

**Белорусский государственный университет  
Факультет социокультурных коммуникаций**

**Кафедра**

**Общей и клинической психологии**

**Реферат дипломной работе  
«Ценностные ориентации и темперамент у людей предпочитающих  
занятия йогой»**

**Ярмольчук Виолетта Петровна,  
руководитель Альшевская Наталья Евгеньевна**

**2016**

## РЕФЕРАТ

Ярмольчук Виолетта Петровна

### «Ценностные ориентации и темперамент у людей предпочитающих занятия йогой»

Дипломная работа: 49 с., 42 источника, 4 прил.

**Ключевые слова:** ТЕМПЕРАМЕНТ, ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ, МОТИВАЦИЯ АКТИВНОСТИ, ИНТРОВЕРСИЯ, ЭКСТРАВЕРСИЯ, ЙОГА, ОЗДОРОВЛЕНИЕ.

**Объект исследования** - люди предпочитающие занятия йогой.

**Цель работы** – изучить темперамент и ценностные ориентации у людей предпочитающих занятия йогой.

**Методы исследования:** наблюдение, сравнение, измерение, тестирование, анализ, синтез, обобщение, классификация, статистическая обработка.

**Полученные результаты и их новизна:** изучен темперамент и ценностные ориентации, найдены различия в темпераменте и ценностных ориентациях занимающихся и не занимающихся йогой людей.

**Область возможного практического применения:** применение в сфере здоровья, организация и разработка физкультурных практик рекомендации на основании личностных особенностей и ценностей в выборе практик работы с телом.

Автор работы подтверждает, что приведенный в работе материал правильно и объективно отражает состояние исследуемого процесса, а все заимствованные из литературных и других источников теоретические, методологические и методические положения и концепции сопровождаются ссылками на их авторов.

---

## РЭФЕРАТ

Ярмальчук Віалета Пятройна

### «Каштоўнасныя арыентацыі і тэмперамент у людзей якія аддаюць перавагу заняткам йогай»

Дыпломная работа: 49 с., 42 крыніцы, 4 прыкл.

**Ключавыя словы:** ТЭМПЕРАМЕНТ, КАШТОЎНАСНЫЯ АРЫЕНТАЦЫІ, МАТЫВАЦЫЯ АКТЫЎНАСЦІ, ИНТРАВЕРСІЯ, ЭКСТРАВЕРСІЯ, ЙОГА, АЗДАРАЎЛЕННЕ.

**Аб'ект даследавання** - людзі якія аддаюць перавагу заняткам йогай.

**Мэта работы** - вывучыць тэмперамент і каштоўнасныя арыентацыі ў людзей якія аддаюць перавагу заняткам йогай

**Метады даследавання:** назіранне, параўнанне, вымярэнне, тэставанне, аналіз, сінтэз, абагульненне, класіфікацыя, статыстычная апрацоўка.

**Атрыманыя вынікі і іх навізна:** вывучаны тэмперамент і каштоўнасныя арыентацыі, знойдзены адрозненні ў тэмпераменце і каштоўнасных арыентацыях людзей якія займаюцца і не займаюцца йогай.

**Вобласць магчымага практычнага ўжывання:** прымяненне ў сферы здароўя, арганізацыя і распрацоўка фізкультурных практык, рэкамендацый на аснове асаблівасцяў і каштоўнасцяў розных людзей, дапамога у выбары практык працы з цэлам.

Аўтар работы пацвярджае, што прыведзены ў рабоце матэрыял правільна і аб'ектыўна адлюстроўвае стан даследнага працэсу, а ўсе запазычаныя з літаратурных і іншых крыніц тэарэтычныя, метадалагічныя і метадычныя становішчы і канцэпцыі суправаджаюцца спасылкамі на іх аўтараў.

---

## ANNOTATION

Yarmalchuk Vialeta Petrovna

### «Value orientation and temperament of the people prefer yoga»

Degreepaper: 49 p., 42 sources, 4 app.

**Key words:** TEMPERAMENT, VALUE ORIENTATION, MOTIVATION OF ACTIVITY, INTROVERSION, EXTRAVERSION, YOGA, RECOVERY.

**Object of research** - people who prefer yoga

**Purpose of research** - to study the temperament and value orientation of people prefer yoga.

**Research methods:** observation, comparison, measurement, testing, analysis, synthesis, generalization, classification, statistical processing

**Obtained results and their novelty:** studied temperament and value orientation, the differences in temperament and values engaged and not engaged in yoga people.

**Area of possible practical application:** application in the field of health, organization and development of sports practices recommendations based on personal features and values in the selection practices work with the body.

The author of the work confirms that material presented in it correctly and objectively reproduces the picture of investigated process, and all the theoretical, methodological and methodical positions and concepts borrowed from literary and other sources are given references to their authors.

---