



Міністерство освіти і науки України  
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України  
Сумська обласна державна адміністрація  
Управління молоді та спорту  
Сумської обласної державної адміністрації  
Національний університет фізичного виховання і спорту України  
Тартуський університет (Естонія)  
Сумський державний університет

## **ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ  
VII МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ  
КОНФЕРЕНЦІЇ  
(Україна, Суми, 16–17 квітня 2020 року)

Суми  
Сумський державний університет  
2020

## МЕХАНІЗМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ТА СТРАТЕГІЇ ПОВЕДІНКИ У СПОРТСМЕНІВ КОМАНДНИХ ВИДІВ СПОРТУ В КОНФЛІКТІ

Долгова Н. О., к.пед.н. доц.; Бережна Д. В. студ.

*Сумський державний університет*

*natali.dolgova70@ukr.net*

**Вступ.** Ситуації конфлікту у спортивному середовищі нерідкість, адже дух суперництва, жага до перемоги та прагнення бути першим притаманні майже усім спортсменам. Психологічна підготовка спортсменів командних видів спорту сприяє розв'язанню організуючих, мобілізуючих і виконавчих завдань у процесі спортивної підготовки та є невід'ємним фактором підготовки команди до змагань [2, с. 145–147].

Конфлікти можуть виникати серед членів однієї команди через те, що кожному несвідомо приписуються певні характеристики, виникають певні очікування та сподівання, які покладаються на плечі кожного самими учасниками, капітаном команди, тренерами, вболівальниками тощо. Психологічний захист – властиві кожній людині стійкі способи сприйняття і переживання світу, у процесі яких окремі аспекти дійсності вона змінює, викривляє так, щоб дійсність здавалася зручнішою, сприятливішою, не загрозливою. Захисні механізми – це прийоми опрацювання інформації, за допомогою яких особистість захищається від внутрішнього та зовнішнього напруження [1, с. 115].

**Мета дослідження.** Визначення взаємозв'язку механізмів психологічного захисту та стратегій поведінки спортсменів командних видів спорту в ситуації конфлікту.

**Виклад матеріалу дослідження.** Захисні механізми психіки є прийомами сприйняття, обробки або блокування інформації про несприятливі зовнішні умови, з метою збереження сталості психічної діяльності. Сприймання ситуацій конфлікту потребує від особистості певного захисту з метою відновлення психічної стабільності. Людина несвідомо вдається до механізмів

психологічного захисту, що є проявом несвідомого, а тому не контрольованого ставлення до негативного для індивіда оточення. Кожен механізм психологічного захисту змінює ставлення до ситуації специфічним чином, зокрема, це стосується сприйняття конфлікту та здатності до адекватного вибору стратегії поведінки у конфлікті.

У досліджених результатах, які були отримані за даними підгруп, варто відмітити, що між юнаками та дівчатами немає розходження з результатами, які представлені у загальній вибірці. Тобто, у підгрупах домінуючою стратегією є також компроміс (юнаки – 7,239 ум. од.; дівчата – 6,917 ум. од.), а найменшу перевагу було віддано конкуренції (юнаки – 4,978 ум. од.; дівчата – 5,208 ум. од.). У цьому можна впевнитись порівнявши результати на діаграмі (рис. №1).

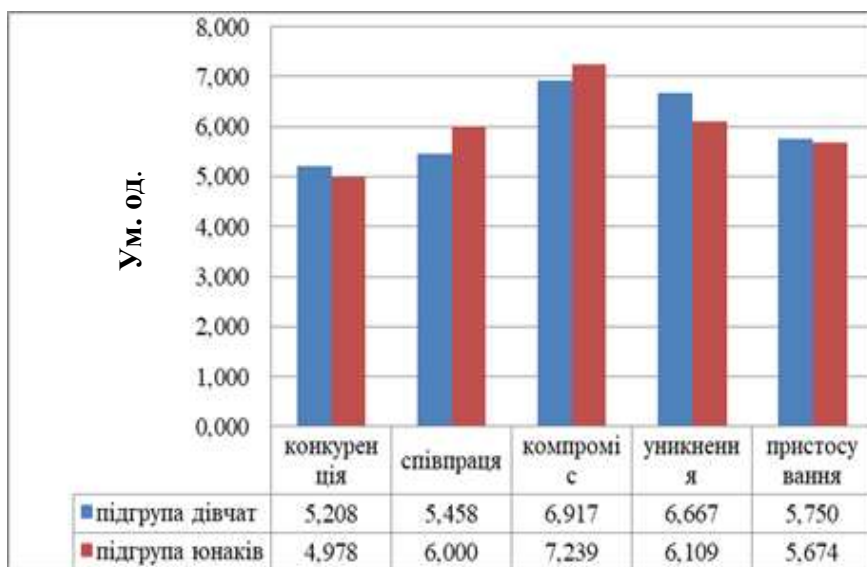


Рисунок №1 – Показники щодо домінування стратегій поведінки у конфлікті у підгрупах (за гендерною ознакою)

У ході дослідження був проведений кореляційний аналіз отриманих даних для виявлення взаємозв'язку між механізмами психологічного захисту та стратегіями поведінки у ситуації конфлікту. Рівень значимості взаємозв'язку

параметрів (р) визначався за допомогою таблиці критичних значень кореляції відповідно до кількості респондентів загальної вибірки та кожної підгрупи окремо.

У загальній вибірці (табл. №1) виявлено взаємозв'язок між захисним механізмом «проекція» та стратегією пристосування ( $r = 0,245$ ;  $p \geq 0,05$ ). Це може свідчити про те, що можливо, для того, щоб пристосуватися до умов, що виникли під час конфлікту, спортсмени переносять певні власні характеристики на опонентів. Також спостерігається сильний взаємозв'язок між пристосуванням та реактивним утворенням ( $r = 0,332$ ;  $p \geq 0,01$ ).

Таблиця №1 – Показники кореляції між механізмами психологічного захисту та стратегіями поведінки у конфлікті у загальній вибірці (n = 70)

Показники	Витіснення	Регресія	Заміщення	Заперечення
Конкуренція	-0,098	0,001	0,196	-0,030
Співпраця	0,076	0,065	-0,233	0,048
Компромiс	0,051	0,087	0,057	<b>-0,254</b>
Уникнення	0,217	-0,169	-0,228	-0,017
Пристосування	-0,143	0,035	0,064	0,187
Показники	Проекція	Компенсація	реактивне утворення	Раціоналізація
Конкуренція	-0,169	0,142	-0,067	0,028
Співпраця	-0,153	-0,095	-0,134	0,020
Компромiс	-0,051	-0,166	-0,144	-0,160
Уникнення	0,122	-0,153	-0,076	0,008
Пристосування	<b>0,245</b>	0,125	<b>0,332</b>	0,053

Тобто, пристосовуючись до ситуації конфлікту, спортсмени схильні вдаватися до перетворення негативних поривів у більш соціально схвальні, або навпаки (наприклад, коли індивід злий, замість того, щоб побити особу, яка є причиною гніву, він йде і б'є боксерську грушу).

Між параметрами заперечення та компроміс спостерігається зворотня кореляція ( $r = - 0,254$ ;  $p \geq 0,05$ ). Це говорить про те, що особа, яка застосовує заперечення як захисний механізм, у більшості випадків, не буде схильна вдаватися до компромісів, адже просто буде заперечувати ситуацію конфлікту.

**Висновки.** 1. Аналіз отриманих даних засвідчив, що для спортсменів найбільш характерне застосування таких захисних механізмів як проєкція (0,631 ум. од.) та раціоналізація (6,07 ум. од.). Найменшу перевагу вони надають заміщенню (0,327 ум. од.) та реактивному утворенню (3,31 ум. од.). Існують гендерні відмінності.

2. Щодо стратегій поведінки у конфлікті, спортсменам характерна стратегія «компроміс» (7,129 ум. од.), а найменшу перевагу вони віддають стратегії «конкуренція» (5,057 ум. од.). Розходжень за гендерною ознакою за цими параметрами не спостерігається.

3. Шляхом проведення кореляційного аналізу виявлені взаємозв'язки та зворотні кореляції між стратегіями поведінки у конфлікті та механізмами психологічного захисту.

## Література

1. Кондратюк С. М. Сердечна Л. А. Теоретичне обґрунтування механізмів психологічного захисту особистості. Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна». 2015. № 11. С. 115–118.
2. Пономаренко А. І., Долгова Н. О. Психологічна підготовка футболістів ФЦ «БАРСА» 14–15 років як необхідна умова покращення результативності у всеукраїнських змаганнях. Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту: тези доп. V Міжнар. наук.-метод. конф. Суми : СумДУ, 2018. С. 145–147.