

Профессиональные риски и психологическое состояние спортсменов - парашютистов высокого класса в дисциплине купольная акробатика

Научный руководитель – Попова Марина Алексеевна

Чистова Виктория Васильевна

Аспирант

Сургутский государственный педагогический университет, Сургут, Россия

E-mail: victoria13117@mail.ru

Парашютный спорт является высоко стрессовым видом деятельности, поэтому требует высокого уровня психологической подготовки. Воздействие факторов экстремальной профессиональной деятельности влияют на спортивные результат и здоровье спортсменов, перенапряжение, вынужденная смена ритмов бодрствования и сна, внезапность происходящих событий при дефиците времени.

Цель исследования: оценить психологическое состояние спортсменов-парашютистов высокого класса.

Методы. Оценку психологических реакций проводили с использованием следующих методик: «Самооценка тревожности, фрустрированности, агрессивности и ригидности» (ТФАР), «Диагностика профессионального «выгорания» МВІ (К. Маслач и С. Джексон). Обследовано 15 спортсменов-парашютистов (чемпионы России и Мира по купольной акробатике) в возрасте от 30 до 50 лет. Обследование проводилось сразу после нагрузки.

Результаты. Анализ по методике ТФАР выявил, что низкие значения были по показателям тревожность и фрустрированность. Агрессия была высокой у 7% парашютистов, у 53% средняя и 40% показатель оставался низким. Среднее значение было выявлено у 80% и 20% было низкое по показателю ригидность. Методика профессионального «выгорания» МВІ включала в себя градацию: эмоциональное истощение, деперсонализация и редукцию личных достижений. Эмоциональное истощение было высокое у 7% спортсменов-парашютистов, у 60% среднее и низкое оставалось у 33%. Показатель деперсонализации было высокое у 14%, среднее у 33% и низкое было у 53% спортсменов-парашютистов. Редукция была средняя у 20% и у 80% низкая.

Выводы. Было выявлено, что у спортсменов значительно присутствует агрессия и большее проявление ригидности, а ведь купольная акробатика это командный вид спорта и нужно уметь работать в любых ситуациях. У 67% было выявлено эмоциональное истощение, а так же почти у половины спортсменов наблюдалось деперсонализация, что свидетельствует о деформации отношений с другими людьми. Своевременная оценка психологического состояния позволит проводить коррекцию негативных психологических изменений, что позволит наладить отношение в команде для улучшения спортивных результатов.

Источники и литература

- 1) Здоровый образ жизни и охрана здоровья : материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием 3 апреля 2020 года / Бюджет. учреждение высш. образования ХМАО-Югры Сургут.гос.пед.ун-т»; ред.сост. А.Э. Щербакова / под общ.ред. М.А. Поповой. - Сургут: РИО БУ СурГПУ, 2020.-99, [1] с. УДК 613.4(08) ББК К51.204.0я431 3-46. Мыльченко И.В. Функциональное состояние спортсменов парашютистов высокой квалификации после чемпионата мира.