



7. Практикум по психологии здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб. : Питер, 2005. – 351 с.
8. Пучкова Г.Л. Субъективное благополучие как фактор самоактуализации личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии» / Г.Л. Пучкова. – Хабаровск, 2003. – 17 с.
9. Маланьїна Т.М. Проблема емпіричного дослідження внутрішньо особистісних конфліктів / Т.М. Маланьїна // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». – Додаток 4 до вип. 31: Проблеми емпіричних досліджень у психології. – К. : Гнозис 2014. – С. 64–70.
10. Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия: (к разработке интегративной концепции) / Р.М. Шамионов // Мир психологии. – 2012. – № 2. – С. 143–148.
11. DeNeve K. M. Happy as an Extraverted Clam? The Role of Personality for Subjective Well-Being / K. M. DeNeve // Current Directions in Psychological Science. – 1999. – № 8 (5). – P. 141–144.
12. Diener E. Personality, culture and subjective well being: Emotional and cognitive evaluations of life / E. Diener, S. Oishi // Annual Review of Psychology. – 2003. – № 54. – P. 403–425.
13. Steel P. Refining the relationship between personality and Subjective well-being / P. Steel, J. Schmidt, J. Shultz // Psychological Bulletin. – 2008. – 134 (1). – P. 138–161.

УДК 159.953-796.83

ХАРАКТЕРИСТИКА ЗАГАЛЬНОЇ ПРОДУКТИВНОСТІ КОГНІТИВНИХ ПРОЦЕСІВ У БОКСЕРІВ

Малик Я.К., старший викладач
кафедри педагогіки та психології
Харківська державна академія фізичної культури

На основі психодіагностичного обстеження 168 боксерів визначені особливості їхньої загальної інтелектуальної продуктивності. Доведено, що спектр продуктивності когнітивних процесів боксерів перебував у межах від стану норми до важких порушень. Показано, що зниження рівня інтелектуальної продуктивності відбувалося в основному через розлади мнестичних і лічильних функцій, перцептивно-гностичні операції, меншою мірою через дефекти орієнтування. Емоційна лабільність обстежених спортсменів була фактором, який погіршував виконання завдань і впливав на їхній результат.

Ключові слова: когнітивні функції, інтелектуальна продуктивність, боксери, спортсмени, змагальна діяльність.

На основе психодиагностического обследования 168 боксеров определены особенности их общей интеллектуальной продуктивности. Доказано, что спектр продуктивности когнитивных процессов боксеров находился в пределах от состояния нормы до тяжелых нарушений. Показано, что снижение уровня интеллектуальной продуктивности происходило в основном за счет расстройств мнестических и счетных функций, перцептивно-гностических операций, в меньшей степени за счет дефектов ориентирования. Эмоциональная лабильность обследованных спортсменов была фактором, который ухудшал выполнение задач и влиял на их результат.

Ключевые слова: когнитивные функции, интеллектуальная продуктивность, боксеры, спортсмены, соревновательная деятельность.

Malyk Ya.K. THE DESCRIPTION OF OVERALL PERFORMANCE OF COGNITIVE PROCESSES IN BOXERS

Based on 168 boxers psychodiagnostic survey the features of their general intellectual performance. Proved that the performance range of cognitive processes Boxer was in the range of state standards for heavy violations. It is shown that reduction of intellectual performance was mainly due to frustration mnesticheskikh and counting functions, perceptual-gnostic operations, to a lesser extent due to defects in orientation. Emotional lability surveyed athletes acted factor that worsened the tasks and affect their outcome.

Key words: cognitive functions, intellectual performance, boxers, athletes, competitive activity.

Постановка проблеми. У сучасних умовах існування все більшого значення набуває проблема безпеки життедіяльності особистості. Професійна діяльність у спорті вищих досягнень характеризується надзвичайно високими фізичними, інтелектуальними та вольовими навантаженнями,

високим ступенем імовірності травмування, загрозою для життя, монотонією, неможливістю контролю ситуації, дискомфортними погодними умовами, постійною публічністю та, зрозуміло, значною мірою впливає на стан здоров'я та якість життя тих, хто не займається. Усе це висуває підвищені ви-



моги до продуктивності психічних процесів особистості [13; 14].

Стресостійкість спортсменів може залежати від стану їхньої когнітивної сфери. Відомо, що певний комплекс афективних порушень когнітивних функцій і процесів, що містить слабку диференціацію почуттів і тілесних відчуттів, труднощі в розпізнаванні й описі емоцій, слабкість функцій категоризації та символізації в мисленні, нездатність до фантазування, переважання наочно-дієвого мислення над абстрактно-логічним сприяють виникненню й ускладнюють перебіг соматичних порушень [1; 2; 3; 7; 9].

В окремих дослідженнях відзначається, що у 82,87% спортсменів, які займаються екстремальними видами спорту, мають місце дефекти когнітивних функцій і психічної працездатності. Інколи зниження психічної працездатності спортсменів є першим і/або основним симптомом загального виснаження організму, істотно впливає на ефективність їхньої професійної діяльності, але далеко не повною мірою враховується на практиці [4; 5; 6; 11].

Проблема продуктивності когнітивних процесів останнім часом привертає все більше уваги дослідників. Розглядається проблема продуктивності когнітивних функцій людини в екстремальних умовах професійної діяльності [8; 10; 12; 15].

Аналіз вітчизняної та зарубіжної літератури з проблеми професійного здоров'я боксерів показав, що в них спостерігається досить широкий спектр неврологічних порушень: від незначних субклінічних форм, які можна виявити тільки в результаті нейропсихологічних досліджень, до станів шоку та ін. У дослідженнях, присвячених цій проблемі, підкреслюється, що навіть у непрофесійних боксерів відзначаються уповільнення моторної діяльності, незграбність, дизартрія, атаксія, тремор, ригідність, спастичність, втрата пам'яті, уповільнене мислення, зміни особистості.

За даними окремих авторів, у боксерів також спостерігаються транзиторні порушення, а саме стани амнезії, що характеризуються сплутаністю свідомості, уповільненням і порушенням моторної функції, які можуть бути передвісником прогресуючої енцефалопатії. У роботах останніх двох років, які проводилися на базі Харківської державної академії фізичної культури, показано, що в екстремальних умовах змагальної діяльності в боксерів спостерігається гіпостенічний варіант астенії; у постзмагальний період – гіперстенічний варіант астенії. Порушення когнітивних функцій у спортсменів у період змагальної діяльності мають функціональний характер і піддаються редукції

в першій декаді постзмагального періоду. У цьому контексті особливого значення набуває вивчення способів активізації відновлювальних процесів в організмі спортсмена після тренувальних і змагальних навантажень [3; 4; 11].

Слід зазначити, що хронічні прогресуючі захворювання нервової системи в боксерів клінічно проявляються через багато років після припинення занять боксом і залежать від тканинного процесу, ведуть до паркінсонізму та хронічної травматичної енцефалопатії (А.В. Муравський, А.П. Давиденко, H.S. Martland).

Враховуючи багатоплановість факторів, що забезпечують професійне функціонування, здоров'я та життя боксерів, варіабельність психічних і фізіологічних станів, які можуть погіршувати загальний стан спортсменів, а також якість їхнього життя, дослідження в цьому напрямі є актуальними та мають велике медико-соціальне значення. Проте ряд методологічних питань щодо розроблення конкретних шляхів забезпечення оптимальної продуктивності когнітивних процесів особистості в процесі професійної діяльності, особливо спортивної, залишаються невирішеними. Виникає необхідність, з одного боку, дослідження психологічних чинників, що визначають наявний рівень продуктивності когнітивних функцій спортсменів, а з іншого боку – створення додаткових умов його підтримки та збереження.

Таким чином, актуальність роботи визначається необхідністю уточнення особливостей загальної інтелектуальної продуктивності боксерів в умовах спортивної діяльності, визначення психологічних чинників і практичних заходів щодо її забезпечення.

Метою нашої роботи стало дослідження загальної інтелектуальної продуктивності боксерів із різним спортивним стажем.

Виклад основного матеріалу дослідження. Для вивчення рівня інтелектуальної продуктивності боксерів використовувалася мінімальна шкала оцінки психічного стану MiniMentalStatusExam (MMSE) (M.F. Folstein, S. E. Folstein, H. R. McHugh, 1975) [16].

Ця шкала дає змогу оцінити такі показники когнітивної продуктивності: орієнтування – максимальне значення за шкалою 10 балів; пам'ять – максимальне значення за шкалою 6 балів; лічильні операції – максимальне значення за шкалою 10 балів. Під час оброблення результатів підраховується загальна кількість балів (максимум 30 балів). Рівень загальної когнітивної продуктивності спортсменів оцінювався за такими



градаціями: результат від 30 до 27 балів, як правило, відповідає умовній нормі; від 26 до 24 балів – наявні порушення когнітивних функцій, що не досягають ступеню деменції; менш ніж 23 балів – наявна деменція.

У дослідженні взяли участь спортсмени, які займаються боксом, у кількості 168 осіб, вони були розділені на три групи. До першої групи увійшли боксери групи первинної підготовки (ГПП) у кількості 70 осіб, що мають мінімальний досвід спортивної діяльності від 1 до 3 років; до другої групи – 58 кандидатів у майстри спорту (КМС), досвід спортивної діяльності яких від 3 до 6 років; до третьої групи – досліджені, що мають максимальний спортивний стаж від 6 до 14 років, у кількості 40 осіб, всі майстри спорту (МС).

Результати дослідження. З метою повної характеристики психічного стану боксерів проводилась стандартизована бесіда, у ході якої з'ясовувалися основні скарги спортсмена, емоційний фон, суб'єктивна оцінка боксером стану свого здоров'я та продуктивності когнітивних процесів. Чверть боксерів відзначали у себе деякі розлади когнітивних функцій, а саме порушення пам'яті та уваги, але не надавали значення цим дефектам. Більшість боксерів скаржилися на різкі зміни настрою або на його знижений фон. Важливо відзначити, що обстежені боксери зі зниженим фоном настрою мали більше скарг, які стосувалися як незадоволеності психічним благополуччям, так і незадоволеності міжособистісними взаємодіями, самореалізацією та загальним сприйняттям якості життя.

Психодіагностичне дослідження боксерів зі зниженим фоном настрою вимагало додаткових зусиль як з боку психолога, так і з боку самих спортсменів. Такі спортсмени часто приступали до виконання завдання тільки після додаткової мотивації, у дослідженні поводилися пасивно, не прагнули досягти кращого результату. Нерідко вони відмовлялися виконувати завдання, не зробивши жодної спроби, відзначали свою нездатність упоратися із завданням. Інакше поводилися спортсмени з піднесеним настроем. Вони з легкістю приступали до роботи над завданнями, помилкам і невдалим спробам не надавали великого значення, з гумором говорили про свої проблеми.

Таким чином, обстежені боксери не виказували скарг на проблемах зі здоров'ям в цілому, більшість із них заперечували наявність у них ЧМТ. Слід зазначити, що більшість обстежених боксерів також спростовувала наявність у них навіть мінімальних когнітивних розладів, при цьому спортсмени говорили, що інші часто неправильно їх сприймають, тощо. Розлади емоційного

стану відзначали у себе 33% обстежених спортсменів, але вони не завжди надавали цьому належного значення.

У 49% обстежених боксерів мала місце адекватна мотивація до дослідження, вони вважали його важливим і розцінювали як інтелектуальний іспит, показували пізнавальний інтерес до завдань. Вони з легкістю приступали до роботи над завданнями, помилкам та невдалим спробам не придавали великого значення, з гумором говорили про свої промахи. У 51% обстежених боксерів мала місце еготропна мотивація до дослідження, інтерес, який такі спортсмени проявляли в дослідженні, був детермінований егоцентричними установками та мотивами самоствердження («діловий інтерес» до методів, прагнення звернути на себе увагу, заслужити похвалу, отримали співчуття). Такі обстежені часто приступали до виконання завдання тільки після додаткової мотивації, у дослідженні поводилися агресивно в разі невдалих спроб, шукали їм виправдання («погано спали», «не їхній день», «утомилися», «тяжкий день» тощо), не прагнули досягти кращого результату. Нерідко вони відмовлялися виконувати завдання після невдалих спроб. Психодіагностичне дослідження боксерів з еготропною мотивацією вимагало додаткових зусиль як з боку психолога, так і з боку самих спортсменів.

Наступним етапом дослідження стало вивчення загальної інтелектуальної продуктивності й основних розумових операцій у боксерів. Для вивчення рівня інтелектуальної продуктивності обстежених спортсменів із кількісною оцінкою виразності продуктивності когнітивних процесів використовувався найбільш застосовуваний психодіагностичний тест – мінімальна шкала оцінки психічного статусу (MMSE). Ця шкала дала змогу оцінити такі показники когнітивної продуктивності: орієнтування, пам'ять, лічильні операції, праксис і гнозис.

Дані, отримані за допомогою методики MMSE, представлено в табл. 1.

Таблиця 1
Результати дослідження інтелектуальної продуктивності боксерів за допомогою тесту MMSE

Рівень інтелектуальної продуктивності (в балах)	Боксери n=168	
	Абс. вел.	%
від 30 до 28	50	29,76
від 27 до 26	63	37,50
від 25 до 24	43	25,60
менш ніж 24	12	7,14



Як видно з табл. 1, інтелектуальне зниження, характерне для деменції, було виявлено у 12 (7,14%) обстежених спортсменів (показники за шкалою MMSE менш ніж 24 балів). Когнітивні порушення помірного ступеню тяжкості, що не досягають ступеню деменції (показник за шкалою MMSE склав 25–24 бали) відзначалися в 43 (25,60%) обстежених боксерів. Когнітивні порушення легкого ступеня вираженості (показник за шкалою MMSE склав 27–26 балів) відзначалися в 63 (37,50%) обстежених. Інші 50 (29,76%) спортсменів набрали за шкалою MMSE 30–28 балів, тобто продуктивність їхніх інтелектуальних функцій була в межах норми.

За результатами нашого дослідження рівень інтелектуальної продуктивності боксерів представлено в діапазоні від нормативних значень інтелекту до когнітивного зниження різного ступеня тяжкості. За результатами методики MMSE продуктивність когнітивних процесів боксерів представлена нормативними показниками та розладами вербальної пам'яті, порушенням мислення та лічильних операцій, розладами уваги та дефектами перцептивно-гностичної сфери.

Докладні результати вивчення інтелектуальної продуктивності боксерів із кількісною оцінкою вираженості продуктивності функцій пам'яті, лічильних операцій, орієнтування, праксису та гнозису за даними тесту MMSE представлено в табл. 2.

Таблиця 2

**Результати дослідження
продуктивності когнітивних процесів
боксерів**

Показники за методикою MMSE	Середні значення (в балах)
Орієнтування (max – 10)	9,72±0,28
Пам'ять (max – 6)	5,04±0,78
Лічильні функції (max – 5)	4,52±0,48
Праксис, гнозис (max – 9)	7,65±0,99
Загальний показник (max – 30)	26,93±0,63

Згідно з даними, представленими в табл. 2, загальний показник продуктивності когнітивних процесів боксерів був 26,93±0,63 бала з 30 можливих. Зниження за показником «орієнтування» (9,72±0,28 бала з 10 максимальних) у боксерів було незначним. Найчастіше в обстежених спортсменів виникали труднощі правильно назвати день тижня та число місяця, ніколи – рік і місяць. Усі спортсмени правильно відповідали на запитання про місце свого перебування (країна, область, місто, установа, поверх).

За показником «пам'ять» у боксерів у середньому було 5,04±0,78 бала з 6 можливих. Майже всім обстеженим вдалося правильно повторити три слова за експериментатором, однак після гетерогенної інтерференції (відлік по 7 від 100) багато спортсменів втратили цю інформацію. Труднощі з відтворенням найчастіше виникали в умовах дії гетерогенної інтерференції.

За результатами нашого дослідження в обстежених боксерів відбуваються порушення лічильних операцій, які проявляються у вигляді помилок рахунку при переході через десяток, інверсії лічильних програм, «просторових» помилок. Середні значення за показником «лічильні функції» у цієї групи спортсменів 4,52±0,48 бала з 5 можливих. Порушення лічильних операцій проявлялися у вигляді труднощів і великого вповільнення темпу під час відлічування з переходом через десяток за умови загальної рівномірності лічби, уповільнення темпу наприкінці відліку, помилок із пропуском десятків. Ці помилки свідчать про підвищену стомлюваність та ослаблення уваги обстежених спортсменів. Емоційні реакції боксерів на невдалі спроби ускладнювали виконання завдання.

Дані за показником «практис і гнозис» у боксерів у середньому 7,65±0,99 бала з 9 можливих. Найчастіше обстежені спортсмени не могли скопіювати малюнок із геометричними фігурами, виконати правильно команду, що складається з трьох етапів.

Висновки. Таким чином, результати досліджень за допомогою тесту MMSE показали, що спектр загальної інтелектуальної продуктивності боксерів перебував у межах від стану норми до важких порушень. Найчастіше рівень продуктивності когнітивних процесів у обстежених боксерів був представлений такими варіантами: нормативні значення продуктивності когнітивних процесів (30–28 балів) та легкі порушення продуктивності когнітивних процесів (27–26 балів), також спостерігалися помірні порушення продуктивності когнітивних процесів (25–24 бали) та виражені розлади продуктивності когнітивних процесів (менш ніж 24 балів). Зниження рівня загальної інтелектуальної продуктивності в обстежених боксерів відбувалося в основному через мнемічні розлади, порушення лічильних функцій і перцептивно-гностичні операції, меншою мірою через дефекти орієнтування. Емоційна лабільність обстежених спортсменів була фактором, який погіршував виконання завдань і впливав на їхній результат.

Перспективи дослідження полягають у вивчені психотерапевтичних чинників забезпечення інтелектуальної продуктивності в боксерів на різних етапах спортивної підготовки.



ЛІТЕРАТУРА:

1. Выготский Л.С. Развитие высших психических функций. Собрание сочинений в 6 томах / Л.С. Выготский. – М., 1984. – Т. 1. – 508 с.
2. Гаврилова Е.А. Внезапная смерть в спорте / Е.А. Гаврилова // Международная научно-практическая конференция государств участников СНГ по проблемам ФК и спорта: доклады пленарных заседаний. – Минск, 2010. – С. 91–96.
3. Гант О.Є. Діагностика перцептивно-гностичної сфери спортсменів, на начальних етапах підготовки, як умова збереження їх психологічного здоров'я / О.Є. Гант // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. – 2014. – Вип. 2. – С. 18–31.
4. Гант Е.Е. Характеристика функцій внимання спортсменов как показатель психической работоспособности / Е.Е. Гант, О.Н. Долиновская // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2011. – Вип. 4. – С. 272.
5. Гант О.Є. Характеристика функцій зорової пам'яті боксерів з різними спортивним стажем / О.Є. Гант, Я.К.Малік // Науковий вісник херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки, 2015. – Вип. 4. – С. 17–21.
6. Гант О.Є. Нейропсихологічні передумови зміни здоров'я спортсменів / О.Є. Гант // Проблеми екстремальної та кризової психології. – Харків, 2014. – Вип. 15. – С. 40–49.
7. Гант Е.Е. Исследование нейропсихологического статуса боксеров / Е.Е. Гант, Я.К. Малик // Материалы XIV Межнародной научово-практической конференции «Физична культура, спорт та здоров'я». – Харків, 2014. – С. 226–228.
8. Гант Е.Е. Когнитивные ресурсы спортсменов в условиях соревновательной деятельности/ Е.Е. Гант // Материалы II Всеукраїнської науково-практическої конференції «Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців». – ХНУ, 2014. – С. 135–137.
9. Гант Е.Е. Когнитивная продуктивность скалолазов, как представителей экстремального вида спорта / Е.Е. Гант// Материалы міжнародной научово-практической конференции «Здоровий спосіб життя-здорова людина-здорове суспільство». – Кіровоград, 2012. – С. 226–228.
10. Дехтярев Ю.В. Когнитивные нарушения у боксеров высокой квалификации / Ю.В. Дехтярев, Ю.П. Давиденко, А.В. Муравский // Материалы III Всероссийского конгресса «Медicina для спорта – 2013». – 2013. – Вип. 1 (10). – С. 91–94.
11. Малик Я.К. Характеристика продуктивності мнестичних функцій боксерів початкового періоду підготовки / Я.К. Малик // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. – 2015. – Вип. 2. – С. 47–51.
12. Малик Я.К. Загальна характеристика рівня інтелектуальної продуктивності боксерів / Я.К. Малик // Материалы XIV Міжнародної научово-практическої конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я». – Харків, 2015. – С. 305–306.
13. Перелигіна Л.А. Роль психопрофілактики в підготовці ризиконебезпечних професій до дій в екстремальних умовах / Л.А. Перелигіна, К.О. Вандер // Збірник наукових праць «Проблеми екстремальної та кризової психології». – Харків, 2009. – Вип. 6. – С. 94–101.
14. Передельский А.А. Спорт и иллюзия спорта: методические материалы для магистрантов и аспирантов физкультурно-спортивных вузов / А.А. Передельский и др. – М. : Физическая культура, 2011. – 64 с.
15. Федосеев В.А. Клинические особенности психических расстройств при экстремальных ситуациях/ В.А. Федосеев, Т.В. Селюкова // Збірник наукових праць «Проблеми екстремальної та кризової психології». – 2013. – Вип. 14. – Част. II. – С. 272–380.
16. Folstein M.F. Mini-Mental State: a practical guide for grading the mental state of patients for the clinician / M.F. Folstein, S.E. Folstein, P.R. McHugh // JPsychRes. – 1975. – V. 12. – P. – 189–198.