

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Педагогический институт им. В. Г. Белинского

Факультет
педагогики, психологии и социальных наук

Кафедра
«Общая психология»

Направление подготовки: 37.03.01 «Психология»

**ОТЧЕТ ПО ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКЕ
(НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЕ)**

Выполнил: студент

группы 133НП51

Щербакова О.А

Проверил: к.пс.н., доцент кафедры

«Общая психология»

Константинов В.В.

Пенза, 2018 год

Содержание

Введение	3
Теоретический анализ изучения психологических особенностей личности спортсменок, занимающихся различными видами спорта	5
Заключение	16
Список используемых источников	18

Введение

Я, Щербакова Оксана Андреевна, делала научно – исследовательскую работу на базе кафедры «Общая психология» ПГУ с 19 февраля 2018 г. по 3 марта 2018 г.

Актуальность. В наш период времени достаточно широко дискусируется вопрос о «личностном профиле» спортсмена, занимающегося конкретным видом спорта. Обычно вплоть до этих времен имеются конкретные виды спортивной деятельности, которые характеризуются равно как наиболее преимущественные для мужчин или женщин, а именно: маскулинные, фемининные и андрогинные.

Таким образом, в минувшие десять лет стали практиковаться женские состязания в области таких дисциплин как тяжелая атлетика, а именно пауэрлифтинг, бодибилдинг, культуризм и т.д., тем самым перестраивая установленный стандарт женщины. Поэтому, наиболее подробнее из маскулинных видов спорта и будет исследована личность девушек пауэрлифтеров, из фемининных видов спорта – личность гимнасток, из андрогинных видов спорта, в данной работе, будет исследована личность девушек занимающихся большим теннисом.

Стало быть, занятия подобными видами спорта, по-разному оказывают влияние на проявление гендерных характеристик личности.

Замечено, что в репортажах о мужских видах спорта превалируют описания физической мощи и доминирования, в случае если разговор идёт о женском спорте, описание зачастую затрагивает внешний вид спортсменок, насколько они привлекательны и изящны.

Таким образом, актуальность темы данной работы определена тем, что исследования психологических особенностей личности девушек занимающихся различными видами спорта обуславливают ломку традиционных гендерных стандартов женского поведения. При этом мнение

исследователей разделяются – определенные подразумевают, что спорт в целом способствует маскулинизации личности женщин, прочее опровергают это мнение, а третьи занимают промежуточную позицию, отмечая, что спорт содействует только лишь некому «возмужанию» личности женщин.

Цель исследования: изучение психологических особенностей личности спортсменок, занимающихся различными видами спорта, для последующей разработки практических рекомендаций.

Объект исследования: психологические особенности спортсменов.

Предмет исследования: психологические особенности личности спортсменок, занимающихся различными видами спорта.

Гипотеза:

1. Существуют психологические особенности личности спортсменок, занимающихся различными видами спорта.

2. Предполагается, что конкретный вид спорта предопределяет психологические особенности личности спортсменок. А именно, спортсменок, специализирующихся в маскулинных видах спорта характеризуют такие психологические особенности, как авторитарность, эгоистичность, агрессивность, подозрительность. Спортсменок, специализирующихся в фемининных видах спорта характеризуют такие психологические особенности, как подчиненность, зависимость, дружелюбность, альтруистичность. Спортсменок, специализирующихся в нейтральных видах спорта характеризуют психологические особенности как маскулинных так и фемининных видов спорта.

Теоретико-методологическая база исследования включает в себя:

- типологию личности Р. Кэттелла;
- теоретические положения о гендерной идентичности (С. Бем, Т.В. Бендас, Ш. Берн, Н.В. Дворянчиков, С.Н. Ениколопов, В.В. Знаков, В.Е. Каган, И.С. Клёцина, И. Кон);
- общие и частные (спортивные) гендерные концепции (В.Г. Горчакова, А.Л. Ворожбитова, Е.П. Ильин, Ф.А. Иорданская,

О.И. Здравомыслова, Т.С. Соболева, Д.О. Труфанов, С. Бэм, Д. Гоулд, И.С. Кон, М. Месснер, Р.С. Уэйнберг, К. Хорни).

Методы и методики исследования: В исследовании были использованы теоретические и эмпирические методы, применяемые в психологической науке: анализ литературы, качественный и количественный анализ, диагностическая работа, тестирование, математика – статистическая обработка данных.

В исследовании были применены следующие диагностические методики:

1. Методика «Полоролевой опросник» С. Бем.
2. 16-ти факторный опросник личности Р. Кэттелла.
3. Тест «Выявления личностных характеристик» Т. Лири

(Модификация Ю. А. Решетняк, Г. С. Васильченко).

Организационная база исследования: В исследовании в качестве испытуемых приняли участие 60 девушек – спортсменок, из них которые 20 девушек занимающихся пауэрлифтингом, 20 девушек – гимнасток, 20 девушек – теннисисток и 20 девушек, не занимающихся спортом. Возрастной диапазон испытуемых от 20 до 35 лет, спортивный стаж от 1 до 5 лет.

Структура выпускной квалификационной работы соответствует установленному предмету исследования, соответствующе поставленной цели и задачам; методологической обоснованностью начальных теоретических позиций; сочетанием количественного и качественного анализа полученных данных; непротиворечивостью теоретических положений и экспериментальных сведений, полученных в процессе исследования; состоит из введения, двух глав, заключения, перечня использованной литературы и приложений.

Теоретический анализ изучения психологических особенностей личности спортсменок, занимающихся различными видами спорта

Под психологическими особенностями личности подразумевают сравнительно устойчивой комплекс индивидуальных свойств, обуславливающих стандартные формы поведения, концепцию взглядов о себе, межличностные взаимоотношения и характер общественного взаимодействия.

Изучение психологических отличительных черт спортивного характера личности спортсмена обладает огромным научно – практическим значением: очевидно, оно должно предоставить научно утвержденную использованную информацию с целью воспитания у спортсмена тех отличительных качеств личности и свойств, какие ему надобны с целью успешной деятельности в выбранном для специализации виде спорта.

В формировании психологических отличительных черт личности спортсмена спорт оказывает особое влияние, так как является не стандартным видом деятельности. Центральными считаются:

- 1) состязательный нрав спортивной борьбы, сосредоточенной в достижение рекорда или победы над соперником;
- 2) предельное усилие общих физиологических и психологических сил спортсмена в период данной борьбы, без чего невозможно добиться рекордного результата;
- 3) систематичная, долговременная, настойчивая спортивная подготовка, вносящая значительные коррективы в порядок жизни и домашние условия.

В целом, психологические особенности – широкое понятие, которое включает в себя и индивидуально – психологические особенности.

Индивидуально – психологическими особенностями называют специфические качества психической активности личности, проявляющиеся в темпераменте, способностях, характере, проявление воли, а также чувствах и эмоциях. Они формируются от биологических и социально приобретенных свойств и вовлечены в функционирование системы поведения человека, а также его деятельности, сопрягаются с абсолютно всеми психологическими процессами: мотивационно – потребностными, познавательными, экспансивно – волевыми.

Таким образом, при анализе индивидуально – психологических особенностей личности необходимо определить уровень преобладания тех или иных характеристик.

К, примеру, темперамент. Согласно Гиппократу, темперамент – это особенности поведения человека, а именно, стойкая совокупность динамических отличительных черт психики (активности, эмоциональности и т.д.), что основывается на устойчивых врожденных свойствах нервной системы. Наиболее распространенная классификация по типу темперамента в отечественной литературе выделяют:

1. Холерик – характеризуется высокой возбудимостью, в силу этого и неуравновешенностью поведения. Он вспыльчив, враждебен, в отношениях проявляет прямолинейность, энергичен в деятельности.

2. Сангвиник – продуктивный деятель, обладает уравновешенной нервной системой и быстрой реакцией, словом сильная личность. Сангвинику характерна значительная сопротивляемость трудностям жизни.

3. Флегматик – это личность, которая не будет понапрасну тратить свои силы, рассчитав их, он доводит дело вплоть до конца. Он в меру общителен, не предпочитает болтать впустую. Недостатками флегматика являются его пассивность, спокойность

4. Меланхолик – это легкоранимый и неуверенный в себе человек, со

слабой нервной системой, владеющий высокой чувствительностью даже к слабым раздражителям. Зачастую ему присуще уныние, тревожность подавленность.[22, С. 303][768 с.]

Разумеется, подобные качества, равно как восприимчивость, чувствительность, нервность и тревожность нередко находятся в зависимости от темперамента.

То есть, темперамент предопределяет характер протекания психической деятельности человека.

Помимо этого, с точки зрения психологии имеются и прочие системы для оценки психологических отличительных черт: типы Юнг и Г. Айзенка – «интроверсия – экстраверсия» [2, С. 33-34, 464]

Под характером, в свою очередь, имеется в виду структура стойких, относительно стабильных психических свойств, определяющих специфику взаимоотношений и поведения личности.

Понятие характера крайне отличается в различных абстрактных построениях. В зарубежной характерологии можно выделить три направления:

1) идеологическое (психозитическая теория Робека): Характер содержится в торможении инстинктов, которое устанавливает этико-логическими санкциями, в зависимости от внутренних базисных свойств личности.

2) психоаналитическое (З. Фрейд, К. Г. Юнг, А. Адлер и т.д). Характер определяется, исходя из бессознательных влечений человека;

3) конституционно - биологическое (Э. Кречмер) – характер, согласно сути сводится к сумме конституции и темперамента)

Исследование же характера в отечественной психологии связано с именами П. Ф. Лесгафта, Б. Г. Ананьева, Н. О. Лосского, А. Ф. Лазурского, И. Страхова, А. П. Нечаева, Н. Д. Левитова, и т.д. Здесь также можно отметить следующие направления: идеалистические, биологизаторские, материалистические. И основываясь на всевозможные подходы к этой теме, можно выделить то, что характер имеет социально-оценочный оттенок;

значительную стойкость психологических характеристик. Характер складывается на базе темперамента под воздействием условий жизни. В характере черты темперамента находятся в преобразованном виде.

Что касается, способностей – это индивидуально-психологические характерные черты, имеющие отношение к успешности выполнения какой-либо деятельности. В структуру способностей входит набор характеристик, которые определяют склонность человека к выполнению того или иного вида деятельности.

Среди основных признаков способностей Б. М. Теплов выделял:

- 1) индивидуально-психические особенности человека, отличающие одного от другого;
- 2) особенности, которые влияют на успешность выполнения деятельности;
- 3) те, которые не объединяются к ранее существующим знаниям, умениям, навыкам.[29, С. 768]

Примечательно, что общие способности оказывают большое влияние на успешность выполнения различных видов деятельности, специальные способности – конкретного вида деятельности.

Следовательно, способности можно определить как индивидуально – психологические особенности, характеризующие успешное выполнение деятельности и освоения знаниями, навыками, умениями.

Содержание понятия «способности» нельзя выявить в отсутствии понятия «задатки» и «воля», они являются предпосылкой для развития способностей.

А. Анастаси подмечает: «Индивидуальные различия порождаются многочисленными и сложными взаимодействиями между наследственностью индивида и средой...»[20, С.19 - 27]

А воля – это способность человека иметь власть над самим собой, это желания, стремление, принятие решения внутренним усилием.

Относительно социально-психологической характеристики личности, следует принимать во внимание соматофизиологические особенности.

Анатомо-физиологическая особенность телосложения человека определяет формирование отдельных его социально-психологических качеств.

Существуют три социально-психологических типа личности.

Пикник. Люди с таким типом личности легко адаптируются к социальной среде, стараются определенным образом выстраивать отношения со всеми людьми, а так же отстаивают свои интересы и увлечения, не вступая в конфликты с окружающими.

Атлетик. Социально активны и общительны, стараются находиться в центре внимания и покорять доминирующие позиции среди других, отличительной чертой является кипучая экспрессивность.

Астеник. Скромны, необщительны и сдержанны в совместной работе с другими, аккуратны в действующих взаимоотношениях в группе, весьма восприимчивы к изменению своего статуса либо общественного расположения.

Из этого следует, что личность – это совокупность характеристик, обуславливающая индивидуальность человека.

Помимо всего этого, выделяют гендерные (половые) особенности.

В психологии – это данная социально–биологическая характеристика, с помощью которой можно дать определение понятиям «мужчина» и «женщина». Так как «пол» представляет собой биологическую категорию, следовательно, социальные психологи зачастую ссылаются на биологически предопределенные гендерные различия как «половые различия».

В совокупности гендерные характеристики личности включают в себя гендерную общность, маскулинные и фемининные черты личности, стереотипы, сопряженные с полотипичными формами и моделями поведения. Отдельные половые характеристики не всегда непосредственно взаимосвязаны между собой, так как они находятся в зависимости от

нескольких разных факторов. И всякая из гендерных характеристик может иметь собственную историю формирования и различаться особенностью проявления.

Таким образом, психологические особенности спортсменов образуются в результате биологических и социально приобретенных свойств, структура которых выражается в темпераменте, характере, способностях, проявление воли, а так же гендерных характеристиках.

Как упоминалось выше, спорт является нестандартным видом деятельности – это общественный феномен.

И в связи с существованием большого числа спортивных дисциплин, можно выделить следующие виды спорта: боевые, циклические, игровые (командные и индивидуальные), силовые и экстремальные.

Далее виды спорта подразделяются на основные группы:

- 1) Спортивные игры – баскетбол, хоккей, футбол, волейбол, теннис.
- 2) Многоборья – легкоатлетическое десятиборье, современное пятиборье, лыжное двоеборье, триатлон, конькобежное многоборье и т.д.
- 3) Единоборства – все виды борьбы и бокса.
- 4) Сложнокоординационные виды спорта – лёгкая и тяжёлая атлетика, спортивная и художественная гимнастика.
- 5) Скоростно-силовые виды спорта – легкоатлетические виды спорта, метание, спринтерские номера программы в различных видах спорта.
- 6) Циклические виды – плавание, гребля, велоспорт, лыжный и т. д.

В данной работе будут рассмотрены и исследованы такие классические виды спорта как:

Тяжёлая атлетика – это рекордное поднятие веса в жиме, рывке и толчке штанги стоя. Сюда можно отнести гиревой спорт, пауэрлифтинг.

Спортивная гимнастика — это выполнение сложной акробатической программы или выступление на спортивных снарядах: коне, перекладине, брусьях, кольцах, а так же прыжки через снаряд с разбега, с исполнением акробатических элементов в воздухе.

Художественная гимнастика – это осуществление гимнастических упражнений в музыкальном сопровождении, демонстрирующих гибкость и грацию тела.

Большой теннис – это соперничество двух игроков, либо двух команд (из двух игроков). Задача теннисисток или теннисистов – с помощью ракеток отбивать мяч на сторону соперника таким образом, чтобы тот не смог его отбить, при этом, мяч не должен вылететь за поле игры.

Следовательно, виды спорта классифицируются на маскулинные, фемининные и андрогенные.

Вид спорта, репрезентирующий образы, относящиеся к стереотипам маскулинности, требует мужественности, жесткости, мощи, проявление враждебности к своему сопернику.

Вид спорта, репрезентирующие образы, относящиеся же к стереотипам феминности, требует легкости, чувствительности, виртуозности – к примеру, синхронное плавание, бальные танцы, гимнастика.

И так же, стоит так же выделить нейтральные виды спорта, они же андрогинные, которые по-разному оказывают влияние на проявление гендерных характеристик личности. Причем данный вид спорта в одинаковой мере благополучно практикуют спортсмены как мужского, так и женского пола.

Остается постичь, как занятия феминными, маскулинными и нейтральными видами спорта влияют на формирование структуры личности.

Таким образом, в связи с разнообразием спортивных дисциплин репрезентирующие гендерные стереотипы, значимость спортивной психологии в современном спорте повышается, с целью изучения особенностей личности, действующих в специфических условиях спортивной деятельности.

В качестве автономного объекта научного исследования психологические особенности спортсменов стали оппонировать совсем недавно.

Степень формирования особенностей у спортсменов, занятых различными видами спорта, различаются согласно неодинаковости психологической структуры разных видов спортивной деятельности.

В целом, каждого спортсмена характеризует:

1. всестороннее физическое развитие, достигнутое в основе совершенствования в процессе спортивной деятельности жизненно значимых физиологических функций организма;
2. высокая работоспособность организма;
3. умения и сопутствование способностей — силы, выносливости, скорости и координации движений;
4. высокоразвитый процесс ощущений, в особенности мышечно-двигательных и зрительных, а также процессы восприятия;
5. способность осуществлять необходимые движения согласно представлению с соблюдением необходимой их точности и эффективности;
6. разностороннее развитие процессов внимания — его объема, концентрации, распределения, стабильности и продолжительности;
7. хорошо развитая зрительная и мышечно-двигательная память;
8. разностороннее развитие эмоциональных сторон личности;
9. большой опыт переживания различных эмоциональных состояний и чувств, умение ими управлять, а так же сопряжённых с активными проявлениями личности;
10. быстрое ориентирование и принятие правильных решений в ситуациях, призывающих незамедлительных активных действий;
11. морально — волевые качества личности: организованность, уверенность, решимость, смелость, подготовленность к преодолению больших объективных и субъективных трудностей;
12. способность грамотно оценивать действия других людей и свои собственные действия, способность предсказать их результативность. [15, С.268]

Отдельно необходимо выделить, что личность имеет определенную целостность, которая обеспечивается интегрирующей функцией эмоций, мотивов и воли. Эмоции и мотивы инициируют спортсмена к проявлению конкретных черт характера, а воля (посредством волевого усилия) реализовывает деятельность с помощью данных черт характера.[12, С. 752]

К примеру, хоккеистки предрасположены, экспериментировать, выступать за рамки условностей и имеющихся общих норм, и в ряде случаев проявляют распушенность в поведении. Но помимо этого, спортсменки с должным вниманием реагируют на обвинения и критику в свой адрес, склонны держаться в тени. По своим личностным особенностям, в целом, спортсменки управляемы и прислушиваются к замечаниям и требованиям, которые предъявляют к ним в ходе тренировок, они не испытывают страхов или опасения получить травму.[6, С. 57–62]

В экстремальных видах спорта спортсменам характерно состояние повышенного стресса, страха и риска. Так же, к примеру, стимулировать на риск и пощекотать нервы, спортсменов экстремального вида спорта, способна и безобидная экстраверсия, и разумеется, на рвение к риску оказывают большое влияние самые различные качества, в том числе темперамент, мотивы, а так же такая черта как адреналиновая зависимость.

Так же можно выделить нетрадиционный вид спорта для спортсменов – инвалидов, с ограниченными физическими и умственно-духовными возможностями. Таким спортсменам обычно характерны беспокойные и подавленные реакции, вспышки дисфории и нарушения сна, между тем частота встречаемости данных симптомов статистически ниже, чем у инвалидов, не занимавшихся спортом.

Что касается возраста спортсменов, то он почти никак не проявляет воздействия на качества личности, в отличие от спортивного стажа. Спортивный стаж выражает не только наиболее сильное воздействие на становление личности спортсменов, но и представляет собой фактор формирования характеристик. В процессе занятия спортом, качества

характера сопряженные с показателем стажа либо возрастают, либо снижаются.

Таким образом, по мере возрастания спортивного стажа можно заметить: повышение нормативности поведения, доминантности, усиление подозрительности и напряженности, закаливание нервной системы, что делает индивидуума наиболее активным и работоспособным; а также снижение экспрессивности и тревожности.

Занятия любым видом спорта требуют развития у спортсмена конкретных качеств характера.

Стоит отметить, что в литературе многократно фиксировалось то, что в большей степени психическими отличительными чертами представительниц слабого пола интересовалась гендерная психология. Таким образом, спортивные достижения, равным образом, сопряжены с физическими особенностями и возможностями.

К примеру, спортсменки, специализирующиеся в единоборствах, выделяются наименьшей ранимостью, тревожностью, впечатлительностью согласно сопоставлению со своими сверстницами, занимающимися балльными танцами и не спортсменками. Помимо этого, согласно сопоставлению со сверстницами, у них наиболее сформировано активное неудовлетворение стремлений, а согласно сопоставлению с занимающимися балльными танцами - ниже самоконтроль.

Следовательно, в маскулинных видах спорта спортсменки формируют в себе следующие особенности «спортивного» характера: сдержанность в общении, отчужденность, хладнокровие; агрессивность как в поведенческих реакциях (физическая, вербальная агрессия), так и в эмоциональных состояниях (негативизм, раздражение); несколько серьезнее и менее склонны к свободному выражению своих чувств [6, С. 57–62]. Однако интересно отметить, что субъективно спортсменки высоко оценивают свою женственность и привлекательность [4, С. 431].

По мнению Т. С. Соболевой, именно психологическая мотивация инициирует представительниц женского пола осуществлять повседневные изнуряющие физические нагрузки во имя побед и самоутверждения.[24 С. 56-63.]

И согласно её наблюдению в маскулинный вид спорта спортсменки чаще всего идут с выраженным мужским началом, проявляющимся как в характере (лидерство, воля к победе, агрессивность) так и соматических признаках.

У представительниц же фемининного вида спорта, характерными особенностями считаются – высокая выразительность и мягкость в поведении согласно взаимоотношению с окружающими, личных эмоций. И с повышением стажа у женщин – спортсменок станет совершаться рост таких характеристик, а так же повышаться отличия в признаках активности и личностной устойчивости.

У женщин-спортсменок маскулинного типа согласно сопоставлению с женщинами-спортсменками фемининного типа наиболее проявленными характеристиками являются: упрямство, стойкость, и непримиримость к мнению других, мстительность, а у женщин-спортсменок фемининного типа - обидчивость, раздраженность, недоверчивость.

Таким образом, занятия спортом определяет и психологический пол спортсменок.

Заключение

Таким образом, изучив психологические особенности спортсменок, определяющих их деятельность можно сделать следующие выводы.

В основе личности лежит ее структура - взаимосвязь и взаимодействие касательно устойчивых компонентов личности: способностей, темперамента, характера, волевых качеств, эмоций и мотивации.

Психологические особенности легче понимать и предсказывать, если уметь относить человека к тому или иному психологическому типу.

Согласно работам многих ученых женщины склонны заниматься такими спортивными дисциплинами, которые в большей степени воспринимаются как "женские". В то же время заметный интерес представительниц слабого пола проявляют к восточным единоборствам, тяжелой атлетики и т.д.

Спорт способствует формированию отклонений от условно «нормативных» аспектов гендерной социализации личности женщин, усилению их схожести в психологическом отношении с мужчинами, которая возрастает по мере увеличения спортивного стажа.

Именно поэтому, в исследовании психологических особенностях личности спортсменок, можно выделить следующие доминирующие характеристики: высокая экспансивная стойкость, твёрдость, самоуправление, самобытность, влечение к риску, самодисциплина, коммуникабельность. Благодаря занятиям спортом женщины становятся наиболее коммуникабельными, целеустремленными, организованными. Однако в отдельных случаях спорт способен формировать негативные черты характера, к примеру, агрессивность и жесткость.

Как следствие, в маскулинных видах спорта спортсменки формируют в себе такие особенности как: сдержанность в общении, доминирование, агрессивность они несколько серьезнее и менее склонны к свободному выражению своих чувств.

У представительниц же фемининного вида спорта, характерными особенностями считаются – дружелюбность, отзывчивость, мягкость в характере, и с повышением стажа у спортсменок станет совершаться рост таких характеристик.

У женщин-спортсменок маскулинного типа согласно сопоставлению с женщинами-спортсменками фемининного типа наиболее проявленными характеристиками являются: упрямство, стойкость, и непримиримость к мнению других, мстительность, а у женщин-спортсменок фемининного типа - обидчивость, раздраженность, недоверчивость.

Тем самым, в андрогинных (нейтральных) видах спорта, у спортсменок будут преобладать характеристики как маскулинных так и фемининных видов спорта.

Таким образом, занятия спортом определяет и психологический пол спортсменок.

Список литературы

1. Артамонова Т.В. Гендерная идентификация в спорте: Монография / Т.В. Артамонова, Т.А. Шевченко. - Волгоград: ФГОУ ВПО «ВГАФК», 2009. – 236 с.
2. Айзенк, Г. Структура личности. — СПб.: Ювента; М.: КСП+, 1999. – 33-34, 464 с.
3. Бакал Д. С. Большая олимпийская энциклопедия. Чемпионии рекордсмены, страны-участницы, завоеванные награды, олимпийские виды спорта, рекорды и достижения. Самое полное современное издание . энцикл.. Д. С. Бакал, С. П. Безверхий, Н. В. Большакова [и др.]. – Москва : Эксмо, 2008. –591 с
4. Бендас, Т. В. Гендерная психология: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2006. – 431с.
5. Глуханюк, Н.С., Семенова, С.Л., Печеркина, А.А. Общая психология: Учебное пособие для вузов. М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2005. – 368 с.
6. Дамадаева, А. С. Спортивно-важные качества личности спортсменов разного пола в маскулинных и феминных видах спорта / А. С. Дамадаева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 7. – С. 57-62.
7. Дейнеко, А. Х. Тревожность и спортивная мотивация гимнасток в тренировочном процессе и в соревновательный период (сравнительный анализ) / А. Х. Дейнеко, Н. Л. Боляк // Слобожанський науково-спортивний бюник. – 2012. – № 4. – С. 172-177.
8. Журавин М. Л. Гимнастика: учебник. / М. Л. Журавин [и др.]. –Москва: Академия, 2008. –448 с.
9. Ильин, Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2003. – 544 с.
10. Ильин, Е. П. Пол и гендер / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2010. – 688 с.
11. Ильин, Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2010. – 352 с.

12. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб: Питер, 2001. – 752 с.
13. И.Т. Кавецкий, Т.Л. Рыжковская, И.А. Коверзнева, В.Г. Игнатович, Н.А. Лобан, С.В. Старовойтова. Основы психологии и педагогики - Минск.: Изд-во МИУ, 2010 – 405 с.
14. Климов, Е. А. Индивидуальный стиль деятельности // Психология личности в трудах отечественных психологов / Л. В. Куликов. СПб.: Питер, 2002. – 476 с.
15. Летние олимпийские виды спорта: [Электронный ресурс]: справочно - методическое пособие/ Н.К. Полещук [и др.]. – М.: Советский спорт, 2013. - 268 с.
16. Маклаков, А. Г. Общая психология. Учебник для вузов. — Москва, Санкт-Петербург: изд. Питер, 2008. – 373-567 с.
17. Месснер, М. Маскулинность и профессиональный спорт. // Антология гендерной теории. Минск, изд.: Пропилеи, 2000. С. 218-228.
18. Нартова-Бочавер С.К. Дифференциальная психология. Учебное пособие. – М., 2008. – 280 с
19. Немов, Р.С. Психология / Р.С. Несов. – М.: ВЛАДОС, 2003. – Кн. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
20. Психодиагностические методики изучения гендерных особенностей личности [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студентов, обуч. по специальностям 1-86 01 01 «Социальная работа (по направлениям)» и 1-23 01 04 «Психология» / сост. Е. Д. Беспанская-Павленко. – Минск: БГУ, 2013. – 19 – 27 с.
21. Психология. Конспект лекций. [Электронный ресурс]: учебно – методическое пособие по курсу «Психология» / сост. Н. А. Богачкина. город Москва, издатель ЭКСМО. – 2016. – 29 – 35 с.
22. Рамендик, Д. М. Общая психология и психологический практикум: учебник / Д. М. Рамендик. – Москва: Юрайт, 2016. – 303 с.
23. Рогачёв, А. И. Исследование соревновательной тревожности

спортсменов разной специализации / А. И. Рогачёв, Л. Г. Майдокина // Science Time. – 2015. – № 4 (16). – С. 659-664.

24. Русалов, В. М. Темперамент // Психология XXI века: Учебник для вузов / Под ред. В. Н. Дружинина. – М.: ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.

25. Соболева, Т. С. О проблемах женского спорта / Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 3. – С. 56-63.

26. Трофимова, И.Н. Переплетение функциональной направленности деятельности и нейрохимической модели взрослого темперамента. Арнольд, М. С. (Изд. Темпераменты: индивидуальные различия, социальные и экологические влияния и влияние на качество жизни. Нью-Йорк: Издательство Наука Нова, Инк.. — 2016. — С. 77-147.

27. Хакунов, Н. Х. Динамика тревожности спортсменов-тяжелотлетов в предсоревновательной, соревновательный и постсоревновательный период / Н. Х. Хакунов, С.К. Багадирова, В. Ф. Воронов // Вестник Адыгейского государственного университета. – 2006. – № 2. – С. 241-243.

28. Холодов, Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М.: Академия, 2008. – 480 с.

29. Шапарь В.Б. Практическая психология. Инструментарий. Учебное пособие для вузов. — Ростов-на-Дону: – М.: Феникс, 2005. – С. – 768 с.