

Діагностика рівня емпатії у тренерів з черліденгу

Олена Крикун, Валентина Воронова,
 Світлана Федорчук

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Анотація. Представлено результати дослідження наявного рівня емпатії та його складових (раціонального компонента емпатії, емоційної чуйності, інтуїтивних здібностей, настанов, що сприяють чи перешкоджають емпатії, проникаючих здібностей (легкості налагодження комунікативних зв'язків) та ідентифікаційних здібностей, тобто здібностей до наслідування) у тренерів, які працюють зі спортсменами в черліденгу. *Мета.* Визначення рівня прояву емпатії у тренерів з черліденгу. *Методи.* Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел та даних мережі Інтернет; спостереження, анкетування, бесіда; метод експертних оцінок; діагностика рівня емпатії; методи непараметричної статистики. *Результати.* За загальним (сумарним) показником емпатії переважно більшість тренерів з черліденгу ($n = 18$) було віднесено в групу зі зниженим рівнем емпатії, що загалом є характерним для тренерів деяких інших командних видів спорту. За результатами проведеного дослідження виявлено такі особливості окремих тенденцій у структурі емпатії випробуваних: найменшу кількість балів у тренерів виявлено за шкалами «Раціональний компонент емпатії», «Ідентифікаційні здібності (здібності до наслідування)» та «Інтуїція». Дані проведеного дослідження свідчать, що переважна більшість тренерів, які брали участь у дослідженні, характеризується зниженим рівнем емпатії. Найбільш вираженими складовими емпатії, згідно з отриманими результатами, виявилися такі компоненти особистості тренерів, як проникаючі здібності (легкість налагодження комунікативних зв'язків), емоційна чуйність і настанови, що сприяють чи перешкоджають емпатії.

Ключові слова: емпатія в спорті, тренери, черліденг.

Olena Krykun, Valentyna Voronova, Svitlana Fedorchuk

DIAGNOSTICS OF THE LEVEL OF EMPATHY IN CHEERLEADING COACHES

Abstract. The paper presents the results of the study of the existing levels of empathy and its components (the rational component of empathy, emotional sensitivity, intuitive abilities, instructions that promote or hinder empathy, penetrating abilities (ease of communication), and identification abilities, that is, the ability to imitate) in coaches working with cheerleading athletes. *Objective.* To assess the level of empathy in cheerleading coaches. *Methods.* Theoretical analysis and generalization of literary sources and Internet data; observation, questionnaire, conversation; expert assessment method; diagnostics of empathy level; and methods of non-parametric statistics. *Results.* According to the total score of empathy, the vast majority of cheerleading coaches ($n = 18$) were assigned to the group with a reduced level of empathy, which is generally characteristic of coaches in some other team sports. Based on the results of the study, the following features of certain trends in the structure of empathy of the subjects were identified: the coaches had the lowest scores in the following scales: «Rational component of empathy», «Identification abilities (ability to imitate)», and «Intuition». The data of the study showed that the vast majority of coaches who participated in the research were characterized by a reduced level of empathy. The most pronounced components of empathy, according to the obtained results, were found to be such components of the coaches' personality as penetrating abilities (ease of communication), emotional sensitivity, and instructions that promote or hinder empathy.

Keywords: empathy in sports, coaches, cheerleading.

Вступ. Всеукраїнська федерація черліденгу офіційно зареєстрована у нашій країні 24 листопада 2004 р. На сьогодні вона має членство Міжнародного черліденгового союзу (ICU) та Європейського черліденгового союзу (ECU). У жовтні 2015 р. Всеукраїнській федерації черліденгу груп підтримки спортивних команд було надано статус Національної федерації та виняткове право розвивати вид спорту черліденг в Україні [1, 9]. У 2016 р. Міжнародний олімпійський комітет (МОК) попередньо визнав черліденг олімпійським видом спорту. У зв'язку з цим цілком ймовірна участь черлідерів України в Олімпійських іграх 2024 р. в Парижі [5]. Як пояснив спортивний директор МОК Кіт Макконнелл, цей вид спорту став дуже популярним серед молоді і станом на 2016 р. мав 4,5 млн зареєстрованих спортсменів [3, 5].

Спортивна діяльність черлідера не пов'язана з безпосередньою взаємодією із суперником, її успішність залежить переважно від якості технічного виконання рухів та дій, синхронності і узгодженості дій партнерів чи команди в цілому, тому особливо важливого значення тут набуває психофізіологічна та психологічна сумісність спортсменів [7]. Наприклад, за результатами оцінювання психологічної сумісності представниць спорідненого виду спорту (художня гімнастика), деякі учені виділяють такі важливі для роботи у групових вправах психологічні характеристики: екстраверсія, емоційна стабільність, адаптивна поведінка зі слабко вираженим домінуванням, товариськість, орієнтація на спілкування, здатність знаходити компроміс та співпрацювати у конфліктних ситуаціях, прагнення до прийняття стандартів та цінностей групи [6]. Тому особливе місце в підготовці черлідерів посідають психологічна підготовка, а також психологічний та психофізіологічний моніторинг їх функціонального стану [7, 21].

Krykun O., Voronova V., Fedorchuk S.
 Diagnostics of the level of empathy in cheerleading coaches. Theory and Methods of Physical education and sports. 2022; 4: 85–88
 DOI: 10.32652/tmfvs.2022.4.85–88

Крикун О., Воронова В., Федорчук С.
 Діагностика рівня емпатії у тренерів з черліденгу. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2022; 4: 85–88
 DOI: 10.32652/tmfvs.2022.4.85–88

Психологічна підготовка у спорті передбачає значну кількість роботи зі спортсменом, зокрема з боку тренера: формування особистості і міжособистісних відносин, розвиток спортивного інтелекту, психічних функцій та психомоторних якостей тощо [7, 22]. У спортивній взаємодії здатність тренера розуміти свого спортсмена розглядається як життєво важливий фактор для оцінювання цього спортсмена та досягнення відповідного успішного робочого партнерства. Це розуміння можна визначити як емпатійну точність, яка є здатністю точно робити висновок про психологічний стан спортсмена [12, 22]. Що стосується емпатії, емпіричні дослідження у цій сфері можна поділити на дві категорії: ті, які досліджували фактори, що впливають або викликають емпатію, і ті, які досліджували можливий вплив емпатійних тенденцій на нейрокогнітивні функції та продуктивність [2, 20].

Викликає зацікавленість вивчення нейронних корелятивів досвіду емпатії [17]. Способи, за допомогою яких тренери можуть удосконалити та розвинути свою емпатійну точність, досліджуються в чотирьох напрямках: збирання інформації, уникнення упреджень, підтримання належного рівня емпатії та рефлексії [12]. Доведено, що існують зв'язки між емпатією та прийняттям рішень під час спостереження та/або виконання дій [19].

Ефективність спортсмена залежить як від фізичних, так і від психологічних факторів [7, 8, 15]. Поведінка людини залежить від взаємодії з іншими людьми. Емпатія базується на соціальних взаємодіях і визначається як розуміння, усвідомлення, чуйність і здатність переживати почуття, думки та досвід іншого. Існує невелика кількість досліджень впливу емпатії на продуктивність і діяльність особистості спортсмена та команди [10, 11, 22]. Можливі механізми можна віднести до дзеркальних нейронів або гіпотези конкуренції за доступність [2]. З огляду на обмежені дослідження емпатії в галузі спорту та фізичного виховання, існує потреба в додаткових дослідженнях для вивчення ролі емпатії в індивідуальних і ко-

Таблиця 1. Показники рівня емпатії та її складових у тренерів з черліденгу (n = 20)

Показник	Me [25 %, 75 %]
Раціональний компонент емпатії	2,00 [1,50; 3,50]
Емоційна чуйність	3,00 [2,00; 4,00]
Інтуїція	2,00 [1,00; 4,00]
Настанови, що сприяють чи перешкоджають емпатії	3,00 [3,00; 4,00]
Проникаючі здібності (легкість налагодження комунікативних зв'язків)	4,00 [3,00; 4,50]
Ідентифікація (здатність до наслідування)	2,00 [2,00; 4,00]
Сумарний показник рівня емпатії	17,00 [16,00; 19,50]

мандних виступах спортсменів, у стосунках між тренером і спортсменами з метою підвищення спортивного результату [4, 10, 11, 13].

Мета дослідження – визначення рівня прояву емпатії у тренерів з черліденгу.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел та даних мережі Інтернет; спостереження, анкетування, бесіда; метод експертних оцінок [14, 18]; методи психологічної діагностики – методика діагностики рівня емпатії В. В. Бойка [18, 24]; методи непараметричної статистики.

Результати дослідження. У дослідженні взяли участь 32 тренери з черліденгу, жіночої і чоловічої статі, віком 19–45 років. Згадана методика діагностики рівня емпатії полягає у визначенні таких її складових: раціональний компонент емпатії, емоційна чуйність, інтуїція, настанови, що сприяють чи перешкоджають емпатії, проникаючі здібності (легкість налагодження комунікативних зв'язків), ідентифікаційні здібності (здатність до наслідування). Таким чином, отримані результати дають змогу у структурі емпатії виділити шість тенденцій (шкал) [18, 24].

За результатами проведеного дослідження наявного рівня емпатії у тренерів, які працюють зі спортсменами в черліденгу, виявлено деякі особливості в окремих тенденціях у структурі емпатії випробуваних (табл. 1).

Найбільш вираженими компонентами емпатії за кількістю набраних балів виявилися такі: «Проникаючі зді-

бності (легкість налагодження комунікативних зв'язків)», «Емоційна чуйність» і «Настанови, що сприяють чи перешкоджають емпатії». Відповідно, найменшу кількість балів виявлено за шкалами «Раціональний компонент емпатії», «Ідентифікаційні здібності (здатність до наслідування)» та «Інтуїція» (рис. 1).

Одним із методів психологічного дослідження є метод експертних оцінок для визначення професійно важливих якостей [14, 18]. Аналіз виділених досвідченими тренерами (n = 29), в минулому – кваліфікованими спортсменами, важливих для досягнення успіху в спортивній діяльності особистісних властивостей черлідерів свідчить, що з 20 особистісних якостей, необхідних і тренерам і спортсменам, емпатія посіла 14-те місце. В той самий час, на думку тренерів з футболу, така якість особистості як здатність до емпатії характерна для біль-

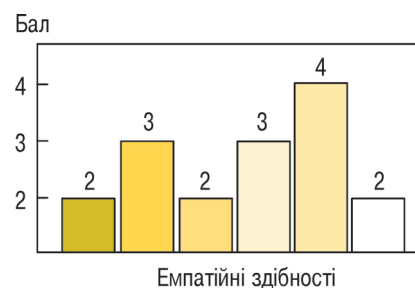


Рисунок 1 – Складові емпатії у випробуваних тренерів з черліденгу (n = 20):

■ – раціональний компонент емпатії; ■ – емоційна чуйність; ■ – інтуїція; ■ – настанови, що сприяють чи перешкоджають емпатії; ■ – проникаючі здібності (налагодження комунікативних зв'язків); ■ – ідентифікація (здатність до наслідування)

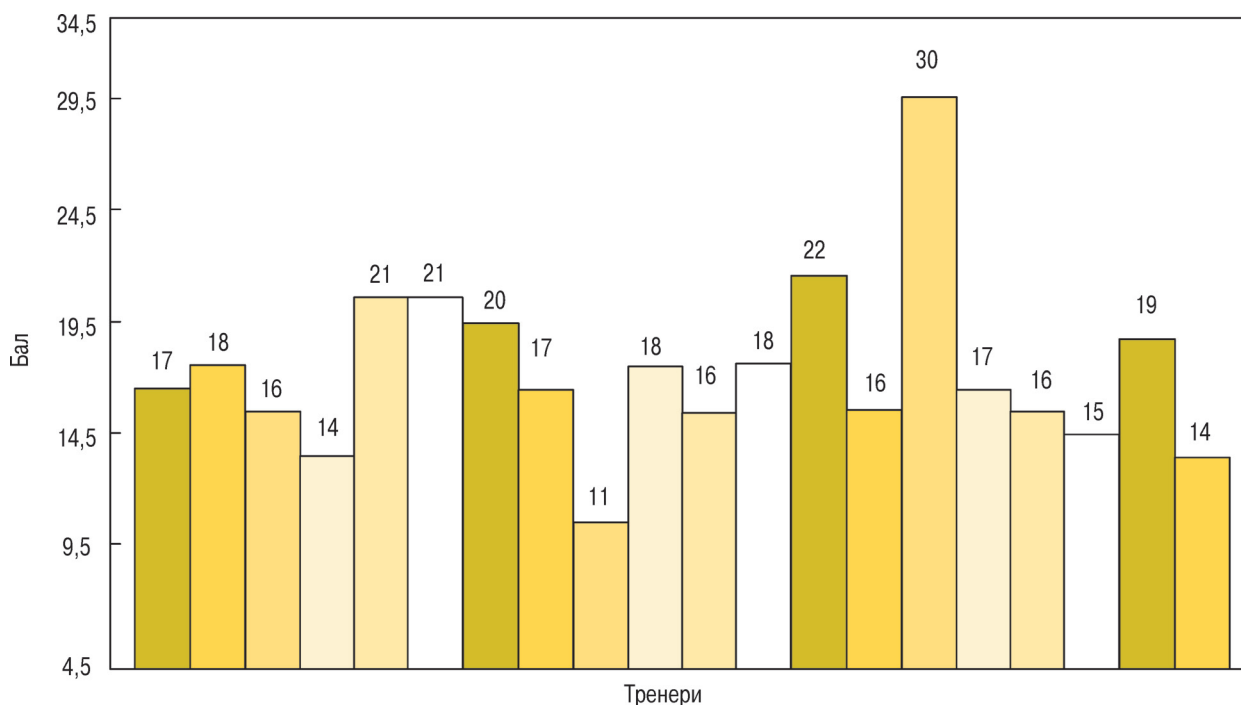


Рисунок 2 – Сумарний показник рівня емпатії у тренерів з черліденгу (n = 20)

шості представників цього виду спорту [23].

Отримані нами дані за методикою діагностики рівня емпатії В. В. Бойка свідчать, що за загальним (сумарним) показником переважна більшість тренерів з черліденгу (n = 18) потрапила в групу зі зниженим рівнем емпатії (рис. 2). Проте, аналіз наявних наукових досліджень показує, що знижений рівень емпатії характерний як для тренерів з черліденгу, так і для тренерів деяких інших командних видів спорту [22].

Дискусія. Черліденг як складно-координаційний вид характеризується спільно-взаємопов'язаною та спільно-синергічною узгодженістю дій партнерів, спортсмени тут повинні діяти як єдина команда, але черліденг кардинально відрізняється від інших командних видів спорту [16]. Зокрема у ньому особливе значення має фізична підготовка в поєднанні з хореографічною, музичною і технічною [1, 21]. Найбільш значущими показниками спортивно-технічної майстерності в командних виступах черлідерів визнано синхронність і чіткість виконання рухів усією командою [1, 21]. Черлідерам і тренерам потрібно мати хорошу реакцію та вміння відчувати настрій спортсменів і глядачів [1, 8].

Проникаюча здатність в емпатії розцінюється як важлива комунікативна властивість людини, що дозволяє створювати атмосферу відкритості, довірливості, задушевності [18]. Кожен зі спортсменів або тренерів своєю поведінкою та ставленням до оточуючих сприяє словесно-емоційному обміну або перешкоджає йому. Розслаблення партнера сприяє емпатії, а атмосфера напруженості, неприродності, підозрливості перешкоджає розкриттю та емпатійному досягненню [24].

Емоційний канал емпатії з'являється тоді, коли фіксується здатність тренера входити в одну емоційну «хвилю» з оточуючими, з вихованцями – співпереживати, опосередковано допомагати та брати участь в їх діяльності. Емоційна чуйність стає засобом «входження» в енергетичне поле іншої людини [18]. Зрозуміти її внутрішній світ, прогнозувати поведінку та ефективно впливати можна тільки в тому випадку, якщо відбулося емоційне налаштування під об'єкт емпатії [24]. Співучасть і співпереживання можуть виконувати роль сполучної ланки, провідника від тренера до спортсмена і також у зворотному напрямку – від спортсмена до тренера.

Настанови, що сприяють або перешкоджають емпатії, відповідно полегшують або ускладнюють дію всіх емпатійних каналів [24]. Ефективність емпатії знижується, якщо людина намагається уникати особистих контактів, вважає недоречним виявляти цікавість до іншої особистості, душевно зачерствіла, емоційно виснажена, а тому сама себе переконала спокійно ставитися до переживань та проблем оточуючих. Подібні умонастрої різко обмежують діапазон емоційної чуйності та емпатійного сприйняття. Навпаки, різні канали емпатії діють активніше та надійніше, якщо немає перешкод з боку настанов особистості.

Висновки.

1. Дані проведеного дослідження свідчать, що переважна більшість тренерів з черліденгу характеризується зниженим рівнем емпатії.

2. Найбільш вираженими складовими емпатії, згідно з отриманими результатами, виявилися такі компоненти особистості тренерів, як проникаючі здібності (легкість налагодження комунікативних зв'язків), емоційна чуйність і настанови, що сприяють чи перешкоджають емпатії.

Перспективи подальших досліджень передбачають проведення порівняльного аналізу психологіч-

них і психофізіологічних показників спортсменів і тренерів у черліденгу.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Andrienko GS, Krykun YuYu, Sinytsia SV, Sinytsia TO, Tymoshevska LE. Cherlideng: Curriculum for children's and youth sports schools. Kyiv. 2017. 71 p.
2. Behm DG, Carter TB. Empathetic Factors and Influences on Physical Performance: A Topical Review. *Frontiers in Psychology*. 2021;12:686262. doi: 10.3389/fpsyg.2021.686262
3. High Castle. News. 2016. Source: <https://wz.lviv.ua/news/189190-cherliderky-vystupatumut-na-olimpiadi>
4. Janelle CM, Fawver BJ, Beatty GF. Emotion and sport performance. *Handbook of sport psychology*. 2020:254–298. <https://doi.org/10.1002/9781119568124.ch13>
5. Kosonog A, Sinytsia S. Methodical bases of planning the process of physical training of cadet cheerleaders in sports sections. The role of physical culture and sports in preserving and strengthening the gene pool of the nation: all-Ukrainian science and practice online conference, (Poltava, April 15–16, 2021). Poltava: Simon, 2021:83–85.
6. Kozhanova OS, Nesterova TV. Selection of female athletes for teams in group exercises of rhythmic gymnastics: monograph. Kyiv: Kyiv University named after B. Hrinchenko, 2018. 152 p.
7. Krykun O, Voronova V. Psychological characteristics of personality of athletes in cherledeng. *Physical culture, sport and health of the nation. Coll. of scientific papers*. 2021;11(30):133–147. doi: [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2021-11\(30\)-1-374](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2021-11(30)-1-374)
8. Krykun YuYu. Characteristics of the competitive activity of cheerleading athletes. *Slobozhansky scientific and sports bulletin*. 2009;2:72–75.
9. Krykun YuYu. Features of the development of cheerleading as a sport in Ukraine. *Physical education of different layers of the population*. 2007;7:39–41.
10. Lada SS. Emotionally supportive interaction between an athlete and a coach as a factor in the success of sports activities. In *Modern Science. XXI century: scientific, cultural, IT context*. 2021:140–146.
11. Lada SS. The study of empathy in the «coach-athlete» system at the stage of higher sportsmanship. *Scientific notes of the University named after PF Lesgaft*. 2020;11:301–305. doi: 10.34835/issn.2308-1961.2020.11.p301-305
12. Lorimer R. The development of empathic accuracy in sports coaches. *Journal of Sport Psychology in Action*. 2013;4(1):26–33. <https://doi.org/10.1080/21520704.2012.706696>
13. Lorimer R, Jowett S. Empathic accuracy, meta-perspective, and satisfaction in the coach-athlete relationship. *Journal of applied sport psychology*. 2009;21(2):201–212. <https://doi.org/10.1080/10413200902777289>
14. Moskvina VA, Moskvina NV, Kovalevsky AG, Shumova NS. Psychological and psychophysiological diagnostics of regulatory processes in sports: Guidelines. Moscow: Research Institute of Sports. 2013. 63 p.
15. Onishchuk LM. Psychological and pedagogical competences of students-future trainers. *Physical culture in university education: innovations, experience and prospects for development in modern conditions: Coll. of materials*. 2022:131–136.
16. Psychological and pedagogical support of sports activities in the context of personal self-realization: monograph under the general. ed. LG Ulyayeva. Moscow: Publisher Markhotin PYu. 2014. 236 p.
17. Rameson LT, Morelli SA, Lieberman MD. The neural correlates of empathy: experience, automaticity, and prosocial behavior. *Journal of cognitive neuroscience*. 2012;24(1):235–245. https://doi.org/10.1162/jocn_a_00130
18. Raygorodsky DYa. Practical psychodiagnostics. Methods and tests. Tutorial. Samara. 2001. 672 p.
19. Sevdalis V, Raab M. Individual differences in athletes' perception of expressive body movements. *Psychology of Sport and Exercise*. 2016;24:111–117. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.02.001>
20. Sevdalis V, Raab M. Empathy in sports, exercise, and the performing arts. *Psychology of sport and Exercise*. 2014;15(2):173–179. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.013>
21. Shinkaruk OA, Andrienko GS, Fedorchuk SV. Psychological and psychophysiological monitoring of the condition of qualified cheerleading athletes in the discipline of cheer-dance freestyle during preparation for the main competitions. *Sports medicine, physical therapy and occupational therapy*. 2022;1:49–59. DOI: <https://doi.org/10.32652/spmed.2022.1.49-59>
22. Voronova V, Khmel'nitska I, Kostyukovich V, Petrovska T. Psychological Components of a Football Coach Personality. *SportMont*. 2021;19(S2):137–141. DOI: 10.26773/smj.210923
23. Voronova VI. Psychology of sports: training manual. Kyiv: Olympic literature. 2019. 298 p.
24. Website for psychological help. Source: <https://psycabi.net/>

ІНФОРМАЦІЯ ПРО АВТОРІВ

Крикун Олена Андріївна orcid.org/0000-0002-5285-5110, E-mail: elen.krykun@gmail.com

Воронова Валентина Іванівна orcid.org/0000-0002-5072-4184, E-mail: professor.voronova@gmail.com

Федорчук Світлана Володимирівна orcid.org/0000-0002-2207-9253, E-mail: lanasvet778899@gmail.com

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
вул. Фізкультури 1, м. Київ, 03150, Україна

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Krykun Olena orcid.org/0000-0002-5285-5110, E-mail: elen.krykun@gmail.com

Voronova Valentyna orcid.org/0000-0002-5072-4184, E-mail: professor.voronova@gmail.com

Fedorchuk Svitlana orcid.org/0000-0002-2207-9253, E-mail: lanasvet778899@gmail.com

National University of Ukraine on Physical Education and Sport
Fizkul'tury str. 1, Kyiv, 03150, Ukraine

Надійшла 12.10.2022