

к смерти, рассматривать кризисную ситуацию как возможность для развития, понимать жизнь как возможность для реализации «бытийных» мотивов. Юноши в большей степени склонны верить в счастливую «послежизнь», принимать существование смерти и относиться к ней сознательно.

Список цитируемых источников

1. Дюркгейм, Э. Самоубийство. Социологический этюд / Э. Дюркгейм; под ред. В. А. Базарова. — М.: Мысль, 1994. — 399 с..
2. Лаврикова, И. Н. Молодежь: отношение к смерти / И. Н. Лаврикова // Социол. исслед. — 2001. — № 4. — С. 134—136.
3. Иванюшкин, А. Я.. Тема смерти в истории философии / А. Я. Иванюшкин, К. Ф. Лях // Вестник МГТУ. — 2011. — Т. 14— № 2. — С. 402—409.

УДК 159.9

Я. Н. Веремеюк

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

*Научный руководитель
Т. Е. Яценко*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНА

Введение. Интерес к проблеме преодоления неопределенности в спорте существовал всегда, а успех в спортивной деятельности во многом зависит от умения спортсмена преодолевать критические спортивные ситуации, особенно экстремальные ситуации официальных соревнований, в частности — международных. В то же время спортсмен существует во всей полноте своей сущности тогда, когда ограничивает и преодолевает себя, и, вместе с тем, только это позволяет ему состояться и достигнуть спортивного результата. Спортсмен — человек, ищущий для себя тех самых «пограничных ситуаций». Борьба лежит в основе спортивной жизни и требует постоянных усилий, внутренней работы, совершаемой каждым спортсменом [1].

Неопределенность постоянно сопровождает различные виды профессиональной деятельности, спортивная деятельность не является исключением. К ситуациям неопределенности в спортивной деятельности можно отнести соревнование на чужом поле, неопределенность исхода матча, постоянный риск получения травмы и т.д. Кроме того, сама спортивная карьера включает множество ситуаций неопределенности: переходы из одного клуба в другой, тяжелые травмы и пр. Вынужденный уход из спорта также является ситуацией неопределенности [2].

Основная часть. Соревнование вызывает большое эмоциональное возбуждение у спортсменов особенно перед стартом, так как в стрессовых условиях спортсмен испытывает тревогу, связанную с непредвиденными ситуациями и выбором действий, которые влияют на результат соревнования.

Множество современных исследователей, к числу которых относятся Е. В. Акчурина, И. В. Борисова, Т. В. Власова и пр., указывают на то, что неопределенность ситуации имеет прямую связь с таким параметром оценки ситуации, как возможность прогноза. Возможность составить прогноз какого-либо события предполагает способность спортсмена предсказать развитие ситуации и ее динамику. Степень прогнозируемости события уменьшается в случае роста неопределенности ситуации. Для большинства психологических подходов ведущим критерием ситуации неопределенности считается несовместимость двух или более когниций (например, несовместимость актуального и прошлого знания), а также рассогласованность когниций и поведения [3].

Можно выделить характерные черты всех ситуаций неопределенности, с которыми приходится сталкиваться спортсмену:

- зависимость от событий, которые невозможно предвидеть с полной определенностью;
- неизвестность вероятности альтернатив;
- невозможность анализа и измерения со сколько угодно большой точностью;
- незаданность любых форм и оснований для принятия решений, и выбора действий спортсмена;
- вероятность того, что ситуация приведет к невыгодному исходу, проигрышу.

Исходя из характеристик ситуаций неопределенности, можно сказать, что они могут играть как позитивную, так и негативную роль в деятельности спортсмена. Позитивный аспект неопределенности в спортивной деятельности проявляется в том, что неопределенность выступает как свобода, приобретение спортсменом нового опыта, как источник творчества и креативности. Негативный аспект неопределенности в спортивной деятельности связан с тем, что состояние неопределенности угнетает, вызывает у спортсмена тревогу, беспокоит спортсмена, однако объяснить причины такого состояния он не может [4].

По мнению Т. В. Корниловой, неопределенность выступает полем взаимодействий, на котором разворачивается активность спортсмена, отвечающего вызовам как конкретной ситуации, так и собственной судьбы.

В современной психологии активно разрабатывается проблема преадаптации к неопределенности с позиций историко-эволюционного подхода к анализу поведения. «Доказывается, что именно преадаптация к неопределенности представляет собой ключевой инструмент порождения избыточности биологического, когнитивного, социального и психологического разнообразия, будущие варианты жизни — это варианты, в которых ставка делается на творческий потенциал преадаптации к неопределенности» [5].

Стратегия проживания спортсменом ситуации неопределенности — основанный на оценке особенностей ситуации, собственных ресурсов и возможностей, эмоциональных переживаниях, мотивах и целях обобщенный способ реагирования спортсмена на ситуацию, оцениваемую как неопределенную, необычную. Согласно Т. В. Черноусовой, в структуре стратегии проживания ситуации неопределенности можно выделить следующие компоненты: когнитивный, эмоциональный, мотивационный и конативный. Когнитивный компонент связан с оценкой спортсменом ситуации как неопределенной как положительной или отрицательной, оценкой своих ресурсов и возможности повлиять на ситуацию, оценкой последствий того или иного поведения и т. д. Эмоциональный компонент включает в себе те переживания, которые вызывают у спортсмена ситуации неопределенности. Мотивационный компонент представлен мотивами и целями, которыми руководствуется спортсмен в ситуации неопределенности и которые определяют его поведение в этой ситуации. Конативный компонент связан с конкретными действиями спортсмена в ситуации неопределенности или готовностью к таким действиям [6].

Заключение. Таким образом, неопределенность в профессиональной деятельности спортсмена состоит может возникать в следующих ситуациях спортивной деятельности: может возникать в следующих ситуациях спортивной деятельности: соревнование на чужом поле, неопределенность исхода матча, постоянный риск получения травмы, перехода из одного клуба в другой, борьба с неизвестным соперником.

Ситуации неопределенности в профессиональной деятельности спортсмена способствуют приобретению спортсменом нового опыта, как источника творчества и креативности. Для превращения ситуаций неопределенности в фактор профессионального развития спортсмена необходимо формировать у него конструктивные стратегии проживания ситуаций неопределенности, которые характеризуются преодолением ситуации неопределенности.

Список цитируемых источников

1. *Владимирович, А. В.* Психологические особенности преодоления критических ситуаций в спортивной деятельности: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А. В. Владимирович. — Санкт-Петербург, 2020. — 229 с.
2. *Матушанская, А. Г.* Неопределенность в спортивной деятельности / А. Г. Матушанская // Вестник Казанского государственного университета. — 2009. — № 3 (3). — С. 70—71.
3. *Белорусова, Е. А.* Ситуация неопределенности как источник развития личности / Е. А. Белорусова // Молодой ученый. — 2018. — № 50 (236). — С. 455—459.
4. *Бызова, В. М.* Переживание субъективной неопределенности и готовность к изменениям / В. М. Бызова, М. О. Аванесян // Вестник Вятского государственного университета. — 2020. — № 137 (3). — С. 103—111.
5. *Черноусова, Т. В.* Стратегии проживания ситуации неопределенности как предмет социально-психологического анализа / Т. В. Черноусова // Психология человека в образовании. — 2022. — № 4 (4). — С. 421—432.

УДК 159.9

Я. Н. Веремеюк

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

Научный руководитель

Т. Е. Яценко

ТОЛЕРАНТНОСТЬ К НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ И ЕЕ ЛИЧНОСТНЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ В ИНДИВИДУАЛЬНЫХ И КОМАНДНЫХ ВИДАХ СПОРТА

Введение. На протяжении последних лет проблема толерантности к неопределенности перешла из разряда периферийных тем в центр внимания мирового психологического сообщества. Растет число исследований, посвященных различным аспектам этой проблематики: пониманию неопределенности и отношению людей к ней (предпочтение/избегание), выбору способов ее преодоления, следствиям неготовности к взаимодействию с неясностью, взаимосвязи риска и неопределенности, психологическим механизмам саморегуляции неопределенности [1].

Основная часть. Термин «толерантность к неопределенности» возник относительно недавно — в XX веке, предложен в работе Э. Френкель-Брунстик в 1948 г. в связи с изучением авторитаризма [20]