DOI: 10.17117/na.2015.12.03.275

<http://ucom.ru/doc/na.2015.12.03.275.pdf>

Поступила (Received): 24.12.2015

Калпакова Н.А., Степанова В.В. Психологические особенности личности людей, занимающихся экстремальными видами спорта

Kalpakova N.A., Stepanova V.V.
Psychological characteristics of people engaged in extreme sports

Статья направлена на изучение особенностей личности людей, занимающихся экстремальными видами спорта. Статья представляет особенности экстремального спорта, факторы, которые влияют на выбор спорта, а также рассматривает понятия риска в психологии
Ключевые слова: личность, риск, экстрим

The article aims to explore the personality characteristics of people engaged in extreme sports. The article is particularly extreme sports, the factors that influence the choice of sports, as well as consider the notion of risk in psychology

Key words: person, risk, extreme

Калпакова Наталья Андреевна
Институт сферы обслуживания и предпринимательства (филиал)

Kalpakova Natalja Andreevna
Institute of service sector and entrepreneurship (branch)

Степанова Вера Владимировна
Преподаватель
Институт сферы обслуживания и предпринимательства (филиал)

Stepanova Vera Vladimirovna
Teacher
Institute of service sector and entrepreneurship (branch)

Теоретический аспект психологических особенностей личности людей, занимающихся экстремальными видами спорта, является весьма актуальным, поскольку психология экстрима неоднозначна, а в современном обществе постоянно возникают изменения тактики, стратегии и подходов, предлагаются всё новые и усовершенствованные методы исследования личности и всех аспектов, связанных со столь многообразным понятием.

Для одних психология экстрима заключается в получении предельно острых ощущений, связанных с балансировкой на грани жизни и смерти. Для других экстрим является шансом постоянно поддерживать в себе острое чувство жизни. Многие современные виды спорта, которые стали продвигаться в мире уже с 50-х годов XX века, постепенно стали называть экстремальными. К таким видам спорта относятся BMX, триал, альпинизм, сноубординг, маунтинбайк, паркур, парашютный спорт и многие другие. Для них характерны высокая степень опасности для жизни и здоровья спортсмена, огромное количество акробатических трюков, высокий уровень адреналина, который выделяется у спортсмена во время занятия этими видами спорта.

Экстремальные виды спорта – деятельность зрелищная и неординарная, а обязательными условиями такого спорта являются увеличенная грань опасности, большое количество сложных приемов, высокий уровень адреналина. Экстраверсия, влияющая на выбор спорта, как свойство личности сочетает ее поведение и условия, необходимые экстремального спорта.

В психологии личности есть теории и концепции, изучающие проблему психологии экстрима, но, к сожалению, психология риска в настоящее время не рассматривается как самостоятельная наука. Риск, в психологии, изучается преимущественно в рамках теории мотивации достижения, теории решений и концепции надситуативной активности.

В массовом сознании понимание риска ограничивается тем, что это возможная опасность или неудача. А ведь в определенных случаях риск может рассматриваться как деятельность, выполняемая в надежде на благополучный исход или просто ситуативная характеристика деятельности.

Риск рассматривается как осознанная человеком возможная опасность. Так, например А.М. Шуберт считает, что готовые к риску личности должны обладать следующими особенностями: импульсивность, возбудимость, агрессивность, способность доминировать, независимость, стремление к успеху [1, с. 45].

Наряду с экстраверсией на выбор спорта влияет и половой символизм, связанный с дифференциацией половых ролей, то есть такие свойства личности как маскулинность (мужской) и феминность (женский). В рамках профессионального спорта происходит манифестация различий между мужчинами и женщинами, а также возникает доминирование первых над вторыми.

Многие ученые, которые занимаются проблемой психологии экстремальных видов спорта, отмечают, что женщины увлекаются экстримом реже, чем мужчины, это они объясняют половыми различиями, т.е. у женщин готовность к риску реализуется при более определенных условиях, чем у мужчин [6].

Мужчины и женщины, проявляющие высокую готовность к риску, обладают низкой мотивацией к избеганию неудач.

Вследствие эмоционально-отрицательных и экстремальных факторов, связанных с выполняемой профессиональной деятельностью, которой спорт и является, возникает стресс, определяемый как эмоциональное напряжение организма. Увлечённость молодёжи экстремальными видами спорта объясняется тем, что чаще всего с возрастом готовность к риску падает.

Согласно исследованиям Шмигалева Т.С. и Байковского Ю.В. преобладающим типом темперамента среди спортсменов, занимающихся экстремальными видами деятельности, является сангвиник, который характеризуется выраженной экстраверсией и эмоциональной стабильностью или устойчивостью.

У людей, занимающихся экстремальными видами спорта, преобладает гипертимный тип, характеризующийся повышенным настроением, контактностью, оптимизмом, а также высоким тонусом, энергичностью. Личности данного типа трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество, часто переоценивают свои возможности, отличаются повышенной раздражительностью.

У спортсменов экстремальных видов спорта основной механизм психологической защиты – механизм отрицания. В своем исследовании Шмигалева Т.С. и Байковский Ю.В. показали, что наряду с высоким уровнем механизма отрицания снижен такой показатель психологической защиты, как механизм компенсации, так как два этих механизма противоположны друг другу: отрицание – механизм психологической защиты, при котором личность отрицает вызывающие тревогу обстоятельства и внутренний импульс, компенсация – это определенные психические процессы, а также связанные с ними действия человека, имеющие целью уравновесить, возместить какой-то реальный или вымышленный недостаток [7].

Итак, многие спортсмены – экстремалы являются сангвиниками, экстравертами, также спортсмены – экстремалы имеют гипертимный тип личности и высокий уровень эмоциональной устойчивости.

Экстраверсия, дающая возможность самораскрытия спортсмену, маскулинность и высокий уровень стрессоустойчивости являются свойствами личности, которые влияют на выбор вида спорта.

В большинстве случаев спортсмены, занимающиеся экстремальными видами спорта, используют механизмы психологической защиты, такие как механизм отрицания, который подразумевает отрицание риска в экстремальной ситуации.

Список используемых источников:

1. Альгин А.П. Риск и его роль в общественной жизни. М., 1989. 73 с.
2. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб. Питер, 2008. С. 35.
3. Корнилова Т.В. Диагностика мотивации и готовности к риску. М., 1997. 189 с.
4. Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях. М.: Политиздат, 1989. 105 с.
5. Месснер М. Маскулинность и профессиональный спорт // Антология гендерной теории: Пропилеи, Минск, 2000. С. 42.
6. Карпова О. П. Экстремальные виды спорта как модель адаптации в условиях психоэмоционального стресса. URL: <http://www.psychiatry.ua/articles/paper033.htm>
7. Шмигалёва Т.С., Байковский Ю.В. Индивидуально-психологические особенности спортсменов, выбирающих экстремальные виды деятельности. URL: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPPEVS/2012N1/p25-28.htm>