YENİYETMƏ İDMANÇILARIN ÜNSİYYƏT XÜSUSİYYƏTLƏRİ

B/m. A.Ə. Cəbrayılova
Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və Idman Akademiyası

Nəşr tarixi
Qəbul edilib: 1 iyun 2019
Dərc olunub: 5 iyul 2019
© 2019 ADBTİA. Bütün hüquqlar qorunur.

Xülasə: Məqalədə idmançı yeniyetmələrin qarşılıqlı münasibəti, ünsiyyət xüsusiyyətləri araşdırılmışdır. Valideyn-yeniyetmə ünsiyyəti ilə yanaşı həmyaşıdlar kollektivində olan ünsiyyət idmançı yeni- yetmələrin fəaliyyətinin əsasını təşkil edir. Qeyd edək ki, idmançının nitq vasitəsilə həyata keçirdiyi ünsiyyət verbal, başqa vasitələrlə olan ünsiyyəti isə qeyri - verbal adlanır. Məhz ünsiyyət şəıraitində idmançı şəxsiyyət kimi formalaşır.

Özünütərbiyə tələbatının artması müşahidə edilir. Bütün bunlar yaşlılar tərəfindən istiqamətləndirilməli, məqsədyönlü təsirə məruz qoyulmalıdır.

Açar sözlər: İdmançı, yeniyetmə, ünsiy- yət, qarşılıqlı münasibət, mənlik şüuru.

Sosial adaptasiyanın intensivliyinin sürət- ləndiyi və dinamik sosial gerçəklik şəraitində fərdin ontogenetik inkişafında, xüsusən də onun şəxsiyyət kimi formalaşmasında mühüm mərhələni təşkil edən yeniyetməlik dövründə yeniyetmə idmançıların mənəvi dünyasının təşəkkülünə ciddi təsir göstərən mühüm bir amil kimi ünsiyyət xüsusiyyətlərinin araşdırıl- ması onlarda təlim-tərbiyə prosesinin effektiv təşkilinə zəmin yarada bilər.

Nəzərə almaq lazımdır ki, məhz yeniyet- məlik yaş dövründə yeniyetmə idmançılar arasında ünsiyyətlə bağlı təsəvvürləri yetkin- ləşir və interorizasiya olunur ki, belə həssas yaş dövründə onların inkişaf etdirilməsi cəmiyyət üçün yararlı vətəndaş yetişdirilməsi işinə ciddi töhvə ola bilər.

Ünsiyyət insanların birgə fəaliyyət prose- sində qarşılıqlı psixoloji əlaqə formasıdır.
İdmançının nitq vasitəsilə həyata keçirdiyi ünsiyyət verbal, başqa vasitələrlə olan ünsiyyəti isə qeyri-verbal adlanır. İdmançılar arasında ünsiyyət formalarının əsasını fəaliyyət təşkil edir. İdmançılar verbal və qeyri-verbal ünsiyyət sayəsində biri-birini başa düşür, fəaliyyət prosesində məlumatlar mübadiləsi etmək imkanını qazanırlar. Ünsiyyət, şəxsiyyətin təşəkkülünün zəruri şərtidir [4;s.100].

Yeniyetmə idmançıların valideyn - yeniyetmə ünsiyyətindən fərqli və həm də yeniyetmə üçün daha vacib sayılan yoldaşlarla ünsiyyət qurma faktoruna tələbat da mühüm məsələlərdən biridir. Yaşıdları arasında özlərini tanıtmanın, təqdim etmənin əsas şərtlərindən biri məhz ünsiyyətin sayəsində mümkündür. Məhz ünsiyyət şəıraitində idmançı şəxsiyyət kimi formalaşır. Yaş artdıqca ünsiyyətin motivləri dərinləşir, bu isə yeni tipli münasibətlərin başlanması üçün zəmin yaradır. Ünsiyyət qurmağa çətinlik çəkən yeniyetmələr isə özlərini sərbəst hiss etmir, düşüncə və fikirlərini aydın ifadə edə bilmirlər. Onlarda məyusluq, ümidsizlik hissi oyanır ki, bu da özündən sonra xoşagəlməz iz qoyur. Onu da qeyd edək ki, yeniyetmələr üçün öz yaşıdları ilə ünsiyyət daha əlverişli hesab edilir. Ümumiyyətlə, yeniyetməlik yaş dövrünün insan üçün şəxsiyyət olaraq əsaslı dəyişikliklərə məruz qalması faktı danılmaz- dır.

Yarışların gedişində qələbə uğurunda aparılan mübarizədə qüvvələrin səfərbər edilməsində ünsiyyətə olan tələbat daha da artır. Burada başlıca olaraq işgüzar xarakter daşıyır, onun məzmunu yarış məzmunu ilə əlaqədar olur və qələbəyə doğru istiqamət- lənir. Yarış şəraitində ünsiyyətdə olmaq bir tərəfdən dəqiq və

nizamlanmış şəraitdə olur, digər tərəfdən isə məşq prosesində olduğundan daha dinamik xassə kəsb edir. Ünsiyyətin yaradılması və vaxtı konkret idman növlərində yarış qaydaları ilə nizamlanır. [3; s.32]

Qeyd edək ki, məhz ünsiyyətin köməyi ilə qarşılıqlı anlaşma və komanda üzvləri arasında əməkdaşlığa nail olunur.

Yeniyetmə ünsiyyət fəaliyyəti prosesində ictimai-əxlaqi münasibət normalarını mənimsəyir. Yeniyetmənin xüsusilə mənlik və əxlaqi şüuru inkişaf edir. Onun öz şəxsi həyatına, şəxsiyyət xüsusiyyətlərinə maraq yarandıqca, ətrafdakılara da münasibət dəyişir. Bir növ onlarda özünüqiymətləndirmə istəyi, özündə olan keyfiyyətlərin yaxşı və ya pis qiymətləndiriləcəyi fikri müşahidə olunur. Demək olar ki, yeniyetmə öz "mən" - ini dərk etmək iqtidarında olur. Belə bir "Mən" surətinin düzgün təşəkkülü üçün yüksək mənəvi ideal aparıcı mövqeyə malikdir. Öz "Mən" ini ideal surətlə müqayisə edərək hər bir insan çalışır ki, öz idealına daha çox oxşasın [5;s.96].

İlk növbədə yeniyetmənin mənlik şüurunun əsasını başqa adamların yaşlıların (müəllimlər, valideynlər və qonşuların), kollektiv üzvlərinin, yoldaşlarının onun haqqındakı fikirləri təşkil edir. Yaş artdıqca yeniyetmə özünün şəxsiyyətini müstəqil təhlil etməyə və özünü qiymətləndirməyə başlayır. Bu baxımdan yeniyetmənin başqalarını və özünü qiymətləndirmə meyarlarına, əxlaq normalarına yiyələnməsi onda mənlik şüurunun formalaşmasında mühüm əhəmiy- yət kəsb edir. Yeniyetmənin özü haqqında təsəvvürləri, iddia səviyyəsi və s. də onun mənlik şüurunu xarakterizə etmək üçün zəruridir [1,s.61].

Digər tərəfdən bu dövrdə digər yaş dövrlərindən fərqli, məhz bu dövr üçün xarakterik olan ziddiyyətlər meydana çıxır ki, onların da həlli istiqamətində tərbiyəvi təsirlər göstərilmədikdə əxlaqi hisslərin təşəkkülü və təzahürü ilə bağlı müəyyən problemlər yaşanacaqdır. Çünki yeniyetməlik dövrünün ziddiyyətləri müsbət və mənfi olmaqla iki tərəfləri vardır. Həmin müsbət tərəfləri nəzərə almaqla, müsbətlərin daha da dərinləşməsini əldə etmək mümkündür. Yəni güclü emosional yaşantıların düzgün istiqamətdə cərəyan etməsinə şərait yaradılması çox vacib məsələlərdəndir.

Belə ki, tədqiqatçılar da böhran pobleminə iki aspektdən, şüurda baş verən dəyişikliyə, digəri isə inkişafın sosial şəraitinə xüsusi nəzər yetirirlər. Hansı ki, bütün yaş mərhələlə- rində uşaqla mühit arasında təkrarolunmaz münasibətlər sistemi mövcud olur.

Deməli, yeniyetmə idmançılar arasında ünsiyyət xüsusiyyətlərini araşdırarkən deyilən cəhətlər nəzərə alınmalı və daimi olaraq diqqət yetirilməlidir.

Bu yaşda ünsiyyət tərzi, onun təzahür formaları da fərqli olur. Təsadüfi deyildir ki, bəzi müəlliflər (V.J.Juravlev və b.) ünsiyyət tərzinin formasına görə yeniyetmələrin üç tipini müəyyən etmişlər.

Adamayovuşmaz adlandırılan tip yeniyet- mələr daha çox tənhalığa meyl edirlər. Yaşıdları ilə əlaqələr onlar üçün darıxdırıcı olur. Bu tip yeniyetmələr emosional yaşantı- larını bölüşmək üçün yaxınları olmadığından bütün stresslərini konflikt gedişində atırlar.

İkinci tip yeniyetmələr ünsiyyətə meyilli olanlardır ki, onlar da əsasən dosta (rəfiqəyə) daha çox ehtiyac duyurlar.

Üçüncü tip yeniyetmələr isə daha çox qrup ünsiyyətinə meylli olanlardır. Bunun nəticəsi- dir ki, onlar çox vaxt yaşadıqları məhəllə üzrə yeniyetmələr birliyini formalaşdırırlar.

Dostları tərəfindən kifayət qədər müdafiə olunduqlarından sonuncu iki tipdən olan yeniyetmələr münaqişəli situasiyalarda o qədər də stresə məruz qalmırlar.

Hər üç tipə aid olan yeniyetmə ünsiyyəti, mənlik şüurunun formalaşması onun öz davranışını, özünün mənəvi keyfiyyətlərini, xarakter və qabiliyyətlıərini dərk etməsi ilə başlayır. Onun ruşeymlərini hələ kiçik məktəbli yaşı dövründə yeni xüsusiyyət kimi meydana çıxan refleksiya təşkil edir. Refleksiya

insanın öz hərəkət və rəftarını, fikir və hissini başqa adamın nöqteyi nəzərindən təhlil etməsi kimi özünü göstərir. O, adətən, əxlaq normaları səviyyəsində təzahür edir və əxlaqi şüur çərçivəsində borc, şərəf və ləyaqət, vicdan, məsuliyyət hissi ilə bilavasitə bağlıdır. Çox maraqlıdır ki, refleksiyanın mürəkkəb formaları oğlanlara nisbətən qızlarda daha tez təşəkkül tapır.[2;s.194]

Deməli yeniyetmə idmançıların mənlik şüurunun inkişafı özlərini şəxsiyyət olaraq qavramaq tələbatının formalaşmasına zəmin yaradır. Yeniyetmə özünə, özünün daxili həyatına, şəxsi keyfiyyətlərinə maraq yaranmaqla bərabər, özünüqiymətləndirmə, özünü başqaları ilə tutuşdurma tələbatı da meydana gəlir. Bu tələbatdan irəli gələrək, o özünə baxmağa, şəxsiyyətinin həm güclü, və həm də zəif xüsusiyyətlərini anlamağa çalışır.

Bu heç də təsadüfi deyil. Çünki mənlik şüuru həyatdan, praktik fəaliyyətdən yaranır və kollektivin, yaşlıların artan tələblərindən qaynaqlanır. Bu zəmində də yeniyetmədə öz imkanlarını qiymətləndirmək tələbatı meydana gəlir. Bu qiymət-ləndirmə isə ona kollektivdə öz yerini tapmağa imkan verir. Lakin yeniyetmənin öz şəxsiyyət təzahürlərini hələ ki, düzgün təhlil etmək bacarığı olmadığından onun iddia səviyyəsi, özü haqqında rəyi ilə kollektivdəki real vəziyyəti yaşlılar və yoldaşları tərəfindən ona olan münasibət arasındakı ziddiyyətdən irəli gələn konfliktlər yaranır. Bu isə yeniyetmədə başqa bir tələbatın – özünütərbiyə tələbatının əsasını qoyur. Bütün bunlar isə yaşlılar tərəfindən istiqamətləndirilməli, məqsədyönlü təsirə məruz qoyulmalıdır. Əks taqdirdə yeniyetmə idmançıların şəxsiyyətinin inkişafında və formalaşmasında qüsurlar özünü göstərəcək- dir.

Ədəbiyyat

1.Əlizadə Ə.Ə., Əzimov Q.E., Quliyev E.M. Məktəblinin psixologiyası. Bakı: “Re-nessans” 2015, 115s.

2.Əzimli Q.E. Yaş və pedaqoji psixolo-giyanın müasir problemləri. Bakı: ADPU-mətbəəsi, 2006 , 530

3.İdman və psixologiya T. İsmayılov Bakı:2016

4.İdman psixologiyası T.İsmaylov; C. Məmmədova Bakı: 2002 səh.15-20

5. Mustafayev M. Mənəvi inkişafın psixoloji məsələləri. Psixologiya jurnalı Bakı: 2003 № 4, səh. 95-98

Особенности общения спортсменов - подростков

Старший преподаватель,
А.А. Джабраилова

Ключевые слова: спортсмен, подросток, отношение, взаимоотношение, самосознание.

Аннотация: В статье были исследованы взаимодействия, особенности общения подростков спортсменов. Основой деятельности подростков является не только общение между родителями и подростками, но и между сверстниками. Следует отметить, что общение, которое спортсмен выполняет посредством речи, является вербальным, а общение другими средствами, называется невербальным. Во время общения спортсмен формируется как личность. Наблюдается увеличение спроса на самостоятельность.

Communication features of teenage athletes

A.A. Cabrayılova

Key words: athlete, teenager, communication, mutual attitude, self consciousnees.

Anotation: This article has investigated the mutual relationship of adolescent sportsmen and their communication peculiarities. Along with parent-teenager, communication, peer-to-peer communication creates the basis of teenagers' activities. We should note that the communication that an athlete performs via speech is verbal, and communication with other means is called non-verbal. While communicating, an athlete's personality is formed. Demand for self-sufficiency is observed.