

*Шарінова Д.С., ад'юнкт науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології Національного університету цивільного захисту України*

## **ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ПСИХІЧНОЇ РИГІДНОСТІ СПОРТСМЕНІВ З КУЛЬОВОЇ СТРІЛЬБИ**

Актуальність дослідження впливає з того, що психічна ригідність є несприятливим чинником, що лежить в основі етіології і патогенезу нервово-психічних і психосоматичних захворювань професійних спортсменів, та є значимим механізмом, що дезадаптує та порушує роботу нервової системи особистості [1].

*Мета роботи* – розкрити типологічні характеристики психічної ригідності спортсменів збірної команди України з кульового виду спорту, вплив віку на кількісно-якісні її показники. 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 групи: (перша – спортсмени віком від 12 до 19 років, друга – від 20 до 30 років, третя – від 31 до 50 років) групи. На другому етапі проведено дослідження по виявленню типологічних характеристик психічної ригідності спортсменів-стрілків за допомогою Томського опитувальника ригідності Г.В. Залевського (ТОРЗ).

Установлено, що психічна ригідність за всіма своїми шкалами ТОРЗ не перевищує помірні показники, тобто досліджувані загальної групи демонструють більш низькі показники ригідності, ніж контрольна група (здорові особи за Г.В. Залевським [2]).

Визначено, що 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 астенічний». Із збільшенням віку 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 сформулювати 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.

#### **ЛІТЕРАТУРА**

1. 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

2. Залевский В. Г. Психическая ригидность-флексibility как акмеологический инвариант профессионализма / В.Г. Залевский, Н.В. Козлова // Сибирский психол. журн. – 2007. – № 22. – С. 75-80.

Науковий керівник:

доктор психологічних наук, професор, Тімченко О.В.