



МЕЖЛИЧНОСТНОЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЕ КАК ОДИН ИЗ ВАЖНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ ГАРМОНИИ В ПСИХОЛОГИИ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ У СПОРТСМЕНОВ

Усманова Шахло Шавкатовна ¹, Гаппарова Саодат ²

¹ Старший преподаватель Узбекский государственный университет физической культуры и спорта г. Чирчик, Узбекистан,

² Студентка 3 курса

<https://doi.org/10.5281/zenodo.6625730>

ARTICLE INFO

Received: 28th May 2022

Accepted: 02nd June 2022

Online: 08th June 2022

KEY WORDS

семья, спортсмен, воспитание, отношения, межличностное взаимодействие, брак, ценностные ориентации, роль в семье

Межличностное взаимодействие — один из важнейших элементов гармонии, выступающий гарантом индивидуального, супружеского, родительского и семейного благополучия.

Для человека семья - это центральный элемент среды, в которой он проводит первую четверть своей жизни и которую он пытается создать в дальнейшем. Но в то же время семья - одна из психотравмирующих сфер нашей жизни, что проявляется во все более позднем вступлении молодых людей в брак, росте числа гражданских браков, малодетности, дисгармоничности общения в семье и воспитания детей.

Ситуация в семьях спортсменов усугубляется частыми расставаниями с

ABSTRACT

В статье отражены вопросы межличностных взаимоотношений как одного из важных факторов взаимодействия в семье, между спортсменами и родителями, братьями и сестрами.

родными, нехваткой домашнего уюта и общения с близкими людьми. Все это приводит к кризисным явлениям (связанным с ранним завершением спортивной карьеры), неадекватному восприятию окружающего мира, снижению самооценки спортсменов, травмам, имеющим психический генезис, и т.д.

В настоящее время существует необходимость в квалифицированной психологической помощи семьям спортсменов, как профессионалам высокого уровня, так и начинающим свою карьеру. Все вышеперечисленное обуславливает актуальность исследования межличностных отношений в семье, где родители или дети являются спортсменами профессионалами. Все



взаимоотношения между спортсменами формируются с учетом статуса, который имеет каждый член группы или команды.

Отношения, складывающиеся в спортивной группе или команде, не бывают неизменными, раз и навсегда устоявшимися. Они постоянно в динамике, непрерывно меняются. Часто изменения идут всем на пользу, но иногда, наоборот, эффективность деятельности падает. Улавливая повышение конфликтности, психологической напряженности, психолог должен принимать необходимые меры. Итак, создание благоприятного социально-психологического климата для лиц, находящихся в изоляции или имеющих низкий психологический статус, иногда может быть тем методическим приемом, который необходим для роста и расцвета их спортивного мастерства.

Анализируя семьи спортсменов разного состава, можно сделать вывод о том, что в большинстве случаев есть соответствие реальной ситуации (это проявлялось в ходе консультирования спортсменов). Случаи несовпадения представленных на тестовом поле методики результатов и существующей ситуации в семьях спортсменов связаны с психотравмирующими явлениями (алкоголизм, наркомания, семейное насилие). Количество семей спортсменов разного состава.

В ходе анализа было выявлено соответствие семей испытуемых основным тенденциям демографической ситуации: наиболее часто встречающийся состав семьи - муж, жена, 2 ребенка. Этот вариант характерен для семей, находящихся на

разных стадиях своего жизненного цикла (т. е. нет связи со временем и исторической эпохой). Многодетных семей, состоящих из мужа, жены, трех и более детей, возможно объяснить это тем, что финансовое положение многих спортивных семей нестабильно или находится ниже уровня прожиточного минимума (нет возможности) рожать и достойно воспитывать большое количество детей. Количество семей, в которых проживает муж, жена и один ребенок, можно предположить, что это связано с слабой поддержкой молодых семей и определенной неуверенностью в своем будущем (в том числе и финансовом). Количество семей, включающих прасею/прасею одного/обоих супругов, что свидетельствует одновременно о связи поколений, взаимной поддержке членов семьи в сложных жизненных ситуациях и возможности использования расширенной семьи как ресурса при решении внутри личностных проблем спортсмена.

Также спортивным семьям часто присуща династическая структура. Им свойственна любовь к занятию спортом, соблюдение здорового образа жизни, передача одной профессии из поколения в поколение. В то же время при сильном влиянии прасею молодой семье тяжело развиваться, так как отсутствует чувство ответственности за себя и своих детей. Зачастую в спортивных расширенных семьях возникают проблемы, связанные с рассогласованием мнений бабушек и дедушек и молодых родителей о способах воспитания детей. Что может привести к эгоцентризму.



Исследователи объясняют это тем, что это может быть связано с видом спорта: представители индивидуальных видов (бокс, легкая атлетика, плавание, борьба, фехтование) более склонны к эгоцентризму и в профессиональной деятельности, и в семейной жизни. В то же время занимающиеся командными видами (футбол, хоккей, баскетбол, волейбол, гандбол) в большей мере склонны к диалогу и сотрудничеству с супругой, в семье способны к разделению власти и ответственности.

На основе материалов консультирования решили, что это связано со спортивной юностью. Также причиной может быть неуверенность в себе в процессе социального общения «вне спорта». «Спортивный» имидж тоже имеет значение: отсутствие каблучков и яркого макияжа, совместного времяпрепровождения со сверстниками «вне спорта» (постоянные спортивные сборы) — все это определяет низкую самооценку женщин-спортсменок в видах, где проявляются гендерно-специфичные, мужские качества. В ходе консультирования представительниц разных видов специализаций была обнаружена зависимость их самооценки от вида спорта.

Представительницы «изящных» видов (фигурное катание, художественная гимнастика, спортивные танцы, спортивная акробатика) имеют высокую и стабильную самооценку. Их спортивная деятельность возводит в абсолютно женские качества: гибкость, грациозность, пластичность, умение выражать эмоции и т.д. В то время как занимающимся борьбой, тяжелой

атлетикой, бобслеем, пауэрлифтингом свойственна тенденция к низкой самооценке и сложности в идентификации себя как женщины. Процесс спортивной деятельности требует от них таких качеств, как физическая сила, выносливость, твердая воля.

Тенденция к равнозначности супругов также наблюдается в семье. Здесь причиной может быть равное распределение всех обязанностей и прав в семье, что характерно для людей с большим семейным стажем.

Тенденция к детоцентрированности семьи также наблюдается (характерно для женщин). Исследователи склонны интерпретировать это как дисфункциональное явление для семьи спортсмена: с появлением детей внимание жены полностью «переключается» с супруга на них. Нередки случаи когда, отдавая ребенка в спортивную секцию, женщина хочет реализовать свои спортивные амбиции через него, достичь успеха в спорте высших достижений как родитель.

Высокое значение прасемьи актуально, это свидетельствует о тесной взаимосвязи поколений в семье, а также об инфантильности, воспитательной неуверенности родителей. Симбиотические связи (наслаивание) между супругами обнаружены в основном у женщин-спортсменок. Это может быть связано с эмоциональной созависимостью женщины от семьи, неразвитостью собственной личности (а также страхом перед возможностью ее развития).

Отделение себя от супруга/супруги считается характерным в основном для мужчин, что переключается с



тенденцией к эгоцентризму. Вероятно, это обусловлено семейными проблемами и отсутствием желания и возможности их решать. Мужчинам-спортсменам высокого уровня квалификации присуще неумение вербально выражать чувства и эмоции, низкий уровень рефлексии. Важно отметить, что первопричиной такой тенденции может быть низкий уровень психологической культуры среди спортсменов-профессионалов, отсутствие элементарных навыков саморегуляции и зависимость высокого результата, по сути, от совпадения случайных факторов.

Также наблюдается тенденция отделения себя от детей, что может быть характерным для обоих родителей. Как показывают исследования, эти случаи в основном с детьми подростками, в определенный момент происходит перемена в детско-родительских отношениях, возникает потребность в новых воспитательных подходах, родители чувствуют неуверенность в собственных воспитательных методах.

Отделение себя от семьи зафиксировано характерным в основном для мужчин. Предполагается, что, возможно это вызвано кризисом семейных отношений (рождение ребенка, социально-бытовые проблемы, несоответствие семейных сценариев супругов, рассогласованность семейных

ролей, борьба за власть в семье). Подобные кризисы нередки в молодых семьях. Здесь имеет место сбалансированность семейной системы (оптимальное соотношение зависимости и независимости членов семьи друг от друга, а именно способность к самостоятельным решениям в сочетании с безусловной любовью и поддержкой со стороны семьи). Все это характерно для семей спортсменов на разных стадиях жизненного цикла.

Таким образом, выявленные особенности представлений спортсменов о семье позволяют разработать программу психологического консультирования, учитывающую эти особенности и стимулирующую гармонизацию отношений в семьях спортсменов.

В рамках данной работы, способствующей преодолению вышеперечисленных трудностей, предлагается использовать метод акустической нейромодуляции (АНМ) и приемы телесно-ориентированной терапии, методику «Семейная социограмма» (СС), тест «Удовлетворенность браком» (В.Столин), «Незаконченные предложения» (Л. Сакс, В. Леви), «Ценностные ориентации» (М. Рокич), «Анализ семейных взаимоотношений», «Анализ семейной тревоги» (Э. Эйдемиллер, В. Юстицкис).

References:

1. Каримова В.М. Оила психологияси: Педагогика олий ўқув юртлари талабалари учун дарслик. – Т.: «Fan va texnologiya», 2008.
2. Шнейдер Л.Б. Семейная психология: Учебное пособие для вузов. – Изд. 4-е. – М.: Академический Проект; Трикста, 2008.
3. Эйдемиллер Э.Г., Добрякова И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия. – СПб.: 2003.



4. Андреева Т.В. Семейная психология. – СПб.: 2004.
5. С.А. Векилова. Психология семейных отношений: конспект лекций. М.: АСТ; – СПб.: Сова, 2005.