

ГЕНДЕРНІ АСПЕКТИ СЕНСОЖИТТЄВИХ ТА ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ПСИХОМОТОРНО ОБДАРОВАНИХ ПІДЛІТКІВ

Володимир Приходько, Ольга Рєпіна,
Олена Турмачевська, Олена Зайцева

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури та спорту



Анотація

Рассматривается проблема гендерных различий смыслозначенных и ценностных ориентаций в пубертатном возрасте у спортсменов. В эмпирическом исследовании выделены качественные и количественные показатели гендерных особенностей смыслозначенных и ценностных ориентаций личности психомоторно одаренных подростков.

Annotation

The research included problem of gender distinctions of sense of life orientations and valued orientations of teenager (sportsmen). In empiric research are selected the quality and quantitative indexes of gender features of sense of life orientations of and valued orientations of personality of teenager (sportsmen).

Постановка проблеми. Проблема гендерних особливостей сенсожиттєвих та ціннісних орієнтацій спортсменів є досить актуальною, оскільки останнім часом питання гендеру та гендерних ролей в сучасному суспільстві знаходить своє переосмислення. Дослідженню гендерної проблематики присвячено чимало робіт як теоретичних, так і емпіричних [1, 2, 10]. Часто ці дослідження носять суперечливий характер, однак їхня кількість, різноплановість та результати свідчать про безперечну актуальність цієї теми, обумовленої запитом суспільства. Все частіше жінки змінюються: за тілесними, психічними і поведінковими ознаками вони не відрізняються від середньостатистичного чоловіка, переглядаються нормативні уявлення та установки, які повинні мати чоловіки і жінки. Це, перш за все, відбувається під впливом соціальних, соціально-культурних та економічних умов. Жінки все частіше мусять брати на себе обов'язки чоловіків, проявляти більше чоловічих рис характеру або пристосуватися до умов життя, ще неперервне змінюються [2, 10].

Разом з гендерними характеристиками у період соціально-економічних криз актуальним стає і питання сенсожиттєвих орієнтацій, сенсу життя, оскільки під час складних соціальних умов все

більше людей переживають екзистенціальну фрустрацію – падіння старих ідеалів, відсутність смислу, що породжує у людини стан, названий В. Франклом екзистенціальним вакуумом [5, 6, 15, 16].

Є ряд професій, які передбачають постійну напругу, стрес, специфічні умови життєдіяльності, наявність постійного психологічного напруження та залежність успішності професійного та особистісного життя від соціальних факторів. Такою сферою є спорт. Однак, якщо раніше у специфічних суто чоловічих видах спорту (важка атлетика, кікбоксінг, футбол тощо) брали участь тільки чоловіки, то зараз спостерігається тенденція до залучення у ці види спорту жінок. У даній ситуації жінки потрапляють не тільки під тиск визначених умов, але й іншої гендерної ролі [1, 2, 7, 8, 9, 10, 12, 14].

Аналіз останніх досліджень. Дослідження гендеру були запропоновані Сандрой Бем для діагностики психологічної статі і визначали міру андрогінності, маскуліності та фемінності особистості [10].

Для розуміння поняття „гендеру” важливо розглянути концепцію трьох взаємопов'язаних компонентів, які характеризують це поняття [2]:

1. Гендерні відношення та статус чоловіка/жінки у групі, де



Результати дослідження статевих відмінностей сенсожиттєвих орієнтацій спортсменів-підлітків (за показниками середньоарифметичного та дисперсії)

Субшкала	Хсер.	D	Хсер.	D
	дівчата	дівчата	юнаки	юнаки
Осмиленість життя	101,13	26,8	112,66	18, 5
Цілі в житті	29,93	7,6	38,26	5,5
Процес життя	28,66	8,4	31	4,6
Результативність життя	26,66	6,8	27,26	5,9
Локус контролю-Я	21,15	4,1	23, 12	4,7
Локус контролю-життя	30,06	5,8	34,93	5,9

вивчається гендер. Це найбільш змінювана у часі компонента, яка детермінована культуральною парадигмою суспільства, соціальними аспектами життя та професійного становлення особистості.

2. Гендерна ідентичність, яка віддзеркалює індивідуальну компоненту, що характеризує відчуття ідентифікації з тією чи іншою статтю та сенс того, ким людина психологічно себе відчуває – чоловіком чи жінкою.

3. Цінності та гендер складно інтегровані і мають ієрархічну структуру особистісних сенсів, характеризуючи певний стандарт, який наставляє діяльність людини.

Тобто, гендер – це не стать людини, він не пов'язаний із сексуальною орієнтацією людини, цей показник визначає лише поведінкові ролі, які бере на себе людина. Фемінність (з грец. „жіночий”) – це характеристика жіночого паттерну поведінки та відчування себе жінкою, маскулітність (з грец. „чоловічий”) – це характеристика чоловічого паттерну поведінки та відчування себе чоловіком. Андрогітність (з грец. „двостатевий”) – це характеристика людини, що в рівній мірі поєднує в собі ознаки як жіночого, так і чоловічого. Автори досліджень відзначають, що люди, які володіють вираженою андрогітністю в поведінці, успішніше справляються з діяльністю, що вимагає прояву як жіночих, так і чоловічих поведінкових характеристик. Такі люди легше розуміють протилежну стать, швидше і успішніше знаходять спільну мову в спілкуванні з представниками обох статей.

Маскулітність та фемінність характеризується наступними показниками [1, 2, 10]:

а) сукупність тілесних, психічних і поведінкових ознак, що відрізняють середньостатистичного чоловіка від жінки;

б) нормативні уявлення, ати-

тюдні, цінності, настанови і сенсожиттєві орієнтації, які у житті повинні мати чоловіки і жінки.

Тому, на погляд авторів, є доречним розглянути поняття сенсожиттєвої орієнтації як фундаменту гендеру. Це спричиняє потребу розгляду таких понять як „сенс життя” і „сенсожиттєва концепція”, оскільки багато авторів (часом в одному і тому ж тексті) вживають їх в якості синонімів, що, на думку деяких вчених, є невірним і веде до неточного слововживання і спотворення змісту наукових робіт [15, 16]. Безперечно, що ці поняття є взаємопов'язаними, але не тотожними.

В одній з інтерпретацій „сенс” – це усвідомлюваний людиною зв'язок між предметами та ситуацією. Щоб усвідомити сенс, необхідно вийти за рамки ситуації, процесу, явища і увійти до контексту ситуації більш ширшої. Звідси кожен життєвий сенс входить по вертикалі в певну ієрархію життєвих сенсів, де кожен подальший сенс – є усе більш загальним, глибшим і всеосяжним. І, відповідно, останній сенс – на вершині цієї ієрархії або піраміди смисл – це сенс життя людини.

Тому перше поняття „життєвий сенс” слід розуміти як життєве значення або конкретну життєву цінність, що має суб'єктивно високу значущість в житті особи (наприклад, любов, праця, самореалізація, кар'єра, діти, здоров'я

тощо). Це вищі цінності, що мають значення для конкретного суб'єкта, але вони не відбивають спрямованість його життєдіяльності, а виражають особистісні елементи осмилення життя. Такі життєві смисли можна інтерпретувати в якості соціальних символів єдності образу та ідеї.

Друге поняття „сенс життя” варто розуміти як уявне одномоментне охоплення свідомістю усієї тривалості життя особи: досвіду вже прожитого минулого, знання свого теперішнього сьогодення і планів передбачуваного і можливого майбутнього з метою відшукати (відкрити, побачити, набути) деякий спільний знаменник, що пояснює принцип, який реабілітує доцільність вектору життєдіяльності особи, усього її існування в цілому. Причому особа може черпати сенс свого життя або в одному, або в іншому, або в третьому, або ж в усіх трьох тимчасових складових її життя.

За наявними на сьогодні даними, сенс та мета в житті не виявляє стійких зв'язків зі статтю, віком, рівнем освіти, релігійністю і прибутками. В. Франкл розглядає цю обставину як підтвердження положення про те, що сенс життя може бути знайдений будь-якою людиною [15], і спортсмени тут не виключення, на пубертатному етапі її онтогенезу. На думку авторів, з цим можуть бути пов'язані мотивація та успішність виступів



на змаганнях, пролонгованість та ефективність спортивної кар'єри тощо. Таким чином, дане положення обумовлює актуальність і безумовну практичну значущість теми нашого дослідження.

Мета нашого психолого-педагогічного дослідження теоретично обґрунтувати та практично довести гендерні відмінності у показниках сенсожиттєвих та ціннісних орієнтацій у психомоторно обдарованих підлітків (юнаків та дівчат).

Відповідно до поставленої мети у дослідженні розв'язуються наступні завдання:

1. Провести теоретичний аналіз проблеми гендеру, сенсожиттєвих та ціннісних орієнтацій у фаховій літературі.

2. Визначити фактори, специфічні умови, що впливають на розвиток та становлення гендеру психомоторно обдарованих підлітків.

3. Висвітлити гендерні відмінності особистості психомоторно обдарованих підлітків.

4. Провести емпіричне дослідження та встановити найбільш та найменш значимі цінності для психомоторно обдарованих підлітків (юнаків та дівчат).

5. Підтвердити чи спростувати наявність залежності ступеню сенсу життя, цілей в житті, інтересу та емоційної насиченості життя, задоволення самореалізацією від статі та гендеру у психомоторно обдарованих підлітків.

Результати дослідження та їх обговорення. Відповідно до поставленої мети було використано наступні методи: теоретико-методологічний аналіз спеціальної літератури; педагогічне спостереження; психолого-діагностичні методики (опитувальник С. Бем на встановлення гендеру, методика „Ціннісні орієнтації” М. Рокича та тест „Сенсожиттєві орієнтації” Д.О. Леонт'єва).

Опитувальник С. Бем був за-

пропонований для діагностики психологічної статі і визначає міру андрогінності, маскуліності та фемінності особистості [10]. Опитувальник містить 60 тверджень (якостей), на кожне з яких випробовуваний відповідає „так або ні”, оцінюючи тим самим наявність або відсутність у себе названих якостей.

Тест сенсожиттєвих орієнтацій є адаптованою версією тесту „Мета в житті” (Purpose - in - Life Test, PIL) Джеймса Крамбо і Леонарда Махолика. Методика була розроблена авторами на основі теорії прагнення до сенсу і логотерапії Віктора Франкла і переслідувала мету емпіричної валідації ряду представлень цієї теорії, зокрема уявлень про екзистенціальний вакуум і ноогенні неврози. Російськомовна версія тесту осмисленість життя (ОЖ) була розроблена і адаптована Д.А. Леонт'євим у 1988 р. [5].

Методика „Ціннісні орієнтації” М. Рокича є особистісним опитувальником, спрямованим на вивчення ціннісно-мотиваційної сфери людини і заснована на прямому ранжируванні списку цінностей. Особливості проведення процедури тестування: респонденту пред'являються два списки цінностей (по 18 в кожному) або на листах паперу в алфавітному порядку, або ж на картках. У списках випробовуваний привласнює кожній цінності ранговий номер, а картки розкладає по порядку значущості. Спочатку пред'являється набір термінальних, а потім набір інструментальних цінностей [16].

Таким чином, план дослідження будується на логіці педагогічного констатуючого експерименту: на проведенні психодіагностичної процедури та порівнянні за гендером по показнику фемінність – маскуліність – андрогінність сенсожиттєвих та ціннісних орієнтацій психомоторно обдарованих підлітків.

Вибірку даного дослідження склали 30 чоловік, 15 юнаків і 15 дівчат віком від 14 до 18 років, які є учнями Дніпропетровського вищого училища фізичної культури і займаються різними видами спорту: легкою атлетикою, футболу, спортивною гімнастикою. За допомогою методики С. Бем для визначення гендеру, було встановлено, що з 30 опитованих 10 осіб є маскулініми, 17 осіб є андрогінами: 2 жінки мають маскуліність, 1 жінка – фемінність. Чоловіків з показником фемінності не виявлено. За допомогою методики сенсожиттєвих орієнтацій Д.А. Леонт'єва були досліджені 6 субшкал, які входять до методики та проаналізовані за показниками середньоарифметичного та дисперсії (Таблиця 1).

Показники за всіма субшкалами вищі за середні, але в межах норми, показники за субшкалою процесу життя нижчі за середні.

При доказі статистичної гіпотези за допомогою непараметричного статистичного критерію χ^2 Фішера не виявлено значущої статистичної розбіжності показників за субшкалами сенсожиттєвих орієнтацій у юнаків та дівчат, окрім показників осмисленості життя ($p \leq 0,05$) та цілей у житті ($p \leq 0,05$).

Встановлено, що осмисленість життя та цілі у житті у юнаків вищі, ніж у жінок (за середніми показниками). Причому, дисперсія (неоднорідність) даних у дівчат за цими субшкалами вища, ніж у юнаків, що пов'язане з характеристиками спортивної діяльності та очікуваннями суспільства.

При доказі статистичної гіпотези за допомогою непараметричного статистичного критерію χ^2 -Фішера виявлено значущі статистичні розбіжності показників за субшкалами сенсожиттєвих орієнтацій у маскулініх та фемінних осіб: осмисленість життя ($p \leq 0,05$), у маскулініх та ан-



дрогінних осіб: результативність життя ($p \leq 0,05$). Встановлено, що осмисленість життя, локус-контроль життя у маскуліних осіб вищі, ніж у андрогінних осіб. Причому, дисперсія (неоднорідність) даних у дівчат по цих субшкалах вища, ніж у юнаків. Це пов'язане, на нашу думку, із специфічними факторами, які впливають на кар'єру жінок у спорті та результати спортивної діяльності (наприклад, готовність/неготовність до народження дитини, планування кар'єри, гендерні стереотипи у суспільстві, які схвалюють фемініність жінок та осуджують мускуліність, вплив вікових особливостей на діяльність жінки у спорті) (Таблиця 2).

За допомогою методики „Ціннісні орієнтації” М. Рокича (термінальні/інструментальні цінності) були отримані такі результати у представників різного гендеру за показниками маскуліні-феміні-андрогінності:

1. Найбільш значущі термінальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з фемінним індексом: I місце – здоров'я (20 %), щасливе сімейне життя (10 %), активне діяльнісне життя (6,6 %); II місце – любов (13,3 %), активне діяльнісне життя (6,6 %), життєва мудрість (6,6 %), здоров'я (6,6 %), суспільна визнаність (6,6 %); III місце – матеріально забезпечене життя (16,6 %), життєва мудрість

(6,6 %), здоров'я (6,6%), щасливе сімейне життя (6,6%).

Найбільш значущі термінальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з маскуліним індексом: I місце – здоров'я (20 %), активне діяльнісне життя (10 %), щасливе сімейне життя (6,6 %); II місце – щасливе сімейне життя (20 %), життєва мудрість (6,6 %), любов (6,6 %); III місце – активне діяльнісне життя (10 %), матеріально забезпечене життя (6,6 %), наявність добрих і вірних друзів (6,6 %), продуктивне життя (6,6 %), впевненість у собі (6,6 %).

Найбільш значущі термінальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з андрогінним індексом: I місце – здоров'я (40 % досліджуваних), активне діяльнісне життя (16,6 %), щасливе сімейне життя (16,6 %); II місце – любов (20 %), щасливе сімейне життя (20 %), життєва мудрість (13,3 %); III місце – матеріально забезпечене життя (23,3 %), активне діяльнісне життя (13,3%), життєва мудрість (10 %) і здоров'я (10 %).

Найменш значущі термінальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з фемінним індексом: I місце – щастя інших (16,6 %), краса природи та мистецтва (13,3 %), розваги (6,6 %); II місце – творчість (10 %), пізнання (6,6 %), розваги (6,6 %), щасливе сімейне життя (6,6 %); III місце – суспільна визнаність

(6,6 %), пізнання (6,6 %), щастя інших (6,6 %).

Найменш значущі термінальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з маскуліним індексом: I місце – краса природи та мистецтва (16,6 %), щастя інших (6,6 %), творчість (6,6 %), суспільне визнання (6,6 %), цікава робота (6,6 %); II місце – життєва мудрість (6,6 %), матеріально забезпечене життя (6,6 %), розваги (6,6 %), свобода (6,6 %), творчість (6,6 %); III місце – щастя інших (10 %), творчість (10 %) і розвиток (6,6 %).

Найменш значущі термінальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з андрогінним індексом: I місце – краса природи та мистецтва (30 % досліджуваних), щастя інших (23,3 %), творчість (10 %); II місце – творчість (16,6 %), розваги (13,3 %), пізнання (10 %), свобода (10 %), щасливе сімейне життя (10 %); III місце – щастя інших (16,6 %), розваги (13,3 %), суспільна визнаність (10 %), розвиток (10 %), творчість (10 %).

2. Найбільш значущі інструментальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з фемінним індексом: I місце – акуратність (13,3 %), вихованість (10 %), життєрадісність (10 %); II місце – вихованість (26,6 %), акуратність (10 %), дисциплінованість (6,6 %); III місце – життєрадісність (13,3 %), вихованість (6,6 %), відповідальність (6,6 %).

Найбільш значущі інструментальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з маскуліним індексом: I місце – акуратність (13,3 %), життєрадісність (10 %), вихованість (6,6 %), сміливість у відстоюванні своїх поглядів (6,6 %); II місце – акуратність (10 %), вихованість (10 %), відповідальність (10 %); III місце – освіченість (10 %), сміливість у відстоюванні своїх поглядів (10 %).

Найбільш значимі інструме-

Таблиця 2.

Результати дослідження гендерних аспектів сенсожиттєвих орієнтацій спортсменів-підлітків (за показниками середньоарифметичного та дисперсії)

Субшкала	Хсер. маск.	D маск.	Хсер. андрогін.	D андрогін.	Хсер. фемін.	D фемін.
Осмисленість життя	111,34	15,6	107,6	17,5	100,13	24,8
Цілі в житті	36,6	4,6	37,7	6,5	28,0	6,6
Процес життя	32,6	5,2	34,5	6,6	29,5	7,4
Результативність життя	30,23	4,9	36,26	7,9	25,76	4,8
Локус контролю-Я	21,45	5,1	23,0	4,8	21,89	4,0
Локус контролю-життя	32,0	4,2	34,55	5,7	29,11	4,8



нтальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з андрогінним індексом: I місце – акуратність (26,6 % досліджуваних), життєрадісність (20 %), вихованість (16,6 %); II місце – вихованість (36,6 %), акуратність (20 %), дисциплінованість (10 %), відповідальність (10 %); III місце – життєрадісність (20 %), освіченість (13,3 %), високі запити (10 %), незалежність (10 %), відповідальність (10 %), сміливість у відстоюванні своїх поглядів (10 %).

Найменш значимі інструментальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з фемінним індексом: I місце – високі запити (30 %), чуйність (6,6 %); II місце – непримиренність до недоліків в собі та інших (16,6 %), сміливість у відстоюванні своїх поглядів (10 %), широта поглядів (10 %); III місце – тверда воля (10 %), терпимість (10 %).

Найменш значимі інструментальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з маскуліним індексом: I місце – високі запити (10 %), широта поглядів (6,6 %), чуйність (6,6 %); II місце – непримиренність до недоліків в собі та інших (16,6 %), високі запити (10 %), раціоналізм (6,6 %), ефективність в справах (6,6 %); III місце – чуйність (10 %), незалежність (6,6 %), самоконтроль (6,6 %), терпимість (6,6 %). Найменш значимі інструментальні цінності у психомоторно обдарованих підлітків з андрогінним індексом: I місце – високі життєві запити (40 % досліджуваних), чуйність (13,3 %); II місце – непримиренність до недоліків в собі та інших (33,3 %), високі запити (13,3 %), сміливість у відстоюванні своїх поглядів (13,3 %), широта поглядів (13,3 %), раціоналізм (10 %); III місце – терпимість (16,6 %), самоконтроль (13,3 %), життєрадісність (10 %), тверда воля (10 %) і чуйність (10 %).

Висновки. Виявлені у психо-

лого-педагогічному констатуючому експерименті значущі розбіжності сенсожиттєвих орієнтацій при різних показниках маскуліності-фемінності-андрогінності та детальний аналіз виявлених закономірностей щодо взаємозв'язку гендеру та ціннісних орієнтацій дозволяє заключити, що отримані результати підтверджують наші припущення відносно гендерних особливостей сенсожиттєвих та ціннісних орієнтацій у спорті.

1. Спорт впливає на гендер: у нашому дослідженні з 30 опитуваних 10 осіб є маскуліними, 17 осіб є андрогінами, 2 дівчини мають маскуліність, 1 – фемінність. Чоловіків з показником фемінності не виявлено. Тобто жінкам у спорті притаманні не фемінні особливості, а андрогінні та маскуліні. Це пов'язано, на нашу думку, зі специфічними факторами, які впливають на кар'єру жінок у спорті та результати спортивної діяльності (наприклад, готовність/неготовність до народження дитини, планування кар'єри, гендерні стереотипи у суспільстві, які схвалюють фемінність жінок та осуджують маскуліність, вплив вікових особливостей на діяльність жінки у спорті).

2. За допомогою непараметричного статистичного критерію ϕ^* -Фішера виявлено значущі статистичні розбіжності показників за субшкалами сенсожиттєвих орієнтацій у маскуліних та фемінних осіб: осмисленість життя, ($p \leq 0,05$); у маскуліних та андрогінних осіб: результативність життя ($p \leq 0,05$).

3. За допомогою непараметричного статистичного критерію ϕ^* -Фішера не виявлено значущої статистичної розбіжності показників за субшкалами сенсожиттєвих орієнтацій у юнаків та дівчат, окрім показників осмисленості життя ($p \leq 0,05$) та цілей у житті ($p \leq 0,05$). Встановлено, що осмисленість життя та цілі у житті чо-

ловіків вищі, ніж у жінок (за показниками середніх).

4. Були отримані якісні відмінності за показниками термінальні/інструментальні цінності у представників різного гендеру (маскуліність-фемінність-андрогінність):

– за термінальними цінностями маскуліні особи орієнтовані на здоров'я, активне діяльнісне життя, щасливе сімейне життя, життєву мудрість, любов, матеріально забезпечене життя, наявність добрих і вірних друзів, продуктивне життя, впевненість у собі;

– за термінальними цінностями фемінні особи орієнтовані на щастя інших, красу природи та мистецтва, розваги, творчість, пізнання, щасливе сімейне життя, суспільну визнаність, пізнання, щастя інших;

– за термінальними цінностями андрогінні особи орієнтовані на здоров'я, активне діяльнісне життя, матеріально забезпечене життя, життєву мудрість, любов, щасливе сімейне життя;

– за інструментальними цінностями маскуліні особи орієнтовані на акуратність, життєрадісність, вихованість, сміливість у відстоюванні своїх поглядів, відповідальність, освіченість;

– за інструментальними цінностями фемінні особи орієнтовані на акуратність, вихованість, життєрадісність, дисциплінованість, відповідальність;

– за інструментальними цінностями андрогінні особи орієнтовані на акуратність, життєрадісність, високі запити, незалежність, сміливість у відстоюванні своїх поглядів, вихованість, дисциплінованість, відповідальність, освіченість.

5. Виявлено, що рівень задоволеності сенсом життя виявився нижчий за задоволеність життям в цілому. Показник свідомості життя у осіб з маскуліним та андрогінним індексами значимо



вищий, ніж у осіб з фемінним індексом.

Подальші перспективи дослідження полягають у можливості використання ефективного впливу спортивної діяльності під час психолого-педагогічної допомоги спортсменам з різними гендерними характеристиками (спортсмени-професіонали, спортсмени-параолімпійці, діти групи ризику), для вдосконалення навчальних програм (спортивні школи, ЗОШ), спрямованих на гармонізацію особистості підлітка за допомогою спорту.

ЛІТЕРАТУРА

1. Воронова В.І. Психологія спорту: навч. посібник / В.І. Воронова. – К.: Олімпійська література, 2007. – 298 с.
2. Говорун Т.В. Гендерна психологія: навч. посіб. / Т.В. Говорун, О.Б. Кікінеджи. – К.: Видавничий центр „Академія”, 2004. – 308 с.
3. Горбунов Г.Д. Практический психолог в спорте: Лекция / Г.Д. Горбунов. – СПб.: ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1995. – С. 3-20.
4. Гуськов С.И. Профессиональный спорт / С.И. Гуськов, М.М. Линец, В.Н. Платонов, Б.Н. Юшко. – К.: Олімпійська література, 2000. – 391 с.
5. Леонтьев Д.А. Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО) / Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2000.
6. Мадди С. Смыслообразование в процессах принятия решения / С. Мадди // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26, № 6. – С. 87–101.
7. Марищук В.Л. Методики психодиагностики в спорте / В.И. Марищук, Ю.М. Иванов. – М.: Прогресс, 1984. – 160 с.
8. Палайма Ю.Ю. Преодоление отрицательных состояний в спорте / Ю.Ю. Палайма // Спортивная психология. – СПб.: Питер. – 2002. – С. 98 – 107.
9. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2005. – 816 с.
10. Практикум по гендерной психологии / под ред. И.С. Клециной. – СПб.: Питер, 2002. – 478 с.
11. Психология: учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.М. Мельникова. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 367 с.
12. Родионов А.В. Проблемы психологии спорта / А.В. Родионов // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 6. – С. 2-4.
13. Состояние наивысшей готовности и работоспособности спортсмена / Е.П. Ильин // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. – СПб.: Питер, 2002. – С. 253–260.
14. Уейнберг Р. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. Уейнберг, Д. Гуд. – К.: Олимпийская литература, 1998. – 335 с.
15. Франкл В. О смысле жизни / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

