



## ХАРАКТЕРИСТИКА СТАНУ ПСИХОЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ПАРАЛІМПІЙЦІВ І ДЕФЛІМПІЙЦІВ ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТЕСТУВАННЯ

*Луковська Ольга, Кришень Валерій,  
Головачов Микола, Петречук Людмила*

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

### Аннотація

На основани анализа результатов психологического тестирования дана характеристика психоэмоционального состояния 22 спортсменов-инвалидов (14 – паралимпийцев и 8 – дефлимпийцев). Выявлены: высокая степень невротизации, агрессивности, тревожности, а также наличие скрытого стресса, скрытой депрессии или склонности к ней, что свидетельствует о недостаточности адаптивных возможностей организма этой категории атлетов.

**Ключевые слова:** психоэмоциональная сфера, психологическое тестирование, спортсмены-инвалиды, паралимпийцы, дефлимпийцы.

### Annotations

The description of the psychoemotional state of 22 athletes with disabilities (14 – Paralympic athletes and 8 – Deaflympics) was given, based on the analysis of the results of the psychological testing. A high degree of neuroticism, aggressiveness, anxiety, as well as the presence of hidden stress, the latent depression or a tendency to it, were revealed which indicates a lack of the adaptive capabilities of the organism of this category of athletes.

**Key words:** psychoemotional sphere, psychological testing, athletes with disabilities, Paralympic athletes, Deaflympics.

### Постановка проблеми.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У діагностиці психоемоційного стану спортсменів-інвалідів важлива роль належить інформації, що отримується за допомогою різноманітних психологічних тестів, які дозволяють оцінювати функціональний стан психічної сфери в цілому, її готовність до тренувальних і змагальних навантажень.

У людей, які страждають патологією опорно-рухового апарату внаслідок перенесеного дитячого церебрального паралічу (ДЦП), та в осіб з порушенням слуху достатньо часто спостерігається підвищення рівня агресії, тривожності, неадекватна самооцінка, втрата впевненості в собі та емоційна лабільність [1,10].

Під дією двох основних чинників, притаманних спортивній діяльності (фізичного навантаження і стресу) психічні прояви особистості динамічно змінюються. Ці зміни мають різноманітні прояви і залежать від типу особистості, особливостей її характеру і адаптивних здібностей [9,10].



Врахування особистісних відмінностей психоемоційного стану будь-яких спортсменів сприяє ефективному проведенню тренувального процесу, індивідуалізації підходів до його побудови, отриманню кращих спортивних результатів. Проте особливе значення дослідження психоемоційної сфери набуває в інваспорті, бо наявність наслідків тяжкого захворювання, травми чи вади розвитку робить психіку більш вразливою.

Вищевикладене обґрунтовує актуальність досліджень, присвячених вивченню психоемоційної сфери спортсменів-інвалідів, а отримані результати у подальшому дозволять розробити адекватні методи корекції психічного стану, шляхи індивідуалізації тренувального процесу та будуть сприяти збереженню здоров'я спортсменів з особливими потребами.

Таким чином, проведений аналіз наукової літератури показує, що незважаючи на значну кількість публікацій, присвячених дослідженню психоемоційної сфери спортсменів-інвалідів [2,5,10], зазначена проблема залишається актуальною і потребує детального вивчення.

**Мета дослідження:** визначення особливостей психоемоційного стану паралімпійців і дефлімпійців для подальшої розробки адекватних методів його корекції та індивідуалізації підходів до побудови тренувального процесу.

**Методи і організація дослідження.** Для оцінки психоемоційного стану особистості застосували психологічні тести, які мають органічний зв'язок між собою [3,4,6,7,8,11]: особистісний опитувальник ЕРІ (методика Г. Айзенка), тест Спілберга-Ханіна, опитувальник САН, тести Л.Б. Почебута та М. Люшера.

За допомогою тесту Айзенка можна визначити ступінь відвертості обстежуваного щодо навколишнього світу, його комунікабельність, ступінь невротиза-

ції, а також ступінь ширості або неширості при тестуванні. Опитувальник для психологічного тестування Спілберга-Ханіна дозволяє визначити ступінь тривожності особи. Для самооцінки особистості також було застосовано опитувальник САН (самопочуття, активність, настрій).

При обстеженні спортсменів-інвалідів помітну роль грає визначення ступеня агресивності. Агресія може виражатися в прямій дії руйнування і насильства та в словесній формі. Використані тести шкали агресивності за Л.Б. Почебутом дозволяють з високою мірою наукової достовірності визначити рівні вербальної, фізичної, наочної, емоційної і самоагресії, а також ступінь загальної (сумарної) агресивності.

Для оцінки прихованих проявів особистості використовували проєктивний тест Люшера, що базується на експериментально встановленій залежності між перевагою, яку людина віддає певним кольорам (відтінкам) і його поточним психологічним станом свідомості та підсвідомості. З найбільш досліджених у арсеналі психологів проєктивних тестів тільки тест швейцарського психолога М. Люшера за короткий термін (10 хвилин) може дати глибоку оцінку психологічного стану людини. Застосування тесту не обмежується ні інтелектуальними, ні мовними, ні віковими рамками та майже не обмежується станом, в якому знаходиться випробовуваний. Тест добре працює навіть з дальтоніками і тими, хто, як ним здається, вибирає навмисно не те, що їм подобається. У всьому світі тест Люшера успішно застосовується для контролю динаміки вольової і емоційної сфери спортсменів.

Дослідження проводилося в групі з 22 спортсменів-інвалідів (чоловіків – 18, жінок – 4). Вік обстежених був від 19 до 35 років. Серед обстежених спортсменів 8 осіб страждали порушеннями

слуху та 14 мали порушення опорно-рухового апарату як наслідки перенесеного ДЦП. Паралімпійці займалися футболом, дефлімпійці – легкою атлетикою. Дослідження проводилося в передзмагальний період і під час навчально-тренувального збору.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Психоемоційний стан було визначено у 22 спортсменів-інвалідів. При вивченні їх психоемоційної сфери за опитувальником Айзенка встановлено, що екстравертивний тип особистості спостерігається в 90,90% обстежених, тобто, їх свідомість була орієнтована на навколишній світ.

Інтравертивний тип особистості в обстежених не виявлено. Амбівалентний або середній тип зустрічався в 9,10% осіб, тобто їх свідомість може бути орієнтована як на особистісні переживання, так і на зовнішній світ.

Нейротизм – цей показник характеризує ступінь невротизації особи, його високий рівень виявлено в 50,00% обстежених, середній – у 36,50%, а низький (норма) – у 13,50%.

Результати опитування за шкалою брехні теста Айзенка свідчили про те, що 63,64% респондентів проявляли нещирість у відповідях і лише 36,36% дали вичерпні відповіді (табл.1).

При вивченні функціонального стану психічної сфери спортсменів-інвалідів за тестами тривожності, самопочуття, активності, настрою і агресивності встановлено, що в 45,50% досліджуваних інвалідів відзначався високий ступінь ситуативної тривожності, в 40,90% – середній ступінь, в той час як низький – тільки в 13,60%. Ці показники свідчать про наявні порушення стану психоемоційної сфери більшості обстежених осіб з обмеженими можливостями.

Тест САН показав, що незначна частина (9,90 %) досліджених дають завищену оцінку свого самопочуття, 63,33 % – оцінюють



## Функціональний стан психічної сфери спортсменів-інвалідів

№ п/п	Тест Айзенка								
	Тип особи	абс	%	Нейро-тизм	абс	%	Шкала брехні	абс	%
1	Екстравертивний тип	20	90,90	Високий рівень	11	50,00	Щирість	14	63,64
2	Інтровертивний тип	0	0	Середній рівень	8	36,50	Нещирість	8	36,36
3	Амбівалентний тип	2	9,10	Низький рівень	3	13,50	-	-	-
4	Всього	22	100,0		22	100,0		22	100,0

своє самопочуття як сприятливе чи нормальне та 27,27 % сприймають його як несприятливе.

Підвищена життєва активність мала місце в 9,90% обстежених, нормальний рівень активності був присутній в 63,30% спортсменів-інвалідів і знижена активність – у 27,30%, що вказує на суб'єктивне відчуття перевтоми.

Підвищений настрій і настрій у межах норми спостерігався у значній більшості спортсменів-інвалідів (86,38%), що свідчить про мотивованість спортсменів до занять спортивною діяльністю. Знижений настрій мав місце у 13,62% атлетів.

Тест агресивності відображує не тільки її ступінь, але і адаптивні можливості організму. Стан агресивності було досліджено за 5 її видами: вербальна (словесна), фізична, предметна, емоційна та самоагресія. За підсумками цих видів досліджено значення сумарної агресії, яка є показником адаптивних спроможностей.

Оцінка показників агресії і психологічної адаптації показала, що висока ступінь агресії та низька адаптація спостерігалися у 50,0% спортсменів-інвалідів, середній ступінь агресії і адаптації – в 36,36% та лише 13,64% спортсменів мали низький ступінь агресії і високі адаптивні

можливості. З цього випливає, що великий відсоток спортсменів-інвалідів потребує додаткових заходів щодо поліпшення їх адаптивних можливостей (табл. 2).

Показники результатів з основних кольорових диспозицій за тестом Люшера свідчать про наявність прихованого стресу у 100,0% обстежених, 54,54% з них вказують на несприятливу життєву ситуацію та всі спортсмени знаходяться в стані прихованої депресії або схильні до неї (табл. 3). Отже дослідження за тестом Люшера свідчили про негативний психоемоційний стан спортсме-

Таблиця 2

## Показники загальної агресії ( за тестом Л.Б. Почобута) (n=22)

№ п/п	Тест тривожності			Тест САН			Тест агресивності		
	Ситуативна тривожність	абс.	%	Показник	абс.	%	Агресивність	абс.	%
1	Високий ступінь	10	45,50	Самопочуття підвищене	2	9,09	Високий ступінь	11	50,00
				Самопочуття нормальне	14	63,64			
				Самопочуття знижене	6	27,27			
				Всього:	22	100,0			
2	Середній ступінь	9	40,90	Активність підвищена	2	9,09	Середній ступінь	8	36,36
				Активність нормальна	14	63,64			
				Активність знижена	6	27,27			
				Всього:	22	100,0			
3	Низький ступінь	3	13,60	Настрій підвищений	5	22,75	Низький ступінь	3	13,64
				Настрій нормальний	14	63,63			
				Настрій знижений	4	13,63			
	Всього	22	100,0	Всього	22	100,0	Всього	22	100,0



**Показники результатів з основних кольорових  
диспозицій тесту Люшера (n=22)**

Показники							
Наявність прихованого стресу		Наявність несприятливої ситуації		Прагнення до зміни ситуації		Схильність до депресії чи наявність прихованої депресії	
абс. числ.	%	абс. числ.	%	абс. числ.	%	абс. числ.	%
22	100	12	54,54	11	50,00	22	100,0

нів-інвалідів, що потребує психологічної корекції.

**Висновки.**

1. За допомогою психологічних тестів було досліджено стан психоемоційної сфери у 22 спортсменів-інвалідів. Виявлено, що обстежений контингент осіб характеризується високим рівнем нейротизму (50,0% обстежених) і високою агресивністю та низькими адаптивними спроможностями (50,0%).

2. За даними тесту Люшера, високі показники прихованого стресу спостерігалися у 100,0% спортсменів-інвалідів, при цьому більш ніж половина обстежених вказувала на наявність несприятливої життєвої ситуації та всі атлети мали прояви прихованої депресії чи схильність до неї.

3. Негативні показники психоемоційного стану спортсменів-інвалідів спонукають до подальшого дослідження функціонального стану ЦНС та розробки і впровадження заходів психокорекції.

**Перспективи подальших досліджень:** розробка методів

корекції психоемоційного стану паралімпійців і дефлімпійців в залежності від виду патології

**Література.**

1. Воронова В.І. Психологія спорту [Навчальний посібник] / Воронова В.І. – Олімпійська література, 2007. – 298 с.
2. Головачов М. Зв'язок особливостей психоемоційного стану спортсменів-інвалідів зі статевим диморфізмом / Головачов Микола, Луковська Ольга, Афанасьєв Дмитро // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2016. – № 2. – С. 176-182.
3. Ишков А.Д. Учебная деятельность студента: психологические факторы успешности / А.Д. Ишков. – М.: Издательство АСВ, 2004. – С. 164-167.
4. Личностный опросник ЕРІ (методика Г. Айзенка) / Альманах психологических тестов. – М., 1995. – С. 217-224.

5. Луковська О. Гендерні особливості психоемоційного статусу спортсменів-інвалідів параолімпійських і дефлімпійських збірних команд України з ігрових видів спорту. / Луковська О., Кришень В., Головачов М., Малойван Я., Овчаренко С. // Спортивний вісник Придніпров'я. – № 2. – 2017. – С. 207-212.
6. Платонов Ю.П. Основы этнической психологии [Учеб. пособие] / Платонов Ю.П. – СПб.: Речь, 2003. – С. 383-385.
7. Практикум по спортивной психологии / под ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер.-2002. – 288 с.
8. Собчик Л.Н. Метод цветых выборов – модификация восьмицветового теста Люшера : практическое руководство/ Л.Н. Собчик – СПб.: Речь. – 2007. – 128 с.
9. Хьел Л. Теория личности: Основные положения, исследование, применение. Сер. «Мастера психологии» / Л. Хьел, Д. Зиглер – СПб.: «Питер Кош». – 2002. – 672 с.
10. Шуба В. Тревожность у паралимпийцев с поражением опорно-двигательного аппарата / Шуба В. // Спортивный вісник Придніпров'я. – № 1. – 2012. – С. 207-211.
11. Lüscher M. The Lüscher Color Test / M. Lüscher: transl. and ed. by Ian A. Scott. – N. Y. : Pocket Books, 1971. – 187 p. – Ориг. изд. Random House, 1969. – ISBN 0671-78073-5.

