

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ МЕЖЛИЧНОСТНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ГАНДБОЛЬНЫХ КОМАНДАХ

З.П.Расулов – доктор философии педагогических наук, доцент

Г.У.Казакбаева – докторант

Институт переподготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорта

Таянч сўзлар: шахслараро муносабатлар, гандбол, спорт психологияси, жамоавий бирдамлик, жамоа ичидаги коммуникация, мураббий-спортчи муносабатлари, спорт жамоаси.

Ключевые слова: межличностные отношения, гандбол, спортивная психология, командная сплочённость, коммуникация в команде, тренер-спортсмен, спортивная команда.

Key words: interpersonal relationships, handball, sport psychology, team cohesion, team communication, coach-athlete relationship, sports team.

Введение. Межличностные отношения являются ключевым фактором эффективности спортивных команд, определяя уровень взаимодействия, психологическую устойчивость и способность спортсменов демонстрировать высокие результаты в условиях высокой соревновательной нагрузки.

В игровых видах спорта, таких как гандбол, где успешность напрямую связана со слаженностью командных действий, качество межличностного взаимодействия приобретает особую значимость.

В Узбекистане гандбол активно развивается как на профессиональном, так и на любительском уровнях, однако вопросы психологической подготовки спортсменов всё ещё остаются недостаточно изученными и в значительной степени уступают вниманию к физическим, техническим и тактическим компонентам тренировки. Между тем современная спортивная психология подчёркивает, что доверие, эмоциональная поддержка, командная сплочённость и способность предотвращать или конструктивно разрешать конфликты оказывают существенное влияние на индивидуальную и коллективную результативность.

Особенно важно учитывать, что межличностные отношения в спортивных коллективах формируются не только под влиянием индивидуально-психологических характеристик игроков, но и под воздействием культурных, социальных и организационных факторов, характерных для конкретного региона.

В условиях Узбекистана, где для коллективных видов деятельности традиционно значимы уважение, групповая поддержка и иерархическая структура взаимодействия, изучение социально-психологических механизмов межличностного взаимодействия в гандбольных командах приобретает особую актуальность. Несмотря на растущий интерес к проблемам спортивной психологии, в научной литературе Узбекистана наблюдается недостаток исследований, посвящённых именно особенностям межличностных отношений среди гандболистов.

Недостаточно изучено, каким образом факторы коммуникации, ролевая структура команды, тренерское лидерство и эмоциональная поддержка влияют на игровую эффективность и психологическое благополучие спортсменов.

Обзор литературы. Исследование межличностных отношений в спортивных командах представляет собой одно из ключевых направлений современной спортивной психологии. В мировой литературе данная проблема рассматривается с позиций групповой динамики, командной сплочённости, ролевой структуры, лидерства и эффективности коммуникации, что позволяет сформировать многофакторное понимание взаимодействия спортсменов в коллективе.

Одним из фундаментальных направлений является теория *coach-athlete relationship*, предложенная со стороны авторов [1], согласно которой эффективность совместной деятельности определяется тремя компонентами: эмоциональной близостью (*closeness*), взаимной приверженностью (*commitment*) и комплементарностью ролей (*complementarity*). Эта модель получила широкое распространение в исследованиях игровых видов спорта, демонстрируя прямую связь между качеством взаимоотношений спортсменов с тренером и уровнем их мотивации, уверенности и готовности к сотрудничеству.

Позднейшие исследования [2] усилили выводы о том, что позитивный стиль взаимодействия тренера способствует уменьшению внутрикомандной напряжённости и оптимизации совместных действий и эта модель получила широкое распространение в исследованиях игровых видов спорта, демонстрируя прямую связь между качеством взаимоотношений спортсменов с тренером и уровнем их мотивации, уверенности и готовности к сотрудничеству.

Современные исследования по гандболу [3:2] и в командных видах спорта [4] свидетельствуют о том, что этот вид спорта предъявляет повышенные требования к кооперации, взаимопониманию и координации действий. Быстро меняющаяся ситуация на площадке предполагает мгновенное согласование решений между игроками, что возможно только при высоком уровне доверия, эмоциональной устойчивости и чёткой коммуникации. Подчёркивают, что в командах с выраженной социальной поддержкой игроки легче адаптируются к стрессу, демонстрируют лучшие игровые показатели и быстрее восстанавливаются после неудач [5]. Отдельное внимание уделяется ролевой структуре в спортивных командах.

Исследования показали, что ясность ролей, распределение ответственности и отсутствие конкуренции за лидерские позиции снижают вероятность межличностных конфликтов и способствуют росту коллективной эффективности. Напротив, неопределённость ролей может приводить к напряжённости, снижению удовлетворённости спортсменов и ухудшению игрового взаимодействия. В научной литературе Узбекистана проблема межличностных отношений среди спортсменов изучена точно, преимущественно в контексте педагогики спорта. Однако специализированных исследований, посвящённых именно гандболу как командному виду с высокой степенью координации и социальной нагрузки, практически нет. Недостаточно проработанными остаются вопросы влияния тренерского лидерства, внутри командной коммуникации, эмоциональной поддержки и ролевой структуры на

эффективность гандбольных команд в условиях Узбекистана.

Таким образом, анализ литературы показывает, что, несмотря на значительный объём международных исследований, существует необходимость адаптировать и расширять эти подходы с учётом национальных особенностей спортивной среды. Это подчёркивает актуальность дальнейшего изучения социально-психологических механизмов межличностного взаимодействия в гандбольных командах Узбекистана.

Методика исследования. Методика исследования направлена на комплексное изучение социально-психологических характеристик межличностного взаимодействия в гандбольных командах, включая как мужские, так и женские коллективы.

Исследование предполагает анализ факторов, влияющих на качество командных отношений, а также определение структуры социального взаимодействия между спортсменами и тренером. используется системный подход, согласно которому спортивная команда рассматривается как взаимосвязанная структура, где эффективность деятельности определяется качеством взаимодействия её членов. Межличностные отношения в данном контексте интерпретируются как совокупность эмоциональных, коммуникативных и ролевых связей, формирующихся в процессе совместной тренировочной и соревновательной деятельности, которые включает анализ следующих ключевых аспектов:

командная динамика и сплочённость, определяющие степень согласованности действий и психологического единства команды;

коммуникативные процессы, обеспечивающие обмен информацией, координацию действий и формирование общего игрового понимания;

социально-ролевое распределение, влияющее на организацию командной деятельности и определяющее статусные позиции спортсменов;

эмоционально-психологические связи, обуславливающие уровень доверия, поддержки и взаимоуважения между членами команды;

взаимодействие «тренер–спортсмен», рассматриваемое как важный элемент формирования мотивационной атмосферы и психологической устойчивости спортсменов;

культурно-социальные факторы, влияющие на стиль поведения и особенности межличностных отношений в спортивных коллективах Узбекистана.

Такой подход обеспечивает целостное понимание психологической структуры командного взаимодействия и создаёт основу для последующего анализа социальных и эмоциональных механизмов, лежащих в основе командной эффективности.

Обсуждение. Ожидается, что характер межличностных отношений в гандбольных командах определяется

совокупностью взаимосвязанных социально-психологических факторов. Сплочённость коллектива и эффективность групповой динамики, вероятно, будут способствовать согласованности игровых действий и устойчивости команды к стрессовым ситуациям.

Развитые коммуникативные процессы обеспечивают своевременный обмен информацией и координацию, что снижает вероятность ошибок и недопонимания.

Социально-ролевое распределение создаёт организационную основу взаимодействия, а высокая степень ролевой ясности способствует уменьшению внутренней напряжённости.

Эмоционально-психологические связи, выраженные в доверии, поддержке и взаимоуважении, формируют благоприятный психологический климат и укрепляют мотивацию спортсменов.

Важную регулятивную роль играет и система взаимоотношений «тренер–спортсмен», от характера которой во многом зависит уровень дисциплины, уверенности и психологической устойчивости команды.

Культурно-социальные особенности, характерные для спортивных коллективов Узбекистана, усиливают значимость коллективизма, иерархичности и групповой поддержки, что придаёт межличностным отношениям специфические черты и влияет на стиль взаимодействия между игроками и тренером.

В совокупности эти элементы позволяют предположить, что социально-психологическая структура командных отношений является ключевым фактором успешности гандбольных коллективов.

Заключение. Анализы показали, что межличностные отношения в гандбольных командах формируются под влиянием взаимосвязанных социально-психологических факторов, определяющих согласованность действий и психологическую устойчивость спортсменов.

Наиболее значимыми среди них являются сплочённость группы, эффективность коммуникации, ясность ролевой структуры, эмоционально-психологические связи и характер взаимодействия «тренер–спортсмен».

Важную роль играют и культурно-социальные особенности спортивной среды Узбекистана, задающие специфический стиль взаимодействия и влияющие на отношения внутри команды.

Обобщение теоретических подходов позволяет рассматривать межличностное взаимодействие как ключевой компонент успешной командной деятельности в гандболе.

Полученные выводы подчеркивают необходимость дальнейшего научного внимания к социально-психологическим аспектам подготовки спортсменов, что открывает возможности для совершенствования командной работы и формирования благоприятного психологического климата в гандбольных коллективах Узбекистана.

Литература

1. Jowett S., Felton L. Relationships and attachments in teams. In M. Beauchamp & M. Eys (Eds.), Group dynamics advances in sport and exercise psychology (2nd ed., pp. 73-92). – New York: «Routledge», 2014.
2. Jowett S. Partners on the sport field. // The coach-athlete relationship, The Psychologist, 18, 2005. –P. 412-415.
3. Freire G.L.M., Cronin L.D., Jowett S., Costa N.L.G., Fiorese L. Nascimento Junior, Coach-athlete relationships and life skills development among Brazilian handball players. // Quaderns de Psicologia | 2024, Vol. 26, Nro. 1. 2024.
4. Thelwell R. Team goal setting in professional football. In B. Hemmings & T. Holder T. (Eds.), Applied sport psychology: A case-based approach (pp. 161–180). Chichester: John Wiley & Sons, Ltd. 2009.
5. Carron A.V., Eys M.A., Burke S.M. Team cohesion: Nature, correlates and development. In S. Jowett and D. Lavellee (Eds.), Social Psychology in Sport (pp. 91–101). Champaign, IL: Human Kinetics. 2007.

РЕЗЮМЕ. Мақолада гандбол жамоаларида шахслараро ўзаро таъсирнинг ижтимоий-психологик омиллари кўриб чиқилади.

РЕЗЮМЕ. В статье рассматриваются социально-психологические факторы межличностного взаимодействия в гандбольных командах.

SUMMARY. The article examines socio-psychological factors of interpersonal interaction in handball teams.

O'SMIRLARDA KONSTRUKTIV MULOQOT VA EMOTSIONAL BARQARORLIKNI RIVOJLANTIRISHDA PSIXOKORREKSION USULLARNING O'RNI

G.R.Tojiboyeva – *psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori, professor*
Andijon davlat universiteti

Tayanch so'zlar: o'smirlik, shaxslararo nizo, psixokorreksiya, emotsional barqarorlik, konstruktiv muloqot, empatiya, emotsional intellekt, maktab psixologi, ijtimoiy moslashuv.

Ключевые слова: подростковый возраст, межличностный конфликт, психокоррекция, эмоциональная устойчивость, конструктивное общение, эмпатия, эмоциональный интеллект, школьный психолог, социальная адаптация.

Key words: adolescence, interpersonal conflict, psychocorrection, emotional stability, constructive communication, empathy, emotional intelligence, school psychologist, social adaptation.

Kirish. XXI asrda jamiyat taraqqiyoti va global o'zgarishlar fonida inson omilining ahamiyati tobora ortib bormoqda. Shu jihatdan, shaxsning psixologik barqarorligi, ijtimoiy munosabatlarda konstruktiv muloqotga kirisha olish qobiliyati va ichki ziddiyatlarni to'g'ri boshqarish salohiyati muhim hayotiy kompetensiyalar sifatida qaralmoqda. Bu xususiyatlar ayniqsa o'smir yoshdagi o'quvchilarda faol rivojlanadi va ularning kelajakdagi shaxsiy va ijtimoiy yo'nalishlarini belgilab beradi.

O'smirlik - shaxs shakllanishining eng tanqidiy va ziddiyatli bosqichidir. Bu davrda emotsional labillik, mustaqillikka intilish, o'ziga va boshqalarga tanqidiy munosabat, ijtimoiy nufuzga bo'lgan ehtiyoj kuchayadi. Natijada o'smirlarda kattalar va tengdoshlar bilan munosabatlarda turli nizoli holatlar yuzaga keladi. Psixologiya fanining asosiy vazifalaridan biri - ushbu nizolarni ilmiy jihatdan anglash, ularni ijobiy rivojlanish manbai sifatida foydalanish imkoniyatlarini topishdir.

Bugungi kunda O'zbekiston ta'lim tizimida amalga oshirilayotgan islohotlar (xususan, «Barkamol avlodni tarbiyalash konsepsiyasi», «Ta'lim to'g'risida»gi qonun va «Uzluksiz ta'lim tizimini rivojlantirish dasturi») maktab psixologining rolini sezilarli darajada kuchaytirdi. Maktab psixologi nafaqat tashxischi va maslahatchi, balki pedagogik jamoaning psixologik barqarorligini ta'minlovchi asosiy bo'g'in hisoblanadi. Shu bois uning nizoli vaziyatlardagi psixokorreksion faoliyatini ilmiy asoslash, metodik jihatdan takomillashtirish va amaliyotga joriy etish dolzarb ilmiy vazifadir [1].

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Shaxslararo nizolarni o'rganish masalasi xorijiy va mahalliy psixologik maktablarda turlicha yondashuvlar bilan tadqiq etilgan. L.S.Vigotskiy (1984), A.Bandura (2000), K.Rodgers (1972), V.Frankl (1978) kabi olimlar insonning ichki ziddiyatlarini uning shaxsiy o'sish jarayonining tabiiy qismi deb baholaganlar. Ular fikricha, shaxs rivojlanishining eng muhim omillaridan biri – ichki va tashqi qarama-qarshiliklarni anglash va ularni ijobiy hal etish qobiliyatidir [3].

O'zbek psixologik maktabi vakillari - M.G.Davletshin, E.G.G'oziyev, V.M.Karimova, G.Q.To'laganova va boshqalar ta'lim muassasalaridagi psixologik xizmat tizimini ilmiy asoslashda muhim hissa qo'shganlar. Ular maktab psixologining faoliyatini shaxsning psixik rivojlanishi va ijtimoiy moslashuvini ta'minlovchi markaziy bo'g'in sifatida talqin qilganlar. Biroq o'smirlik davriga xos

shaxslararo nizolarning psixokorreksion mexanizmlari yetarlicha ishlab chiqilmagan [6].

Dunyoda yuz berayotgan axborot oqimining kuchayishi, ijtimoiy tarmoqlar orqali ta'sirlarning ortishi o'smirlarning emotsional holati va muloqot madaniyatiga bevosita ta'sir etmoqda. Bu esa maktab muhitidagi nizolarning ko'lami va xarakteriga yangi xususiyatlar qo'shmoqda. Shunday vaziyatda maktab psixologi nafaqat muammoni aniqlovchi, balki uning psixologik yechimini topuvchi professional faoliyat subyektga aylanishi kerak [7].

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqot doirasida ilmiy adabiyotlarning psixologik tahlili; o'smirlar xulq-atvorining tavsiflarini o'rganish uchun patoxarakterologik diagnostik so'rovnomasi; nizoli vaziyatlarda o'smirlarning xavotirlanish darajasini (Ch.D.Spilberg – Yu.L.Xaninning reaktiv (vaziyatli) va shaxsiy xavotirlanish shkalasi) aniqlash; maktab psixologi amaliy faoliyatida o'smirlar nizolilik darajasi, ular nizoli xatti-harakatlarining shakli va xarakterini inobatga olgan holda psixologik korreksiyasi dasturini qo'llash samaradorligini baholashda: a) o'smirlar nizoli xatti-harakatlarining shakli va xarakterini o'rganish uchun G.Q.To'laganova tomonidan ishlab chiqilgan eksperimental anketa so'rovnomasi; b) muallif tomonidan tuzilgan o'smirlarning ota-onalari bilan so'rov; v) muallif tomonidan tuzilgan o'smirlarning o'qituvchilari bilan so'rov; maqsadli kuzatuv va suhbat metodlari [7].

Tahlil va natijalar.

1. O'smirlarda shaxslararo nizolilik darajasi va uning xarakter tiplari bilan bog'liqligi. Tadqiqotning birinchi bosqichida o'smirlarda shaxslararo nizolilik darajasi va ularning xarakter tiplari o'rtasidagi bog'liqlik aniqlandi. A.YE.Lichkoning patoxarakterologik so'rovnomasi natijalari quyidagicha bo'ldi.

№	Xarakter tipi	Na'munaning ulishi (%)	Nizolilik tendensiyasi darajasi
1	Gipertim tipi	23,8 %	O'rtacha
2	Emotiv tipi	17,6 %	Past
3	Sikloid tipi	14,0 %	O'rtacha
4	Epileptoid tipi	12,2 %	Yuqori
5	Shizoid tipi	9,6 %	O'rtacha
6	Isteroid tipi	8,9 %	Yuqori
7	Astenonevrotik tipi	6,5 %	O'rtacha
8	Konform tipi	7,4 %	Past