

УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ

АЛЬОХІНА Наталія Вікторівна

УДК 159.93 371.381

**ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СТРИБКІВ З ПАРАШУТОМ
НА ПСИХІЧНИЙ СТАН ТА ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ
ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ**

Спеціальність 19.00.09
«Психологія діяльності в особливих умовах»

Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Харків - 2008

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Слов'янському державному педагогічному університеті,
Міністерство освіти і науки України

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент
МАМІЧЕВА Олена Володимирівна,
Слов'янський державний педагогічний університет,
доцент кафедри корекційної педагогіки
та спеціальної психології

Офіційні опоненти:

доктор психологічних наук, професор **ПОТАПЧУК Євген Михайлович,**
Національна академія Державної прикордонної служби України
ім. Б.Хмельницького, кафедра кримінального права, начальник кафедри;

кандидат психологічних наук, доцент **АЛЕКСАНДРОВ Юрій Васильович,**
Харківська державна академія фізичної культури, кафедра педагогіки і психології,
доцент кафедри.

Захист відбудеться 23 квітня 2008 р. о 12-00 на засіданні спеціалізованої
вченої ради К 64.707.02 Університету цивільного захисту України за адресою:
вул. Чернишевська, 94, м. Харків, 61023, зал засідань.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Університету цивільного
захисту України за адресою: вул. Чернишевська, 94, м. Харків, 61023.

Автореферат розіслано 21 березня 2008 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради,
кандидат психологічних наук, доцент

В. Є. Христенко

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження. На сьогодні у десятків тисяч людей професійна діяльність проходить у складних, екстремальних умовах. При цьому виникають надмірні нервово-психічні або фізичні напруги, які супроводжуються ризиком одержання травм, поранень і навіть загрозою життя. Такі умови дослідники визначають як екстремальні або надекстремальні (О.М.Столяренко, 2002), особливі (П.А. Корчемний, А.П. Єлисеєв, 2000) і ризиконебезпечні (О.В.Тімченко, 2000). Вплив цих умов діяльності на психіку вивчався у фахівців таких професій, як пожежники-рятувальники (В.П. Садковий, 2005), військові (Н.В.Тарабріна, 1996; А.Г.Караяні, 2006; Р.А. Абдурахманов, 1992, 1998), працівники правоохоронних органів (М.Г. Логачов, 2001) та інші.

У більшості досліджень, присвячених цій тематиці, встановлені факти негативного впливу на психіку фахівців стресогених умов діяльності (В.І.Лебедев, 1999, 2001; І.Г.Малкіна-Пих, 2005). Причому, в багатьох із них виявлені пролонговані негативні зміни в психіці, що проявляються у формі посттравматичних стресових розладів (В.Л. Green, 1992; Н.В.Тарабріна, 1997; М.О.Соловйов, 2000). А наявність передпатологічних і патологічних змін психіки може викликати й соматичні розлади й патології (J.A. Jensen, 1994; Є.М.Черепанова, 1996; Г.О.Осипова, 2005). Безумовно, такі люди вимагають лікування, при цьому виникають фінансові, юридичні, медичні й соціальні проблеми. Тому, очевидно, що одним із завдань психологічної науки є виявлення умов порушення психіки, що відбувається в особливих умовах діяльності й, відповідно, пошук шляхів і методів профілактики й психокорекції вже наявних негативних змін.

Не має сумнівів існування екстремальності в практиці парашутизму, хоча є спеціальні дослідження, в яких показано, що стрибки з парашутом відносяться до діяльності в особливих умовах (А. С. Гуськов, 1984). Разом з тим аналіз літератури свідчить про те, що проблема психологічного забезпечення парашутистів, особливостей їхньої психологічної підготовки й реакції психіки на стрибки з парашутом, далека від остаточного вирішення (І.І.Лисов, 1990).

Роботи за цією тематикою присвячені здебільшого питанням фізичної й технічної підготовки парашутистів (А.В.Барабанщиков, 1982; А.С.Гуськов, 1982; Г.Г.Серебряніков, 1990), або являють собою посібники і довідники з випробування парашутів (Г.Н. Дмитрієв, 1971; В.А.Смірнов, 1989). Проблеми психології парашутного спорту в літературі частково висвітлені в роботах А.С.Гуськова, 1976; Л.П.Гримака, 1986; В.Г.Кузнецова, 1986; Г.Є.Леевіка, 1981, 1986.

Що стосується досліджень з психології стрибків з парашутом у десантників, то тут практично відсутні системні розробки і є лише окремі дані (С. В. Захарик, 1993, 1994; А. В. Чирва, 2003).

У зв'язку з вищезазначеним своєчасним і досить актуальним є вивчення впливу стрибків з парашутом на психічні стани, якості й властивості особистості парашутистів. При цьому залишається невирішеним низка питань, таких, як вплив специфіки даного виду спорту на нервово-психічну стійкість спортсменів; роль мотивації стрибків із парашутом у їхньому здійсненні; можливість одержаних у процесі стрибків із парашутом психічних напруг «витиснути» уже наявні до цього негативні нервово-психічні зміни; існування розходжень у сприйнятті й психологічних зрушень, що викликаються стрибками, у новачків і досвідчених парашутистів, у спортсменів і військових.

Змусити себе стрибнути з літака в безодню, ввідчути вільне падіння й паріння під куполом парашута, безумовно, сплачується «дорогою ціною» - негативними порушеннями в психіці. І тому досить актуальним є пошук шляхів і методів зменшення, послаблення цих порушень, підвищення стресостійкості, корекції психічних перенапруг і, як підсумок, навчання парашутистів психічної саморегуляції (Є.М.Черепанова, 1995).

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконано в рамках теми: „Професійний відбір у Збройні сили України призовників та кандидатів на військову службу за контрактом” (№ держреєстрації 0101V000226) та теми 2.4.12.1 „Психолого-педагогічне обґрунтування підвищення ефективності спортивної діяльності та відновлюваних процесів після фізичних навантажень” (№ державної реєстрації 0106V011985).

Тема дисертаційного дослідження затверджена Вченою радою Слов'янського державного педагогічного університету (протокол № 7 від 1 березня 2007 р.).

Об'єкт дослідження – психологічне забезпечення стрибків з парашутом.

Предмет дослідження – зміни, що виникають у психічних станах та індивідуально-психологічних якостях парашутистів.

Мета дослідження – з'ясувати вплив стрибків з парашутом на психічний стан і якості особистості парашутистів і обґрунтувати способи їхньої корекції.

Для досягнення поставленої мети необхідно було вирішити такі **завдання**:

1) Аналіз сучасного розв'язання проблеми психологічної оптимізації діяльності, що протікає в особливих умовах і, зокрема, в осіб, що стрибають з парашутом.

2) З'ясувати зміст, структуру та значення психологічної готовності парашутистів до здійснення стрибка.

3) Визначити особливості впливу стрибків з парашутом на психічний стан і якості особистості спортсменів-парашутистів та військовослужбовців аеромобільних військ.

4) Обґрунтувати способи корекції й оптимізації прояву негативних змін, що виникають у психіці спортсменів-парашутистів і військовослужбовців аеромобільних військ.

Методи дослідження. Для реалізації поставлених завдань застосовувалися такі методи дослідження:

а) *теоретичного характеру*: системний аналіз наукової літератури, порівняння, узагальнення, систематизація та інтерпретація отриманої інформації;

б) *емпіричного характеру*: діагностичні методи (анкетування, інтерв'ювання), обсерваційні методи (спостереження), психодіагностичні (методика багатофакторного дослідження особистості Р. Кеттелла (16 PF); Фрайбургський особистісний опитувальник (FPI); методика оцінки психічної активації, інтересу, емоційного тону, напруги й комфортності за Г. Айзенком; опитувальник Г. Айзенка EPI; методика встановлення соціально-психологічних установок особистості О. Ф. Потьомкіної; методики мотивації до успіху, мотивації до запобігання невдач Т. Елерса й готовності до ризику Шуберта; методика Тейлора в адаптації Т. А. Немчинова; методика діагностики нервово-психічної стійкості, ризику дезадаптації в стресі «Прогноз», розроблену в Санкт-Петербурзькій військовій академії; методика діагностики рівня емпатичних здібностей В. В. Бойка; методика «Домінуючі інстинкти» В. Гарбузова; методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча), психокорекційні методи впливу;

в) *методи математичної статистики*: методи обробки кількісних даних у психології, запропоновані Є. Сидоренко. Математична обробка матеріалу проводилася з використанням ПЕВМ Pentium за стандартними програмами Microsoft Word і Excel (SPSS 8.0).

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що вперше:

- здійснено порівняльний аналіз змін, що виникають у психіці спортсменів-парашутистів і військовослужбовців аеромобільних військ;

- показано, що якість і ступінь прояву змін у психіці досліджених осіб залежить від кількості виконаних стрибків, тобто в міру збільшення досвідченості негативні зміни в психіці парашутистів зменшуються (послабляються);

- встановлено, що мотивація діяльності, здійснюваної в особливих умовах, відіграє визначальну роль у характері вираження особистісних якостей і властивостей і в ступені прояву психологічних станів;

- показана можливість і обґрунтовані технології психологічної корекції негативних змін, що виникають у психіці спортсменів-парашутистів і військовослужбовців аеромобільних військ, і виявлені шляхи оптимізації процесу стрибків з парашутом;

дістало подальший розвиток:

- теоретичні надбання, що існують в психології діяльності в особливих умовах про індивідуально-психологічні особливості особистості парашутистів;

- вчення про стрес, зокрема, про механізми стресостійкості психіки парашутистів, діяльність яких здійснюється в особливих умовах.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що спортсмени-парашутисти і їхні інструктори, а також інструктори з стрибків із парашутом у десантних частинах, можуть використати експериментально обґрунтовану програму цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки, що сприяє підвищенню нервово-психічної стійкості і забезпечує психологічну корекцію негативних змін у психіці осіб, що стрибають із парашутом.

Отримані фактичні дані про інтенсивність прояву психічних станів при стрибках із парашутом можуть бути використані в наукових дослідженнях із психології екстремальних видів діяльності. Результати емпіричної частини дослідження можна застосувати в навчальному процесі університетів спортивного й військового профілю.

Основні положення і результати дослідження впроваджені у таких вищих навчальних закладах: Харківському національному університеті внутрішніх справ (прот.№8 від 14.03.08), Університеті цивільного захисту України (прот.№7 від 18.01.08) та в Харківській державній академії фізичної культури (прот.№3 від 15.10.07).

Апробація результатів дослідження. Результати, отримані в дослідженні, доповідались і розглядались на засіданнях кафедр загальної і прикладної психології Університету цивільного захисту України та кафедри педагогіки і психології Харківської державної академії фізичної культури (2004-2007).

Емпіричні дані, отримані автором, доповідались на міжнародній науково-практичній конференції „Наука: теорії и практика” (Белгород, 2005), міжвузівській науково-практичній конференції „Психологія діяльності в особливих умовах” (Харків, 2006), 1-й міжнародній науково-практичній конференції „Становление современной науки” (Дніпропетровськ, 2006).

Публікації. Основні положення дисертаційної роботи викладено у шістьох публікаціях, з них три – у фахових наукових виданнях, рекомендованих ВАК України.

Структура дисертації. Дисертаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаних джерел. Загальний обсяг роботи становить 177 сторінок тексту, містить 6 рисунків та 24 таблиці. Список використаних джерел складає 180 найменувань, з них іноземних джерел – 43.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми, що вивчається, визначено об'єкт і предмет дослідження, його мету та завдання. Крім того, висвітлено його наукову новизну і практичне значення та наведені дані про апробацію результатів дослідження, відомості про публікації матеріалів та структуру дисертаційної роботи.

У першому розділі роботи *“Сучасні уявлення про екстремальні ситуації і діяльність людей в особливих умовах”* проаналізовано наукові підходи та шляхи вирішення проблеми, що досліджується. Наводиться класифікація екстремальних ситуацій та аналізується їх дія на психіку людей. Автори відмічають, що екстремальні ситуації викликають негативні зміни в психіці (О.В.Тімченко, 1997; П.А. Корчемний, 2000; І. Ц. Краєв, 2006). Розглядається соціально-психологічна значимість екстремальних видів спорту, особливою яких є необхідність спортсменів виконувати свою діяльність з високим ступенем ризику, при цьому переносити значні нервово-психічні навантаження (М.Г.Самойлов, 2007).

Проблему впливу на психофізіологічні властивості парашутистів вивчали небагато дослідників. Причому більшість з цих робіт виконані в 70-80 роки минулого століття. Були визначені особистісні якості, притаманні парашутистам, зміни в потребово-мотиваційній та емоційно-вольовій сферах; доведено, що стрибки з парашутом (скільки б разів людина не виконувала їх) завжди викликають сильний емоційний стрес (Л.П.Гримак, А.А.Войнов, А.В.Барабанщиков, А.С.Гуськов, Г.Є.Леевик, В.Г.Романюк, В.А.Смірнов). У монографії Л.П.Гримак (1986) доведено, що у парашутистів нервово-психічне навантаження значно інтенсивніше, ніж у спортсменів, які тренуються в звичних для них “наземних” умовах.

Дослідники встановили особливості дії стрибків з парашутом на людину, дійшли висновків, що парашутна справа - це діяльність, яка потребує від парашутиста максимальних зусиль над собою, приборкання власних емоцій і подолання стресу.

У посібнику для спортсменів-парашутистів Г.Г. Серебряніков (1990) стверджує, що цей вид спорту дає можливість для самопізнання, самоактуалізації і взагалі трансформації особистості.

Аналіз літератури свідчить, що вплив стрибків із парашутом на психіку парашутистів досліджувався, але за десятиріччя змінились і льотні апарати, з яких здійснюють стрибки, і типи парашутів, і вимоги та норми до самих парашутистів. Більше того, констатуючи наявність негативного впливу на психіку, автори не надають рекомендацій стосовно його корекції, відсутні також дані про шляхи та сучасні методи підвищення резистентності парашутистів до впливу стресогенних факторів стрибків з парашутом. Проблема впливу стрибків із парашутом на психіку воїнів-десантників досліджується в дисертації А.В.Чирви (2003), де аналізуються особливості толерантності до страху у військовослужбовців в процесі початкової парашутної підготовки, та в монографії С.В. Захарика (1994), в якій йдеться про умови формування психологічної стійкості у десантників.

Таким чином, у більшості наукових досліджень акцентується увага на тому, що стрибки з парашутом відбуваються в екстремальних умовах, викликають надмірні нервово-психічні напруги, найчастіше не пропонують способи їхнього

зменшення або профілактику їхнього негативного впливу на психіку. Не вирішеними залишаються питання особливостей впливу стрибкової діяльності на осіб різного віку, статі, рівня досвідченості. Не запропоновані також сучасні технології психологічної корекції негативних змін, що накопичуються у психіці парашутистів.

У другому розділі *“Психологічна характеристика специфіки підготовки парашутистів”* наводяться дані про організацію дослідження та обґрунтовуються використані в ньому методи. Для здійснення цього дослідження була сформована група спортсменів-парашутистів чоловічої статі віком від 18 до 27 років (n=50). Спортсменів цієї групи було розділено на дві підгрупи: початківці (n=25), які мали спортивний стаж до 1 року, і досвідчені (n=25) – зі стажем більше, ніж три роки.

З метою дослідження впливу мотивації стрибків з парашутом на індивідуально-особистісні якості та стани особистості була сформована група військовослужбовців аеромобільних військ чоловічої статі у віці 18-20 років, яких теж поділили на початківців (n=26) – це особи, які зробили 12-15 стрибків з парашутом, і досвідчених десантників (n=24), що виконали більше 45 стрибків.

Крім того, була сформована група контролю (n=50), в яку увійшли спортсмени-волейболісти чоловічої статі у віці 18-27 років.

Експерименти здійснювались на базі Харківського спортивного парашутного клубу та Харківського обласного центру парашутної підготовки. Воїни-десантники досліджувались безпосередньо на місці дислокації їх військової частини (в/ч А0417).

Для одержання емпіричних даних були використані такі методи дослідження: методика багатофакторного дослідження особистості Р.Кеттелла (16PF) та Фрайбурський особистісний опитувальник (FPI). З метою діагностики нейротизму, екстраверсії – інтроверсії, як базисних особистісних вимірів, застосовувався опитувальник ЕРІ Г. Айзенка.

Для виявлення потенційних психологічних можливостей осіб, що опонують парашутний спорт, і воїнів-десантників застосовувалася методика оцінки психічної активації інтересу, емоційного тону, напруги і комфортності.

Особливості мотивації до здійснення стрибків з парашутом з'ясувалися за допомогою анкетування.

Діагностика мотиваційно-потребової сфери осіб, що стрибають з парашутом, виконувалася за допомогою методики встановлення соціально-психологічних установок особистості О.Ф.Потьомкіної.

Щоб виявити, наскільки парашутисти готові ризикувати, використовувалася методика готовності до ризику Шуберта. Водночас, щоб зрозуміти готовність людини ризикувати, бажано встановити її мотивацію до успіху і втечі від невдач. Саме тому здійснювалася ця діагностика за допомогою методики Т.Елерса.

Наявність помилок у діяльності парашутиста може призвести до трагедії: високий ступінь тривожності є чинником, який призводить до її появи. Тому за методикою Тейлора в адаптації Т.А.Немчінова нами виявлено рівень тривожності.

Для дослідження рівня нервово-психічної стійкості застосовувалась методика діагностики нервово-психічної стійкості, ризику дезадаптації в стресі, розроблена в Санкт-Петербурзькій військовій академії спеціально для відбору осіб, які здатні до роботи в екстремальних ситуаціях.

Ставлення парашутистів до оточуючих визначалось за допомогою методики діагностики рівня емпатійних здібностей В.В.Бойка. Для можливості визначення ставлення спортсменів – парашутистів і воїнів аеромобільних військ до життєвих цінностей ми застосували методику «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча. Використання методики В.Гарбузова дало можливість виявити домінуючі інстинкти у парашутистів.

Крім того, у ході дослідження нами активно використовувались методи бесіди, інтерв'ювання, спостереження і контент-аналіз.

Всі кількісні дані оброблялись математично за рекомендаціями О.В.Сидоренко (2001). Математична обробка здійснювалась з використанням ПЕОМ Pentium за стандартними програмами Microsoft і Excel.

Першим кроком цього дослідження став проведений аналіз системи підготовки парашутистів. Особливий акцент зроблено на психологічній характеристиці фаз парашутного стрибка. Таких фаз нами виділено шість: підготовка спорядження, наземна підготовка до стрибка; дії в літаку (гелікоптері), який набирає висоту; дії у вільному падінні; керування куполом і приземлення; приземлення; розбір стрибка.

У подальшому детально проаналізовано особливості психологічної підготовленості парашутистів. Доведено, що в залежності від індивідуально-психологічних особливостей, досвіду парашутиста, його психологічної стійкості до початку стрибка можуть виникати стани оптимальної, зниженої готовності або взагалі неготовності виконати стрибок.

Показниками психологічної готовності парашутиста є зовнішні та внутрішні фактори. Під час виконання стрибка парашутист вимушений діяти чітко, швидко і, головне, без помилок, але робити все це треба в стресогенних умовах.

Далі проаналізовано специфіку служби в аеромобільних (десантних) військах та вивчено особливості впливу стрибків з парашутом на воїнів-десантників. Десантники повинні стрибати з парашутом в повному спорядженні, в складних метеорологічних умовах, в будь-який час доби і року, приземлюватись на незнайому місцевість. Всі ці умови, безумовно, викликають велику не тільки фізичну, а й психічну напругу. Стосовно психологічної підготовки воїнів-десантників, слід зазначити, що вона здійснюється командирами, а не психологами-фахівцями. Тому в цьому виді підготовки домінує патріотичне виховання та вплив на моральні якості бійця. А якщо врахувати, що мотивація до

стрибків із парашутом у більшості десантників негативна, то стане зрозумілою актуальність удосконалення їх психологічної підготовки з обов'язковим врахуванням специфіки служби і необхідністю її проведення військовими психологами.

Дуже важливими є також виявлення бійців з нервово-психічною нестійкістю, тому що складні стресові умови, в яких виконується стрибок із парашутом, можуть сильно вплинути на їх психіку.

Третій розділ „*Вплив стрибків з парашутом на психіку спортсменів і десантників*” містить емпіричні дані про особливості дії стрибків із парашутом на психічний стан, властивості та якості особистості парашутистів з різним рівнем підготовки. Тобто, з одного боку, порівнюються реакції психіки початківців і досвідчених спортсменів і воїнів, а з другого боку, зроблено порівняльний аналіз спортсменів, які добровільно прийшли до парашутного клубу, і тих, хто вимушений стрибати із парашутом за військовою повинністю, - десантників.

Саме у зв'язку з цим першою була застосована діагностика мотиваційної сфери парашутистів. Встановлено, що головним мотивом свого приходу до парашутного клубу більшість спортсменів вважають одержання „гострих” відчуттів. Сумарна кількість осіб, які мотивом стрибкової діяльності вважають самореалізацію, випробування себе, самоствердження, дорівнює 64,7% ($p < 0,05$).

Стрибки із парашутом вимагають від спортсмена граничної напруги його можливостей, великої любові до цієї діяльності, адекватної реакції на ситуацію, нервово-психічної мобілізації, високої зібраності, швидкості реакцій, які повинні миттєво переходити в безпомилкові дії. Саме така спортивна діяльність викликає особливі відчуття, до яких прагнуть спортсмени. При цьому зовсім несподіваним виявилось те, що мотив „бажання стати майстром спорту, чемпіоном” вибрали для себе лише 6,1% ($p < 0,05$) опитаних осіб. Отже, провідним мотивом приходу молодих людей у парашутний спорт був не сам спорт як такий, а нестримне прагнення екстремальних впливів, самоствердження себе як психічно сильної особистості.

Визначення мотивації до успіху й готовності до ризику у воїнів-десантників показало, що перший показник у початківців практично на рівні з групою контролю, відповідно 15,7 і 15,4 балів ($p < 0,05$). Порівняння початківців і досвідчених спортсменів і десантників свідчить про те, що в перших мотивація до успіху нижче: 15,7 і 19,8 балів ($p < 0,05$), тобто з придбанням досвіду мотивація підвищується і у досвідчених дорівнює 17,2 і 21,8 балам відповідно ($p < 0,05$).

Така закономірність спостерігається і при визначенні мотивації до втечі від невдач: страху перед нещасними випадками менше піддаються починаючі парашутисти (вони менше знають про них). А з досвідом мотивація до втечі від невдач зростає, що сприяє підвищенню рівня особистого захисту.

Ці дані корелюються з кінетикою показників стосовно готовності до ризику: у початківців, як спортсменів (27,7 балів), так і десантників (20,0 балів), а в

контролі всього 8,4 балів ($p \leq 0,05$). Це означає, що починаючі парашутисти мають, по-перше, значно більшу готовність до ризику, ніж спортсмени, які не займаються стрибками із парашутом, а по-друге, у досвідчених парашутистів цей показник зменшується до 25,1 балів – у спортсменів і до 18,3 балів – у десантників.

Визначення рівня тривожності дало змогу переконатись у тому, що з досвідом ситуативна тривожність зменшується. Хоча у порівнянні з показниками контрольної групи вона вдвічі більше у спортсменів–парашутистів і в 2,5 рази - у десантників, тобто залишається високою.

Стосовно фрустрації можна відмітити, що придбання досвіду в цьому виді діяльності зменшує рівень цього показника, однак у десантників він значно вищий, як у початківців (15,8 балів), так і у досвідчених (13,3 балів), ніж у спортсменів, у яких, відповідно, 8,7 і 6,6 балів ($p \leq 0,05$).

Суттєво, що рівень агресивності у парашутистів-спортсменів менше, ніж у контрольній групі - 10,1 і 12,5 балів відповідно ($p \leq 0,05$), і значно нижче, ніж у десантників: у початківців він 18,6, а у досвідчених 14,0 балів. Отже, стрибки з парашутом сприяють зниженню агресивності у осіб, що їх виконують. Кінетика ригідності має таку ж закономірність.

Аналіз впливу досліджуваної діяльності на зміни нервово-психічної стійкості парашутистів показав, що її показники навіть у початківців вищі майже на половину за показники контрольної групи. Збільшення досвіду в стрибках з парашутом підвищує цей показник.

Досить важливим виявилось визначення впливу стрибкової діяльності на емпатію. Виявляється, що складні моменти, які впливають на парашутистів у процесі здійснення стрибків, роблять їх здатними звертати увагу на турботи і труднощі оточуючих, щиро їм співчувати.

Використання методики В. Гарбузова дало можливість виявити домінуючі інстинкти у парашутистів. Аналіз одержаних результатів свідчить про те, що у них переважають лібертофільний, дігнітофільний, дослідницький, альтруїстичний інстинкти. В найбільшій мірі домінує дослідницький інстинкт. Наявність дослідницького інстинкту та його високий ступінь виразності у парашутистів пов'язані з їхнім пошуком екстремальної діяльності, ситуацій, у яких вони будуть мати можливість випробувати „гострі” почуття.

У воїнів-десантників переважають два інстинкти: генофільний (відчуття підвищеної значимості власних інтересів) і дігнітофільний. Перевагу першого інстинкту можна пов'язати з тим, що десантники відносяться до елітних підрозділів – звідси у них висока оцінка власної діяльності. Більш високі показники за дігнітофільним інстинктом обумовлені їхнім військово-патріотичним вихованням, прагненням почувати себе захисником Батьківщини.

Прагнувши виявити ставлення досліджених осіб до обставин і стрибків з парашутом, ми визначали у них співвідношення екстраверсії й нейротизму. Як виявилось, парашутисти відносяться до екстравертів з низьким рівнем

нейротизму. Їм властиві висока адаптивність, прямолінійність, імпульсивність і гнучкість поведінки. Вони швидко орієнтуються в середовищі, яке вимагає термінового прийняття рішення.

Що стосується воїнів-десантників, то вони в меншій мірі екстраверти, ніж спортсмени, й емоційно менш стійкі, тому що показник нейротизму у них на 2,07 бали вище.

Ставлячи за мету виявлення особистісних якостей, характерних для парашутистів, ми використали методику FPI. Одержані дані свідчать, що показники негативних особистісних якостей майже за всіма шкалами у осіб з контрольної групи менші, ніж у парашутистів. Виявлені також розходження між групами починаючих і досвідчених, як спортсменів, так і десантників. Це означає, що початківці-парашутисти мають набір негативних особистісних якостей більш виражений, ніж особи з контрольної групи.

Серед цих якостей домінують невротичність, спонтанна агресивність, репресивність, дратівливість, урівноваженість, емоційна лабільність, реактивна агресивність, товарицькість. Причому, порівняння починаючих спортсменів і десантників переконує, що у перших рівень перерахованих якостей нижче. А придбання досвіду в стрибках з парашутом змінює ступінь прояву цих якостей на кращий бік.

Використовуючи методику самооцінки функціонального стану, ми мали можливість одержати цілісну картину функції психіки досліджених перед здійсненням стрибків з парашутом. Аналіз отриманих результатів свідчить, по-перше, що психічна активація, інтерес і комфортність у осіб з контрольної групи мають вищий рівень, ніж у парашутистів. Водночас, емоційний тонус і напруга більш виражені у останніх. По-друге, встановлено, що з досвідом, як у спортсменів, так і у десантників, ступінь вираженості психічної активації, інтересу й напруги зменшується, а емоційного тону і комфортності збільшується. Причому, знову указані зміни психічних станів у десантників здійснюються з меншою інтенсивністю, ніж у спортсменів-парашутистів.

Отримані дані переконують, що добровільно здійснювана діяльність, яка виконується за іншою мотивацією, викликає у спортсменів-парашутистів меншу кількість негативних психічних змін.

Аналіз кількісного виявлення особистісних характеристик досліджених осіб, здійснений за методикою Р. Кеттелла, також дозволяє бути впевненим у суттєвому значенні мотивації до діяльності. Отримані дані свідчать про наявність досить істотних розходжень не тільки між експериментальною і контрольною групами, але і між спортсменами і десантниками. Так, переважна кількість показників у починаючих спортсменів-парашутистів вже має більшу вираженість, ніж у осіб з контрольної групи. Особливо розрізняються результати за шкалами E, F, G, H, I, L, M, O, Q₂, Q₃, Q₄. Парашутистам притаманні імпульсивність,

незалежність, стресостійкість, ігнорування небезпеки, авантюризм, емпатія, гуманність, наївність, упевненість у собі, самоконтроль.

Придбання досвіду в стрибках з парашутом суттєво впливає на розвиток зазначених якостей особистості, які змінюються в позитивному напрямку, тобто стають вираженими в більшій мірі. Дослідження за цією ж методикою воїнів-десантників показало, що уже у початківців відмінності з контрольною групою менші, ніж у спортсменів-парашутистів. Це означає, що займатись парашутним спортом приходять люди, що мають певний набір особистісних якостей, які в значно меншій мірі проявляються у починаючих десантників. Більш того, відсутність особистого бажання у останніх стрибати з парашутом обумовлює більш повільну кінетику позитивних змін їх особистісних якостей, ніж у їхніх колег спортсменів.

Для з'ясування питання, як стрибки з парашутом впливають на ставлення парашутистів до життєвих цінностей була використана методика М. Рокіча. У починаючих парашутистів серед цінностей домінує власне „Я”, оскільки 52% спортсменів і 60% досліджених десантників помістили поняття „Я” на першу позицію. Ставлення до стрибків з парашутом наступне: 50% спортсменів поставили їх на перше місце, а серед десантників віддали їм перевагу всього 7%. Однак збільшення кількості стрибків і збагачення досвіду в парашутизмі призвело до того, що у спортсменів ставлення до переваги власного „Я” зменшилося до 36% опитаних, а у десантників - до 35%. Водночас останніх, які б „полюбили” стрибки з парашутом, збільшилось тільки на 1%, тобто до 8%, у той час, як у спортсменів цей показник зріс до 59%.

Слід зазначити наступне: в емпіричній частині роботи було показано, що здійснення стрибків з парашутом, всупереч літературним даним, викликає як негативні, так і позитивні зміни в психіці парашутистів. У початківців - як спортсменів, так і десантників - підвищується рівень виразності негативних психологічних станів, таких як тривожність, фрустрація, ригідність, агресивність, невротичність, дратівливість, репресивність та ін. Причому, позитивна мотивація спортсменів-парашутистів до стрибків з парашутом детермінує менш значні прояви негативних змін у їхній психіці, ніж у воїнів-десантників. Надалі, з придбанням досвіду, негативні зміни зменшувались, „згладжувались”, а тривала діяльність в екстремальних умовах стрибків з парашутом формувала позитивні риси особистості, такі як волю, незалежність від впливу групи, сміливість, самовпевненість, несхильність до паніки, стресостійкість та інші.

Разом з тим, емпіричні дані свідчать те, що сукупність негативних змін у психіці, навіть у досвідчених парашутистів, значно перевищує їх у осіб, що не стрибають з парашутом. Отримані дані дають можливість стверджувати, що парашутисти мають потребу в корекції негативних психічних змін, що накопичуються з часом в їхній психіці.

Таким чином, узагальнення літературних і власних емпіричних даних призвело до висновку про необхідність пошуку шляхів і способів підвищення стресостійкості й психологічної корекції негативних змін у психіці осіб, що стрибають з парашутом. Для реалізації цієї мети ми розробили і застосували програму цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки, спрямовану на оптимізацію мотивації до стрибків і підвищення стресостійкості. В експерименті брали участь тільки починаючі спортсмени-парашутисти ($n = 25$) та починаючі десантники ($n = 26$). Контрольна група залишилась незмінною.

Показники виразності особистісних якостей спортсменів-парашутистів і десантників, одержані за методикою FPI після застосування програми, свідчать про суттєвий її вплив на них. Виявлено, що показники за 1, 2, 3, 4, 7, 8, і 11 шкалами зменшились (табл. 1).

Таблиця 1

Показники виразності особистісних якостей спортсменів і десантників до і після застосування програми цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки (за методикою FPI у балах)

Код шкали	Контрольна група	Спортсмени		Десантники	
		До	Після	До	Після
F ₁	3,4±0,73	7,8±2,43	6,8±1,45	8,7±2,42*	7,9±2,43
F ₂	4,1±1,11	6,3±1,06	5,4±1,60	8,5±3,17	7,8±2,09
F ₃	2,9±0,68	5,5±1,42	5,0±1,38	7,8±2,84	6,8±1,88
F ₄	3,3±0,88	5,8±2,03	5,2±1,42	7,3±2,68	6,6±1,80
F ₅	4,9±1,73	8,3±1,45*	8,5±2,61	7,0±2,17	7,2±1,93
F ₆	4,0±0,93	5,7±1,16	7,7±2,58	5,2±1,33	6,3±1,74
F ₇	5,1±1,21	5,6±2,07	4,5±1,29	7,7±2,32	7,3±2,01
F ₈	5,0±1,34	6,7±2,51	6,0±1,33	7,1±2,43	6,7±1,55
F ₉	4,2±1,17	7,0±2,12	7,3±2,14	6,3±1,65	6,6±1,30
F ₁₀	5,4±1,70	6,6±2,26	6,9±2,29	6,3±2,00	6,5±1,41
F ₁₁	5,8±1,45	4,3±0,77	4,0±0,86	4,9±1,20	4,4±1,08
F ₁₂	4,3±0,83	6,2±1,62	6,8±2,22	6,0±1,73	6,6±1,24*

Примітка: * $p < 0,01$.

Це означає, що застосована програма сприяла зменшенню ступеня прояву таких якостей особистості парашутистів, як репресивність, дратівливість, реактивна агресивність, тривожність, гіперзбудливість. При цьому, за всіма переліченими шкалами до застосування програми цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки у десантників були більш високі показники, ніж у спортсменів, а після нього вони знизилися в меншій мірі.

Водночас показники за 5, 6, 9, 10 і 12 шкалами навпаки зросли, тобто до проведення психологічної корекції вони були менші, ніж після неї. У зв'язку з цим ми можемо відзначити, що програма цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки сприяла підвищенню рівня виразності таких

якостей, як товариськість, урівноваженість, відкритість, маскулізм та екстравертованість.

Оптимізацію психічної діяльності за рахунок позитивних змін ми можемо констатувати і на основі результатів, одержаних за методикою Р. Кеттелла. Показники за шкалами А, С, Е, F, G, Н, Q₁, Q₂, Q₃ після застосування програми збільшились (табл. 2).

Таблиця 2

Показники кінетики особистісних якостей спортсменів і десантників до і після застосування програми цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки (за методикою Р. Кеттелла, у стенах)

Фактори 16 PF	Контрольна група	Спортсмени		Десантники	
		До	Після	До	Після
А	6,01±1,14	6,72±1,23	8,03±1,63	6,30±1,27	7,00±1,41
В	7,25±1,57	7,36±1,63	7,37±1,40	7,11±1,08	7,14±1,26
С	5,74±1,33	6,12±1,03	6,31±2,12	5,96±1,22	6,19±1,51
Е	5,92±1,11	7,59±1,28	6,82±2,03	6,45±1,50	7,03±1,60
F	6,34±1,22	7,77±1,30	8,45±2,12	6,40±1,42	7,14±1,32
G	6,12±1,31	3,13±0,56	3,40±0,72	6,02±1,46	6,20±1,51
Н	5,14±1,07	8,65±1,45	9,02±3,01	7,48±2,22	8,04±1,36**
I	5,86±1,13	4,67±0,83	4,39±1,07	4,30±1,07	4,11±0,83
L	6,37±1,28	4,21±0,75	4,08±0,96	6,07±2,16	5,62±1,77
М	6,16±0,98	4,28±0,80	4,01±0,77	5,80±1,83	5,90±1,23
N	5,68±1,12	4,42±1,01	4,20±1,13	5,13±1,16	5,12±1,08
О	6,24±1,17	4,61±1,18	4,00±1,20	6,10±1,29	5,21±1,68
Q ₁	7,16±1,22	7,57±1,16	7,70±1,29	7,03±2,40	7,18±2,03
Q ₂	5,17±0,93	7,64±1,16	7,92±4,11*	5,25±1,80	6,34±2,00
Q ₃	7,16±1,24	8,16±1,23**	8,22±1,40**	7,20±2,69	7,66±2,06
Q ₄	6,35±0,98	8,13±1,42**	7,00±2,11	8,50±2,57	7,38±1,26

Примітка: * p > 0,05; ** p < 0,01.

Застосована програма обумовила більш яскраве вираження таких особистісних якостей як незалежність, життєрадісність, відповідальність, сміливість, готовність до ризику, активність, самоконтроль, самовпевненість. Причому, ступінь зміни зазначених якостей у спортсменів завжди був більшим, ніж у десантників.

Показники шкал I, L, M, O і Q₄ після проведеної програми зменшились, тобто як у спортсменів, так і у десантників зменшився ступінь виразності таких негативних якостей як залежність, підозрілість, прямолінійність, репресивність, тривожність, напруженість, фрустрованість.

З'ясування можливості вплинути на мотивацію за допомогою програми цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки також дало позитивний результат: показники мотивації до успіху у початківців - як у

спортсменів, так і у десантників - збільшились, відповідно на 3,8 і 3,1 бали ($p < 0,01$). Це означає, що у цих осіб з'явилась впевненість в успіху здійснення стрибків з парашутом. Показники мотивації до втечі від невдач після програми також змінились у бік збільшення (табл.3). Останнє трактується як прагнення парашутистів підвищити рівень захисту, тобто діяти більш розважливо, з більшою обережністю й ощадливістю.

Таблиця 3

Показники мотивації до успіху, до втечі від невдач і готовності до ризику у спортсменів-парашутистів і десантників до і після застосування програми цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки (у балах)

Фактори, які визначаються	Спортсмени-парашутисти		Десантники	
	До	Після	До	Після
Мотивація до успіху	13,8±1,14*	17,6±1,12*	12,7±1,26	15,8±1,30*
Мотивація до втечі від невдач	10,3±2,02	11,8±1,07	18,7±3,16	19,6±2,03
Готовність до ризику	+27,7±4,40	+26,0±3,14	+20,0±3,71	17,5±2,54

Примітки: * $p < 0,01$; $p < 0,05$.

Щодо показників готовності до ризику, можна відзначити, що після проведення занять за програмою вони зменшуються у спортсменів на 1,7 балів, а у десантників – на 2,5 балів ($p < 0,05$). Це слід розуміти як більш розважливе й холонокровне ставлення до ризиконебезпечних умов, якими насичені стрибки з парашутом, у порівнянні з „готовністю піти на будь-який ризик”, що часто спостерігається у початківців-парашутистів.

Результати дослідження показали, що представлена програма призводить і до зниження негативних психічних станів осіб, які стрибають з парашутом. Так, наприклад, рівень тривожності після застосування програми знизився у спортсменів на 2,3 бали, а у десантників – на 1,8 бали ($p < 0,05$). Менш значне зниження тривожності у десантників нами інтерпретується як ще один доказ значимості позитивної установки на стрибки з парашутом у спортсменів на протипагу „виконання повинності” у воїнів-десантників. Очевидно, саме тому й до застосування програми у спортсменів рівень тривожності був нижче на 2,3 бали, ніж у десантників.

Після програми цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки зменшилися і показники фрустрованості: у спортсменів на 1,3 бала, у десантників на 1,0 бал ($p < 0,05$). Оскільки після участі у заняттях за програмою знижується фрустрація, що може супроводжуватися розчаруванням, дратівливістю, розпачем і агресивністю, то, ймовірно, повинні бути знижені й показники останньої. Так і сталося: після програми у спортсменів показник

агресивності знизився на 1,1 бала, а у десантників – на 0,9 бала ($p < 0,05$). Можливо, менш значне зниження її у десантників визначається впливом на них специфіки їх військового досвіду.

Меншою мірою програма подіяла на зміну показників ригідності. Виявлено, що у спортсменів вона знизилась на 0,5 бала, а у десантників – на 0,4 бала ($p < 0,05$). Безумовно, в такому виді діяльності як стрибки з парашутом високий рівень ригідності означає нездатність до послідовності та чіткості у своїх діях відповідно до вимог ситуації, яка швидко змінюється. Тому зниження цього показника, хоч і на незначну величину, варто розглядати як позитивне явище.

Активно подіяла програма цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки і на показники самооцінки психічної активності, інтересу, емоційного тону, напруги й комфортності (табл. 4).

Таблиця 4

Показники самооцінки психічної активації, інтересу, емоційного тону, напруги й комфортності у спортсменів і десантників до і після застосування програми цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки (у балах)

Номер шкали	Контрольна група	Спортсмени		Десантники	
		До	Після	До	Після
1	15,3±3,07	6,4±1,03	7,3±1,33	6,9±1,11	7,2±1,40
2	17,1±3,16	3,3±0,61	2,0±1,45	5,5±1,29	5,0±1,55
3	9,6±3,03	17,2±4,17	12,8±2,16	19,8±4,42	17,6±3,16
4	11,3±3,82	18,8±5,12	16,3±2,88	20,6±5,69	18,8±4,11
5	18,4±4,41	17,6±4,90	12,4±3,01	19,0±5,37	16,8±3,42

Примітка: 1- самооцінка активації; 2- інтерес; 3- емоційний тонус; 4 – напруга; 5 – комфортність.

Запропонована програма вплинула на ставлення парашутистів до життєвих цінностей. Як виявилось, більше половини спортсменів (52%) до програми віддавали перевагу ставленню до себе, тобто до власного „Я”, хоча після програми ставлення змінилося у бік зменшення кількості цих осіб і дорівнювало 49%. У десантників тільки на 1% зменшилось число осіб за ставленням до себе: з 60% до застосування програми до 59% після неї. Оскільки одним з основних завдань програми було поліпшення ставлення досліджуваних осіб до стрибків з парашутом, то після застосування програми цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки ми бачимо, що це цілком можливо. Так, після проведення підготовки кількість спортсменів, що визначали заняття парашутним спортом як домінуючу життєву цінність, виросла від 50% до 57%. У воїнів-десантників до участі у програмі перевагу цій цінності віддало всього 7%. У результаті застосування програми цей показник збільшився більше, ніж удвічі - до 15%. Варто підкреслити, що проведена програма вплинула на ставлення парашутистів і до інших життєвих цінностей.

ВИСНОВКИ

Отримані в дисертаційному дослідженні результати свідчать про важливу роль мотивації в здійсненні стрибків з парашутом. Встановлено якості й стани особистості, характерні для починаючих і досвідчених парашутистів, показано різний ступінь їхнього прояву у спортсменів і десантників. Експериментально обґрунтована можливість застосування програми цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки для корекції негативних змін у психіці парашутистів.

1. На сьогодні в психологічній науці не існує чіткого, загальноприйнятого уявлення про поняття «екстремальні ситуації» та «діяльність в особливих умовах». Переважна більшість дослідників вважають, що перебування та діяльність людей в екстремальних ситуаціях призводить до виникнення і збільшення ступеня прояву негативних психічних якостей, розладів психіки і розвитку посттравматичного стресового синдрому.

Підкреслюючи соціально-психологічну значимість екстремальних видів спорту та аеромобільних підрозділів, дослідники відмічають здатність парашутистів самореалізувати свої можливості, самоактуалізуватися. У дослідженнях впливу стрибків з парашутом наводяться дані про надмірні нервово-психічні навантаження, про негативні зміни в психофізіологічній сфері парашутистів, але майже не розробляються сучасні технології корекції психологічних розладів.

Також залишаються невирішеними питання особливостей впливу стрибкової діяльності на осіб з різною кількістю виконаних стрибків, різних за віком, статтю. Не існує порівняльних досліджень впливу стрибків з парашутом на спортсменів та військовослужбовців.

2. Значну роль у попередженні негативного впливу стрибків з парашутом відіграє мотиваційна сфера особистості. Показано, що 64,7% спортсменів-парашутистів основним мотивом свого приходу до парашутного спорту вважають наявність можливості випробувати себе, одержати незвичайні, нові «гострі» відчуття, реалізувати власні можливості, самоствердитися, самоактуалізуватися. Мотиву втечі від життєвих потрясінь і кризових ситуацій віддали перевагу 15,8% опитаних спортсменів. Вони переконані, що той спектр емоцій, який вони відчують при стрибках з парашутом, послабляє й «заглушає» нервово-психічну напругу, викликану впливом стресогенних, сімейних та побутових чинників.

Мотив приходу до парашутного спорту, що є результатом впливу друзів, підтримало 4,6% парашутистів, а реалізацію мрії дитинства - 7,3%, при цьому мотив стати чемпіоном або видатним спортсменом, був властивий лише 6,1% опитаних. Отже, основний мотив занять парашутним спортом визначається бажанням ствердження власного «Я». Однак із придбанням досвіду у парашутистів відбувається зміна мотивації. Так, у початківців, як спортсменів, так

і десантників, мотивація до успіху й втечі від невдач нижче, ніж у досвідчених, тобто цей показник росте, а готовність до ризику з досвідом навпаки знижується.

Головним розходженням у мотивації до стрибків з парашутом у спортсменів є добровільне бажання самоствердитися, і вимушене виконання цієї діяльності, яке обумовлене військовими наказом, у десантників. Саме це розходження є основним і визначає ступінь прояву психологічних процесів і станів у досліджуваних осіб, а ставлення до стрибків детермінує наявність більшої кількості негативних змін у психіці воїнів-десантників, ніж у спортсменів-парашутистів.

3. Спортсмени-початківці завжди відрізняються від спортсменів, які не займаються парашутним спортом, наявністю яскраво виражених у структурі їхньої особистості якостей, таких як незалежність, авантюризм, ігнорування реальної небезпеки, прагнення до ризику. У них показники тривожності, фрустрації, агресивності й ригідності вищі. Із набуттям досвіду стрибків ці якості послабляються й проявляються менш інтенсивно.

У десантників-початківців рівень прояву негативних якостей психіки вище, ніж у спортсменів. Разом з тим, тривалі заняття парашутним спортом призводять до досить істотних розходжень (у порівнянні з контрольною групою) у ступені прояву таких негативних якостей, як невротичність, спонтанна й реактивна агресивність, депресивність, дратівливість, тривожність і фрустрованість. Це ставить дослідників перед необхідністю пошуку шляхів і способів попередження розвитку наявних негативних змін у психіці парашутистів, обґрунтування методів виявлення й розробки технологій їхньої психологічної корекції.

4. Стрибки з парашутом характеризуються наявністю високого ступеня екстремальності, однак цей вид діяльності викликає й позитивні зміни у психіці парашутистів. Вони полягають в інтенсивному прояві зібраності, самоконтролю, емоційній стійкості, впевненості в собі, сміливості, стресостійкості. Стрімкі позитивні емоції, що відчують парашутисти (особливо досвідчені) після вільного паріння в небі й після вдалого приземлення, є прекрасною умовою для формування почуття комфортності й емоційного тону, інтересу й нервово-психічної стійкості.

Тому особи, які займаються стрибками з парашутом як видом діяльності в особливих умовах, мають бути готовими йти на ризик, на випробування власних можливостей; вони високо цінують перемогу над собою, мало піклуються про себе, при цьому проявляють високий ступінь альтруїзму й емпатії. Парашутисти - типові екстраверти, вони легко товаришують з іншими, адаптивні, мають швидку реакцію на зовнішні обставини й гнучкість поведінки.

Однак рівень прояву перерахованих якостей і станів особистості у воїнів-десантників у порівнянні зі спортсменами-парашутистами значно нижчий. Пояснюється це як приходом у спортивний клуб парашутистів осіб, схильних до лідерства, авантюризму, здатних і бажаних ризикувати, так і їхньою позитивною

мотивацією до екстремальних впливів, які вони сподіваються одержати. Саме тому при відборі як у спортивний клуб парашутистів, так і на службу в десантні війська, варто звертати увагу на наявність і високий ступінь прояву названих якостей у майбутніх спортсменів і військовослужбовців.

5. Негативні зміни в психіці осіб, які стрибають з парашутом, можна корегувати за допомогою програми цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки. Програма, що проводилась зі спортсменами-парашутистами й воїнами-десантниками, дозволила підвищити мотивацію до успіху, до втечі від невдач і визначила більш холоднокровне ставлення до ризиконебезпечних умов. Після застосування програми у досліджених осіб на краще змінилося їх ставлення до життєвих цінностей, особливо до стрибків із парашутом.

У результаті проведення програми серед спортсменів-парашутистів і воїнів-десантників відбулося ослаблення ступеня прояву таких станів і якостей особистості, як підозрілість, ригідність, напруженість, гіперзбудливість, дратівливість, агресивність, депресивність, тривожність, фрустрованість. Одночасно запропонована програма сприяла підвищенню рівня виразності товаришкості, емоційної стійкості, урівноваженості, маскулінізму, відкритості, екстравертованості, незалежності, самовпевненості, сміливості, активності, самоконтролю. При цьому ефективність впливу програми на психіку у спортсменів була вище, ніж у десантників.

6. На сьогодні серед молодих людей існує велика кількість осіб, які жадають виявити себе в екстремальних ситуаціях, прагнуть до одержання «гострих» відчуттів. Представниками правоохоронних органів вони відносяться до «групи ризику», тому що їхні асоціальні й протиправні дії можуть затягнути їх у мережу злочинного світу, токсикоманію й наркоманію.

Тому завданням державної важливості є своєчасне виявлення цих осіб і їхніх пристрастей до дій у ризиконебезпечних умовах і залучення до занять екстремальними видами спорту й, зокрема, парашутним. Внаслідок цього ці люди знайдуть можливість діяти в складних небезпечних умовах, максимально виявити свої здібності й самоактуалізуватися. Заняття парашутним спортом дозволять їм суспільно і юридично прийнятним способом одержати «гострі» відчуття, реалізувати свій особистісний потенціал. Саме в цьому полягає роль парашутного спорту як виду діяльності, що дозволяє здійснити профілактику протиправної поведінки молоді.

Перспектива подальшого розвитку досліджень передбачається у вивченні особливостей впливу стрибків з парашутом на осіб різного віку, статі та рівня підготовленості.

СПИСОК ПРАЦЬ, ОПУБЛІКОВАНИХ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Алехина Н.В. Индивидуально-психологические особенности лиц, занимающихся парашютным спортом // Вісник Харківського

- національного університету ім. В.Н. Каразіна. Серія „Психологія”. – 2006. - № 718. – С. 149-151.
2. Алехина Н.В. Влияние на психику парашютистов социально-психологического тренинга // Вісник Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна. Серія „Психологія”. – 2006. - № 740. – С. 11-13.
 3. Альохіна Н.В. Вплив стрибків з парашутом на особистість спортсменів та десантників // Право і безпека. – Харків. – 2007. – Т. 6, № 1.- С. 36-39.
 4. Самойлов М.Г., Альохіна Н.В. Специфіка служби в аеромобільних військах та особливості впливу стрибків з парашутом на психіку воїнів – десантників // Проблеми екстремальної та кризової психології. – Харків. – 2007. – Вип.1. – С. 265-275.
 5. Алехина Н.В. Индивидуально-психологические качества десантников – парашютистов // Психологія діяльності в особливих умовах. Матеріали міжвузівської практичної конференції. – Харків. – 2006 – С.3-4.
 6. Алехина Н.В. Изменения, возникающие в психике спортсменов – парашютистов и воинов – десантников при прыжках с парашутом // Становление современной науки. Матер.І Международной научно-практической конференции. – Дніпропетровськ. – 2006. - Т.10. – С.40-41.

АНОТАЦІЇ

Альохіна Н.В. Особливості впливу стрибків з парашутом на психічний стан та індивідуально-психологічні властивості особистості. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.09 – психологія діяльності в особливих умовах. – Університет цивільного захисту України, Харків, 2008.

У дисертаційному дослідженні проведено аналіз проблеми щодо впливу стрибків з парашутом на психіку спортсменів і десантників. Доказано, що ступінь прояву особистісних якостей та станів у значній мірі залежить від мотивації до цього виду діяльності. Добровільне бажання самоствердитися у спортсменів-парашутистів зумовлює менш значний негативний вплив стрибків з парашутом на їх психіку, ніж у десантників, які вимушені стрибати з парашутом за наказом командирів.

Виявлено відмінності у психіці починаючих і досвідчених парашутистів. Показано, що стрибкова діяльність викликає як негативні, так і позитивні зміни якостей і станів особистості. Але навіть у досвідчених парашутистів превалюють негативні зміни в психіці, що детерміновані численними стресогенними чинниками. Установлено можливість і досліджено умови психологічної корекції психіки парашутистів за допомогою програми цілеспрямованої екстремальної професійно-психологічної підготовки.

Ключові слова: парашутисти, стрибки з парашутом, особистісні якості та стани, психологічна корекція.

Алехина Н.В. Особенности влияния прыжков с парашютом на психическое состояние и индивидуально-психологические свойства личности. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.09 – психология деятельности в особых условиях. – Университет гражданской защиты Украины, Харьков, 2008.

Диссертационное исследование посвящено анализу влияния прыжков с парашютом на психику спортсменов и десантников. Установлено, что мотивация к прыжкам с парашютом играет большую роль в интенсивности их влияния на психику человека. Мотивация у спортсменов, приходящих в парашютный клуб, направлена на самоутверждение, самоактуализацию и на получение «острых» ощущений. Это обуславливает менее значительную степень проявления негативных психологических качеств и состояний, чем у воинов-десантников, которые вынуждены прыгать с парашютом по приказу командиров.

Выявлены различия в психике между начинающими и опытными парашютистами: опытные менее подвержены стрессогенному влиянию прыжковой деятельности и на разных фазах прыжка испытывают менее значительные нервно-психические напряжения.

Начинающие парашютисты отличаются от спортсменов, не занимающихся парашютным спортом, присутствием в структуре их личности хорошо выраженных качеств, таких как независимость, авантюризм, игнорирование реальной опасности, стремление к получению «острых» ощущений, стремление к риску.

Экстремальные условия прыжковой деятельности оказывают интенсивное влияние на психику парашютистов, что выражается в высокой степени проявления таких качеств: невротичность, спонтанная и реактивная агрессивность, депрессивность, фрустрированность, раздражительность, тревожность и др. Хотя по мере приобретения прыжкового опыта уровень проявления этих качеств уменьшается,

Однако сравнение негативных изменений в психике опытных парашютистов со спортсменами, не прыгающими с парашютом, убеждает в значительном превалировании этих изменений у парашютистов, что требует обязательной коррекции.

Вместе с тем установлено, что длительная прыжковая деятельность наряду с отрицательными изменениями в психике парашютистов вызывает повышение степени проявления и положительных качеств личности. К ним относятся: энтузиазм, эмоциональный тонус, мягкосердечие, интерес, смелость, независимость, уверенность в себе, стрессоустойчивость, неподверженность панике, товарищество, эмпатия и др.

Негативные изменения в психике людей, прыгающих с парашютом, корректировали с помощью разработанной программы целенаправленной экстремальной профессионально-психологической подготовки, что позволило увеличить степень проявления мотивации к успеху, к избеганию неудач, более хладнокровное отношение к риску. После проведения программы в лучшую сторону изменилось и отношение парашютистов к жизненным ценностям, хотя степень влияния программы на десантников всегда была менее выражена, чем на спортсменов.

На основании полученных данных сделан вывод о необходимости психологической коррекции негативных изменений в психике парашютистов, а психологическую подготовку воинов-десантников должны осуществлять специалисты-психологи.

Ключевые слова: парашютисты, прыжки с парашютом, личностные качества и состояния, психологическая коррекция

Alyokhina N.V. Special features of influence of parachute jumps on the mental state and individual-psychological qualities of a person. – Manuscript.

The dissertation for taking the Scientific Degree of a Candidate of Psychological Sciences on a Speciality 19.00.09 - Psychology of activity in special conditions.- The University of the Civil Defence of Ukraine. - Kharkiv, 2008.

In the dissertational research the analysis of the problem of influence of parachute jumps on the mentality of sportsmen and paratroopers is carried out. It is proved, that the degree of the display of personal qualities and conditions appreciably depends on a motivation to this kind of the activity. The voluntary desire to the self-affirmation of sportsmen-parachutists causes the less considerable negative influence of parachute jumps on their mentality than on paratroopers who are compelled to jump with a parachute by an order of their commanders.

The differences in the mentality of beginners and skilled parachutists are revealed. It is shown, that the jumping activity causes both negative and positive changes of a person's qualities and conditions. But even skilled parachutists have negative changes in their mentality which are determined by numerous stress factors. The possibility is established and conditions of the psychological correction of the mentality of parachutists are researched using the social-psychological training.

Key words: parachutists, parachute jumps, personal qualities and conditions, psychological correction.

Підписано до друку 19.03.2008 р. Формат 60x84 1/16.
Обсяг 0,9 ум.-друк. арк. Папір офсетний. Друк різнограф.
Наклад 100 прим. Зам. №85.

Надруковано у центрі оперативної поліграфії ТОВ «Рейтинг»
61022, м. Харків, вул. Сумська, 37.

Тел. (057) 700-53-51, 714-34-26, 771-00-92, 771-00-96