

Секция «Психология здоровья и психология спорта»

Волевая саморегуляция как фактор устойчивости к манипуляциям у спортсменов

Касимова Мафтуна Абдулносир кизи

Студент (бакалавр)

Филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова в г.Ташкенте, Ташкент, Узбекистан

E-mail: fialka1994@list.ru

Актуальность данной исследовательской работы обусловлена развитием различных сфер (телевидение, интернет, СМИ, реклама и т.д.), оказывающих негативное влияние на людей и осознанием необходимости защиты от различного рода манипуляций. Под психологической защитой понимается использование субъектом психологических средств устранения или ослабления ущерба, грозящего ему со стороны другого субъекта [1]. Существуют множество способов оградиться от манипуляций, например, «невозмутимость, умение скрывать свои чувства, в частности формула: хорошая мина при плохой игре, этика как средство защиты, мой дом — моя крепость» и т.д. [5]. Несмотря на это, все же возникает вопрос, может ли такое качество человека как воля стать почвой для образования устойчивости к манипуляциям.

Волю, характеризующуюся как способность человека преодолевать возникающие преграды на пути к цели, также можно рассматривать, как способность властвовать над собой, сознательно регулировать свою деятельность, активно строить свою жизнь. Воля, в данном контексте рассматривается как высшая форма произвольной регуляции поведения [2]. В результате волевой регуляции возникает волевой акт. Более сложный волевой акт связан с преодолением так называемой "конкурирующей" мысли, при которой у человека возникает специфическое ощущение прилагаемого усилия, которое связано с проявлением силы воли [4].

В исследовании приняли участие 32 спортсмена, занимающиеся греблей на каноэ и байдарке, в возрасте от 14 до 17 лет. Опрос спортсменов проходил в феврале. Это позволило опросить наиболее волевых спортсменов, так как тренировки на воде не прекращались. Большая часть из них были нацелены на разряд «Мастера спорта» (МС), что и явилось основанием для предположения о высоком уровне волевой саморегуляции у спортсменов. Для исследования использовались 3 методики: «опросник на исследование «волевой саморегуляции» А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана», состоящий из 30 утверждений, «опросник для оценки степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий В.П. Шейнова», где были заданы определенные ситуации и варианты действий в этих ситуациях, и задача респондента заключалась в выборе одного из действий, «опросник на степень ассертивности», который содержит 24 утверждения. Основная гипотеза заключалась в том, что высокий уровень волевой саморегуляции будет способствовать повышению устойчивости к манипулятивным воздействиям.

Для дальнейшей обработки полученных данных нами была проведена проверка на нормальность распределения при помощи теста Колмогорова-Смирнова. Так как $p > 0,05$ (0,939) по уровню защищенности от манипуляций, следовательно, распределение нормальное. То же действие было проведено для данных о степени волевой саморегуляции, где уровень значимости также был $p > 0,05$ (0,747), что говорит о нормальном распределении, и по уровню ассертивности, уровень значимости составил $p < 0,05$ (0,035), т.е. распределение ненормальное. После чего была применена корреляция Пирсона для выявления связи между уровнем защищенности от манипуляций и уровнем волевой саморегуляции. Уровень значимости при этом $p > 0,05$ (0,854), следовательно, связи между этими переменными

не наблюдается. Для того, чтобы определить есть ли связь между уровнем защищенности от манипуляции и уровнем ассертивности была применена корреляция Спирмена, из-за ненормальности распределения по уровню ассертивности. Уровень значимости $p > 0,05$ (0,360), следовательно, взаимосвязи между ними не наблюдается.

Полученные результаты позволяют нам отвергнуть нашу гипотезу, так как установить взаимосвязь между этими переменными нам не удалось. Следовательно, высокий уровень волевой саморегуляции не обеспечивает высокую степень защищенности от манипулятивных воздействий. Возможно, причиной такого результата является то, что один и тот же человек по-разному реагирует в различных ситуациях, где-то проявляя большую силу воли, а где-то наоборот. Так как проявление воли у всех людей отлично, нельзя однозначно судить о ней на основании продуктивности поведения человека в какой-либо ситуации. Продолжая эту мысль, можно предположить, что не только воля играет важную роль в сопротивлении манипуляциям. Скорее всего, недостаток знаний в области межличностных манипуляций или же нехватка опыта будет ослаблять влияние воли на процесс защиты от подобных воздействий. То есть, обладая таким ресурсом как воля, человек не всегда знает, как ее применить для отстаивания своих интересов, в связи с тем, что ранее не были освоены различные социальные ситуации.

Источники и литература

- 1) Доценко Е. Л. // Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита стр.155.
- 2) Иванов В. Д., Нурмухаметова И. Н., Бец И.А. // Волевая саморегуляция и ее формирование в спортивной деятельности южно-уральский государственный университет г. Челябинск, Россия.
- 3) Ильин Е.П. // Психология воли, стр. 117-121.
- 4) Николаенко В.М., Залесов Г.М., Андрюшина Т.В. и др.; Отв. ред. канд. филос. наук, доцент В.М.Николаенко // Психология и педагогика: Учебное пособие стр. 129.
- 5) Шейнов В.П. // Скрытое управление человеком. 139-140.