

Міністерство освіти і науки України

Національний університет фізичного виховання і спорту України

**ГОЛЕЦЬ ОЛЕКСАНДРА ВІКТОРІВНА**

УДК 796.015.365:159.923

**ЦІННІСНО-СМИСЛОВА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ СПОРТСМЕНІВ  
ТА ЇЇ ПЕРЕТВОРЕННЯ В ПРОЦЕСІ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ**

24.00.01 - олімпійський і професійний спорт

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата наук з фізичного виховання та спорту

Київ – 2014

Дисертацією є рукопис

Робота виконана в Національному університеті фізичного виховання і спорту України, Міністерство освіти і науки України

**Науковий керівник** кандидат педагогічних наук, доцент **Гринь Олександр Романович**, Національний університет фізичного виховання і спорту України, професор кафедри психології і педагогіки

**Офіційні опоненти:**

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор **Костюкевич Віктор Митрофанович**, Вінницький державний педагогічний університет імені М. Коцюбинського, завідувач кафедри теорії та методики спорту;

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент **Мітова Олена Олександрівна**, Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, завідувач кафедри спортивних ігор

Захист відбудеться 27 січня 2015 р. о 14.00 на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.829.01 у Національному університеті фізичного виховання і спорту України (03680, м. Київ – 150, вул. Фізкультури, 1).

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, м. Київ -150, вул. Фізкультури, 1).

Автореферат розісланий 24 грудня 2014 р.

Учений секретар  
спеціалізованої вченої ради



В. І. Воронова

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність.** Проблема вдосконалення сучасної системи підготовки спортсменів є самостійним предметом досліджень і включає питання побудови структури мікро-, мезо- і макроциклів, вдосконалення технічної, тактичної та інших аспектів процесу підготовки спортсменів (В.М. Платонов, 1997, 2004, 2013; В.Г.Савченко, 1997; В.М.Костюкевич, 2014). Однак, незважаючи на детальну розробку багатьох аспектів підготовки спортсменів у спорті вищих досягнень, психологічні сторони процесу спортивної діяльності вивчені все ще недостатньо.

Фахівці, які займаються проблемами психології спорту, вивчали питання мотивації (М. П. Пилюк, 1998; Р. А. Пилоян, 2002, 2008; Є.П. Ільїн, 2006, 2009) психології спортивної команди (В.І. Моросанова, 2002; Р.М. Загайнов, 2005; Ю.С. Жемчуг, 2007), самоконтролю і саморегуляції у спорті (Л. А. Коростильова, 2005; С.Ю. Ключніков, 2008), різні форми психологічного забезпечення спортивної діяльності. Одночасно слід виділити низку досліджень, присвячених аналізу психологічних особливостей особистості спортсмена (Р.А.Пилоян, 2007, О.О.Мітова, 2013 та ін.). Проблематика особистості спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності вимагає більш глибокого й ретельного вивчення та залишається актуальною. Спортсмен, його внутрішній світ часто були поза полем зору спортивних фахівців, серед яких і психологи, а психологічна проблематика особистості спортсмена повинна стати предметом постійного вивчення.

В той же час роботи, у яких була б детально вивчена динаміка ціннісно-смилових утворень особистості спортсмена у процесі багаторічної підготовки, практично відсутні, хоча ціннісно-смилова сфера особистості є важливою складовою успішності у спорті, тому що вона включає уявлення й поєднує різні мотиваційні утворення: життєві настановки й позиції, світогляд і переконання, цілі й домагання, ідеали, які є значущими для спортсмена і певним чином впливають на процес спортивного вдосконалення.

У відповідних наукових роботах є фрагментарні дані досліджень ролі й необхідності формування ціннісно-смилової сфери особистості спортсмена. Проте, в них відбиті лише загальні уявлення про морально-вольові аспекти спортивної підготовки, а також проблеми особистісної адаптації у професійному самовизначенні фахівців з фізичного виховання та спорту (Л. П. Матвеев, 2002). Що ж стосується детального вивчення тих перетворень, яким підлягає вся мотиваційна сфера особистості, її спрямованість на різних етапах спортивного вдосконалення, то такі дані практично відсутні в доступній нам літературі (А.В.Родіонов, 2004; В.А.Бордов, 2005). В той же час великого значення набуває проблематика особистості спортсмена через те, що зміст і цінності створюють у свідомості ту мету, яка стимулює спортсмена до досягнення більш високого результату (О.В.Бобровський, 2005; В.Ф.Сопов, 2005; С.П.Іваненков, 2009; Є.П.Ільїн, 2009; Ю.Я.Кисельов, 2009; В.М.М'ясищев, 2011).

Таким чином, аналіз наявних даних показує, що проблема вивчення ціннісно-смилової сфери особистості спортсмена не була предметом спеціальних досліджень і вимагає більш глибокого вивчення, що визначило актуальність і вибір теми цієї роботи.

**Зв'язок роботи з науковими планами, темами.** Дисертацію виконано згідно зі «Зведеним планом науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури та спорту

на 2005-2010 рр.» Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту, тема 2.4.6. «Психологічні проблеми підготовки й розвитку суб'єктів спортивно-педагогічної діяльності в сфері фізичного виховання та спорту» (номер держреєстрації 0106U006133); «Зведеним планом науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури та спорту на 2011-2015 рр.» та Тематичного плану НДР Міністерства освіти і науки України на 2012-2014 рр., тема 2.19 «Детермінанти психологічного супроводу і педагогічних способів удосконалення підготовки спортсменів у різних видах спорту» (номер держреєстрації 0111U001727).

Дослідження виконані за особистої участі автора (як співвиконавця) у розробці зазначеної проблеми. Внесок дисертанта у виконання теми полягає в аналізі і узагальненні теоретичного та обґрунтуванні практичного матеріалу стосовно ціннісно-сислової сфери особистості спортсменів і її перетворення у процесі багаторічної підготовки.

**Мета роботи** – вивчити зміну ціннісно-сислової сфери спортсмена у процесі багаторічної підготовки на підставі дослідження смисложиттєвих орієнтацій особистості.

#### **Завдання.**

1. Вивчити стан питання в науково-методичній літературі про роль і вплив ціннісно-сислової сфери особистості спортсмена на успішність його професійної діяльності.

2. Проаналізувати особливості прояву ціннісних орієнтацій спортсменів різних видів спорту в процесі багаторічної підготовки.

3. Визначити відмінності у формуванні термінальних цінностей і життєвих сфер спортсменів різного віку в процесі тренувальної діяльності.

4. Розробити, експериментально обґрунтувати та перевірити ефективність психокорекційної програми, спрямованої на розвиток ціннісних орієнтацій у процесі психологічного супроводу спортивної діяльності кваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються в різних видах спорту.

**Об'єктом дослідження** виступає ціннісно-сислова сфера особистості спортсменів.

**Предметом дослідження** є особливості динаміки структури ціннісно-сислової сфери особистості спортсменів в процесі багаторічної підготовки.

**Методи дослідження.** Вибір методів визначався необхідністю системного вивчення різних аспектів предмета дослідження, одержання достовірних даних, коректною математичною обробкою матеріалів дослідження. У ході дослідження були визначені два основні етапи: констатуючий і формуючий.

Для досягнення поставленої мети і завдань використані такі методи дослідження: узагальнення науково-методичної, психолого-педагогічної та спеціальної літератури з проблеми дослідження; методи психодіагностики; педагогічне спостереження у процесі тренувальної та змагальної діяльності; методи опитування (бесіда, інтерв'ю, анкетування); методи математичної статистики.

**Наукова новизна** досліджень полягає в тому, що:

- вперше здійснено комплексний науковий підхід до оцінки термінальних цінностей і життєвих сфер у кваліфікованих спортсменів з урахуванням віку й гендерних відмінностей;

- вперше визначено динаміку прояву життєвих цінностей у кваліфікованих спортсменів з урахуванням спортивної кваліфікації, віку та гендерних відмінностей в процесі спортивного удосконалення;
- підтверджено дані щодо визначення ціннісно-сміслових орієнтацій, їх місце і роль у психологічній структурі особистості спортсмена;
- доповнено дані, що характеризують шляхи самореалізації через формування ціннісно-сміислової сфери особистості кваліфікованих спортсменів на етапах багаторічної підготовки;
- розглянуто особливості спортивної діяльності кваліфікованих спортсменів на підставі перетворення ціннісно-сміислової сфери в різних видах спорту.

**Практична значущість** дослідження полягає у впровадженні практичних рекомендацій, спрямованих на розвиток і зміцнення смисложиттєвих орієнтацій спортсменів у процесі багаторічної підготовки, у практику психологічного супроводу при проведенні навчально-тренувальних зборів спортсменів, які спеціалізуються в єдиноборствах, циклічних, складнокоординаційних та ігрових видах спорту. Результати дослідження впроваджені у навчальний процес НУФВСУ у межах викладення дисциплін «Психологія здоров'я та здорового способу життя», «Психологія спорту і фізичного виховання».

Результати впровадження підтверджено відповідними актами.

**Особистий внесок автора** в опублікованих спільно наукових працях полягав у постановці напрямків досліджень, аналізі спеціальної літератури й документів за темою досліджень, організації та проведенні експерименту, аналізі й інтерпретації отриманих результатів.

**Апробація результатів дисертаційного дослідження.** Результати дослідження були викладені здобувачем у вигляді доповідей і тез на: X-XI Міжнародних науково-практичних конференціях «Молода спортивна наука України» (Львів, 2006, 2007), Міжнародних науково-практичних конференціях «Фізична культура, спорт і здоров'я нації» (Вінниця, 2004, 2006), IX, XIV Міжнародних наукових конгресах «Олімпійський спорт і спорт для всіх» (Київ, 2005, 2010), Міжнародних наукових конференціях психологів «Рудиковські читання» (Москва, 2009, 2013), Всеукраїнській науково-практичній конференції студентів і молодих вчених «Детермінанти поведінки і діяльності людини: психологічний аспект» (Донецьк, 2010), Всеукраїнських психолого-педагогічних Демиденківських читаннях (Бердянськ, 2013), V Міжнародній науково-практичній конференції «Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві» (Луцьк, 2012), щорічних науково-практичних конференціях кафедри психології і педагогіки Національного університету фізичного виховання і спорту України (2005-2014).

**Публікації.** Основні положення дисертації знайшли відображення в 17 наукових працях, з них 7 опубліковані у фахових виданнях України, 3 – у міжнародних наукометричних виданнях.

**Структура й обсяг дисертації.** Дисертаційна робота викладена на 180 сторінках основного тексту, складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, практичних рекомендацій, додатка та списку використаної літератури (215 джерел, з яких 38 зарубіжних), 20 таблиць і 39 рисунків.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У вступі обґрунтовано актуальність теми дослідження, її зв'язок з науковими планами, темами, сформульовано мету, визначені об'єкт, предмет і завдання дослідження; розкрито наукову новизну й практичну значущість роботи, представлено інформацію про особистий внесок здобувача у спільно опублікованих наукових роботах; зазначена область апробації результатів дослідження й кількість публікацій, у яких викладені основні положення дисертаційної роботи.

У першому розділі **«Основні напрямки досліджень проблеми ціннісно-сміслової сфери як інтегративного підґрунтя спрямованості суб'єкта діяльності»** систематизовані та узагальнені дані спеціальних літературних джерел, які розглянуті в дисертаційній роботі. Теоретичний аналіз дозволив визначити, що успішність у спорті супроводжують особистісні змісти й цінності спортсмена (Д.А. Леонтьєв, 2003). Встановлено, що серед чинників, які обумовлюють формування особистості, здатної до самореалізації, центральне місце належить ціннісним орієнтаціям, що детермінують напрямок і рівень активності суб'єкта, становлення його особистості. Основуючись на динаміці ціннісних орієнтацій можна здійснити перебудову свідомості особистості й включитися в її реалізацію. Ціннісні орієнтації мають велике значення для формування активної особистості і її готовності до подолання труднощів, будучи центральним особистісним утворенням, що виконує регулятивні функції в становленні мотиваційної, вольової й емоційної сфери суб'єкта.

Ціннісні орієнтації за своєю значущістю є такими, що визначають сенс життя спортсмена. Формування й динаміка ціннісних орієнтацій спортсмена надають змісту і цілям особливого значення, задають ракурс бачення діяльності (дій, операцій) і самого себе у процесі їх здійснення.

У другому розділі **«Методи та організація дослідження»** описані та обґрунтовані методи дослідження: аналітичний огляд науково-методичної й психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження, констатуючий експеримент із використанням методів психодіагностики, формуючий експеримент, педагогічне спостереження в процесі тренувальної та змагальної діяльності й інтерв'ювання, методи математичної статистики.

Зазначені дослідницькі методи відповідають меті, завданням, об'єкту, предмету й напрямкам дослідження; представлена інформація про організацію дослідження, представлені загальні дані про контингент випробовуваних. Дослідження проводилися зі спортсменами, які входять до складу національних збірних команд України в різних видах спорту, а також зі студентами НУФВСУ, які спеціалізуються у таких групах видів спорту: спортивні єдиноборства, циклічні, складнокоординаційні та спортивні ігри.

На першому етапі (2006 - 2008) здійснювалися пошук, систематизація й концептуалізація досліджень проблеми ціннісно-сміслової сфери спортсмена у теорії спорту й фізичного виховання. На цьому ж етапі здійснювалися вибір, формулювання проблеми дослідження, визначення мети, завдань, об'єкта, предмета й програми досліджень.

На другому етапі (2008 – 2010) проводилася організація та проведення констатуючого експерименту, мета якого – одержання нових теоретичних і експериментальних даних про сенс життя і ціннісні орієнтації спортсменів,

дослідження у структурі особистості, ціннісно-сміслової сфери, її значущих характеристик, що проявляються у процесі тренувальної та змагальної діяльності.

Третій етап (2010 – 2013) був присвячений експериментальній перевірці розроблених підходів до розуміння різних проявів ціннісно-сміслової сфери особистості спортсменів. Проводилося узагальнення й систематизування матеріалів досліджень, опис даних, формулювання висновків і практичних рекомендацій з матеріалів дослідження.

У констатуючому експерименті взяли участь 143 кваліфікованих спортсменів віком від 16 до 23 років, які входять до складу національних збірних команд України з різних видів спорту, а також студенти НУФВСУ, які спеціалізуються в наступних групах видів спорту: спортивні єдиноборства, циклічні, складнокоординаційні та спортивні ігри. У формуючому експерименті взяли участь 29 кваліфікованих спортсменів (кваліфікація спортсменів від 1 розряду до МСМК).

У третьому розділі «Дослідження проявів ціннісних орієнтацій кваліфікованих спортсменів та їх зміни у процесі багаторічної підготовки» представлені дані констатуючого експерименту. Проводилося дослідження домінуючих життєвих цінностей і найбільш значущих сфер життя у кваліфікованих спортсменів. У ході дослідження, спрямованого на вивчення ціннісних орієнтацій (рис. 1), була виявлена значна перевага цінності «досягнення» (6,72 стена). На другому місці - життєва цінність «духовне задоволення» (6,23 стена) і на третьому – «соціальні контакти» (6,18 стена).

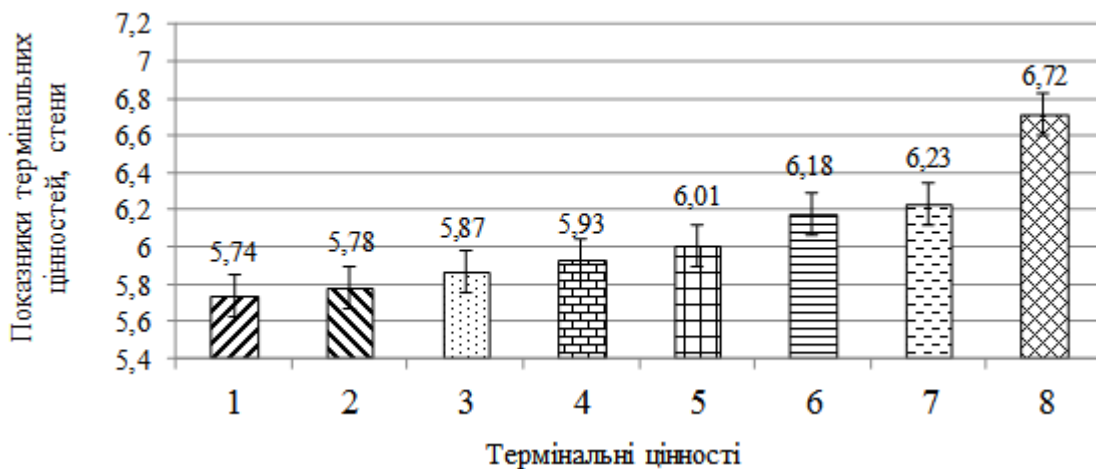


Рис. 1. Показники виразності термінальних цінностей у кваліфікованих спортсменів (n=143):

- 1 – власний престиж;
- 2 – матеріальне становище;
- 3 – креативність;
- 4 – збереження індивідуальності;
- 5 – розвиток себе;
- 6 – соціальні контакти;
- 7 – духовне задоволення;
- 8 – досягнення

За результатами аналізу літературних джерел (Л.П.Матвеев, 2002, В.М.Платонов, 2004, 2013, Є. П. Ільїн, 2009), основною метою професійного спортсмена є досягнення максимально можливого результату в обраному виді спорту. Тому ми опирались на припущення, що спортсмени, які брали участь у наших дослідженнях, зосереджені на досягненні високих спортивних результатів і плануванні подальшої спортивної кар'єри. Згідно коефіцієнтів, що відображають рівняння множинної регресії термінальних цінностей у загальній вибірці спортсменів ( $n=143$ ,  $p<0,05$ ), констатуємо, що у формуванні цінності «досягнення» у спортсменів істотний внесок мають такі цінності як «духовне задоволення» ( $r = 0,302$ ), «матеріальне становище» ( $r = 0,280$ ) і «власний престиж» ( $r = 0,194$ ). Коефіцієнт множинної регресії дорівнює  $R= 0,79$ ,  $p < 0,05$ .

Серед домінуючих життєвих сфер у спортсменів (рис. 2) – «фізична активність» (7,39 стена), яка має достовірні відмінності з іншими показниками життєвих сфер ( $p<0,05$ ), такими як «захоплення» (6,18 стена) і «професійне життя» (6,09 стена). За результатами множинної регресії у формуванні життєвої сфери спортсменів «фізична активність» мають внесок такі показники сфер як «захоплення», «професійне життя», «освіта і навчання». Коефіцієнт множинної регресії дорівнює  $R= 0,66$ ,  $p < 0,001$ .

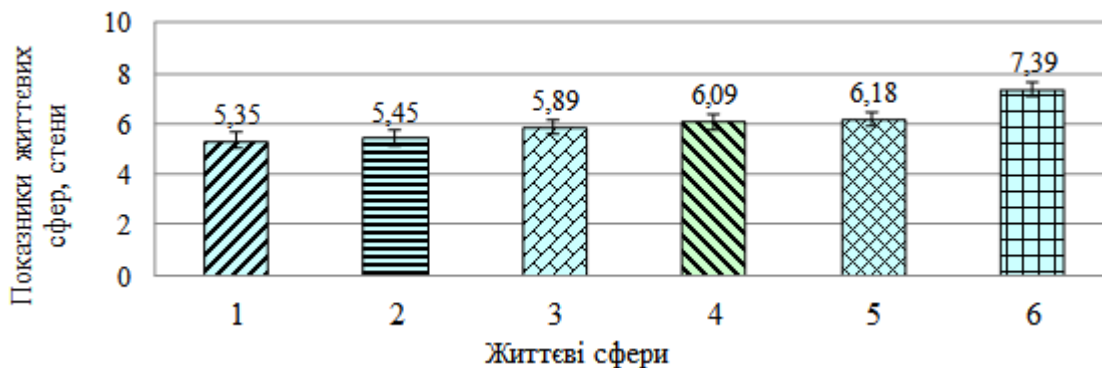


Рис. 2. Показники життєвих сфер у кваліфікованих спортсменів ( $n=143$ ):

- 1 – громадське життя;
- 2 – освіта і навчання;
- 3 – сімейне життя;
- 4 – професійне життя;
- 5 – захоплення;
- 6 – фізична активність

У результаті дослідження взаємозв'язків окремих термінальних цінностей зі значущими життєвими сферами спортсменів ми одержали наступні дані, представлені в табл. 1. На домінуючу цінність «досягнення» найбільший вплив мають сфери «освіта і навчання» ( $r = 0,724$ ,  $p < 0,01$ ) і «фізична активність» ( $r = 0,706$ ,  $p < 0,01$ ). Високий взаємозв'язок сфери «професійне життя» і цінності «креативність» ( $r = 0,717$ ,  $p < 0,01$ ) свідчить про значущість творчого підходу у змагальній і тренувальній діяльності. Показник «креативність» важливий в тих випадках, коли мова йде про підвищену чутливість спортсмена до проблем, до дефіциту або суперечливості знань, до дій з визначення цих проблем, з пошуку їх розв'язання на підставі висування гіпотез, з перевірки й зміни гіпотез, з формування



результату розв'язання. Таким чином, спортсмени, у яких домінує ця цінність, відрізняються прагненням до реалізації своїх творчих можливостей, внесенням різних змін в усі сфери свого життя, бажанням уникати стереотипів, зокрема й у спортивному житті, і не боятися застосовувати нові підходи й технології в тренувальному і змагальному процесі.

При дослідженні особливостей ціннісної ієрархії у спортсменів різної гендерної відмінності встановлено, що вони досить схожі, але мотивація у жінок перебуває на більш високому рівні, ніж у чоловіків. Що стосується виразності життєвих сфер, то у жінок вони більш виражені, ніж у чоловіків, зокрема сфера «професійне життя».

Таблиця 1

**Кореляційні зв'язки між термінальними цінностями й показниками життєвих сфер у кваліфікованих спортсменів (n=143, p<0,01)**

Життєві сфери	Термінальні цінності							
	Саморозвиток	духовне задоволення	креативність	активні соціальні контакти	власний престиж	досягнення	високе матеріальне становище	збереження власної індивідуальності
Професійне життя	0,691	0,670	0,717	0,643	0,575	0,646	0,669	0,643
Освіта і навчання	0,728	0,666	0,706	0,756	0,576	0,724	0,599	0,647
Сімейне життя	0,623	0,499	0,512	0,658	0,612	0,659	0,692	0,574
Громадське життя	0,676	0,598	0,643	0,667	0,620	0,670	0,574	0,598
Захоплення	0,739	0,669	0,698	0,690	0,665	0,678	0,599	0,726
Фізична активність	0,626	0,563	0,548	0,674	0,617	0,706	0,597	0,630

У четвертому розділі «**Формування термінальних цінностей і життєвих сфер у спортсменів в процесі багаторічної підготовки**» представлені результати досліджень, спрямованих на визначення життєвих цінностей і смисложиттєвих орієнтацій, що переважають на різних етапах багаторічної підготовки.

У процесі нашого дослідження було визначено особливості прояву термінальних цінностей у спортсменів різних вікових груп. У групі випробовуваних віком 16-19 років перше місце посідає цінність «досягнення» (7,07 стена), це підтверджує той факт, що для спортсмена основним є власні досягнення і, що дуже важливо, це – індивідуальне зростання насамперед спортивного результату. На другому місці – «духовне задоволення» (6,57 стена), на третьому місці – «соціальні контакти» (6,49 стена).

У віковій групі віком 20-22 роки домінує така ж життєва цінність, як і в першій, – «досягнення», її значення – 6,4 стена. Цінності «соціальні контакти» (5,94 стена) і «духовне задоволення» (5,84 стена) посідають друге й третє місця відповідно. Згідно з кореляційним аналізом показник «досягнення», що посідає перше місце в рейтингу, має достовірні кореляційні зв'язки з показниками

«креативність», «духовне задоволення», «розвиток себе», «активні соціальні контакти» і «збереження індивідуальності».

Отже, «досягнення» характеризується більш зрілою сферою життєвих цінностей у спортсменів у віковій групі 20-22 роки. Це виявляється в розвитку креативності, духовної сфери й розширенні активних соціальних контактів при збереженні індивідуальності. Виходячи з вищевикладеного, можна зробити висновок про те, що активна соціальна поведінка спортсменів у віковій групі 20-22 роки характеризується розвитком зовнішніх і внутрішніх життєвих, духовно-моральних цінностей, що свідчить про більш зрілу сферу життєвих цінностей.

У третій віковій групі (вік 23 і старше) домінує життєва цінність «креативність» (6,81 стена), що підкреслює важливість творчого мислення в старшому віці. Друге й третє місце посідають «досягнення» (6,45 стена) і «духовне задоволення» (6,36 стена) відповідно.

Результати дослідження особливостей прояву життєвих сфер у спортсменів різних вікових груп показали, що в усіх домінує сфера «фізична активність». У спортсменів 16-19 років сфера «фізична активність» займає 7,63 стена, сфера «захоплення» – 6,3 стена, «професійне життя» – 6,22 стена.

У віковій групі 20-22 роки життєва сфера «фізична активність» має 7,26 стена, на другому місці – «захоплення» (6,08 стена) і на третє місце виходить життєва сфера «сімейне життя» (5,98 стена).

У спортсменів від 23 років і більше на першому місці – «фізична активність» (7,18 стена), але на другому – «професійне життя» (6,45 стена) і на третьому й четвертому сфери «освіта і навчання» (6,18 стена), і «захоплення» (6,18 стена).

На рис. 3 представлені результати всієї вибірки випробовуваних у балах за субшкалами смисложиттєвих орієнтацій, у яких домінує положення посідає шкала «цілі», «процес» і «Лк-життя».

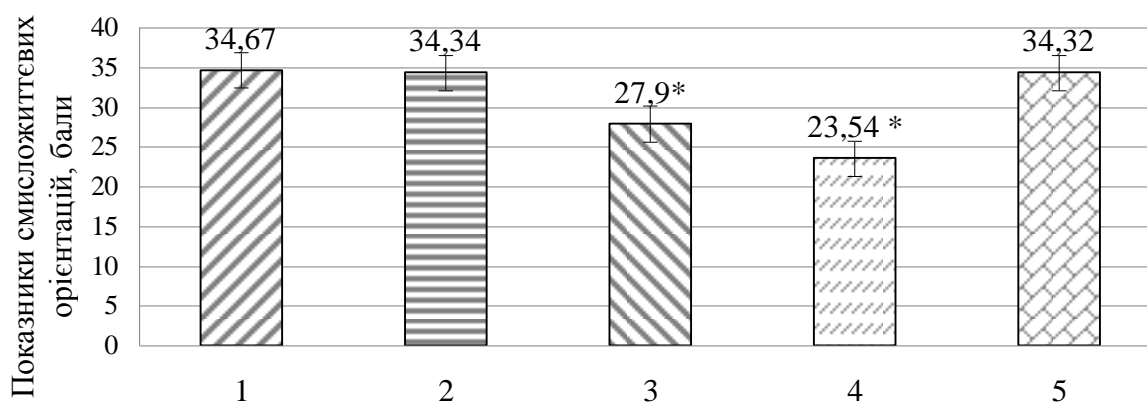


Рис. 3. Показники смисложиттєвих орієнтацій у кваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються в різних видах спорту (n=143):

- 1 – цілі;
- 2 – процес;
- 3 – результат;
- 4 – Лк-Я (Локус контролю – Я);
- 5 – Лк-життя (Локус контролю – життя);

\* – різниця між показником смисложиттєвих орієнтацій та усіма іншими показниками статистично значуща на рівні  $p < 0,05$

Високі бали шкали «цілі» свідчать про усвідомленість і цілеспрямованість у досягненні поставлених цілей у випробуваних. При цьому, характеризуючи субшкалу «процес життя», а інакше кажучи, інтерес і емоційну насиченість життя і високі її бали, можна стверджувати, що самі випробовувані оцінюють своє життя як цікаве, емоційно насичене й наповнене змістом. Високі бали шкали «ЛК-життя» свідчать про уявлення стосовно випробовуваних спортсменів, як про особистість, яка володіє достатньою свободою вибору, щоб побудувати своє життя у відповідності зі своїми цілями й уявленнями про його зміст. Субшкали «результат» і «локус контролю – Я» мають достовірні відмінності з усіма показниками смисложиттєвих орієнтацій.

Для вивчення особливостей формування ціннісно-сміслової сфери у процесі багаторічної підготовки нами був проведений парний кореляційний аналіз між досліджуваними показниками спортсменів.

У результаті було одержано найвищий коефіцієнт кореляції ( $r=0,72$ ,  $p<0,05$ ) між показниками «ЛК – Я» і «Цілі». Даний взаємозв'язок свідчить про те, що спортсмени ставлять перед собою різні цілі на майбутнє й планують шляхи їх досягнення, оскільки впевнені у можливості контролювати своє життя й будувати його у відповідності зі своїми планами й бажаннями. На другому місці взаємозв'язок ( $r=0,657$ ,  $p<0,05$ ) між «результатом» і «ЛК – життя» свідчить про те, що спортсмени пов'язують результати, яких вони вже досягли, з можливістю контролювати своє життя, ухвалюючи відповідні задачі й втілюючи їх у сьогодення й найближче майбутнє. На третьому місці – достовірний взаємозв'язок з коефіцієнтом кореляції ( $r=0,643$ ,  $p<0,05$ ) між «процесом» і «ЛК-життя».

Наступним етапом нашої роботи було застосування психокорекційної програми, спрямованої на розвиток ціннісно-сміслової сфери особистості спортсменів. Дана програма представлена на рис. 4.

До проведення занять за психокорекційною програмою та після неї проводилися дослідження морфологічного тесту життєвих цінностей. У результаті обробки даних було виявлено статистично достовірні відмінності результатів, отриманих до й після проведення психокорекційних занять.

Найбільше нас зацікавили дані за такими цінностями, як «розвиток себе», «креативність», «власний престиж» і «збереження індивідуальності», де у дванадцяти випробуваних до проведення психокорекційних занять середні показники були дуже низькими («розвиток себе» –  $\bar{x} = 3,92$  стена, «креативність» –  $\bar{x} = 3,25$  стена, «власний престиж» –  $\bar{x} = 3,33$  стена й «збереження індивідуальності» –  $\bar{x} = 2,26$  стена, а в сімнадцяти випробуваних «розвиток себе» –  $\bar{x} = 8,12$  стена, «креативність» –  $\bar{x} = 7,88$  стена, «власний престиж» –  $\bar{x} = 7,88$  стена й «збереження індивідуальності» –  $\bar{x} = 8,24$  стена), за цінностями «розвиток себе» і «власний престиж» – найвищі показники.

Дані результати дослідження зацікавили нас найбільше, тому що в спорті такі цінності, як «власний престиж», «збереження індивідуальності», «креативність» і «розвиток себе» набувають великого значення.



Рис. 4. Психокорекційна програма з розвитку ціннісних орієнтацій спортсменів

Серед випробовуваних, які взяли участь в експерименті, в обох групах найнижчі й найвищі показники були у життєвої цінності «збереження індивідуальності» ( $\bar{x} = 2,26$  стена й  $\bar{x} = 8,24$  стена), яка припускає вміння не піддаватися авторитетам і, зберігаючи високу самооцінку, діяти максимально вільно залежно від ситуації й власних можливостей, продуктивно вирішувати поставлені завдання, враховуючи власну індивідуальність. А це дуже важливо у спорті, де ситуація під час змагань може мінятися досить часто, особливо в єдиноборствах, де є супротивник і велике значення має тактика, а також знання слабких і сильних своїх сторін, і суперника.

Наступна життєва цінність «креативність» ( $\bar{x} = 3,25$  стена й  $\bar{x} = 7,88$  стена), але, враховуючи такі її особливості, як прагнення до реалізації своїх творчих можливостей, внесення різних змін в усі сфери свого життя й прагнення уникати

стереотипів, її значення не можна применшувати. Адже кожний спортсмен має свої унікальні особистісні властивості і якості, й вирішуючи різні тренувальні та змагальні завдання, досить часто знаходить нестандартний підхід, що дає результат тільки в окремих ситуаціях (саме власне стосовно його самого). Тому кожному спортсменові необхідно творчо підходити й до тренувального, й до змагального процесу та не виключати можливості застосування творчих здібностей у спортивній діяльності (рис. 5-6).

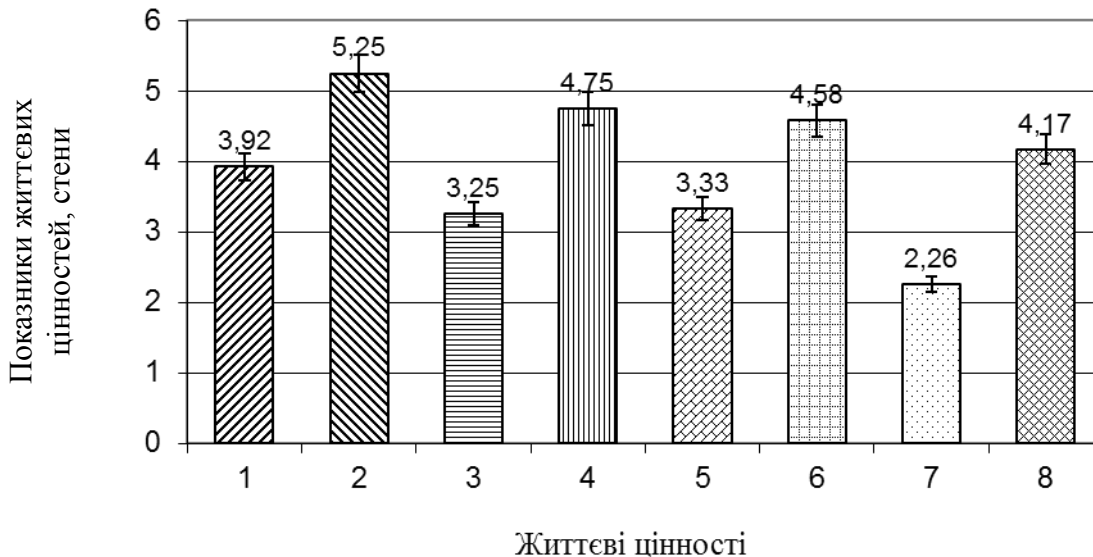


Рис. 5. Показники життєвих цінностей спортсменів з низьким рівнем прояву термінальних цінностей до та після проведення психокорекційних занять (n=12):

- 1- життєва цінність «розвиток себе» до експерименту;
- 2- життєва цінність «розвиток себе» після експерименту;
- 3 - життєва цінність «креативність» до експерименту;
- 4 - життєва цінність «креативність» після експерименту;
- 5 - життєва цінність «власний престиж» до експерименту;
- 6 - життєва цінність «власний престиж» після експерименту;
- 7 - життєва цінність «збереження індивідуальності» до експерименту;
- 8 - життєва цінність «збереження індивідуальності» після експерименту

Найбільш широке значення в спортивній діяльності (й не тільки) має життєва цінність «розвиток себе» ( $\bar{x} = 3,92$  стена й  $\bar{x} = 8,12$  стена). Найбільш значущим для даної цінності є прагнення людини до самовдосконалення й відсутність умовних меж у реалізації власних можливостей. Інакше кажучи, спортсмени можуть ставити перед собою високі цілі, серед яких і встановлення світових рекордів, і перемоги на чемпіонатах світу або Олімпійських іграх, і їх досягнення можливе за певної завзятості, цілеспрямованої роботи над собою й систематичних тренуваннях (рис.5-6).

Після участі у психокорекційній програмі у випробовуваних суттєво змінилися показники наступних цінностей: «розвиток себе» ( $\bar{x} = 5,25$  стена й  $\bar{x} = 6,82$  стена), «креативність» ( $\bar{x} = 4,75$  стена й  $\bar{x} = 6,17$  стена), «власний престиж»

( $\bar{x} = 4,58$  стена й  $5,94$  стена) і «збереження індивідуальності» ( $\bar{x} = 4,17$  стена й  $6,23$  стена), які представлені на рис. 5, 6.

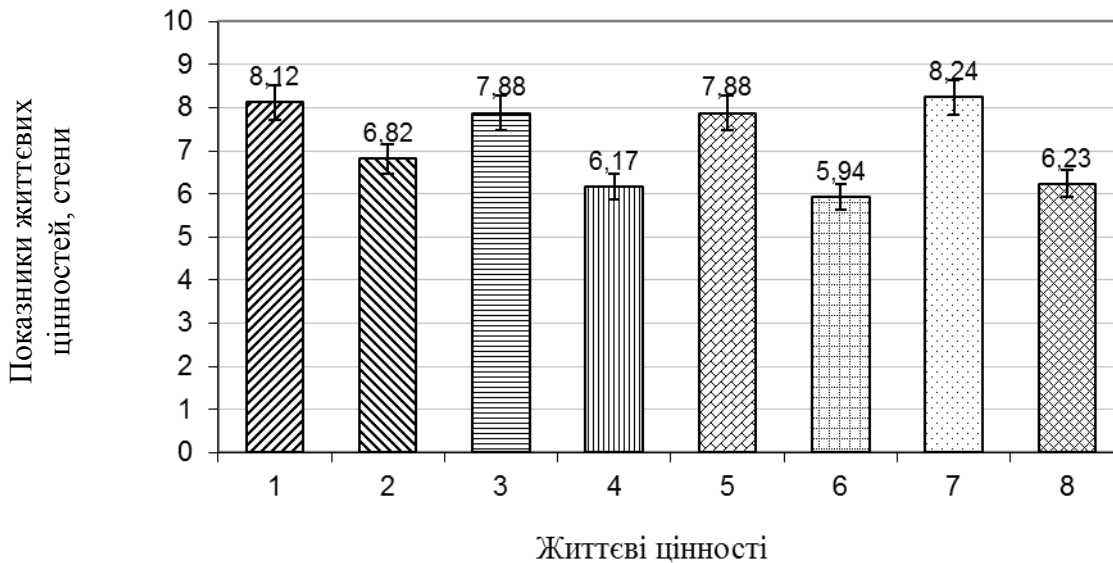


Рис. 6. Показники життєвих цінностей спортсменів із завищеним рівнем прояву термінальних цінностей до та після проведення психокорекційних занять (n=17):

- 1 - життєва цінність «розвиток себе» до експерименту;
- 2 - життєва цінність «розвиток себе» після експерименту;
- 3 - життєва цінність «креативність» до експерименту;
- 4 - життєва цінність «креативність» після експерименту;
- 5 - життєва цінність «власний престиж» до експерименту;
- 6 - життєва цінність «власний престиж» після експерименту;
- 7 - життєва цінність «збереження індивідуальності» до експерименту;
- 8 - життєва цінність «збереження індивідуальності» після експерименту

Таким чином, впровадження психокорекційної програми, а також порівняльний аналіз результатів констатуючого й формуючого експериментів із застосуванням методів математичної статистики дозволили зробити висновок про ефективність розвитку ціннісних орієнтацій кваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються в різних видах спорту.

Результати, отримані до проведення експерименту та після, були піддані статистичному аналізу та одержані наступні дані: у спортсменів з низькими й завищеними показниками життєвих цінностей відбулися позитивні зміни, які знайшли вираження у покращенні показників усіх досліджуваних цінностей, зокрема розглянутих нами в ході експерименту, що підтверджує вірогідність відмінностей за критерієм Стюдента ( $p < 0,05$ ).

При цьому основною умовою ефективності процесу функціонування ціннісних орієнтацій у спортсменів в умовах спортивної діяльності є психологічний супровід особистісного розвитку на всіх етапах багаторічної підготовки з урахуванням рівнів і стадій розвитку ціннісних орієнтацій – усвідомлення, прийняття й реалізації і з метою розвитку індивідуальної системи ціннісних

орієнтацій особистості, що сприяє особистісному зростанню й досягненню високих спортивних результатів.

Результати проведеного нами дослідження, включаючи сформульовані на їхньому підґрунті теоретичні й методологічні положення, а також засоби й методи психологічного впливу можуть, на нашу думку, одержати подальше практичне застосування у відповідних напрямках спортивної підготовки, у сфері психологічного консультування й групової психологічної роботи.

У *н'ятому розділі* дисертаційної роботи «**Аналіз і узагальнення результатів дослідження**» представлений ступінь повноти розв'язання поставлених задач, узагальнені та проаналізовані результати експериментальної роботи.

У процесі дисертаційного дослідження було отримано три групи даних: результати, що підтверджують, доповнюють і абсолютно нові результати з проблеми дослідження.

Було **підтверджено** дані ряду авторів (В.Г.Савченко, 1997; Є.П. Ільїн, 2000; І.Н.Вербицька, 2003; Ю.Я.Кисельов, 2009) про те, що спортсмени ретельно планують своє життя, ставлячи конкретні цілі на кожному його етапі, однією з яких є досягнення максимально можливого результату в обраному виді спорту.

Матеріалами досліджень було **доповнено** теоретичні положення, присвячені засадам формування ціннісно-сислової сфери особистості у процесі тренувальної діяльності (І.С.Кон, 1979; В.С.Мухіна, 2000; Г.Крайг, 2002).

**Абсолютно новим** у роботі є аналіз особливостей формування ціннісно-сислової сфери спортсменів у процесі багаторічного вдосконалення. У спортсменів віком 16-19 років відсутній кореляційний зв'язок між віком і стажем, і між показниками термінальних цінностей. Це вказує на ще не сформовані сфери життєвих і духовно-моральних цінностей. У свою чергу, аналіз зв'язків життєвих цінностей за ієрархією свідчить про високий кореляційний зв'язок показника «досягнення» з показниками «матеріальне становище», «духовне задоволення», «розвиток себе» і «активні соціальні контакти».

**Новою** також є розроблена нами програма психокорекції за розвитком ціннісних орієнтацій у спортсменів, яка, у свою чергу, сприяла розвитку індивідуальної системи ціннісних орієнтацій особистості, які знаходять своє вираження у спортивній діяльності випробовуваних. Формування термінальних цінностей у спортсменів характеризується зменшенням кількості чинників, що визначають життєві й духовно-моральні цінності спортсменів. Характерно, що такі цінності, як «матеріальне становище», «власний престиж», «розвиток себе» набувають другорядного характеру. У той же час «духовне задоволення», «креативність», «досягнення» носять переважний характер як у структурі ієрархії цінностей, так і у структурі взаємин між різними ціннісними характеристиками.

Встановлено залежність між рівнем розвитку ціннісно-сислових структур, кваліфікацією спортсменів і характером зміни уявлення про себе як про суб'єкта життєдіяльності.

## ВИСНОВКИ

1. Аналіз літературних джерел свідчить, що смислові утворення є основними структурними одиницями свідомості особистості, визначають головне і постійне

ставлення людини до основних сфер життя: світу, інших людей, самого себе. Вивчення ціннісно-сміслової сфери особистості спортсмена у процесі багаторічної підготовки є важливою складовою успішності у спорті, оскільки вона поєднує життєві настанови, позиції, світогляд і переконання, цілі й звершення, а також ідеали, які є значущими для спортсмена та певним чином впливають на процес спортивного вдосконалення.

2. Формування ціннісно-сміслової сфери особистості здійснюється послідовно через процеси самореалізації як чинника успішності у спортивній діяльності. Перевага дії того або іншого механізму формування ціннісної системи визначається складним комплексом внутрішніх психологічних чинників, особливість і ступінь виразності яких відповідають досягнутому рівню індивідуального розвитку в процесі багаторічної підготовки.

3. Виявлено особливості ціннісно-сміслової сфери особистості кваліфікованих спортсменів у різних видах спорту мають певні відмінності: у представників єдиноборств (боротьба вільна, боротьба греко-римська, дзю-до, самбо, фехтування, бокс) і спортивних ігор (футбол, гандбол, баскетбол, настільний теніс) – життєві цінності «досягнення» (6,46 і 6,48 стена), «духовне задоволення» (6,08 і 6,15 стена) і «соціальні контакти» (6 і 6,26 стена); життєві сфери: «фізична активність» (7,35 і 7,09 стена), «сімейне життя» (5,88 і 5,98 стена) і «професійне життя» (5,73 і 5,98 стена), «сфера захоплень» (5,69 і 6,02 стена) відповідно; у представників складнокоординаційних видів спорту серед цінностей домінують такі: «досягнення» (6,88 стена), «духовне задоволення» (6,18 стена) і «розвиток себе» (6,14 стена), серед життєвих сфер: «фізична активність» (7,29 стена), «захоплення» (6,29 стена) і сфера «професійне життя» (6,18 стена); у представників циклічних видів спорту прояв життєвих цінностей і сфер наступний: «досягнення» (7,21 стена), «духовне задоволення» (6,74 стена), «збереження індивідуальності» (6,63 стена); «фізична активність» (8,47 стена), що є найвищим показником серед усіх досліджуваних груп видів спорту, «захоплення» (6,95 стена) і «професійне життя» (6,63 стена).

У представників усіх досліджуваних видів спорту слабо виражені такі сфери, як «сімейне життя», «освіта і навчання», «громадське життя».

4. Домінуючою життєвою сферою у кваліфікованих спортсменів різних видів спорту є «фізична активність», на формування якої впливають інші сфери, як то «захоплення», «професійне життя», «освіта і навчання» (коефіцієнт множинної регресії дорівнює  $R = 0,70$ ,  $p < 0,01$ ).

5. Серед термінальних цінностей, що переважають у кваліфікованих спортсменів, виділяються «досягнення» (6,73 стена), «духовне задоволення» (6,23 стена) і «соціальні контакти» (6,18 стена). Рівень достовірних відмінностей між показником цінності «досягнення» та іншими показниками термінальних цінностей –  $p < 0,05$ . Між показниками цінностей «соціальні контакти» і «духовне задоволення» і показниками цінностей «власний престиж», «матеріальне становище» виявлені достовірні відмінності ( $p < 0,05$ ). Цінність «досягнення» у жінок перебуває на більш високому рівні, ніж у чоловіків, у яких серед усіх досліджуваних термінальних цінностей переважає тільки «духовне задоволення».



6. Виразність життєвих цінностей спортсменів, з урахуванням різної кваліфікації, має достовірні відмінності: такі цінності як «досягнення» і «соціальні контакти» мають перевагу у спортсменів із кваліфікацією КМС і нижче (6,86 і 6,44 стена) відповідно, ніж у спортсменів із кваліфікацією МС і вище (6,49 і 5,78 стена).

7. Виявлено, що особливості прояву термінальних цінностей у спортсменів таких вікових груп як: у вікових групах 16-19 років і 20-22 роки співпадають: перше місце посідає цінність «досягнення» (7,07 і 6,4 стена) відповідно, друге й третє місце – «духовне задоволення» (6,57 і 5,84 стена) і «соціальні контакти» (6,49 і 5,94 стена) відповідно.

У третій віковій групі (23 роки й старше) відзначається домінування життєвої цінності «креативність» (6,81 стена), друге й третє місце посідають «досягнення» (6,45 стена) і «духовне задоволення» (6,36 стена), що свідчить про важливість творчого мислення у старшому віці.

Крім того, у спортсменів різних вікових груп (16-19 років, 20-22 роки й 23 роки й старше) однаково домінує сфера «фізична активність» (7,63, 7,26, 7,18 стена), на другому місці – сфера «захоплення» (6,3, 6,08 і 6,18 стена) відповідно.

На третьому місці виявлено різницю: у спортсменів 16-19 років – «професійне життя» (6,22 стена), 20-22 роки – «сімейне життя» (5,98 стена), у спортсменів від 23 років і старше – сфера «освіта і навчання» (6,18 стена).

8. У структурі смисложиттєвих орієнтацій спортсменів домінуючі положення посідають шкали «цілі» (34,67 бала), «процес» (34,34 бала) і «Лк-життя» (34,32 бала). Парний кореляційний аналіз у кожній віковій групі спортсменів встановив найвищий коефіцієнт кореляції між субшкалами «результат» і «Лк – життя» ( $r=0,657$ ,  $p<0,05$ ), між субшкалами «результат» і «процес» ( $r=0,643$ ,  $p<0,05$ ) і між субшкалами «процес» і «Лк-життя» ( $r=0,642$ ,  $p < 0,05$ ). Субшкали «результат» і «локус контролю Я» мають достовірні відмінності з усіма показниками смисложиттєвих орієнтацій для вивчення особливостей формування ціннісно-сміслової сфери у процесі багаторічної підготовки.

9. В ході формуючого експерименту розроблено та впроваджено в тренувальний процес програму психокорекції, що є однією з умов розвитку ціннісних орієнтацій спортсменів, тому що вона виявила спрямований психологічний вплив на розвиток ціннісних орієнтацій з урахуванням їх рівнів і стадій розвитку – усвідомлення, прийняття й реалізації, а також сприяла становленню на цій підставі нових якостей особистості спортсменів.

Розвиток системи ціннісних орієнтацій спортсменів поряд з особистісним зростанням є підґрунтям для розвитку психологічної стійкості особистості до різного роду стресових чинників, несприятливого впливу ззовні.

Зв'язок ціннісних орієнтацій зі спрямованістю особистості має безпосереднє ставлення особистості спортсмена до навколишньої дійсності. Через спрямованість особистості ціннісні орієнтації знаходять своє вираження в діяльності, а засвоєння норм, правил і вимог до спортивної діяльності, особливо у спорті вищих досягнень, сприяє кращій адаптації ціннісних орієнтацій тих, хто займається, в усвідомленні власних.

Перспектива подальших наукових досліджень пов'язана з пошуком шляхів удосконалення ціннісно-сміслової сфери особистості з метою підвищення

успішності професійної діяльності, визначення та здійснення психолого-педагогічних прийомів, спрямованих на формування життєвих цінностей і смислів в процесі психологічного супроводу з урахуванням гендерних відмінностей та кваліфікації спортсменів.

## СПИСОК РОБІТ, ОПУБЛІКОВАНИХ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### *Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації:*

1. Голець О.В. Особливості ціннісно-смыслової сфери особистості спортсменів / Олександра Голець // Молода спортивна наука України. - Львів, 2006. - Вип.10, Т.4. - С. 53-57.

2. Голец А.В. Ценностно-смысловая сфера ориентации квалифицированных спортсменов в процессе многолетней подготовки (на примере спортивных игр) / А.В.Голец // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків, 2007. - № 11. - С. 25-27. (Видання, яке включене до міжнародних наукометричних баз: DOAJ - Directory of Open Access Journal, IndexCopernicus).

3. Голец А.В. Влияние ценностных ориентаций на успешность спортивной деятельности / А.В.Голец // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. - Харків, 2007. - №5. - С. 9-13 (Видання, яке включене до міжнародних наукометричних баз: DOAJ - Directory of Open Access Journal, IndexCopernicus).

4. Голец А.В. Ценностно-смысловая сфера личности спортсменов и ее преобразование в процессе многолетней подготовки / А.В. Голец // Вісник Запорізького національного університету: Зб. наукових праць. Фізичне виховання та спорт - Запоріжжя, 2012. - № 3 (9). - С.164-168.

5. Толкунова И.В. Подсознательные защиты у спортсменов / И.В.Толкунова, О.В. Красницкая, А.В.Голец // Физическое воспитание студентов. - Харків, 2012 - №2. - С. 100-104. *Особистий внесок здобувача полягає у здійсненні досліджень та формулюванні висновків.* (Видання, яке включене до міжнародних наукометричних баз: DOAJ - Directory of Open Access Journals, IndexCopernicus).

6. Толкунова І. Детермінанти психологічної згуртованості в спортивній команді (на прикладі футболу) / Інна Толкунова, Олександра Голець, Шеріф Сархан // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. - Луцьк, 2012.- №4 (20). - С. 496-500. *Особистий внесок здобувача полягає у розробці ціннісно-смыслових орієнтацій, які впливають на згуртованість в спортивній команді.*

7. Голец А.В. Исследование ценностно-смысловой сферы личности спортсменов с учетом применения психокоррекционной программы /А.В.Голец/ Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)» Зб. наукових праць/за ред. Г.М.Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2014. – Вип. 5 (48). - С.28-33.

***Опубліковані праці апробаційного характеру:***

1. Голец А.В. Представления о роли ценностно-смысловой сферы личности в деятельности спортсмена / А.В.Голец // XI Международный научный конгресс «Современный олимпийский спорт и спорт для всех»: тезисы доп. - М., 2007. - С. 356 – 359.
2. Голец А.В. Модели и стратегии формирования смысловой сферы личности / А.В.Голец // Материалы международной научной конференции «Рудиковские чтения»: тезисы доп. – М., 2009. – С . 59-61.
3. Голець О.В. Ціннісно-сміслові орієнтири особистості в спрямованості психологічного забезпечення спортивної підготовки / О.В.Голець // Всеукраїнська науково–практична конференція студентів і молодих вчених «Детермінанти поведінки і діяльності людини: психологічний аспект», 23 квітня. – Донецьк, 2010. - С. 88-91.
4. Голец А.В. Ценностно-смысловые ориентации личности в направленности психологического обеспечения спортивной подготовки / О.В.Голець // XIV Міжнародний науковий конгрес «Олімпійський спорт і спорт для всіх»: тезисы доп. – К., 2010. - С.438.
5. Голец А.В. Смысловая ориентации личности квалифицированных спортсменов в структуре гуманистических ценностей спорта / А.В.Голец // Фізичне виховання в контексті сучасної освіти: матеріали VII Всеукр. наук.-методичної конф. 13-14 червня, 2013, Національний технічний університет України «КПІ». – К., 2013. - С.65-66.
6. Голец А.В. Ценностно-смысловая сфера личности спортсмена и ее преобразование в процессе многолетней подготовки / А.В.Голец // Материалы международной научной конференции «Рудиковские чтения»: тезисы доп. – М., 2013. – С . 117-119.

***Опубліковані праці, які додатково відображають наукові результати дисертації:***

1. Голець О.В. Особливості мотиваційної структури особистості кваліфікованих спортсменів в єдиноборствах (на прикладі вільної боротьби) / Олександра Голець // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. - Вінниця, 2004. - Вип.5. - С. 351-356.
2. Голець О.В. Феномен ціннісно-сміислової сфери суб'єкта спортивної діяльності / Олександра Голець // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. - Вінниця, 2006. - Вип.6. - С.213-216.
3. Психология здоровья: метод. разработки для студентов и аспирантов / В.И.Воронова, И.В.Толкунова, А.Р.Гринь, А.В.Голец и др. // Науковий світ. - К., 2012. - 70с. *Особистий внесок здобувача полягає у визначенні смисло-життєвих орієнтацій, які впливають на психологічне здоров'я особистості.*
4. Голец А.В. Ценностно-смысловая сфера личности в структуре психологического здоровья квалифицированных спортсменов / А.В.Голец // Актуальні проблеми збереження психологічного здоров'я підростаючого покоління: міжвузівські психолого-педагогічні Демиденківські читання. – Бердянськ, 2013. - С.116-120.

## АНОТАЦІЇ

### **Голець А. В. Ціннісно-смилова сфера особистості спортсменів та її перетворення в процесі багаторічної підготовки. – Рукопис.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.01 – олімпійський та професійний спорт. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2014.

Дисертація присвячена проблемі ціннісно-смилової сфери особистості спортсменів та її перетворенню у процесі багаторічної підготовки.

Експериментально встановлено особливості прояву ціннісних орієнтацій спортсменів різних видів спорту в процесі багаторічної підготовки; визначені відмінності у формуванні термінальних цінностей і життєвих сфер спортсменів різного віку в процесі тренувальної діяльності; обґрунтована ефективність психокорекційної програми, спрямованої на розвиток ціннісних орієнтацій кваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються в різних видах спорту; розроблено практичні рекомендації, спрямовані на розвиток і закріплення смисложиттєвих орієнтацій спортсменів у процесі багаторічної підготовки та психологічного супроводу спортивної діяльності на підставі перетворення ціннісно-смилової сфери.

Аналіз результатів дослідження та інтерпретація даних формуючого експерименту свідчать про те, що за допомогою психокорекційної програми з розвитку ціннісних орієнтацій особистості і практичних рекомендацій можна сприяти розвитку індивідуальної системи ціннісних орієнтацій, яка виражається в більш осмисленому підході до тренувальної та змагальної діяльності у спортсменів.

**Ключові слова:** ціннісні орієнтації, ціннісно-смилова сфера особистості, психокорекційна програма.

### **Голец А. В. Ценностно–смысловая сфера личности спортсменов и ее преобразование в процессе многолетней подготовки. – Рукопись.**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.01 – олимпийский и профессиональный спорт. – Национальный университет физического воспитания спорта Украины, Киев, 2014.

Диссертация посвящена изучению ценностно-смысловой сферы личности и ее преобразованию в процессе многолетней подготовки спортсменов.

Использованы методы исследований: аналитический обзор научно-методической литературы по проблеме исследования, констатирующий эксперимент с использованием психологического интервьюирования и методов психодиагностики, формирующий эксперимент, методы математической статистики. В констатирующем эксперименте приняли участие 143 квалифицированных спортсмена в возрасте от 16 до 23 лет, входящие в состав национальных сборных команд Украины по различным видам спорта, а также студенты НУФВСУ, специализирующихся в следующих группах видов спорта: спортивные единоборства, циклические, сложнокоординационные и спортивные игры. В формирующем эксперименте принимало участие 29 квалифицированных спортсменов

Анализ данных специальной литературы, а также обобщение опыта ведущих специалистов и наших наблюдений позволяет прийти к заключению о том, что ценность - социальный феномен, который является важным связующим звеном между личностью, ее внутренним миром и окружающей действительностью, а ценностные ориентации определяют восприятие индивидом социальной ситуации и выбор соответствующего образа действия. Ценности жизнедеятельности спортсменов служат мотивирующим фактором оценки себя, а также осуществляют связь между когнитивными и эмоциональными составляющими самосознания.

В диссертации впервые осуществлен комплексный научный подход к оценке терминальных ценностей и жизненных сфер у квалифицированных спортсменов с учетом возраста и гендерных различий; определена динамика проявления жизненных ценностей у квалифицированных спортсменов с учетом спортивной квалификации; определены компоненты ценностно-смысловых ориентаций, их место и роль в психологической структуре личности спортсмена; дополнены данные, характеризующие пути самореализации через формирование ценностно-смысловой сферы личности квалифицированных спортсменов на этапах многолетней подготовки.

Анализ результатов исследования и интерпретация данных формирующего эксперимента свидетельствуют о том, что с помощью психокоррекционной программы по развитию ценностных ориентаций личности и практических рекомендаций можно способствовать развитию индивидуальной системы ценностных ориентаций, которая выражается в более осмысленном подходе к тренировочной и соревновательной деятельности у спортсменов.

Экспериментально установлены особенности проявления ценностных ориентаций спортсменов различных видов спорта в процессе многолетней подготовки; определены различия в формировании терминальных ценностей и жизненных сфер спортсменов разного возраста в процессе тренировочной деятельности; обоснована эффективность психокоррекционной программы, направленной на развитие ценностных ориентаций квалифицированных спортсменов, специализирующихся в различных видах спорта; разработаны практические рекомендации, направленные на развитие и закрепление смысло-жизненных ориентаций спортсменов в процессе многолетней подготовки и психологического сопровождения спортивной деятельности на основе преобразования ценностно-смысловой сферы.

Внедрение научных результатов в практику осуществлялось в процессе психологического сопровождения при проведении учебно-тренировочных сборов спортсменов, специализирующихся в единоборствах, циклических, сложнокоординационных и игровых видах спорта, которые подтверждаются соответствующими актами внедрения.

**Ключевые слова:** ценностные ориентации, ценностно-смысловая сфера личности, психокоррекционная программа.

**Golets A. Value-Conceptual sphere of Personality athletes and its transformation in the process of long-term training.** – Manuscript.

Dissertation for competition of a scientific degree of Candidate of Science (Physical Education and Sport) on specialty 24.00.01 – Olympic and Professional Sport. – National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Kyiv, 2014.

The thesis deals with the problem of value-conceptual sphere of athletes' personality and its transformation in the process of long-term training.

The peculiarities of athletes value orientations in various sports in the process of long-term training are experimentally established. The differences in the terminal values formation and different ages athletes' activity spheres in the process of long-term training are determined. The effectiveness of the psychological correction programs, aimed at the development of value orientations of the elite athletes, who specialize in different sports, is grounded.

Practical instructions, aimed at the development and consolidation of athletes conceptual living orientations in the process of long-term training and psychological support of sports activities on the base of value-conceptual sphere transformation.

The analysis of the research results and the forming experiment data interpretation indicates that it is possible to support the development of the individual system of value orientations that is manifested in a more realized approach to the athletes training and competitive activity by means of psychological corrections program.

**Key words:** value orientations, value-conceptual sphere of personality, psychological correction program.