

## АНОТАЦІЇ

*Чебан Юрій Володимирович.* Емоційно-вольовий потенціал висококваліфікованих веслувальників на байдарках і каное. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія. – Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Одеса, 2021.

### Зміст анотації

Дисертацію присвячено аналізу емоційно-вольового потенціалу, як психологічної властивості спортсменів-веслувальників, з метою з'ясування психологічних особливостей його прояву, основних психологічних детермінант та прогностичної можливості реалізації у відповідальних спортивних змаганнях.

Проблема емоційно-вольового потенціалу особистості є достатньо актуальною для багатьох сфер людської діяльності. Особливо це торкається різних видів військової та спортивної діяльності. Маються чисельні дослідження в яких окремо розкривається роль емоцій і волі при подоланні певних перешкод, що виникають на шляху досягнення мети. Крім того, наявні теоретичні дослідження, які описують механізми взаємодії емоцій і волі, що не завжди співпадають, а інколи і суттєво різняться, та ускладнюють процес їх пізнання. В цьому аспекті проблема емоційно-вольового потенціалу набуває великої значущості не тільки з точки зору розкриття теоретичних механізмів його прояву, але й в практичному плані пов'язаному з діагностикою та прогнозуванням успішності діяльності. Особливо переконлива необхідність вивчення проблеми емоційно-вольового потенціалу в діяльності спортсменів високої кваліфікації. У цьому аспекті їх спортивні досягнення, постійні змагання на вищому, навіть, олімпійському рівні, є вдалим майданчиком для пізнання даного феномену.

Різноманіття підходів, теорій, концепцій, що характеризують природу вольових якостей з одного боку розширюють можливості її пізнання, з іншого ускладнюють, оскільки не завжди можна зіставити результати різних досліджень. У той же час спортивна практика вимагає від психологів конструктивних підходів і технологій, як стосовно діагностики емоційних та вольових якостей, так і відносно їх розвитку в тренувальному процесі та керування ними в умовах змагальної діяльності. Не менш актуальним є врахування специфіки виду спорту при вивченні цього явища. Серед різних видів спорту, такий складно-координований вид, як веслування представляє в цьому відношенні великий інтерес.

Вивчення емоційно-вольового потенціалу висококваліфікованих веслувальників на байдарках і каное, його структури, ознак та чинників, психологічних механізмів його функціонування тощо, є надзвичайно актуальною проблемою. Важливим також є з'ясування специфіки характеристик емоційно-вольового потенціалу висококваліфікованих спортсменів-веслувальників для врахування їх в тренувальному процесі, під час відбору найуспішніших до відповідальних змагань, для забезпечення психологічної підтримки спортсменів в процесі тренувань і змагань. Наукова, суспільна значущість та недостатня розробленість вказаних вище аспектів й зумовили вибір теми дисертаційного дослідження: «Емоційно-вольовий потенціал висококваліфікованих веслувальників на байдарках і каное».

Мета дослідження полягала в з'ясуванні психологічних особливостей прояву емоційно-вольового потенціалу у спортсменів-веслувальників, визначені його основних психологічних чинників та прогностичних можливостей реалізації у відповідальних спортивних змаганнях. Об'єкт дослідження – емоційно-вольова сфера особистості. Предмет дослідження – особливості емоційно-вольового потенціалу висококваліфікованих спортсменів-веслувальників на байдарках і каное. Гіпотеза дослідження – емоційно-вольовий потенціал спортсменів

охоплює як емоційні, так і вольові якості особистості, які інтегруючись в процесі мобілізації зусиль самі стають провідною психологічною детермінантою успішності спортивної діяльності, що сприяє досягненню переможного результату. Визначивши такі провідні та супутні ознаки і прояви потенціалу можна буде більш продуктивно проводити, і діагностику, і при необхідності, корекцію, і визначати прогностичну його основу.

Теоретико-методологічну основу дослідження склали: положення системного, діяльнісного, особистісного підходів. Вихідні теоретико-психологічні ідеї дослідження складали: функціонально-генетичний принцип у психології; теорії несвідомого в сучасній психології; психологічна теорія переживання; концепція емоційної регуляції діяльності та емоційної стійкості; теорії волі, вольової саморегуляції особистості.

Комплексний підхід до експериментальної оцінки рівня емоційно-вольового потенціалу веслувальників та пов'язаних з ним рис особистості включає чотири класи методик. Перший клас: методика самооцінки, експертна оцінка та фізичні тестові вправи. Другий клас: методики, що оцінують рівень розвитку емоційних та вольових якостей обстежуваних. А саме, тривожність, емоційну стійкість, впевненість, самовладання тощо. Третій клас: методики, що діагностують такі властивості особистісні, як мотивацію досягнення, певні індивідуально-типологічні особливості, пізнавальні процеси, характерологічні риси тощо. Четвертий клас: засоби вивчення сформованості ментальних засобів досліджуваних для налаштування на тренувальний і змагальний процеси.

Емпіричне дослідження проводилося в умовах навчально-тренувального збору спортсменів, які готувалися до участі у міжнародних змаганнях. Спортсмени початківці проходили обстеження під час перебування на тренуванні у спортивних клубах за місцем мешкання.

Аналіз літератури показав наявність широкого кола визначень «потенціалу», як психологічного феномена, як стійкої характеристики

внутрішнього світу суб'єкта і психічної властивості особистості. Існує ціла система споріднених понять («інтелектуально-особистісний потенціал», «особистісний потенціал», людський потенціал, «творчий потенціал», «ментальний потенціал» тощо) серед яких емоційно-вольовий потенціал розглядається, як інтегроване і цілісне явище, що охоплює явні і приховані мобілізаційні можливості мотиваційного, емоційного та вольового характеру. Встановлено, що прояви емоційно-вольового потенціалу, який входить до структури загального особистісного потенціалу людини, підвищують здатність особистості проявляти впевненість в своїх силах в складних ситуаціях при досягненні мети.

Теоретично показано, що емоційно-вольовий потенціал відбиває наявні та невикористані резервні можливості інтегрованих емоційних та вольових процесів, які активізують всі дії спортсмена, що спрямовані на досягнення переможного результату в змаганнях. Емоційно-вольовий потенціал відображає відносну міру можливостей для успішного здійснення діяльності особистості. Його ознаки характеризують інтеграцію емоційних та вольових особливостей як єдиного цілого, що супроводжують реалізацію тих чи інших дій в складних умовах при досягненні мети діяльності. Прояв різних емоцій та вольових якостей реалізуються в цьому процесі на різних етапах дій, спрямованих на досягнення спортивної мети.

Створено концептуальну модель емоційно-вольового потенціалу високо кваліфікаційного спортсмена-веслувальника, яка відбиває показники його проявів: *об'єктивні* (змагальна результативність, кваліфікація, результативність у тестуванні); *суб'єктивні* (рівень за експертною оцінкою, рівень за самооцінкою). Емоційно-вольові якості спортсмена-веслувальника включають, як *потенційний рівень* (приховані складові потенціалу), так і *актуальний рівень* емоційно-вольових якостей (явні складові потенціалу).

Розкрито структуру емоційно-вольового потенціалу й визначено компонентний склад його показників. Ключовими компонентами емоційно-вольового потенціалу можна вважати: системні вольові якості (наполегливість, ініціативність, цілеспрямованість тощо); базові вольові якості (витримка, сміливість, енергійність, терплячість); динамічні властивості емоційної сфери особистості (емоційна стійкість, емоційна реактивність, збудливість, загальний емоційний тонус, сила емоційних реакцій, експресивність тощо); психофізіологічні особливості емоційних і вольових якостей (нейродинамічні властивості, толерантність до навантажень з нервово-психічним напруженням, функціональні резерви, напруженість, психофізіологічна адаптивність, динаміка працездатності тощо).

Теоретично встановлені властивості особистості (самоконтроль, часова перспектива особистості, мотивація успіху, самоактуалізація, домінантність, самодисципліна, підозрілість, товариськість, бадьорість, тривожність, інтелектуальність, самостійність, хитрість, чутливість тощо), які впливають на розвиток і прояв емоційно-вольового потенціалу, підтримуючі, або гальмуючі цей процес. Саме тому, при його оцінці, необхідно підходити комплексно, враховуючи не тільки його прямі показники емоційно-вольової сфери в конкретних умовах та результатах діяльності, а також особливості особистості, що можуть його детермінувати.

Показано, що ознаками емоційно-вольового потенціалу спортсмена можуть виступати прояви різних потреб та мотивів, базові емоції і їх динамічні та специфічні характеристики, вольові якості, різні функціональні резерви центральної нервової системи, адаптивність, толерантність до навантажень з нервово-психічним напруженням та особистісні особливості.

Виявлено, що емоційно-вольовий потенціал особистості можна змінювати, як в напрямку його підвищення, так і пониження, що обумовлюється внутрішнім і зовнішнім чинникам. Розвиток вольових якостей сприяє підвищенню потенціалу.

Рівень емоційно-вольового потенціалу може бути детермінований працьовитістю, умінням мотивувати себе, оптимізмом, життєрадісністю, захопленістю, сімейним благополуччям, впевненістю в собі тощо.

За результатами емпіричного дослідження встановлено, що у висококваліфікованих веслувальників на байдарках і каное, порівняно з спортсменами масових розрядів, більше виражені такі риси особистості, як емоційна стійкість, організованість, сміливість, самодисципліна. За іншими рисами особистості досліджуваних обох груп мають подібні показники.

Показано, що у висококваліфікованих спортсменів-веслувальників провідними особистісними рисами є наполегливість, стриманість, налаштованість на перемогу.

Доведено, що високий рівень розвитку надійності, сміливості, самоконтролю, емоційної врівноваженості оптимізують спортивну діяльність, тоді як заклопотаність, тривожність, імпульсивність – дестабілізують, знижують рівень досягнень.

Описано зв'язок психічного стану з темпоральною організацією змагального виступу. При цьому у спортсменів спостерігалось збільшення бажання працювати вже після виконання тестового змагального завдання, що корелює не з мотивом досягнення, як на початку змагання, а з тривожністю. В даному випадку така неготовність спортсмена прийняти отриманий результат співвідноситься з «минулим» тобто з тим, що вже об'єктивно сталося. У такому варіанті виконані дії для досліджуваних залишаються психологічно незавершеними, а їх образи, обтяжені негативним емоційним наповненням, що накладається на психологічне поле в дійсному «теперішньому».

Розкрито, що для розвитку емоційно-вольового потенціалу, поряд з традиційними засобами підсилення впевненості спортсмена (виховні бесіди, настрої, спеціальна та загальна фізична підготовка) позитивним виступають ментальні образи, словесні формулювання та ритуальні дії, які безпосередньо не

визначають спортивні досягнення. Однак, у своєму застосуванні вони через налагоджені асоціативні зв'язки ініціюють до реалізації прихованні можливості емоційно-вольового потенціалу, чого потребують спортсмени-веслувальники. Ці можливості проявляються через відповідні переживання, ідеомоторні та ідеосенсорні реалізації щодо колоритних образів, що спрямовують активацію психічних процесів та функцій організму.

Визначений рівень емоційно-вольового потенціалу висококваліфікованих веслувальників виступає прогностичною основою для проведення відбору серед них під час комплектування спортивних команд, уточнення спеціалізації веслувальника та визначення напряму його подальшого спортивного вдосконалення.

**Наукова новизна дослідження** полягає в тому, що *вперше*: обґрунтовано структуру та зміст емоційно-вольового потенціалу спортсмена, який охоплює явні і приховані мобілізаційні можливості мотиваційного, емоційного, вольового характеру, використання, яких підвищує здатності особистості керувати своєю поведінкою, проявляти впевненість в своїх силах в складних ситуаціях при досягненні мети; створено концептуальну модель емоційно-вольового потенціалу спортсмена-веслувальника, ключовими компонентами, якої виступили специфічні інтегральні емоційно-вольові якості спортсменів-веслувальників: а) емоційно-вольові якості, а саме, *системні* (самовладання, наполегливість, рішучість, ініціативність, дисциплінованість, самостійність, цілеспрямованість, організованість тощо та *базові* (витримка, сміливість, енергійність, терплячість); б) емоційно-динамічні властивості (емоційна стійкість, емоційна реактивність, збудливість, загальний емоційний тонус, сила емоційних реакцій, експресивність тощо; в) психофізіологічні особливості емоційних і вольових якостей (нейродинамічні властивості, толерантність до навантажень з нервово-психічним напруженням, психофізіологічна адаптивність, динаміка працездатності та ін.).

*Виявлено* та вивчено особливості реалізації веслувальниками емоційно-вольового потенціалу в тренувальному та в змагальному процесах.

*Показано*, що високий рівень емоційно-вольового потенціалу спортсменів-веслувальників супроводжується такими якостями особистості, як відчайдушність і мотивація досягнення успіху; середній – емоційною стійкістю, наполегливістю; низький – самоконтролем і тривожністю.

*Розкрито* відмінності в специфіці проявів емоційно-вольового потенціалу залежно від спортивної кваліфікації та статевих особливостей; виявлено, що жінки в порівнянні з чоловіками більш стримані, відокремлені, критично налаштовані; представлено п'ять типів психологічних характеристик спортсменів з різними способами мобілізації емоційно-вольового потенціалу в спортивній діяльності;

*Отримали* подальший розвиток уявлення про ментальні засоби емоційно-вольової самооблізації на тренуваннях і спортивних змаганнях; дані про особливості взаємодії особистісних детермінант в прояві емоційно-вольового потенціалу.

*Набули* подальшого розвитку методи дослідження емоційно-вольового потенціалу спортсменів різної кваліфікації.

**Практичне значення отриманих результатів дослідження**, які торкаються змісту, рівнів та особливостей використання ментальних засобів можуть бути застосовані в системі практичної підготовки психологів, фахівців, наукових бригад, що забезпечують психологічний супровід спортсменів-веслувальників. Побудована методика вивчення емоційно-вольового потенціалу, а також представлені методичні рекомендації відносно розвитку, підтримки та корегування емоційно-вольового потенціалу можуть бути використані спортивними психологами, тренерами та іншими фахівцями, які забезпечують психологічну підготовку спортсменів в тренувальних і змагальних умовах. Дані, які уточнюють зміст емоційно-вольового потенціалу, його характерних рівнів



можуть бути використані в системі підготовки психологів в межах курсу психологія спорту. Вони також можуть бути використані практичними психологами, що працюють в сфері військової, інженерної та інших видів діяльності.

**Ключові слова:** потенціал, емоційні якості, волевові якості, емоційно-волевий потенціал, особистість спортсмена.

## СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА

### Статті у вітчизняних фахових виданнях України:

1. Чебан Ю. Уровень развития базовых волевых качеств высококвалифицированных спортсменов-ребцов. *Наука і освіта*. 2018. № 9-10. С. 72 - 77.
2. Чебан Ю., Чебыкин А. Природа эмоционально-волевого потенциала спортсмена. *Наука і освіта*. 2019. № 1. С. 36 - 45.
3. Cheban, Yu.V., Chebykin, O. Ya., Plokhikh, V. V. & Massanov A.V. (2020). Emotional factor of competitive self-mobilization of professional rowers. *Insight: the psychological dimensions of society*, 3, 28-43. DOI: 10.32999/2663-970X/2020-3-2.
4. Чебан Ю.В. О методах дослідження емоційно-волевого потенціалу висококваліфікованих спортсменів-веслувальників. *Наука і освіта*. 2020. № 1. С. 13 - 19.

### Статті у наукових періодичних виданнях інших держав:

5. Cheban, Yu., Chebykin, O., Plokhikh, V. & Massanov, A. (2020). Mental resources for the self-mobilization of rowing athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.20 (3), 1580-1589. DOI:10.7752/jpes.2020.03216

6. Cheban, Yu., Chebykin, O., Plokhikh, V. & Massanov, A. Emotional and volitional potential of self-mobilization in the organization of time perspective activity of highly qualified rowing athletes Journal of Physical Education and Sport ® (JPES), Vol 20 (Supplement issue 6), Art 424 pp 3128 – 3137, 2020 online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES. DOI:10.7752/jpes.2020.s6424

### **Публікації в інших наукових виданнях:**

7. Чебан Ю.В. Прояви емоційно-вольового потенціалу особистості в динаміці життєвого шляху. *Тенденції та перспективи розвитку психології та соціальної роботи в сучасному суспільстві* : Збірник матеріалів міжнародної наук.-практ. інтернет-конф., м. Одеса, ОНУ імені І. І. Мечникова, 5 листопада 2020 р. / Редкол.: Л. М. Дунаєва, О. І. Кононенко, Л. С. Смокова. - Одеса: ОНУ, 2020. – С.138-140.

8. Чебан Ю.В. Психологическое сопровождение подростков-гребцов в условиях рекреации. *Актуальні проблеми рекреаційної психології та педагогіки дитинства : матеріали VI Міжнар.наук. практ. конференції 24-25 вересня 2020 р.* – Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович. 2020. – С. 164-171.

9. Плохих В.В., Чебан Ю.В. Образний ресурс змагальної самообілізації спортсменів-веслувальників. Матеріали Науково-практичної конференції з міжнародною участю «Проблеми особистісних ресурсів у навчальній та професійній діяльності». Харків, 2021. 81-84.

10. Чебан Ю.В, Чебыкин. О эмоционально-волевом потенциале личности. *Актуальні проблеми рекреаційної психології та педагогіки дитинства : матеріали V Міжнар.наук. практ. конференції 14-15 вересня 2018 .* – Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович. 2018. С. 39 - 44.

### **ABSTRACT**

*Cheban Yurii Volodymyrovych*. Emotional and strong-willed potential of highly skilled kayaking and canoeing rowers. – Qualification scientific work on the rights of the manuscript.

Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy in specialty 053 Psychology. – State Institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ishinsky", Odesa, 2021.

### **The contents of the abstract**

The dissertation is devoted to the analysis of emotional and volitional potential as a psychological property of rowers, in order to clarify the psychological features of its manifestation, the main psychological determinants and prognostic potential for implementation in responsible sports competitions.

The problem of emotional and volitional potential of the individual is quite relevant for many areas of human activity. This is especially true of various types of military and sports activities. There are studies that separately reveal the role of emotions and will in overcoming certain obstacles that arise in achieving the goal. In addition, there are theoretical studies that describe the mechanisms of interaction of emotions and will, which do not always coincide, sometimes differ significantly, and complicate the process of cognition. In this aspect, the problem of emotional and volitional potential is of great importance not only in terms of revealing the theoretical mechanisms of its manifestation, but also in practical terms related to the diagnosis and prediction of success. The need to study the problem of emotional and volitional potential in the activities of highly qualified athletes is especially convincing. In this aspect, their sporting achievements, constant competitions at the highest, even Olympic level, are a good platform for learning about this phenomenon.

The variety of approaches, theories, concepts that characterize the nature of volitional qualities on the one hand expand the possibilities of its knowledge, on the other complicate, because it is not always possible to compare the results of different

studies. At the same time, sports practice requires from psychologists constructive approaches and technologies, both in relation to the diagnosis of emotional and volitional qualities, and in relation to their development in the training process and their management in competitive conditions. No less important is to take into account the specifics of the sport in the study of this phenomenon. Among the various sports, such a complex and coordinated sport as rowing is of great interest in this regard.

The study of the emotional and volitional potential of highly qualified kayakers and canoeists, its structure, signs and factors, psychological mechanisms of its functioning, etc., is an extremely important issue. It is also important to find out the specifics of the characteristics of emotional and volitional potential of highly qualified rowers to consider them in the training process, in selecting the most successful to responsible competitions, to provide psychological support to athletes in training and competitions. Scientific, social significance and insufficient elaboration of the above aspects led to the choice of the dissertation research topic: "Emotional and volitional potential of highly qualified kayakers and canoeists".

The purpose of the study was to clarify the psychological characteristics of the manifestation of emotional and volitional potential in rowers, identify its main psychological factors and prognostic potential for implementation in responsible sports competitions. The object of study is the emotional and volitional sphere of personality. The subject of research - features of emotional and volitional potential of highly qualified athletes in kayaking and canoeing. Research hypothesis - emotional and volitional potential of athletes covers both emotional and volitional qualities of the individual, which integrating in the process of mobilization of efforts themselves become the leading psychological determinant of sports success, which contributes to achieving a victorious result. Having identified the signs of potential, you can diagnose and, if necessary, correct, and determine its prognostic basis.

Theoretical and methodological basis of the study were the provisions of systemic, activity, personal approaches. The initial theoretical and psychological ideas

of the study were functional-genetic principle in psychology; theories of the unconscious in modern psychology; psychological theory of experience; the concept of emotional regulation of activity and emotional stability; theory of will, volitional self-regulation of the individual.

A comprehensive approach to the experimental assessment of the level of emotional and volitional potential of rowers and related personality traits includes four classes of techniques. First grade: self-assessment methods, expert assessment and physical test exercises. Second class: methods that assess the level of development of emotional and volitional qualities of the subjects. Namely, anxiety, emotional stability, confidence, self-control and so on. Third class: methods that diagnose such personality traits as achievement motivation, certain individual-typological features, cognitive processes, character logical traits, etc. Fourth grade: means of studying the formation of mental means of research to adjust to the training and competitive processes.

The analysis of the literature showed the presence of a wide range of definitions of "potential" as a psychological phenomenon, as a stable characteristic of the inner world of the subject and the mental properties of the individual. There is a whole system of related concepts ("personal potential", human potential, "creative potential", "mental potential", etc.) among which emotional and volitional potential is seen as an integrated and holistic phenomenon that includes explicit and implicit mobilization opportunities motivational, emotional and volitional nature. It is established that the manifestations of emotional and volitional potential, which is part of the structure of the general personal potential of man, increase the ability of the individual to show confidence in difficult situations in achieving the goal.

Theoretically, it is shown that the emotional and volitional potential reflects the existing and unused reserve capabilities of integrated emotional and volitional processes that activate all the actions of the athlete aimed at achieving a winning result in competitions. Emotional and volitional potential reflects the relative degree of opportunities for successful activities of the individual. Its features characterize the

integration of emotional and volitional features as a whole, accompanying the implementation of certain actions in difficult conditions in achieving the goal. Manifestation of different emotions and volitional qualities are realized in this process at different stages of action aimed at achieving a sports goal.

A conceptual model of emotional and volitional potential of a highly qualified rower athlete has been created, which reflects the indicators of its manifestations: objective (competitive performance, qualification, performance in testing); subjective (level of expert assessment, level of self-assessment). Emotional and volitional qualities of an athlete-rower include both the potential level (hidden components of potential) and the current level of emotional and volitional qualities (explicit components of potential).

The structure of emotional and volitional potential is revealed and the component composition of its indicators is determined. The key components of emotional and volitional potential can be considered: systemic volitional qualities (persistence, initiative, purposefulness, etc.); basic volitional qualities (endurance, courage, energy, patience); dynamic properties of the emotional sphere of the individual (emotional stability, emotional reactivity, excitability, general emotional tone, strength of emotional reactions, expressiveness, etc.); psychophysiological features of emotional and volitional qualities (tolerance to loads with neuropsychological stress, functional reserves, tension, psychophysiological adaptability, dynamics of efficiency, etc.).

Theoretically established personality traits (self-control, time perspective of personality, motivation for success, self-actualization, dominance, self-discipline, suspicion, camaraderie, cheerfulness, anxiety, intelligence, independence, cunning, sensitivity, etc.), which affect the development and development of emotional , or inhibiting this process. That is why, in its assessment, it is necessary to approach comprehensively, taking into account not only its direct indicators of the emotional and volitional sphere in specific conditions and results of activities, as well as personality traits that may determine it.

It is shown that the signs of emotional and volitional potential of the athlete can be manifestations of different needs and motives, basic emotions and their dynamic and specific characteristics, volitional qualities, various functional reserves of the central nervous system, adaptability, tolerance to stress and personality traits.

It is revealed that the emotional and volitional potential of the individual can be changed both in the direction of its increase and decrease, which is due to internal and external factors. The development of strong-willed qualities helps to increase potential. The level of emotional and volitional potential can be determined by diligence, ability to motivate oneself, optimism, cheerfulness, enthusiasm, family well-being, self-confidence, etc.

According to empirical research, it is established that highly qualified kayakers and canoeists, compared to athletes of mass categories, are more pronounced personality traits such as emotional stability, organization, courage, self-discipline. According to other personality traits, the subjects of both groups have similar indicators.

It is shown that in highly qualified athletes-rowers the leading personal traits are persistence, restraint, and willingness to win.

It is proved that a high level of development of reliability, courage, self-control, emotional balance optimize sports activities, while anxiety, worry, impulsiveness - destabilize, reduce the level of achievement.

The connection of mental state with temporal organization of competitive performance is described. At the same time, the athletes showed an increase in the desire to work after completing a test competitive task, which correlates not with the motive of achievement, as at the beginning of the competition, but with anxiety. In this case, such an unwillingness of the athlete to accept the result is correlated with the "past", if with what has already happened objectively. In this case, the actions performed for the subjects remain psychologically incomplete, and their images,

burdened with negative emotional content, which is superimposed on the psychological field in the real "present".

It is revealed that for the development of emotional and volitional potential, along with traditional means of strengthening the athlete's confidence (educational conversations, moods, special and general physical training) are positive mental images, verbal formulations and ritual actions that do not directly determine athletic achievement. However, in their application, they, through the established associative connections, initiate the realization of the hidden possibilities of emotional and volitional potential, which is needed by rowers. These opportunities are manifested through the relevant experiences, ideomotor realizations of colorful images that direct the activation of mental processes and body functions.

A certain level of emotional and volitional potential of highly qualified rowers is a prognostic basis for selection among them when recruiting sports teams, clarifying the specialization of the rower and determining the direction of its further sporting improvement.

**The scientific novelty of the study** is that for the first time: substantiated the structure and content of emotional and volitional potential of the athlete, which includes explicit and implied mobilization opportunities of motivational, emotional, volitional nature, the use of which increases the individual's ability to control their behavior. difficult situations in achieving the goal; a conceptual model of emotional and volitional potential of a rowing athlete was created, the key components of which were specific integral emotional and volitional qualities of rowing athletes: a) emotional and volitional qualities, namely, systemic, self-control, persistence, determination, initiative, discipline purposefulness, organization, etc. and basic (endurance, courage, energy, patience); b) emotional and dynamic properties (emotional stability, emotional reactivity, excitability, general emotional tone, strength of emotional reactions, expressiveness, etc .; c) psychophysiological features of emotional and volitional



qualities (neurodynamic properties, tolerance to loads with neuropsychological stress, psychophysiological adaptability, dynamics of efficiency, etc.).

The peculiarities of rowers' realization of emotional and volitional potential in training and competitive processes have been identified and studied.

It is shown that a high level of emotional and volitional potential of rowers is accompanied by such personality traits as despair and motivation to succeed; medium - emotional stability, perseverance; low - self-control and anxiety.

Differences in the specifics of manifestations of emotional and volitional potential depending on sports qualifications and sexual characteristics are revealed; it was found that women are more restrained, isolated, and critical than men; presented five types of psychological characteristics of athletes with different ways of mobilizing emotional and volitional potential in sports activities;

The idea of mental means of emotional and volitional self-mobilization at trainings and sports competitions was further developed; data on the peculiarities of the interaction of personal determinants in the manifestation of emotional and volitional potential.

Methods of studying the emotional and volitional potential of athletes of different qualifications have been further developed.

**The practical significance of the results of the study**, concerning the content, levels and features of the use of mental means can be used in the system of practical training of psychologists, specialists, scientific teams that provide psychological support to athletes-rowers. The developed method of studying emotional and volitional potential, as well as methodical recommendations for the development, maintenance and adjustment of emotional and volitional potential can be used by sports psychologists, coaches and other professionals who provide psychological training of athletes in training and competitive conditions. Data that clarify the content of emotional and volitional potential, its characteristic levels can be used in the training

of psychologists within the course of sports psychology. They can also be used by practical psychologists working in the field of military, engineering and other activities.

**Key words:** potential, emotional qualities, volitional qualities, emotional-volitional potential, personality of the athlete.

## LIST OF AUTHOR'S PUBLICATIONS

### *Articles in domestic professional journals of Ukraine:*

1. Чебан Ю. Уровень развития базовых волевых качеств высококвалифицированных спортсменов-гребцов. *Наука і освіта*. 2018. № 9-10. С. 72 - 77.
2. Чебан Ю., Чебыкин А. Природа эмоционально-волевого потенциала спортсмена. *Наука і освіта*. 2019. № 1. С. 36 - 45.
3. Cheban, Yu.V., Chebykin, O. Ya., Plokhikh, V. V. & Massanov A.V. (2020). Emotional factor of competitive self-mobilization of professional rowers. *Insight: the psychological dimensions of society*, 3, 28-43. DOI: 10.32999/2663-970X/2020-3-2.
4. Чебан Ю.В. О методах дослідження емоційно-вольового потенціалу висококваліфікованих спортсменів-веслувальників. *Наука і освіта*. 2020. № 1. С. 13 - 19.

### **Articles in scientific periodicals of other countries:**

5. Cheban, Yu., Chebykin, O., Plokhikh, V. & Massanov, A. (2020). Mental resources for the self-mobilization of rowing athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.20 (3), 1580-1589. DOI:10.7752/jpes.2020.03216
6. Cheban, Yu., Chebykin, O., Plokhikh, V. & Massanov, A. Emotional and volitional potential of self-mobilization in the organization of time perspective activity of highly qualified rowing athletes *Journal of Physical Education and Sport*® (JPES), Vol 20

(Supplement issue 6), Art 424 pp 3128 – 3137, 2020 online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES. DOI:10.7752/jpes.2020.s6424

### **Publications in other scientific journals:**

7. Чебан Ю.В. Прояви емоційно-вольового потенціалу особистості в динаміці життєвого шляху. *Тенденції та перспективи розвитку психології та соціальної роботи в сучасному суспільстві* : Збірник матеріалів міжнародної наук.-практ. інтернет-конф., м. Одеса, ОНУ імені І. І. Мечникова, 5 листопада 2020 р. / Редкол.: Л. М. Дунаєва, О. І. Кононенко, Л. С. Смокова. - Одеса: ОНУ, 2020. – С.138-140.
8. Чебан Ю.В. Психологическое сопровождение подростков-гребцов в условиях рекреации. *Актуальні проблеми рекреаційної психології та педагогіки дитинства : матеріали VI Міжнар.наук. практ. конференції 24-25 вересня 2020 р.* – Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович. 2020. – С. 164-171.
9. Плохих В.В., Чебан Ю.В. Образний ресурс змагальної самообілізації спортсменів-веслувальників. Матеріали Науково-практичної конференції з міжнародною участю «Проблеми особистісних ресурсів у навчальній та професійній діяльності». Харків, 2021. 81-84.
10. Чебан Ю.В, Чебыкин. О эмоционально-волевом потенциале личности. *Актуальні проблеми рекреаційної психології та педагогіки дитинства : матеріали V Міжнар.наук. практ. конференції 14-15 вересня 2018 .* – Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович. 2018. С. 39 - 44.