

ТИПОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПСИХІЧНОЇ РИГІДНОСТІ СПОРТСМЕНІВ З КУЛЬОВОЇ СТРІЛЬБИ

Шаріпова Д.С., ад'юнкт науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології
Національний університет цивільного захисту України

У статті розкрито типологічні характеристики психічної ригідності спортсменів збірної команди України з кульового виду спорту, вплив віку та стажу на кількісно-якісні її показники. Виокремлено та охарактеризовано два варіанти ригідного типу особистості спортсменів: «ригідний стеничний» та «ригідний астеничний». Встановлено, що зі збільшенням віку і спортивного стажу відбувається посилення психічної ригідності, що зменшує функціональні резерви організму стрільців.

Ключові слова: *типологічні характеристики, психічна ригідність, спортсмени з кульової стрільби.*

В статье раскрыты типологические характеристики психической ригидности спортсменов сборной команды Украины по пулевому виду спорта, влияние возраста и стажа на количественно-качественные ее показатели. Выделены и охарактеризованы два варианта ригидного типа личности спортсменов: «ригидный стенический» и «ригидный астенический». Установлено, что с увеличением возраста и спортивного стажа происходит усиление психической ригидности, что уменьшает функциональные резервы организма стрелков.

Ключевые слова: *типологические характеристики, психическая ригидность, спортсмены по пулевой стрельбе.*

Sharipova D.S. TYPOLOGICAL CHARACTERISTICS OF MENTAL RIGIDITY OF ATHLETES-SHOOTERS

The article deals with typological characteristics of mental rigidity of national teams of Ukraine on ball sport, the influence of ages and experience on its quantitative and qualitative indicators. Two variants of rigid personality type of athletes – “rigid stheniac” and “rigid astheniac” are pointed out. There was found that with increasing of age and sport experience mental rigidity is enhanced, which reduces the functional reserves of the body of the shooters.

Key words: *typological characteristics, mental rigidity, athletes-shooters.*

Постановка проблеми. Актуальність проблеми дослідження впливає з того, що психічна ригідність є несприятливим чинником, що лежить в основі етіології і патогенезу нервово-психічних і психосоматичних захворювань професійних спортсменів [1; 4]. Саме психічна ригідність є значимим механізмом, що дезадаптує та порушує роботу нервової системи особистості [5]. З огляду на значні

термінологічні і змістовні розбіжності існуючих підходів до проблеми психічної ригідності, і навіть експериментально-психологічну нерозробленість цілої низки питань стосовно її значення в етіопатогенезі емоційних переживань спортсменів з кульової стрільби й було визначено проведення даного дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сьогодні є лише поодинокі наукові праці [2; 3; 6] в яких обговорюються вищезазначені психологічні проблеми кульового спорту. Проте ми не знайшли сучасних наукових праць, де б автори аналізували та розкривали можливості подолання різноманітних емоційних переживань професійними спортсменами під час їх змагальної діяльності. У зв'язку з цим особливої актуальності набирає дослідження типологічних характеристик психічної ригідності спортсменів-стрілків.

Формулювання цілей статті. *Мета статті* – розкрити типологічні характеристики психічної ригідності спортсменів збірної команди України з кульового виду спорту, вплив віку та стажу на кількісно-якісні її показники.

Виклад основного матеріалу дослідження. Досягнення поставленої мети здійснювалось послідовно у два етапи, на кожному з яких вирішувались конкретні завдання.

На першому етапі проведено розподіл досліджуваних (164 спортсменів збірної команди України з кульового виду спорту) на вікові (*перша група* – спортсмени віком від 12 до 19 років, *друга група* – від 20 до 30 років, *третья група* – від 31 до 50 років) та стажеві групи (*перша група* – спортсмени зі стажем від 0 до 5 років, *друга група* – від 6 до 10 років, *третья група* – від 11 років і більше).

На другому етапі – проведено дослідження по виявленню типологічних характеристик психічної ригідності спортсменів-стрілків за допомогою Томського опитувальника ригідності Г.В. Залевського (ТОРЗ).

Результати, представлені в табл. 1. свідчать про те, що психічна ригідність за всіма своїми шкалами не перевищує помірні показники. Більш того, досліджувані загальної групи демонструють більш низькі показники ригідності, ніж контрольна група (здорові особи за Г.В. Залевським [5]).

Таблиця 1

Показники психічної ригідності загальної групи спортсменів-стрілків

Група	Шкала теста ТОРЗ, бал (M ± m)						Заг. оцінка ПР
	СКР	АР	СР	УР	РСО	ПМР	
спортсмени-стрілки (n = 164)	108,2±2,2	27,2±0,9	25,5±1,1	25,3±0,8	9,3±0,4	33,0±1,0	228,5± 5,1
контрольна група (n = 219)	121,1±1,7	30,2±0,6	24,1±0,6	33,1±0,7	12,7±0,4	33,9±0,7	255,1±0,8
Різниця	< 0,001	<0,05	-	< 0,001	< 0,001	-	< 0,001

Примітка: СКР – симптомокомплекс ригідності; АР – актуальна особистісна ригідність; СР – сенситивна ригідність; УР – установочна ригідність; РСО – ригідність як стан; ПМР – преморбідна ригідність; ПР – психічна ригідність. Контрольна група (здорові особи) – дані Г.В. Залевського [4].

Для оптимізації результатів дослідження шляхом підсумовування усіх шкал опитувальника ТОРЗ була вирахована загальна оцінка психічної ригідності (табл. 1.). Визначено верхні (більше 284

балів) і нижні (менше 142 балів) межі сумарної шкали психічної ригідності. Слід зазначити, що висока сумарна шкала психічної ригідності у досліджуваних спостерігалася в 16,5%, низька – в 4,1% (табл. 2.).

Таблиця 2

Рівні прояву психічної ригідності у загальній групі спортсменів-стрілків

Рівень	Шкала тесту TOP3, %						Загальна оцінка ПР
	СКР	АР	СР	УР	РСО	ПМР	
Загальна група							
Низький	1,0	12,4	27,8	16,5	27,8	8,2	4,1
Середній	73,2	69,1	54,6	70,1	47,4	70,1	79,4
Високий	25,8	18,6	17,5	13,4	24,7	21,6	16,5

Примітка: **СКР** – симптомокомплекс ригідності; **АР** – актуальна особистісна ригідність; **СР** – сенситивна ригідність; **УР** – установочна ригідність; **РСО** – ригідність як стан; **ПМР** – преморбідна ригідність; **ПР** – психічна ригідність.

З даних табл. 2. можна зробити висновок, що приблизно у 80% досліджуваних зустрічається середній рівень прояву психічної ригідності (50-80% за окремими шкалами). Якісні градації (високий, низький) загальної оцінки з використанням дисперсійного аналізу не виявили відмінностей в зазначених групах за професійно-спортивною ефективністю.

Таблиця 3 містить дані психічної ригідності у вікових групах спортсменів з кульової стрільби. Наочно вікові особливості психічної ригідності у досліджуваних представлені на рис. 1, з якого видно, що з віком відбувається підвищення психічної ригідності.

Таблиця 3

Показники психічної ригідності у вікових групах спортсменів-стрілків

Вік	Шкали ПР, бал (M ± m)					
	СКР	АР	СР	УР	РСО	ПМР
12-19	102,7±3,2	25,7±1,1	22,3±1,5	25,3±1,1	8,1±0,6	32,2±1,4
20-30	111,2±3,4	28,0±1,6	28,7±2,1	23,5±1,4	10,2±0,8	33,4±1,6
31-50	119,3±±5,2	30,5± 2,3	29,8±2,2	28,4±1,9	11,2±0,8	34,8±2,2

Примітка: **СКР** – симптомокомплекс ригідності; **АР** – актуальна особистісна ригідність; **СР** – сенситивна ригідність; **УР** – установочна ригідність; **РСО** – ригідність як стан; **ПМР** – преморбідна ригідність; **ПР** – психічна ригідність.

Наприклад, порівняння загальних даних за віковими групами показало, що показники 1-ї вікової групи (216,3 ± 6,9 балів) значимо відрізняються від показників 3-ї вікової групи (254,0 ± 11,8 балів). Відмінності за t-критерієм Стьюдента достовірні (P <0,01).

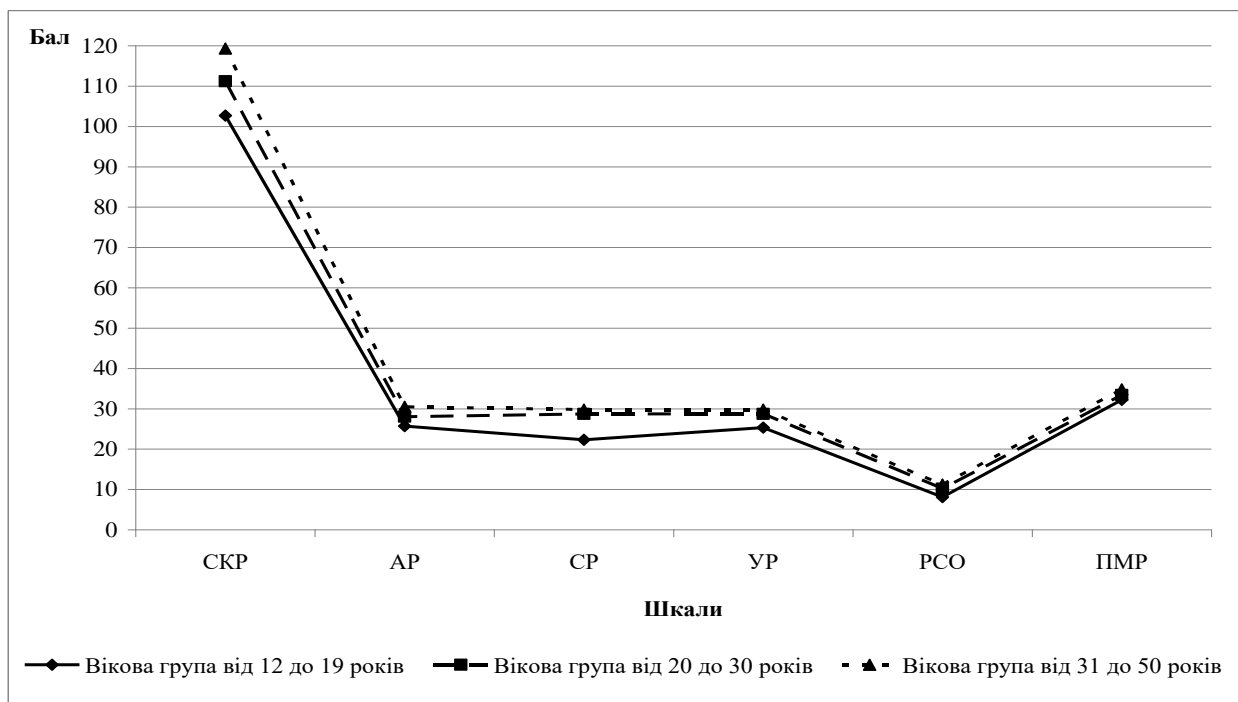


Рис. 1. Психічна ригідність у вікових групах спортсменів-стрілків

Попарне порівняння окремих шкал психічної ригідності у вікових групах представлено у табл. 4. Встановлено, що 1-а та 2-а вікові групи значимо відрізняються за шкалами СР і РСО. Емоційні реакції спортсменів-стрілків на нове і на ситуації, що вимагають певних змін, з віком стають більш ригідними. Емоції по відношенню до новизни або до вимог нової об'єктивної дійсності з віком бідніють. Блокуються можливості сформувати нові варіанти вирішення проблем.

Таблиця 4

Достовірні відмінності шкал психічної ригідності у вікових групах спортсменів-стрілків (за U-критерієм Манна-Уїтні)

Шкала психічної ригідності	Вікові групи, які порівнюються (p<...)		
	1-а і 2-а	1-а і 3-я	2-а і 3-я
Актуальна особистісна ригідність)	-	0,003	0,04
Сенситивна ригідність)	0,03	0,04	-
Установочна ригідність)	-	-	0,03
Ригідність як стан)	0,04	0,03	-

Поряд з цим 1-а та 3-я вікові групи значимо відрізняються за шкалами АР, СР і РСО. У більш старшому віці до різниці 1-ї та 2-ї груп за шкалами СР і РСО в сторону ригідизації додалася і шкала АР, що характеризує неможливість змін при необхідності модусу переживань, відносин до ситуацій, сформувати нову установку і нові мотиви поведінки.

2-а і 3-тя вікові групи значимо відрізняються за шкалами АР і УР. Ригідність у власному чи вузькому сенсі (АР) з віком зростає і посилює ригідизацію такого особистісного рівня психічної

ригідності, як установча ригідність. У віці старше 31 року спортсменам-стрілкам стає важче змінити свої звички, рівень домагань і переосмислити систему цінностей.

При порівнянні груп з різним професійно-спортивним стажем значущі відмінності були більш вираженими (табл. 5). Так, порівняння узагальнених оцінок психічної ригідності виявило відмінності між 1-ю і 3-ю групами (відповідно $(217,4 \pm 10,4)$ і $(249,9 \pm 7,4)$ балів; $P < 0,01$) і між 2-ю ($211,4 \pm 7,6$ балів) і 3-ю групами ($P < 0,001$). Кореляційний аналіз показав прямий статистично значимий зв'язок узагальнених оцінок психічної ригідності і професійно-спортивного стажу спортсмена-стрілка ($r = 0,41$; $P < 0,01$) (рис. 2).

Таблиця 5

Показники психічної ригідності у стажевих групах спортсменів-стрілків

Стаж, р.	Шкали ПР (М ± m)					
	СКР	АР	СР	УР	РСО	ПМР
0-5	104,0±5,1	24,8±2,3	23,6 ±2,2	25,5 ±1,6	8,7±0,7	30,8±1,1
6-10	101,2±2,9	25,0 ±1,1	22,2 ±1,5	23,8 ± 1,1	7,8 ± 0,5	31,4 ±1,4
11та <	116,5±3,2	30,6 ± 0,9	29,3 ± 1,2	26,8 ± 0,8	10,9 ±0,3	35,8 ±1,3

Примітка: СКР – симптомокомплекс ригідності; АР – актуальна особистісна ригідність; СР – сенситивна ригідність; УР – установочна ригідність; РСО – ригідність як стан; ПМР – преморбідна ригідність; ПР – психічна ригідність.

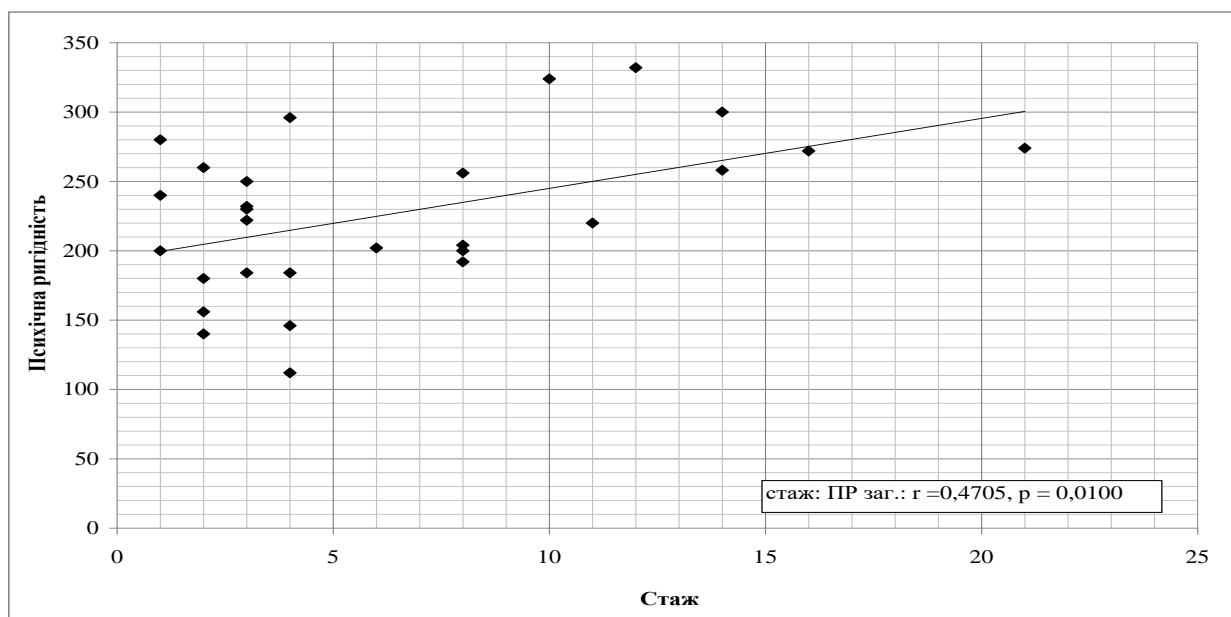


Рис. 2. Кореляційний зв'язок узагальнених оцінок психічної ригідності та стажу професійно-спортивної діяльності спортсменів-стрілків

Прояв психічної ригідності у спортсменів з кульової стрільби в залежності від стажу професійно-спортивної діяльності наглядно представлено на рис. 3. Встановлено, що в загальному вигляді зі збільшенням стажу професійно-спортивної діяльності у спортсменів-стрілків відбувається збільшення показників психічної ригідності. Усі середні показники ригідності за шкалами і по

стажевим групам згідно квартальної норми типів за ступенем прояву психічної ригідності показали помірні результати.

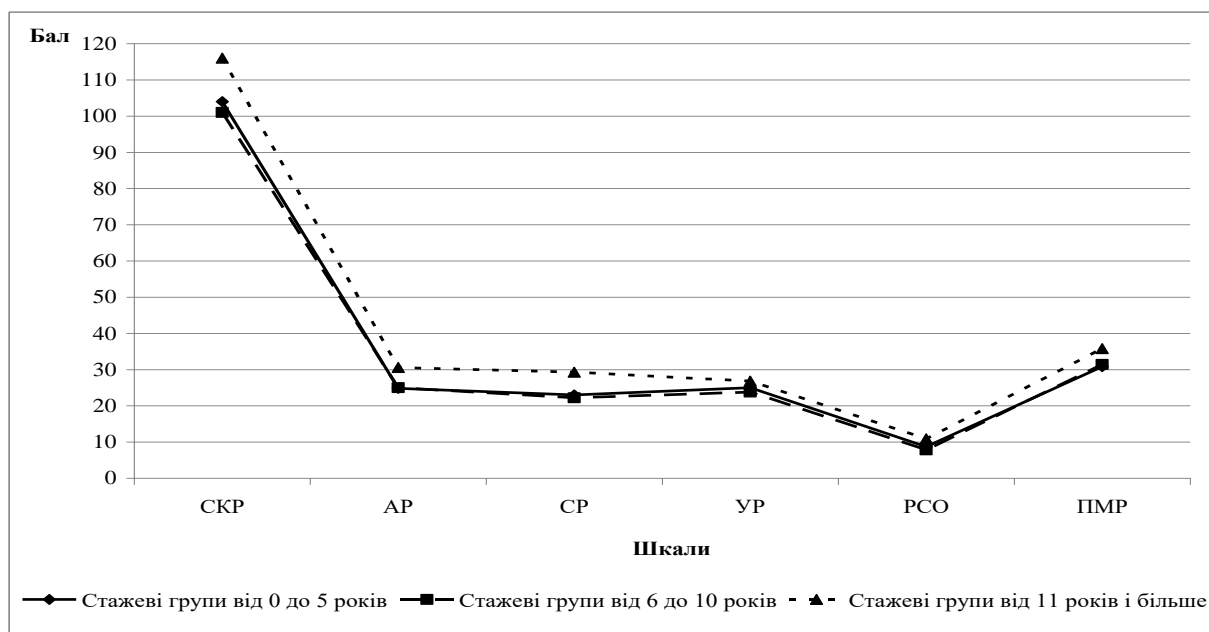


Рис. 3. Показники психічної ригідності в стажевих групах спортсменів-стрілків

Попарне порівняння шкал психічної ригідності у стажевих групах представлено у табл. 6. Встановлено відсутність різниць між 1-ю та 2-ю стажевими групами.

Таблиця 6

Достовірні відмінності шкал психічної ригідності у стажевих групах спортсменів-стрілків (за U-критерієм Манна-Уїтні)

Шкала психічної ригідності	Групи, які порівнюються (p <...)		
	1-а і 2-а	1-а і 3-я	2-а і 3-я
СКР (симптомокомплекс ригідності)	-	0,05	0,04
АР (актуальна особистісна ригідність)	-	-	0,04
СР (сенситивна ригідність)	-	0,01	0,02
УР (установочна ригідність)	-	0,03	0,01
ПМР (преморбідна ригідність)	-	0,02	0,001

Достовірні відмінності виявлені між 1-ю і 2-ю стажевими групами та 3-ю групою (група з явно вираженим професіоналізмом). Саме у 3-й групі професійно-спортивного стажу демонструється підвищення показників ригідності. Крім того, саме у цій групі більш виражені шкали ТОРЗ свідчать про те, що спортсмени-стрілки, які мають професійно-спортивний стаж від 11 років та більше:

- мало міняють сформовану думку, ставлення, установку, мотиви власної поведінки (шкала АР);

- висловлюють менше емоційне ставлення до об'єктивної дійсності, до ситуацій, що потребує будь-яких змін (шкала СР);

- за об'єктивної необхідності практично не можуть змінити свою самооцінку, рівень своїх домагань, систему цінностей (шкала УР);

- відзначають менш гнучку ретроспективну оцінку своєї поведінки і переживань в шкільному віці (шкала ПМР);

- в цілому схильні до широкого спектру фіксованих форм поведінки: персевераціям, нав'язливостям, стереотипії, упертості, педантизму і власне ригідності (шкала СКР).

Виходячи з ідеї Г.В. Залевського про те, що при інтерпретації даних тесту TOP3 мають значення не тільки кількісні, а й якісні показники (нагадаємо, що у загальній групі спортсменів збірної команди України з кульового виду спорту середні значення шкал складають близько 80%, що наглядно демонструє табл. 2), нами визначено значимі γ -кореляції (непараметрична γ -кореляція) якісних проявів шкал у групах по стажу, віку та спільній стаж-віковій групі (табл. 7). Якісне відбиття шкал (високі, середні, низькі) розподілялося згідно квартальної норми типів за ступенем прояву окремих шкал тесту TOP3.

Таблиця 7

Значимі γ -кореляції якісних проявів шкал у групах за стажем, віком та спільною стаж-віковою групою

Група	Шкала тесту, г				
	СКР	АР	СР	РСО	ПМР
Стаж-вікова	-	0,51	0,32	0,32	0,28
Стажева	-	0,64	0,33	0,35	0,42
Вікова	0,34	0,47	0,39	0,39	-

Примітка: СКР – симптомокомплекс ригідності; АР – актуальна особистісна ригідність; СР – сенситивна ригідність; РСО – ригідність як стан; ПМР – преморбідна ригідність.

У зв'язку з тим, що найбільш високі коефіцієнти кореляції у всіх групах виявляє якісна вираженість шкали АР, є необхідність розглянути ці дані більш докладніше. Так, шкала АР – нездатність при об'єктивній необхідності змінити думку, ставлення, установку, мотиви, модус переживання тощо. За квартальною нормою типів кількісна вираженість проявів психічної ригідності за цією шкалою знаходиться в межах від 0 до 72 балів. Якісні показники шкали складають: низькі 0-18 балів, помірні показники 19-36, високі 37-72 бала.

Достовірні відмінності якісних показників шкали в групах за стажем отримані за допомогою χ^2 -Пірсона ($P < 0,001$), χ^2 -максимальної правдоподібності ($P < 0,001$), в розрахунках за групами віку – відповідно $P < 0,05$ і $P < 0,03$.

Розподіл вираженості шкали АР у вікових і стажевих групах представлено на рис. 4. Чим старший спортсмен і чим більший стаж його професійно-спортивної діяльності, тим більше вірогідність ригідизованості у нього установок, мотивів тощо, тим менше гнучкості у відносинах і переживаннях. Наприклад, у старшій віковій групі і старшій стажевій групі у спортсменів-стрілків відсутні низькі показники шкали АР.

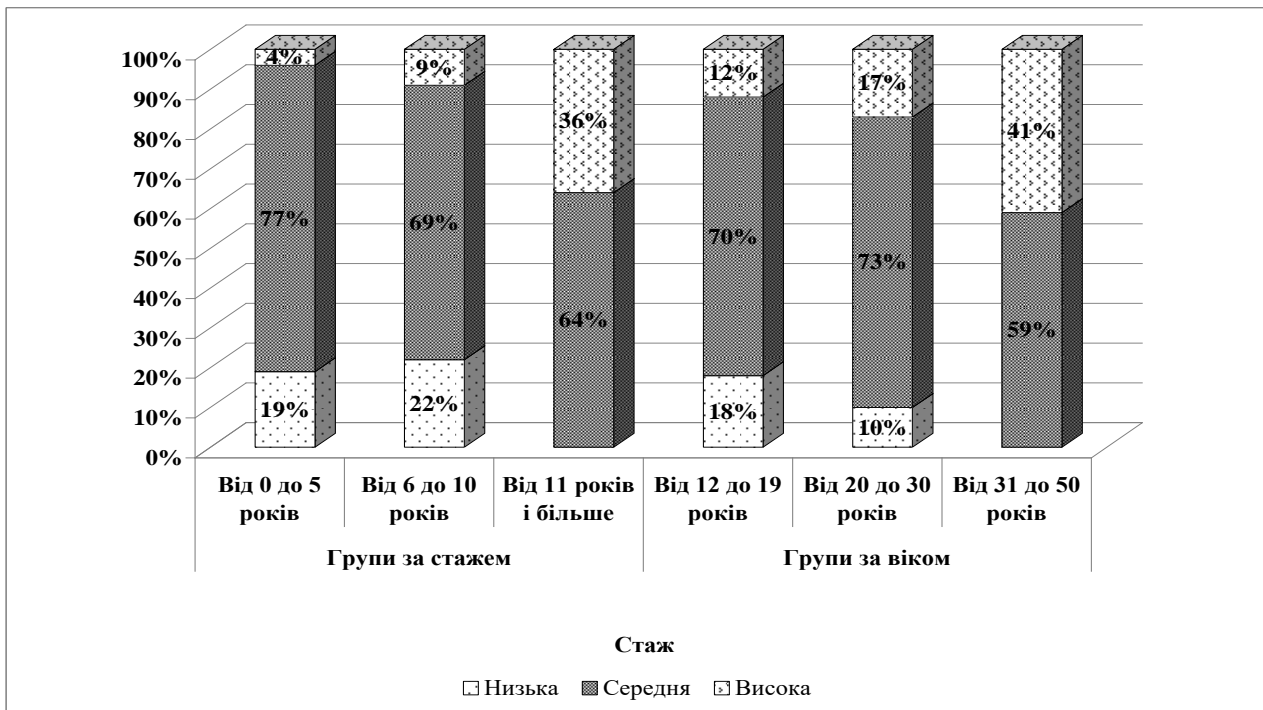


Рис. 4. Розподіл шкали актуальної ригідності у вікових та стажевих групах спортсменів-стрілків

Для створення сумарної характеристики якісної вираженості ригідності нами був сконструйований інтегральний показник психічної ригідності – порогова градація шкал. З числа виділених шкал ригідності (СКР, АР, СР, УР, РСО, ПМР) нами підраховувалася кількість тих шкал, за якими у досліджуваних спортсменів з кульового спорту був перевищений поріг помірності (іншими словами, – відмічалася висока або дуже висока ригідність).

За сконструйованим показником градації шкал тесту нами були виявлені достовірні відмінності між групами професійно-спортивного стажу (при χ^2 -Пірсона, $P < 0,01$ і χ^2 -максимальної правдоподібності, $P < 0,01$). Для груп за віком результати розподілу широти вираженості шкал ригідності виявилися незначимі.

На рис. 5 представлена порогова градація шкал ригідності за стажем професійно-спортивної діяльності. Можна побачити, що в молодшій стажевій групі (перша стажева група) порогова вираженість трьох і більше шкал відзначалася у 15% спортсменів, вираженість двох шкал – у 39% спортсменів.

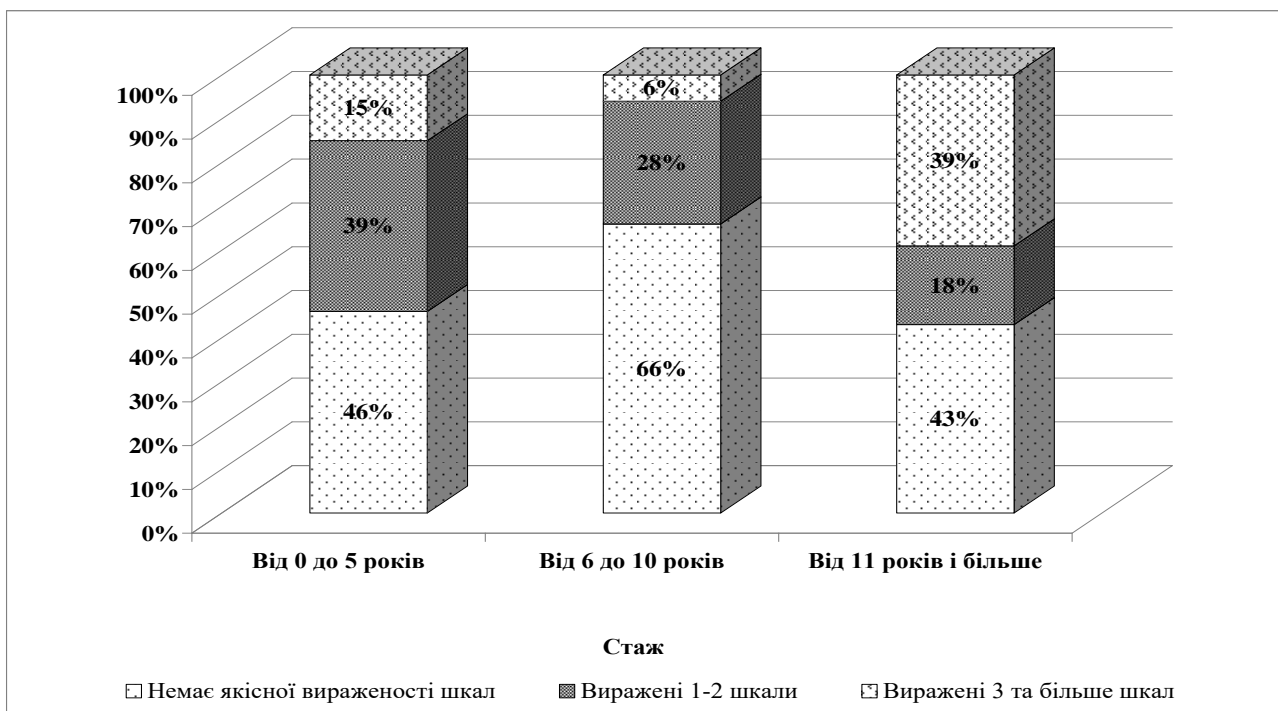


Рис. 5. Порогова градація шкал ригідності у стажевих групах спортсменів-стрілків

У 3-й стажевій групі відбувся перерозподіл порогової вираженості шкал – кількість осіб із значущими трьома і більше шкалами виросла в 2,6 рази, кількість осіб із значущими двома шкалами зменшилася в 1,3 рази. Кількість осіб, у яких немає порогової вираженості шкал психічної ригідності залишилося практично не змінним (46% та 43% відповідно).

Висновки. Психічна ригідність у спортсменів збірної команди України з кульового виду спорту за всіма шкалами методики TOP3 не перевищує помірні показники. У залежності від пасивного сприйняття або активного відстоювання звичного, раціонального або емоційно-неофобічного неприйняття нового існують два варіанти ригідного типу особистості спортсмена-стрілка: «ригідний стеничний» та «ригідний астеничний».

Із збільшенням віку і спортивного стажу відбувається посилення психічної ригідності спортсмена з кульової стрільби. Емоційні реакції такої особистості на нове і на ситуації, що вимагають певних змін, стають більш ригідними. Блокуються можливості сформувати нові варіанти вирішення проблем.

Після 10 років професійної кар'єри у складі збірної команди України з кульової стрільби сам по собі цей екстремальний вид спорту ригідизує особистість стрілка. Висока ригідизація звужує не тільки ступінь відкритості психологічної системи, але й зменшує функціональні резерви організму спортсмена.

Перспективи подальших досліджень з даного напрямку – розкрити вплив психічної ригідності на індивідуальну поведінку спортсменів збірної команди України з кульового виду спорту в умовах змагальної діяльності.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бирюкова З.И. Высшая нервная деятельность спортсменов (Исследование типологических особенностей нервной системы) / З.И. Бирюкова. – М.: ФиС, 2009. – 246 с.
2. Грицаенко М.В. Психологические особенности соревновательной деятельности стрелков-спортсменов / М.В. Грицаенко, Е.В. Романина // Современные тенденции и проблемы развития физической культуры, спорта и туризма в обществе. – Воронеж, 2010. – С. 14-16
3. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М.А. Годик. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 136 с.
4. Загайнов Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р.М. Загайнов. – М.: Сов. спорт, 2010. – 232 с
5. Залевский В. Г. Психическая ригидность в норме и патологии : автореф. дисс. на соискание учен. степени д-ра психол. наук : спец: 19.00.04 «Медицинская психология», 14.00.18 «Психиатрия» / Залевский В. Г. ; Ленингр. науч.-исслед. психоневрол. ин-т им. В.М. Бехтерева. – Л., 1988. – 41с.
6. Рыбчинский В.П. Из опыта изучения индивидуально-типологических особенностей спортсменов / В.П. Рыбчинский // Валеология. – Ростов-на-Дону, 2010. – №2. – С.79.