооцінка, стратегії подолання мають чималий вплив на поведінку в небезпечній ситуації.

Вивчення характеру уявлень і процесів сприйняття водного середовища в спортсменів підводників показують, що уявлення менш яскраві, а ніж сприйняття і більш схематизовані. Рівень сприйняття ризику залежить від: інформації про ступінь реальної загрози, від системи цінностей суб'єкта, від ситуації і особистісних характеристик суб'єкта. Більш глибоке розуміння проблеми пов'язаної з ризиком припускає оцінку сприйняття спортсменом незвичайного середовища, можливих наслідків і шкідливості для здоров'я. Сприйняття ризику тісно пов'язано з моделюванням небезпеки. Під небезпекою ми будемо розуміти явище в якому можливо виникнення процесів, здатних вражати людей (фізичних, психічних) завдавати їм матеріального і морального збитку. Візьмемо до уваги, що небезпека може бути уявною і реальною. Це пояснюється суб'єктивним сприйняттям одного і того ж явища різними людьми. Суб'єктивний образ небезпеки – усвідомлене або неусвідомлене уявлення суб'єкта про образи, що мають загрозливий характер для життя і здоров'я. Суб'єктивний образ небезпеки залежить: від конкретного джерела небезпеки; від актуальної близькості небезпеки або її наслідків; від наявності інформованої стосовно джерела небезпеки; від наочної залученості суб'єкта в небезпечний об'єкт; від особистісних особливостей суб'єкта (від інтелектуального кругозору і досвіду).

Залежно від досвіду спортсмени-підводники при оцінці небезпеки керуються різними суб'єктивними критеріями і як показують спостереження

оцінюючи величину небезпеки, як правило, не в змозі описати свій суб'єктивний критерій оцінки, не може перерахувати характеристики, які вона при цьому враховувала. Багато авторів пов'язують діяльність в умовах ризику з виникненням психічної напруженості. При цьому відзначають три її режими: оптимальну, екстремальну і над екстремальну. Екстремальна напруженість пов'язана з умовами, що вимагають мобілізації «буферних» резервів психіки, а над екстремальна виникає при обставинах, що вимагають аварійних резервів [40].

І, нарешті, останнє поняття «несприятливі умови». Їх розглядають в контексті погіршення самопочуття в практично здоровій людини, яке може призвести до зниження якості діяльності. Вивчення дій особливих умов на людину в процесі професійної діяльності залежно від його особистісних і індивідуальних властивостей є актуальним і перспективним, оскільки дозволяє не тільки враховувати можливості людського чинника, але і сприяти розвитку самого суб'єкта, зміцненню його психологічного потенціалу.

### **Висновки до першого розділу:**

1. Психологія, яка все активніше включається у вирішення важливих завдань діяльності в особливих умовах, зіштовхується з необхідністю осмислення семантичного простору особистісного аспекту ризикованої поведінки спортсменів. Ризик є невід'ємною особливістю спорту та інших видів діяльності. Ступінь і виправданість ризикованої поведінки спортсменів багато в чому визначає ефективність їх тренувальної і спортивної діяльності.

2. Виявлено, що термін «ризик» є досить поширеним у сучасній психологічній, економічній, медичній літературі, проте більшість його гносеологічних характеристик знаходяться в межах уявлень, які співвідносяться із дослівним перекладом цього слова, яке з французької мови (*risque*) означає «наражатися на небезпеку».

2. Розглядаючи психологічну сутність поняття «ризик» умовно виділено три основні напрями. Перший визначає ризик як ситуативну характеристику дій людини, що віддзеркалює невизначеність результату для діючої особи і можливість негативних наслідків в ситуаціях неспіху. Ризик розглядається в межах концепції над ситуативної активності і теорії мотивації досягнення. Другий напрям розглядає ризик з точки зору теорії прийняття рішення як ситуації вибору між альтернативними варіантами дій. Ця позиція пов'язана із дослідженням імовірності похибки прийняття рішення в ситуації з декількома альтернативами. Третій напрям вивчає взаємозв'язок індивідуальної і групової поведінки в ситуаціях ризику і репрезентує собою соціально-психологічний аспект ризику. Ризик відображає «прогностичну оцінку імовірності негативних наслідків ситуації, що розгортається.

3. В контексті даного дослідження під ризиком розуміється сукупність об'єктивних та суб'єктивних компонентів середовища, котрі впливають на якість і складність тренувальної та змагальної діяльності спортсменів, як однієї із різновидностей діяльності в особливих умовах. Теоретично і емпірично доведено, що величина ризику є не лише суб'єктивною, але й об'єктивною, оскільки вона є формою кількісно-якісного вияву реально існуючої невизначеності. Об'єктивний ризик це вимірюваний компонент, а суб'єктивний ризик відображає реакцію спортсмена на об'єктивний ризик.

4. Здійснений логіко-семантичний аналіз дозволив встановити, що ризик характеризується такими рисами, як суперечливість і альтернативність. Суперечливість як атрибут ризику має прояв в різних аспектах. Репрезентуючи собою різновид діяльності в особливих умовах і виконуючі певні функції, ризик, з однієї сторони, орієнтований на отримання високих спортивних результатів неординарними способами в умовах невизначеності.

5. Показано, що джерел виникнення невизначеності в спортивних реаліях підводного плавання чимала кількість. До загальних джерел, що сприяють зростанню невизначеності і, як наслідок, ризику належать:



обмеженість ресурсів на стадіях прийняття рішення або реалізації рішень, суб'єктивність процесу пізнання спортсменом ситуації, в якій він знаходиться, відносна обмеженість свідомої діяльності підводника, існуючі розбіжності в соціально-психологічних настановах і стереотипах поведінки індивідуального і колективного суб'єкта.

6. Аналіз показав, що ризик в структурі діяльності може виконувати різні психологічні функції, по-різному в ній виявлятися, по-різному відбиватися на її перебігу та результатах. Втім поведінка суб'єкта в невизначеній ситуації залежить не лише від її об'єктивних умов, але і від того, наскільки адекватно ці умови відображаються в свідомості спортсмена.

7. Якість і спрямованість вибору спортсменом конкретної альтернативи, орієнтація при цьому на ризик або неприйняття його детермінується не лише впливом зовнішнього середовища. Вибір завжди в тій або іншій мірі несе на собі відбиток індивідуальності, індивідуально-типологічних рис особистості, психічних процесів, станів в момент вибору. Саме тому знання основних параметрів, обставин, що впливають на вибір спортсменом лінії поведінки, альтернативи, пов'язано із визначенням реальної ролі індивідуально-психологічних особливостей.

8. Проведені дослідження, що направлені на вивчення готовності до ризику, представляють величезний науковий інтерес, втім не є вичерпними і відкривають подальші перспективи в цій області. В контексті даного дослідження під готовністю до ризику розуміється схильність суб'єкта до вияву активності в умовах небезпеки, невизначеності, що зумовлюється його особистісними особливостями, психоемоційним станом, рівнем мотивації і минулим досвідом.

9. Під схильністю до дій в ситуаціях ризику (схильність до ризику) розуміється потенційна і практична реалізація можливості суб'єкта до успішної діяльності в умовах небезпечних, що визначається сукупністю (індивідуальних, професійних) якостей, необхідних для її виконання в цих умовах.

10. Співставлення різних джерел показало, що на прийняття людиною рішення в умовах ризику впливає значна кількість як внутрішніх, так і зовнішніх чинників, таких як: індивідуально-психологічні особливості, мотивація, суб'єктивна значущість діяльності, що виконується, відповідальність за результат, а також особливості надходження інформації (її брак або надлишок, наявність помилкової або суперечливої інформації, потоку інформації, в якому значуща складає дуже малий відсоток від всього її об'єму), наочна залученість людини в ситуацію і можливість впливати на хід подій, час реалізації наслідків обраного рішення, добровільність ризику, наявність зовнішнього контролю, вік, освіта, специфіка роботи.

Результати досліджень першого розділу викладено у публікаціях [75, 109, 111].

## **РОЗДІЛ II**

### **ОРГАНІЗАЦІЯ РОБОТИ ТА ЕМПІРИЧНІ МЕТОДИ ПСИХОДІАГНОСТИКИ РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ СПОРТСМЕНІВ ПІДВОДНОГО ПЛАВАННЯ**

В даному розділі викладено принципи організації емпіричного дослідження, визначено основні його напрями, обґрунтовано репрезентативність вибірки, методичну процедуру дослідження ризикованої поведінки спортсменів-підводників і широкого кола властивостей, що пов'язані з її показниками, подано результати та їх обговорення.

#### **2.1. Організація емпіричного дослідження**

Основним завданням даної частини роботи була розробка логіки емпіричного дослідження та шляхів його організації, відбір методів і методик, що є релевантними меті роботи. Дослідження складалося з трьох етапів. Мета першого етапу полягала в розробці концепції роботи, визначенні цілей, завдань та виборі адекватних та взаємодоповнювальних методів дослідження. На цьому етапі здійснено вивчення науково-теоретичних і методичних аспектів проблеми ризику в спорті; апробовано тести для вивчення кількісних і якісних параметрів ризикованої поведінки спортсменів. З метою перевірки надійності та ефективності обраних методів було проведене пілотажне дослідження. Другий етап передбачав організацію і проведення констатувального експерименту, мета якого полягала, по-перше, у виявленні особливостей стратегій вирішення змагальних завдань; по-друге, в отриманні нових теоретичних і експериментальних даних про рівні і особистісні бар'єри до дій в умовах ризику. Третій етап був присвячений організації та проведенню формувального експерименту відповідно до розробленої програми; уточненню критеріїв ефективності тренінгу, спрямованого на підвищення рівня готовності до дій в умовах ризику; здійсненню діагностичних зрізів.

На другому та третьому етапах дослідження проводилася кількісна та якісна обробка та інтерпретація отриманих результатів, формулювалися висновки. Усього на різних етапах експерименту залучено 100 спортсменів-підводників. У табл. 2.1, подано програму емпіричного дослідження.

Таблиця 2.1

## Програма емпіричного дослідження

Етапи	Завдання етапів емпіричного дослідження
Підготовчий	<p>Розробка концепції роботи, визначення цілей, завдань та вибір адекватних методів дослідження. На цьому етапі здійснено вивчення науково-теоретичних і методичних аспектів проблеми ризику в спорті; апробовано тести для вивчення кількісних і якісних параметрів ризикованої поведінки спортсменів.</p> <p>Підбір психодіагностичних методик, що діагностують схильність до ризику, готовність до ризику. Підбір методик, адекватних меті та завданням дослідження, що діагностують спектр рис особистості, що гіпотетично пов'язані з показниками схильності до ризику.</p>
Констатувальний	<p>Проведення емпіричного дослідження із застосуванням обраних психодіагностичних процедур. Первинна та вторинна математико-статистична обробка емпіричних даних. Представлення результатів, їх інтерпретація та психологічний аналіз.</p>
Формувальний	<p>Розробка програми тренінгу, спрямованого на розвиток когнітивного та контрольо-регулятивного компонентів схильності до ризику. Узагальнення результатів експериментальної роботи, формулювання загальних висновків.</p>

Для вирішення поставлених завдань була розроблена програма, реалізація якої передбачала застосування комплексу **методів**, адекватних предмету дослідження. Зокрема, застосовувались:

**теоретичні методи** – аналіз, синтез, осмислення та узагальнення положень психологічної, соціально-психологічної, юридичної літератури, класифікація, структурно-функціональне моделювання;

**психодіагностичні методи** – анкетування, опитування, тестові методики, серед останніх: методика діагностики ступеню готовності до ризику Шуберта; тест-опитувальник якісних показників схильності до ризику О.П.Саннікової-С.В.Бикової, опитувальник рівня суб'єктивного контролю Дж.Роттера, 16-PF особистісний опитувальник Р.Кеттела, опитувальник імпульсивності В.А.Лосенкова, опитувальник рефлексивності А.В.Карпова.

Для обробки одержаних емпіричних даних було використано **методи математичної статистики** – перевірка достовірності відмінностей (критерій  $\chi^2$ , t-критерій Стьюдента) та багатовимірної статистики (кореляційний та факторний аналіз). Статистична обробка даних і графічна презентація результатів здійснювалися за допомогою персонального комп'ютера на базі пакета статистичних програм SPSS 10.0.

## **2.2. Психодіагностичні методики дослідження особистісної детермінації схильності до ризику**

Методика діагностики ступеню готовності до ризику, що розроблена Шубертом для оцінки ступеню готовності особистості до здійснення ризикових дій. Стимульний матеріал методики містить 25 запитань, відповіді в балах створюють загальну оцінку (безперервну шкалу) ступеню готовності до ризику. Максимально високий бал дорівнює 50 балів. Індивідуальний результат кожного досліджуваного представляє собою відхилення від середніх значень шкали, що діагностується (діапазон середніх значень міститься в інтервалі від -30 до +30 балів. Дана методика диференціює

досліджуваних на обережних, тих, хто мають середні значення і схильних до ризику.

Тест-опитувальник якісних показників схильності до ризику, що розроблений О.П.Санніковою дає змогу оцінити емоційний, когнітивний, поведінковий, контрольню-регулятивний компоненти досліджуваного феномену.

Емоційний компонент – різноманітність, насиченість, сила емоційних переживань, пов'язаних з ризиком. Високі значення показника свідчать про яскраву емоційну палітру (різного знаку і модальності), яка супроводжує схильність до ризику (ЕСР). Низькі значення показника – про відсутність або слабкий прояв емоційних переживань.

Когнітивний компонент – наявність думок (а не їх зміст), що пов'язані з ризиком. Високі значення показника (ККР) свідчать про наявність думок, роздумів, суджень, міркувань, фантазій про ризик, а також таких розумових характеристик схильної до ризику людини, за допомогою яких вона може в нейтральній ситуації знайти можливість для міркувань про ризик. Низькі значення показника (ККР) вказують на відсутність або незначне вираження даних характеристик людини.

Поведінковий, дійовий компонент (ДКР) – зовнішні прояви ризик-риси, як у висловлюваннях, діях в ризиковій поведінці, так і в емоційній експресії (жестах, міміці, пантоміміці). Високі значення показника (ДКР) свідчать про те, що схильність до ризику може проявлятися зовні, її можна спостерігати і у виразних рухах, міміці, жестах, поведінці в конкретних ризикових діях. Низькі значення показника (ДКР) вказують на відсутність схильності до ризикових вчинків, дій або ризикованої поведінки.

Контрольно-регулятивний компонент схильності до ризику (КрКР) – прояв психічної активності (але не змісту і результату), спрямованої на самоконтроль і саморегуляцію. Характеризується схильністю суб'єкта до оцінки і контролю власних «ризикових» переживань, думок, дій або вчинків. Високі значення показника (КрКР) свідчать про прагнення суб'єкта до оцінки

і контролю власних «ризикових» переживань, думок, дій або вчинків. Низькі значення показника (КрКР) – вказують на відсутність активності, спрямованої на контроль над схильністю до ризику (над переживаннями, думками, діями тощо).

Кожний з параметрів є біполярним континуумом, на полюсах якого розташовуються мінімально низькі і максимально високі значення показників. Значення кожного з параметрів, домінування того або іншого компоненту (емоційного, когнітивного, поведінкового та регулятивного) в індивідуальній структурі схильності до ризику, відображає її якісну своєрідність і виявляється в особливостях вибору індивідуальних стратегій і способів поведінки особистості в різних ситуаціях.

Для дослідження показників схильності до ризику, які описані вище, застосовано просту процедуру «Розміщення себе на умовній шкалі схильності до ризику», в основу якої було покладено методика Дембо-Рубінштейн. Вперше ця процедура була застосована С.Л.Рубінштейном у 1970 році для дослідження деяких рис особистості за допомогою самооцінки. В ній використовувався прийом Дембо, за допомогою якого виявлялась уява обстежуваного про своє щастя. Суть даної методика полягала в тому, що досліджуваний визначає своє місце на шкалі, наприклад щастя, або здоров'я, яка представляє собою вертикальний відрізок, наданий на аркуші паперу. Верхня частина – це максимальний прояв, а нижній – мінімальний.

Ця процедура з метою оцінки формально-динамічних і якісних показників схильності до ризику вперше була апробована С.В.Биковою, а її авторський варіант застосовано у даному дослідженні. Відповідно до вимог даної методика кожному досліджуваному був наданий опис кожного показника схильності до ризику (високі і низькі значення), який був представлений умовною шкалою (вертикальним відрізком). Такий опис необхідний для того, щоб не було розходжень в уявленнях досліджуваних про ті властивості, які вони будуть оцінювати у себе. Характеристика якісних

і формально-динамічних показників представлені вище, стимульний матеріал (інструкція і бланки для відповідей) надані в додатках.

Для діагностики властивостей особистості застосовано опитувальний метод. Враховуючи те, що за допомогою опитувального методу можна за короткий строк зібрати значущий обсяг психологічної інформації, яка має високу діагностичну надійність, а також можливість його застосування як у групових, так й індивідуальних дослідженнях, в роботі він використовувався в якості основного. При застосуванні опитувального методу враховувалися обмеження при використанні особистісних опитувальників, що пов'язані як із процедурою опитування, так і з поведінкою випробуваних [112]. Деякі, навіть незначні зовнішні фактори (шум, освітлення та ін.) можуть помітно впливати на результати опитування. Спотворювати результати дослідження здатні такі прояви випробуваних, як: навмисний обман з метою отримання певних вигод; ефект соціальної бажаності, коли випробуваний, найчастіше не усвідомлено, прагне виглядати краще; ефект аудиторії, коли присутність значущого спостерігача здатна змінити сутнісний зміст відповідей випробуваного; а також досвід участі в подібних процедурах.

Опитувальний метод у дослідженні широкого кола властивостей особистості представлений Фрайбургським багатофакторним особистісним опитувальником (FPI) модифікована форма «В» [121], опитувальником Дж.Роттера [121], методикою вимірювання рівня рефлексивності А.Карпова [17], 16-PF особистісним опитувальником Р.Кеттелла [108], опитувальник імпульсивності В.Лосенкова [108].

Опитувальник рівня суб'єктивного контролю Дж.Роттера, адаптація Є.Ф.Бажина, Є.А.Голикіної і О.М.Еткінда [121, с.287-295]. У структурі локусу контролю автори методики виділяють параметри, які мають два протилежні полюси показника, котрий характеризує певний тип локалізації контролю над значущими подіями у житті. Ці параметри представляють: шкала загальної інтернальності (Із), шкала інтернальності в галузі досягнень (ІД), шкала інтернальності в галузі невдач (ІН), шкала інтернальності в



сімейних відносинах (IC), шкала інтернальності в галузі виробничих відносин (IB), шкала інтернальності в галузі міжособистісних відносин (IM), шкала інтернальності відносно здоров'я і хвороби.

Шістнадцятифакторний особистісний опитувальник Р.Кеттелла. Цей відомий і популярний опитувальник представляє систему з 16 первинних шкал-факторів, які вимірюють полярні властивості особистості: афектотимію (A+) – сизотимію (A-); високий інтелект (B+) – сила «Я» (C+) – слабкість «Я» (C-); домінантність (E+) – покірність (E-); безпечність (F+) – заклопотаність (F-); силу «зверх-Я» (G+) – слабкість «зверх – Я» (G-); сміливість (H+) – боязкість (H-); м'якість (I+) – твердість (I-); підозрлість (L+) – довірливість (L-); мрійливість (M+) – практичність (M-); проникливість (N+) – наївність (N-); схильність до почуття провини (O+) – самовпевненість (O-); радикалізм (Q1+) – консерватизм (Q1-); самодостатність (Q2+) – залежність від групи (Q2-); високий самоконтроль (Q3+) – низький самоконтроль (Q3-); напруженість (Q4+) – розслабленість (Q4-).

З метою вивчення індивідуально-психологічних властивостей спортсменів-підводників була використана модифікована форма «В» Фрайбургського багатофакторного особистісного опитувальника (FPI) [121, с.67-83]. Дана методика дозволяє діагностувати ступінь виразності за наступними показниками:

Шкала I (невротичність) характеризує рівень невротизації особистості. Високі оцінки відповідають вираженому невротичному синдрому астенічного типу зі значними психосоматичними порушеннями.

Шкала II (спонтанна агресивність) дозволяє виявити й оцінити психопатизацію інтротенсивного типу. Високі оцінки свідчать про підвищений рівень психопатизації, що створює передумови для імпульсивної поведінки.

Шкала III (депресивність) дає можливість діагностувати ознаки, характерні для психопатологічного депресивного синдрому. Високі оцінки за

шкалою відповідають наявності цих ознак в емоційному стані, поведінці, у ставленні до себе і до соціального середовища.

Шкала IV (дратівливість) дозволяє робити висновки про емоційну стійкість. Високі оцінки свідчать про нестійкий емоційний стан зі схильністю до афективного реагування.

Шкала V (товариськість) характеризує як потенційні можливості, так і реальні прояви соціальної активності. Високі оцінки дозволяють говорити про наявність вираженої потреби в спілкуванні та постійній готовності до задоволення цієї потреби.

Шкала VI (врівноваженість) відображає стійкість до стресу. Високі оцінки свідчать про високу захищеність до дії стрес-факторів звичайних життєвих ситуацій, базованих на впевненості в собі, оптимістичності й активності.

Шкала VII (реактивна агресивність) має за мету виявити наявність ознак психопатизації екстратенсивного типу. Високі оцінки свідчать про високий рівень психопатизації, який характеризується агресивним ставленням до соціального оточення і вираженим прагненням до домінування.

Шкала VIII (сором'язливість) віддзеркалює схильність до стресового реагування на звичайні життєві ситуації, що протікають за пасивно-оборонним типом. Високі оцінки за шкалою відображають наявність тривожності, скутості, непевності, наслідком чого є труднощі в соціальних контактах.

Шкала IX (відкритість) дозволяє охарактеризувати ставлення до соціального оточення і рівень самокритичності. Високі оцінки свідчать про прагнення до довірчо-відвертої взаємодії з оточуючими людьми при високому рівні самокритичності. Оцінки за цією шкалою можуть тією чи іншою мірою сприяти аналізу відвертості відповідей обстежуваного у процесі роботи з цим опитувальником, що відповідає шкалам брехні інших опитувальників.

Шкала X (екстраверсії-інтроверсії). Високі оцінки за шкалою відповідають вираженій екстравертованості особистості, низькі – вираженій інтровертованості.

Шкала XI (емоційна лабільність). Високі оцінки вказують на нестійкість емоційного стану, що виявляється в частих коливаннях настрою, підвищеній збудженості, дратівливості, недостатній саморегуляції. Низькі оцінки можуть характеризувати не тільки високу стабільність емоційного стану як такого, але й добре вміння володіти собою.

Шкала XII (маскулізм – фемінізм). Високі оцінки свідчать про перебіг психічної діяльності переважно за чоловічим типом, низькі – за жіночим.

Для діагностики імпульсивності був застосований тест В.Лосенкова, який використовується для дослідження рівня імпульсивності: високого, середнього і низького. Для діагностики індивідуального ступеня виразності рефлексії використовувався опитувальник А.Карпова. Ця методика спрямована на діагностику рівня розвитку здібностей людини до рефлексії. Для дослідження самооцінки використано методику Будасі.

Особливості домінуючих мотивів спортивної діяльності вивчалися насамперед методами об'єктивно-психологічного аналізу в умовах тривалого спостереження за спортсменами на тренуваннях та змаганнях. Матеріали спостережень, бесід із спортсменами передбачали аналіз показників спортивної діяльності, що є інформативними для характеристики змісту домінуючого мотиву, до них належать:

- загальна характеристика особливостей змагальної діяльності спортсменів, котрі проявляють спортивно-ділову спрямованість (наявність мобілізаційної готовності, прояв емоційної стійкості до успіху або неуспіху, рішучості, цілеспрямованості, ініціативності та ін. емоційно-вольові якості в їх позитивному та негативному вираженні);
- ставлення до труднощів тренувальної роботи (обсяг виконаної тренувальної роботи, схильність до творчого планування тренувальних навантажень);

- ставлення до вимог тренера (дисциплінованість, ступінь погодження з його оцінками);
- ставлення до товаришів і характер поза тренувального спілкування з членами команди (участь у сумісному проведенні відпочинку, широта контактів в поза тренувальних ситуаціях, вміння допомогти товаришу, наявність конфліктних відносин);
- ставлення до власних можливостей та результатів власної діяльності (вміння аналізувати причини «успіхів» і «не успіхів», ставлення до критичних зауважень товаришів, наявність або відсутність «психологічного захисту» у формі виправдання власних упущень зовнішніми обставинами, «виходу» із ситуації, що виявляють власну неспроможність, афективні реакції на критику і вимоги);
- ставлення до ситуації психологічного обстеження (наявність пізнавального інтересу до процедури обстежень, прагнення досягти в ході обстеження результатів, що є значно вищими від показників інших членів команди, ступінь напруги з приводу можливості виявлення в процесі обстеження слабких сторін власної підготовки, бажання брати участь в повторних обстеженнях, відмова від участі в обстеженні).

Дослідження мотиваційної сфери засобами об'єктивно-психологічного аналізу доповнювалися даними стандартизованих анкетних методик, що виявляють певні особливості особистості.

Так, для вивчення властивостей «спортивного характеру», що мають місце у спортивній діяльності була використана анкетна методика, що розроблена В.Е.Мільманом. З її допомогою вдалося виявити виразність таких специфічних для спортсмена якостей, як «стабільність-перешкодостійкість», змагальна емоційна стійкість», «змагальна мотивація», «саморегуляція», «чутливість до стресорів» та ін. властивості. Вся сукупність первинних показників, що запропоновані автором даної методики, дозволяє охарактеризувати мотивацію змагальної діяльності, передстартові та змагальні стани спортсменів, рівень розвитку здатності до саморегуляції.

Задля вивчення цілей змагальної діяльності спортсменів використано метод самозвіту. Каталогізувалися дані щодо перспективного цілепокладання (про перспективу зростання спортивної майстерності). Спортсмени вказували, яких результатів вони планують досягти у майбутньому. Визначалася ієрархія проміжних перспективних цілей на важливих етапах «проекту» спортивної біографії, часові характеристики досягнення означених цілей. Перед конкретними змаганнями і окремими виступами спортсменів в змаганнях збиралася інформація щодо етапних «ідеальних» цілей. Формулювання перспективних та етапних цілей супроводжувалося самооцінкою впевненості в їх досягненні за 100 бальною (%) шкалою впевненості.

Аналіз цілепокладання не обмежувався самозвітом щодо цілей. Він доповнювався спостереженням за змагальною діяльністю з фіксацією цільової спрямованості дій і ступеня їх адекватності ситуації, що склалася. Все це дозволяло виявити особливості тактичного мислення і залежності від своєрідності виразності схильності до ризику.

Спостереження за спортсменами, а також аналіз їх самозвітів, що виконувалися безпосередньо після змагань, дозволили виявити певні особливості їх рухових операцій. З цією метою увага зверталася на вибір спортсменом тих або інших засобів ведення боротьби, реєструвалися кваліфікаційний рівень «технічного» виконання операцій, характер похибок, що були допущені.

В роботі використано «мотиваційно-результативну методику» (MP-1) Дашкевича О.В. Дана методика репрезентує собою набір ситуацій, що контролюються експериментатором, в яких моделюються умови, що сприяють виникненню емоцій: актуалізуються мотиви, використовується фактор дозованої складності завдань, що вирішуються і який знижує суб'єктивну впевненість у їх виконанні, дається поточна інформація стосовно успішних та неуспішних результатів. Оцінка результатів здійснювалася за допомогою критеріїв оцінки, що базуються на соціальних нормах

результативності. Мотиваційно-результативна методика дозволяє вивчити особливості емоційної регуляції діяльності на різних рівнях її функціонування. Дані, що отримані за допомогою означеної методики щодо особливостей перспективного та етапного цілепокладання, впевненості в успіху, мобілізація швидкісних та точних параметрів психомоторних операцій мають високу інформативність для психологічної характеристики процесу самооцінки і емоційних настанов різного рівня, що регулюють діяльність в екстремальних умовах. Враховувалися наступні показники даної методики:

- цілепокладання (ступінь складності завдання першого вибору, ступінь складності завдання відповідної перспективної мети, робота або пропуск завдання № 5, що пов'язана із соціальною нормою результативності, виразність наполегливості в ситуації «неуспіху»;
- виразність переживань впевненості – відсоток шкалованих самооцінок «впевненості», що підраховується окремо по ситуаціям «успіх-1», «неуспіх»;
- емоційна напруженість за частотою серцевих скорочень та їх вимірюванням по ситуаціям результативності («успіх-1», «неуспіх»).

Застосовуючи методику МР-1, яка моделює істотні особливості емоціогенних факторів спортивної діяльності, ми сподівалися отримати емпіричні кореляції особливостей спортивно-діяльничої та особисто-престижної мотивації, що поглиблюють розуміння зв'язків схильності до ризику із смислоутворюючими мотивами.

За параметром результативності спортсмени-підводники були поділені на три групи: 1) стабільно-ефективні; 2) нестабільно-ефективні; 3) стабільно-неефективні.

Використання можливостей статистичних методів дає можливість упорядкувати велику кількість емпіричних референтів, що досліджуються у співвідношенні із готовністю, схильністю до ризику і дозволяє забезпечити логічний аналіз особистісної детермінації ризикованої поведінки спортсмена.

## **РОЗДІЛ ІІІ**

### **ВПЛИВ ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СПОРТСМЕНІВ-ПІДВОДНИКІВ НА ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ В УМОВАХ РИЗИКУ**

У третьому розділі представлені емпіричні результати, які розкривають взаємозв'язок показників схильності до ризику з широким спектром властивостей особистості, що супроводжують її прояви; особливості групування означених показників; результати диференціально-психологічного аналізу, який спрямований на вивчення психологічних особливостей осіб, котрі відрізняються за ступенем схильності до ризику.

#### **3.1. Диференціально-психологічний аналіз особистісних детермінант схильності до ризику**

З метою формування груп досліджуваних із високим та низьким рівнем індексу схильності до ризику враховано результати діагностики, які були отримані за допомогою оригінального тесту-опитувальнику О.П.Саннікової. Відбір досліджуваних проводився за поширеним в диференціальній психології методом «асів». Суть цього методу полягає у виокремленні серед досліджуваних осіб, котрі мають різні комбінації високих і низьких значень показників, що вивчаються (в даному випадку якісних показників схильності до ризику).

Максимальне вираження певного показника відповідає значенню, що досягає 75 процентілей і вище (четвертий квартиль розподілу), мінімальне – від нуля до 25 процентілей (перший квартиль). Варто зазначити, що перед тим значення всіх показників схильності до ризику випробуваних всієї вибірки, яке було виражене в первинних балах, переводилися в процентілі. Це необхідно було для корекції розподілу значень показників, для наближення цього розподілу до нормального.

Застосування цього методу дозволило з основної вибірки досліджуваних обрати 18 спортсменів з максимальними значеннями

композитної оцінки (КОР max) більше ніж 75 процентілей – четвертий, 5 кuartіль розподілу) і 12 осіб з мінімальним вираженням схильності до ризику (КОР min) (менш ніж 25 процентілей – перший кuartіль розподілу).

Наступний крок дослідження полягав у визначенні компоненту (емоційного, когнітивного, поведінкового та регулятивного), що є стрижневим, домінуючим в індивідуальній структурі схильності до ризику у спортсменів-підводного плавання. Отримана конфігурація відображає якісну своєрідність схильності до ризику і виявляється в особливостях вибору індивідуальних стратегій і способів поведінки особистості в різних екстремальних ситуаціях.

Використання методу середніх величин дозволяє виявити показники, досягнуті межі яких можуть свідчити про розподіл мінімально низьких та максимально високих значень компонентів схильності до ризику у спортсменів підводного плавання (табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Рівень виразності показників складових компонентів схильності до ризику  
(n=98)

Якісні показники схильності до ризику	Схильність до ризику			
	Мінімальна		Максимальна	
	X ± Sx	Ранг	X ± Sx	Ранг
Когнітивний компонент (ККР)	16,5±2,5	2	26,9±2,8	3
Емоційний компонент (ЕКР)	11,5±1,5	4	33,0±1,4	1
Дійовий компонент (ДКР)	16,0±1,4	3	28,2±0,7	2
Контрольно-регулятивний компонент (КрКР)	18,0±2,8	1	26,5±2,1	4
Композитна оцінка (ЕКР+ККР+ДКР) : 3	14,6±1,4		29,3±0,7	

Із результатів, поданих у табл. 3.1 видно, що найвищий ранг (у групі спортсменів із максимальною вираженістю схильністю до ризику) зафіксовано за показником емоційного компоненту, що дозволяє говорити



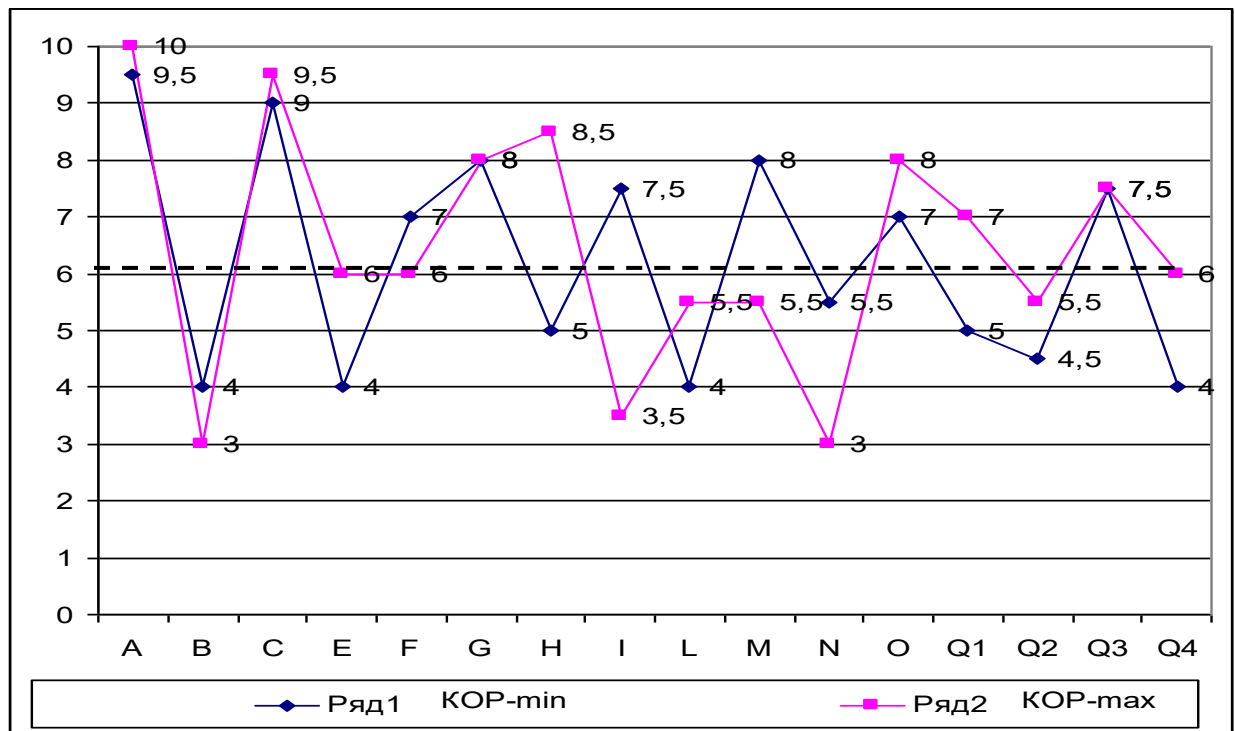
про різноманітність, насиченість, силу емоційних переживань, пов'язаних з ризиком. Високі значення показника свідчать про яскраву емоційну палітру (різного знаку і модальності), яка супроводжує схильність до ризику (ЕСР). Друге рангове місце посів показник дійового компоненту схильності до ризику. Високі значення показника (ДКР) свідчать про те, що схильність до ризику має досить яскраве експресивне забарвлення, що ззовні має вияв у виразних рухах, міміці, жестах, поведінці в конкретних ризикових діях. Третю рангову позицію займає показник когнітивного компоненту, що свідчить про розумові характеристики схильної до ризику людини, за допомогою яких вона може в нейтральній ситуації знайти можливість для міркувань про ризик. Останню рангову позицію займає показник контрольно-регулятивного компоненту схильності до ризику, основне призначення якого вбачається у самоконтролі і саморегуляції. Високі значення показника (КрКР) засвідчують прагнення спортсмена до оцінки і контролю власних «ризикових» переживань, думок, дій або вчинків.

У групі спортсменів із мінімальною вираженістю схильності до ризику перше рангове місце посів показник контрольно-регулятивного компоненту, що вказує на відсутність активності, спрямованої на контроль над схильністю до ризику (над переживаннями, думками, діями тощо). Друге рангове місце займає когнітивний компонент схильності до ризику, який відображає відсутність думок, фантазій, переживань предметом яких є ризик. Третє рангове місце обіймає дійовий компонент, що вказує на відсутність схильності до ризикових вчинків, дій або ризикованої поведінки. Четверте рангове місце займає емоційний компонент схильності до ризику, що засвідчує про відсутність або слабкий прояв емоційних переживань.

З метою поглибленого вивчення чинників, що забезпечують успіх спортивної діяльності, реалізацію внутрішніх потенцій спортсменів і досягнення ними стратегічних цілей, було використано серію діагностичних методик, спрямованих на вивчення особистісних характеристик. Саме індивідуально-психологічні властивості особистості, які з одного боку,

забезпечують адекватну поведінку, а з іншого – релевантні спортивній діяльності спортсмена-підводника, виступили предметом подальшого аналізу емпіричного дослідження.

Аналіз індивідуально-психологічних особливостей спортсменів, котрі відрізняються між собою високим і низьким рівнем загального показника схильності до ризику здійснювався за допомогою методу профілів (рис. 3.1).



*Рис. 3.1. Профіль показників особистісних факторів за методикою Р.Кеттелла у групах з максимальною та мінімальною вираженістю загального показника схильності до ризику*

На рис. 3.1 представлені профілі особистісних факторів у групах спортсменів-підводників з максимальною та мінімальною вираженістю загального показника схильності до ризику. На осі X розміщені фактори за Р.Кеттеллом, на осі Y – їх значення. Середня лінія тренду проходить через крапку 5,5 стевів. Значення кожного показника в профілях представлені в стенах та являють собою середню арифметичну оцінку відповідного показника усіх представників кожної групи випробуваних.

Якісний аналіз отриманих профілів дозволяє упорядкувати фактори Р.Кеттелла застосовуючи процедуру визначення їх рангів за ступенем відхилення від середньої лінії ряду.

Це дозволило виявити, що група спортсменів-підводників в яких максимально виражена схильність до ризику (КОР-max) характеризуються незалежністю, агресивністю, домінантністю, впертістю (E+); соціальною сміливістю, авантюриністю, спонтанністю (H+); практичністю, реалістичністю, незалежністю, відповідальністю, твердістю, самовдоволеністю (I-). Цим спортсменам властиві також наївність, простота, спонтанність (N-); радикалізм, новаторство (Q1+); самовдоволеність (Q2+). Спортсмени з високим рівнем схильності до ризику впевнені у собі, в своєму успіху та в своїх можливостях, їм характерне позитивне ставлення до нових ідей, події, що вносять щось нове та несподіване.

Спортсмени-підводники з мінімальною вираженістю схильності до ризику характеризуються: залежністю, недостатньою самостійністю, безпорадністю, сензитивністю (I+); проникливістю (N+); консервативністю (Q1-). Крім того, такі спортсмени невпевнені у своїх силах, стримані у прояві своїх відчуттів, мають вузьке коло спілкування (H-). Їм притаманна покірність, що виявляється в залежності від інших людей, вони потребують підтримки та шукають її у соціальному оточенні, схильні орієнтуватися на групові норми, конформні, скромні, м'які (E-).

Спортсмени із мінімальним індексом композитної оцінки схильності до ризику не зважаючи на високий рівень емоційної стійкості не прагнуть до нового, вони обережні, вміють взаємодіяти із членами по команді, втім уникають спілкування.

Відомо, що факторний аналіз, компенсує недоліки кореляційного аналізу, спрямованого на фіксацію, констатацію зв'язків між показниками, що вивчаються, у вигляді сукупності кореляцій, зокрема, деякою мірою розкриває характер взаємозв'язків. В роботі використано факторний аналіз з подальшою ротацією, який здійснювався за допомогою комп'ютерної

програми SPSS 10.0 for Windows. Серед ряду факторних моделей, була обрана чотирьох факторна, як така, що відповідає вимогам, які висуваються до відбору такого типу моделей. Обов'язковими вимогами й перевагами цього виду аналізу є розгляд факторного аналізу в контексті єдності, субординації, взаємозалежності та взаємодоповнюваності. В табл.2. наведено остаточний варіант чотирьох факторної моделі, яка певним чином структурує індивідуально-психологічні властивості особистості спортсменів-підводників із різним ступенем вираженості схильності до ризику. Під час аналізу матриці як граничний критерій було обрано факторну вагу 0,50. Відповідно до цього критерію в результаті факторизації 25 показників виокремлено чотири найбільш значущих фактори (табл. 3.2).

В табл. 3.2 представлені ті показники, що мають найбільшу факторну вагу. Передусім слід відмітити, що всі фактори даної моделі є біполярними, тобто складаються з двох полюсів, яким властиве протилежне змістове наповнення. Перший фактор – «схильність до когнітивного переживання ризику – чутливість». Один з полюсів, який названо полюсом когнітивного переживання ризику (когнітивний компонент схильності до ризик має найвищу факторну вагу 0,863), об'єднав показники, що характеризують не тільки різноманітність думок, роздумів, суджень, міркувань, фантазій про ризик, а й такі властивості, як доброта, сердечність, схильність до спілкування, готовність до співробітництва. Протилежний полюс – «чутливість» – об'єднав такі показники, що характеризують переживання (почуття провини, м'якість, сила «зверх-Я»), які перешкоджають актуалізації схильності до ризику.

Другий фактор умовно можна назвати фактором «оцінки і контролю власних «ризикових» переживань – напруженість», що також розподіляються на два полюси: додатного, який об'єднує такі показники, як сила «Я», транс ситуативний локус контролю і від'ємного, що характеризується напруженістю, імпульсивністю, транс ситуативною змінністю.

Таблиця 3.2

Структура індивідуально-психологічних властивостей особистості спортсменів із мінімальною вираженістю загального показника схильності до ризику

Додатний полюс (+)	Вага	Від'ємний полюс (-)	Вага
1	2	3	4
<b>ФАКТОР 1</b>			
Когнітивний компонент (ЕКР)	0,863	Дійовий компонент (ДКР)	-0,761
Аффектотимія (А+)	0,752	Сила зверх «Я» (G+)	-0,663
Впевненість у спілкуванні	0,900	Схильність до відчуття провини (O+)	- 0,617
Високий самоконтроль (Q3 +)	0,631	Самодостатність (Q2 +)	-0,596
<b>ФАКТОР 2</b>			
Контрольно-регулятивний компонент (КрКР)	0,760	Напруженість (Q4 +)	-0,663
Сила «Я» (С+)	0,952	Імпульсивність	-0,958
Трансситуативний локус контролю (Ол)	0,860	Трансситуативна змінюваність (Oз)	-0,685
<b>ФАКТОР 3</b>			
М'якість (I+)	0,827	Високий інтелект (В+)	-0,713
Підозрілість (L+)	0,605	Безпечність (F+)	-0,759
Високий самоконтроль (Q3 +)	0,594	Когнітивний компонент (ККР)	-0,502
<b>ФАКТОР 4</b>			
Дійовий компонент (ДКР)	0,771	Когнітивний компонент (ККР)	-0,755
М'якість (I+)	0,552	Мрійливість (M+)	-0,880
Напруженість (Q4 +)	0,516	Проникливість (N+)	-0,558

Третій фактор – «м'якість – високий інтелект». В додатному полюсі даного фактора містяться властивості особистості, що перешкоджають виникненню проявам схильності до ризику. Від'ємний полюс цього фактора утворений розумовими характеристиками схильної до ризику особи, за допомогою яких вона може в нейтральній ситуації знайти можливість для міркувань про ризик. Четвертий фактор – «розумний, мотивований ризик –

мрійливість» розподіляється на два полюси: додатного, який об'єднує показники зовнішніх проявів ризик-риси як у висловлюваннях, так і у ризиковій поведінці. Від'ємний полюс представлений такими показниками як мрійливість, проникливість. Структура індивідуально-психологічних властивостей особистості спортсменів із мінімальною вираженістю загального показника схильності до ризику представлена чотирьох факторною моделлю: «схильність до когнітивного переживання ризику – чутливість», «оцінка і контроль власних «ризикових» переживань або дій – напруженість», «м'якість – високий інтелект», «розумний, мотивований ризик – мрійливість». Логіка нашого дослідження також передбачала з'ясування структури індивідуально-психологічних властивостей особистості спортсменів із максимальною вираженістю загального показника схильності до ризику (табл. 3.3).

Перший фактор – «схильність до емоційного переживання ризику – імпульсивність». Один з полюсів, який названо полюсом емоційного переживання ризику (емоційний компонент схильності до ризику має найвищу факторну вагу), об'єднав показники, що характеризують не тільки різноманітність, насиченість, силу емоційних переживань, пов'язаних з ризиком, а й такі властивості, як кортикальну живість, силу «Я», сміливість, домінантність, високий самоконтроль та цілеспрямованість. Протилежний полюс – «імпульсивність» – об'єднав такі показники, що характеризують підозрілість і рефлексивний аналіз ризикованих ситуацій, ризикованої поведінки, а також властивості особистості (підозрілість та імпульсивність).

Другий фактор умовно можна назвати фактором «оцінки і контролю власних «ризикових» переживань або дій – схильність до відчуття провини» також розподіляється на два полюси: додатного, який об'єднує такі показники, як сила «Я», домінантність, напруженість і від'ємного, що характеризується мрійливістю, схильністю до відчуття провини.

Таблиця 3.3

Структура індивідуально-психологічних властивостей особистості спортсменів із максимальною вираженістю загального показника схильності до ризику

Додатний полюс (+)	Вага	Від'ємний полюс (-)	Вага
1	2	3	4
<b>ФАКТОР 1</b>			
Емоційний компонент (ЕКР)	0,812	Когнітивний компонент (ККР)	-0,692
Сила «Я» (С+)	0,616	Підозрілість (L+)	-0,545
Домінантність (Е+)	0,505	Імпульсивність	-0,788
Високий самоконтроль (Q3 +)	0,846		
Цілеспрямованість	0,916		
<b>ФАКТОР 2</b>			
Контрольно-регулятивний компонент (КрКР)	0,696	Когнітивний компонент (ККР)	-0,571
Напруженість (Q4 +)	0,765	Схильність до відчуття провини (O+)	-0,642
Домінантність (Е+)	0,763	Мрійливість (М+)	- 0,567
Сила «Я» (С+)	0,520		
<b>ФАКТОР 3</b>			
Дійовий компонент (ДКР)	0,676	Високий інтелект (В+)	-0,815
Композитна оцінка	0,634	Трансситуативна змінюваність (Oз)	-0,601
Безпечність (F+)	0,598		
<b>ФАКТОР 4</b>			
Композитна оцінка	0,692	Проникливість (N+)	-0,881
Афектотимія (А+)	0,926	М'якість (I+)	-0,642
Безпечність (F+)	0,580		

Третій фактор – «ризикована поведінка – трансситуативна змінюваність». Зміст цього фактору характеризує ризиковану поведінку (експресивні рухи, міміку, жести) спортсменів із максимальною вираженістю схильності до ризику, що виступає необхідною умовою самоствердження, а

також прагнення пізнати нове у навколишньому світі, вдосконалити свій внутрішній світ.

Четвертий фактор – «надситуативний ризик – проникливість» відображає здатність спортсмена-підводника підніматися над рівнем потреб ситуації. Обираючи небезпечні варіанти дій такі спортсмени йдуть на ризик не заради якоїсь винагороди.

Результати емпіричного дослідження дозволили дійти висновку: структура індивідуально-психологічних властивостей особистості спортсменів із максимальною насиченістю показника схильності до ризику представлена чотирьох факторною моделлю, що включає такі фактори, як: «схильність до емоційного переживання ризику – імпульсивність», «оцінка і контроль власних «ризикових» переживань – схильність до відчуття провини», «ризикована поведінка – транситуативна змінюваність», «над ситуативний ризик – проникливість».

Наступний крок емпіричного аналізу передбачав дослідження індивідуально-психологічних особливостей у спортсменів-підводників емоційно-ризикованого типу (домінування емоційного компоненту), когнітивно-ризикованого типу (домінування когнітивного компоненту), конативно-ризикованого типу (перевага дійового компоненту) та контрольно-регулятивного типу (перевага однойменного компоненту). Попередньо було встановлено кількість випробуваних, котрі утворили групи з вираженим домінуванням однієї якісної модальності схильності до ризику. Ці типи за традицією були названі мономодальними типами (стійке домінування одного з компонентів). Таких умовно виділених груп було утворено 4: в групу з домінуванням емоційного компоненту увійшло – 12 осіб; з домінуванням когнітивного компоненту – 24 особи; з домінуванням конативного компоненту – 8 осіб; і, нарешті, групу з перевагою контрольно-регулятивного компоненту утворили 7 осіб.

Саме у випробуваних означених типів вивчалися прояви тих психологічних властивостей особистості, що пов'язані із показниками

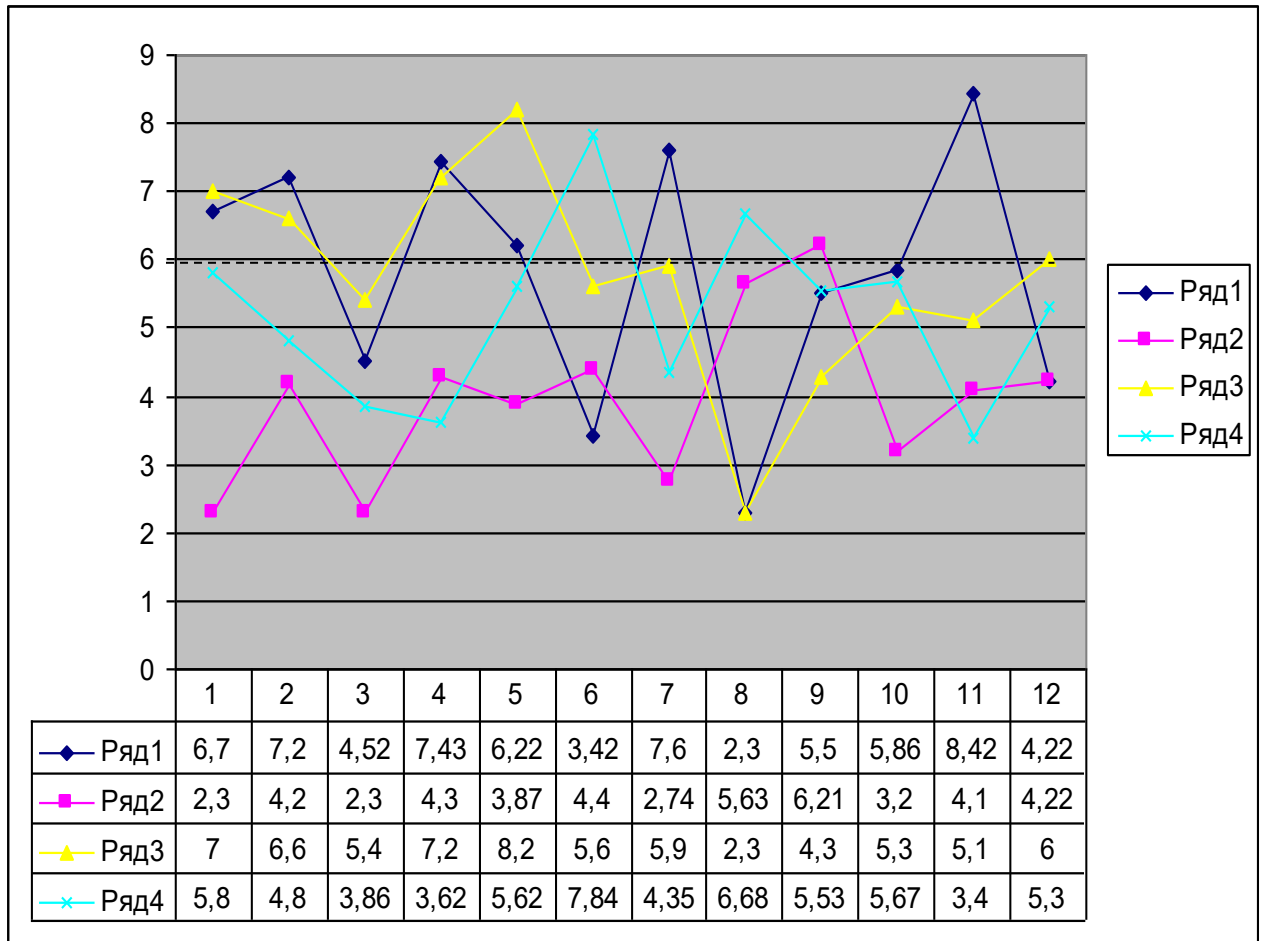


схильності до ризику. Відбір випробуваних схильних до мономодального типу ризику, здійснювалося на підставі даних, що були отримані за допомогою оригінального тесту-опитувальнику О.П.Саннікової якісних показників схильності до ризику. Процедура відбору даних представників здійснювалася також за допомогою метода «асів». Перевага одного з чотирьох компонентів над іншими встановлювалася у тому випадку коли його значення було розташовано у просторі четвертого квартилю розподілу (75 процентиль і вище) на фоні низьких значень за іншими показниками (у даному випадку не вище (40 процентілей).

З метою дослідження індивідуальних особливостей схильності до ризику, які виявляються у специфіці рис особистості були побудовані профілі показників факторів особистості за опитувальниками Фрайбургського та Кеттелла, локусу контролю. Дослідження якісно-кількісних поєднань показників схильності до ризику кожної із чотирьох умовно виділених груп також відображено у середніх значеннях. Це дозволило не тільки вивчити специфіку прояву кожної з означених властивостей особистості у випробуваних чотирьох груп, але й порівняти отримані профілі між собою. Такий підхід дає змогу визначити, як спільне, так і відмінне у проявах схильності до ризику у представників кожного із визначених мономодальних типів. Характеристика особистісних факторів за опитувальником FPI груп спортсменів, котрі належать до різних мономодальних типів схильності до ризику подана на рис.3.2.

На осі X подано фактори особистості за опитувальником FPI. На осі Y значення виражені у стенах. Середня лінія тренду проходить через 5,5 стенив.

На рис. 3.2., подано профілі особистісних факторів у груп випробуваних: ЕКР – група із домінуванням емоційно-ризикованого типу схильності до ризику, ККР – група із домінуванням когнітивного компоненту схильності до ризику, ДКР – група із домінуванням дійового компоненту схильності до ризику КрКр – група із домінуванням та контрольно-регулятивного компоненту схильності до ризику.



*Рис. 3.2. Профіль показників особистісних факторів за опитувальником FPI у групах спортсменів-підводників, котрі належать до різних мономодальних типів схильності до ризику*

*Примітки: 1-й ряд – ЕКР; 2-й ряд – ККР; 3-й ряд – ДКР; 4-й ряд – КрКр.*

Візуально на графіках (рис.3.2) видно значні розбіжності за факторами: невротичності, депресивності, дратівливості, врівноваженості, реактивної агресивності, сором'язливості, емоційної лабільності.

Профілі груп емоційного типу та когнітивного типу схильності до ризику різняться майже дзеркально. Визначення рангів особистісних факторів спортсменів з різними типами схильності до ризику, що подано у табл.3.4, дає змогу дослідити існуючі особливості між зазначеними показниками.

Таблиця 3.4

Ранги особистісних факторів за опитувальником FPI у групах спортсменів-підводників, котрі належать до різних мономодальних типів схильності до ризику

Ранг	Мономодальні типи схильності до ризику			
	ЕКР	ККР	ДКР	КрКр
I	+ емоційна лабільність	- відсутність невротичності	+ невротичність	+ врівноваженість
II	- відсутність сором'язливості	- відсутність депресивності	+ спонтанна агресивність	- відсутність дратівливості
III	+ дратівливість	- інтроверсія	+ потреба у спілкуванні	- відсутність агресивності
IV	- відсутність депресивності	- відсутність товариськості	+ маскулізм	+ висока стабільність емоційних станів
V	- неврівноваженість	- відсутність дратівливості	- дратівливість	- відсутність невпевненості

Спортсмени, які увійшли у групу емоційного типу схильності до ризику (ЕКР) характеризуються роздратованістю, емоційною нестійкістю, в них спостерігається низький рівень саморегуляції. Представники даного типу мають низький рівень сором'язливості. Схильні до афективного реагування, не схильні до депресій.

Спортсмени, котрі утворили групу когнітивного типу схильності і до ризику (ККР) мають мінімальну ступінь невротичності, відсутня спонтанна та реактивна агресивність, їм властива інтроверсія й емоційна стійкість.

Досліджувані, котрі належать до дійового типу схильності до ризику проявляють значну потребу у спілкуванні, вони характеризують агресивним ставленням до оточуючих та схильністю у домінуванні. Ці спортсмени емоційно нестійкі, дратівливі.

Спортсмени, котрі увійшли до контрольнo-регулятивної групи схильних до ризику врівноважені, в них відсутня дратівливість, агресивність, невпевненість, їм властиві висока стабільність емоційних станів та здатність володіти собою.

Подальший крок емпіричного дослідження передбачав змістовий аналіз факторної структури особистості спортсменів-підводників з різним моноmodalьним типом схильності до ризику.

На рис. 3.3. подано профілі факторної структури особистості за (Р.Кеттеллом) груп досліджуваних з різним моноmodalьним типом схильності до ризику (емоційним, когнітивним, дійовим та контрольнo-регулятивним).

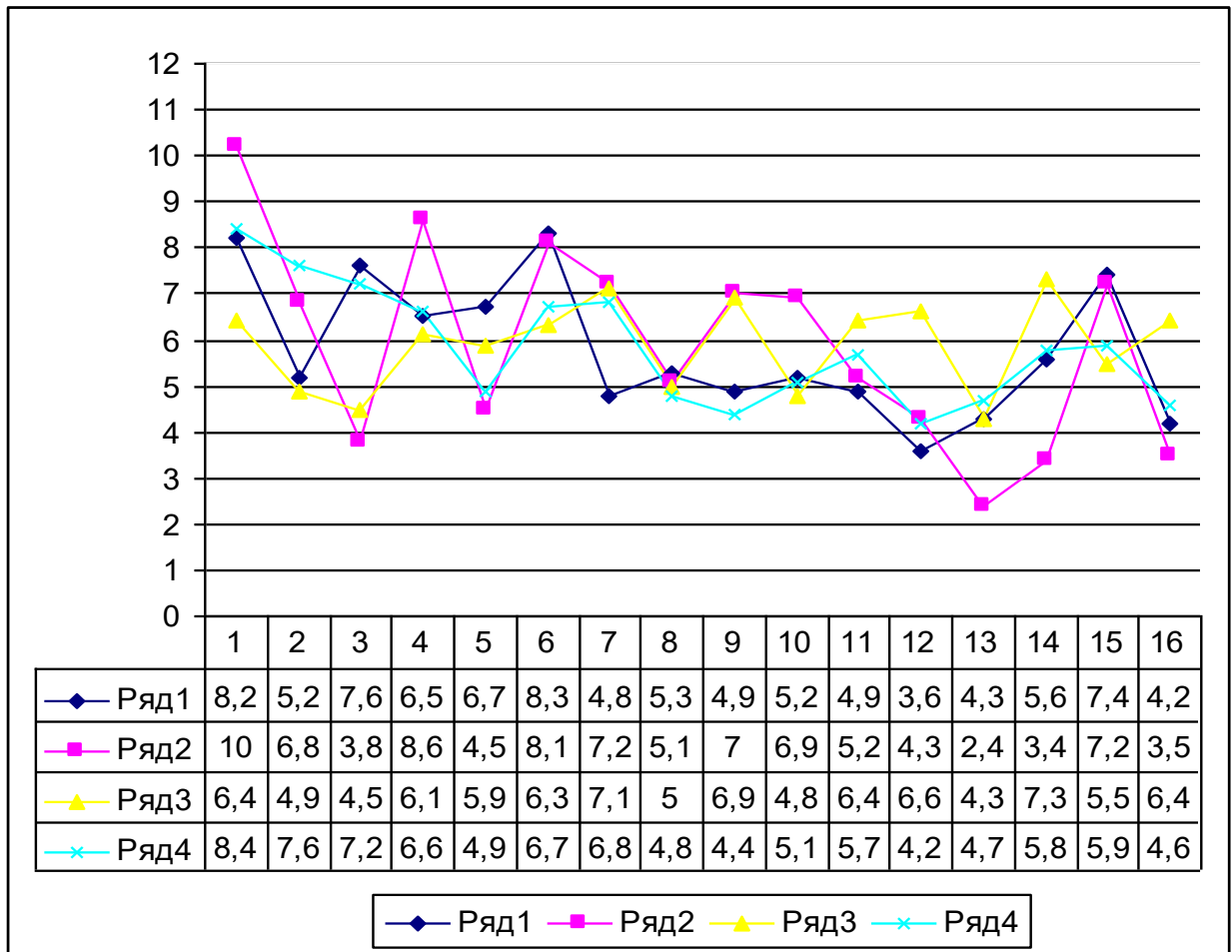


Рис. 3. 3. Профіль показників особистісних факторів за опитувальником Р.Кеттелла у групах спортсменів-підводників, котрі належать до різних моноmodalьних типів схильності до ризику

Примітки: 1-й ряд – ЕКР; 2-й ряд – ККР; 3-й ряд – ДКР; 4-й ряд – КрКр.

Змістовий аналіз отриманих профілів дозволяє дійти висновку, що у спортсменів із різним мономодальним типом схильності до ризику існують розбіжності в однойменних факторах особистості: А (аффектотимія-сизотимія), G (сила «зверх-Я» – слабкість «зверх-Я»), І (м'якість – твердість), М (мрійливість практичність), О (схильність до почуття провини – самовпевненість), Q2 (самодостатність – залежність від групи), Q 4 – (напруженість – розслабленість). Спортсменів-підводників, котрі належать до групи із емоційним типом схильності до ризику можна охарактеризувати як сміливих, схильних до авантюрних вчинків, рішучих, емоційних, чутливих, доброзичливих. Ці спортсмени прагнуть до почуття нового та невизначеного (Н+); вони самовпевнені, безпечні, енергійні, не боязливі (О-), схильні до екстраверсії (Q1+).

Спортсмени-підводники когнітивного типу схильності до ризику характеризуються сміливістю, резистентні до значних емоційних навантажень, егоїстичні, нестабільні, при наявності власної зацікавленості можуть вдатися до хитрощів, активні та оптимістичні.

Підводників, котрі належать до дійового типу схильності до ризику можна охарактеризувати як таких, що прагнуть нових вражень, довіряють своїй інтуїції, емоційно нестабільні, нетерплячі, імпульсивні. Таким спортсменам властива гарна уява, фантазія, орієнтація на власні бажання, їх поведінка визначається ексцентричністю та оригінальністю. Представники даної групи незалежні, самостійні, не потребують підтримки, сміливі.

Досліджувані, котрі увійшли до контрольного-регулятивного типу схильності до ризику пасивні, конформні, сором'язливі, тактовні, дипломатичні, вміють контролювати свої емоції та настрої, стабільні у своїх планах, консервативні, не схильні до змін, толерантні, добре почувають себе у колективі та люблять працювати у команді.

Визначення рівня суб'єктивного контролю дало можливість встановити певні тенденції у проявах інтернальності-екстернальності у спортсменів з високим і низьким індексом композитної оцінки схильності до ризику (табл.

3.5). Локус контролю розглядається Дж.Роттером і його послідовниками як особливий, фундаментальний тип узагальнених очікувань (атитюд), як «ступінь розуміння людиною причинних взаємозв'язків між власною поведінкою і досягненням бажаного». Розуміння локусу контролю як міри, якою особи сприймають своє життя як таке, що контролюється зсередини за допомогою власних зусиль і дій, або ззовні ситуативними випадками чи зовнішніми силами, покладено в основу експериментальних робіт Дж.Фареса.

На думку Дж.Роттера, інтернальність і екстернальність локусу контролю виступають стійкими властивостями особистості, сформованими в процесі соціалізації. Експериментальні дані констатують [121], що інтернали виявляють велику соціальну активність, вони, на відміну від екстерналів, більш послідовні у своїй поведінці. Їх тимчасова перспектива охоплює більш далеку зону як у майбутньому, так і в минулому і насичена великою кількістю подій. Інтернали виявляють неабияку когнітивну активність. Вони більш послідовні, продуктивні в ситуаціях ухвалення рішення і ситуаціях, пов'язаних із ризиком. Інтернальність або екстернальність – це не окрема особистісна риса, а цілісна комбінація характеристик, той стрижень, навколо якого згруповані ланцюги залежностей, параметрів, ознак, що характеризують тим мислення, поведінкові настанови, які формують основні конструкти відповідальності особистості.

Проте необхідно мати на увазі, що особистісні кореляти локусу контролю хоча і дозволяють створити досить повну картину типового інтернала й екстернала, все ж таки вона є приблизною. Введення у психологію поняття локусу контролю дозволяє простежити значущі моменти прояву активності в поведінці, відносинах, орієнтації в діяльності людей. Спираючись на психологічну характеристику інтернальності-екстернальності апріорно можна припустити, що ця властивість може бути пов'язана з якісними особливостями схильності до ризику.

Із результатів, поданих у табл. 3.5, видно, що за всіма показниками локусу контролю у спортсменів з високим та низьким рівнем схильності до ризику спостерігаються певні відмінності. Так, встановлено, що представники з максимальною схильністю до ризику (КОР max) демонструють екстернальність тобто зовнішню атрибуцію підконтрольних результатів діяльності. Ці досліджувані схильні приписувати відповідальність за негаразди іншим людям, вважають, що всі події є результатом невезіння.

Таблиця 3.5

Особливості сформованості локусу контролю у спортсменів із максимальною та мінімальною вираженістю загального показника схильності до ризику

Показники локусу контролю	Спортсмени-підводники	
	КОР max	КОР min
Загальна інтернальність	5,1±0,33	7,6±1,63
Інтернальність у галузі досягнень	5,4±0,57	7,2±1,52
Інтернальність у галузі невдач	4,6±0,76	6,6±1,26
Інтернальність у галузі сімейних стосунків	4,3±0,82	5,9±0,96
Інтернальність у галузі виробничих відносин	5,1±1,64	4,6±0,57
Інтернальність у галузі міжособистісних стосунків	4,8±1,17	7,6±1,36
Інтернальність у галузі здоров'я хвороб	3,7±1,33	5,1±0,92

Представники даної групи не вбачають зв'язку між своїми діями та важливими для них подіями життя, на їх думку, вони не в змозі контролювати цей зв'язок та вважають, що більшість подій і вчинків є результатом дії випадку. Схильність приписувати більш важливе значення зовнішнім обставинам, наприклад, керівництву, товаришам по команді, фортуні також характеризує представників даної групи (КОР max). Серед спортсменів, котрим притаманна висока схильність до ризику частіше

зустрічається екстернальний полюс контролю в галузі міжособистісних стосунків, що свідчить про меншу терпимість до інших та підвищену агресивність.

Локалізація контролю над значущими подіями у спортсменів із мінімальною вираженістю схильністю до ризику (КОР min) знаходиться у сфері інтернальності, тобто все те, що відбувається, пояснюється переважно впливом внутрішніх факторів. Вибірка характеризується інтернальним типом суб'єктивного контролю, позаяк за всіма 7 шкалами встановлено відхилення вгору ( $\geq 5$  стевів). Найвищі показники локусу контролю у спортсменів із низьким рівнем схильності до ризику ймовірно можна пояснити зростанням усвідомлення особистісної відповідальності за результати своєї тренувальної та змагальної діяльності, а також готовністю поставити собі за провину свої невдачі та промахи. Вони вважають, що більшість важливих подій у їхньому житті відбулися в результаті власних дій та зусиль. Ці дії є важливим фактором у власному спортивному зростанні, у міжособистісних стосунках у команді. Варто відзначити, що цих спортсменів відрізняє вміння прогнозувати як власну поведінку, так і передбачати результати свого впливу на інших членів команди.

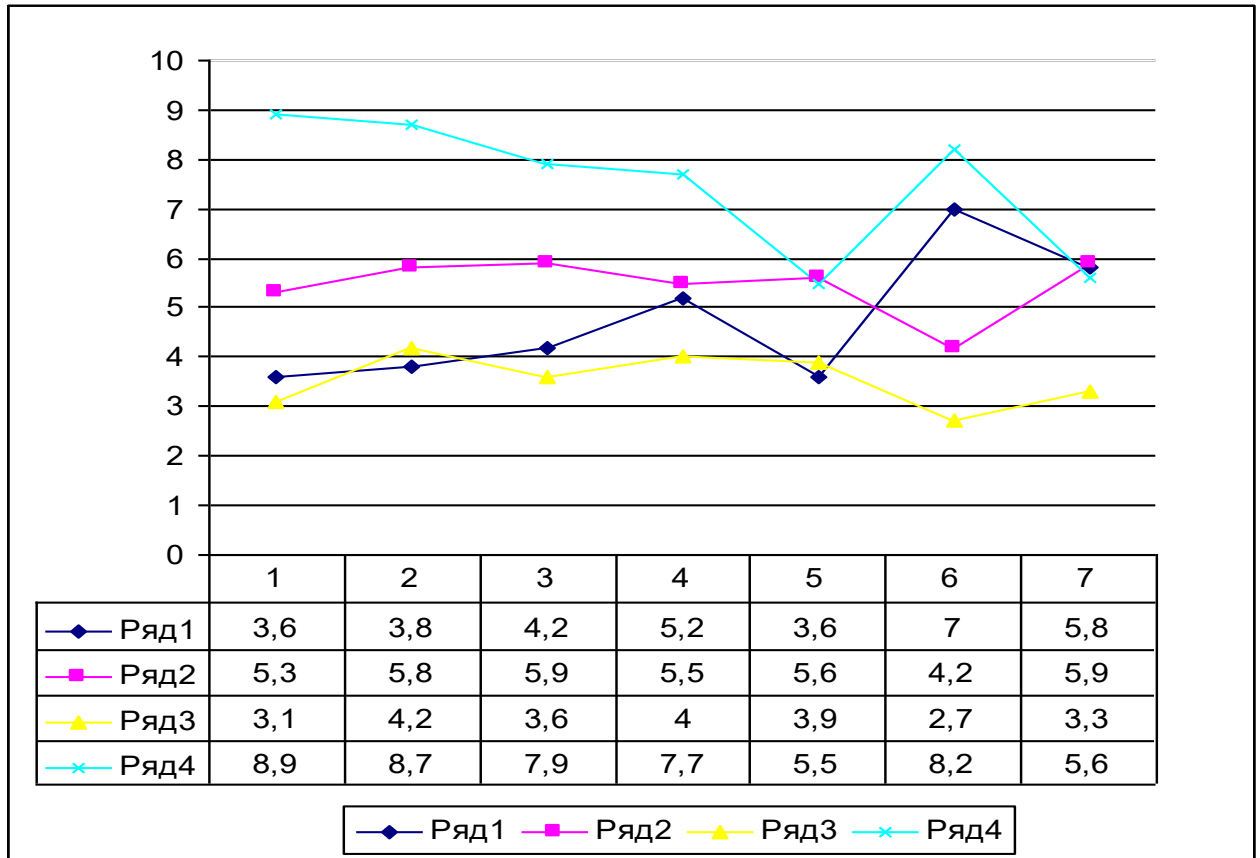
Результати, які ми отримали досліджуючи особливості локусу контролю у осіб з високим і низьким рівнем схильності до ризику знаходять підтвердження у літературі. Ряд авторів у своїх працях наголошують на те, що особам, котрі схильні до ризику властива екстернальність, що виявляється в їх орієнтації на зовнішні події, в делегуванні відповідальності іншим людям, обставинам та зовнішнім силам [124, 183].

Кількісний аналіз отриманих даних став підґрунтям якісної інтерпретації результатів щодо профілів локусу контролю спортсменів мономодальних типів схильності до ризику. На рис. 3.4. подано профілі локусу контролю груп осіб з різним типом схильності до ризику.

Із рис. 3.4. видно, що профілі спортсменів-підводників контрольно-регулятивного та когнітивного типів схильності до ризику знаходяться вище



середньої лінії тренду, а профілі досліджуваних емоційного й дійового типу схильності до ризику знаходяться нижче середньої лінії тренду. Загальна характеристика профілів виявляє їх полярність, що характеризує екстернальний та інтернальний типи локалізації контролю над значущими подіями.



*Рис. 3.4. Профіль показників локусу контролю у групах спортсменів-підводників, котрі належать до різних мономодальних типів схильності до ризику*

*Примітки: 1-й ряд – ЕКР; 2-й ряд – ККР; 3-й ряд – ДКР; 4-й ряд – КрКр.*

*На осі Х представлені показники інтернальності: 1 – загальна інтернальність; 2 – інтернальність у галузі досягнень; 3 – інтернальність у галузі невдач; 4 – інтернальність у галузі сімейних стосунків; 5 – інтернальність у галузі виробничих відносин; 6 – інтернальність у галузі міжособистісних стосунків; 7 – інтернальність у галузі здоров'я хвороб. На осі У – їх значення, що виражені у стенах.*

Спортсмени з емоційним та дійовим типами схильні приписувати відповідальність за різні неприємності іншим особам, або вважають, що неприємності виникають через те, що їм не пощастило. Вони не спроможні

вбачати зв'язок між своїми вчинками та значущими для них подіями, вони не спроможні контролювати цей зв'язок, на їх думку все, що з ними відбувається є випадковість, або є наслідком дій інших членів по команді. Спортсмени емоційного та дійового типу схильності до ризику приписують свої успіхи і досягнення зовнішнім обставинам – фортуні, впливу інших людей, збігу обставин.

Спортсмени-підводники когнітивного та контрольного-регулятивного типів схильності до ризику мають інтернальний локус контролю, а це означає, що контроль над важливими подіями перебуває у сфері інтернальності, тобто те, що відбувається, пояснюється впливом внутрішніх факторів. Таким чином, спортсмени-підводники із внутрішнім локусом контролю керуються власними принципами і спонукаються до дії власними мотивами, а не зовнішнім тиском. Вони автономні, упевнені у своїх силах і можливостях, вважають себе відповідальним за свою долю.

### **3.2. Взаємозв'язок схильності до ризику і властивостей особистості спортсмена-підводника**

У відповідності до теорії ймовірності для визначення залежності однієї випадкової величини від іншої використовуються кореляційні відношення цих величин. Кореляційний аналіз дає можливість точної кількісної оцінки ступеню узгодженості змін двох і більше ознак. Ступінь узгодженості змін характеризує тіснота зв'язку, тобто абсолютна величина коефіцієнта кореляцій. Наявність кореляцій між двома результатами, по суті означає, що при зміні одного результату інший також змінюється.

В роботі за допомогою кореляційного аналізу ми групуємо простір заданих ознак і констатуємо взаємозв'язки між ними. Застосовуємо коефіцієнт кореляції ( $K_{xy}$ ), який має значення  $0 \leq K_{xy} \leq 1$ . Він дорівнює 1, якщо між величинами  $x$  та  $y$  існує жорстка прямо пропорційна залежність, і 0, якщо ця залежність відсутня. Це означає, що існуюча залежність стає

більш стійкою, в разі наближення  $K_{xy}$  до 1. Обчислимо значення  $K_{xy}$  за формулою

$$K_{xy} = \frac{P_{xy} - P_x \cdot P_y}{\sqrt{P_x \cdot P_y \cdot (1 - P_x) \cdot (1 - P_y)}}$$

де,  $K_{xy}$  – коефіцієнт кореляції величин  $x$  та  $y$ ;

$P_{xy}$  – частість появи події  $x$ ;

$P_y$  – частість появи події  $y$ .

При цьому частість розуміємо як відношення кількості появи певних подій одночасно, або кожної з них, до суми всіх подій. Індивідуально-психологічні властивості особистості, які, з одного боку, забезпечують її ризиковану поведінку, а з іншого – релевантні спортивній діяльності підводників, виступили предметом подальшого аналізу емпіричного дослідження. Такими властивостями є, головним чином, певні емоційно-комунікативні якості (невротичність, спонтанна агресивність, відкритість, товариськість, екстраверсія-інтроверсія, емоційна лабільність).

Встановлено, що індивідуально-психологічні властивості спортсменів-підводників мають, в основному, середній ступінь вираженості. Найбільш високі значення отримані за факторами спонтанної та реактивної агресивності (II, VII), що загалом характеризує їх як самовпевнених і таких, які прагнуть до незалежності й домінування. Вони безпосередні у відстоюванні своїх думок, імпульсивні та нетерплячі.

Розглянемо значущі коефіцієнти кореляцій між показниками схильності до ризику і властивостями особистості, що вивчаються за допомогою Фрайбурзького особистісного опитувальника, котрі подані у табл. 3.6.

Аналіз табл. 3.6. показує наявність додатних і від'ємних кореляційних зв'язків між означеними показниками, переважно на 0,01 рівні. Так, загальний показник схильності до ризику (КОР) додатньо пов'язаний

( $P < 0,01$ ) зі шкалою спонтанна агресивність. Цей факт на нашу думку можна пояснити тим, що означена властивість є передумовою імпульсивної поведінки. У свою чергу, імпульсивна поведінка за багатьма літературними джерелами супроводжує прояв схильності до ризику.

Таблиця 3.6

Значущі коефіцієнти кореляцій між показниками схильності до ризику та властивостями особистості

Властивості особистості		Показники схильності до ризику				
		ЕКР	ККР	ДКР	КрКР	КОР
I	Невротичність			0,231		
II	Спонтанна агресивність	0,456*		0,642**		0,558**
III	Депресивність	-0,621**	-0,421**			-0,455*
IV	Дратівливість	0,678**	0,654**	0,721**		0,621**
V	Товариськість	0,447*		0,521**		0,782**
VI	Врівноваженість	-0,621**	-0,462*	-0,465*		-0,681**
VII	Реактивна агресивність	0,452*	0,563**			0,367*
VIII	Сором'язливість	-0,521**	-0,426*	-0,642**		0,582**
IX	Відкритість	0,267*		0,316*		
X	Екстраверсія-інтроверсія	0,562**	0,421*	0,482*	0,462*	0,472*
XI	Емоційна лабільність	0,243*		0,362*		0,356*
XII	Маскул./фемін.	0,456*		0,621*		0,678*

Додатні кореляційні зв'язки показника КОР переважно на 1 % рівні спостерігаються за шкалою дратівливість, яка характеризується схильністю до афективного реагування. Також даний показник додатньо пов'язаний зі шкалами невротичність, товариськість, реактивна агресивність, прагнення до домінування і відвертість, ставлення до соціального оточення, екстраверсія-

інтроверсія, емоційна лабільність, часті коливання настрою, недостатня саморегуляція, дратівливість.

Від'ємні значущі зв'язки на рівні 1 % виявлені між показниками КОР і шкалами депресивність і врівноваженість. Розглянемо значущі кореляційні зв'язки показника ДКР (дієвий компонент схильності до ризику) зі шкалами Фрайбурзького особистісного опитувальника. Так, знайдені значущі додатні зв'язки даного показника зі шкалами невротичність, спонтанна агресивність, дратівливість, реактивна агресивність, екстраверсія, емоційна лабільність, а на 5% рівні – зі шкалами товариськість, сором'язливість, невпевненість, скутість, відвертість. Від'ємний зв'язок ( $P < 0,01$ ) показника ОКР спостерігається з показником шкали врівноваженість. Численні значущі зв'язки показника ККР виявлені з показниками опитувальника FPI.

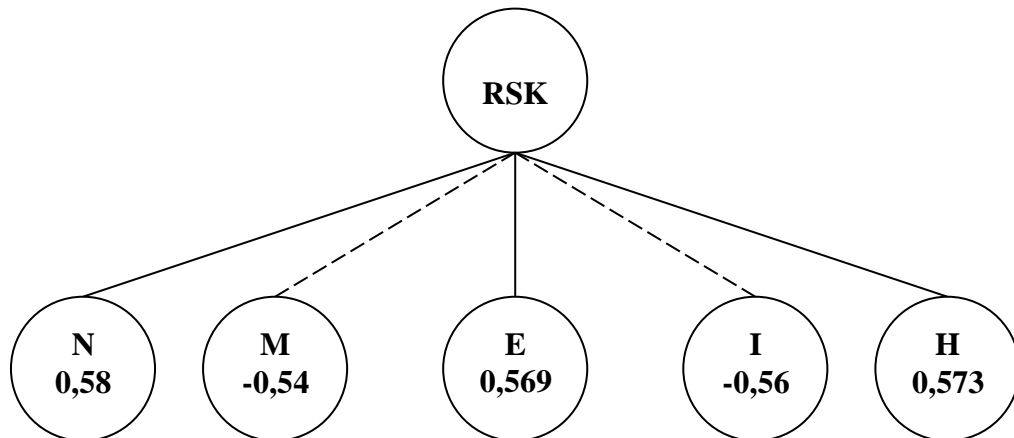
Так, даний показник схильності до ризику додатньо на рівні ( $P < 0,01$ ) пов'язаний з шкалами спонтанна агресивність, дратівливість, відкритість, екстраверсія, а також із реактивною агресивністю та відкритістю. Від'ємно ( $P < 0,01$ ) показник ККР пов'язаний зі шкалами врівноваженість.

Подальший аналіз уможливив зафіксувати значущі зв'язки емоційного компоненту (ЕКР) схильності до ризику. Виявлені додатні кореляційні зв'язки на рівні ( $P < 0,01$ ) між означеним показником схильності до ризику і шкалами спонтанна агресивність, товариськість, врівноваженість, реактивна агресивність, емоційна лабільність, екстраверсія, а від'ємні – з показниками спонтанна агресивність, сором'язливість, невпевненість, скутість, врівноваженість. Важливо відзначити, що показник КрКР контрольно-регулятивний компонент схильності до ризику знаходить тільки один позитивний зв'язок на рівні ( $P < 0,01$ ) з шкалою екстраверсія.

Дослідження кореляційних зв'язків між індивідуально-психологічними властивостями й показниками схильності до ризику показало, що багатозначні зв'язки кількісно й якісно повніше представлені у спортсменів-підводників із високим ступенем прояву ризикованої поведінки. Так, найбільшу кількість статистично вірогідних інтеркореляційних зв'язків ( $0,05$ )

зафіксовано у спортсменів із високим проявом ризикованої поведінки (44), у той же час у спортсменів із низьким ступенем прояву ризикованої поведінки таких зв'язків відмічено лише 29.

Результати дослідження взаємозв'язків готовності до ризику (за методикою RSK Шуберта) із особистісними особливостями (за методикою Р.Кеттелла) спортсменів-підводників подано на рис. 3.5.



*Рис. 3.5. Кореляційна плеяда значущих взаємозв'язків готовності до ризику (за методикою RSK Шуберта) і особистісних особливостей(за методикою Р.Кеттелла)*

Із рис. 3.5. видно, що готовність до ризику у спортсменів-підводників тим вища, чим вищі фактор Е – домінантність; фактор І – твердість; фактор Н – сміливість; фактор М – практичність; фактор N – проникливість. Виявлені додатні зв'язки на 1% рівні: з фактором Н+, що характеризує соціальну сміливість, активність, імпульсивність і не розуміння небезпеки. У свою чергу додатний полюс фактора Е + (домінантність) характеризується незалежністю, упевненістю у собі, примхливістю. Також встановлені додатні зв'язки на 1% рівні з фактором N+ (проникливість), що засвідчує досвідченість, схильність до аналізу, інтелектуальний підхід до оцінки ситуації, близькість до цинізму. Готовність до ризику від'ємно пов'язаний на 1% рівні з фактором М- (практичність), що означає збереження присутності «духу» в екстремальних ситуаціях, практичність та швидкість вирішення практичних задач. Отримані результати дозволяють стверджувати, що

готовність до ризику у спортсменів-підводників пов'язана, насамперед із вольовими якостями.

Поряд із аналізом профілів показників локусу контролю у групах спортсменів-підводників, котрі належать до різних мономодальних типів схильності до ризику було проведено кореляцію між показниками схильності до ризику та екстернальністю-інтернальністю.

В таблиці 3.7. подано значущі коефіцієнти кореляцій між показниками схильності до ризику і локусу контролю.

Таблиця 3.7

Взаємозв'язок показників схильності до ризику і локусу контролю

Показники локусу контролю	Показники схильності до ризику				
	ЕКР	ККР	ДКР	КрКр	КОР
Загальна інтернальність	-0,699**	-0,642**	-0,422*	-0,464*	-0,775**
Інтернальність у галузі досягнень	-0,578**	-0,607**	-0,734**	-0,313*	-0,786**
Інтернальність у галузі невдач	-0,754**	-0,731**	-0,662**	-0,492*	-0,682**
Інтернальність у галузі сімейних стосунків					
Інтернальність у галузі виробничих відносин	-0,625**	-0,611**	-0,432*	-0,621**	-0,465*
Інтернальність у галузі міжособистісних стосунків	-0,462*	-0,519*	-0,498*	-0,467*	-0,492*
Інтернальність у галузі здоров'я хвороб					

Примітка. \* – зв'язок на рівні значущості  $P < 0,05$ ;

\*\* – зв'язок на рівні значущості  $P < 0,01$

Результати, подані у табл. 3.7, переконливо засвідчують той факт, що між показниками схильності до ризику і показниками локусу контролю існують лише від'ємні зв'язки. Отримані дані є цілком зрозумілими, адже ризикована поведінка обумовлює зниження усвідомлення особистісної

відповідальності за результати своєї тренувальної і змагальної діяльності, а також не готовність поставити собі за провину своєї невдачі та промахи.

В той же час якщо локус контролю – це важлива інтегральна характеристика ставлення особистості до навколишнього світу, а не ситуативна реакція на екстремальну змагальну ситуацію, то варто погодитися із поясненням, що при певних умовах така ситуація «полегшує» вихід на виконання ризикованих дій. Іншими словами, ми констатуємо взаємозв'язок екстернальності і ризикованої поведінки спортсмена. Найбільш стійкі і яскраво виразні тенденції можна відмітити між показниками ЕКР, ККР, ДКР, КрКр та КОР та показниками інтернальності у галузі досягнень, інтернальності у галузі невдач та інтернальності у галузі виробничих відносин.

### **3.3. Рефлексивність та імпульсивність спортсменів-підводників у співвідношенні з показниками схильності до ризику**

Рефлексія як здатність до самопізнання та самоаналізу внутрішньої психічної діяльності, психічних якостей і станів є однією з найважливіших індивідуально-психологічних властивостей особистості. У сучасній філософській та психологічній літературі термін «рефлексія» є досить поширеним, проте більшість його гносеологічних характеристик знаходяться в межах уявлень, які співвідносяться із дослівним перекладом цього слова, яке в перекладі з латинської означає «повернення назад» з метою заглиблення у те, що відбулось, а на основі цього – пізнання найпотаємніших глибин буття через активність людини. Як результат, за допомогою цього терміну позначаються поняття, що відрізняються за своїм змістом, або ті, котрі можуть бути описані в інших категоріях. Виходячи із того, що вдосконалення змісту понять, коректне узгодження їхньої системи – необхідний і обов'язковий крок емпіричного дослідження, спробуємо



відкласифікувати відомі у науковій літературі визначення й запропонувати своє робоче розуміння.

У ході теоретичного аналізу наукових даних встановлено, що рефлексія є методологічною категорією, котрій властиві певна строкатість та інваріативність у її семантичному визначенні, це: осмислення мислення; аналіз знання з метою отримання нового знання або перетворення неявного знання в явне; самоспостереження за станом розуму або душі; відображення людиною своєї внутрішньої психічної діяльності, психічних якостей і станів; усвідомлення людиною того, як вона сприймається іншими людьми; здатність одночасно утримувати у свідомості вихідну ситуацію, позицію і знаходитися в рефлексивній позиції, тобто задавати собі питання, аналізувати матеріал вихідної позиції; одночасно унікальна властивість, що притаманна лише людині, – стан усвідомлення чого-небудь і процес репрезентації психіці свого власного змісту.

Узагальнення існуючих визначень рефлексії уможливорює викладення власного погляду щодо її тлумачення. Під рефлексією ми розуміємо свідомий і довільний процес осмислення та переосмислення спортсменом власних можливостей і досягнень, а також своїх відносин із соціальним світом, що виявляються у ході його спілкування з іншими людьми й активного засвоєння ним норм та засобів різних діяльностей.

Складовими рефлексії є змістовний компонент, що характеризує її предметний аспект, і динамічний компонент, пов'язаний зі способом її виникнення. Змістовну сторону рефлексії обумовлює її предмет, залежно від якого виділяють її два основних типи – внутрішню (інтрапсихічну, ауторефлексію) та зовнішню (інтерпсихічну).

Перша співвідноситься з рефлексивністю як здатністю до самосприйняття змісту своєї власної психіки та його аналізу, друга – зі здатністю побудови і відтворення у своїй свідомості напрямку думок, почуттів суб'єкта по комунікації, що передбачає поряд із рефлексивністю, як

здатністю «стати на місце іншого», також і механізми проєкції, ідентифікації, емпатії.

Динамічний компонент рефлексії пов'язаний з моментом запуску цього процесу, тобто з рефлексивним виходом (РВ), а також із процесами переходу з рівня на рівень, інакше кажучи, з процесом рефлексивних занурень та переходами по рефлексивних рівнях. У зв'язку з цим виділяють довільну й імпульсивну рефлексію. Перша трактується як рефлексивний акт, що запускається людиною за наказом, за бажанням; вона характеризується контролем над початком рефлексивних процесів. Відповідно, для цього людина повинна мати потребу та мотив у такому довільному запуску рефлексії, а також усвідомлювати себе спроможною це зробити. Друга, імпульсивна рефлексія, виникає при зіткненні з перешкодою, проблемою, неможливістю діяти за старим взірцем. Причому така імпульсивність характерна як для зовнішньої, так і для внутрішньої рефлексії.

Динамічний аспект рефлексії також, ймовірно, можна пов'язати і з так званим «часовим» принципом, залежно від якого А.В.Карпов виділяє її три основних види: ситуативну, ретроспективну й перспективну рефлексії. Так, ситуативна рефлексія забезпечує безпосередній самоконтроль поведінки людини в актуальній ситуації, осмислення її елементів, аналіз подій, здатність суб'єкта до співвіднесення своїх дій із ситуацією та їхню координацію відповідно до умов, що змінюються, і власним станом. Поведінковими проявами і характеристиками цього виду рефлексії є, зокрема: час обмірковування суб'єктом своєї поточної діяльності; ступінь розгорнення процесів ухвалення рішення; схильність до самоаналізу в конкретних життєвих ситуаціях.

Ретроспективна рефлексія виявляється у схильності до аналізу вже виконаної в минулому діяльності та подій, що відбулися. У цьому випадку предметами рефлексії виступають передумови, мотиви і причини подій, що відбулися, зміст минулої поведінки, а також результативні параметри і, особливо, допущені помилки. Ця рефлексія виражається, зокрема, у тім, як

часто і наскільки довго суб'єкт аналізує й оцінює події, що відбулися, чи схильний він взагалі аналізувати минуле і себе в ньому.

Перспективна рефлексія співвідноситься: із функцією аналізу майбутньої діяльності, поведінки; плануванням як таким; прогнозуванням імовірних результатів та ін. Її основні поведінкові характеристики: деталізація планування своєї поведінки, частота звертання до майбутніх подій, орієнтація на майбутнє.

Правомірним і доцільним є також розгляд й інших площин рефлексії, а саме – з'ясування її пускових механізмів та функцій. Так, одні дослідники вважають, що пусковим механізмом рефлексії є наявність певної проблемно-конфліктної ситуації або нерозв'язаного на діяльнісному рівні протиріччя, яке необхідно вирішити для досягнення поставленої мети. Інші пов'язують їх із властивими людині пізнавальною активністю, цікавістю, пошуковою поведінкою, спрямованою на аналіз самого себе, без необхідності реалізації прямої практичної мети. Зрештою, рефлексія функціонує у процесах самопізнання, самооцінювання, самоосмислення, самоаналізу, зумовлюючи появу нових якісних знань про себе як суб'єкта.

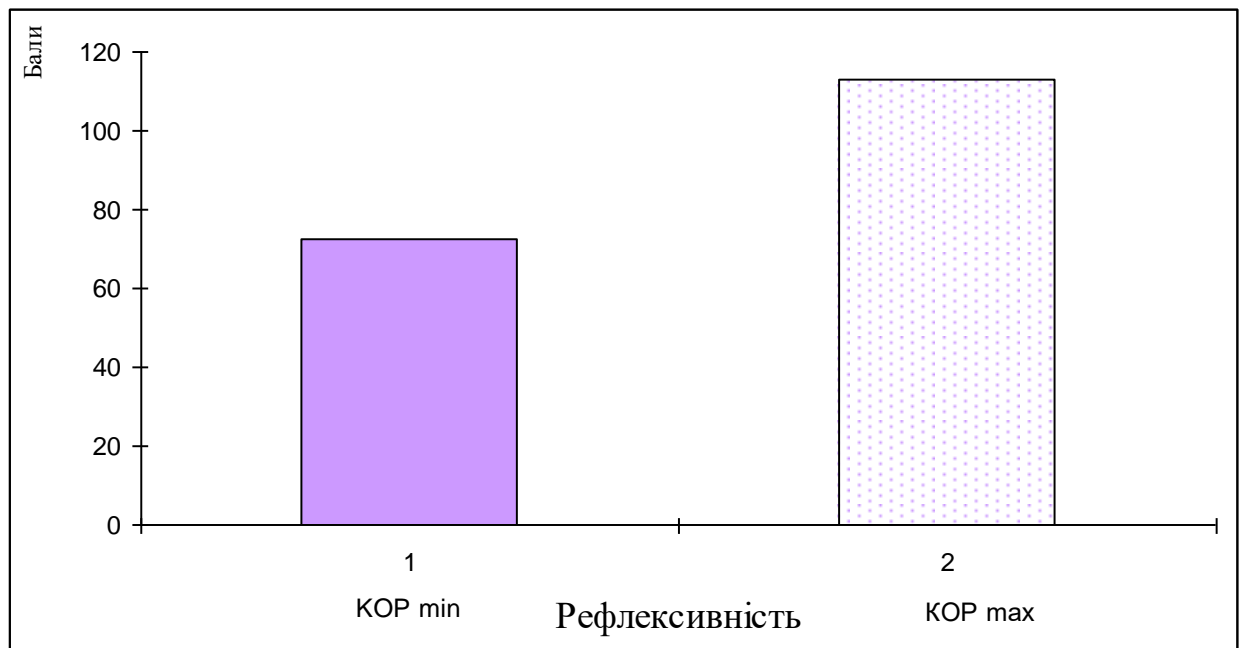
Необхідно також зазначити, що рефлексивність може означати надмірне занурення у свої думки, переживання, захопленість фантазіями, тобто формовиявлятися, як щось протилежне продуктивній діяльності.

В якості об'єктивно необхідних компонентів рефлексивного процесу в дослідженні [52] виділяються наступні: ідеальна модель кінцевої мети діяльності; усвідомлення власного досвіду; з'ясування необхідних перетворень для наближення усвідомлених характеристик до ідеальної моделі (перебіг розгортатиметься як планування діяльності, в якому останній момент рефлексивної структури буде наслідком співставлення бажаної ідеальної моделі та усвідомленого досвіду). Інакше, рефлексивний процес актуалізується наявністю суперечності між певним мисленим ідеальним конструктом, який розглядається, як необхідне, і усвідомленим досвідом особистості. Особистісна рефлексія з'являється із виявленням

невідповідності самоусвідомленого образу наявного буття образів ідеальному, що набуває статусу домагання.

Для діагностики індивідуального ступеня виразності рефлексії у спортсменів-підводників використано методику А.Карпова.

Узагальнену картину відсоткового розподілу рівнів розвитку рефлексивності спортсменів-підводників з максимальною та мінімальною виразністю показника схильності до ризику подано рис. 3.6.



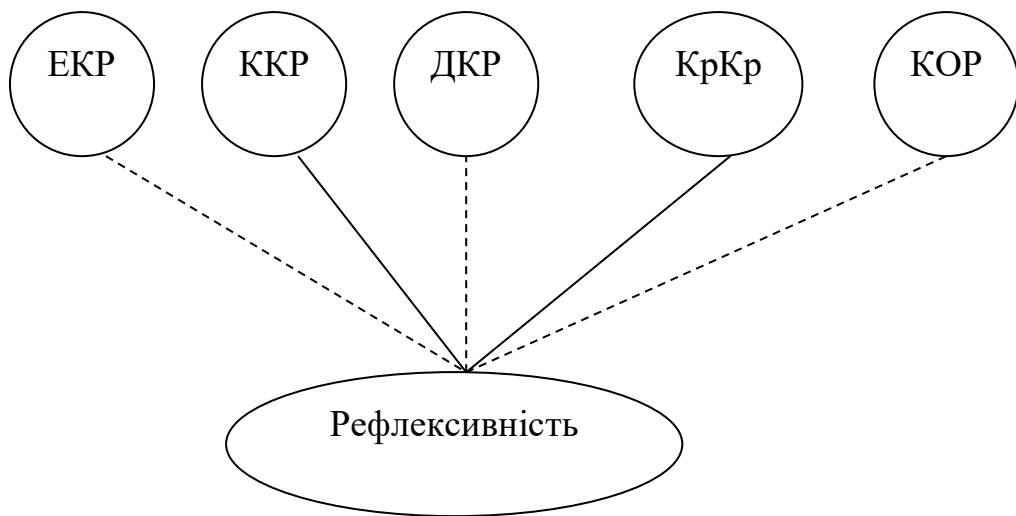
*Рис. 3.6. Значення показників рефлексивності у груп спортсменів-підводників із максимальною та мінімальною схильністю до ризику*

Із рис. 3.6 видно, що на у спортсменів-підводників із мінімальною схильністю до ризику зафіксовано домінування високого рівня виразності рефлексивності. Активізацію рефлексивних процесів у спортсменів цілком можна пов'язати із екстремальними ситуаціями, що мають місце у змагальній та тренувальній діяльності. Вирішальним фактором для подолання труднощів, пов'язаних із зіткненнями з екстремальними ситуаціями, виступає рефлексивність. Змістовий аналіз отриманого емпіричного матеріалу показав, що таким спортсменам властивий високий самоконтроль поведінки, постійне обдумування своєї спортивної діяльності, систематичний

аналіз того, що відбувається, високий ступінь розгорнутості процесів ухвалення рішення.

У спортсменів із максимальною схильністю до ризику зафіксовано лише середній рівень розвитку рефлексивності, який цілком дозволяє здійснювати перехід від теоретичних моделей вирішення проблемної ситуації до їх практичного втілення.

Розглянемо за порядком значущості взаємозв'язки між показниками схильності до ризику, з одного боку та рефлексивності з іншого, що подані в рис. 3.7.



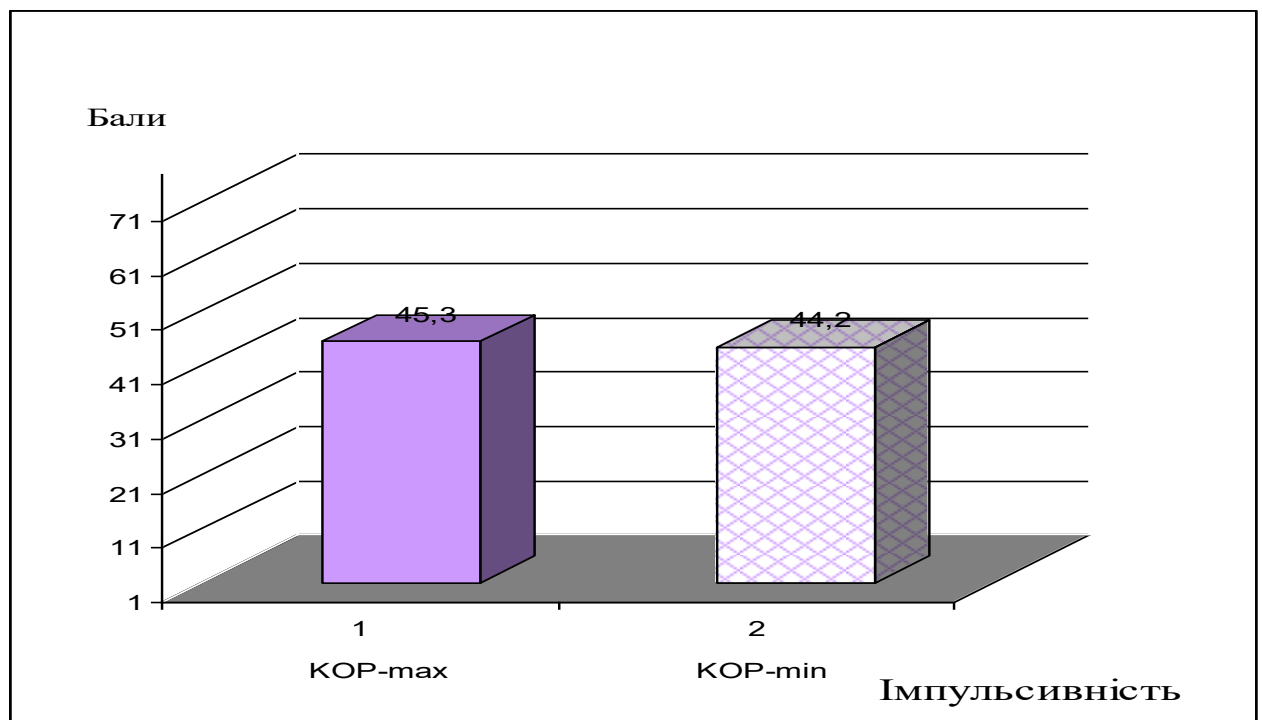
*Рис. 3. 7. Кореляційні зв'язки між показниками схильності до ризику та рефлексивністю*

*Примітка.* ——— — прямий (додатній) зв'язок на рівні значущості 0,01;  
 ..... — обернений (від'ємний) зв'язок на рівні значущості 0,01

Із рис. 3.7 видно, що у спортсменів-підводників спостерігається прямий (додатній) кореляційний зв'язок між показником рефлексивності на 1% рівні та показниками схильності до ризику ККР (когнітивним компонентом) та КрКр (контрольно-регулятивним компонентом). Від'ємний кореляційний зв'язок зафіксовано між показниками рефлексивності та ЕКР (емоційний компонентом), ДКР (дійовим компонентом) та КОР (компаративною оцінкою схильності до ризику). Значимі кореляційні зв'язки між показниками

схильності до ризику та рефлексивністю спортсменів-підводників відображають процес критичного осмислення ними змагальної та тренувальної діяльності, вміння виділяти, аналізувати і співвідносити з предметною ситуацією власні дії. Рефлексія здійснюється в результаті самоаналізу своїх можливостей і досягнень, своїх успіхів чи невдач у спортивній діяльності. У процесі рефлексії відбувається накопичення досвіду, який дозволяє спортсмену-підводнику чітко усвідомлювати ступінь відповідальності за власні дії та прийняті рішення, що відповідно і позначається на зниженні показників схильності до ризику.

Наступний крок даного етапу дослідження передбачав з'ясування рівня імпульсивності у спортсменів із високою та низькою схильністю до ризику (рис.3.8).



*Рис. 3.8. Особливості сформованості імпульсивності у спортсменів із різним ступенем схильності до ризику*

Із результатів, поданих на рис. 3.8, видно, що спортсмени із різним ступенем схильності до ризику не мають істотних розбіжностей у сформованості імпульсивності. Середній рівень імпульсивності, який зафіксовано у спортсменів-підводників обох груп свідчить про те, що вони

продумують деталі тренувальної та змагальної діяльності, схильні до осмислення своїх дій, мотивів, вчинків, замислюються над тим, які думки і відчуття викликають в товаришів по команді їх слова та вчинки.

Значимих кореляційних зв'язків між показниками схильності до ризику і рівнем сформованості імпульсивності за результатами обох груп досліджуваних не виявлено.

### **3.4. Емпіричне дослідження ризикованої поведінки спортсменів-підводників в умовах штучно змодельованої спортивної діяльності**

Ризикована поведінка як психологічний конструкт містить у собі переживання спонуки до мети, впевненість-сумніви в її досягненні і переживання, пов'язані із оцінкою результатів.

Вивчення ризикованої поведінки повинно враховувати специфічні умови спортивної діяльності. Так, наприклад, в легкій атлетиці та в інших циклічних видах спорту окремі змагальні дії презентують собою значущість, позаяк кінцевий результат змагальної боротьби залежить від результату однієї спроби. Центр вагомості ризикованої поведінки тут припадає на формування мобілізаційної готовності до кожної окремої дії. В таких видах спорту як дайвінг, єдиноборства (боротьба, фехтування, бокс та ін.) кінцевий результат залежить від цілого ряду взаємопов'язаних етапних дій і в даному випадку особливий інтерес репрезентує вивчення ризикованої поведінки у формуванні тактичного стилю змагальної діяльності.

Спортсмен-підводник вирішує завдання надскладні, виконує високі розрядні нормативи, встановлює рекорди різного масштабу в умовах гострої боротьби із іншими спортсменами, а отже в його свідомості постійно відображується дефіцит корисної інформації стосовно досягнення успіху. Суб'єктивною формою цього відображення є як правило емоції невпевненості в успіху. В основу роботи покладено гіпотетичне припущення, що ці переживання, якщо вони не досягли критичного рівня (нижче якого виникають різні форми «відмови» від дії») відіграють позитивну роль в

діяльності, стимулюють цілеспрямовану активність спортсмена, поряд із емоціями впевненості.

Формування мети, як відомо, є одним із провідних процесів психічної регуляції ризикованої поведінки. Вивчення цілепокладання в умовах впливу екстремальних факторів (підвищеної суб'єктивної значущості, особливою складністю завдань, соціальної оцінки результатів) має особливе значення для пізнання закономірностей формування готовності до ризикованої поведінки.

Оскільки спортивна діяльність підводника відбувається в зміненому середовищі у дослідника немає можливості організувати природні експерименти для вивчення ризикованої поведінки. Саме тому нами використано підхід О.В.Дашкевича, який полягає в конструюванні завдань моделюючих поведінку в умовах ризику. Перелік (зміст) завдань подано у додатку А.

Відповідно до зробленого апріорного припущення предметний зміст мети тісно пов'язаний із спонукаючими емоційними переживаннями та з переживаннями впевненості-сумніву. Насамперед слід звернути увагу на факт виникнення у переважної більшості досліджуваних перспективної мети. Найбільший відсоток (69%) підводників окреслювали в якості перспективної мети досягнення успіху у вирішенні задачі № 6, що перевищує соціальну норму складності на один шабель. Досліджувані відмічали, що вибір перспективної мети робився ними усвідомлено з врахуванням відомостей про задачу – соціальної норми складності, отриманої із інструкції (нагадаємо, що в інструкції вказувалося, що спортсмени, котрі мають гарні швидкісні якості, добиваються успіху до п'ятої задачі включно. Інші завдання в якості перспективної мети виступали достовірно рідше. У групах із максимальною та мінімальною схильністю до ризику більшість досліджуваних приступали до першої спроби на завданнях від №1 до №5, тобто на відрізку шкали складності, що санкціонується реалізацією соціальної норми.



Загальна динаміка цілеутворення у спортсменів мала свої особливості залежно від результатів попередніх дій, складності задач і схильності до ризику. За умови успішної результативності («успіх-1») всі досліджувані обирали більш складні задачі (підвищення рівня домагань), а при неуспішних спробах – у спробах повторного рішення і подальшому виборі більш легкі завдання (зниження рівня домагань). Залежно від обставин і насамперед, від результативності попередніх дій, досліджувані або робили по одній спробі на кожній задачі, або пропускали окремі спроби, або здійснювали повторні спроби на завданнях певного рівня складності.

Динаміка «цілепокладання» в ситуації «успіх-1» у спортсменів із різним ступенем схильності до ризику не мала істотних розбіжностей. Досліджувані, зазвичай, не робили повторних спроб. Частина досліджуваних (18,2%) пропускали окремі спроби, проявляючи «рішучість» у власному наближенні до реалізації перспективної мети.

В ситуації «неуспіху»  $\frac{3}{4}$  спортсменів-підводників проявляли виразну наполегливість. Вони робили повторні спроби, здійснюючи їх на кожній із задач по два, три, а іноді і більш раз. Кількість етапних дій значно зростало, досягаючи на всю ситуацію «неуспіху» (на задач №6, №7, №8) у 68, 3% досліджуваних від шести до одинадцяти спроб. Шоста частина досліджуваних (17,5%) здійснювали ще більшу кількість спроб, проявляючи виражену ригідність якості наполегливість. Майже подібна кількість випробуваних (15,3%) проявляла виразну нестійкість до фактору неуспіху. Після першої ж невдачі вони, зазвичай знижували домагання. Важливо відмітити, що за критерієм «наполегливість», який вимірювався кількістю здійснених спроб при «невдачі», досліджувані із низькою схильністю до ризику розподілилися по кривій, що найбільш близька до гаусовського типу.

У спортсменів як із максимальною схильністю до ризику, так із мінімальною чітко простежується тенденція до різкого зростання кількості повторних спроб при «невдачах». Структура діяльності змінюється в бік розгортання етапних дій (наполегливість). За кількістю спроб на всю

ситуацію «невдач» спортсмени поділилися на три підгрупи: 1) із середньою виразністю якості «наполегливість» (54,5%), 2) із ригідністю цієї якості (26,4%), кількість спроб в якій коливалася від 13 до 21 та 2) із слабкою наполегливістю (20,4%), що робили від 1 до 5 спроб.

Цілепокладання спортсменів із максимальною та мінімальною схильністю до ризику мало істотну різницю і виразну специфіку. Більшість підводників із мінімальною схильністю до ризику при невдачах різко знижували рівень складності задач. Кількість повторних спроб була значно меншою, ніж в групі спортсменів із максимальною схильністю до ризику. Дві третини підводників (66,7%) за всю ситуацію «невдачі» здійснювали лише від 1 до 7 спроб. Лише п'ята частина (21,4%) представників цієї групи проявляли досить виразну наполегливість, незначна частина (13,3%) виявила ригідність цілепокладання, здійснюючи по 16 спроб і більше.

Вказані факти свідчать про те, що у спортсменів, котрим властива максимальна схильність до ризику сформовані стійкі домагання щодо утримання досягнутого результату соціально-мотивованої діяльності. Це має прояв у виразності якості наполегливості в ситуації неуспішних дій.

Самостійний інтерес для вивчення ризикованої поведінки мають орієнтовно-дослідницькі дії і операції. Спостереження і опитування досліджуваних після проведення (МР-1) показали, що при спробах вирішення більш складних задач-ситуацій успішної діяльності і при повторних спробах в ситуації «невдачі» зростає кількість орієнтовних дій та операцій. Саме на цих завданнях виникали досить виразні, проте ще не максимальні, при яких відбувається відмова від спроб, переживання невпевненості.

Аналіз складу орієнтовних операцій показав, що домінуюче місце у підводників із максимальним та мінімальним рівнем схильності до ризику займають «ключові» операції, пов'язані із пристосуванням провідного виконавського органа. Втім питома вага внутрішніх операцій, що адресовані до функцій рецепторних органів є істотно вищою у спортсменів із мінімальною схильністю до ризику.

Виявлено, що спортсмени-підводники, котрі демонструють високі та стабільні результати виявляють високу готовність до ризикованої поведінки в умовах змагальної діяльності і в умовах лабораторного експерименту (MP-1, MP-2), характеризуються не максимальною але оптимальною виразністю впевненості. Аналогічні дані нами були отримані при дослідженні цілепокладання та переживань впевненості у висококваліфікованих дайверів. Дефіцит впевненості, що виникав під впливом складної задачі, сприяв мобілізації спортсменів на її виконання. Дайвери, котрі пасували перед труднощами, як правило демонстрували низькі результати, не дивлячись на значну впевненість у досягненні запланованого результату.

Отримані дані засвідчують, що дефіцит корисної та необхідної інформації у випадку його оптимальної виразності має стимулюючий вплив на готовність до ризику.

Об'єктивно-психологічні прояви діяльності, пов'язані із ризикованою поведінкою, і самозвіти досліджуваних свідчили про виникнення трьох видів емоційних переживань:

1) спонукаючі емоційні переживання, пов'язані із досягненням мети. Вони зв'язані із предметним змістом мотивів діяльності і, насамперед, її домінуючого мотиву. З врахуванням цього змісту і мети етапної дії переживання, що спонукали конкретизувалися, включалися в механізм випереджаючого відображення очікуваного результату. Вони актуалізувалися на підготовчому етапі дії, мали ідеомоторний характер, і проявлялися в прагненні спортсменом-підводником досягти успішної реалізації етапної і перспективної мети. Наявність переживань-спонук було необхідною передумовою для виникнення інших емоційних переживань, що беруть участь в ризикованій поведінці.

2) емоційні переживання впевненості-сумніву. Пов'язані із предметним змістом завдання дії, що відображають її складність, імовірність досягти успіху. Вони виникали при конкретизації мети з врахуванням об'єктивних умов і суб'єктивних можливостей її досягнення, тобто при формуванні задачі

дії. Необхідною передумовою їх виникнення є наявність спонук-емоцій. Переживання впевненості-сумнівів обумовлювали рівень спонук. Активно брали участь у формуванні готовності до досягнення мети. Вираженість емоцій впевненості-сумнівів передбачала (зі сторони очікувань) ступінь розузгодженості в механізмі порівняння очікуваного і досягнутого результату зі всіма витікаючими звідси наслідками для емоцій оцінки результатів, динамічні характеристики яких, згідно концепції Анохіна, визначаються величиною розбіжності.

3) емоційні переживання оцінки результатів дії, пов'язані із предметним змістом результату, оцінкою його успішності або неуспішності. Вони виникали при співставленні прогнозу і досягненні конкретної дії залежно від ступеня узгодженості-розузгодженості і від фактору значущості успішного досягнення мети.

Варто детально зупинитися на аналізі емпіричного матеріалу, що стосується різних емоційних переживань, їх ролі в ризикованій поведінці. Динаміка переживань спонук характеризувалася посиленням їх виразності по мірі зростання складності етапних цілей. Більшість досліджуваних (67%) вказували, що при спробах вирішити завдання №5 та №6 в ситуації «успіху-1» прагнення досягти успіху було більш інтенсивним.

Особливо інтерес представляє виразність емоцій спонук в ситуації «неуспіху». Більшість досліджуваних, що проявили наполегливість при «неуспіху», вказували, що повторні спроби виникали в них переважно під впливом спонукаючого емоційного переживання, що пов'язане із перспективною метою. Воно відрізняється значною активністю, не дивлячись на неуспіх. Оцінка впевненості в цьому випадку була, зазвичай, адекватна результативності етапних дій. В подібних випадках після певної кількості повторних неуспішних спроб, досліджувані знижували рівень мети, ніби прагнучи зберегти достатньою виразність спонукаючих емоцій.

В самозвітах після виконання завдання вони розповідали, що відступ є для них своєрідним тактичним маневром в результаті якого вони сподівалися

досягти успіху на більш легкій задачі, задля того, щоб знову діяти в напрямі перспективної мети.

В 43% досліджуваних, насамперед в тих, в мотивації яких домінували особисто-престижні мотиви, в ситуації етапного «неуспіху» спонукаюча емоція приймала своєрідний відтінок яскраво виразної «спортивної злості», вона супроводжувалася надмірною наполегливістю в досягненні успіху (ригідним повторенням спроб). Переживання «спортивної злості» своєрідно поєднувалося із ригідністю високих суб'єктивних самооцінок впевненості і, одночасно, з зниженням рівня активності.

В ряді випадків спостерігалася діаметрально протилежна картина. Спонукаючі емоційні переживання містили в собі антиципацію невдачі в досягненні перспективної мети (домінування емоцій від'ємної модальності). Це особливо різко проявлялося в ситуації «неуспіху». Факт етапного неуспіху викликав послаблення спонукаючих емоційних переживань, одночасно зростало посилення невпевненості. В цьому випадку випробувані швидко знижували рівень складності мети, не проявляли стійкої наполегливості і досить часто пропускали завдання, обираючи більш легкі.

Істотна особливість виразності спонукаючих емоційних переживань залежно від змісту домінуючого мотиву була виявлена при порівняльному аналізі самооцінок складності завдань та готовності до їх виконання.

Показник самооцінки готовності, як показують наші дані, добре відображає рівень спонук (він не співпадає з такими показниками як самооцінка «напруженості», «хвилювання» та ін.) хоча і має певну загальну з ними тенденцію.

Вище було відмічено, що спортсмени із особисто-престижною мотивацією на відміну від випробуваних із домінуванням спортивно-ділових мотивів схильні переоцінювати складність завдань у зв'язку із особливою значущістю для них соціальної оцінки результатів на котру вони переважно і орієнтуються. Для них неуспіх на легкій задачі є ще більш значущим (в негативному контексті), ніж невдача на складній задачі.

Саме тому, ступінь виразності спонукаючих емоційних переживань є або завищеною (на завданнях об'єктивно оцінюваних як легкі), або явно заниженою (переважно на завданнях середньої складності і складних завданнях). Процес завищення або зниження рівня спонук пов'язана на наш погляд із особливостями неадекватної самооцінки: при завищеній впевненості висока суб'єктивна складність завдань зумовлювала інтенсифікацію спонукаючого емоційного переживання, при заниженій впевненості – до його послаблення, оскільки складна задача здавалася химерною.

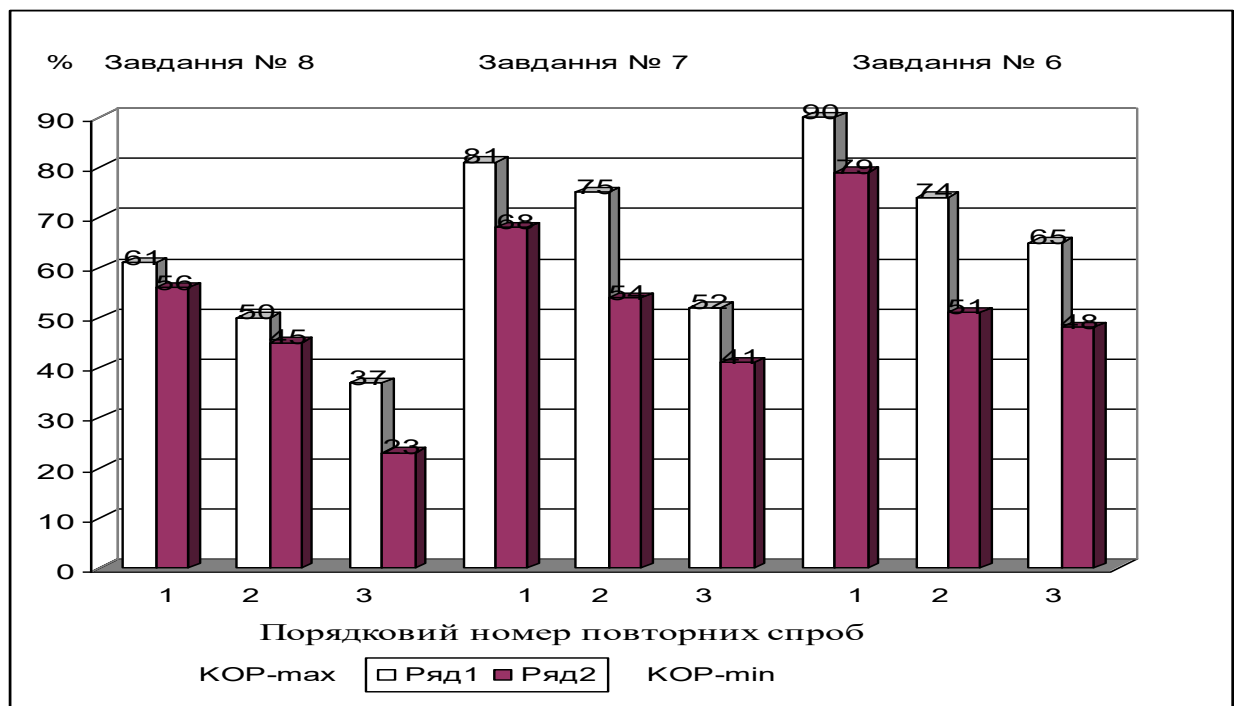
Завищена самооцінка, має прояв надто високої виразності спонукаючих емоцій на легких завданнях, завданнях середньої складності, а занижена – в наднизькій виразності цих емоцій на складних і середній за складністю завданнях. Переживання впевненості-сумнівів займають центральне місце в системі ланцюгів механізму емоційної регуляції ризикованої поведінки, позаяк пов'язані із спонукаючими емоціями і з емоціями оцінки результатів дій. При дослідженні впевненості-сумнівів нами використовувався прийом формалізації суб'єктивних оцінок цих переживань, шкалування ступеня їх виразності. З цією метою розраховувалася впевненість в успіху на завданнях різної складності, в ситуації «успіху» і «неуспіху» у спортсменів із різною схильністю до ризику. Емоційні переживання впевненості-сумнівів є істотно залежними від досвіду результативності попередніх дій, ступеня складності завдання, індивідуально-психологічних особливостей досліджуваних. Останні, зокрема, визначали ступінь репрезентованості соціальних спонук і критеріїв оцінки змісту суб'єктивних мотивів і цілей.

Найбільш істотна залежність переживань впевненості-сумнівів від складності завдання і результативності (в сенсі адекватності емоційного відображення фактора об'єктивної складності завдання і досвіду досягнень) зафіксована в групі спортсменів-підводників із максимальною схильністю до ризику. У досліджуваних із мінімальним індексом схильності до ризику із підвищенням складності завдання поступово зменшується впевненість в

успіху перед спробою. Відсоток впевненості в успіху зменшується від 6-ого до 8-ого завдання в середньому на 8,5% при кожному підвищенні рівня мети і впевненість знижується наступним чином від  $85 \pm 2,4$  на завданні №3 до  $59,5 \pm 1,8$  на завданні №8 (розбіжності достовірні при  $p \leq 0,001$ ). Середній відсоток «впевненості» в ситуації «успіх-1» (від 6 до 8 завдань) склав  $66,2 \pm 2,7$ . Виключення із загальної тенденції зсуву впевненості була задача №5 (пов'язана із соціальною нормою складності, де впевненість зростає).

В ситуації «невдачі» при зниженні рівня домагань перед першими спробами їх вирішення впевненість в успіху зростала ( $62 \pm 2,5$  на завданні №8,  $82,3 \pm 3,2$  на завданні №7 та  $89,1 \pm 2,5$  на завданні №6). Варто підкреслити, що остання спроба в ситуації «неуспіху» виконувалася при впевненості, яка наближається до 50%. Це свідчить про те, що зміна цілепокладання відбувається при певній виразності переживань впевненості.

Подібну тенденцію добре ілюструє рис. 3.9., де подано графічну картину зміни впевненості перед кожною із трьох повторних спроб у досліджуваних із різним ступенем схильності до ризику в ситуації «неуспіх».



*Рис. 3.9. Впевненість в успіху перед повторними спробами вирішення завдання різної складності в ситуації «неуспіх» (%) в спортсменів із різної схильністю до ризику*

Із рис. 3,9 видно, що від спроби до спроби впевненість в успіху знижується як у спортсменів із КОР max, так і у спортсменів із КОР-Min. Втім, в останніх негативна динаміка представлена значно сильніше. Це дозволяє стверджувати, що спортсмени із КОР max, досить диференційовано та адекватно оцінюють свою впевненість у відповідності із об'єктивною складністю завдання, маючи можливість довільно обирати завдання для спроб. Ці дані співпадають із спостереженнями, отриманими при вивченні впевненості в змагальній діяльності спортсменів. Було б похибкою вважати, що спортсмени при цьому вираховують свою впевненість в цифрах, для нього вона виступає як цілісний стан певного рівня готовності до ризикованих дій, що він здатний формалізувати, якщо в цьому є необхідність.

Як відомо із опису процедури дослідження методики МР-1, самозвіт щодо впевненості досліджуваних збирався на кожній із спроб двічі: до виконання операції та після неї (безпосередньо перед оцінкою результату). Порівняння середніх величин впевненості до і після реалізації виконавської операції показало, що зміна впевненості відбувалася у відповідності до ситуації результативності. Так, в ситуації «успіху» впевненість досліджуваних після здійснення виконавської операції зростала, при невдачі знижувалася. Цей емпіричний факт цікавий в тому сенсі, що він вказує на активну включеність в емоційну регуляцію ризикованої поведінки процесів запам'ятовування, узагальнюючих емоційних досвід результативності дій і має вплив на формування емоційних переживань в структурі конкретних дій.

Аналіз всієї сукупності поданих у підрозділі даних дозволяє виділити ряд якісно своєрідних зон виразності емоційних переживань впевненості-сумнівів, що залежно від знаку емоцій результативності впливають на напрямок змін рівня мети в бік її підвищення або зниження, а також на ефективність досягнення результату.

Зони 100-84% та 33-0% впевненості є найменш привабливими для цілеутворення, позаяк в першому випадку завдання розцінюється як виключно легке, а у другому, як недоступне. Це, імовірно, особливо



справедливо для низької впевненості, через те, що висока впевненість досить часто супроводжується репродуктивними актами діяльності, які не вимагають мобілізації творчих та фізичних сил спортсмена.

В зоні 85-67% впевненості поступово розгортається цілепокладальна активність дій, пов'язана із позитивною оцінкою можливості досягнення результату, спостерігається неухильне зростання рівня мети після успішної результативності дій, виразна наполегливість (повторні спроби) при невдачах. Рівень готовності і результативності дій поступово наростає. З впевненістю в 67% оцінюється реальний рівень досягнення у відповідальних спортивних змаганнях, формується максимальна готовність і досягається найвищий результат. Здійснюючи вільний вибір завдань різної складності, спортсмен орієнтується на впевненість в 67%, оскільки саме вона сприяє найвищій мобілізації здібностей, формуванню готовності до ризикованих дій.

Зона 66-50% впевненості характеризується спадом цілепокладальної активності, зменшенням тенденції до підвищення рівня мети після успіху, зниженням наполегливості при неуспіху, послабленням готовності і результативності дій. При 50% впевненості після неуспіху в попередній вправі рівень домагань знижується.

Зона 49-32% впевненості заповнена, насамперед, діями, що розгортаються в загальній ситуації успіху, спрямованими на вирішення надскладних завдань. Успіх в даному випадку не приводить безпосередньо до підвищення рівня мети, спостерігається повторні спроби. У випадку неуспіху рівень мети одразу ж знижується. З впевненістю у 32% оцінюється ідеальна етапна мета на відповідальних змаганнях, яку спортсмени вважають можливим досягти. Рівень готовності виконавських функцій і результативності в даній зоні впевненості опиняється більш зниженим.

Аналіз кореляційних зв'язків показників особистісних опитувальників дозволив виявити особистісні передумови впевненості. До них належать такі властивості спортивного характеру, як виразна «здатність до саморегуляції», знижена «чутливість до змагальних стресорів», «внутрішня орієнтація» уваги

в умовах змагань на досягнення готовності до ризикованих дій. Впевненість в досягненні перспективних цілей пов'язана із здатністю до тверезої, реалістичної оцінки ситуації, з вмінням приймати рішення і вести справу на практичній основі, із відповідальністю. На оптимістичну оцінку перспективних цілей позитивно впливають також знижена чутливість до стресорів змагальної ситуації.

Співставлення середніх показників емоційної оцінки впевненості в успіху у спортсменів із різним індексом схильності до ризику дозволило виявити, що для спортсменів-підводників із КОР-тах характерна оптимальна виразність впевненості (68%), що свідчить про активне цілепокладання, високу готовність та результативність. Емоції впевненості-сумнівів характеризувалися високою репрезентованістю переживань позитивної (додатної) модальності як на легких, так і на складних завданнях. У зв'язку із цим стає зрозумілим, чому емоції оцінки результатів також мали більш або менш однакову виразність на завданнях різної складності.

Якісно інший рівень розвитку переживання впевненості-сумнівів спостерігається у спортсменів із мінімальним індексом композитної оцінки схильності до ризику. Самооцінка впевненості у спортсменів із мінімальною схильністю до ризику КОР-min (58%) є значно меншою і вказує на відносно нижчу готовність до дій в екстремальних умовах. Адекватність відображення складності завдання, розумна обережність при виборі і спробах вирішення складних завдань вказує на сформованість механізму регуляції ризикованих дій.

В механізм емоційної регуляції ризикованих дій, поряд із емоційними переживаннями спонуками до мети та емоціями впевненості-сумнівів, залучені якісно своєрідні переживання оцінки результатів. Як показують результати проведених емпіричних досліджень, вони мають позитивну (при успіху) і негативну (при неуспіху) модальність, виконують «санкціонуючу» функцію, є важливим джерелом формування спонукальних емоцій і емоцій

впевненості-сумнівів, активно залучають процеси пам'яті в механізм емоційної регуляції ризикованої поведінки.

Переживання оцінки результатів, пов'язані із предметним змістом результатів дій. Опитування досліджуваних, що було проведене після експерименту, показало, що позитивні переживання успіху кваліфікувалися випробуваними як суб'єктивний стан радості і задоволення, негативні переживання невдачі – як розчарування, неприємне відчуття. Ці переживання знайшли своє експліцитне відображення в міміці і пантоміміці, в викликах та окремих вербальних оцінках.

Було виявлено, що переживання оцінки результатів, завдячуючи предметному зв'язку із результатом дій, узагальнюють емоційний досвід різних сфер життєдіяльності спортсмена. Отримані дані дозволяють стверджувати, що емоції оцінки результатів збагачені новим предметним змістом стають активним елементом механізму регуляції ризикованої поведінки підводника. Виникаючи як суб'єктивний результат діяльності вони по каналах зворотного зв'язку впливають на переживання впевненості-сумніву.

Узагальнення результатів цього етапу дослідження дозволило зробити низку висновків:

- переживання виконують функцію регулятора та стабілізатора динамічних процесів у відповідності із предметним змістом діяльності. В цьому сенсі можна говорити про компоненти механізму емоційної регуляції ризикованої поведінки, як системи емоційних настанов – цільових та результативних, що підпорядковані мотиваційній настанові;

- емоції впевненості-сумнівів пов'язані із предметним змістом мети, умовами і засобами здійснення ризикованої дії. Вони сприяють конкретизації мети, перетворюють її в завдання ризикованої дії. Функція емоцій цього типу: актуалізація орієнтовно-дослідницьких дій і операцій. Формування завдання та стану готовності до її виконання.

- на підставі емпіричних даних виділено «зони» впевненості із характерними для них особливостями цілепокладання та рівнем готовності. Показано, зокрема, що наявність оптимуму впевненості 67% при якому процеси емоційної регуляції забезпечують найвищу мобілізаційну готовність до ризикованих дій і досягнення найбільш ефективних спортивних результатів. Встановлено, що в умовах ймовірного прогнозу успішного вирішення завдань, високої об'єктивної складності останніх, досліджувані орієнтуються на даний рівень впевненості, обираючи на підставі його врахування завдання певної складності. Емоції оцінки результатів виникають на етапі досягнення результату дії, співставлення рівня досягнень із очікуваннями, що зафіксовані в завданні дії та емоціях впевненості-сумнівах. Цей вид емоцій пов'язаний, насамперед, із предметним змістом результатів, втім в його зміст включені параметри очікуваного результату;

- емоції оцінки результату виконують функцію «санкціонування» (включення або виключення механізмів реалізації ризикованих дій) з врахуванням перспективної мети та рівня досягнень. Вони корегують емоції впевненості-сумніви та спонуки до мети, готуючи механізм емоційної регуляції до нового рівня функціонування;

- співставлення середніх показників емоційної оцінки впевненості в успіху у спортсменів із різним індексом схильності до ризику дозволило виявити, що для спортсменів-підводників із КОР-тах характерна оптимальна виразність впевненості (68%), що свідчить про активне цілепокладання, високу готовність та результативність.;

- самооцінка впевненості у спортсменів із мінімальною схильністю до ризику КОР-min (58%) є значно меншою і вказує на відносно нижчу готовність до дій в екстремальних умовах. Адекватність відображення складності завдання, розумна обережність при виборі і спробах вирішення складних завдань вказує на сформованість механізму регуляції ризикованих дій.

### **3.5. Співвідношення показників схильності до ризику з якісно своєрідними смислоутворюючими мотивами спортсменів-підводників**

Для психологічного аналізу ризику стрижневе значення набувають внутрішні джерела невизначеності. Якщо структуру діяльності подати як чотирьох компоненту модель, то до внутрішніх джерел належать: когнітивний – зміст відображення в суб'єктивному образі окремих властивостей і характеристик реальності, властивості цілісних об'єктів або явищ, а також їх зв'язки та відношення; зміст суб'єктивного досвіду, наприклад відсутність необхідних для прогнозування ситуації знань, умінь і навичок; мотиваційний компонент – смислоутворюючі мотиви, мета окремих дій і операцій; операційний компонент – плани, стратегія і тактика. Виявлення внутрішніх джерел невизначеності дозволяє зрозуміти, як у спортсменів-підводників формуються уявлення стосовно ситуації, стосовно майбутнього результату, що заважає їм діяти і отримувати найвищі показники, що утворює ситуацію ризику. Полімотивованість діяльності передбачає наявність як домінуючих, так і підпорядкованих мотивів. Ними, зокрема можуть бути мотиви особистісного самоствердження. Дійсно спортсмен стверджує себе, свою особистість в спортивній діяльності. Це самоствердження доволі часто здійснюється за участі соціальної оцінки результатів діяльності. Ця оцінка стає додатковим мотивом-стимулом діяльності. При низькому рівні розвитку ділової мотивації домінуюче положення може зайняти мотив особистісного самоствердження.

З метою виявлення співвідношення показників схильності до ризику з якісно своєрідними смислоутворюючими мотивами спортсменів-підводників було проведено їх обстеження в природних умовах тренувань та змагань протягом двох років.

Відповідно до нашого гіпотетичного припущення, провідним об'єктивним показником діяльності, що відображає основний зміст домінуючого мотиву є результативність в умовах змагальної ситуації різного ступеня екстремальності. Показники ставлення спортсменів до справи, до

людей, до самих себе повинні були уточнити уявлення стосовно змістових предметних характеристик мотивації досліджуваних кожної із груп, отриманих при аналізі результативності. Вони, окрім того, виконували контролюючу функцію для перевірки вірності гіпотези стосовно зв'язків показників результативності із мотиваційною сферою особистості спортсменів.

За параметром результативності спортсмени-підводники були поділені на три групи: 1) стабільно-ефективні; 2) нестабільно-ефективні; 3) стабільно-неефективні. Емпірично виявлено, що у спортсменів першої групи зафіксовано низькі показники схильності до ризику та явну виразність спортивно-ділової мотивації (табл. 3.8).

Таблиця 3.8

Результативність спортсменів-підводників із різною домінуючою мотивацією в змагальній діяльності із різною екстремальністю (%)

Групи випробуваних		Спортивно-ділова мотивація	Особисто-престижна мотивація		Достовірність розбіжності		
			Стабільно-ефективна результативність	Стабільно-неефективна	Нестабільно-ефективна	1-2	1-3
Показники							
Екстремальні ситуації	Швидкість	64	19	42	0,01	0,01	0,02
	Техніка	21	20	47	0,05	0,01	0,05
	Витривалість	15	61	11	0,01	0,01	0,05
Не екстремальні ситуації	Швидкість	75	42	47	0,05	0,01	0,01
	Техніка	14	20	36	0,02	0,05	0,05
	Витривалість	11	38	17	0,05	0,05	0,01

Для спортсменів другої та третьої груп властиві високі показники схильності до ризику та домінування особисто-престижного мотиву в структурі мотиваційної сфери. Кожна із груп відрізнялась одна від одної своєрідністю емоційного досвіду та специфікою схильності до ризикованої поведінки. Важливою об'єктивно-психологічною характеристикою

спортсменів-підводників із спортивно-діловою спрямованістю була стабільно-ефективна результативність змагальної діяльності, в тому числі і в екстремальних умовах. Виявлено, що результативність змагальної діяльності у спортсменів-підводників першої групи складається із швидкості подолання дистанції (64% в екстремальних та 75% в не екстремальних умовах), техніки виконання (21% та 14%) та витривалості (15% та 11%). Розбіжності із іншими групами за наведеними показниками статистично достовірні (табл.3.8). Для стабільно-ефективних спортсменів-підводників характерним є невисокі показники схильності до ризику ЕКР ( $13,2 \pm 2,4$ ), ККР ( $15,3 \pm 3,1$ ), ДКР ( $12,3 \pm 1,2$ ), КрКР ( $17,4 \pm 2,6$ ) та КОР ( $14,8 \pm 1,7$ ). Аналіз результативності дій стабільно-ефективних спортсменів-підводників свідчить, що вони проявляють низьку схильність до ризику в екстремальних умовах. Досягнення високих та стійких результатів в змагальній діяльності свідчить про адекватність мотивів даних спортсменів об'єктивним вимогам підводного плавання.

Матеріали довготривалих спостережень за спортсменами цієї групи в умовах тренувальної діяльності та змагальних виступів показує, що предметний зміст домінуючих мотивів стабільно-ефективних спортсменів-підводників характеризується виразною спрямованістю на об'єктивно обумовлені цілі та завдання. Це має прояв у ставленні до тренувальної роботи, а також в сфері спілкування з тренером та товаришами по команді.

Спостереження за спортсменами групою експертів показало, що в процесі змагальної діяльності підводники цієї групи проявляють високу мобілізаційну готовність на тривалих відрізках часу. Вони максимально реалізують свої можливості як у випадку ситуації, що успішно складається, так і при поетапних невдачах власних дій. В тренувальній роботі ці спортсмени беруть участь із повною віддачею, наполегливістю, ініціативою. Вони виконують великі обсяги тренувальних навантажень, проявляють активність в творчому плануванні спортивної майстерності, ґрунтуючись при цьому на адекватному уявленні про свої можливості, вміють проводити

об'єктивний аналіз власних досягнень і недоліків, прислуховуватися до критичних зауважень, не мають схильності виправдовувати слабкі сторони своєї підготовки.

Виявленні особливості поведінки стабільно-ефективних спортсменів дозволяють розглядати їх діяльність як цілісне структурне утворення. Смыслоутворюючий мотив діяльності несе в собі діловий предметний зміст і адекватну інтенсивність.

Характеристика цілепокладання за результатами застосування методики МР-1 (О.В.Дашкевича) показала, що стабільно-ефективні спортсмени в якості перспективної мети діяльності обирають швидкісне завдання, складність якого помірно перевищує соціальну норму результативності. Перспективна мета спортсменів цієї групи розташувалася на відрізку  $6,5 \pm 0,18$  десятибальної шкали складності. Переважна більшість стабільно-ефективних спортсменів здійснювала спробу вирішити завдання №5, що пов'язане із соціальною нормою як в ситуації «успіх-1», так і в ситуації «успіх-2». Стабільно-ефективні спортсмени виявили найменшу схильність до ризику в ситуації «неуспіх», здійснюючи в середньому 6 спроб. Представлені результати показують, що соціальна норма відображається в свідомості стабільно-ефективних досліджуваних в ролі активного мотивуючого стимулу.

Отримані результати уможливають дійти наступного висновку: спортсмени в мотиваційній сфері котрих домінують ділові мотиви, оцінюють значущі параметри діяльності з найбільшим наближенням до об'єктивної реальності, а отже схильність до ризикованої поведінки у них є мінімальною.

Іншу групу спортсменів із домінуванням особисто-престижних мотивів утворили підводники із неадекватно завищеною самооцінкою. Їх провідною спонукою було прагнення до досягнення позитивних соціальних оцінок, до престижного самоствердження в групі. Слід відмітити, що спрямованість дій, що викликана цією спонукою, вибір засобів для досягнення успіху і критерій оцінки результатів, котрі мають місце у випадку



такого змісту смислоутворення опиняються істотно неузгодженими із намірами команди і завданнями. Прагнучи досягти за будь-яку ціну особистий успіх ці спортсмени з одного боку проявляють неадекватно обставинам схильність до ризику і допускають у зв'язку із цим чималу кількість помилок, а з іншої – відчують приховану тривожність з приводу неспіху і гостро переживають невдачі.

Залежно від ступеня актуалізації мотиву особисто-престижного самоствердження в одних умовах спортсмени не виправдано ризикують (що ідентично неадекватно завищеному рівню домагань), а в інших, більш відповідальних ситуаціях бувають надто обережними. Це, на перший погляд, діаметрально протилежні тенденції дійсно підпорядковані досягненню недостатньо усвідомлюваної ними установки – за будь яку ціну досягнути особистого етапного успіху.

Ці ж особливості простежуються на фактах, отриманих при тривалому спостереженні за спортсменами. Так виявлено, що їм властиве зневажливе ставлення до рутинних тренувальних завдань, невиконання повного обсягу об'єму навантажень. Досить часто спостерігається різке зниження активності у випадку «неуспіху».

Процес цілепокладання у спортсменів цієї групи характеризувався неадекватно завищеною перспективною метою – її рівень в порівнянні із показниками інших груп, був найбільш високим. Суб'єктивна оцінка можливості досягнення успіху у спортсменів із особисто-престижною мотивацією була найбільш високою.

Наступний крок емпіричного аналізу полягав у виявленні рівнів мотивації досягнення та мотивації уникання невдач у спортсменів із різним індексом композитної оцінки схильності до ризику.

Отримані результати мотивів досягнення та мотивів уникнення невдач у спортсменів-підводників (загальна вибірка) продемонстрували такі тенденції (табл.3.9).

Таблиця 3.9

Розподіл рівнів мотивації досягнення та мотивації уникнення невдач у спортсменів (загальна вибірка) (%)

Рівні	Мотивація	
	Досягнення успіху	Уникнення невдач
Низький	5,2	12,9
Середній	30,3	25,8
Високий	20,0	19,4
Завищений	44,5	41,9

Результати, подані у табл. 3.9. засвідчують, що переважна більшість спортсменів має завищений рівень як мотивації на досягнення, так і мотивації на уникання невдачі. Такі показники, відповідно до Закону оптимуму мотивації Йеркса-Додсона будуть негативно впливати на поведінку і тренувальну діяльність. Адже існує залежність ефективності дій від сили мотиву. Мінімальне та максимальне значення мотиву дають однаково малу ефективність діяльності. Оптимум знаходиться у діапазоні середніх значень і визначає найбільш сприятливий рівень для поведінки і діяльності.

У дослідженні було зроблено припущення, що існує значуща різниця у рівнях мотивації на досягнення та мотивації на уникнення невдач між спортсменами із різним індексом композитної оцінки схильності до ризику.

Порівняння мотиваційних особливостей між спортсменами із максимальним і мінімальним ступенем схильності до ризику здійснювалося за такими параметрами:

- 1) порівняння середніх значень двох типів мотивації у спортсменів (КОР max) та спортсменів (КОР min);
- 2) значущість відмінностей мотивації на досягнення і мотивації уникнення невдач між спортсменами (КОР max) та спортсменами (КОР min);

3) порівняння представленості рівнів мотивації досягнення та уникнення невдач.

Порівняльний аналіз середніх величини та значущих відмінностей у мотиваційних особливостях спортсменів подано у табл. 3.10.

Таблиця 3.10

Мотиваційні особливості спортсменів (КОР max) та спортсменів (КОР min)

Мотиви	Групи	Середнє значення (x)	U-тест Манна-Уїтні	t-критерій Стьюдента	Дисперсія
Досягнення	спортсмени (КОР max)	18,42	0,017		3,57
	спортсмени (КОР min)	16,07			24,52
Уникнення невдач	спортсмени (КОР max)	11,04			6,98
	спортсмени (КОР min)	16,02		0,000	19,68

Примітка: оскільки отримані результати з мотивації досягнення у спортсменів із різним індексом композитної оцінки схильності до ризику мали відхилення від нормального розподілу, то значущість відмінностей визначалася за допомогою U-тесту Манна-Уїтні, а значущість відмінностей середніх величин рівнів мотивації уникнення невдачі, які мали нормальний розподіл – за допомогою t-критерію Стьюдента.

Із результатів, поданих в табл. 3, видно, що значення середніх величин з мотиву досягнення у спортсменів (КОР max) дещо вище, ніж у спортсменів (КОР min), відмінність виразності мотиву на досягнення незначуща, втім спостерігається певна тенденція. Значення середніх величин з мотиву уникнення невдач значно вище у спортсменів (КОР min) 16,02 у порівнянні із 11,04, а відмінність у виразності даного мотиву є досить значущою. Отже,

проведене порівняння мотивації на досягнення або уникнення невдач між спортсменами (КОР max) та спортсменами (КОР min) показало, що існують відмінності у їх проявах. А саме спортсменам (КОР min) властивий високий рівень мотивації уникнення невдач, а спортсменам (КОР max) – середній рівень, спортсменам із КОР min та КОР max – середній рівень досягнень, але у спортсменів (КОР min) цей рівень граничить з нижньою межею, а у спортсменів (КОР max) з верхньою. Проаналізувати отримані відмінності можна за допомогою показника дисперсії.

Визначаючи значущість відмінностей середніх величин мотиву досягнення та уникнення невдач між спортсменами (КОР max) та спортсменами (КОР min) звернено увагу на показник дисперсії. У спортсменів (КОР max) цей показник – невисокий (3,57; 6,98) тобто представленість рівнів мотивації на досягнення успіху та мотивації уникнення невдач однорідна. Досить велике значення дисперсії у спортсменів із КОР min (мотив досягнення – 24,52; мотив уникнення невдач – 19,68) вказує на значне розшарування величин.

Здійснений порівняльний аналіз відсоткового співвідношення розподілу за рівнями мотивації досягнення спортсменів (КОР max) та спортсменів (КОР min) подано у табл. 3.11.

Таблиця 3.11

Розподіл спортсменів із різним ступенем схильності до ризику за рівнями мотивації досягнення (%)

Випробувані	Рівень мотивації досягнення (%)			
	Низький	Середній	Високий	Завищений
спортсмени (КОР max)	0	28,7	65,4	5,9
спортсмени (КОР min)	5,2	30,3	20	44,5

З результатів, поданих у табл. 3.11, 3.12 видно, що у спортсменів обох груп зовсім по-різному виражена представленість рівнів мотивації досягнення.

Таблиця 3.12

Розподіл спортсменів із різним ступенем схильності до ризику за рівнями мотивації уникнення невдач (%)

Випробувані	Рівень мотивації досягнення (%)			
	Низький	Середній	Високий	Завищений
спортсмени (КОР max)	68,3	31,7	0	0
спортсмени (КОР min)	10,4	27,8	20,9	40,9

Стає зрозумілим, чому середні значення з мотивації досягнення у студентів із різним індексом композитної оцінки схильності до ризику відрізнялися лише на рівні тенденції, позаяк незначна представленість у студентів «високого рівня» компенсувалася значною представленістю «завищеного». Спортсменам із мінімальним ступенем схильності до ризику властивий дуже високий рівень мотивації уникнення невдач, що безперечно впливає на всю поведінку в тому числі і на ризиковану. Можна прогнозувати, що вони частіше за все уникатимуть ситуацій досягнення, не проявлятимуть ініціативи, будуть підкорятися вимогам ситуації. Іноді йтимуть на необдуманний ризик. Ставитимуть перед собою або надлегкі або надскладні завдання в яких успіх або неуспіх у досягненні не впливатиме на самооцінку.

Порівняємо представленість рівня (завищена або занижена) та виду (адекватна чи неадекватна) самооцінка у спортсменів із різним індексом композитної оцінки схильності до ризику.

Самооцінка виконує регулятивну й захисну функції, впливає на поведінку, діяльність і розвиток особистості спортсмена, на його взаємовідносини з іншими людьми. Аналіз теоретичних та емпіричних даних

з цього питання дає змогу охарактеризувати самооцінку як складне, відносно стійке структурне утворення, що відображує ступінь задоволення чи незадоволення собою, створюючи основу для сприймання власного успіху чи поразки, досягнення цілей певного рівня.

У самооцінці репрезентуються й органічно зливаються два взаємопов'язаних аспекти – операційно-процесуальний та структурний. Їх вивчення націлене, з одного боку, на розкриття шляхів, умов і способів породження, розвитку і функціонування самооцінки а з іншого – на виявлення її особливостей як особистісного утворення, що інтегрує у певні системи знання суб'єкта про себе.

Процес самопізнання людини, в якому формується самооцінка і розвивається здатність до оцінювання загалом, надзвичайно складний. У дослідженнях [1] встановлено, що онтогенез самооцінки пов'язана з формуванням у спортсмена диференційованих і водночас інтегрально-узагальнених знань про себе як внутрішньої умови стійких орієнтацій відносно себе, котрі визначають емоційно-ціннісне ставлення до себе.

Самооцінка функціонує у двох формах – загальній і частковій (парціальній, локальній). Саме на тлі останньої складається інтегративна, загальна самооцінка – цілісне емоційно-ціннісне ставлення до себе, прийняття (самоповага) чи неприйняття (самозневага) себе як особистості. Об'єктом самооцінки можуть бути різні сторони особистості: особливості побудови та перебігу діяльності, її результати, поведінка і взаємини, наявні здібності, інтереси і потреби, особливості характеру, інтелекту тощо. Проте, незалежно від того, що лежить в основі самооцінки особистості – судження людини, інтерпретації суджень інших людей, ідеали тощо, – вона завжди має суб'єктивний характер. У роботі [2] систематизовано основні види самооцінки, що виокремлено за такими ознаками:

- рівень – високий, середній, низький;
- співвідношення з реальною успішністю – адекватна (реальна) і неадекватна (завищена, занижена);

- особливості побудови – конфліктна і неконфліктна;
- тривалість збереження – стійка ригідна, стійка гнучка, нестійка;
- часова належність – прогностична, актуальна, ретроспективна.

Від рівня самооцінки залежить активність спортсмена, його участь у житті команди, прагнення до самореалізації. Оптимальною для розвитку й продуктивної спортивної діяльності особистості є стійка, виважена й водночас достатньо гнучка самооцінка, що може змінюватися під впливом нової інформації, набуття досвіду, оцінок оточуючих тощо. Ригідна (стійка) і нестійка (що сильно коливається) самооцінка справляє негативний вплив на особистість. Самооцінка тісно пов'язана з рівнем домагань людини, складністю й важкістю цілей, яких вона прагне досягти. Відмінності між домаганнями і реальними можливостями людини призводять до неадекватної самооцінки та неадекватної поведінки (емоційні зриви, підвищена тривожність). Самооцінка й пов'язані з нею ціннісні можливості особистості формуються, розвиваються протягом усього життя людини в спілкуванні та індивідуальній діяльності. Визначає самооцінку оцінка оточення результатів діяльності особистості: чим більше досвіду спілкування у людини з іншими, тим більше інформації про себе як особистість вона отримує, тим частіше їй доводиться зіставляти власні судження про себе із думками інших людей, тим швидше й активніше розвивається у неї здатність адекватно сприймати й оцінювати свою поведінку, вчинки та особистісні якості інших людей.

На підставі неадекватно завищеної самооцінки у людини виникає помилкове уявлення про себе, ідеалізований образ своєї особистості, завищена самооцінка уповільнює особистісний розвиток, породжує важко вирішувані внутрішньоособистісні й міжособистісні протиріччя, конфлікти. Самооцінка може бути й заниженою, тобто нижче реальних можливостей особистості. Звичайно, це призводить до невпевненості у собі, надмірної критичності, неможливості реалізувати свої здібності. При адекватній самооцінці суб'єкт чітко уявляє власні можливості, досить критично ставиться до себе, прагне реально дивитися на свої невдачі й успіхи,

намагається ставити перед собою складні, але реальні цілі. Адекватною самооцінкою вважають такі її рівні, як «високий», «вище середнього», а також «середній». Зіставлення отриманих результатів дослідження дало підстави виявити розбіжності в кількості рівнів розвитку самооцінки спортсменів із мінімальним та максимальним показником схильності до ризику (табл. 3.13.).

Таблиця 3.13

Самооцінка спортсменів-підводників із різним ступенем схильності до ризику (у % від кількості обстежуваних)

Рівень самооцінки		Спортсмени-підводники	
		KOP max	KOP min
Неадекватно низький		-	-
Низький		-	8,3 %
Нижче середнього		-	12,5 %
Середній	Адекватний	23,5 %	56,2 %
Вище середнього		29,4 %	16,7 %
Високий		-	6,3
Неадекватно високий		47,1%	-

Із результатів, поданих у табл.3.13, видно, що для більшості (56,2 %) спортсменів-підводників із мінімальним ступенем схильності до ризику властивий «середній» рівень розвитку самооцінки, що загалом відображає їх реалістичне та критичне ставлення до себе. Вони реально оцінюють власну особистість, здатні пережити позитивні почуття стосовно самих себе, можуть прийняти себе такими якими вони є, з позитивними та негативними якостями. Їм притаманна впевненість у собі, у своїх діях, адекватне сприйняття критики, прихильне та доброзичливе ставлення до товаришів по команді. Показовим є й той факт, що у таких спортсменів (KOP min) спостерігаються «низький» та «нижче середнього» рівні розвитку



самооцінки. Їхня незадоволеність собою обумовлена, на наш погляд, або високим рівнем критичності та вимогливості щодо себе, або нереалістично високим рівнем домагань.

За результатами дослідження, переважній більшості спортсменам-підводникам із максимальною схильністю до ризику властивий «вище середнього» (52,9 %) рівень самооцінки. У них спостерігається позитивне ставлення до себе, що має прояв у внутрішній спрямованості особистості, й її самоповазі, адекватному самосприйманні. Вони реально оцінюють власну особистість, здатні переживати позитивні почуття стосовно самих себе, можуть прийняти себе такими, якими вони є, з позитивними і негативними якостями. На нашу думку, психологічна природа їх задоволеності собою ґрунтується насамперед на певних успіхах у спортивній діяльності.

Втім для значної частини спортсменів-підводників із КОР тах також характерний «неадекватно високий» (47,1 %) рівень самооцінки. Їх особливості у сприйманні себе, можливо, зумовлені високим соціальним статусом у колективі, сформованою позицією стосовно себе, а також усвідомленням власного досвіду. Це також може бути інтерпретовано як підвищення активності та впевненості у своїх силах.

У спортсменів (КОР min) із заниженою самооцінкою домінуючий мотив характеризується особисто-престижним змістом, що має прояв в прагненні до уникання негативних соціальних оцінок результативності власних дій. Їм властива стабільно-неефективна результативність. Можна апріорно припустити, що низька результативність, яка має місце в спортивній діяльності, обумовлена низкою об'єктивних чинників (недостатнім вихідним рівнем розвитку фізичних якостей, станом «стартової апатії»), що впливають на формування у спортсменів цієї підгрупи підвищеної тривожності, що формовиявляється у неадекватній оцінці об'єктивної імовірності досягнення успіху і проявляється в прагненні всіма засобами знизити можливість невдачі і пов'язаної з нею негативної соціальної оцінки результативності індивідуальних дій. Поза сумнівом, і це підтверджується рядом

анамнестичних даних, що особливість мотиваційної сфери особистості спортсменів, що розглядається та їх самооцінки викликана також «тепличними» умовами сімейного виховання в ранньому дитинстві: надмірної опіки батьків, відсутністю необхідного досвіду самостійного подолання труднощів в різних сферах діяльності.

Як показує аналіз тренувальної та змагальної діяльності ці спортсмени мають найменшу результативність. Це є об'єктивно-психологічним проявом надмірної чутливості до неуспіху спортсменів, які прагнуть за будь-яку ціну уникнути невдач за рахунок відмови від сміливих та рішучих дій. Для спортсменів даної підгрупи властива тенденція до неадекватної антиципації можливої невдачі, відмова від активного цілепокладання, прагнення уникати негативних соціальних оцінок за рахунок відмови від активних і сміливих дій. Те, що ця особливість різко загострюється в екстремальних умовах, зайвий раз свідчить про участь емоційних механізмів в її проявах.

Тривале спостереження за поведінкою спортсменів даної підгрупи показує, що в них значно послаблена ініціативність та наполегливість в досягненні мети. При виборі засобів тренувальної та змагальної діяльності стабільно-неефективні спортсмени надають перевагу спрощеним шаблонам дій. Разом з тим, вони ретельно страхують себе від можливості допустити значну похибку із безпосереднім неуспішним результатом.

Підводячи підсумок загальної характеристики ризикованої поведінки стабільно-неефективних спортсменів, необхідно відмітити наступне. В процесі змагальної діяльності, особливо в екстремальних умовах вони інтенсивно переживають факти негативної соціальної оцінки, що отримують відповідну оцінку членів спортивного колективу (тренера або товаришів). В них над актуалізовані емоції невпевненості, що закріплюються в емоційній пам'яті у зв'язку з досвідом невдач.

Аналізуючи генезу емоцій, можна припустити, що в даному випадку вони виникають у зв'язку із домінуванням особисто-престижної мотивації і відповідної їй тенденції на уникання особистого неуспіху, котрий отримує

негативне санкціонування зі сторони членів спортивного колективу. Ця мотиваційна тенденція слабо усвідомлена, втім чітко об'єктивована в проявах як спортивної діяльності, так і моделюючої її умови експериментальної ситуації.

Другу підгрупу спортсменів-підводників із домінуванням особисто-престижних мотивів утворили суб'єкти із завищеною самооцінкою. Їх домінуючою спонукою було прагнення до досягнення позитивних соціальних оцінок, до престижного самоствердження у групі. Варто відмітити, що спрямованість дій, що викликана цією спонукою, вибір засобів для досягнення успіху і критерій оцінки результатів, що мають місце при такому змісті сенсоутворення опиняються істотно розузгоджені із намірами команди. Прагнучи досягти за будь-яку ціну особистого успіху, ці спортсмени-підводники із одного боку проявляють неадекватну обставинам схильність до ризику і допускають у зв'язку із цим певні помилки, а з іншого – випробують «приховану» тривожність з приводу можливого неуспіху. Спостереження за тренувальною діяльністю таких спортсменів уможливають розуміння причин їх нестабільно-ефективної результативності. Остання є наслідком дії двох стійких особливостей їх психологічного статусу: 1) неадекватно завищеної самооцінки; 2) неусвідомленої тривожності. Залежно від ступеня актуалізації мотиву особисто-престижного самоствердження і виразності емоцій невпевненості в одних умовах спортсмени не виправдано ризикують (що ідентично неадекватно завищеним домаганням), а в інших, більш відповідальних ситуаціях, бувають надто обережними. Ці, на перший погляд, діаметрально протилежні тенденції в дійсності підпорядковані досягненню недостатньо усвідомленої ними настанови – за будь-яку ціну добитися особистого етапного успіху. Ці ж особливості простежуються на фактах, що отримані при тривалому спостереженні за спортсменами. Було виявлено, що їм властиве недбале ставлення до фонові тренувальної роботи, невиконання повного обсягу навантажень. Вони проявляють неабиякий інтерес до

зовнішньо ефектним технічним елементам на шкоду відпрацюванню менш помітних прийомів, що забезпечують результативність. В колективі ці спортсмени залишаються у відносній ізоляції, проте, на відміну від стабільно-неефективних спортсменів, вони, як правило, стають об'єктом негативних оцінок і критики тренера і товаришів по команді, що пояснюється більш явно неуспішною результативністю.

Неадекватність самооцінки впевненості особливо яскраво простежується при їх співставленні із самооцінками складності завдань. Так, якщо об'єктивна складність завдань, що пропонувалися в процедурі методики МР-2, складає 1 бал для легкої, 5 балів для середньої та 10 балів для складної задачі, то спортсмени із домінуванням особисто-престижних мотивів оцінювали їх складність відповідно на  $8,4 \pm 0,2$ ;  $8,1 \pm 0,4$ ;  $9,6 \pm 0,5$  балів, тоді як спортсмени із домінуванням спортивно-ділової мотивації давали оцінку  $1,4 \pm 0,06$ ;  $5,2 \pm 0,2$ ;  $9,5 \pm 0,2$  бали тобто найбільш адекватно. Факт завищення складності завдань спортсменами в мотиваційній сфері котрих домінують особисто-престижні мотиви (цей феномен виявлено і у випробуваних із заниженою самооцінкою), імовірно можна пояснити високою суб'єктивною значущістю досягнень успіху, як на складних, так і на легких завданнях, оскільки соціальна оцінка має місце не всюди.

Комплексний аналіз результатів дослідження за зазначеними вище опитувальниками свідчить про існування певної відмінності між спортсменами-підводниками із максимальним та мінімальним ступенем схильності до ризику. Встановлено, що спортсмени в мотиваційній сфері котрих домінують ділові мотиви, оцінюють значущі параметри діяльності з найбільшим наближенням до об'єктивної реальності, а отже схильність до ризикованої поведінки у них є мінімальною. Залежно від ступеня актуалізації мотиву особисто-престижного самоствердження в одних умовах спортсмени не виправдано ризикують (що ідентично неадекватно завищеному рівню домагань), а в інших, більш відповідальних ситуаціях бувають надто обережними. Це, на перший погляд, діаметрально протилежні тенденції

дійсно підпорядковані досягненню недостатньо усвідомлюваної ними настанови – за будь яку ціну досягнути особистого етапного успіху.

Отримані дані дозволяють виділити два якісно своєрідних синдрому, що характеризують цільові настанови в екстремальних умовах діяльності:

- 1) «синдром впевненості в успішному досягненні мети» (установка на успіх);
- 2) «синдром тривожного очікування невдачі» в реалізації цільової перспективи (установка на невдачу).

Синдром впевненості характеризується такими основними показниками, що були виявлені при обстеженні за методикою МР-1: виразність переживань впевненості в успіху; високим рівнем початкової та перспективної мети; швидким зростанням рівня мети в ситуації «успіху», наполегливість в ситуації «невдачі», активною незадоволеністю загальним рівнем досягнень в ході всього обстеження і прагнення і впевненість в можливості поліпшити результативність в подальшому.

Важливо підкреслити, що спортсмени із максимальною схильністю до ризику, яким властивий «синдром впевненості» досягли найбільш високих результатів в екстремальних умовах спортивних змагань.

«Синдром тривожного очікування невдачі» має показники протилежні за значенням. Спортсмени із мінімальною схильністю до ризику та установкою на неуспіх в екстремальних змагальних ситуаціях мають більш низьку результативність.

### **ВИСНОВКИ до третього розділу:**

1. На основі аналізу індивідуально-психологічних властивостей спортсменів-підводників в яких максимально виражена схильність до ризику (КОР-тах) побудовано психологічний портрет їх особистості, основними рисами якого є: незалежність, агресивність, домінантність, впертість (E+); соціальна сміливість, авантюризм, спонтанність (H+); практичність, реалістичність, незалежність, відповідальність, твердість, самовдоволеність

(I-). Експериментально доведено, що спортсмени-підводники з мінімальною вираженістю схильністю до ризику характеризуються: залежністю, недостатньою самостійністю, безпорадністю, сензитивністю (I+); проникливістю (N+); консервативністю (Q1-). Крім того, такі спортсмени невпевнені у своїх силах, стримані у прояві своїх відчуттів, мають вузьке коло спілкування (H-). Їм притаманна обережність, покірність, що виявляється в залежності від інших людей, вони потребують підтримки та шукають її у соціальному оточенні, схильні орієнтуватися на групові норми, конформні, скромні, м'які (E-).

2. Проведений факторний аналіз дозволив експлікувати та описати значну кількість факторів, втім, найістотніше факторне навантаження припало на чотирьох факторну модель. Структура індивідуально-психологічних властивостей особистості спортсменів із максимальною насиченістю показника схильності до ризику представлена чотирьох факторною моделлю, що включає такі фактори, як: «схильність до емоційного переживання ризику – імпульсивність», «оцінка і контроль власних «ризикових» переживань – схильність до відчуття провини», «ризикована поведінка – трансситуативна змінюваність», «над ситуативний ризик – проникливість». Структура індивідуально-психологічних властивостей особистості спортсменів із мінімальною вираженістю загального показника схильності до ризику представлена чотирьох факторною моделлю: «схильність до когнітивного переживання ризику – чутливість», «оцінка і контроль власних «ризикових» переживань або дій – напруженість», «м'якість – високий інтелект», «розумний, мотивований ризик – мрійливість».

3. Змістовий аналіз кореляційних зв'язків між індивідуально-психологічними властивостями й показниками схильності до ризику показав, що багатозначні зв'язки кількісно й якісно повніше представлені у спортсменів-підводників із високим ступенем прояву ризикованої поведінки. Так, найбільшу кількість статистично вірогідних інтеркореляційних зв'язків

(0,05) зафіксовано у спортсменів із високим проявом ризикованої поведінки (37), у той же час у спортсменів із низьким ступенем прояву ризикованої поведінки таких зв'язків відмічено лише 29.

4. За допомогою якісного аналізу виділено 4 групи спортсменів-підводників з домінуванням мономодального типу схильності до ризику: ЕКР – група із домінуванням емоційно-ризикованого типу схильності до ризику, ККР – група із домінуванням когнітивного компоненту схильності до ризику, ДКР – група із домінуванням дійового компоненту схильності до ризику КрКр – група із домінуванням та контролью-регулятивного компоненту схильності до ризику. Спортсмени, які увійшли у групу емоційного типу схильності до ризику (ЕКР) характеризуються роздратованістю, емоційною нестійкістю, в них спостерігається низький рівень саморегуляції. Представники даного типу мають низький рівень сором'язливості. Схильні до афективного реагування, не схильні до депресій. Спортсмени, котрі утворили групу когнітивного типу схильності до ризику (ККР) мають мінімальну ступінь неротичності, відсутня спонтанна та реактивна агресивність, їм властива інтроверсія й емоційна стійкість. Спортсмени, котрі належать до дійового типу схильності до ризику проявляють значну потребу у спілкуванні, вони характеризують агресивним ставленням до оточуючих та схильністю у домінуванні. Ці спортсмени емоційно нестійкі, дратівливі. Спортсмени, котрі увійшли до контролью-регулятивної групи схильних до ризику врівноважені, в них відсутня дратівливість, агресивність, невпевненість, їм властиві висока стабільність емоційних станів та грана здатність володіти собою.

5. Встановлено, що локалізація контролю над значущими подіями у спортсменів із мінімальною вираженістю схильністю до ризику (КОР min) знаходиться у сфері інтернальності, тобто все те, що відбувається, пояснюється переважно впливом внутрішніх факторів. У спортсменів з максимальною схильністю до ризику (КОР max) зафіксовано екстернальний локус контролю. Спортсмени-підводники когнітивного та контролью-

регулятивного типів схильності до ризику мають інтернальний локус контролю, а це означає, що локалізація контролю над важливими подіями перебуває у сфері інтернальності, тобто те, що відбувається, пояснюється впливом внутрішніх факторів.

6. На підставі емпіричних даних виділено «зони» впевненості із характерними для них особливостями цілепокладання та рівнем готовності. Виявлено, що наявність оптимуму впевненості 67% при якому процеси емоційної регуляції забезпечують найвищу мобілізаційну готовність до ризикованих дій і досягнення найбільш ефективних спортивних результатів. Встановлено, що в умовах ймовірного прогнозу успішного вирішення завдань, високої об'єктивної складності останніх, досліджувані орієнтуються на даний рівень впевненості, обираючи на підставі його врахування завдання певної складності. Емоції оцінки результатів виникають на етапі досягнення результату дії, співставлення рівня досягнень із очікуваннями, що зафіксовані в завданні дії та емоціях впевненості-сумнівах. Цей вид емоцій пов'язаний, насамперед, із предметним змістом результатів, втім в його зміст включені параметри очікуваного результату.

7. Співставлення середніх показників емоційної оцінки впевненості в успіху у спортсменів із різним індексом схильності до ризику дозволило виявити, що для спортсменів-підводників із КОР-тах характерна оптимальна виразність впевненості (68%), що свідчить про активне цілепокладання, високу готовність та результативність.

8. Самооцінка впевненості у спортсменів із мінімальною схильністю до ризику КОР-min (58%) є значно меншою в порівнянні з особами із КОР-тах і вказує на відносно нижчу готовність до дій в екстремальних умовах. Адекватність відображення складності завдання, розумна обережність при виборі і спробах вирішення складних завдань вказує на сформованість механізму регуляції ризикованих дій.

9. Спортсмени в мотиваційній сфері котрих домінують спортивно-ділові мотиви, оцінюють значущі параметри діяльності з найбільшим



наближенням до об'єктивної реальності, а отже схильність до ризикованої поведінки у них є мінімальною.

Результати досліджень третього розділу викладено у публікаціях [110, 191].

## **РОЗДІЛ IV**

### **АПРОБАЦІЯ ПРОГРАМИ РОЗВИТКУ КОГНІТИВНОГО ТА КОНТРОЛЬНО-РЕГУЛЯТИВНОГО КОМПОНЕНТІВ СХИЛЬНОСТІ ДО РИЗИКУ У СПОРТСМЕНІВ-ПІДВОДНИКІВ**

Четвертий розділ присвячений висвітленню як оригінальних, так і модифікованих вправ тренінгу розвитку когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників та перевірки ефективності розробленої програми у процесі формувального експерименту. Завдання тренінгу вирішувалися шляхом розвитку рефлексії внутрішніх ресурсів, залучення мисленнєвих засобів для аналізу ризику, проектування образу ризикованих ситуацій.

#### **4.1. Експериментальне моделювання шляхів підвищення рівнів розвитку когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників**

Як показано в третьому розділі найбільш істотними детермінантами схильності до ризику є когнітивний та контрольно-регулятивний компоненти, саме тому мета експериментальної роботи полягала у розробці програми підвищення рівнів когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників. Відповідно до мети було сформульовано наступні завдання:

1. Підібрати та розробити вправи, що спрямовані на підвищення рівнів когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників.

2. Перевірити ефективність розробленої програми у процесі формувального експерименту.

Формувальний експеримент включав три етапи:

1-й етап – підготовчий (визначення задуму, формулювання гіпотези, вибір експериментальної і контрольної груп, фіксація результатів експерименту).

2-й етап – основний (безпосереднє проведення формувального впливу в групі досліджуваних, що забезпечує підвищення рівнів когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику.

3-й етап – заключний (обробка і систематизація отриманих результатів, формулювання відповідних висновків та рекомендацій).

Вибірку склали дві групи спортсменів-підводників, які були відібрані з загальної вибірки (22 осіб – контрольна група, 24 осіб – експериментальна група).

Формувальний експеримент полягав в апробації програми підвищення рівнів когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників. Основною формою опанування зовнішніх і внутрішніх змін, спрямованих на підвищення ефективності використання особистісних ресурсів, було обрано тренінг, який проводився один раз на тиждень, тривалістю 45 хвилин у кімнаті психологічного розвантаження.

Тренінгові технології репрезентують собою ефективні засоби психічного розвитку спортсмена. Їхня цінність полягає у можливості подолання обмежень, які властиві традиційним методам навчання. Формування та корекція уявлень спортсмена про себе відбувається у груповому форматі більш інтенсивно та виражено. Активні методи навчання залучають когнітивну, афективну і поведінкову сфери суб'єкта у тісній інтеграції та взаємодії. Перевагою тренінгу є безперервність процесів отримання знань та утворення нових навичок та умінь. Л.А.Петровська відзначає той факт, що всі різновиди тренінгів мають спільні характеристики: по-перше – це орієнтація на широке використання навчального ефекту групової взаємодії; по-друге – це реалізація принципу активності суб'єкта через включення в навчання елементів дослідження; по-третє – це використання в навчанні моделей.

Як інструментарій застосовано адекватні до мети і завдань методи активного навчання: групова бесіда, аналіз ризикованих ситуацій, психологічні вправи та ігри з елементами інсценізацій, що спрямовані на

поглиблений аналіз та самоаналіз, розвиток когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику. Впровадження в програму елементів психосинтезу сприяло загальному розвитку особистості. До підсумкових вправ входили самозвіти учасників.

З врахуванням теоретичного аналізу обґрунтовано основні принципи, яких ми дотримувалися під час проведення тренінгу:

1. Принцип «тут і тепер» - говорити і думати тільки про те, що відбувається в групі.
2. Принцип активності.
3. Принцип конфіденційності.
4. Принцип персоніфікації висловлювань.
5. Принцип ширості, відкритості, довірливого спілкування.
6. Принцип усвідомлення проблем.
7. Принцип реальності уявлень.

Проаналізуємо психологічні чинники, що мають позитивний вплив на функціонування та реалізацію групової динаміки. Серед групових феноменів як психологічних чинників, що сприяють новоутворенням виділяємо групову інтеграцію, прийняття групових принципів та тренаж.

Інтеграція групи, особливо в емоційно орієнтованому тренінгу, виступає однією з цілей, для того, щоб виробити в учасників групи «здібності поводити себе з оточуючими в манері співробітництва». Часто в таких групах саморозкриття є показником ефективно працюючої групи.

Групова інтеграція потрібна для забезпечення психологічного захисту учасників. Якщо в групі наявна емоційна дезінтегрованість, відсутні інтеграційні процеси, ми не можемо професійно здійснювати особистісну дезінтеграцію, бо вона не буде мати показники позитивності.

Інтеграція в групі відбувається не лише на основі виконання певних загальних вправ, а на основі групової атмосфери, прийнятних правил та запроваджених ритуалів. Інтеграція в групі здійснюється у напрямку від емоційного до когнітивного рівнів. Керівник виступає

каталізатором розширення психологічної компетентності учасників групи, останні, приймаючи групові норми, стають дослідниками.

До психологічних факторів, що сприяють позитивним зрушенням належать також прийняття групових принципів, позаяк вони синтезують в собі корпоративні та спортивні цінності та філософську мудрість.

Прийняття групових принципів є дуже важливим для забезпечення інтеграції групи; саме завдяки груповим принципам група переходить на вищий шабель в роботі.

Прийняття групових принципів можна вважати тренажем: члени групи мають можливість працювати в ситуації «тут і тепер», їм доводиться тренуватися, освоюючи новий досвід.

Прийняття групових принципів виступає не лише умовою створення належного психологічного мікроклімату для навчання, але й платформою, на якій з самого початку єднаються керівник і члени групи. Чим краще керівник групи забезпечить це єднання, тим більша в нього можливість його розширення, завдяки залученню членів групи до діагностичних аспектів, які він здійснює. Це залучення відбувається через поглиблення розуміння несвідомих аспектів психіки, що сприяє розширенню уявлень членів групи про першопричини власних труднощів.

Тренаж в тренінгу виступає основним механізмом, що забезпечує результат - шляхом повторення необхідних умінь та навичок. Тренаж не займає провідного місця, він присутній лише в окремі моменти необхідності виправлення неефективних форм поведінки. Тренаж не може посприяти розв'язанню внутрішньої суперечності, не може допомогти об'єктивуванню важливих характеристик несвідомої сфери і допомогти позитивно дезінтегрувати особистісні структури суб'єкта та здійснити їх вторинну інтеграцію на більш високому рівні розвитку. Керівник групи повинен бути не лише компетентним в усіх цих ракурсах бачення та сприйняття групового процесу, але й вміти їх єднати у своїй практичній роботі. Керівник групи відрізняється від членів групи, насамперед, розумінням того, що відбувається

у групі, баченням певних форм ситуативного захисту, які вони допускають, та вмінням вичленовувати прояви особистісних, базових «захистів». Але, за умови необхідності інтеграції групи, керівник не вважає продуктивним акцентувати увагу членів групи на ситуативних захистах, дискредитувати учасників групового процесу чи звинувачувати їх в проявах захисних реакцій у процесі роботи групи.

Програма тренінгу передбачала чотири блоки, що склалися із дванадцяти взаємопов'язаних за змістом занять. Вправи спрямовано на розвиток компонентів схильності до ризику. До структури кожного заняття входив релаксаційний комплекс як засіб профілактики негативного емоційного стану спортсмена. Прийоми релаксації використовувалися для гальмування тривожних реакцій, навіювання позитивних емоцій.

Чітка поінформованість кожного учасника відносно цілі й завдань тренінгу сприяла активізації та свідомій організації зусиль з розвитку когнітивного та контрольного-регулятивного компонентів схильності до ризику. Спортсмен-підводник досягає поставленої мети не мимоволі, не шляхом прихованих маніпуляцій, а безпосередньо, розуміючи, що всі дії в тренінгу будуть спрямовані лише на розвиток когнітивного та контрольного-регулятивного компонентів схильності до ризику. Систематичне звертання до теоретичних конструктів сприяє підвищенню усвідомленості процесу навчання і є постійною теоретичною ілюстрацією процесів, що протікають.

На початку формувального експерименту порівнювалися показники схильності до ризику: спортсменів контрольної та експериментальної груп та було доведено їх ідентичність.

Після здійснення формувального експерименту, для визначення його ефективності було проведене повторне дослідження компонентів схильності до ризику в експериментальній групі. Дані показники порівнювалися з показниками в контрольній групі.

Отримані дані слугували підставою для висновків щодо ефективності чи неефективності розробленої програми підвищення рівнів контрольного-

регулятивного та когнітивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників.

Програма розвитку когнітивного та контрольо-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників передбачала виконання вправ, спрямованих на:

– по-перше, на фокусування уваги спортсменів-підводників на усвідомлення власних індивідуально-психологічних особливостей, пов'язаних із готовністю та схильністю до ризику, на свої переживання, думки, міркування, фантазії щодо ризику;

– по-друге, на розвиток адекватного оцінювання своїх можливостей і потенціалу, на формування впевненості у собі;

– по-третє, – на закріплення змін в конкретних змагальних ситуаціях, у вирішенні задач, відпрацювання навичок точного сприйняття ризику.

Переважає більшість вправ спрямовані як на розвиток лише одного із названих напрямів, так і водночас сприяли розвитку двох або трьох.

Необхідно було розвивати складові схильності до ризику а саме: відповідальність та контроль за власними діями та вчинками, мотиви поведінки та змагальної діяльності, цілепокладання та цільову перспективу, а також адекватність оцінки своїх можливостей і потенціалу.

Програма включала чотири блоки:

I блок – «Рефлексія внутрішніх ресурсів» спрямовано на розширення та поглиблення уявлень про самого себе.

II блок – «Знайомство із теоріями рішень та обґрунтованих дій» включав: заняття №№ 4, 5, 6, які були спрямовані на засвоєння алгоритму прийняття раціонального рішення: а) визначення можливих варіантів вибору; б) аналіз наслідків, які кожний із варіантів може спровокувати; в) оцінка можливих наслідків; г) оцінка імовірності кожного з наслідків; д) поєднання означених кроків із правилом раціонального рішення.

III блок – «Способи розвитку та корекції особистісних детермінант ризикованої поведінки» мав на меті актуалізацію індивідуально-

психологічних особливостей спортсменів-підводників, що обумовлюють прояв когнітивного та контрольного-регулятивного типів схильності до ризику.

IV блок – «Усвідомлена трансформація» присвячений закріпленню змін, що відбулися в процесі реалізації програми.

Логіка дослідження вимагає більш детального розгляду та викладу сутнісного змісту експериментальної програми. Наведемо приклади вправ програми із розвитку когнітивного та контрольного-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників.

I блок «Рефлексія внутрішніх ресурсів» складався із трьох занять (№ № 1, 2, 3), що були присвячені розширенню та поглибленню уявлень про самого себе.

Приклади вправ до занять № № 1, 2, 3.

Вправа «Малюнок Я» [с.367-370]. Кожний член групи отримує аркуш паперу, за допомогою фломастерів та олівців необхідно намалювати власний образ в алегоричній формі, так, як вони себе уявляють, з чим асоціюють, пов'язують. Це може бути, що завгодно: картина природи, будь-які живі істоти, фантастичний світ, абстракція.

Коли малюнки виконані, керівник їх збирає і складає в довільному порядку. Потім по-черзі вибирає із стопки один малюнок і, демонструючи його групі, просить кожного учасника поділитися враженнями (навіть і автора малюнка), що за людина могла його намалювати. Після обговорення малюнків відбувається обмін вражень про те, як було зрозуміло малюнки. Кожний відповідає на питання: «Як точно мене зрозуміли мої товариші по команді», «Які почуття я відчував, коли обговорювали мій малюнок», «Яка частина завдання була для мене більш складною, малювання чи обговорення і чому?»

На наступному занятті керівник групи роздає малюнки і ставить запитання кожному із учасників: «Ви заповнили весь простір чи тільки його частину?», «Які кольори домінують на Вашому малюнку, Чому?», «Що Ви



хотіли передати: свій стан, почуття, бажання, якісь певні якості?», «Чи відчуваєте Ви, що не все зобразили з того, що хотілося?»

Вправа «Інший ти» (Е.Рейлі). Мета: сприяти усвідомленню спортсменом самого себе, дати можливість учасникам спробувати невластиву їм поведінку, допомогти актуалізувати нові відомості в своє уявлення про себе.

Керівник робить коротеньку вступну частину до завдання і роздає папір і олівці учасникам. Дається інструкція влаштуватися зручніше і зберігати тишу на деякий час. Далі керівник пропонує учасникам записати вільні асоціації на наступні теми:

Зброя	Географічна точка
Божество	Легендарна фігура
Колір	Робочий інструмент
Музичний жанр	Героїня
Предмет одягу	Архітектурний стиль
Пора року	Музичний інструмент
Фрукти	Тварина
Тип погоди	Їжа
Коштовне каміння	Рослина
Предмет меблів	Герой

Керівник пропонує проаналізувати протягом декількох хвилин написані асоціації і дати собі нове ім'я, що відображає ці відповіді. Далі учасникам пропонується написати своє ім'я на аркуші паперу і намалювати картину, що відображає сутність цього імені – «іншого тебе», використовуючи лише олівець. Кожний учасник групи показує картину і описує її, виступаючи від першого обличчя: «Я (нове ім'я) ...». Кожному члену групи дається час подумати про своє інше Я.

Вправа: Покладіть перед собою аркуш паперу і ручку. Спробуйте спокійно подихати протягом 5–10 хвилин. Запишіть, що ви зараз відчуваєте, про що думаєте тощо. Після завершення роботи проаналізуйте, який відсоток від загальної кількості висловлювань займають:

- сенсорні відчуття (запах, світло, теплові відчуття тощо);

- тілесні відчуття (втома, сон, почуття голоду тощо);
- власні думки: про минуле, про сьогодні, про майбутнє.

Проаналізуйте, які з цих думок «одержали верх» над вами, заважали виконувати інструкцію, вимагали довгих міркувань. Саме ці думки мають владу над вами.

Вправа «Психогеоетричний тест». На дошці демонструється плакат на якому зображено п'ять геометричних фігур: квадрат, трикутник, коло, прямокутник, зигзаг. Кожний член групи повинен розташувати ці фігури за ступенем їх привабливості та значущості для власної персони. Потім керівник просить підняти руки тих, у кого на першому місці знаходиться трикутник, і об'єднує їх у групу. Далі тих, у кого на першому місці стоїть квадрат і їх об'єднує у групу. І так по кожній фігурі. Варто зазначити, що серед спортсменів-підводників, учасників тренінгу не було жодної особи, яка обрала б прямокутник. Після цього кожній підгрупі пропонується за 15 хвилин скласти список якостей особистості, особливостей поведінки, які є спільними для членів даної підгрупи. Потім один представник підгрупи зачитує цей список. Керівник після прослуховування кожного списку характеризує особливості особистості на основі вибору певної геометричної фігури. У 90% випадків характеристики, що визначають спортсмени, співпадають із тими, що дав керівник, тільки їх менша кількість і вони менш розгорнуті.

Важливим внутрішнім чинником психологічної підготовки спортсменів є готовність до ризикованої діяльності, яка на думку вчених має такі складові: 1) наявність спеціальних здібностей, інтересу до ризикованої діяльності; уміння приймати ризиковані рішення, активно діяти в екстремальних умовах; 3) готовність до збільшення стресових навантажень; готовність до зміни умов тренувальної та змагальної діяльності.

Вправа. Хочу, можу, повинний – і це Я! Мета: розвиток контрольно-регулятивної складової схильності до ризику.

Кожний із учасників отримує завдання – обійти кімнату по периметру. На перший крок він повинен зробити заяву: «Я хочу», на другий – «Я можу», на третій: «Я повинний», на четвертий – самохарактеристику. Далі продовжую в тому ж самому порядку, допоки не обійде всю кімнату. Закінчивши, сідає на місце і спостерігає за іншим учасником. Вправу завершено, коли всі учасники обійдуть кімнату. Обговорення: обмін враженнями з приводу того, що відбулося.

II блок – «Знайомство із теоріями рішень та обґрунтованих дій» включав заняття № № 4, 5, 6, що були спрямовані на усвідомлення значущості когнітивної оцінки ризику.

Приклади до занять № № 4, 5, 6.

На дошці будується асоціативний ряд до слова «рішення». Кожний спортсмен говорить слово, яке у нього пов'язується з цим поняттям. Потім відбувається обговорення асоціативного ряду. Аналізується: «Які моменти рішення відображені, які ні? Що найчастіше зустрічається, що упущено? Що впливає на ухвалення нормативних, імпульсивних, ризикованих рішень? Обговорюються питання: «Чому прийняття рішення так важливе для спортсменів підводного плавання?» Потім кожний спортсмен складає список якостей особистості, які, на його думку, пов'язані із ухваленням рішення. Всі разом коректують його.

Наступний етап роботи передбачав знайомство із теорією раціонального рішення. Заняття №№ 5, 6 були присвячені розвитку когнітивної складової схильності до ризику через ознайомлення та озброєння спортсменів із сучасними теоріями ухвалення рішень та обґрунтованих дій.

Керівник стисло висвітлює зміст означених теорій, зупиняється на семантичному аналізі категорії «рішення», процесі підготовки і ухвалення раціонального рішення.

Рішення представляє собою логіко-мислиннєву, емоційно-психологічну дію, що ґрунтується на мотивації, інтересах, потребах, знаннях, досвіді спортсмена. Залежно від того, який саме психологічний процес

відіграє провідну роль, виокремлюють вольові та імпульсивні, інтелектуальні і емоційні рішення. Рішення, що основані на особистих враженнях, ухваленні під впливом емоцій, часто бувають поверхневими, необґрунтованими. Обґрунтовані рішення є результатом передбачення проблеми, психологічних, економічних та соціальних наслідків її вирішення.

Необхідність ухвалення спортсменом-підводником певного рішення може бути обумовлено різними причинами. Вона виникає у випадках вияву в тренувальній або змагальній діяльності різних проблем, порушення зв'язку між структурними ланками або відхилення від показників.

Процес підготовки та прийняття рішення містить наступні етапи: виявлення та формулювання проблеми; визначення мети та головної задачі тренувальної та змагальної діяльності; вибір і обґрунтування критеріїв оцінки ефекту або ефективного рішення проблеми; визначення тактичних та стратегічних задач; обґрунтування кількості варіантів, їх розробка та попередня оцінка проміжних та кінцевих результатів; обґрунтування і вибір оптимального варіанта рішення.

Підготовка до ухвалення рішення починається із визначення і правильного формулювання проблем, що в свою чергу залежить від вміння спортсмена бачити за зовнішніми незначними фактами головні причини. Підставою для виявлення і позначення проблеми є всебічне комплексне вивчення, аналіз і осмислення ситуації, що склалася на основі достовірної інформації.

Після того, як проблема визначена здійснюють більш повний збір та аналіз інформації. Ступінь дослідження проблеми істотно впливає на прогнозування наслідків, на обґрунтованість вибору варіанта рішення та критерію його оцінки. Критерії оцінки ефективності необхідні для того, щоб забезпечити співставлення варіантів рішення, що розглядаються і обґрунтувати вибір найбільш оптимального. Вони повинні мати кількісний вираз, найбільш повно відображати результати реалізації ухвалених рішень, бути простими, зрозумілими і конкретними. Спортивна практика показує, що

правильно відібрані критерії оцінки ефективності обумовлюють чіткість і ясність результатів проблеми.

Кількісна оцінка варіантів рішення здійснюється переважно двома способами. Перший здійснюється за допомогою логічних операцій порівняння і оцінки. При цьому використовуються кількісні вимірювання та розрахунки ефективності різних варіантів рішення. Проте, цей метод не завжди забезпечує вибір оптимальних рішень, позаяк має обмежені можливості вибору варіантів і не дозволяє прослідкувати можливі варіанти ситуації.

Більш ефективним є метод оптимізації рішення за допомогою математичної моделі. Він забезпечує наукову обґрунтованість і дозволяє більш повно прослідкувати залежність стану ситуації від значень різних факторів в різні періоди її розвитку. Доцільно мати не більше п'яти і не менше трьох варіантів, оскільки в великій кількості варіантів розібратися складно, а два можуть взаємно виключними.

Вибір оптимального варіанту – один із етапів прийняття рішення. При цьому здійснюється відбір варіантів рішення в процесі якого відбувається їх порівняння і оцінка. Порівняння варіантів відбувається у відповідності із прийнятими критеріями.

Для ефективного здійснення процесів ухвалення рішення спортсмен повинен володіти певними вміннями і навиками. Основні із них згруповані за характером операцій і функцій, що виконуються в процесі рішення:

1. Вміння раціонально використовувати інформацію, виокремлювати в її потоці сигнали про виникнення проблеми, чітко формулювати завдання на отримання додаткових відомостей.

2. Вміння системно аналізувати ситуацію, виокремлювати і формулювати проблеми; враховувати внутрішні та зовнішні фактори, що впливають на її розвиток. Вміння обирати із потоку ідей групу варіантів, що заслуговують уваги, відрізнити реально існуючі рішення.

3. Вміння ставити мету і ухвалювати рішення, розчленовувати загальну мету на складові; формулювати вимоги, загальні і часткові обмеження; критерії стосовно до конкретної задачі; відрізнити задачі і рішення оперативні і перспективні; враховувати реальну ситуацію для здійснення рішення.

4. Вміння організовувати процеси підготовки і ухвалення рішення; координувати їх, максимально використовувати знання і довід спортсменів вищого кваліфікаційного рівня.

5. Вміння ефективно використовувати наукові досягнення, спортивний досвід, бачити ситуацію в її розвитку, відчувати нове, володіти достатньою сміливістю і оптимізмом в ухваленні рішення, маневрувати ресурсами.

Ухвалення будь-якого рішення повинно відповідати певним вимогам, основними з яких є: цілеспрямованість, своєчасність, обґрунтованість, правомірність, несуперечливість.

Рішення лише тоді може бути ефективним, коли воно орієнтовано на досягнення поставленої мети. Вірно обрана і ясно сформульована мета слугує важливим чинником, що характеризує якість і ефективність рішення.

Дотримання вимог своєчасності ухвалення рішення обґрунтовує необхідність постійного вивчення інформації, уміння передбачити проблему і вірно її сформулювати. Це досягається шляхом творчого осмислення ситуації і максимального наближення до її об'єктивної оцінки.

Необґрунтованість рішення збільшує ймовірність його помилковості, а отже обґрунтованість рішення – це запорука його оптимальності. Обґрунтованість означає, що рішення враховує сукупність факторів. Якість рішення багато в чому залежить від обсягу та цінності інформації, якою володіє спортсмен. Чим більше достовірної інформації стосовно ситуації, що склалася, тим вище можливості для вироблення оптимального рішення.

Вправа «Декларація мотивованого ризику». Учасники знайомляться з декларацією мотивованого ризику, потім кожний пише власну декларацію мотивованого ризику і зачитує її групі. Сумісно група пише і оформляє

декларацію мотивованого ризику підводника. Робота йде в трьох підгрупах: мислителі (розробляють зміст), поети (виспівують), художники (ілюструють). Потім обговорюють і узгоджують позиції. Затверджену декларацію підписують усі.

Процес обговорення містить також висловлення своїх почуттів та вражень.

Вправа «Версії». Мета: розвиток версійного мислення, занять ригідності мислення.

До запропонованих ситуацій необхідно придумати 20 причин їх виникнення:

1. Довжина буйрепа не перевищує максимальну глибину в районі занурення.
2. Втрата орієнтації у воді під час занурення.
3. Зменшилося або повністю відсутнє постачання повітря дихальним апаратом.
4. Індикатор мінімального тиску не спрацьовує при зниженні тиску.
5. Раптово припинилося постачання повітря.
6. Спортсмен відчуває біль у вухах або неритмічне дихання.
7. Спортсмен порушив ліміт максимального часу перебування під водою.
8. Втрата свідомості під водою від азотного наркозу.
9. У спортсмена фіксуються ознаки декомпресійної хвороби.
10. Рефлекторна зупинка дихання і серцевої діяльності.

Вправа. Процес навчання (К.Фопель). Мета: проаналізувати процес отримання знань, впорядкувати власні думки, допомагаючи собі рухатися далі. Учасникам пропонується співставити три різні аспекти своїх знань: що вони дізналися стосовно толерантності до ризику у підводному плаванні від інших, що вони почерпнули із власного досвіду і що вони хотіли б для себе прояснити.

Для цього необхідно взяти чистий аркуш паперу, поділити його на чотири рівні частини, проводячи вертикальну і горизонтальну лінії. В першій потрібно в декількох словах написати і в символічній формі зобразити, чому навчили інші члени по команді в сфері ризику та ризикованих дій у підводному спорті. Яке ставлення до ризику закладається в процесі тренувальної та змагальної діяльності? Яке уявлення про ризик отримано від інших людей?

У другому прямокутнику робиться стисла нотатка і символічне зображення, яким ризикованим діям навчилися власноруч. До чого учасники прийшли на підставі власного тренувального та змагального досвіду? Що вони прочитали, що дізналися, спостерігаючи за собою та іншими?

У третьому прямокутнику стисло записується і символічно зображується, що лишається не відомим, що хотілося б дізнатися, зрозуміти, знати, з чим пов'язуються очікування, тобто визначається перспектива подальшого розвитку знань.

Четвертий прямокутник лишається порожнім. В нього можна занести ідеї, спостереження, плани і проекти, котрі виникнуть в процесі роботи з трьома першими розділами під час їх співставлення і роздумів з їх приводу.

III блок – «Способи розвитку та корекції особистісних детермінант ризикованої поведінки» включав заняття № № 7, 8, 9 які спрямовано на актуалізацію індивідуально-психологічних особливостей спортсменів-підводників, що обумовлюють прояв когнітивного та контрольно-регулятивного типів схильності до ризику.

Приклади вправ до занять № № 7-8. Дані заняття були спрямовані на розвиток інтернального локусу контролю; відчуття відповідальності за власні дії, розвитку мотивації досягнення.

Вправа плутанина [с.110]. Спортсмени розподіляються на дві підгрупи, кожна із яких утворює тісне коло. Члени підгруп простягають вперед праві руки. За сигналом керівника кожний учасник знаходить собі «партнера з рукостискання». Кількість учасників повинна бути парною. З'єднавши праві



руки, всі простягають вперед ліві руки. Знову слід знайти собі партнера з рукостискання, проте не можна вибирати того самого, кому була простягнута права рука. Коли всі руки з'єдналися, утворилася плутанина. Після цього групі пропонується її розплутати, не роз'єднуючи рук і нікому не завдаючи болю. Кінцева мета – знову утворити коло. Забороняється вербальне спілкування. Одним із критеріїв виконання завдання є час, затрачений на те, щоб виплутатися зі складної ситуації, не загубивши жодної руки та не поранивши жодного учасника. Через деякий час в лабіринті рук утворюється мертвий вузол. Тоді керівник пропонує одному з учасників взяти на себе відповідальність і вказати на ту пару рук, яку тимчасово слід роз'єднати, щоб розплутати вузол. Потім відбувається обговорення з групою поведінки «розпутувач», а також сам «розпутувач» ділиться враженнями стосовно його реакції та відчуттів щодо власної відповідальності за дії групи.

Приклади вправ до заняття № 9 присвячені розвитку вдосконаленню самооцінки, розвитку відчуття впевненості та уміння ефективно управляти собою.

Спортсменам-підводникам пропонувалося порівняти стани самовпевненості, впевненості та невпевненості, визначити, які поведінкові прояви спостерігаються при самовпевненості, впевненості та невпевненості; яким чином це пов'язано з адекватністю, неадекватністю самооцінки, її завищеним та заниженим рівнями і, нарешті, як це позначається на ризикованій поведінці.

Вправа «Що я хочу змінити» (К.Фопель). Мета: презентація учасниками групи мети власної занять підводним спортом в стилі театральної імпровізації.

Учасникам пропонується з'ясувати, хто які цілі ставить перед собою займаючись підводним спортом. Кожний буде робити це без слів. І кожний зможе показати іншим, до чого він прагне. Учасники стають, утворюючи коло. Кожний по черзі виходить в середину кола і протягом однієї-двох хвилин показує форми поведінки, від яких він хотів би позбутися. Після

невеликої паузи він повинен буде продемонструвати варіанти поведінки, що є протилежними. Той хто вважає, що зрозумів дії товариша по команді, приєднується до нього і демонструє побідні способи поведінки.

Аналіз літератури уможливив дійти висновку, об'єктивний ризик – це вимірюваний компонент, в той час коли суб'єктивний ризик відображає реакцію спортсмена на об'єктивний ризик. При такому підході, невпевненість стає аспектом суб'єктивного ризику, а ухиляння від ризику і невпевненість хоча і є різними феноменами (статистичним та динамічним компонентами суб'єктивного ризику), втім взаємопов'язаними один з одним.

Вправа «Контроль впевненості» [ , с.108-110].

Членам групи пропонується уявити, що сутінь впевненості може бути високою або низькою за шкалою від 0 до 10 балів. Кожний отримує аркуш паперу, на якому описаний кожний рівень впевненості:

0. Ви відчуваєте себе наляканим, індиферентним, некомпетентним, млявим. Результатом таких відчуттів буває без дія.

1. Ви відчуваєте мінімальне почуття впевненості у собі, яке супроводжується різноманітними очікуваннями провалу. Ви не відчуваєте у собі сил перебити співрозмовника, натякнути, що у Вас немає часу на розмови. Ви відчуваєте, що втягнені у щось, у що не хотіли бути залучені. Складається враження повного краху, і фаза, що асоціюється з цим рівнем, звучить так: «З цього нічого не вийде».

2. Ви відчуваєте, що Ваші шанси на успіх дуже малі. Коли Ви щось робите, у Вас з'являється думка: «Я дійсно не розраховую на те, що з цього хоча би щось вийде».

3. У Вас вистачає впевненості для того, щоб діяти звичним способом, хоча Ви можете справляти враження сором'язливої людини, або такої, що захищається. Ви прагнете звести до мінімуму контакт зором з іншими людьми. Чим би Ви не займалися, Ви думаєте: «Є велика вірогідність, що з цього нічого не вийде».

4. Ви володієте деяким рівнем упевненості, який дозволяє Вам почувати себе комфортно під час виконання щоденних справ, але Ви дуже сподіваєтесь на те, що не станеться нічого непередбачуваного. Ви можете надіти на себе пристойну маску, але вона видається тонкою та слабкою. Ван внутрішній голос говорить: «Я сумніваюсь, чи вийде з цього що-небудь».

5. На середньому рівні впевненості Ви відчуваєте себе достатньо впевнено для того, щоб майже справитися з ситуацією за умови, що Ви не зіткнетесь з незвичними обставинами. Ви сподіваєтесь на те, що впораєтесь зі звичними обставинами. Ви відчуваєте, що «З цього могло б щось вийти».

6. Ви можете впоратися з ситуацією і робите це компетентно, хоча Вам не вистачає «блиску». Починаючи з цього рівня, Ваші очікування позитивні. Врешті-решт, «Можливо, все вийде».

7. Ви достатньо впевнені в собі, щоб адаптуватися до обставин, з якими Ви безпосередньо стикаєтесь. Ви готові до того, щоб помічати і використовувати можливості, володієте тим рівнем впевненості, який дає Вам можливість проявляти ініціативу, вступати в розмову, висувати ідеї, запрошувати когось для вирішення питань, думаючи при цьому: «Я вірю в те, що це спрацює».

8. Ви відчуваєте себе бадьорим, а не засмученим. Ви справляєтесь зі щоденними ситуаціями та маєте достатньо енергії для щоденних справ; у Вас є сили задля того, щоб вирішувати проблеми та дрібні невдачі. Ваше почуття виражається фразою: «Я очікую, що це спрацює».

9. Ви готові до великої колотнечі і берете на себе виконання важких завдань, не піддаючись впливові опонентів чи скептиків. Ви починаєте виконувати нові справи зі свіжими силами. Настав час це зробити, тому що... «Я знаю, що це спрацює».

10. Існують моменти, якими б короткими чи тривалими вони не були, коли Ви відчуваєте себе героєм, коли Ви розумієте, що знаходитесь у своїй кращій формі. У ваших справах або стосунках із іншими Вам підвладне все

важке, лякаючи та складне. Ви знаходитеся у «зоні найбільшого сприяння». Ви говорите собі «Я знаю, що це не може не вийти».

Учасникам тренінгу дається завдання пригадати конкретні ситуації, в яких кожний дійсно відчував би вказаний рівень впевненості. Це необхідно для зв'язування певного рівня впевненості з особистісними спогадами, досвідом та почуттями, які при цьому виникають. Для того, щоб сформувавши відчуття впевненості у той момент, коли це буде необхідно, особливо корисно згадати ті миті, коли фахівець знаходився на рівнях 8, 9 або 10. Йому пропонується згадати, як він почував себе у тих ситуаціях, які емоції переживав, відчуття, як рухався, як виглядав, як звучав його голос. Давалася інструкція: «Ви переносите впевненість із вашого минулого і використовуєте власні ресурси, реорганізуючи їх, щоб вони слугували Вам тепер і в майбутньому».

Потім кожний обирає той рівень впевненості, який вважав за потрібне і пробував його відчуття, передати в рухах, стилі поведінки. Дома, на вулиці тощо необхідно було знову і знову повертатися до цього переживання. В результаті, «як тільки ви собі говорите: «дев'ятий рівень впевненості», у вас відразу ж виникає почуття впевненості, пов'язане з цим рівнем».

Вправа «Три варіанта реакції у ситуації взаємодії». Ситуації взаємодії передбачають кілька варіантів реагування: агресивний, впевнений та невпевнений. Для усвідомлення учасниками тренінгу притаманного їм варіанту та з метою закріплення більш ефективних способів реагування пропонувалося наступне завдання. З групи формувалися 2 підгрупи по 4 особи. За принципом рольової гри розглядалися такі ситуації: недостатнє постачання повітря до автомату, відсутність герметичності дихального автомату; ненормальна робота редуктора, збиткове постачання повітря редуктором; закупорка клапану видиху; відсутність герметичності клапану видиху; баротравма вуха; декомпресійна хвороба, втрата орієнтиру та ін. Сценарії ситуацій та їх вирішення розроблялися та пропонувалися учасниками підгруп. Після цього пропонувалося написати фломастерами на

папері: «Впевнена людина – та, яка вирішуючи ситуацію думає про майбутнє». Обговорювалося, як різні варіанти реакцій можуть бути пов'язані із самооцінкою, і що заважає бути впевненим: почуття вини, сорому чи страху.

IV блок – «Усвідомлена трансформація» присвячений закріпленню змін, що відбулися в процесі реалізації програми.

Приклади вправ до занять № № 10, 11, 12.

Вправа «Символічне закриття» (М.Сміт). Мета: закінчити тренінг та презентувати груповий процес в символічній формі, такій, що запам'ятовується. Керівник попереджає, що починається вправа, що завершує тренінг, яка буде не тривалою. Він пропонує виконати дії зберігаючи мовчання до кінця вправи. Далі керівник просить всіх стати в коло, але спиною до центру, так, щоб не бачити один одного. Кожному учаснику надається можливість сконцентруватися на самому собі, відключитися від всіх і пережити декілька хвилин наодинці із собою.

Потім керівник пропонує повільно повернутися обличчям в коло, підійти ближче до центру і стати так щільно, як тільки це можливо. Коли всі об'єднуються, керівник пропонує відчуття, що означає – «бути групою», і усвідомити це відчуття. Після цього керівник обирає «першого» і «останнього» в групі. Останній стоїть на місці, а перший обводить групу навколо останнього, утворюючи щось на зразок пружини годинника. Керівник пропонує кожному усвідомити себе в центрі групи або на її периферії. Потім «перший» і «останній» учасники міняються функціями, вся група пере структурується, і кожний усвідомлює себе в нових умовах. Керівник знову пропонує стати в коло, взятися за руки, пліч о пліч і подивитися на кожного члена групи. На даному етапі група може почати спонтанно покачуватися. Далі необхідно відкинути руки партнерів і відійти на три кроки назад. Керівник оголошує, що ще є можливість подивитися на всіх партнерів, але вона швидко щезне. Учасникам пропонується повернутися спиною, зробити декілька кроків в той бік, де вони були

наодинці із собою. Через 30 секунд керівник оголошує, що роботу в групі завершено.

#### Вправа «Підсумки тренінгу»

1. Наскільки Я був Я?  
1...2...3...4...5...6...7...8...9...10.
2. Внутрішня напруга  
1...2...3...4...5...6...7...8...9...10.
3. Атмосфера довіри в групі  
1...2...3...4...5...6...7...8...9...10.
4. Почуття захищеності  
1...2...3...4...5...6...7...8...9...10.
5. Що заважало?  
1...2...3...4...5...6...7...8...9...10.
6. Проміжок продуктивного часу  
1...2...3...4...5...6...7...8...9...10.
7. Скільки вклали власних сил в роботу?  
1...2...3...4...5...6...7...8...9...10.
8. Скільки отримали у відповідь?  
1...2...3...4...5...6...7...8...9...10.
9. Що було корисним?  
.....
10. Що запам'яталося найяскравіше?  
.....

#### Завершальна діагностика

Інструкція: завершіть речення.

1. Під час тренінгу  
.....
2. Мені сподобалося, що  
.....
3. Невдалим було  
.....
4. Бачити зі сторони  
.....
5. Я відчував (ала)  
.....
6. Головне в тому, що  
.....
7. Я і група  
.....

Вправа «Прощальний лист». Кожний член групи писав прощальний лист самому собі, тому. Яким він був раніше. За бажанням листи читалися.

На останньому занятті групі розбивалася на дві підгрупи і робила колаж на тему: «Підсумки нашої роботи». Допоміжні матеріали: старі журнали, ножиці і клей. Колажі прикріплюються на стіні і обговорюються, якщо є у цьому потреба.

#### 4.2. Результати впровадження експериментальної програми підвищення рівнів розвитку когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників

Розроблену програму підвищення рівнів розвитку когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників було впроваджено в експериментальній групі. Для визначення ефективності впровадженної програми здійснено порівняння показників контрольної та експериментальної груп до формувального експерименту та після його здійснення. Порівнюючи показники когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику спортсменів-підводників контрольної та експериментальної груп перед впровадженням програми, можна побачити, що різниці між ними не є суттєвою (табл. 4.1.).

Таблиця 4.1

Розподіл спортсменів-підводників контрольної та експериментальної груп за показниками когнітивного та контрольно-регулятивного компонентів схильності до ризику

Якісні показники схильності до ризику	Досліджувані			
	Контрольна група		Експериментальна група	
	До $X_1 \pm S_{X1}$	Після $X_2 \pm S_{X2}$	До $X_3 \pm S_{X3}$	Після $X_4 \pm S_{X4}$
Когнітивний компонент (ККР)	18,5±1,8	18,3±2,5	18,4±2,5	<b>28,1±0,5</b>
Емоційний компонент (ЕКР)	30,2±2,4	32,1±0,9	29,4±1,6	26,4±1,4
Дійовий компонент (ДКР)	23,5±1,4	25,1±0,7	24,6±0,8	21,2±0,7
Контрольно-регулятивний компонент (КрКР)	22,5±1,8	24,3±1,9	23,7±1,5	<b>29,2±2,1</b>
Композитна оцінка (ЕКР+ККР+ДКР) : 3	24,06±1,8	25,1±1,36	24,1±1,63	25,2±0,86

Подальший аналіз результатів формувального експерименту свідчить про те, що проведена робота з спортсменами сприяла розвитку стрижневих компонентів схильності до ризику. У контрольній групі, де така робота не проводилася, значущих змін не виявлено (табл. 4.1.).

Аналіз результатів, отриманих у ході формувального експерименту, дозволяє стверджувати, що розроблена програма тренінгу розвитку когнітивного та контрольного-регулятивного компонентів схильності до ризику є ефективним засобом їх поліпшення.

Окрім того, для оцінки ефективності розробленої програми тренінгу було обрано такі критерії: зниження рівня і кількості проявів агресивності, невротичності, роздратованості, депресивності.

Особистісний профіль випробуваних експериментальної групи значно відрізняється від профілю досліджуваних контрольної групи після проведення формувального експерименту. Порівняння за t-критерієм Стьюдента показує вірогідну різницю за 7 факторами: невротичності, спонтанної агресивності, депресивності, дратівливості, врівноваженості, реактивної агресивності й екстраверсії–інтроверсії. В процесі формувального експерименту у спортсменів-підводників експериментальної групи виявлено зниження показників екстраверсії, агресивності й дратівливості при зростанні врівноваженості та стабільності емоційного стану. Порівняно більш високі показники за факторами I, IV, VI, VII вказують на здатність спортсменів-підводників експериментальної групи керувати своїми емоційними станами і реакціями. Вагомим, на наш погляд, є те, що участь в тренінговій групі сприяє реалізації своїх потенційних можливостей. Виокремимо ще один фактор – «емоційну лабільність», що змінюється в процесі формувального експерименту. Під емоційною лабільністю більшість дослідників розуміють швидкість, із якою припиняється певний емоційний стан або відбувається зміна одного переживання іншим.

Особливість досягнення позитивного результату у процесі вирішення складних ситуацій полягає в тому, що дії спортсменів значно залежать від їх



психічного стану. Виявлено, що навіть у спортсменів-підводників результат змагальної діяльності залежить від їхньої здатності до регуляції емоційного стану. Низькі оцінки за шкалою «емоційна лабільність» характеризують не тільки високу стабільність емоційного стану випробуваних експериментальної групи, як такого, але й високу спроможність володіти собою.

### **Висновки до четвертого розділу:**

1. Формувальний експеримент полягав у впровадженні програми, спрямованої на розвиток когнітивного та контрольного-регулятивного компонентів схильності до ризику у спортсменів-підводників. Основною формою опанування зовнішніх і внутрішніх змін, спрямованих на підвищення ефективності використання особистісних ресурсів, було обрано тренінг, який проводився один раз на тиждень, тривалістю 45 хвилин протягом 3-х місяців.

2. Програма тренінгу передбачала чотири блоки, що склалися із дванадцяти взаємопов'язаних за змістом занять. Основне призначення вправ I блоку – «Рефлексія внутрішніх ресурсів» полягало у розширенні та поглибленні уявлень про самого себе. II блок – «Знайомство із теоріями рішень та обґрунтованих дій» спрямований на засвоєння алгоритму прийняття раціонального рішення. III блок – «Способи розвитку та корекції особистісних детермінант ризикованої поведінки» мав на меті актуалізацію індивідуально-психологічних особливостей спортсменів-підводників, що обумовлюють прояв когнітивного та контрольного-регулятивного типів схильності до ризику. IV блок – «Усвідомлена трансформація» присвячений закріпленню змін, що відбулися в процесі реалізації програми.

3. Результати впровадження запропонованої програми у процесі формувального експерименту довели, що експериментальна група помітно відрізняється від контрольної групи. Рівень зрушень у виділених індивідуально-психологічних властивостях різний. Найбільші зміни зафіксовано за показниками самооцінки, мотивації досягнення, рефлексії.

4. Цілеспрямований вплив на когнітивний та контрольнорегулятивний компоненти схильності до ризику у спортсменів-підводників сприяв підвищенню їх рівнів. Формувальний експеримент довів ефективність запропонованої програми підвищення рівнів стрижневих компонентів схильності до ризику.

Результати досліджень четвертого розділу викладено у публікаціях [109, 110].

## ВИСНОВКИ

У дисертації здійснено теоретичне узагальнення та нове розв'язання наукового завдання щодо визначення особистісних детермінант ризикованої поведінки в екстремальних видах спорту (на прикладі підводного плавання).

У результаті вивчення та розв'язання вказаного наукового завдання зроблено наступні висновки:

1. Розглядаючи психологічну сутність поняття „ризик” умовно можна виділити три основні напрями його вивчення. Перший визначає ризик як ситуативну характеристику дій людини в межах концепцій надситуативної активності і теорії мотивації досягнення. Другий напрям розглядає ризик з точки зору теорії прийняття рішення як ситуації вибору між альтернативними варіантами дій. Третій напрям вивчає взаємозв'язок індивідуальної і групової поведінки в ситуаціях ризику і репрезентує собою соціально-психологічний аспект ризику. В даному дослідженні під ризиком розуміється схильність суб'єкта до вияву активності в умовах небезпеки, невизначеності, що обумовлюється його особистісними особливостями.

2. На основі аналізу індивідуально-психологічних властивостей спортсменів-підводників в яких максимально виражена схильність до ризику (КОР-max) побудовано психологічний портрет, основними рисами якого є: незалежність, агресивність, домінантність, впертість (E+); соціальна сміливість, авантюризм, спонтанність (H+); практичність, реалістичність, незалежність, відповідальність, твердість, самовдоволеність (I-). Спортсмени-підводники з мінімальною вираженістю схильності до ризику характеризуються: залежністю, недостатньою самостійністю, безпорадністю, сензитивністю (I+); проникливістю (N+); консервативністю (Q1-). Крім того, такі спортсмени невпевнені у своїх силах, стримані у прояві своїх відчуттів, мають вузьке коло спілкування (H-). Їм притаманна покірність, що виявляється в залежності від інших людей, вони потребують підтримки та шукають її у соціальному оточенні, схильні орієнтуватися на групові норми, конформні, скромні, м'які (E-).

3. Змістовий аналіз кореляційних зв'язків між індивідуально-психологічними властивостями й показниками схильності до ризику показав, що багатозначні зв'язки кількісно й якісно повніше представлені у спортсменів-підводників із високим ступенем прояву ризикованої поведінки. Так, найбільшу кількість статистично вірогідних інтеркореляційних зв'язків (0,05) зафіксовано у спортсменів із високим проявом ризикованої поведінки (37), у той же час у спортсменів із низьким ступенем прояву ризикованої поведінки таких зв'язків відмічено лише 29.

4. Виділено чотири групи спортсменів-підводників з домінуванням моноmodalного типу схильності до ризику: ЕКР – група із домінуванням емоційно-ризикованого типу схильності до ризику, ККР – група із домінуванням когнітивного компоненту схильності до ризику, ДКР – група із домінуванням дійового компоненту схильності до ризику КрКр – група із домінуванням контрольного-регулятивного компоненту схильності до ризику. Спортсмени, які увійшли у групу емоційного типу схильності до ризику (ЕКР) характеризуються роздратованістю, емоційною нестійкістю, в них спостерігається низький рівень саморегуляції. Представники даного типу мають низький рівень сором'язливості. Схильні до афективного реагування, не схильні до депресій. Спортсмени, котрі утворили групу когнітивного типу схильності до ризику (ККР) мають мінімальну ступінь невротичності, відсутня спонтанна та реактивна агресивність, їм властива інтроверсія й емоційна стійкість. Спортсмени, котрі належать до дійового типу схильності до ризику проявляють значну потребу у спілкуванні, вони характеризують агресивним ставленням до оточуючих та схильністю у домінуванні. Ці спортсмени емоційно нестійкі, дратівливі. Спортсмени, котрі увійшли до контрольного-регулятивної групи схильних до ризику врівноважені, в них відсутня дратівливість, агресивність, невпевненість, їм властиві висока стабільність емоційних станів та грана здатність володіти собою.

5. Встановлено, що локалізація контролю над значущими подіями у спортсменів із мінімальною вираженістю схильністю

до ризику (KOP min) знаходиться у сфері інтернальності. У спортсменів з максимальною схильністю до ризику (KOP max) зафіксовано екстернальний локус контролю.

6. Співставлення середніх показників емоційної оцінки впевненості в успіху у спортсменів із різним індексом схильності до ризику дозволило виявити, що для спортсменів-підводників із KOP-max характерна оптимальна виразність впевненості (68%), що свідчить про активне цілепокладання, високу готовність та результативність. Самооцінка впевненості у спортсменів із мінімальною схильністю до ризику KOP-min (58%) є значно меншою і вказує на відносно нижчу готовність до дій в екстремальних умовах.

7. Програма тренінгу передбачала чотири блоки, що склалися із дванадцяти взаємопов'язаних за змістом занять. Основне призначення вправ I блоку – «Рефлексія внутрішніх ресурсів» полягало у розширенні та поглибленні уявлень про самого себе. II блок – «Знайомство із теоріями рішень та обґрунтованих дій» спрямований на засвоєння алгоритму прийняття раціонального рішення. III блок – «Способи розвитку та корекції особистісних детермінант ризикованої поведінки» мав на меті актуалізацію індивідуально-психологічних особливостей спортсменів-підводників, що обумовлюють прояв когнітивного та контрольного-регулятивного типів схильності до ризику. IV блок – «Усвідомлена трансформація» присвячений закріпленню змін, що відбулися в процесі реалізації програми. Формувальний експеримент довів ефективність запропонованої програми підвищення рівнів стрижневих компонентів схильності до ризику.

Перспективними напрямками подальшої роботи з дослідження готовності до ризику можуть бути: поглиблення існуючих уявлень про механізми, які визначають динаміку його зростання; створення більш ефективних психологічних засобів актуалізації цих механізмів.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славская К.А. Психология и сознание личности / Ксения Александровна Абульханова-Славская. – Москва–Воронеж: Изд-во ИПП, 1999. – 320 с. – (проблемы, методология, теории и исследования реальной личности).
2. Акмеология / А.Деркач, В.Зазыкин. – СПб.: Питер, 2003. – 256 с. – (Серия «Учебное пособие»).
3. Александров Ю.И. От эмоций к сознанию /Юрий Иосифович Александров. – Москва: «Институт психологии РАН», 2006. –293-329 с. – (Психология творчества: школа Я.А.Пономарева).
4. Алешина Е.С. Исследование импульсивности – рефлексивности в дифференциальной психологии обучения / Е.С.Алешина [в кн. Когнитивные стили под ред. В.Колга]. - Таллинн: Таллиннский педагогический институт, 1986. – С. 123-127.
5. Альгин А.П. Новаторство, инициатива, риск [текст] / Анатолий Петрович Альгин. – Ленинград: Лениздат, 1987. – 63, [1] с. – (Библиотечка политинформатора «Вопрос – ответ»)
6. Асеев В.Г. Единство содержательной и динамической сторон мотивации /Виктор Григорьевич Асеев. – Москва: Наука, 1990. – С.78-85. – (Принцип системности в психологических исследованиях).
7. Асмолов А.Г. Когнитивный стиль личности как средство разрешения проблемно-конфликтных ситуаций /Александр Григорьевич Асмолов. - Таллинн: Таллиннский педагогический институт, 1986. – С. 21-23. (В кн. Когнитивные стили. Тезисы научно-практического семинара).
8. Бажин Е.Ф. Метод исследования уровня субъективного контроля / Е.Ф. Бажин, Е.А. Голькина, А.М. Эткин // Психологический журнал. - 1984. – №3 – С.152-162.

9. Базылевич Т.Ф. Задатки прогностических способностей в ситуациях формирования стратегии деятельности /Татьяна Федоровна Базылевич // Психологический журнал. – 1996. – №6.— С.102-110.

10. Балл Г.А. Психология в радиогуманистической перспективе /Георгий Алексеевич Балл. – Киев: Основа, 2006. – 401 с.

11. Бараннік В.А. Формування емоційно-вольової стійкості до діяльності в особливих умовах засобами психологічного тренінгу / В.А.Бараннік, Н.Ю. Волянчук // Четверта наукова конференція Харківського університету Повітряних сил імені Івана Кожедуба, 16-17 квітня 2008. – Матеріали конференції. – Х.: ХУПС, 2008. – 250-251.

12. Бобнева М.И. Социальные нормы и регуляция поведения /Маргарита Исидоровна Бобнева. – Москва: Наука, 1978. – С.24-46.

13. Богомолова С.Н. Индивидуальная восприимчивость к опасности. Психологические и эргономические опросы безопасности деятельности /Сапфо Николаевна Богомолова. – Таллинн: Тезисы докладов научной конференции, 1986. – С. 169 -171. – (Под ред. Котик М.А.).

14. Бодров В.А. Информационный стресс /Вячеслав Алексеевич Бодров. – Москва: ПЕР СЭ, 2000. – 352 с.

15. Бодров В.А. Психологические исследования проблемы профессионализации личности / Вячеслав Алексеевич Бодров. – Москва: Институт психологии АН СССР., 1991. – С.3–26. - (Психологические исследования проблемы формирования личности профессионала) (Сборник научных трудов).

16. Бодров В.А. Психология профессиональной деятельности / Вячеслав Алексеевич Бодров. – Москва: Институт психологии РАН, 2006. – 617 с.

17. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности / Вячеслав Алексеевич Бодров. – Москва: ПЕР СЭ, 2001. – 511 с.

18. Болтівець С.І. Теоретико-методичні засади педагогічної психогігієни: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. псих.наук: спец.

19.00.07. «Педагогіка та вікова психологія» /Сергій Іванович Болтівець. – К., 2005. – 40 с.

19. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика /Александр Федорович Бондаренко. – Киев: Укртехпресс, 1997. – 216 с.

20. Бондаренко А.Ф. Социальная психотерапия личности /Александр Федорович Бондаренко. – Киев: КГПШИЯ, 1991. – 167 с.

21.Бурлачук Л.Ф. Введение в практическую психологию /Леонид Фокич Бурлачук. – Киев: Ника-Центр, 1997. – 126 с.

22. Вассерман Л.И. О системном подходе в оценке психической адаптации / Л.И. Вассерман, М.А. Беребин, М.И. Косенков // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М.Бехтерева. - 1994. – № 3. С.– 89–91.

23. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека /Витис Казиса Вилюнас. – Москва: МГУ, 1990 . – 288 с.

24. Витт Н.В. Личностно-эмоциональная опосредованность выражения эмоций / Надежда Владимировна Витт // Вопросы психологи. - 1991. – № 1. – С. 95-99.

25. Волков А.М. Деятельность: структура и регуляция / Волков А.М., Микадзе Ю.В., Солнцев Г.Н. – Москва: МГУ, 1987. – 163 с.

26. Волянюк Н.Ю. Психологія професійного становлення тренера /Наталія Юрійвна Волянюк. – Луцьк: Волинська обласна друкарня, 2006. – 444 с.

27. Гарскова Г.Г. Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию /Галина Григорьевна Гарскова. – Питер: СПб, 1999. – С. 25-26. – (Ананьевские чтения - 99: тезисы научно-практической конференции).

28. Генковска В.М. Особенности саморегуляции как формы психической устойчивости личности в стрессовых ситуациях: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук: спец. 19.00.01. «Загальна психологія, історія психології» / В. М. Генковска. – К., 1990. – 18 с.



29. Гуревич К.М. Профессиональная пригодность и основные свойства нервной системы /Константин Маркович Гуревич. – Москва: Наука, 1970. – 189 с.
30. Даль В. Толковый словарь великорусского языка /Владимир Даль. – Москва: 1913. – т.3. –1686 с.
31. Дашкевич О.В. Эмоциональная регуляции деятельности в экстремальных условиях: Дис. ... дис. докт. псих. наук: спец. 19.00.01: «Общая психология, история психологии» / Олег Васильевич Дашкевич. – Москва: ГЦОЛИФК, 1985. - 459 с.
32. Дейнека О.С. Экономическая психология / Ольга Дейнека. – СПб: СПбГУ, 2000. – 242 с.
33. Джексон П. Импровизация в тренинге /Пол Джексон. – Питер: СПб., 2002. – 256 с.
34. Дорфман Л.Я. Индивидуальный эмоциональный стиль /Леонид Яковлевич Дорфман // Вопросы психологи. - 1989. – № 5. — С. 89-95 .
35. Дьяченко М.И. Психологические проблемы готовности к деятельности /М. Дьяченко, Л.Кандыбович. – Мн.: Изд-во БГУ, 1976. – С.23–89.
- 36.Егорова М.С. Особенности социализации, влияющие на формирование когнитивных стилей / Марина Егорова [в кн. Экспериментальные исследования по проблемам общей и социальной психологии и дифференциальной психофизиологии]. – М, 1979. – С. 78-84.
- 37.Завалишина Д.Н. Практическое мышление: Специфика и проблемы развития / Динара Николаевна Завалишина. – М.: Изд-во „Институт психологи РАН”, 2005. – 376 с.
- 38.Задорожнюк Н.Е. Феномен риска и его современные экономико-психологические интерпретации /Н.Задорожнюк, А.Зозулюк // Психологический журнал. – 1994. – № 2. – С. 27-34.
39. Зазыкин В.Г. Основные направления исследований деятельности человека-оператора в особых и экстремальных условиях / Владимир

Георгиевич Зазыкин. - Москва: Наука, 1985. – С. 26-41. – (Психологические проблемы деятельности в особых условиях).

40. Зараковский Г.М. Информационно-психологическая безопасность: основные понятия / Г. Зараковский, Г.Смолян. – Москва: ИП РАН, 1997. – С. 40-44. – (Психология и безопасность организации (Под ред. А.В.Брушлинского и В.Е.Лепского)).

41. Зейгарник Б.В. Саморегуляция в норме и патологии /Берта Вульфовна //Психологический журнал. - 1989. - № 2. – С. 122-132.

42. Зинченко В.П. Функциональная структура исполнительных (перцептивно-моторных) действий /Владимир Петрович Зинченко. – Москва: ВНИИТЭ, 1978. – №16. – С. 7-40. – (Эргономика).

43. Иванов П.Н. Влияние некоторых психологических особенностей на процесс общения: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Петр Николаевич Иванов – М., 1985. – 112 с.

44. Иванова Е.М. Основы психологического изучения профессиональной деятельности / Елена Михайловна Иванова. – Москва: МГУ, 1987. – 208 с.

45. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Евгений Павлович Ильин – СПб: Питер, 2001. – 752 с.: ил. – (серия «Мастера психологии»).

46. Канеман Д. Принятие решений в неопределенности: правила и предубеждения / Канеман Д., Словик П., Тверски А.; [ пер. с англ.]. – Харьков: Ин-т прикладной психологии «Гуманистический центр», 2005. – 632 с.

47. Карандашев В.Н. Как жить в условиях стресса / Виктор Карандашев. – Санкт-Петербург, 1993. – 112 с.

48. Киришбаум Э.И. Психологическая защита / Э. Киришбаум, А. Еремеева. – Москва: Прогресс, 2003. – 212 с.

49. Клеббельсберг Д. Транспортная психология / Д.Клеббельсберг [пер. с нем.]. – М.: Транспорт, 1989. – 367 с.

50. Козелецкий Ю.А. Психологические проблемы принятия решений /Юрий Александрович Козелецкий; [пер. с польского Б. Бирюкова]. – Москва: Прогресс, 1979. – 504 с.

51. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини у психофізіологічному забезпеченні діяльності: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. псих. наук: спец. 19.00.02 «Психофізіологія» /Олег Матвеевич Кокун. - К., 2004. – 31 с.

52. Коломінський Н.Л. Психологія менеджменту в освіті (соціально-психологічний аспект) / Наум Львович Коломінський. - Київ: МАУП, 2000. – 286 с. – (Монографія).

53. Кондрацкий А.А. Тип отношения водителя к риску; методика автоматизированной оценки / Кондрацкий Александр Анатольевич. – Таллинн: Тезисы докладов научной конференции, 1986. - С.178-181. – (Психологические и эргономические опросы безопасности деятельности).

54. Конопкин О.А. К вопросу об определении профессиональной надежности машинистов локомотивов / О.А. Конопкин, Л.С. Нерсесян [Проблемы инженерной психологии]. – Ярославль: ЯрГУ: ИП АН СССР, 1976. – 24-30.

55. Конопкин О.А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека /Олег Александрович Конопкин // Вопросы психологии. - 1995. – № 1. – С.5-12.

56. Конопкин О.А. Психические механизмы регуляции деятельности / Олег Конопкин. – М.: Наука, 1980. – 256 с.

57. Корнилова Т.В. Личностные и ситуационные факторы принятия решений в диалоге с компьютером / Т. Корнилова, Т.Чудина. – Москва: Психологический журнал, 1990. – № 4. – С. 32-37.– (Академия наук СССР; т.11).

58. Корнилова Т.В. Психология риска и принятие решений /Татьяна Владимировна Корнилова. – Москва: Аспект Пресс, 2003. – 286 с.

59. Корнилова Т.В. Риск и мышление / Татьяна Владимировна Корнилова // Психологический журнал. - 1994. – Т.15, № 4. – С. 20-32.

60. Костинская А.Г. Зарубежные исследования группового принятия решений, связанных с риском / Александра Геннадьевна Костинская // Вопросы психологии. - 1976. – №5. – С. 171-178.

61. Костюк Г.С. Психология / Григорий Силович Костюк. – Киев: Радянська школа, 1968. – 371 с.

62. Котик М.А. Беседы психолога о безопасности дорожного движения / Михаил Александрович Котик. – Москва: Транспорт, 1990. – 141 с.

63. Котлярова Т.Б. Отношение к риску и импульсивность / Т. Котлярова, С. Маничев // Тезисы научно-практического семинара. - Таллинн, 1986. – С. 95-99.

64. Кочетков В.В. Индивидуально-психологические проблемы принятия решения / В.Кочетков, И. Скотникова. – Москва: Наука, 1993. – 143 с.

65. Краткий психологический словарь: [сост. Карпенко Л.А.] – М.: Политиздат, 1985. – 431 с.

66. Кумбс К.Х. Некоторые подходы к восприятию и оценке степени риска / К.Х.Кумбс. - Москва: Наука, 1981. – С. 51-65. – (В кн.: Нормативные и дескриптивные модели принятия решения).

67. Лапуста М.Г. Риски в предпринимательской деятельности / М. Лапуста, Л.Шаршукова. – М.: ИНФРА, 1998. – 61с.

68. Ларичев О.И. Проблемы принятия решений с учетом факторов риска и безопасности / Ларичев Олег Иванович. – Москва: Вестник АН СССР, 1987. – С. 89-101.

69. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / Леонтьев Алексей Николаевич. – Москва: Политиздат, 1975. – 304 с.

70. Лихачев Б.Т. Педагогика / Лихачев Борис Тимофеевич. - Москва: Юрайт, 1999. – 523 с. – (Курс лекций) ( Учебное пособие для студентов пед. учеб. заведений и слушателей КПК И ФПК; 4-е изд., перераб. и доп.).

71. Ложкин Г.В. Практическая психология в системах «человек-техника» / Г. Ложкин, Н.Повякель. – К.: МАУП, 2003. –244-251 с.

72. Ложкин Г.В. Особые условия и деятельность: определение понятий /Г.Ложкин, С.Предко. – К.: НАУ, 2008. – С. 63-64. – (Актуальні проблеми психології діяльності в особливих умовах)( Матер. III науково-практич. конф.).

73. Ломов Б.Ф. Личность в системе общественных отношений /Ломов Борис Федорович // Психологический журнал. – 1981. – Т.2. – № 1. – С. 3–17.

74. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологи /Ломов Борис Федорович. – Москва: Наука, 1984. – 444 с.

75. Ломов Б.Ф. Психологическая регуляция деятельности /Ломов Борис Федорович. – Москва: Институт психологии РАН, 2006. – 624 с. – (Избранные труды).

76. Лукьянова Н.Ф. К вопросу об изучении склонности к риску у курсантов летных училищ / Н.Ф.Лукьянова, Е.Н.Лобова, Е.К. Бай-Балаева // Психологические и эргономические вопросы безопасности деятельности. – Тарту, 1986. – С.58-60.

77. Лушин П.В. Психология личностного изменения /Лушин Павел Владимирович. – Кировоград: Имекс ЛТД, 2002. – 360 с.

78. Максименко С.Д. Метод дослідження особистості /Максименко Сергей Дмитриевич // Практична психологія та соціальна робота. - 2004. - №7. – С. 1–8.

79. Максименко С.Д. Основы генетичної психології /Макименко Сергей Дмитриевич. - К.: НПЦ Перспектива, 1998. – 220 с. – (Навч. посібник).

80. Маничев С.А. Риск в трудовой деятельности человека / Маничев Сергей Алексеевич. – Л.: ЛГУ, 1988. –140-148 с.

81. Маслоу Абрахам Х. Мотивация и личность / Маслоу Абрахам Херольд [Пер. с англ. Татлыбаевой А.М].– СПб.: Евразия, 1999. – 478 с. - (Вступительная статья Акулиной Н.Н.).

82. Мерлин В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности /Мерлин Вольф Соломонович. – Москва: Педагогика, 1986. – 256 с.
83. Мечитов А.И. Восприятие риска / Александр Мечитов, Сергей Ребрик // Психологический журнал. –1990. – Т.11. – № 3 – С. 87-95.
84. Моляко В.А. Психологический анализ творческого потенциала М.А.Врубеля /Моляко Валентин Алексеевич. – М.: Институт психологии РАН, 2006. –394-408 с. – (Психология творчества: школа Я.А.Пономарева / Под ред. Д.В.Ушакова).
85. Моляко В.А. Психология конструкторской деятельности /Моляко Валентин Алексеевич. – М.: Наука, 1983. – 134с.
86. Моросанова В. Стилевая саморегуляция поведения человека /Варвара Моросанова, Елена Коноз //Вопросы психологии. – 2000. – №2. – С.118-127.
87. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции /Моросанова Варвара Ильинична. – М.: Наука, 1998. – 192 с. – (Феномен, структура и функции в произвольной активности человека).
88. Москаленко В.В. Соціальна психологія /Москаленко Валентина Владимировна. – К.: Центр навчальної літератури, 2005. – 624 с.
89. Мэскон М. Основы менеджмента /Мэскон М., Альберт М., Хедоури Ф. – Москва: Наука,1992. – 346 с.
90. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных /Наследов Андрей Дмитриевич. – СПб.: Речь, 2004. – 392 с.
91. Науково-методичний твір, психодіагностическа методика «Тест-опросник качественних компонентів схильності до ризику / С.В. Бикова, О.П. Саннікова. – К. : Міністерство освіти і науки України, 2008. – 26 с.
92. Небылицин В.Д. Основные свойства нервной системы человека /Небылицин Владимир Дмитриевич. – М.: Просвещение, 1966. – 221 с.

93. Никифоров Г.С. Методы принятия управленческих решений /Никифоров Герман Сергеевич. – Рига: Балтийский русский институт, 2005. – 122 с.
94. Обознов А.А. На пути построения системной модели психической регуляции операторской деятельности // А.А.Обознов [Хрестоматия сост. Вячеслав Алексеевич Бодров]. – М.: ПЕР СЭ; Логос, 2007. – С. 464-473.
95. Овчинников Н.Д. Психофизиологические критерии оценки уровня безопасности и надежности деятельности человека в экстремальных ситуациях / Н.Д.Овчинников, В.И Егозина [Основы психофизиологии экстремальной деятельности / под ред. А.Н.Блеера]. – М.: Анита Пресс, 2006. - С. 326-338.
96. Ожегов С.И. Словарь русского языка /Ожегов Сергей Иванович. – М.: Русский язык, 1987. – 797 с.
97. Орбан-Лембрик Л.Е. Активність особистості як форма вияву її індивідуальності професіоналізму /Орбан-Лембрик Лидия Эрнестовна // Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – 2002. – Т.1. – С. 140–143.
98. Охременко О.Р. Проблеми психологічної інтервенції // Актуальні проблеми психології. – 2005. – Т.5, Ч.1. – С. 88–93.
99. Павлов И.П. Полное собрание сочинений /Павлов Иван Петрович. – М.: Наука, 1951. – 112 с.
100. Петренко О.В. Структурно-змістові особливості професійних компетенцій пілота-інструктора: психологічний вимір / О.В.Петренко // Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції [«Актуальні проблеми психологічної діяльності в особливих умовах»]. (Харків, 15 лютого, 2007 р) – Київ, 2007. – С. 23-26.
101. Петровский В.А. Психология неадаптивной активности / Петровский Вадим Артурович. – М.: ТОО «Горбунок», 1992. – 224 с.
102. Платонов К.К. Краткий психологический словарь-хрестоматия / Константин Константинович Платонов. – М.: Высшая школа, 1989. – 134 с.

103. Платонов К.К. Структура и развитие личности / Константин Константинович Платонов. – М.: Наука, 1986. – 255 с.

104. Пономаренко В.А Человеческий фактор и безопасность посадки / В.А Пономаренко, В.В.Лапа, Лемещенко Н.А. – Москва: Воениздат, 1993. – 112 с.

105. Пономаренко В.А. Принцип активного оператора в автоматизированных системах управления / В.А.Пономаренко, Н.Д.Завалова [хрестоматия сост. Вячеслав Алексеевич Бодров]. – М.: ПЕР СЭ; Логос, 2007. – С. 830-838.

106. Пономаренко В.А. Профессия – психолог труда /Владимир Пономаренко. – М.: Институт психологии РАН, 2007. – 398 с.

107. Пономаренко В.А. Психология человека опасной профессии (Концепция опасной профессии) // В.А.Пономаренко [хрестоматия сост. Вячеслав Алексеевич Бодров]. – М.: ПЕР СЭ; Логос, 2007. – С. 225-231.

108. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности: учебное пособие / [Никифорова Г.С., М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. и др.]; под ред. Г.С. Никифорова – СПб.: Речь, 2003. – С. 311–32.

109. Предко С.В. Психологические характеристики деятельности в особых условиях /С.В.Предко // Вісник післядипломної освіти: Зб. наук. праць. – Вип. 9 / Ред. Кол. В.В.Олійник (гол.ред.) та ін. – К.: Геопринт, 2008. – С.292-299.

110. Предко С.В. Мотиваційна детермінація схильності до ризику у спортсменів-підводників / С.В.Предко // Вісник Національного технічного університету України „КПІ”: Філософія, психологія, педагогіка. – К.: НТУУ „КПІ”, 2009. - №1 (25). – С.100-103.

111. Предко С.В. Представление и понимание риска в психологии /С.В.Предко // Вісник післядипломної освіти: Зб. наук. праць. – Вип. 7 / Ред. Кол. В.В.Олійник (гол.ред.) та ін. – К.: Геопринт, 2008. – С. 217-223.



112. Предко С.В. Джерела та фактори ризикованої поведінки спортсменів-підводників /С.В.Предко // Вісник Національної академії оборони України: Зб. наук. праць. – № 3 (11), 2009. – С. 156-160.

113. Проблемность в профессиональной деятельности: теория и методы психологического анализа. – М.: Издательство «Институт психологии РАН», 1999. – 358 с.

114. Психодиагностика: Конспект лекций / Сост. С.Т. Посохова. – М.: ООО «Изд-во АСТ»; СПб.: ООО «Сова», 2004. – 156 с.

115. Психологическая готовность к экономическому риску: тезисы докладов I Международной научно-практической конференции [Психология безопасности профессиональной деятельности], (Москва, 17-18 ноября 1999г). – М.: Когинто-Центр, 1999. – С. 40-41.

116. Психологические исследования: Вып.1 /Под ред. А.Л.Журавлева, Е.А.Сергиенко. – М.: «Институт психологии РАН», 2006. – 224 с.

117. Психологический словарь / Под ред. А.В.Петровского, М.Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 1990. – 389 с.

118. Психология XXI века / Под ред. В.Н.Дружинина. – М: ПЕР СЭ, 2003. – 863с.

119. Психология творчества: школа Я.А.Пономарева / Под ред. Д.В.Ушакова. – М.: Институт психологии РАН», 2006. – 624 с.

120. Пушкин В.Н. Построение ситуативных концептов в структуре мыслительной деятельности / Владимир Ноевич Пушкин // Проблемы общей, возрастной и педагогической психологии. – М.: Педагогика, 1978. – С.106-120.

121. Рогов Е.И. Личность учителя: теория и практика / Е.И.Рогов. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 1996. – 512 с.

122. Рождественская В.И. Функциональное состояние при монотонной работе и сила нервной системы /В.И.Рождественская // Проблемы дифференциальной психофизиологии. – 2002. - Т. 7. – С. 124-136.

123. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии /Рубинштейн Сергей Леонидович. – СПб.: Питер, 2004. – 713с.

124. Рудашевский В.Д. Риск, конфликт, неопределенность в процессе принятия решений и их моделирование / В.Д.Рудашевский // Вопросы психологии. – 1974. – № 2. – С.84-94.

125. Русалов В.М. О природе темперамента и его месте в структуре индивидуальных свойств человека / В.М. Русалов // Вопросы психологии – 1985. – № 1. – С.19-32.

126. Самосознание и защитные механизмы личности: Хрестоматия. – Самара, 2004. – 228 с.

127. Санникова О.П. Адаптивность личности / О. Санникова, О.Кузнецов. – Одесса: Издатель Н.П.Черкасов, 2009. – 258 с. – (Монография).

128. Санникова О.П. Эмоциональность в структуре личности /Санникова Ольга Павловна. – Одесса: Хорс,1995. – 334 с.

129. Семиченко В.А. Психологія особистості /Семиченко Валентина Анатольевна. – К.: Видавець Ешке О.М., 2001. – 427 с.

130. Синдром «Професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти: [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти] / За наук. ред. С.Д.Максименка, Л.М.Карамушки, Т.В.Зайчикової. – К.: Міленіум, 2004. – 264 с.

131. Скотникова И.Г. Системная взаимосвязь сенсорных стратегий и особенностей индивидуальности: анализ с привлечением категории когнитивного стиля /Скотникова Ирина Григорьевна. – М.: ИП АН СССР, 1988. – С. 149 – (В кн. Системный анализ сенсорно-перцептивных процессов) (Сборник научных трудов).

132. Скрыга А.Н. Диагностика риска в структуре деятельности / А. Скрыга, А.Туровская.– М.: АН СССР, 1984. –95-98 с. – (Проблемы диагностики и управления состоянием человека-оператора) (Тезисы научных сообщений Всесоюзной конференции).

133. Собчик Л.Н. Диагностика межличностных отношений / Людмила Николаевна Собчик. – Москва: Наука, 1999. – 242 с.

134. Современная психология: многообразие научного поиска / под ред. Р.А.Ахмерова, С.П. Дырина, А.Л.Журавлева. – М.: «Институт психологии РАН»; Набережные Челны: Институт управления, 2007. – 420 с.
135. Солнцева Г. Н. Риск как характеристика действий субъекта / Г. Н. Солнцева, Т.В.Корнилова. – М.: НИЦ «Инженер», 1999. – 80 с.
136. Солнцева Г.Н. О психологическом содержании понятия «риск» / Г. Н. Солнцева // Вестник МГУ, – Серия 14, «Психология». - 1999. – № 2. – С. 14-22.
137. Спилбергер Ч. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги /Спилбергер Чарльз. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – С.12-24. – (Стресс и тревога в спорте).
138. Степанов С.Ю. Психология творчества и рефлексии в современных социальных практиках / Степанов Сергей Юрьевич. – М.: Институт психологии РАН, 2006. – 482с. – (Психология творчества) (школа Я.А.Пономарева; под ред. Д.В.Ушакова)
139. Суходольский Г.В. Социотехническая и инженерно-психологическая концепция деятельности / Г.В. Суходольский [хрестоматия сост. Вячеслав Алексеевич Бодров]. – М.: ПЕР СЭ; Логос, 2007. – С. 803-808.
140. Теплов Б.М. Избранные труды / Борис Михайлович Теплов. – Москва: Наука, 1985. – 436 с.
141. Тимирев Р.М. Психологические исследования профессиональной деятельности спасателей в чрезвычайных ситуациях / Р.М. Тимирев // психологические исследования. – Москва, Институт РАН, 2007. - Вып. 2. – С. 274-286.
142. Тренинг профессиональной идентичности: руководство для преподавателей вузов и практикующих психологов, (Автор-составитель [Лидия Бернгардовна Шнейдер], (Москва, Издательство Московского психолого-социального института). - Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2004. – 208с.

143. Третьяков В.П. Психология безопасности эксплуатации АЭС / Владимир Третьяков. – М.: Энергоатомиздат, 1993. – 176 с.
144. Тягунов А.А Психологические аспекты банкротства. Объективные предпосылки адекватного восприятия несостоятельности (банкротства) субъектами антикризисного управления / А. А.Тягунов, Е. А. Евстифеева, Т.П.Емельянова, А.Л.Журавлев, Г.В. Телятников. – М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2002 . – 80-100 с. – (Современные проблемы психологии управления).
145. Узнадзе Д.Н. Психология установки /Узнадзе Дмитрий Николаевич. – СПб.: Питер, 2001. – 416 с.
146. Холодная М.А. Когнитивные стили: о природе индивидуальности ума /Холодная Марина Александровна. – М.: ПЕР СЭ, 2002. – 304 с.
147. Холодная М.А. Когнитивные стили: парадигма «других» интеллектуальных способностей / Холодная Марина Александровна. – М.: Смысл, 1998. – С. 52-63. – (Стиль человека: психологический анализ; под общей ред. А.В. Либина).
148. Чепелевої Н.В. Проблеми психологічної герменевтики /Чепелева Наталия Васильевна. – К.: Міленіум, 2004. – 276 с. – (Монографія).
149. Черникова О.А. Соперничество, риск, самообладание в спорте /Черникова Ольга Александровна. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 104 с.
150. Шадриков В.Д. Деятельность и способности / Шадриков Владимир Дмитриевич. – М.: Логос, 1994. – 320 с.
151. Шадриков В.Д. Проблемы системогенеза профессиональной деятельности / Шадриков Владимир Дмитриевич . – М.: Наука, 1982. – 184 с.
152. Шадриков В.Д. Способности человека / Владимир Шадриков. – Ярославль, 2001. – С. 73-87.
153. Швалб Ю.М. Психологические модели целеполагания /Швалб Юрий Михайлович. – К.: Стилос, 1997. – 240 с.
154. Шварц Л.М. Состояние функций организма и работоспособности моряков /Шварц Лоран-Моиз. – Л.: Медицина, 1980. – 192 с.

155. Шемет И.С. Профилактика подводного стресса методом водного ребефинга: материалы V Международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта [«Рудиковские чтения»], (Москва, 2-5 июня 2009г.) – Москва: РАПФКС, 2009. – С. 332-334.

156. Шкуратова И.П. Когнитивный стиль и общение / Ирина Шкуратова. – Ростов-на-Дону: РПУ, 1994. – 156 с.

157. Щекин Г.В. Организация и психология управления персоналом /Щекин Георгий Васильевич. – К.: МАУП, 2002. – 832 с.

158. Энкельманн Н. Б. Власть мотивации. Харизма, личность, успех / Энкельманн Николаус [пер. с нем]. – Москва: АО «Интерэксперт», 1999. – 272 с.

159. Яничева Т.Г. Влияние когнитивно-стилевых особенностей на восприятие и оценку социальных ситуаций / Т.Г. Яничева // Психологические и эргономические вопросы безопасности деятельности. – Тарту, 1986. – С.163-166.

160. Яценко Т.С. Активная социально-психологическая подготовка учителя к общению с учащимися: Книга для учителя / Яценко Тамара Сергеевна. – К.: Освіта, 1993. – 207 с.

161. Яценко Т.С. Теорія і практика групової психокорекції: Навч. посіб /Яценко Тамара Сергеевна.: – К.: Вища шк., 2004. – 679 с. – (Активне соціально-психологічне навчання).

162. Ajdukovic D., Ajdukovic M. Mental health and care of helpers. Society for Psychological Assistance, Zagreb. – 2000. – P. 30–129.

163. Allport G.W. Personality: A psychological interpretation. – N.Y., Holt, 1938. – 588 p.

164. Anderson W. The greatest risk of all. Why some people take chances that change their lives – and why you can too // Boston, Mifflin, 1988, 242 p.

165. Atkinson J.W. Motivational determinants of risk taking behavior // Psychological Rev. – 1957. – V 64. – P. 359-371.

166. Bandura A. Regulation of cognitive processes through perceived self-efficacy // *Developmental Psychology*. – № 25. – 1989. – P.729–735.

167. Carbonell, Enrique J. Psychological markers of risk related to age “The young drivers” // University of Valencia, Valencia, Spain. // Symposia “Traffic Psychology: Issues in intercultural traffic psychology: attitudes to safety in different countries of Europe”, 1999. 234 p.

168. Coombs C.H. Portfolio theory and the measurement of risk // *Human judgment and decision processes* /Ed. M.p. Kaplan, S.Schwartz. – New York: Acad.Press, 1986. – 64 p.

169. Dahlback Jlf. Criminality and risk taking // *Pers. and indiv. diff.* – 1990. – V.11. – №4. – P. 265-272.

170. Endler N. Interface between personality and cognition // *European Journal of Personality*. – 2000. – V.14. – P. 377–389.

171. Fuller Ray G.C. Learning risk ness // *Irish J. Psychol.* – 1992. – V.13. – № 2. – P.250-257.

172. Glendon, Ian A. Risk Homeostasis theory in simulated environments // Symposia “Traffic Psychology: Issues in intercultural traffic psychology: attitudes to safety in different countries of Europe, 1999. – V. 12. – P. 101-112.

173. Globerson T. Mental capacity, mental effort and cognitive style/ *Develop. Review*, 1983. – V.3. – P.292-302.

174. Goma-i-Freixanet M. Personality profile of subjects engaged in high physical risk sports // *Person. Individ. Diff.* – 1991. – V.12. – №10. – P. 1087-1093.

175. Hakamies-Blomqvist, Liisa E. Feelings of mental load relative to different traffic situations in old and middle-aged drivers / University of Helsinki< Helsinki, Finland // Symposia “Traffic Psychology: Issues in intercultural traffic psychology: attitudes to safety in different countries of Europe, 1999. – V. 12. – P. 124-128.

176. Hewstone M., Stroebe W., & Stephenson G.M. /Eds/ *Introduction to socialpsychology*. 2-nd edition. – London; Blackwell Publishers, 1996. – 698 p.

177. Hoog M.A. & Vanghon G.M. Social psychology: An introduction. – London: Prentice Hall, 1995. – 662 p.
178. Howard I.P. Human visual orientation. – New York: John Wiley, 1982. – 320p.
179. Jones E.E., Pittman T.S. Toward a general theory of strategic self-presentation // Psychological Perspectives on the Self / Eds. J.Suls. – Vol.1 Hillsdale. – N.Y. Lawrence Erlbaum, 1982. – P.231–264.
180. Kagan J. Reflection–impulsivity: The generality and dynamics of conceptual tempo // J.Abnorm. Psychological. – 1966. – V.71. – №1. – P. 17-24.
181. Kahneman D., Tversky A. Prospect theory: An analysis of decision under risk // Econometrica, 1979. – V.47. – P. 263-291.
182. Klein G.S. Perception, motives and personality. – N.Y., 1970. – 342 p.
183. Kogan N., Wallach M.A. Risk taking: A study in cognition and personality. – N.Y.: Holt, Rinehart and Winston, 1984. – 278 P.
184. Kronik A.A. Definitions and interpretations of Life-Line indexes // 8–th International Conference on Motivation. Moscow: Russian State University of Humanities, 2002. – P. 64–66.
185. Lazarus R.S., Folkman S. Stress appraisal and coping. N.Y.: Springer, 1984. – P. 22–46.
186. Leary M.R. & Kowalsky R.M. Impression management: A Literature review and two–component model. // Psychological Bulletin. – 1990. – Vol. 107. – P.340–347.
187. Levy Th. Adjustment of risk // Peadalus Fall. – 1190. – P.62-72.
188. McClelland D.C., Atkinson J.W., Clark R.A., Lowell E.L. A scoring manual for achievement motive. In: Motives in Fantasy, Action and Society, N.Y, 1958. – P.112-148.
189. McNaughton N. Stress and behavioral inhibition // Stress – From Synapse to Syndrome/ Ed. S.C. Stanford, P. Salmon. – London: Academic Press, 1993. – P. 191–206.

190. Noriyuki Matsuda, Jiro, Ihara Takashi Kusumi. Belief, preference and willingness under ambiguity // *Jap. Psychol. Res.*, 1994. - 36.- №1. - P.29-40.
191. Predko S.V. Athlete's styles of behavior under conditions of risk // XXIX-th International Congress of Psychology (ICP): Berlin, Germany. - 2008. – [www.icp2008.de](http://www.icp2008.de).
192. Ratajczar Zofia O strategiach radzenia sobcie w sytuacji ekstremalnych wymagan // *Ergonomica*, 1994. – V. 17. - № 1. – P. 175- 179.
193. Risk and Society. Studies of risk generation and reactions // Ed. By A.Sjoberg. – London, 1988. – 264 p.
194. Risser Ralf. Risk perception as a function of physical and social isolation of car drivers 2-nd Eur. Congr.Psychol., Budapest, 8-12 July, 1991, Abstract, V.1, P. 303.
195. Rotter I.B. Generalized expectancies for internal versus external control for reinforcement / *Psychol. Monogr.*, 1966. V.80 - №1. – 242 p.
196. Selye H. The stress concept today / I.L. Kutash, L.B.Schlesinger and Associates (Eds.), Handbook on stress and anxiety. 1980. San Francisco: Jossey-Bass. – P. 127-143.
197. Slovic P. Information processing, situation specificity and generality of risk-taking behavior. Eugene, Oregon Research inst., 1971. – P. 36.
198. Starr Ch. Social benefit versus technological risk. *Science*, 1984, V. 165. – P. 1233-1238.
199. Trimpop Riidiger M. What motivates us to take which risk and how do we change that ? // 2-nd Eur. Congr. Psychol. Budapest, 8-12 July, 1991: Abstr. V.1. – P.379.
200. Vlek Charles A.J. A multi-level, multi-stage and multi-attribute perspective on risk assessment, decision-making and risk control // *J.Risk, Decision and policy*, 1999. – V.1. – P. 9-31.
201. West Robert What causes risky driving? The role of personality and attitudes // Symposia “Traffic Psychology: Issues in intercultural traffic



psychology: attitudes to safety in different countries of Europe, 1999. – V. 12. – P. 268-302.

202. Williams C.A., Smith M.L., Young P.C. Risk management and insurance. – New York, 1995. – 231 p.

203. Witkin H.A., Lewis H.B. Personality through perception. – N.Y, Harper, 1977. – 571 p.

204. Wyatt Gary. Risk taking and risk avoiding behavior: The impact of some dispositional and situational variables // J.Psychol. – 1990. – № 4. – P.437-447.

205. Zeidner M., Saklofske D. Adaptive and maladaptive coping //Handbook of coping: theory, research, applications / Ed. By M. Zeidner and N.S. Endler. N.Y.: John Wiley & Sons, 1996. – P. 505–531.