

**Міністерство освіти і науки України
Західноукраїнський національний університет
Навчально-науковий інститут новітніх освітніх технологій
Кафедра психології та соціальної роботи**

Овчарук Маряна Тарасівна

**Соціально-психологічний клімат як чинник спортивних досягнень в
командних видах спорту /
Social and psychological climate as a factor of sports achievements in team sports**

Спеціальність: 053 Психологія
освітньо-професійна (наукова) програма - Психологія
кваліфікаційна робота за освітнім ступенем «магістр»

Виконав студент
групи ПСЗм-21
Овчарук Маряна Тарасівна

підпис

Науковий керівник:
Копніцкі М., PhD

підпис

Кваліфікаційну роботу
допущено до захисту
«__» _____ 2024 р.
Завідувач кафедри

підпис

Тернопіль – 2024

ЗМІСТ

Реферат.....	3
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ В СПОРТИВНИХ КОМАНДАХ.....	8
1.1. Категоріально-понятійне поле дослідження соціально-психологічного клімату	8
1.2. Чинники та етапи формування позитивного соціально-психологічного клімату у спортивних командах.....	12
1.3. Особливості впливу соціально-психологічного клімату на спортивні досягнення в командних видах спорту.....	17
Висновки до розділу 1.....	22
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ НА СПОРТИВНІ ДОСЯГНЕННЯ В КОМАНДНИХ ВИДАХ СПОРТУ.....	24
2.1. Методологія та організація емпіричного дослідження.....	24
2.2. Компаративний аналіз соціально-психологічного клімату в командах з різним рівнем міжособистісної взаємодії.....	28
2.3. Результати дослідження впливу соціально-психологічного клімату як чиннику спортивних досягнень в командних видах спорту.....	32
Висновки до розділу 2.....	34
РОЗДІЛ 3. ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ ЯК ЧИННИКА ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНИХ ДОСЯГНЕНЬ.....	36
3.1. Психологічна програма підвищення командної взаємодії (тім білдінг) для досягнення кращих спортивних результатів.....	36
3.2. Система практичних рекомендацій тренерам і спортсменам з покращення соціально-психологічного клімату у спортивних командах.....	39
Висновки до розділу 3.....	41
ВИСНОВКИ.....	42
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	45

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. В організаціях у всьому світі спостерігається тенденція перманентного зростання ролі командної роботи, оскільки команди краще за окремих індивідів оснащені для виконання складних завдань і досягнення організаційних цілей.

Соціально-психологічний клімат (далі – СПК) у командних видах спорту є важливою умовою, яка впливає на успішність та ефективність функціонування команд. Спортивна команда – це не лише група спортсменів, які виконують спільне завдання, але й складна соціальна система, де взаємовідносини між учасниками та їхня психологічна сумісність можуть стати вирішальними для досягнення високих результатів. Різні аспекти соціально-психологічного клімату, зокрема рівень довіри, підтримки, взаєморозуміння та мотивації, безпосередньо впливають на психологічний стан спортсменів, їхню згуртованість і прагнення до перемоги.

Соціально-психологічний клімат колективу є соціокультурним феноменом, який визначає ефективність та синергію роботи колективу, команди як особливої мікросистеми взаємопов'язаних елементів. Тому виникає потреба розширити теоретичні знання у сфері колективу, міжособистісної взаємодії та особливого психологічного духу: якості відносин, ступіня довіри й солідарності, тісноти комунікацій, рівня задоволеності умовами й результатами роботи, «правилами гри», рівень ціннісної консолідації, згуртованості команди – який керує цією взаємодією та утворює певну ефективність роботи.

Важливість теми дослідження полягає і в тому, що у командних видах спорту не тільки індивідуальна майстерність спортсменів є запорукою успіху, але й здатність взаємодіяти, співпрацювати, а також формувати та підтримувати позитивний соціально-психологічний клімат. Питання психологічної атмосфери в команді надає можливість глибше зрозуміти, яким чином внутрішні групові процеси сприяють або, навпаки, перешкоджають досягненню спортивних цілей.

Дослідження цього аспекту може допомогти тренерам та психологам розробити ефективні стратегії управління командою та підвищення її результативності.

Мотивація виступає одним з ключових аспектів у психологічному вивченні особистості й має місце в багатьох теоріях особистості наступних науковців: Г. Оллпорта, Г. Мюррея, Д. Макклелланда, Дж. Аткинсона, А. Маслоу, Р. Кеттела, А. Бандури. Питання розвитку мотиваційної сфери означено в працях Л. Божович, О. Дашкевич, К. Гріффіт, А. Леонтьєва, О. Родіонов, Б. Сосновського, Н. Стамбулов, Є. Ільїна, Д. Фельдштейна, О. Чернікова, А.Гірняк, А.Фурман.

Актуальність дослідження соціально-психологічного клімату як чинника спортивних досягнень у командних видах спорту зумовлена зростаючою увагою до психологічних факторів, що впливають на ефективність командної діяльності. Сучасний спорт вимагає від спортсменів не лише фізичної підготовки, але й високого рівня психологічної стійкості та здатності працювати в команді. Успішність командної діяльності залежить від того, як учасники взаємодіють між собою, наскільки вони мотивовані досягти спільної мети та чи відчують себе частиною єдиного цілого.

Позитивний соціально-психологічний клімат сприяє зміцненню внутрішньої згуртованості, покращує комунікацію та дозволяє уникати конфліктів. Він допомагає спортсменам розвивати впевненість у собі та своїй команді, що позитивно позначається на результатах змагань. Водночас негативний психологічний клімат може викликати стрес, зниження мотивації та конфлікти, що в свою чергу впливають на погіршення спортивних досягнень. Саме тому дослідження соціально-психологічного клімату в командних видах спорту є актуальним і має практичну значущість для підвищення ефективності роботи команд.

Об'єкт дослідження: соціально-психологічний клімат соціальної групи.

Предмет дослідження: особливості впливу соціально-психологічного клімату на спортивні досягнення у командних видах спорту.

Мета магістерської роботи – теоретичне дослідження ролі соціально-психологічного клімату як чинника, що зумовлює рівень спортивних досягнень у командних видах спорту та розробка програми психолого-педагогічної корекції міжособистісної взаємодії у колективі.

Для досягнення поставленої мети потрібно вирішити наступні дослідницькі завдання:

1. Проаналізувати категоріально-понятійне поле дослідження соціально-психологічного клімату.
2. Охарактеризувати чинники та етапи формування позитивного соціально-психологічного клімату у спортивних командах.
3. Обґрунтувати особливості впливу соціально-психологічного клімату на спортивні досягнення в командних видах спорту.
4. Здійснити емпіричне дослідження впливу соціально-психологічного клімату на спортивні досягнення в командних видах спорту.
5. Розробити психологічну програму підвищення командної взаємодії для досягнення вищих спортивних результатів.

У ході дослідження було використано комплекс теоретичних та емпіричних *методів*.

- Теоретичний аналіз, синтез та узагальнення наукової літератури дали змогу вивчити існуючі підходи до розуміння соціально-психологічного клімату та його впливу на командну діяльність. Систематизація та узагальнення даних сприяли визначенню основних факторів, що впливають на формування соціально-психологічного клімату в спортивних командах.

- Для збору емпіричних даних були застосовані методи анкетування та інтерв'ювання спортсменів і тренерів з метою дослідження їхніх поглядів щодо впливу психологічного клімату на результати змагань. Також використовувались методи спостереження та порівняльного аналізу для оцінки взаємодії між членами команд у різних умовах, що дозволило визначити залежність спортивних досягнень від стану соціально-психологічного клімату.

Теоретична значимість полягає в узагальненні й систематизації знань про соціально-психологічний клімат у командних видах спорту та його вплив на ефективність командної діяльності. Дослідження розширює теоретичне розуміння соціально-психологічних факторів, що впливають на командну взаємодію та спортивні досягнення. Воно сприяє поглибленню знань про внутрішньогрупові процеси у спортивних командах та дає можливість визначити основні психологічні чинники, що сприяють підвищенню результативності командної роботи.

Практична значимість дослідження полягає в тому, що його результати можуть бути використані тренерами, спортивними психологами та адміністраторами команд для створення оптимального соціально-психологічного клімату у спортивних колективах. Розроблені рекомендації сприятимуть покращенню взаємодії між членами команди, підвищенню рівня їхньої мотивації та згуртованості, що позитивно позначиться на загальних спортивних досягненнях команди. Впровадження рекомендацій у практику командного менеджменту може допомогти уникнути конфліктів і забезпечити більш ефективне управління командною діяльністю.

Структура роботи визначена метою та завданнями дослідження. Робота складається зі вступу, 3 розділів, висновків, списку використаних джерел. Кваліфікаційна робота містить 51 сторінку, основного тексту 44 сторінки, 5 таблиць, 1 рисунок, список використаних джерел з 50 найменувань.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ В СПОРТИВНИХ КОМАНДАХ

1.1. Категоріально-понятійне поле дослідження соціально-психологічного клімату

Соціально-психологічний клімат є складним і багатокомпонентним явищем, що визначає індивідуальне сприйняття членом групи колективного середовища, загальний психологічний стан групи та взаємовідносини між її членами. У контексті спортивних команд СПК відіграє ключову роль у забезпеченні ефективної командної діяльності, впливаючи на емоційну атмосферу, мотивацію та взаємодію всередині колективу. У дослідженнях психології та соціології це явище визначається через низку понять, що характеризують його структуру та зміст[44, с. 121].

Соціально-психологічний клімат визначається як сукупність соціально-психологічних умов, що сприяють або перешкоджають ефективній діяльності та розвитку групи. Основними компонентами СПК є емоційна атмосфера (позитивна чи негативна), рівень згуртованості команди, ступінь взаємної підтримки, довіра, а також наявність або відсутність конфліктів. Одним з ключових елементів є комунікація всередині команди, яка забезпечує передачу інформації, розуміння між учасниками та їхню здатність координувати дії для досягнення спільних цілей. Командний клімат є результатом спільного сприйняття організаційних політик, практик і процедур в колективі. Без сумніву, позитивний клімат у команді сприяє більш щільній професійній співпраці та кращій ефективності діяльності.

Категорією, тісно пов'язаною з соціально-психологічним кліматом, є згуртованість. Вона відображає ступінь взаємозв'язку та єдності команди, що важливо для досягнення успішних спортивних результатів. Згуртованість визначається як емоційна прив'язаність членів групи один до одного, їхнє бажання спільно працювати та підтримувати один одного у досягненні

поставлених завдань. У спортивних командах згуртованість підвищує ефективність співпраці та рівень взаєморозуміння між учасниками[44, с. 128].

Довірчі відносини є ще одним важливим аспектом соціально-психологічного клімату. Довіра між членами команди сприяє більшій відкритості, дозволяє знизити рівень тривожності та сприяє формуванню підтримки між спортсменами. Тренер у цьому контексті виконує центральну роль як координатор взаємовідносин та розвитку команди, встановлюючи правила взаємодії та забезпечуючи контроль над груповими процесами. Компетентний і харизматичний тренер повинен, по-перше, володіти необхідними технічними та стратегічними знаннями про те, як спортсмени можуть найкраще виконувати спортивні навички та прийоми, по-друге, бути толерантним вчителем, який вміє структурувати оптимальний час практики, надавати чіткі та інформативні інструкції та надихати, мотивувати, підвищуючи продуктивність. Нарешті, тренер повинен налагодити сприятливий психологічний простір, щоб допомогти членам команди вдосконалювати свої навички, максимально ефективно розвиватись не тільки як спортсмен, а й як особистість.

Соціально-психологічний клімат тісно пов'язаний із психологічною сумісністю, яка визначається як здатність учасників взаємодіяти ефективно та комфортно в умовах командної діяльності. Психологічна сумісність забезпечує мінімізацію конфліктів та оптимізацію процесів ухвалення рішень. Важливим показником СПК є також емоційний фон команди, що впливає на мотивацію, стійкість до стресу та рівень задоволеності від командної роботи.

Таким чином, категоріально-понятійне поле соціально-психологічного клімату охоплює поняття емоційної атмосфери, згуртованості, довіри, психологічної сумісності та комунікації. Усі ці компоненти створюють основу для успішної та ефективної діяльності спортивної команди, безпосередньо впливаючи на її спортивні досягнення.

Трактування поняття соціально-психологічний клімат в психологічній літературі розглядається в наступних основних аспектах: - соціально-

психологічний клімат - це відносно стійке психічний настрій, яке є домінуючим в конкретному колективі і формується на основі психічного відображення умов життя і діяльності в міжособистісних відносинах. Проблема аналізу соціально-психологічного клімату вивчалася багатьма дослідниками (наприклад, Н. Мансуровим, В. Шепелем, Л. А. Почебутом, К.Іт була вивчена д-ром Платоновим. В результаті цих експериментальних і теоретичних досліджень в сучасній психології сформувалося і утвердилося наукове розуміння цього феномена. Вперше термін «психологічний клімат» в державній психології був введений Н.А. Мансуровим, який вивчав виробничий колектив [36, С.38].

О. Шевцова вважала, що це проявляється в емоційно забарвлених психологічних зв'язках між членами колективу, які формуються на основі близькості, симпатії, індивідуальності, єдності інтересів і схильностей [51].

Вона розділила клімат міжособистісних відносин на 3 кліматичні зони:

- 1) соціальний клімат, який залежить від колективного усвідомлення цілей і завдань суспільства;
- 2) моральний клімат, моральні цінності, прийняті в конкретному колективі;
- 3) психологічний клімат, тобто неформальні відносини між співробітниками, що знаходяться в контакті один з одним.

Прихильники першого підходу, а саме Е. Кузьмін і К. Платонов, описували соціально-психологічний клімат як соціально-психологічний феномен, організований колективною свідомістю, що відображає природу, зміст і спрямованість психології членів організації К. Платонов стверджує, що «психологічний клімат є результатом впливу інших компонентів організації. соціально-психологічний клімат, що відрізняє поняття психологічного клімату від соціально-психологічного клімату. Це пов'язано з тим, що він визначає психічний стан кожної людини в команді, тому разом з компонентами ми переконані, що це більш широке поняття» [41].

Психологічний клімат проявляється в домінуючих психічних установках людей і є однією з характеристик соціально-психологічного клімату. На відміну

від соціально-психологічного клімату, психологічна атмосфера характеризується тимчасовими змінами і менше сприймається людьми; четвертий підхід, представлений Б. Шаповаловим [47], ґрунтується на соціально-психологічній сумісності членів групи, моральній та психологічній єдності, згуртованості, спільності поглядів, звичаїв, традицій; О. С. Анісімов трактує соціально-психологічний клімат як соціально-психологічний феномен, що відображає рівень комфортності існування у спільній діяльності та груповій взаємодії [7].

Під впливом індивідуальних особливостей, групових традицій і певних норм формується сукупність психологічних умов, які сприяють або перешкоджають ефективній спільній діяльності для досягнення індивідуальних, командних і загальнофірмових цілей та загальному розвитку індивідів у групі; за Н. Беляєвою, рівень ефективності та результативності функціонування, соціально-психологічного клімату в колективі впливають взаємовідносини між окремими працівниками, між підрозділами та між керівниками і підлеглими, які позначаються на діяльності компанії [21, с. 36 – 40].

Міжособистісні стосунки впливають на формування мікроклімату в колективі. Основними факторами, що впливають на морально-психологічний клімат у колективі, є особливості творчого процесу, самооцінка та структура міжособистісних відносин між працівниками та з керівниками [44].

У процесі дослідження було проаналізовано теоретичні аспекти соціально-психологічного клімату в спортивних командах та його вплив на командну взаємодію і спортивні досягнення. Соціально-психологічний клімат є складною системою взаємовідносин, яка відіграє вирішальну роль у формуванні ефективної командної діяльності, мотивації спортсменів та рівня їхньої згуртованості. Категорійно-понятійне поле цього явища охоплює такі ключові компоненти, як емоційна атмосфера, згуртованість, довіра, психологічна сумісність та комунікація.

Позитивний соціально-психологічний клімат у команді сприяє підвищенню ефективності співпраці між її членами, створює умови для

мотивації та розвитку особистих і колективних досягнень. Водночас, несприятливий клімат може призводити до зниження командної ефективності, виникнення конфліктів та зниження рівня спортивних результатів.

Формування позитивного клімату залежить від багатьох факторів, зокрема, стилю керівництва тренера, внутрішньоконандної комунікації, взаємної підтримки та розподілу ролей. Для досягнення високих спортивних результатів важливо враховувати особливості соціально-психологічного клімату та працювати над його оптимізацією на всіх етапах командної діяльності [24а; 45а].

Таким чином, соціально-психологічний клімат виступає одним із ключових чинників успіху у командних видах спорту, тому його дослідження є важливим для забезпечення успішної командної роботи та досягнення високих спортивних результатів.

1.2. Чинники та етапи формування позитивного соціально-психологічного клімату у спортивних командах

Формування позитивного соціально-психологічного клімату у спортивних командах є багатограним процесом, на який впливають різні чинники. Цей клімат значною мірою впливає на результати команди, її згуртованість і психологічний стан спортсменів. Одним із ключових чинників, що визначають процес створення сприятливого клімату, є стиль керівництва тренера. Тренер відіграє важливу роль у формуванні СПК, його лідерський стиль, здатність підтримувати відкриту комунікацію та вирішувати конфлікти визначають взаємодію всередині команди. Тренер має створювати атмосферу довіри, взаємної підтримки та мотивації до командної роботи. Більш того, важливо запуснути процес ідентифікації команди, її виокремлення серед інших конкурентних команд, а також сформувати стійкі переконання, що колективна ефективність є важливою детермінантою існування команди як такої.

Колективна ефективність команди впливає з її спільної соціальної ідентичності та покращується завдяки ітеративним (тобто повторюваним), міжособистісним обмінам між товаришами по команді під час тренувань та матчів.

Згуртованість команди є ще одним важливим «чинником формування позитивного клімату. Успішна команда характеризується високим рівнем згуртованості, коли кожен член команди чітко розуміє свої ролі та відповідальності. Спортсмени повинні відчувати свою важливість у спільній діяльності та бути готовими взаємодіяти для досягнення загальної мети. Ефективне спілкування між членами команди також є ключовим елементом підтримки позитивного клімату. Відкритість у висловленні думок, обговорення проблем та взаємна підтримка допомагають уникати непорозумінь і конфліктів»[23, с. 121].

Формування позитивного соціально-психологічного клімату у спортивних командах є важливим аспектом, що впливає на успішність команди, її згуртованість і загальний настрій спортсменів. Розглянемо детально чинники та етапи цього процесу.

Чинники формування позитивного соціально-психологічного клімату:

- Ефективний лідер, як тренер або капітан, може значно вплинути на моральний стан команди. Лідер має бути прикладом для інших, підтримувати позитивний настрій, мотивувати та надихати.

- Відкрита та чесна комунікація між членами команди сприяє вирішенню конфліктів, взаємному порозумінню та координації дій. Важливо, щоб кожен гравець міг виразити свою думку та почуватися почутим.

- Успішні команди заохочують підтримку та взаємодопомогу серед гравців. Це може включати моральну підтримку під час важких періодів та допомогу у тренуваннях.

- Важливо визнати досягнення кожного члена команди. Похвала та заохочення можуть значно підвищити мотивацію та рівень задоволеності гравців.

- Коли команда має спільні цілі та цінності, це сприяє об'єднанню та концентрації на спільному результаті. Визначення та обговорення цілей допомагають спрямувати зусилля команди в одному напрямку.

Етапи формування позитивного соціально-психологічного клімату:

1. Першим кроком є оцінка поточного соціально-психологічного клімату в команді. Це може включати опитування, анкетування, інтерв'ю з гравцями та тренерами для виявлення проблем та слабких місць.

2. Після діагностики необхідно визначити цілі, яких команда прагне досягти у покращенні клімату, та розробити план дій. Це може включати тренінги з комунікації, розвиток лідерських навичок та заходи для побудови команди.

3. На цьому етапі здійснюються заплановані заходи, такі як командні заходи, тренінги, зустрічі та обговорення. Важливо забезпечити активну участь усіх членів команди.

4. Під час впровадження заходів необхідно постійно проводити моніторинг їх ефективності і вносити корективи. Це дозволяє швидко реагувати на виникаючі проблеми та адаптувати стратегію для досягнення кращих результатів.

5. Після завершення запланованих заходів необхідно оцінити їхній вплив на соціально-психологічний клімат команди. Це може включати повторне опитування, аналіз показників команди та відгуків її членів.

6. Позитивний клімат потребує постійної підтримки. Це означає регулярне проведення заходів для згуртованості команди, обговорення проблем та підтримку відкритої комунікації.

Формування позитивного соціально-психологічного клімату є тривалим процесом, який потребує систематичної роботи та уваги. Втім, результати цієї роботи можуть значно підвищити продуктивність команди, її згуртованість та задоволеність кожного члена.

Психологічна підтримка є важливим аспектом у командній роботі, особливо в стресових ситуаціях, наприклад, під час змагань. Учасники команди

повинні відчувати, що можуть розраховувати на взаємну допомогу в будь-якій ситуації. Крім того, чіткий розподіл ролей і завдань сприяє ефективній організації роботи. Кожен спортсмен повинен розуміти свої функції й нести відповідальність за виконання завдань.

Мотивація членів команди також відіграє важливу роль у підтримці високого рівня їхньої зацікавленості й відповідальності за загальні результати. Важливо створити систему стимулювання, яка заохочує як особисті, так і командні досягнення, про це йдеться в таблиці 1.1.

Таблиця 1.1

Чинники та етапи формування позитивного соціально-психологічного клімату у спортивних командах

Етап	Чинники	Опис
1. Початковий	Створення команди	Вибір та об'єднання гравців з позитивними якостями та мотивацією
2. Підготовчий	Встановлення цілей	Визначення спільних цілей та завдань для команди
3. Розвиток	Створення довіри	Пошук та вирішення конфліктів, підвищення рівня довіри між гравцями
4. Зміцнення	Підтримка морального духу	Пошук та підтримка позитивних мотивацій та морального духу
5. Завершальний	Оцінка та вдосконалення	Оцінка досягнень та вдосконалення підходів для подальшого розвитку команди

Дж. [22].

У процесі дослідження було розглянуто основні теоретичні аспекти соціально-психологічного клімату в спортивних командах, його категорійний зміст, чинники та етапи формування, а також вплив на спортивні досягнення в командних видах спорту. Соціально-психологічний клімат є ключовим елементом успішної командної роботи, що безпосередньо впливає на ефективність взаємодії між спортсменами, їх мотивацію та згуртованість. Позитивний клімат сприяє створенню умов для досягнення високих результатів,

тоді як негативний може призвести до зниження продуктивності та виникнення конфліктів.

Одним із основних чинників формування позитивного соціально-психологічного клімату є стиль керівництва тренера, рівень комунікації, згуртованість та взаємна підтримка між членами команди. Чіткий розподіл ролей та завдань, емоційна підтримка й мотивація також відіграють важливу роль у побудові ефективної командної атмосфери [24, с. 5].

Процес формування позитивного клімату проходить кілька етапів, починаючи з встановлення довіри, розвитку згуртованості, подолання конфліктів і закінчуючи стабілізацією командної взаємодії. Важливість кожного з цих етапів полягає у забезпеченні стабільної та гармонійної роботи команди, що призводить до підвищення результативності в командних видах спорту.

Важливим завданням у процесі формування позитивного психологічного клімату у спортивній групі є «розвиток стійкої нормативно-ціннісної основи взаємодій і взаємин. Згуртування дітей на рівні норм і ціннісних орієнтацій відбувається в міру того, як вони все активніше поєднуються між собою в спільній діяльності, що перешкоджає замкнутості спортивної групи й включає її в ширші зв'язки й відносини. У цій діяльності група згуртовується й поєднується у різних видах діяльності з іншими спортивними групами – так закладається фундамент її подальшого розвитку»[2, с. 156].

Таким чином, дослідження соціально-психологічного клімату є необхідним для розуміння шляхів оптимізації командної роботи та досягнення високих спортивних результатів. Урахування цих аспектів дає змогу ефективно керувати командою та створювати умови для розвитку кожного спортсмена в межах колективу.

Формування позитивного соціально-психологічного клімату є важливим процесом, що залежить від стилю керівництва, згуртованості команди, ефективної комунікації та підтримки між учасниками. Успішне формування цього клімату забезпечує стабільні спортивні результати й ефективну роботу команди.

1.3. Особливості впливу соціально-психологічного клімату на спортивні досягнення в командних видах спорту

Соціально-психологічний клімат є важливим чинником, який безпосередньо впливає на спортивні досягнення в командних видах спорту. Його вплив охоплює різні аспекти командної діяльності, починаючи від внутрішньої взаємодії між спортсменами та закінчуючи результатами на змаганнях. Позитивний СПК сприяє ефективній співпраці, мотивує команду до досягнення спільних цілей і підвищує рівень психологічної стійкості спортсменів. Інституціональною передумовою формування соціально-психологічного клімату в спортивних командах та одночасно наслідковим його ефектом є норми та правила як частина групового процесу, котрий має на меті нарощування ефективності, виграш у суперництві та здобуття перемог і нагород. Кожна спортивна команда зрештою виробляє групові норми, внутрішній кодекс, неписані правила щодо того, як все робити. По суті, норми є спільними очікуваннями групи щодо поведінки її членів та соціальних зв'язків між ними.

Норми є життєво важливими для розвитку та функціонування спортивних команд, оскільки вони забезпечують законні та видатні стандарти досконалості.

Окрім формування норм і правил, СПК впливає на командну згуртованість. Високий рівень згуртованості в команді створює атмосферу довіри, взаєморозуміння та підтримки. Це дозволяє спортсменам краще взаємодіяти на полі, оскільки вони знають, що можуть покластися на своїх партнерів по команді. Спортсмени більш охоче обмінюються інформацією, допомагають один одному й виконують завдання, що позитивно впливає на спільні спортивні досягнення.

По-друге, ефективна комунікація є ще одним важливим аспектом впливу СПК на результати команди. В умовах позитивного клімату спортсмени відкрито спілкуються, обговорюють стратегії та тактичні плани. Це забезпечує

швидку адаптацію до змін під час гри та ефективно прийняття рішень. Здатність команди спільно вирішувати проблеми та виправляти помилки без виникнення конфліктів сприяє досягненню вищих результатів.

Третій важливий фактор – це психологічна підтримка. Під час тренувань і змагань спортсмени зазнають значних фізичних і психологічних навантажень. У команді з позитивним СПК члени колективу надають один одному емоційну підтримку, допомагають подолати стресові ситуації, підвищують впевненість у своїх силах. Це, в свою чергу, сприяє зниженню рівня тривожності й допомагає краще концентруватися на виконанні поставлених завдань[1].

Психологічні аспекти проблеми індивідуальних особливостей взаємодії членів команди цікавлять багатьох науковців і практиків. Спортивна команда – це завжди спортивна група, з усіма соціально-психологічними закономірностями, притаманними малим групам [22, с. 207]. Відносини між членами спортивної групи можна поділити на стосунки між гравцями та стосунки між гравцями і тренерами. І кожен з цих стосунків можуть бути формальними або неформальними. Формальний характер взаємовідносин у спортивній групі (команді) встановлюється в процесі тренувальної та змагальної діяльності через виконання розпоряджень, вказівок і вимог тренера, які регламентують процес взаємодії та взаємовідносин між членами команди в цій діяльності [34, с. 54], чітке дотримання членами команди правил та інструкцій дозволяє їм задовольняти свої особисті потреби, потреби тренера та організації управління. Однак для того, щоб команда добре функціонувала, вона повинна допускати певний «ступінь свободи» у своїй структурі, щоб сприяти зміцненню зв'язків, заснованих на добрій волі, взаємному виборі та спільних інтересах і потребах.

Такі нерегламентовані та спонтанні стосунки між членами спортивної команди, поведінкові норми та моделі поведінки, що допускають певні відхилення від суворого виконання керівних та управлінських директив і наказів, у психології називаються неформальними стосунками [22, с. 209].

Специфіка спортивних команд також відображається на їхній організаційній структурі. У багатьох спортивних командах представники команди обираються відповідно до їхніх характеристик, керують роботою команди та представляють команду в інших організаціях. Таким чином, лідерів обирають і затверджують не лише діти, але й тренер команди. Підтверджено, що кожна спортивна організація має формального лідера. Однак, як показує практика, цей лідер не завжди є авторитетним керівником, якого поважають і до якого прислухаються члени групи.

Однак, на думку В. Гончаренка, саме в період дитячо-юнацької спортивної діяльності закладаються основи загальної та спеціальної фізичної підготовки майбутніх спортсменів, а також формування характеру для досягнення найкращих спортивних результатів у майбутньому [25, с. 26]. Саме тому «психологічна підготовка майбутніх спортсменів є необхідною і забезпечує сприятливі соціально-психологічні умови, що сприяють досягненню успіху, як у процесі тренувань, так і в ході спортивно-змагальної діяльності. Важливим є психологічний супровід юного спортсмена, що включає діагностику соціометричного статусу кожного спортсмена в команді, його мотивації до спортивної та ігрової діяльності, специфіки його соціально-психологічної адаптації до умов тренувальної та ігрової діяльності, виявлення факторів, що впливають на формування сприятливого психологічного клімату в команді тощо. Він включає визначення індивідуально-психологічних особливостей»[22]. Як зазначає С. Одрож, у спортивних командах зазвичай панує атмосфера високої вимогливості один до одного і, водночас, глибокої поваги до особистості кожного члена колективу. У командах зі стабільним розвитком індивідуальні інтереси членів збігаються зі спільними інтересами команди. Переважна більшість членів команди відчують гордість за свою команду, що проявляється в бажанні брати активну участь у житті команди [38, с. 112-113].

Соціально-психологічний клімат у спортивних командах відіграє ключову роль у досягненні високих спортивних результатів. Він впливає на

взаємини між гравцями, їхню мотивацію, рівень стресу та загальний моральний стан. Позитивний клімат сприяє створенню згуртованої команди, де кожен гравець відчуває підтримку, повагу та взаєморозуміння, що, в свою чергу, позитивно відбивається на продуктивності та спортивних досягненнях.

Однією з основних особливостей впливу соціально-психологічного клімату є підвищення мотивації гравців. У команді з позитивним кліматом кожен учасник відчуває себе важливою частиною загального механізму, що стимулює його до самовідданої гри та постійного вдосконалення. Підтримка з боку команди і тренера, визнання досягнень і позитивна оцінка зусиль сприяють формуванню високого рівня внутрішньої мотивації.

Комунікація є ще одним важливим аспектом, що впливає на спортивні досягнення. Відкрита та ефективна комунікація між членами команди дозволяє швидко вирішувати конфлікти, координувати дії та приймати оптимальні рішення в стресових ситуаціях. Гравці, які добре розуміють один одного і можуть вільно висловлювати свої думки та почуття, здатні діяти більш злагоджено та ефективно.

Також позитивний соціально-психологічний клімат сприяє зниженню рівня стресу та підвищенню емоційного благополуччя гравців. В умовах високого тиску, характерного для змагань, підтримка з боку команди допомагає гравцям впоратися зі стресом і зберегти концентрацію на грі. Крім того, можливість відкрито обговорювати свої почуття та отримувати емоційну підтримку допомагає уникнути емоційного вигорання.

Не можна недооцінювати вплив взаємної довіри та згуртованості на результати команди. У середовищі, де гравці довіряють один одному і тренеру, створюється атмосфера співпраці та взаємодії. Це дозволяє команді швидко адаптуватися до змінних умов гри, втілювати в життя тактичні плани та використовувати сильні сторони кожного гравця. Згуртована команда здатна подолати будь-які труднощі та вийти переможцем у складних ситуаціях. Колектив, де всі довіряють один одному, характеризується високим рівнем співпраці, солідарності, взаємовиручки та злагодженості, а також

взаємною повагою. Для того щоб зміцнити довіру в команді, потрібно створити поле для психологічного комфорту й безпеки, ділитись інформацією, регулярно проводити відкриті прозорі спілкування, тім білдінг (пп. 3.1), висловлювати подяку членам команди за їх внесок, встановлювати певний поріг очікувань та меж у команді. Наявність чітких вказівок (системи координат) щодо того, як члени команди повинні спілкуватися та поводитися один з одним, дозволяє кожному почуватися комфортно та безпечно у спортивному просторі.

Позитивний соціально-психологічний клімат також сприяє розвитку індивідуальних навичок кожного гравця. У підтримуючій атмосфері гравці почуваються вільніше в експериментах та самовдосконаленні, що сприяє їхньому професійному росту та підвищенню загального рівня команди. Тренери в таких умовах можуть ефективніше працювати над індивідуальними планами розвитку для кожного гравця, знаючи, що команда підтримає ці зусилля.

Отже, формування та підтримка позитивного соціально-психологічного клімату є необхідною умовою для досягнення високих результатів у командних видах спорту. Він забезпечує мотивацію, ефективну комунікацію, зниження стресу, згуртованість та розвиток індивідуальних навичок, що разом веде до успішної та стабільної гри команди.

У більшості випадків усі члени спортивної групи виконують схожу діяльність, але по-різному, що зумовлено характером їхніх установок, здібностями, особистими якостями, обставинами та розподіленими ролями в групі. У результаті спільної спортивної діяльності члени групи розвивають самооцінку, взаємно оцінюють успішність своїх дій і поведінки, кожен учасник має змогу порівняти себе з іншими членами, призначити всім, включаючи себе, місце в спортивній команді та визначити статус кожного члена [38, с. 113].

Спосіб життя та діяльність спортивних команд також мають визначальні характеристики. Для спортивних команд характерний здоровий оптимізм, який виражається в радісних почуттях і настроях, пов'язаних з участю у спільній діяльності команди, творчим зростанням і міцними дружніми стосунками між

членами команди. У спортивних командах не буває поганого настрою, навіть в особливо складних життєвих випадках [22, с. 211].

Тому для гармонійного розвитку спортивної групи оптимістичні настрої, взаємна вимогливість, дисципліна та підтримка, повага мають бути ознаками позитивного соціально-психологічного клімату, який, згідно з дослідженнями С. Кенані, «психологічний клімат у спортивній групі (команді) - це відносно стійкий настрій, який пронизує всю систему діяльності і формується на основі суб'єктивної задоволеності спортсменів характером їхніх міжособистісних стосунків»[29].

Згуртованість у спортивних командах досягається завдяки наявності спільної мети – перемоги. Спортсмени проводять багато часу разом на тренуваннях, тому необхідна така структура взаємовідносин, яка дозволяє їм отримувати задоволення від перебування в такій команді. Діяльність тренера має значний вплив на формування оптимальних міжособистісних стосунків у команді [22, с. 112].

Крім того, важливим є вплив СПК на управління конфліктами. У командних видах спорту конфлікти можуть виникати як через особисті суперечності, так і через професійні питання. Позитивний СПК сприяє конструктивному вирішенню конфліктів, що дозволяє уникати негативного впливу на командну діяльність. Успішне вирішення конфліктів допомагає уникати руйнування згуртованості команди та сприяє збереженню продуктивної атмосфери для досягнення результатів.

Таким чином, соціально-психологічний клімат у команді є одним із ключових чинників, що впливають на її спортивні досягнення. Він забезпечує згуртованість, підтримку, ефективну комунікацію та управління конфліктами, що дозволяє команді діяти як єдиний механізм і досягати високих спортивних результатів.

Висновки до розділу 1

Соціально-психологічний клімат в спортивних командах є складною системою взаємовідносин між її учасниками, яка впливає на їхню ефективність і психологічне благополуччя. Це явище характеризується такими поняттями, як згуртованість, взаємна підтримка, довіра, взаємодія та сумісність між членами команди. Важливими елементами цього клімату є емоційні та психологічні аспекти відносин, що відображають загальний стан соціальної атмосфери у спортивному колективі. Дослідження цього поняття дозволяє краще зрозуміти механізми, що визначають поведінку та мотивацію спортсменів у командних видах спорту.

Формування позитивного соціально-психологічного клімату у спортивних командах залежить від кількох важливих чинників, таких як стиль керівництва тренера, мотивація спортсменів, наявність чіткої мети, рівень взаємної підтримки та розподіл ролей всередині команди. Ключовими етапами є: встановлення довіри між учасниками, розвиток ефективної комунікації, вирішення конфліктів та зміцнення взаєморозуміння. Позитивний соціально-психологічний клімат сприяє підвищенню психологічної стійкості спортсменів, їхньому бажанню взаємодіяти та працювати над досягненням спільних цілей, що в підсумку відображається на спортивних результатах.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ НА СПОРТИВНІ ДОСЯГНЕННЯ В КОМАНДНИХ ВИДАХ СПОРТУ

2.1. Методологія та організація емпіричного дослідження

Існуючі методики визначення психологічного клімату і згуртованості в командах фокусуються навколо 5 способів їх вимірювання [19]. По-перше, це концептуалізація згуртованості, а саме яким чином визначалась згуртованість, скільки вимірів охоплювало її визначення: одновимірність згуртованості означає залучення окремих членів команди до колективного «розуму», «духу», а багатовимірність означає загальне поле сил, що діють на членів команди, щоб лишатись її повноправним та продуктивним членом. По-друге, це розмірність вимірювання, тобто як саме вимірювалася згуртованість, чи відображали предмети один вимір або кілька вимірів згуртованості та які масштаби (рівні згуртованості) зафіксувало дослідження. Тут мається на увазі також і домінуючий в команді тип згуртованості, чи він націлений на злагодженість завдань (наприклад, команда інтегрується у спробах досягти своїх цілей щодо продуктивності на полі ігрового суперництва), або це більше соціальна згуртованість, коли команда хотіла б проводити час разом поза роботою. По-третє, це спрямованість вимірювання згуртованості команди, тобто що саме фіксувалось: ставлення, поведінка або два ці аспекти разом? Наприклад, якщо фіксувалось ставлення, то увага приділялась тому, що члени команди, наприклад, відчували гордість за те, що вони є частиною команди. Якщо фіксувалась поведінка, то увага, наприклад, приділялась тому, що члени

команди не тримаються разом поза роботою. По-четверте, важливу роль грає рівень вимірювання: чи охоплює показник згуртованості індивідуальний рівень, командний рівень чи поєднання обох? Наприклад, індивідуальний рівень вимірювання включає такі оцінки як «Деякі з моїх найкращих друзів є в цій команді». Командний же рівень включає оцінку: «Люди добре працюють разом як команда». Нарешті, принциповим з точки зору методології дослідження згуртованості є рівень самого аналізу: індивідуальний чи командний. Індивідуальний рівень застосовується, коли використовується середнє арифметичне значення по всіх учасників було розраховано та використано в аналізі. Рівень команди – коли відповіді членів команди агреговані до рівня команди, а далі розраховано середнє значення по всіх командах і використано його в аналізі [19].

Літературні джерела були відібрані відповідно до вивчення проблем формування міжособистісного спілкування та рівня командної згуртованості гравців. Були проведені освітні тести для визначення психологічного клімату, показників групової згуртованості та особливостей міжособистісного спілкування.

1. Міжособистісну залежність вивчали за допомогою адаптованої методики профілю відносин, розробленої Борнштейном Р. і адаптованої Макушиною О.П. (2006). Ця методика дозволяє визначати міжособистісні феномени, такі як надмірна залежність, здорова нормативна залежність та деструктивний поділ.

Психологічний клімат у команді оцінювався за методикою А.Ф. Фідлера, яка має назву «Оцінка психологічної атмосфери в колективі». Її мета – аналіз психологічної атмосфери у групі, використовуючи метод семантичних диференціацій. Методика передбачає анонімне тестування, що підвищує точність результатів. Інструмент включає пари слів з протилежними значеннями, які описують атмосферу у колективі. Результати оцінюються за 10 пунктами, кожен з яких має шкалу від 1 до 8 балів. Менший бал означає сприятливішу атмосферу. На основі індивідуальних результатів формується

середній профіль, який відображає психологічний клімат у колективі. Показник може варіюватися від 10 (найкращий) до 80 (найгірший).

Рівні психологічного клімату в колективі:

- 10–19,9 – сприятлива атмосфера;
- 20–39,9 – ближче до сприятливої;
- 40–59,9 – нейтральна;
- 60–79,9 – ближче до несприятливої;
- 80 – негативна атмосфера.

Індекс згуртованості групи оцінювався за допомогою тесту К. Е. Сішора. Цей показник характеризує рівень інтеграції групи в єдине ціле. Методика містить 5 запитань з варіантами відповідей, які оцінюються в балах. Максимальний результат становить 19 балів, а мінімальний – 5. Рівні згуртованості визначаються так:

- 15,1 балів і більше – високий рівень;
- 11,6–15 балів – вище середнього;
- 7–11,5 балів – середній;
- 4–6,9 балів – нижче середнього;
- 4 бали і менше – низький рівень.

Форми поведінки у конфліктних ситуаціях вивчали за методикою К. Томаса, спрямованою на визначення стратегій врегулювання конфліктів.

Існує 5 способів вирішення спорів, які визначаються відповідно до 2 основних аспектів (співпраця та напористість).:

1. Суперництво-суперництво-прагнення до досягнення власних інтересів за рахунок інших.
2. Адаптація-жертвувати своїми інтересами заради іншої людини.
3. Компроміс-угода, заснована на взаємних поступках; пропозиція варіанту усунення протиріч.
4. Уникнення-відсутність бажання співпрацювати і відсутність схильності до досягнення своїх цілей.

5. Учасники ситуації приходять до альтернативи, яка повністю відповідає інтересам обох сторін - співпраці.

Опитування дає 12 суджень про поведінку людей в конфліктних ситуаціях. У різних комбінаціях вони згруповані в 30 пар, і кожного учасника просять вибрати найбільш типове судження для характеристики його поведінки [36].

Також необхідно враховувати рівень розвитку емоційного і соціального інтелекту суб'єкта з точки зору активності як колективу, так і особистості. Порівняння учасників, що спеціалізуються в командних та індивідуальних видах спорту, визначається особливостями виду діяльності. В основному результат залежить від ступеня відповідальності: в команді кожен учасник вносить свій внесок, і відповідальність розподіляється між усіма. У той же час важливо регулювати поведінку учасників, оптимальний розподіл функцій (ролей) і гармонійний клімат в колективі.

У разі індивідуальної активності результат залежить від поведінки спортсмена, і відповідальність повністю лежить на ньому. У зв'язку з цим розумове навантаження під час змагань у таких спортсменів значно вище в порівнянні з командною діяльністю, а особисті ресурси, необхідні для подолання стресу, різні. Тому в залежності від специфіки діяльності важливо визначити характеристики розумових ресурсів, необхідних для досягнення високих результатів. Згідно з дослідницькою програмою, вибірка спортсменів схожа за спортивними якостями, статтю, віком та досвідом.

Для з'ясування відмінностей між зразками спортсменів ми застосували параметричний t-тест Стюдента, оскільки розподіл даних в обох групах був близьким до нормального. Робота проходила в кілька етапів, і завдання, поставлені на кожному етапі, виконувалися послідовно.

Етапи дослідження: Етап 1-визначити актуальність теми дослідження, визначити цілі і завдання дослідження, сформулювати методологічний апарат дослідження.

Узагальніть результати сучасних досліджень, представлених в науковій літературі з досліджуваної теми. Етап 2-проведення емпіричних досліджень. На цьому етапі перевірявся порядок первинних даних на предмет нормальності розподілу, потім визначався рівень розвитку соціального та емоційного інтелекту спортсмена, особливості міжособистісного спілкування і рівень згуртованості команди. Дослідження проводилося за участю спортсменів у командних видах спорту.

Дослідження включало гравців, які брали участь у волейболі. Число опитаних склало 30 осіб - 15 хлопчиків і 15 дівчаток. Учасники віком від 18 до 22 років.

Етап 3-математична та статистична обробка первинних даних, інтерпретація та обговорення результатів досліджень, написання тексту підсумкового кваліфікаційного дослідження.

2.2. Компаративний аналіз соціально-психологічного клімату в командах з різним рівнем міжособистісної взаємодії

Соціально-психологічний клімат у команді є важливим фактором, який визначає ефективність її функціонування, рівень мотивації та задоволення учасників від спільної діяльності. Він формується під впливом багатьох чинників, серед яких ключову роль відіграє якість міжособистісної взаємодії. Взаєморозуміння, підтримка, довіра та конструктивне спілкування між членами команди сприяють створенню позитивного клімату, що підвищує продуктивність і задоволення учасників роботою в колективі.

Різні рівні міжособистісної взаємодії в командах мають безпосередній вплив на соціально-психологічний клімат. У командах із високим рівнем взаємодії зазвичай спостерігається більш згуртована та сприятлива атмосфера, тоді як у колективах із низьким рівнем взаємодії часто виникають конфлікти, недовіра та відчуженість. Компаративний аналіз такого впливу дозволяє

виявити специфіку взаємин у різних групах і визначити шляхи оптимізації клімату для досягнення командних цілей.

У цьому дослідженні розглядається взаємозв’язок між рівнем міжособистісної взаємодії та соціально-психологічним кліматом у командах. Здійснення компаративного аналізу дозволить не лише поглибити розуміння цієї взаємозалежності, а й запропонувати рекомендації для покращення командної роботи. Особлива увага приділяється впливу довіри, лідерства, емоційної підтримки та конфліктів на формування сприятливої атмосфери в колективі.

Емпіричне дослідження охоплювало три етапи:

1. Підготовчий етап (вересень 2023 – грудень 2023): на цьому етапі було проведено підготовку до дослідження, що включало визначення мети, завдань, об’єкта та предмета дослідження, а також розробку інструментарію для збору даних.
2. Основний етап (лютий 2024 – квітень 2024): в ході основного етапу здійснювався безпосередній збір та аналіз даних, проводилися експериментальні дослідження та систематизація отриманих результатів.
3. Підсумковий етап (травень – вересень 2024): під час підсумкового етапу було проведено узагальнення отриманих результатів, їхнє оформлення, підготовку висновків та розробку рекомендацій щодо практичного застосування одержаних даних.

Таблиця 2.1

Показники емоційного та соціального інтелекту респондентів

<u>Показник</u>	<u>N = 30</u>	<u>t-Стюдента</u>	<u>p</u>
<u>Параметри емоційного інтелекту</u>			
<u>Емоційна обізнаність</u>	7,34±3,80	-0,593	-
<u>Керування емоціями</u>	4,44±2,59	-2,721	p≤0,01
<u>Самомотивація</u>	9,05±3,96	0,201	-
<u>Емпатія</u>	9,00±3,31	1,034	-
<u>Розпізнання емоцій інших</u>	7,94±2,69	1,510	-
<u>Загальний рівень емо. інт-ту</u>	37,87±9,69	-0,325	-
<u>Параметри соціального інтелекту</u>			
<u>Субтест 1</u>	9,44±1,28	-0,992	-
<u>Субтест 2</u>	8,41±1,12	-0,996	-
<u>Субтест 3</u>	7,21±1,26	-1,614	-
<u>Субтест 4</u>	6,64±1,12	-2,596	p≤0,01
<u>Композиційна оцінка</u>	31,71±3,98	-1,855	-

Для представників командних видів спорту параметри «емоційна обізнаність», «емоційне управління» і «загальний рівень емоційного інтелекту» знаходяться в діапазоні низьких значень, а інші показники вимірюються, значення табличних даних знаходяться в діапазоні середніх значень. Спортсмену цілком під силу передбачити розвиток комунікативної ситуації, розпізнати по вербальним і невербальним ознаками стан і наміри оточуючих його людей, зрозуміти причини і наслідки тих чи інших вчинків.

В рамках дослідження були визначені поведінка в конфліктних ситуаціях, показники групової згуртованості і проведена оцінка психологічної атмосфери волейбольної команди. Окремі базові показники для всіх методів дослідження наведені в таблицях 2.2 і 2.3.

Таблиця 2.2

Узагальнені результати тестування волейболістів

№	ТЕСТ												
	Опитувальник К. Томаса	Тест Сішора	Тест Фідлера										
			Товариськість	Згода	Затовленість	Продуктивність	Теплота	Співробітництво	Взаємна підтримка	Захопленість	Цікавість	Успішність	Загальний бал
1	Компроміс	14	4	5	4	5	3	4	4	5	4	3	4,1
2	Співробітництво	10	3	2	2	3	6	5	6	3	4	4	3,8
3	Суперництво	8	1	2	2	3	2	1	2	1	4	3	2,1
4	Суперництво	10	3	5	5	4	5	3	3	4	3	3	3,8
5	Суперництво	7	1	3	3	4	1	3	4	5	2	5	3,1
6	Компроміс	11	4	3	2	4	6	3	4	2	4	5	3,7
7	Співробітництво	8	4	4	4	5	3	2	2	1	2	5	3,2
8	Співробітництво	11	3	4	2	3	2	3	7	4	4	6	3,8
9	Компроміс	11	6	4	6	4	3	2	4	5	4	5	4,3
10	Пристосування	12	4	3	3	4	2	3	4	4	5	5	3,7
М		10,2	3,3	3,5	3,3	3,9	3,3	2,9	4,0	3,4	3,6	4,4	35,6
δ		2,10	1,49	1,08	1,42	0,74	1,77	1,10	1,56	1,58	0,97	1,07	4,14
m		0,66	0,47	0,34	0,45	0,23	0,56	0,35	0,49	0,50	0,31	0,34	1,07

Таблиця 2.3

Узагальнені результати тестування волейболісток

№	ТЕСТ												
	Опитувальник К. Томаса	Тест Сішора	Тест Фідлера										
			Товариськість	Згода	Задовolenість	Продуктивність	Теплота	Співробітництво	Взаємна підтримка	Захопленість	Цікавість	Успішність	Загальний бал
1	Компроміс	13	7	5	5	6	6	5	6	6	7	5	5,8
2	Співробітництво	13	5	5	4	5	4	5	1	2	7	4	5,0
3	Суперництво	10	7	3	5	5	5	5	5	3	6	3	4,8
4	Суперництво	12	5	5	4	7	4	6	4	1	5	2	4,6
5	Суперництво	12	4	3	4	4	3	3	5	5	6	3	4,0
6	Компроміс	11	6	5	3	5	4	2	4	7	7	3	4,6
7	Співробітництво	12	3	3	4	5	3	5	5	6	6	4	4,4
8	Співробітництво	15	6	6	5	5	4	5	5	5	6	3	5,0
9	Компроміс	12	5	4	4	5	6	6	2	4	7	2	4,4
10	Прийняття	14	4	6	6	5	4	6	5	6	7	5	5,4
M		12,4	5,2	4,5	4,4	5,2	4,2	4,2	4,5	5,5	6,4	3,4	47,5
δ		1,43	1,32	1,18	0,84	0,79	0,92	1,32	1,27	0,85	0,70	1,07	11,04
m		0,45	0,42	0,37	0,27	0,25	0,29	0,42	0,40	0,27	0,22	0,34	2,85

Розглянемо середньогрупові показники і проаналізуємо форми поведінки в конфліктних ситуаціях (рисунк 2.1). Основними формами поведінки серед дітей були компроміс, конкуренція і співпраця - 30%, відповідно, адаптація, і ця форма поведінки проявилася у 10%.

Компаративний аналіз соціально-психологічного клімату в командах з різним рівнем міжособистісної взаємодії дозволяє зробити кілька важливих висновків щодо впливу міжособистісних відносин на загальну атмосферу в команді та її спортивні досягнення.

Високий рівень міжособистісної взаємодії в командах сприяє створенню більш гармонійного соціально-психологічного клімату, де панують взаємна підтримка, довіра, відкрите спілкування та готовність до спільних дій. У таких

командах більш виражені позитивні емоції, командний дух і ефективність у вирішенні конфліктів. Члени команди здатні легко адаптуватися до змінних умов, що є важливим аспектом для досягнення високих спортивних результатів.

Низький рівень міжособистісної взаємодії веде до появи бар'єрів у спілкуванні, підвищеної напруги і недовіри між членами команди. Це може негативно позначатися на соціально-психологічному кліматі, призводити до конфліктів, зниження мотивації та ефективності співпраці, що, в свою чергу, відображається на спортивних результатах команди. Тривала відсутність позитивної взаємодії між учасниками може призвести до формування деструктивних групових норм і стереотипів, які заважають розвитку колективу.

Порівняння між командами з високим і низьким рівнем міжособистісної взаємодії демонструє, що у перших спостерігається більш стабільний психологічний клімат, який дозволяє команді ефективно функціонувати в умовах стресу та змін. У командах з низьким рівнем взаємодії, навпаки, частіше виникають внутрішні конфлікти та труднощі у досягненні консенсусу, що суттєво ускладнює процес виконання спільних завдань[32, с. 113].

Важливою умовою підтримання високого рівня міжособистісної взаємодії є регулярні заходи, спрямовані на зміцнення командного духу, покращення комунікації та зниження емоційної напруги, такі як тренінги з командного будівництва, психологічні консультації та інші заходи, що сприяють розвитку довіри та взаєморозуміння серед членів команди.

Отже, соціально-психологічний клімат у спортивних командах безпосередньо залежить від рівня міжособистісної взаємодії. Розвиток позитивних відносин між учасниками команди є ключем до досягнення високих результатів, знижує рівень конфліктності та допомагає ефективно вирішувати проблеми. Тому особлива увага повинна приділятися підвищенню рівня міжособистісної взаємодії через систематичне вдосконалення комунікаційних навичок та створення сприятливого психологічного клімату в колективі.

2.3. Результати дослідження впливу соціально-психологічного клімату як чиннику спортивних досягнень в командних видах спорту

У процесі дослідження було встановлено, що серед спортсменів жодна форма поведінки, пов'язана з уникненням конфліктних ситуацій, не спостерігалася. Далі проведено аналіз форм реагування на конфлікти. У 30% дівчат була виявлена поведінка, спрямована на уникнення конфлікту. Ще 20% дівчат обрали компроміс, адаптацію або співпрацю як спосіб вирішення конфліктів, а 10% реагували на конфліктні ситуації шляхом конфронтації.

У ході дослідження також було визначено рівень згуртованості серед хлопців і дівчат, а також загальний показник групової єдності. Це обумовлено тим, що під час тренувального процесу й у тренувальному таборі хлопці та дівчата проводять час на одній базі й активно взаємодіють.

Аналіз показав, що у хлопців рівень групової згуртованості виявився середнім, тоді як у дівчат він був вище середнього. Загальний рівень групової згуртованості у досліджуваній групі відповідає середньому показнику.

Результати за шкалою деструктивної надзалежності представлені на рис.2.1.

Серед молодих спортсменів було виявлено, що за шкалою деструктивної надзалежності переважає середній рівень – 60%. Водночас високий рівень спостерігався у 25% респондентів, тоді як низький рівень був характерний для 15 осіб, що становить 7% від загальної кількості.

У ході дослідження взаємозв'язку між міжособистісними відносинами та згуртованістю підлітків, які займаються спортивно-оздоровчою діяльністю, було отримано такі результати: для представників командних видів спорту показники, такі як «емоційна свідомість», «управління емоціями» і «загальний рівень емоційного інтелекту», перебувають у межах низьких значень, тоді як інші параметри мають середній рівень. Дані свідчать, що спортсмени в цілому здатні аналізувати розвиток комунікативних ситуацій, розпізнавати емоційний стан і наміри оточуючих на основі вербальних і невербальних сигналів, а також розуміти причинно-наслідкові зв'язки поведінки.

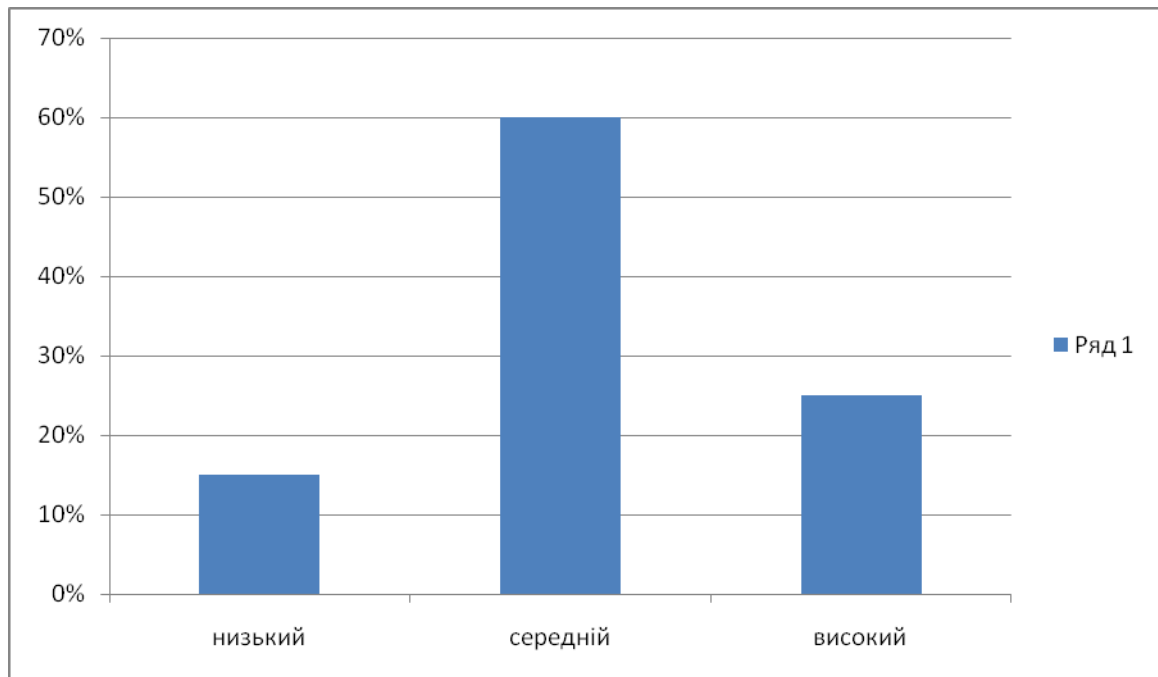


Рис.2. 1.Результатизашкалоюдеструктивноїнадзалежності

Що стосується форм поведінки в конфліктних ситуаціях, серед підлітків, які займаються спортом, найпоширенішими були компроміс, конкуренція та співпраця – кожна форма поведінки спостерігалася у 30% респондентів. Адаптація виявлялася лише у 10% дітей, а уникнення конфліктів узагалі не фіксувалося. Аналізуючи форми поведінки у дівчат, виявлено, що 30% обирають уникнення конфлікту, тоді як 20% демонструють компроміс, адаптацію чи співпрацю. Ще 10% дівчат реагують на конфлікти у формі відкритої конфронтації.

Групова згуртованість також варіюється залежно від статі. У хлопців цей показник виявився на середньому рівні, тоді як у дівчат рівень згуртованості перевищував середній. Загалом, для всієї групи спортсменів був характерний середній рівень згуртованості, що свідчить про певні можливості для покращення взаємодії у спортивних колективах.

Висновки до розділу 2

Емпіричне дослідження впливу соціально-психологічного клімату на спортивні досягнення в командних видах спорту виявило важливі аспекти взаємозв'язку між психологічними факторами та результатами команд. Процес дослідження включав методологічний підхід до вивчення соціально-психологічного клімату в командах, компаративний аналіз різних рівнів міжособистісної взаємодії, а також дослідження його впливу на досягнення спортивних результатів.

Методологія та організація емпіричного дослідження підтвердила важливість використання комплексних психологічних інструментів для оцінки соціально-психологічного клімату в командах. Дослідження включало використання опитувань, інтерв'ю, спостережень та аналізу спортивних досягнень для визначення взаємозв'язку між психологічним кліматом і результатами діяльності команд.

Компаративний аналіз соціально-психологічного клімату виявив, що команди з високим рівнем міжособистісної взаємодії демонструють більш сприятливу атмосферу для ефективної співпраці та досягнення спортивних результатів. У таких командах спостерігається менший рівень конфліктів, більша довіра, підтримка і взаєморозуміння, що створює умови для досягнення високих результатів. Натомість команди з низьким рівнем міжособистісної взаємодії мали тенденцію до внутрішніх суперечок, що негативно впливало на загальний клімат і, відповідно, на результати змагань.

Результати дослідження показали, що соціально-психологічний клімат має безпосередній вплив на спортивні досягнення в командних видах спорту. Позитивний психологічний клімат у командах сприяє підвищенню рівня мотивації, покращенню комунікації, зниженню стресу та конфліктів, що в кінцевому підсумку веде до кращих спортивних результатів. Водночас, поганий соціально-психологічний клімат гальмує командну взаємодію, знижує продуктивність і негативно позначається на результатах.

Отже, отримані дані підтвердили, що підтримка позитивного соціально-психологічного клімату є важливим чинником, що безпосередньо впливає на

спортивні досягнення в командних видах спорту. Створення умов для гармонійної взаємодії, ефективної комунікації і психологічної підтримки є ключовими аспектами для досягнення високих результатів в спортивній діяльності.

РОЗДІЛ 3. ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ ЯК ЧИННИКА ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНИХ ДОСЯГНЕНЬ

3.1. Психологічна програма підвищення командної взаємодії (тімбілдінг) для досягнення кращих спортивних результатів

Метою цієї програми є поліпшення командної взаємодії, створення атмосфери довіри та співпраці серед спортсменів, а також розвиток колективного духу для досягнення кращих спортивних результатів.

Завдання програми:

1. Покращити комунікацію між членами команди.
2. Розвинути навички спільної роботи та ефективного вирішення конфліктів.
3. Посилити довіру та взаємопідтримку в команді.
4. Покращити здатність до адаптації та роботи в стресових ситуаціях.
5. Збільшити мотивацію для досягнення спільної мети.

Тривалість програми:

Програма складається з 8-10 зустрічей (тренувань), кожна з яких триватиме 1,5-2 години. Програма передбачає як теоретичні, так і практичні заняття.

Структура програми:

1. Вступне заняття: Оцінка поточного стану команди

- **Мета:** Визначення поточного рівня командної взаємодії та встановлення основних цілей для покращення колективної роботи.
- **Методики:** Анкети для оцінки рівня довіри та комунікації, групові обговорення, вправи для визначення особистих та колективних цілей.
- **Завдання:** Оцінити рівень довіри між членами команди та визначити ключові проблеми в взаємодії.

2. Тема: Розвиток комунікаційних навичок

- **Мета:** Покращити здатність спортсменів ефективно спілкуватися, висловлювати свої думки і почуття, а також слухати інших.
- **Методики:** Ігри на активне слухання, вправи на побудову відкритого діалогу, тренінги для розвитку невербальної комунікації.
- **Завдання:** Навчити спортсменів відкрито висловлювати свої думки, надавати та отримувати конструктивну критику.

3. Тема: Взаємна підтримка та довіра в команді

- **Мета:** Розвивати навички підтримки та довіри між членами команди.
- **Методики:** Довіра через вправи на командну співпрацю, парні завдання (наприклад, «сліпий провідник»), обговорення досвіду довіри.
- **Завдання:** Покращити готовність допомогти іншому члену команди, знижувати рівень недовіри та конфліктних ситуацій.

4. Тема: Спільне досягнення цілей і мотивація

- **Мета:** Об'єднати команду навколо спільної мети, визначити індивідуальні ролі для досягнення загального результату.
- **Методики:** Складання плану дій для команди, групові обговорення мотиваційних стратегій, вправи на визначення особистих і командних цілей.
- **Завдання:** Створити план досягнення командних цілей, підтримати високий рівень мотивації на всіх етапах тренувань.

5. Тема: Управління конфліктами та стресостійкість

- **Мета:** Навчити членів команди ефективно вирішувати конфлікти і працювати в стресових ситуаціях.
- **Методики:** Рольові ігри для розв'язання конфліктів, ситуаційні вправи на стресостійкість, техніки релаксації.
- **Завдання:** Зменшити рівень стресу та конфліктів у команді, покращити здатність до позитивної взаємодії під час стресових ситуацій.

6. Тема: Командний дух і єдність

- **Мета:** Створити почуття спільності, єдності та взаєморозуміння серед спортсменів.
- **Методики:** Тімбілдінгові ігри, естафети, командні завдання на злагодженість (наприклад, будівництво спільного об'єкта), психо- та арт-терапевтичні техніки.

- **Завдання:** Зміцнити командний дух, відчувати силу єдності, згуртованість, яка необхідна для досягнення спортивних цілей.

7. Тема: Аналіз результатів і планування майбутнього

- **Мета:** Провести аналіз досягнутих результатів і підготувати план на майбутнє, виявити сильні сторони команди та можливості для покращення.
- **Методики:** Оцінка результатів за допомогою анкети, групова рефлексія, побудова плану розвитку.
- **Завдання:** Оцінити успіхи команди, визначити області, в яких необхідно досягти кращих результатів, скласти стратегію подальшого розвитку.

Методи оцінки ефективності програми:

1. **Анкети та опитування** перед і після тренінгів для визначення рівня змін у комунікаційних навичках, довірі та взаємопідтримці.
2. **Спостереження** за змінами в поведінці спортсменів на тренуваннях і змаганнях.
3. **Фокус-групи** для обговорення впливу програми на психологічний клімат у команді.

Тренувальні заняття проводяться у формі соціально-психологічного тренінгу, спрямованого на розвиток комунікативних навичок, навчання конструктивним способам виходу з конфліктних ситуацій і формування довіри до команди юних спортсменів (додаток А).

Завершення програми:

Після завершення програми тренер та психолог з командою підбивають підсумки, оцінюють досягнуті результати і обговорюють можливі напрямки для подальшого розвитку командної взаємодії. Важливо також організувати регулярні повторення тімбілдінгових заходів для підтримки високого рівня командної синергії.

Після завершення програми спортсменам буде легше співпрацювати, вони зможуть ефективно комунікувати, долати труднощі та конфлікти, а також

мати чітке розуміння своїх індивідуальних ролей у команді. В результаті це сприятиме підвищенню спортивних досягнень, покращенню емоційного клімату і досягненню спільних цілей команди.

3.2. Система практичних рекомендацій тренерам і спортсменам з покращення соціально-психологічного клімату у спортивних командах

Система практичних рекомендацій тренерам і спортсменам з покращення соціально-психологічного клімату у спортивних командах спрямована на створення сприятливої атмосфери, яка сприяє досягненню високих спортивних результатів. Психологічний клімат команди відіграє важливу роль у її успішності, оскільки взаємодія між учасниками та підтримка один одного можуть значною мірою впливати на ефективність колективної діяльності.

Перше, на що слід звернути увагу – це розвиток позитивної комунікації в команді. Тренер повинен створювати умови для відкритих, чесних і конструктивних обговорень між спортсменами. Регулярні зустрічі, на яких обговорюються як досягнення, так і труднощі, допомагають уникнути непорозумінь і конфліктів. Важливо, щоб кожен член команди почувався почутим і зрозумілим[34, с. 15].

Формування взаємної підтримки та довіри серед учасників. Тренер повинен активно працювати над тим, щоб кожен спортсмен відчував підтримку колег, а також підтримував їх у складних ситуаціях. Це можна досягти через організацію спільних тренувань, де всі активно взаємодіють, обмінюються порадами і допомагають один одному.

Важливим елементом є розвиток командного духу. Тренер повинен акцентувати увагу на тому, що результат команди залежить від внеску кожного її учасника, тому важливо підтримувати атмосферу співпраці, а не конкуренції між членами колективу. Для цього корисно використовувати командні

тренування, де кожен спортсмен має чітко визначену роль і всі працюють над досягненням спільної мети.

На тренуваннях і під час змагань важливо підтримувати емоційний баланс у команді. Психологічна підтримка з боку тренера і старших спортсменів допомагає уникнути стресу та негативних емоційних реакцій. Важливо допомогти спортсменам залишатися зібраними і сконцентрованими, навіть коли вони стикаються з труднощами або невдачами[31, с. 54].

Тренер має застосовувати методи активного слухання і позитивного підкріплення. Коли спортсмен розповідає про свої переживання або досягнення, тренер повинен уважно вислухати його, проявити співчуття і надавати підтримку. Позитивне підкріплення за успіхи або прогрес допомагає формувати у спортсменів позитивну самооцінку і мотивацію.

Необхідно працювати над розвитком емоційної інтелігентності в команді. Спортсмени повинні вміти керувати своїми емоціями, адже висока емоційна інтелігентність сприяє кращій адаптації до стресових ситуацій, знижує рівень конфліктів та покращує взаємодію в команді.

Тренери повинні активно залучати спортсменів до процесу прийняття рішень, щоб вони відчували свою важливість і вплив на результати. Це створює атмосферу довіри та взаємоповаги, що, в свою чергу, сприяє кращій командній роботі [11].

Важливо організовувати не тільки спортивні, але й соціальні заходи, такі як командні обіди, поїздки, спільні виходи на природу або інші неформальні зустрічі. Це сприяє зміцненню зв'язків і довіри між спортсменами, допомагає знизити рівень стресу і створити більш дружню атмосферу в команді.

У результаті впровадження цих практичних рекомендацій тренери зможуть покращити соціально-психологічний клімат у команді, що позитивно вплине на психологічний стан спортсменів, збільшить їхню мотивацію до досягнення результатів і полегшить взаємодію в команді, що, в кінцевому підсумку, сприятиме успішним спортивним досягненням.

Висновки до розділу 3

У Розділі 3 розглянуто прикладні аспекти дослідження соціально-психологічного клімату як чинника підвищення спортивних досягнень. Оцінка впливу соціально-психологічного клімату на ефективність командної роботи є важливим кроком для вдосконалення спортивних результатів. Практичні аспекти цього питання охоплюють розробку психологічних програм, спрямованих на поліпшення командної взаємодії, а також надання конкретних рекомендацій тренерам і спортсменам щодо покращення соціально-психологічного клімату в спортивних командах.

Психологічна програма підвищення командної взаємодії спрямована на створення умов для гармонійного розвитку команди, формування довіри, покращення комунікації і вирішення конфліктних ситуацій. Програма включає використання різноманітних методів і вправ, таких як тренінги, групові вправи, рольові ігри та дискусії, що сприяють розвитку колективної згуртованості та ефективної взаємодії. Впровадження таких програм допомагає створити позитивну атмосферу в команді, що є основою для досягнення високих спортивних результатів.

Система практичних рекомендацій для тренерів і спортсменів з покращення соціально-психологічного клімату в командах включає низку стратегій, спрямованих на поліпшення внутрішньої атмосфери в колективі. Рекомендації охоплюють такі аспекти, як розвиток лідерських якостей, управління конфліктами, формування психологічної підтримки та забезпечення ефективної комунікації між учасниками. Особлива увага приділяється значенню створення середовища довіри та взаємоповаги, що дозволяє знизити рівень стресу та підвищити рівень мотивації спортсменів.

Отже, результати, отримані в цьому розділі, демонструють, що соціально-психологічний клімат є важливим чинником у досягненні високих спортивних результатів. Створення умов для позитивної взаємодії, розвитку

командної співпраці та управління емоційними аспектами дозволяє значно підвищити ефективність спортивних команд.

ВИСНОВКИ

Соціально-психологічний клімат є важливим чинником, що значною мірою впливає на ефективність командної роботи і спортивні досягнення в командних видах спорту. Від його рівня залежить не лише продуктивність

тренувань та виконання стратегії, а й загальна мотивація, рівень стресу, взаєморозуміння між учасниками команди, а також здатність до подолання труднощів.

Оскільки спортивні команди об'єктивно націлені на постійний пошук конкурентних переваг та джерел здобуття перемоги у змаганнях, саме до них все частіше звертаються як до «криниці» знань, досвіду, морального духу і творчості у покращенні психологічного мікроклімату і досягненні кращих результатів спільної роботи. Соціально-психологічний клімат та згуртованість команди є багатовимірним конструктом, що досліджується як на рівні індивідів та їх сприйняття командного середовища, так і на рівні самої команди.

Дослідження показують, що позитивний соціально-психологічний клімат в команді сприяє покращенню комунікації, зниженню рівня конфліктів та напруги, а також підвищенню рівня довіри та взаємопідтримки між спортсменами. Це, у свою чергу, веде до кращої взаємодії на полі, полегшення процесу прийняття колективних рішень і створення сприятливого середовища для досягнення високих спортивних результатів.

Особливо важливо, що соціально-психологічний клімат безпосередньо впливає на психологічний стан спортсменів, що є критично важливим під час важливих змагань. Хороший психологічний клімат допомагає учасникам справлятися з тиском, підтримувати позитивне налаштування, а також забезпечує спільне прагнення до перемоги.

Створення та підтримання сприятливого соціально-психологічного середовища в спортивних командах є одним із ключових елементів, що сприяють досягненню високих результатів у спорті. Реалізація програм, спрямованих на зміцнення взаємодії між членами колективу, формування командного духу та розвиток лідерських якостей, відіграє важливу роль у підвищенні ефективності командної роботи та забезпеченні успіху на спортивній арені.

Аналіз соціально-психологічного клімату в командах дозволив підтвердити його значення як фактора, що впливає на успішність у командних

видах спорту. Поняття соціально-психологічного клімату можна визначити як сукупність умов, які забезпечують взаємодію спортсменів, впливають на їхній емоційний стан та психологічне налаштування. Характерними ознаками позитивного клімату є довіра, взаємна підтримка, повага та ефективна комунікація між усіма учасниками команди.

Формування такого сприятливого середовища залежить від низки чинників, серед яких виділяють індивідуальні особливості спортсменів, рівень згуртованості колективу, навички ефективної комунікації, управлінські підходи тренера, а також механізми вирішення конфліктів. Процес створення позитивного клімату потребує часу і включає етапи адаптації до нових умов, поступове встановлення довіри та формування міцних взаємин між членами команди.

Соціально-психологічний клімат суттєво впливає на продуктивність у спортивній діяльності. Сприятливий психологічний стан команди сприяє зростанню мотивації, зниженню рівня стресу, підвищенню згуртованості й полегшує адаптацію до напружених або критичних ситуацій, що безпосередньо впливає на якість командної гри та результати на змаганнях.

Результати досліджень підтверджують, що команди з високим рівнем соціально-психологічного клімату демонструють вищі досягнення на спортивних подіях. Їхні учасники мають кращу взаємодію, вміло реалізують колективні стратегії та ефективніше підтримують одне одного під час стресових ситуацій.

На основі досліджень була розроблена програма психологічної підтримки, спрямована на поліпшення взаємодії всередині команд. Основна увага приділяється розвитку навичок комунікації, підвищенню згуртованості, вирішенню конфліктів і управлінню стресовими станами. Використання цих методів сприятиме оптимізації командного клімату, що у свою чергу підвищить загальний рівень спортивних досягнень.

Отже, соціально-психологічний клімат є вагомим чинником успішності командної роботи. Його корекція та розвиток є запорукою досягнення високих результатів і зміцнення позицій команди в умовах змагального середовища.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Blynova, O. Ye., Bokshan, H. I., Nosov, P. S., Kovalchuk, Z. Ya., Piletska, L. S. & Berbentsev, V. I. (2019b). The Research of the Mental States of Expecting a Victory in Men Mini-football Teams. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(4), 2343-2351. DOI:10.7752/jpes.2019.04355
2. Furman O. Educational communication as option of innovationpsychological climate. *International journal of economics and society*. 2015. Vol. 1, Issue 1. P. 156–159.
3. Furman O. Social-psychological impact asa parametr of innovativepsychological climate. *International journal of economics and society*. 2015. Vol. 1, Issue 2. P. 143–148.
4. Furman O. Y. The innovative psychological climate: its scope, structure and parameters. *Problems of Psychology in the 21 st. Century*. 2015. Vol. 9, No.1. P. 14–19.
5. Furman Y.M, Holovkina V, Salnykova S, Sulyma A, Brezdeniuk O, Korolchuk A, Nesterova S. Effect of swimming with the use of aqua fitness elements and interval hypoxic training on the physical fitness of boys aged 11-13 years. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*. 2018,22(4):184-8. <https://doi.org/10.15561/18189172.2018.0403>
6. Gassner L., Zechmeister-Koss I., Reinsperger I. National Strategies for Preventing and Managing Non-communicable Diseasesin Selected Countries. *Frontiers in Public Health*. February 2022. doi: 10.3389/fpubh.2022.838051.
7. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 1(3), p. 261. DOI:10.1260/174795406778604564 Babushkin, G. D. (2014). Positive psychotechnologies in the structure of athletes training. *Sports psychologist*, 4(35), 42-46. Retrieved from URL <https://elibrary.ru/item.asp?id=35668024>
8. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 2(4), 497. DOI:10.1260/174795407783359696 Nagla, E. (2015). Impact of using some of mental strategies on the psychological hesitation and effectiveness of tactical activity of juniors' kumite. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(1), 32-39. DOI:10.7752/jpes.2015.01006

9. Kotler, F. (2015). Fundamentals of marketing / F. Kotler. – 5 th European ed. - M: Williams, 2015. 752 p. <http://library.wbi.ac.id/repository/212.pdf>
10. Kuramshin, Yu. F. (2002). Highest sports achievements as an object of system analysis. <https://elibrary.ru/item.asp?id=26025503>
11. Lednev, V. A. (2017). Sports industry: let's understand the concepts. SM: All about sports management and marketing, (1), 9. <https://cyberleninka.ru/article/n/predprinimatelstvo-v-industrii-sportavozmozhnosti-ozhidaniya-i-rezultaty>
12. Olena Spesyvykh, Georgii Lopatenko, Olena Polianychko, Anastasia Vorobiova, Lesia Lytvynchuk, Svitlana Salnykova. Research on the brain asymmetry of qualified athletes using dance sport as an example Journal of Physical Education and Sport ® (JPES), Vol 19 (Supplement issue 4), Art 205 pp 1418 – 1423, 2019 online ISSN: 2247 - 806X, p-ISSN: 2247 – 8051, ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES DOI:10.7752/jpes. 2019.s4204
13. Popovych, I. S. & Blynova, O. Ye. (2019). Research on the Correlation between Psychological Content Parameters of Social Expectations and the Indexes of Study Progress of Future Physical Education Teachers, Journal of Physical Education and Sport, 19(3), 847-853. DOI:10.7752/jpes.2019.s312
14. Popovych, I. S., Zavatskyi, V. Yu., Geyko, Ie. V., Halian, O. I., Zavatskyi, Yu. A. & Radul, I. H. (2019c). Research on the Structure, Variables and Interdependence of the Factors of Tourists' Mental States of Expectation for Leisure in Ukraine. Revista ESPACIOS, 40(37), page 22. Retrieved from: <https://www.revistaespacios.com/a19v40n37/19403722.html>
15. Popovych, I., Blynova, O., Aleksieieva, M., Nosov, P., Zavatska, N. & Smyrnova, O. (2019a). Research of Relationship between the Social Expectations and Professional Training of Lyceum Students studying in the Field of Shipbuilding. Revista ESPACIOS, 40(33), page Retrieved from: <https://www.revistaespacios.com/a19v40n33/19403321.html> Popovych, I. S.,
16. RuslanKropta, IrynaHruzevych, OleksandrZhyrnov, AllaSulyma, SvitlanaSalnykova, VolodymyrKormiltsev, VadymPoliak. Mechanisms of formation

the training effects in athletes with application of swimmer's snorkel device during the aerobic loads. *Journal of Physical Education and Sport* ® (JPES), Vol 20 (Supplement issue 1), Art 59 pp 413 – 419, 2020 online ISSN: 2247 - 806X; pISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES

17. Shchekin G.V. (2003). Theory and practice of personnel management: Study method. posob. / auth. – comp.; 2nd ed., K.: MAUP, 2003. 280 p.
<https://subject.com.ua/pdf/291.pdf>

18. Skorokhodov, S. N. (2018). Marketing in the management system of a sports organization. *Science and Sports: Current Trends*, 21 (4), 165-170.
<https://cyberleninka.ru/article/n/marketing-v-sisteme-upravleniyasportivnoy-organizatsiey>

19. SALAS, Eduardo, et al. Measuring team cohesion: Observations from the science. *Human factors*, 2015, 57.3: 365-374.

20. Ziyi Hu, Chi Zhang, Yuqiu Yan. Overview of Methods for Preventing NonCommunicable Diseases from a Public Health Perspective. *International Journal of Biology and Life Sciences* Vol. 4, No. 1, 2023.

21. Бринзак, С., Беляєва Н. Психологічна сумісність та її оцінка в спортивній команді. *Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту*, 10(4), 2006. С. 36–40.

22. Вінс, В., & Кангараєва, К. Особливості формування сприятливого психологічного клімату в спортивній дитячій групі в контексті впровадження інклюзивної освіти. Міжнародна наукова інтернет-конференція «Практична психологія в інклюзивному середовищі», (с. 207–212). Переяслав : Видавець Я.М. Домбровська. 2020.

23. Вознюк Т. В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Вінниця: ФОП Корзун Д. Ю., 2016. 240 с.

24. Войтенко С. М. Психолого-педагогічні засоби регуляції спільної діяльності спортивних команд із різним типом взаємодії. Київ, 2017. С. 3-6.

24а. Гірняк А.Н. Психологічна діагностика міжособистісної взаємодії засобами соціометричного опитування. *Психологія і суспільство*. 2019. № 3-4. С. 138-147.

25. Гончаренко В. Дослідження соціально-психологічного клімату футболістів на етапі попередньої базової підготовки. Слобожанський науково-спортивний вісник: Матеріали XIX Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи», 2019. С. 26–28.

26. Горбунова В. Психологія командотворення: ціннісно-рольовий підхід до формування та розвитку команд: монографія. Житомир: вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. 380 с

27. Гринь ОР. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів: навч. посіб. Київ: Олімпійська література»; 2015. 184 с.

28. Демчишин А. П., Ковцун В. І., Калька Г. Г. Рухова активність – нагальна потреба дитячого організму. Здоровий спосіб життя : зб. матеріалів III Міжрегіон.(І міської) наук.-практ. конф. Львів, 2004. С. 23–24.

29. Кенані, С.Б. Індикатори психологічного клімату спортивної команди (Автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту). Київ.

30. Ковальчук В. І. Формування у студентської молоді стійкої позиції щодо важливості фізичної культури. Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах : Матеріали Регіон. наук. інтернет-конф., м. Дніпро, 26 листоп. 2020 р. Дніпро, 2022. С. 67–72.

31. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях: Навчально-методичний посібник. Вінниця: Планер, 2016. 159 с.

32. Костюкевич В.М. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті : монографія. Вінниця: «Планер», 2017. 191 с.

33. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях: Навчально-методичний посібник. Режим доступу:

[https:// library.vspu. edu.ua/polki/akredit/kaf_5/kostukevich_13.pdf/](https://library.vspu.edu.ua/polki/akredit/kaf_5/kostukevich_13.pdf/) Вінниця: Планер, 2016. 159 с.

34. Кузеванова, Т. М. Соціально-психологічні чинники становлення спортивної гандбольної юнацької команди = Socio-psychological factors of formation of sports youth handball team : кваліфікаційна робота на здобуття ступеня вищої освіти «магістр» / Т. М. Кузеванова ; наук. керівник д.психол.н., професор О. Є. Блинова ; Міністерство освіти і науки України ; Херсонський держ. ун-т, Ф-т психології, історії та соціології, Кафедра загальної та соціальної психології. Херсон : ХДУ, 2020. 68 с.

35. Кутек Т. Б. Відновлювальні засоби на етапі спеціалізованої базової підготовки спортсменів : наук.- метод. реком. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 28 с.

36. Мансуров Н. Ефективність програми удосконалення атакуючих тактичних дій гандболістів на етапі підготовки до вищих досягнень. Фізична активність, здоров'я і спорт / за ред. М. Пітин. 2015. Т. 19. №1. С. 38-45

37. Мотивація підлітків до занять спортом / С. Калитка та ін. Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. 2016. № 9. С. 81–86.

38. Одорожа, С.М. Соціально-психологічні особливості відносин спортивної групи. Наукова конференція «Соціально-психологічний та філософський підхід до проблем сучасного суспільства», (м. Сєверодонецьк, 8 лютого – 1 березня 2016 р.), (с. 112–113). Сєверодонецьк : СНУ ім. В. Даля, 8.

39. Оксенюк, І. Значення факторів психологічної сумісності у взаємовідносинах між тренером та гравцями футбольної команди. Нова педагогічна думка, 3(91), 2017. С.71–73.

40. Палінічак, О.І. (н.д.). Шляхи формування оптимального психологічного клімату в педагогічному колективі. Режим доступу: http://www.library.kherson.ua/klas/18/pedagog_skarbnychka/metod_porady/palinichak.doc.

41. Психологія спорту : матеріали теорет. курсу для самостійної роботи студентів / уклад.: В. І. Воронова, Є. М. Свіргунець, Г. В. Ложкін. – Хмельницький : ТУП, 2012. 96 с.

42. Психологія фізичного виховання та спорту : навчально-методичний посібник / І. В. Іваній, В. М. Сергієнко. Суми: ФОП Цьома С.П., 2016. 204 с

43. Рибковський А. Г., Приймаченко А. В. Управління мотивацією спортсмена в умовах тренування Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. праць. Харків, 2005. № 22. С. 54–57.

44. Соціокультурні та психологічні вектори становлення особистості: колективна монографія / О. Є. Блинова, С. І. Бабатіна, Т. М. Дудка, А. М. Одінцева та ін. / відпов. ред. О. Є. Блинова. Херсон : ФОП Вишемирський В. С. 2018. 428 с.

45. Федик О. В. Психологія спорту: матеріали для самопідготовки до семінарських занять для студентів спеціальності «Психологія». ІваноФранківськ : Інін, 2013. 226 с.

45а. Фурман А.В., Гірняк А.Н. Психологічне узмістовлення взаємообміну у контексті соціальної взаємодії. *Україна в умовах реформування правової системи: сучасні реалії та міжнародний досвід* : матеріали III міжнар. наук.-практ. конф., м. Тернопіль, 20-21 квіт. 2018 р. Тернопіль : Економічна думка, 2018. С. 333–336.

46. Хомяк Г. КОМПЕТЕНТНІСТЬ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У СТВОРЕННІ ПОЗИТИВНОГО СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ В СПОРТИВНІЙ КОМАНДІ. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету*, (2), 2023. С. 58–66.
<https://doi.org/10.31499/2307-4906.2.2023.282463>

47. Шаповалов Б. Б. Тренінгова підготовка курсантів та слухачів ВНЗ МВС до майбутньої професійної кар'єри засобами спорту та фізичної культури Нові технології навчання: психологічні проблеми: тези наук.-практ. конф. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. С. 113–114.

48. Шаповалов Б. Б. Формування мотивації досягнень спортивно обдарованих студентів і курсантів Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ, 2006. Т. VIII. Ч. 8. С. 369–376.

49. Шевцова О. М. Аутопсихологічна компетентність як фактор особистіснопрофесійного розвитку майбутніх психологів. Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі: зб. тез доповідей Всеукр. наук.- практ. конф., 17-18 травня 2017 р., Мукачево / ред.кол.: Т.Д. Щербан (гол.ред.) та ін. Мукачево: вид-во МДУ, 2017. С. 188-190

50. Шевцова О. М. Професійна Я-концепція фахівця: теоретичний аналіз проблеми категоріального визначення. Вісник післядипломної освіти: зб. наук. праць. Вип. 12. Київ: Геопринт, 2009. С. 310-316.