

## ВПЛИВ ПСИХІЧНОЇ РИГІДНОСТІ НА ІНДИВІДУАЛЬНУ ПОВЕДІНКУ СПОРТСМЕНІВ-СТРІЛКІВ

Актуальність роботи обумовлена змістовними розбіжностями існуючих підходів до проблеми психічної ригідності фахівців екстремальних видів спорту.

За допомогою методу моделювання розкрито особливості впливу психічної ригідності на індивідуальну поведінку спортсменів збірної команди України з кульової стрільби:

- ригідність як стан (як реакція) у спортсменів поєднується з ригідністю як рисою характеру та визначає емоційну реакцію на ситуації змагальної діяльності, що потребують змін;
- при нормальному стані психоемоційної напруженості у спортсмена проявляється лише одна складова психічної ригідності – установочна ригідність, яка відображає особистісний рівень прояву психічної ригідності;
- при знаходженні спортсмена у стресовому стані проявляються дві складові психічної ригідності – сенситивна ригідність (відображає емоційну реакцію спортсмена на ситуації, що потребують змін) та ригідність як стан (свідчить про те, що у стані стресу спортсмен найвірогідніше схильний до ригідної поведінки);
- якщо спортсмен знаходиться у стані афекту і його дії практично неусвідомлені, можуть проявлятися чотири складові психічної ригідності: симптомокомплекс ригідності (схильність спортсмена до широкого спектру фіксованих форм поведінки), актуальна ригідність (неспроможність спортсмена при об'єктивній необхідності змінити власну думку, відношення, мотиви тощо), сенситивна ригідність та установочна ригідність.

Отже, можна констатувати, що психоемоційна напруга, яка виникає у відповідь на стрес-впливи і суб'єктивно сприймається спортсменом-стрілком як негативний психоемоційний стан, може принципово змінювати характер його індивідуальної поведінки в умовах змагальної діяльності.