

Література

1. Жидецька С. В. Профілактика професійної деформації як чинник стабільності психологічної готовності працівника поліції. Вісник Національного університету оборони України. 2015. Вип. 1. С. 77-81.
2. Кісіль З. Р. Фактори протидії професійно-психологічної деформації працівників органів внутрішніх справ. Університетські наукові записки. 2008. № 3. С. 13-17.
3. Леженіна Л. М. Засоби профілактики професійної деформації особистості у слідчих служби безпеки України. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. 2015. Вип. 50. С. 131-137.
4. Марков В. В. Причини, що викликають професійну деформацію працівників органів внутрішніх справ. Право і Безпека. 2012. № 4. С. 226-228.
5. Медведєв В. С., Ларіонов С. О. Психологічна діагностика професійної деформації працівників органів внутрішніх справ. Вісник Національного університету оборони України. 2014. Вип. 2. С. 258-262.
6. Савчин М.В. Професійна особистісна деформація співробітників органів внутрішніх справ та деякі шляхи її профілактики / М.В. Савчин // Вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. – 2005. – № 2. – С. 145-152. 8. Синявська О.Ю. Професійна етика як чинник протидії професійній деформації працівників органів внутрішніх справ. Право і безпека. 2005. № 4'1. С. 96–99.
7. Хижняк А. А. Вікові особливості прояву професійних деформацій в інтерперсональній сфері тренерів-викладачів фізичного виховання // Проблеми сучасної психології : зб. наук. пр. Київ : 2014. Т. 12. Вип. 24. С. 114–119.
8. Хижняк А. А. Аналіз факторів, що впливають на професійну діяльність педагога // Цілі сталого розвитку третього тисячоліття: виклик для університетів наук про життя : Мат. Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 23-25 травня 2018 року). Київ, 2018. Т. 5. С. 336–338.

Reference

1. Zhydetska S. V. Prevention of professional deformation as a factor in the stability of the psychological readiness of a police officer. Bulletin of the National Defense University of Ukraine. 2015. Issue 1. P. 77-81.
2. Kisil Z.R. Factors against professional and psychological deformation of employees of internal affairs bodies. University scientific notes. 2008. No. 3. P. 13-17.
3. Lezhenina L.M. Means of prevention of professional deformation of personality among investigators of the security service of Ukraine. Bulletin of Kharkiv National Pedagogical University named after H. S. Skovoroda. Psychology. 2015. Issue 50. P. 131-137.
4. Markov V. V. Reasons causing professional deformation of employees of internal affairs bodies. Law and Security. 2012. No. 4. P. 226-228.
5. Medvedev V. S., Larionov S. O. Psychological diagnosis of professional deformation of employees of internal affairs bodies. Bulletin of the National Defense University of Ukraine. 2014. Issue 2. P. 258-262.
6. Savchyn M.V. Professional personal deformation of employees of internal affairs bodies and some ways of its prevention / M.V. Savchyn // Bulletin of the Lviv State University of Internal Affairs. - 2005. - No. 2. - P. 145-152. 8. Synyavska O.Yu. Professional ethics as a factor in countering professional deformation of employees of internal affairs bodies. Law and security. 2005. No. 4'1. P. 96–99.
7. Khizhnyak A.A. Age-specific features of the manifestation of professional deformations in the interpersonal sphere of trainers-teachers of physical education // Problems of modern psychology: coll. of science pr. Kyiv: 2014. T. 12. Issue 24. P. 114–119.
8. Khizhnyak A.A. Analysis of factors affecting the professional activity of a teacher // Goals of sustainable development of the third millennium: a challenge for universities of life sciences: Mat. International science and practice conf. (Kyiv, May 23-25, 2018). Kyiv, 2018. Vol. 5. P. 336–338.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1\(173\).35](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1(173).35)
УДК 796.2.071.5

Хижняк А.А.
кандидат психологічних наук, старший викладач
Національний університет біоресурсів і природокористування України, м.Київ
Крупко Н.В.
старший викладач кафедри фізичного виховання
Національний університет біоресурсів і природокористування України, м.Київ

ПСИХОДІАГНОСТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ ТРЕНЕРА З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Проблема впливу професії на особистість періодично була предметом досліджень низки науковців, але на сьогодні залишається актуальною та недостатньо розробленою. У статті наведено результати дослідження динаміки показників загальної адаптації та дезадаптаційних процесів особистості викладачів фізичного виховання, як діагностичної та аналітичної сторони психологічного супроводу їх педагогічної діяльності. Розглянуто адаптаційну сферу особистості тренерів з легкої атлетики, як основний фактор успішної професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту. Визначено особливості зміни показників загальної адаптивності особистості, а також дезадаптаційних процесів особистості тренерів з легкої атлетики в залежності від гендерної відповідності.

А також, особливе значення набуває вивчення деформаційних змін особистості тренера залежно від вікових особливостей. Оскільки кожний віковий період фахівця має свої кризові моменти, тому під впливом факторів

професійної діяльності особистісні якості можуть набувати специфічної забареленості. Тому, в статті детально розглянуто шлях професійного становлення тренера з легкої атлетики в залежності від вікових характеристик.

Ключові слова: адаптація, дезадаптація, психологічний супровід, професійна діяльність, емоційне вигорання.

Khizhnyak A., Krupko N. Psychodagnostic development of professional track and track coach development The problem of the influence of the profession on the personality has periodically been the subject of research by a number of scientists, but today it remains relevant and insufficiently developed. The article presents the results of the study of the dynamics of indicators of general adaptation and maladaptation processes of the personality of physical education teachers, as a diagnostic and analytical side of the psychological support of their pedagogical activity. The adaptive sphere of personality of physical education teachers is considered as the main factor of successful professional activity in the field of physical culture and sports. The peculiarities of changes in indicators of the general adaptability of the personality, as well as maladaptation processes of the personality of physical education teachers, depending on gender conformity, are determined.

Also, the study of deformational changes in the coach's personality depending on age characteristics is of particular importance. Since each age period of a specialist has its own crisis moments, therefore, under the influence of factors of professional activity, personal qualities can acquire a specific color. Therefore, the article examines in detail the path of professional development of a track and field coach depending on age characteristics.

Key words: adaptation, maladaptation, psychological support, professional activity, emotional burnout.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.

Сучасне суспільство висуває ряд нових вимог до спортивно-педагогічної сфери діяльності. На даному етапі його розвитку, вчені починають вивчати не тільки процес впливу педагога на учнів чи студентів і їх результат навчання, але і звертають пильну увагу на саму особистість спортивного педагога, яка до цього часу знаходилася в тіні.

Спортивно-педагогічна та тренерська діяльність відноситься до дуже складних видів людської діяльності. Але чим саме займається тренер, більшість людей не зовсім розуміють, обмежуючись зовнішніми, видимими характеристиками його діяльності [4]. Розглянемо деякі психологічні аспекти цієї діяльності.

Професія тренера є професія соціонемічна, тому що предметом праці в ній є людина чи група людей. Вона відноситься до вільних професій, в яких у людини є можливість для розкриття свого творчого потенціалу. Класифікація професій за ступенем самостійності діяльності людини дозволяє віднести цю професію до самостійної праці [4]. За типологією професій, яку запропонував Є.О. Клімов, де як критерій виступає відношення суб'єкта праці до предмета праці, професія тренера відноситься до типу «людина-людина» [5]. Діяльність тренера з легкої атлетики пов'язана з розпізнаванням, перетворенням і формуванням особистісних якостей учнів. Тренер формує особистість спортсмена, його мотивацію, уявлення про здоровий спосіб життя, перетворює її свідомість, поведінку і тілесність. При цьому засобами праці є фізичні, психічні, соціально-духовні якості самого тренера.

Поєднання високого рівня знань в області біологічних і психологічних процесів, що відбуваються в період активного росту і розвитку вихованців, засобів, методів і форм педагогічного і тренувального впливу, висока фізична і технічна підготовленість жадає від тренера з легкої атлетики комплексу педагогічних і спеціальних здібностей [8]. Враховуючи високі соціальні вимоги до цієї професії, а також те, що виконується вона переважно внутрішніми засобами особистості, це приводить до підвищеної стресогенності даної професії. У результаті підвищується ризик емоційного вигорання, дезадаптивних і деструктивних змін в особистості самого тренера, що призводить до зниження ефективності його професійно-педагогічної діяльності [2,5,8].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній спортивній літературі присутні деякі дані про емоційне вигорання викладачів фізичного виховання [2,4,8], де прослідковуються чіткі деструктивні процеси в даній області, що ведуть до негативного розвитку особистості педагога. Це викликає підвищений дослідницький інтерес до проблеми психологічного супроводу діяльності тренерів з легкої атлетики, що поки не відбувається зовсім, чи починається в незначному обсязі.

На думку низки дослідників [1,2,4,7,8], психологічний супровід повинен включати діагностику й аналіз індивідуально-психологічних проблем особистості тренера, що у сукупності можуть призвести до професійного вигорання. А на основі отриманих даних і виявлених психологічних проблем повинна проводитися робота з їх усунення чи корекції.

Отже, з огляду на вплив емоційного вигорання, деструктивних змін і дезадаптаційних процесів на розвиток особистості тренера з легкої атлетики, актуальною є необхідність психологічного супроводу його педагогічної діяльності, що має значно підвищити її ефективність.

Мета дослідження – визначення динаміки показників загальної адаптації і дезадаптаційних процесів особистості тренера з легкої атлетики, як діагностичної й аналітичної сторони психологічного супроводу їхньої спортивно-педагогічної діяльності.

Висвітлення процедури теоретико-методологічного та експериментального дослідження із зазначенням методів дослідження. Дослідження проводилося на базі факультету заочного навчання і післядипломної освіти Національного університету фізичного виховання і спорту України. У дослідженні брали участь тренери з легкої атлетики у віці від 23 до 60 років. Загальна кількість респондентів, що брали участь у дослідженні, склала 46 чоловік. Для дослідження був підібраний ряд методик: «Методика визначення соціальної адаптованості особистості О.Г. Посипанова», «Методика діагностики агресивності А. Ассингера», «Методика самоефективності Р. Шварцера та М. Ерусалема», «Методика визначення ригідності», «Методика діагностики емоційного вигорання особистості В.В. Бойко».

Виклад основного матеріалу дослідження. Виходячи з мети дослідження, нами була визначена динаміка загального показника адаптивності особистості тренера з легкої атлетики до професійної діяльності в залежності від

вікових особливостей. А також, визначена динаміка в розвитку індивідуально-психологічних характеристик, сприятливих для професійної адаптації.

За основу, була взята вікова періодизація професійного становлення особистості, запропонована Е.Ф. Зеєром [4]. Відповідно до неї, наші респонденти були поділені на три вікові групи:

- 24 – 27 років, молодість (первинна професіоналізація);
- 28 – 33 роки, I зрілість (вторинна професіоналізація);
- 34 – 60 років, II зрілість (професійна майстерність).

За допомогою методу контент-аналізу були визначені пріоритетні індивідуально-психологічні якості, що *сприяють* росту професійної адаптації особистості: це рівень загальної адаптації, а також креативність, лабільність, конформність мислення та самоефективність. У представлених вище групах тренерів з легкої атлетики були досліджені ці показники. Таким чином, визначивши середні значення по кожному з показників, ми отримали результати, які представлені в табл. 1.

Таблиця 1

Показники індивідуально-психологічних характеристик особистості тренерів з легкої атлетики

Вік	Показники (бали)				
	Загальна адаптація	Конформність	Лабільність	Креативність	Самоефективність
24-27 років	10.33	3.33	4.33	2.67	31
28-33 роки	11	3.41	4.50	3.25	22.75
34-60 років	10.35	3.35	4.23	2.77	29.58

Отримані дані варто інтерпретувати виходячи з загально прийнятих норм, передбачених у ключах використаних методик. Отже, показники загальної адаптації варто вважати низькими, якщо вони нижче 8 балів, середніми – від 9 до 16 балів і високими – 17 і більше балів. Показники конформності, креативності і лабільності варто оцінювати з розрахунків: від 1 до 4 – нижче середнього, 4 – середній, і від 4 до 8 вище за середній рівень. Показник самоефективності пропонується оцінювати в такий спосіб: 19 і менше балів – низький, від 20 до 24 балів – нижчий середнього, від 25 до 29 – середній показник, від 30 до 35 – вищий за середній і від 36 до 40 балів – високий.

Отже, ґрунтуючись на отриманих результатах, можна простежити динаміку зміни індивідуально-психологічних характеристик особистості тренерів з легкої атлетики в залежності від віку (рис. 1).

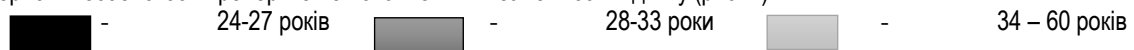
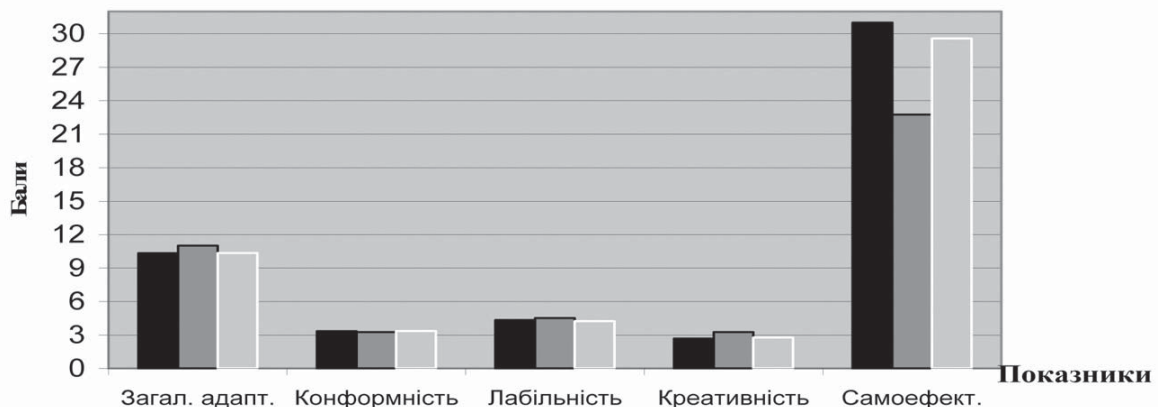


Рис. 1. Динаміка показників індивідуально-психологічних характеристик особистості тренера в залежності від віку
 На рис. 1 видно, що показники загальної адаптованості особистості тренерів з легкої атлетики у всіх



трьох досліджуваних групах респондентів знаходяться на середньому рівні, що свідчить про стійкий показник адаптації до професійної діяльності. Адаптувавшись один раз, на початкових стадіях свого професійного шляху, тренер зберігає рівень загальної адаптації практично без змін. Це створює сприятливий фундамент для загального емоційного благополуччя і психологічного самозбереження педагогів протягом усього професійного шляху.

Показники конформності, лабільності і креативності є основними показниками, що характеризують адаптованість. Чим більше виражені дані показники, тим, відповідно, вищий рівень адаптації до професійної діяльності. Також найбільш виражений з трьох перерахованих показників вказує, завдяки чому, найбільше, адаптується дана особистість чи група людей. І, відповідно, найменш розвинута якість вказує на те, чого не вистачає для повноцінного процесу адаптації. На рис. 1 видно домінування показника лабільності, що, утім, практично не змінюється у всіх трьох розглянутих вікових групах. Це дозволяє зробити висновок про те, тренери з легкої атлетики адаптуються до професійної діяльності в основному завдяки

високорозвинутій лабільності мислення, яка, якщо розвинулась один раз, не змінюється впродовж усього професійного шляху. Висока лабільність говорить про здатність до гнучкості у відносинах і рухливості центральної нервової системи. Також найменш розвинутою, з перерахованих якостей є конформність. Це свідчить про те, що процес адаптації у тренерів затрудняється низьким рівнем чи відсутністю пристосування до групи, чи небажанням/невмінням працювати в колективі і підвищеній індивідуалізації.

Показник самооефективності, що так само сприяє адаптації особистості тренера до професійної діяльності, відбиває особливості сприйняття ними своїх можливостей (див. рис. 1). На стадії первинної професіоналізації (24 – 27 років) даний показник має середній рівень розвитку, достатній для підтримки адаптації без особливих зусиль і підключення резервних можливостей організму. Далі, на стадії вторинної професіоналізації (28 – 33 років) даний показник значно падає до нижче середнього рівня. І в останній, розглянутій нами, стадії професійної майстерності (34 – 60 років) показник самооефективності знову піднімається до рівня, що вищий середнього. Таку динаміку можна пояснити тим, що в молодому віці в тренерів-початківців сприйняття особистої самооефективності базується на юнацькому максималізмі. Дорослішаючи і зіштовхуючись з життєвими і професійними кризами, тренери з легкої атлетики роблять поглиблений самоаналіз і об'єктивно знаходять у собі ряд недоліків, які не спостерігаються в юності, що приводить до падіння відчуття особистої самооефективності. Входячи в період професійної майстерності, тренери, набираються досвіду й закріплюються у визначеній життєвій і професійній позиції, завдяки чому рівень самооефективності зростає.

Далі, були визначені індивідуально-психологічні характеристики особистості тренерів з легкої атлетики, наявність яких *негативно* впливають на адаптаційні процеси, і сприяють дезадаптаційним. А також, визначена динаміка показників дезадаптаційних процесів особистості тренера в залежності від етапів професійного становлення.

Шляхом аналізу наукової літератури [2,4,8] було виділено типові особистісні характеристики, що вказують на виникнення професійної дезадаптації.

У тренерів досліджено такі показники, як рівень агресії, ригідності, а також ступінь емоційного вигорання по фазах: наруги, резистенції і виснаження. Отже, визначивши середні значення за кожним з показників, ми отримали результати, представлені в табл. 2.

Таблиця 2

Вік	Показники					
	Агресія	Ригідність	Синдром емоційного вигорання			
			Напруга	Резистенція	Виснаження	
24-27 років	40,67	17,33	26,67	37,33	17,33	
28-33 роки	88,75	15,75	24,75	60,50	32,00	
34-60 років	38,42	17,27	22,54	48,23	22,38	

Отримані дані варто інтерпретувати виходячи з загально- прийнятих норм, передбачених у ключах методик, що використовувались. Отже, показники агресивності варто вважати низькими, якщо їхня сума нижче 35 балів, середніми від 36 до 44 балів, і високими 45 балів і більше. Показники ригідності варто оцінювати з розрахунків: до 13 балів – низький показник, від 14 до 26 балів – середній і від 27 до 40 балів – високий. Показники емоційного вигорання оцінюються за трьома шкалами: шкала напруги, резистенції і виснаження, вони інтерпретуються з розрахунку 36 і менше балів – фаза не сформувалася, 37 – 60 балів – фаза в стадії формування та 61 і більше балів – фаза, що сформувалася.

Тому, ґрунтуючись на отриманих результатах, можна про- стежити динаміку зміни показників дезадаптаційних процесів особистості тренерів з легкої атлетики в залежності від віку (рис. 2).

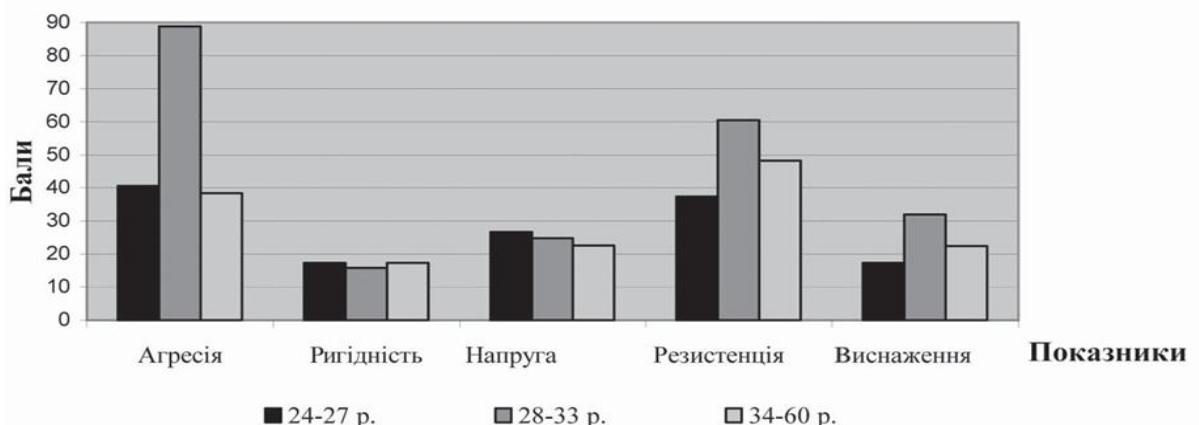


Рис. 2. Динаміка показників дезадаптаційних процесів особистості тренерів з легкої атлетики залежно від віку

На рис. 2 видно, що показники агресивності не стабільні. У фазі первинної професіоналізації (24 – 27 років)

показник вираженості агресії знаходиться на середньому рівні. У наступній фазі вторинної професіоналізації (28 – 33 року) показник агресії різко збільшується до дуже високого рівня, практично надмірного. І на останній, розглянутій, фазі професійної майстерності (34-60 років), показник знову приходить у норму і повертається на середній, задовільний рівень.

Такий стрибок показників агресії можна охарактеризувати як дзеркальне відображення показників загальної самоефективності особистості тренерів з легкої атлетики, описаних вище. У першому віковому періоді, коли особистість сприймає власні особистісні якості і достоїнства крізь призму юнацького максималізму, відчуття власної значимості і самоефективності високі. Паралельно з цим, неприємності і кризи не сприймаються як привід для надмірного занепокоєння, відповідно рівень агресії знаходиться в нормі. Переходячи до наступної стадії вторинної професіоналізації, під час якої рівень самоефективності значно знижується за рахунок більш реальної переоцінки якостей власної особистості (див. рис. 1), істотно підвищується рівень агресії через невиправдання очікувань щодо власних можливостей (див. рис. 2). І в останньому, розглянутому нами, віковому періоді професійної майстерності, коли завдяки набутому досвіду (життєвому і професійному) показник особистої самоефективності знову зростає, паралельно знижується рівень агресії до середнього показника. Професіонал здобуває впевненість у собі.

Показник ригідності у тренерів стійко знаходиться на середньому рівні, протягом усіх досліджуваних вікових груп. Однак, у другому віковому періоді (вторинної професіоналізації) цей показник злегка падає (див. рис. 2), це можна зв'язати з тим, що в даний період незначно, але все-таки змінюються багато індивідуально-психологічних характеристик, які сприяють професійній адаптації (конформність, лабільність і креативність), а також рівень загальної адаптованості (див. рис. 1).

Що стосується рівня емоційного вигорання, то його середній показник знаходиться вище норми через фазу резистенції, що формується (див. рис. 2), у яку входять такі показники як емоційно-моральна дезорієнтація, редукція (спрощення) професійних обов'язків, розширення сфери економії емоцій і неадекватне емоційне вибіркоче реагування. Кожний із перерахованих показників знаходиться на рівні вищому середнього. Це досить тривожний сигнал, що говорить про те, що в адаптаційній сфері особистості тренерів з легкої атлетики існують значні проблеми. Середній рівень професійної адаптації, зазначений вище (див. рис. 1), утримується завдяки роботі організму у фазі психологічної суперкомпенсації, а також підвищенню рівня процесів самозбереження.

Далі було проведено порівняльний аналіз показників загальної адаптивності особистості й індивідуально-психологічних характеристик, сприятливих їй, а також дезадаптаційних процесів особистості тренерів з легкої атлетики в залежності від гендерної відповідності (рис. 3).

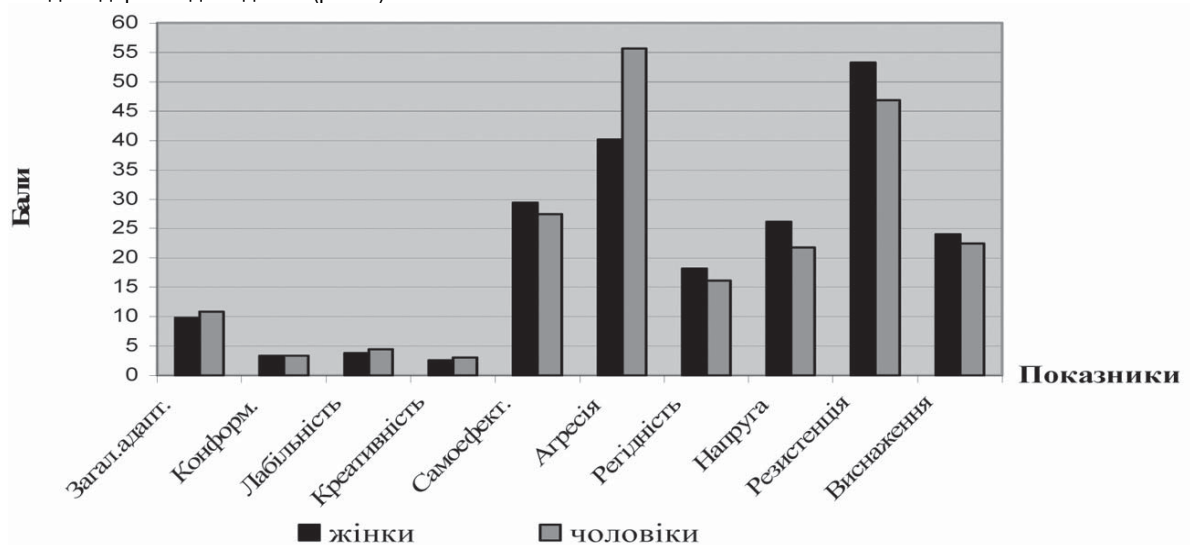


Рис. 3. Особливості зміни індивідуально-психологічних і дезадаптаційних показників тренерів з легкої атлетики в залежності від статі

У цьому дослідженні вікові інтервали не враховувалися, а порівнювалися показники чоловіків і жінок усієї вибірки респондентів.

Отже, на рис. 3 видно, що показники загальної адаптивності в чоловіків і в жінок практично однакові, однак у чоловіків вони трохи вище. Це пояснюється тим, що два з трьох показників, з яких складається загальна адаптивність, у них трохи вищі, ніж у жінок. Це показники лабільності і креативності, а в жінок домінує конформність, що пояснюється більш гнучким і рухливим мисленням у чоловіків і, у свою чергу, орієнтацією жінок на спілкування і роботу в команді.

Показник самоефективності в чоловіків знаходиться на середньому рівні, а в жінок на рівні, що вище середнього. Це явище можна пояснити тим, що чоловікам у більшому ступені властиві амбіції щодо успішності своєї професійної діяльності, і як результат їх частіше піддають сумніву у своїй компетенції, що породжує тривожність, зниження самооцінки рівня власної самоефективності. Жінки в середньому менш амбіційні щодо власної кар'єри, у більшій мірі спрямовані на співробітництво і спілкування, що у спортивно-педагогічній сфері легко здійснюється і приносить почуття захищеності.

Підвищення тривожності, викликане високими амбіціями щодо професійної діяльності і сумнівами в успішності її здійснення, нестійкість у показниках самоефективності, призводить до емоційного дисбалансу і підвищення

агресивності в чоловіків. Їх показник, істотно, перевищує норму. У жінок, показник агресивності знаходиться в межах норми, що можна пояснити більшою захищеністю і меншим прагненням до професійного олімпу.

Виходячи з даних, наведених вище, можна інтерпретувати також наступний показник ригідності, що у чоловіків нижчий, ніж у жінок.

Однак загальний показник емоційного вигорання в жінок переважає за всіма трьома фазами (див. рис. 3). Дане явище можна інтерпретувати з позиції прояву жіночої і чоловічої емоційності. Так, чоловіки, яких випробовує стресовий вплив, обумовлений професійною діяльністю, в більшості випадків будуть більш емоційно реагувати на те, що відбувається. При цьому їхня поведінка буде відрізнятися більшою демонстративністю, ніж у жінок. Це обумовлено вже згаданою вище потребою в задоволенні своїх професійних амбіцій. Завдяки цьому чоловіки мають можливість виплеснути негативні емоції, не даючи їм накопичуватися і заподіювати деструктивний вплив на їхній психічний стан, тим самим, запобігаючи емоційному вигоранню. У той час як жінки, у більшій мірі, стримані і скромні в проявах своїх емоцій, для них важлива думка навколишніх. Внаслідок цього жінки в спортивно-педагогічній сфері змушені стримувати прояв своїх емоцій і придушувати різні пориви, що є причиною накопичення емоційної напруги, яка стає причиною психологічних деструкцій і емоційного вигорання.

На основі аналізу результатів ми можемо підвести підсумки і зробити висновок про ті потенційні проблеми, що загрожують процесу повноцінної професійної адаптації і професійного становлення особистості тренерів з легкої атлетики. Отже, нами було встановлено, що потенційно найнебезпечнішим показником є високий рівень агресивності, а також, рівень самоефективності, що різко знижується в період вторинної професійної адаптації (28 – 33 років).

У перспективі для корекції небезпечних для адаптаційної сфери явищ доцільно підібрати тренінги, спрямовані на особисте самозбереження, підвищення самооцінки і самоефективності та скласти програму психологічного супроводу з отриманої картини результатів.

Висновки. Проведене дослідження дало можливість визначити рівень розвитку індивідуально-психологічних особливостей особистості, які сприяють росту загального рівня адаптивності і дезадаптаційних процесів на визначеному етапі професійного шляху особистості тренера з легкої атлетики. Виявлено стрибок показників агресії в зрілому віці, зниження самоефективності в даний період, завищену фазу резистентності, що говорить про емоційне вигорання, яке формується. Це свідчить про потребу психологічного супроводу в даному напрямку.

Визначено особливості зміни показників загальної адаптивності особистості, а також дезадаптаційних процесів особистості тренерів залежно від гендерної відповідності. Виявлено домінування адаптаційних показників у чоловіків над показниками адаптації в жінок, а також, показники агресивності, які надмірно перевищують показники у жінок. Це характеризує складну психологічну ситуацію, яка вимагає коректного психологічного супроводу.

Література

1. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічні аспекти забезпечення діяльності: монографія / О.М. Кокун. – К.: Міленіум, 2004. – 265 с.
2. Ковальчук В.І. Особливості професійного вигорання в спортивно-педагогічній діяльності / В.І. Ковальчук // Молода спортивна наука України, збірник наукових праць з галузі фізичної культури та спорту. – Львів, 2004. – Т. 3. – С. 158-163.
3. Жидецька С. В. Профілактика професійної деформації як чинник стабільності психологічної готовності працівника поліції. Вісник Національного університету оборони України. 2015. Вип. 1. С. 77-81.
4. Кісіль З. Р. Фактори протидії професійно-психологічної деформації працівників органів внутрішніх справ. Університетські наукові записки. 2008. № 3. С. 13-17.
5. Леженіна Л. М. Засоби профілактики професійної деформації особистості у слідчих служби безпеки України. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. 2015. Вип. 50. С. 131-137.
6. Марков В. В. Причини, що викликають професійну деформацію працівників органів внутрішніх справ. Право і безпека. 2012. № 4. С. 226-228.
7. Медведєв В. С., Ларіонов С. О. Психологічна діагностика професійної деформації працівників органів внутрішніх справ. Вісник Національного університету оборони України. 2014. Вип. 2. С. 258-262.
8. Савчин М.В. Професійна особистісна деформація співробітників органів внутрішніх справ та деякі шляхи її профілактики / М.В. Савчин // Вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. – 2005. – № 2. – С. 145-152.
9. Синявська О.Ю. Професійна етика як чинник протидії професійній деформації працівників органів внутрішніх справ. Право і безпека. 2005. № 4'1. С. 96–99.
10. Хижняк А. А. Вікові особливості прояву професійних деформацій в інтерперсональній сфері тренерів-викладачів фізичного виховання // Проблеми сучасної психології : зб. наук. пр. Київ : 2014. Т. 12. Вип. 24. С. 114–119.
11. Хижняк А. А. Аналіз факторів, що впливають на професійну діяльність педагога // Цілі сталого розвитку третього тисячоліття: виклик для університетів наук про життя : Мат. Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 23-25 травня 2018 року). Київ, 2018. Т. 5. С. 336–338.

References

1. Kokun O.M. Optimizing human adaptive capabilities: psychophysiological aspects of ensuring activity: monograph / O.M. Coccoon. - K.: Millennium, 2004. - 265 p.
2. Kovalchuk V.I. Peculiarities of professional burnout in sports and teaching activities / V.I. Kovalchuk // Young sports science of Ukraine, a collection of scientific works in the field of physical culture and sports. – Lviv, 2004. – Vol. 3. – P. 158-163.
3. Zhydetska S. V. Prevention of professional deformation as a factor in the stability of the psychological readiness of a police officer. Bulletin of the National Defense University of Ukraine. 2015. Issue 1. P. 77-81.
4. Kisil Z.R. Factors against professional and psychological deformation of employees of internal affairs bodies.

University scientific notes. 2008. No. 3. P. 13-17.

5. Lezhenina L.M. Means of prevention of professional deformation of personality among investigators of the security service of Ukraine. Bulletin of Kharkiv National Pedagogical University named after H. S. Skovoroda. Psychology. 2015. Issue 50. P. 131-137.

6. Markov V.V. Reasons causing professional deformation of employees of internal affairs bodies. Law and Security. 2012. No. 4. P. 226-228.

7. Medvedev V. S., Larionov S. O. Psychological diagnosis of professional deformation of employees of internal affairs bodies. Bulletin of the National Defense University of Ukraine. 2014. Issue 2. P. 258-262.

8. Savchyn M.V. Professional personal deformation of employees of internal affairs bodies and some ways of its prevention / M.V. Savchyn // Bulletin of the Lviv State University of Internal Affairs. - 2005. - No. 2. - P. 145-152.

9. Synyavska O.Yu. Professional ethics as a factor in countering professional deformation of employees of internal affairs bodies. Law and security. 2005. No. 4¹. P. 96–99.

10. Khizhnyak A.A. Age-specific features of the manifestation of professional deformations in the interpersonal sphere of trainers-teachers of physical education // Problems of modern psychology: coll. of science pr. Kyiv: 2014. T. 12. Issue 24. P. 114–119.

11. Khizhnyak A.A. Analysis of factors affecting the professional activity of a teacher // Goals of sustainable development of the third millennium: a challenge for universities of life sciences: Mat. International science and practice conf. (Kyiv, May 23-25, 2018). Kyiv, 2018. Vol. 5. P. 336–338.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1\(173\).36](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1(173).36)

УДК 376-056.36:796.015.22-053.2

*Чижик В. В. кандидат біологічних наук, професор,
професор кафедри теорії та методики фізичного виховання
Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії
імені Тараса Шевченка, м. Кременець
Довгаль В. І. старший викладач
кафедри теорії та методики фізичного виховання
Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії імені Тараса Шевченка, м. Кременець
Ковальчук В. Я. кандидат пед.наук,
доцент кафедри фізичної культури та здоров'я
Луцького національного технічного університету, м. Луцьк.
Савчук С. А. кандидат фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри фізичної культури та здоров'я
Луцького національного технічного університету, м.Луцьк.
Корінчак Л.М. кандидат біологічних наук,
доцент кафедри медико-біологічних основ фізичної культури,
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини м. Умань
Шкробанець А. А., лікар ФОП, м. Київ
Плиска О. І. доктор медичних наук, професор,
завідувач кафедри біології Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова, м. Київ.*

РОЗВИТОК СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ ТА РОЛЬ ШКІЛЬНОЇ МЕДСЕСТРИ В ЇХ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННІ

Вивчали особливості розвитку силових здібностей у хлопчиків та дівчат 12–14 років із затримкою психічного розвитку порівняно з учнями загальноосвітніх шкіл. Виявили відставання підлітків 12–14 років із затримкою психічного розвитку за абсолютними показниками кистьової (кистьового динамометра) та станової динамометрії (станового динамометра), динамічної та статичної силової витривалості та швидко-силових якостей («утримання на перекладині», «стрибки в довжину з місця», «підйом в сід з положення лежачи на спині»), як у дівчат, так і у хлопчиків практично у всіх вікових групах, порівняно з учнями загальноосвітніх шкіл. Розвиток силових здібностей дітей із затримкою психічного розвитку є гетерохронним і різноспрямованим порівняно зі старшокласниками. В цілому вони значимо нижчі причому, як у дівчат, так і у хлопців у всіх вікових групах. При цьому дана категорія школярів повинна бути під постійним наглядом шкільної медсестри.

Ключові слова: затримка психічного розвитку, рухові характеристики, динамометрія, швидко-силові характеристики, силова витривалість.

Chyzyk V. V., Dovgal V. I. Kovalchuk V. Y., Savchuk S. A., Korinchak L. M., Shkrobanets A. A., Plyska O. I. Development of power qualities for teenagers with delay of psychical development and the role of the school nurse in their health care. They studied the specifics of the development of strength abilities in boys and girls aged 12–14 with mental retardation compared to students of secondary schools. The lag of adolescents aged 12-14 years with mental retardation was