

ІСТОРІЯ, ПЕДАГОГІКА, ПСИХОЛОГІЯ, ПРАВО, СОЦІОЛОГІЯ І ФІЛОСОФІЯ У СФЕРІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Мотивація досягнення успіху в структурі особистісного профілю стресостійкості кваліфікованих гандболісток

Лілія Арнаутова, Тетяна Петровська,
Світлана Федорчук, Євген Петрушевський

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Анотація. Представлено результати дослідження мотивації досягнення успіху та уникнення невдач у структурі особистісного профілю стресостійкості кваліфікованих гандболісток. **Мета.** Оцінювання рівня мотивації досягнення успіху та уникнення невдач, змагальної особистісної тривожності у взаємозв'язку із стратегіями подолання стресу кваліфікованих гандболісток. **Методи.** «Методика діагностики мотивації до досягнення успіху Т. Елерса» і «Методика діагностики мотиваційної спрямованості особистості на уникнення невдач Т. Елерса», «Опитувальник способів психологічного подолання» Р. Лазаруса, С. Фолкмана та «Методика для психологічної діагностики копінг-механізмів Е. Heim», шкала Р. Мартенса (в адаптації Ю. Л. Ханіна). **Результати.** виявлено, що мотивація досягнення успіху в обстежених гандболісток була більше виражена, ніж мотивація до уникнення невдач; встановлено переважання адаптивних копінг-стратегій; більшість обстежених мали середній рівень змагальної особистісної тривожності, решта – високий. Рівень мотивації досягнення успіху та уникнення невдач у обстежених гандболісток асоціювався з показником за шкалою «Пошук соціальної підтримки»: менше мотивовані спортсменки були схильні у стресових ситуаціях надавати перевагу зусиллям у пошуку інформаційної, дієвої та емоційної соціальної підтримки. Кореляційний аналіз не виявив значущих взаємозв'язків між іншими копінг-стратегіями і рівнем мотивації досягнення успіху та уникнення невдач, а також рівнем змагальної особистісної тривожності обстежених спортсменок. **Ключові слова:** мотивація досягнення успіху та уникнення невдач, копінг-стратегії, кваліфіковані спортсменки, гандбол.

Liliya Arnautova, Tetiana Petrovska, Svitlana Fedorchuk, Yevhen Petrushevskiy

MOTIVATION FOR SUCCESS IN THE STRUCTURE OF PERSONAL PROFILE OF STRESS TOLERANCE OF SKILLED FEMALE HANDBALL PLAYERS

Abstract. The article presents the results of the study of motivation to achieve success and to avoid failure in the structure of the personal profile of stress tolerance of skilled female handball players. **Objective.** To assess the level of motivation to achieve success and to avoid failure, and competitive anxiety in relationship with the strategies for coping with stress in skilled handball players. **Methods.** «Technique of diagnostics of motivation to achieve success by T. Ehlers» and «Technique of diagnostics of motivational orientation of a personality on avoidance of failures by T. Ehlers», «The ways of coping questionnaire» by R. Lazarus and S. Folkman, «Technique for psychological diagnostics of coping mechanisms by E. Heim», and the R. Martens' scale adapted by Yu. L. Khanin. **Results.** It was found that the motivation to achieve success in the examined female handball players was more pronounced than the motivation to avoid failure;

Вступ. Стресостійкість як інтегральна характеристика психічного розвитку формується в процесі онтогенезу людини на основі генетично зумовлених індивідуальних характеристик, серед яких фахівці виділяють швидкість переробки інформації, лабільність нервових процесів, витривалість, точність та продуктивність діяльності [8]. На думку провідних фахівців, здійснення діагностики стресостійкості передбачає урахування як прямих, так і побічних її показників. Визначення самооцінки стресостійкості, рівня стресостійкості, вегетативних проявів стресу, поведінкових стратегій додання стресу (копінг-стратегій) тощо відносять до прямих показників рівня стресостійкості. Побічні показники розглядаються як прояви стресостійкості у мотиваційній, особистісній, соціальній і поведінковій сферах [8].

Слід зазначити, що у спеціальній літературі зустрічаються різні трактування поняття «копінг»: як синонім стресостійкості; як специфічна характеристика вміння точно відображати істотні ознаки проблемної ситуації і вибрати адекватний спосіб поведінки [18].

Нобфолл стверджує, що фокус моделей стресу повинен бути спрямований у бік психологічних ресурсів. Він думає також, що людські ресурси включають предметну сферу (поведінкова активність), ресурси стану, особистісні характеристики й енергетичні показники [27].

Серед копінг-ресурсів учені виділяють мотивацію, життєстійкість, самоконтроль, цілеспрямованість, сві-

Arnautova L., Petrovska T., Fedorchuk S., Petrushevskiy Ye. Motivation for success in the structure of personal profile of stress tolerance of skilled female handball players. Theory and Methods of Physical education and sports. 2023; 4: 66–71
DOI: 10.32652/tmfvs.2023.4.66–71

Арнаутова Л., Петровська Т., Федорчук С., Петрушевський Є. Мотивація досягнення успіху в структурі особистісного профілю стресостійкості кваліфікованих гандболісток. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2023; 4: 66–71
DOI: 10.32652/tmfvs.2023.4.66–71

the prevalence of adaptive coping strategies was demonstrated; most of the subjects had a moderate level of competitive anxiety, while the rest had the high level. The level of motivation to achieve success and to avoid failures in the examined female handball players was associated with the score on the scale «Search for social support», i.e. less motivated athletes were inclined to give preference to efforts to find informational, effective, and emotional social support in stressful situations. The correlation analysis did not reveal any significant relationships between other coping strategies and the level of motivation to achieve success and to avoid failure, as well as the level of competitive personal anxiety of the examined female athletes.

Keywords: motivation to achieve success and to avoid failure, coping strategies, skilled athletes, handball.

тогляд, інтелект тощо [4, 35], а також як предиктори подолання виділяють такі змінні, як темперамент, оптимізм, самоповага, інтернальний локус контролю [21]. У широкому значенні під ресурсами розуміють внутрішні та зовнішні змінні, що сприяють психологічній стійкості у стресогенних ситуаціях [4].

Щодо класифікації копінг-стратегій, існують різні варіанти. Р. Моос, А. Біллінг і Д. Шефер запропонували таку класифікацію стратегій адаптивної поведінки:

- копінг, орієнтований на проблему, що полягає в прагненні особистості або модифікувати, або усунути джерело стресу;

- копінг, націлений на виявлення рівня значущості стресу для особистості і пошук ефективних засобів управління ситуацією через зміну ставлення до неї (здіяні механізми когнітивної переоцінки того, що відбувається і їх логічний аналіз);

- копінг, звернений на емоції, що включає управління почуттями і переживаннями, а також підтримання афективної рівноваги [32].

Дослідження Ж. Кундїй зі співавторів свідчить, що особи з низьким ступенем опору стресу демонструють високий ступінь стресового навантаження на тлі переважання формування неадаптивних стратегій копінг-поведінки, отже належать до групи ризику розвитку психосоматичних розладів та розладів адаптації, потребують психологічного супроводу для оптимізації психологічних ресурсів особистості успішно справлятися зі станом стресу, що буде запорукою збереження здоров'я [11].

Особистісна змагальна тривожність спортсмена відображає схильність особистості емоційно реагувати станом тривоги різної інтенсивності

в передзмагальних та змагальних ситуаціях [14]. Для успішної змагальної діяльності спортсмену необхідна наявність оптимального рівня тривожності. Доведено, що як надмірний рівень тривожності, так і повна її відсутність однаково негативно впливають на спортивні результати [7].

Як відомо, судити про рівень тривожності можна лише за її проявами. Як тільки рівень збудження переходить оптимальні для спортсмена рамки, він починає завдавати більше шкоди, ніж користі. Внаслідок зайвого напруження та дискоординації думок і відчуттів спортсмен втрачає здатність правильно використовувати сприятливі фізіологічні зрушення організму, тобто додаткові енергетичні ресурси для досягнення конкретної мети. Особистісна змагальна тривожність інтерпретується як прагнення атлета уникнути невдачі в ігрових змагальних ситуаціях [14]. Вітчизняні науковці вказують на значущість визначення та контролю змагальної особистісної тривожності спортсмена для характеристики поведінки під час прогнозування результатів його діяльності. Тривожність може або активізувати поведінку, або дезорганізувати її і таким чином знижувати продуктивність діяльності. Ймовірно, це залежить і від оптимальності поєднання вимог діяльності та відповідних якостей психіки людини.

Безумовно, однією з найважливіших проблем психологічної підготовки спортсменів різної спеціалізації є підтримання оптимального рівня ситуативної тривоги для ефективного виступу на змаганнях. З огляду на те що цей рівень дуже індивідуальний, він може істотно відрізнятися навіть у спортсменів з рівним ступенем майстерності [16]. Фахівці наголошують на необхідності інформу-

вання спортсмена про те, яким чином унаслідок передзмагальної тривожності можуть порушуватися одні види діяльності (зокрема, нещодавно засвоєні рухові навички або складні дії, що вимагають точності), тоді як інші її компоненти з тієї самої причини можуть суттєво покращитися [9, 15].

У дослідженні N. Ntoumanis, S. J. Biddle, & G. Haddock в спортивному контексті розглядалися теоретичні аргументи С. Фолкман (1984) і Р. Лазаруса (1991, 1993) щодо зв'язку між мотиваційними факторами, різними типами подолання, афективними результатами та ситуативним сприйняттям контролю [33]. Мотивація продовжує залишатися «постійною та надійною темою» в спортивних дослідженнях [31]. Проте мотивація та її зв'язки зі спортивною поведінкою залишаються менш зрозумілими, ніж деякі інші психологічні конструкції [24].

Мета дослідження – оцінювання рівня мотивації досягнення успіху та уникнення невдач, змагальної особистісної тривожності у взаємозв'язку із стратегіями подолання стресу кваліфікованих гандболісток.

Методи дослідження: «Методика діагностики мотивації до досягнення успіху Т. Елерса» і «Методика діагностики мотиваційної спрямованості особистості на уникнення невдач Т. Елерса», «Опитувальник способів психологічного подолання» Р. Лазаруса, С. Фолкман та «Методика для психологічної діагностики копінг-механізмів Е. Нейт», шкала Р. Мартенса (в адаптації Ю. Л. Ханіна).

Результати дослідження. Роботу було виконано у Науково-дослідному інституті Національного університету фізичного виховання і спорту України. В дослідженні як обстежувані брали участь спортсменки жіночої Національної збірної команди України з гандболу – 21 особа (більшість – МС) – віком від 17 до 28 років, стажем заняття цим видом спорту від 5 до 19 років. Дослідження проводили у період підготовки до відбіркової гри плей-офф до чемпіонату світу з гандболу.

Для визначення рівня мотивації у спортсменок було використано ряд методик: «Методика діагностики мо-

тивації до досягнення успіху Т. Елерса» і «Методика діагностики мотиваційної спрямованості особистості на уникнення невдач Т. Елерса» [6].

Для вивчення стратегій поведінки подолання стресу (копінг-стратегій) кваліфікованих спортсменок було використано «Опитувальник способів психологічного подолання» (WCQ, The Ways of Coping Questionnaire) R. Lazarus, S. Folkman [10, 30] та «Методика для психологічної діагностики копінг-механізмів» Е. Нейм [26].

Рівень змагальної особистісної тривожності обстежених спортсменок досліджували за шкалою ЗОТ Р. Мартенса (в адаптації Ю. Л. Ханіна) [22].

Статистичну обробку даних проводили з використанням методів непараметричної математичної статистики. Для опису вибіркового розподілу вказували медіани та міжквартильний розкид Me [25 %; 75 %]. Для дослідження кореляційних зв'язків застосовували критерій Спірмена.

Під час проведення комплексних біологічних досліджень з участю спортсменів відповідно до принципів біоетики дотримувалися розробленої в лабораторії теорії і методики спортивної підготовки і резервних можливостей спортсменів НДІ НУФВСУ «Програми комплексного біологічного дослідження особливостей функціональних можливостей спортсменів», а також законодавства України про охорону здоров'я та Гельсінкської декларації 2000 р., директиви Європейського товариства 86/609 щодо участі людей у медико-біологічних дослідженнях [23].

Відповідно до мети роботи у спортсменок досліджували стратегії владної поведінки, рівень змагальної особистісної тривожності, рівень мотивації до досягнення успіху і до уникнення невдач.

У обстежених спортсменок виявлено переважання адаптивних копінг-стратегій за тестом «Опитувальник способів психологічного подолання» R. Lazarus, S. Folkman. Для більш детального вивчення владної поведінки кваліфікованих гандболісток у цій роботі ми послуговувалися методикою Е. Нейм, концепція якої базується на принципі адаптивності-неадап-

тивності копінг-стратегій [26]. За цією методикою у спортсменок Національної збірної команди України з гандболу ми визначали три основні типи копінг-стратегій: 1) стратегії когнітивної адаптації, 2) стратегії поведінкової адаптації, 3) емоційно-орієнтовані стратегії. На думку багатьох дослідників, у психології спорту адаптивні копінг-стратегії можуть сприяти адекватній суб'єктивній оцінці здоров'я спортсменів, соціальній підтримці, налагодженню міжособистісних стосунків у команді, стосунків між спортсменами та тренерами, а також психосоціальної адаптованості [36].

Обробка даних, отриманих у ході обстеження спортсменок за методикою Е. Нейм, показала таке: використання когнітивних адаптивних стратегій було характерне для 33,33 % спортсменок, когнітивні неадаптивні стратегії виявлено у 47,62 % осіб, використання когнітивних відносно адаптивних стратегій зафіксовано у 19,05 % спортсменок (табл. 1).

Емоційні адаптивні копінг-стратегії були характерні для 66,67 % спортсменок, використання емоційних неадаптивних стратегій властиве для 19,05 %, використання емоційних відносно адаптивних стратегій – для 14,29 % осіб (див. табл. 1).

Щодо поведінкових стратегій подолання стресу, вибір поведінкових адаптивних копінг-стратегій виявлено у 28,57 % спортсменок, поведінкові неадаптивні стратегії діагностовано у 38,10 %, використання відносно адаптивних поведінкових стратегій характерне для 33,33 % осіб (див. табл. 1).

Найбільш поширеними копінг-стратегіями серед обстежених гандболісток були: в когнітивній сфері – проблемний аналіз та надання сенсу; в емоційній сфері – оптимізм; в поведінковій сфері – відступ, співпраця і відволікання. У цілому, серед спортсменок кількісно переважало використання адаптивних стратегій порівняно з неадаптивними і відносно адаптивними (див. табл. 1). Серед адаптивних копінг-стратегій найбільш поширеними у спортсменок були емоційні стратегії. Серед неадаптивних копінг-стратегій найбільш поширеними у спортсменок виявилися когнітивні стратегії. Серед відносно адаптивних копінг-стратегій переважали поведінкові стратегії подолання стресу (див. табл. 1).

Відповідно до мети роботи, у спортсменок досліджували також рівень мотивації до досягнення успіху і уникнення невдач (табл. 2). Виявлено, що мотивація досягнення успіху

Таблиця 1. Копінг-стратегії обстежених гандболісток

Копінг-стратегії	Кількість спортсменок	
	п	%
<i>Когнітивні копінг-стратегії</i>		
Адаптивні стратегії	7	33,33
Неадаптивні стратегії	10	47,62
Відносно адаптивні стратегії	4	19,05
<i>Емоційні копінг-стратегії</i>		
Адаптивні стратегії	14	66,67
Неадаптивні стратегії	4	19,05
Відносно адаптивні стратегії	3	14,29
<i>Поведінкові копінг-стратегії</i>		
Адаптивні стратегії	6	28,57
Неадаптивні стратегії	8	38,10
Відносно адаптивні стратегії	7	33,33

Таблиця 2. Показники рівня мотивації та змагальної особистісної тривожності у обстежених гандболісток

Показник, бал	Me [25 %, 75 %]
Рівень мотивації досягнення успіху	18,90 [17,00; 20,00]
Рівень мотивації до уникнення невдач	16,50 [13,00; 20,00]
Змагальна особистісна тривожність	21,00 [17,00; 25,00]

Таблиця 3. Кореляційні зв'язки показників рівня мотивації з типами копінг-стратегій у обстежених спортсменок, r_s

Показник	Кореляційні зв'язки, r_s
Показник за шкалою «Пошук соціальної підтримки» – Показник рівня мотивації досягнення успіху	-0,55*
Показник за шкалою «Пошук соціальної підтримки» – Показник рівня мотивації до уникнення невдач	-0,57**

*статистично значущі взаємозв'язки на рівні $p < 0,05$; **статистично значущі взаємозв'язки на рівні $p < 0,01$

була більш виражена, ніж мотивація до уникнення невдач: за результатами досліджень серед обстежених виявлено 76,2 % спортсменок з помірно високим і дуже високим рівнем мотивації досягнення успіху та 57,1 % осіб з високим і дуже високим рівнем мотивації до уникнення невдач.

Відповідно до мети роботи, у спортсменок досліджували рівень змагальної особистісної тривожності за шкалою ЗОТ Р. Мартенса (в адаптації Ю. Л. Ханіна). За показником шкали більшість обстежених (66,7 %) мали середній рівень змагальної особистісної тривожності, решта (33,3 %) – високий рівень (див. табл. 2).

Кореляційний аналіз отриманих результатів виявив таке (табл. 3): рівень мотивації до досягнення успіху та рівень мотивації до уникнення невдач у обстежених гандболісток асоціювався з показником за шкалою «Пошук соціальної підтримки», в обох випадках виявлено обернену кореляцію (відповідно $p < 0,05$ і $p < 0,01$), тобто вищим значенням рівня мотивації відповідав нижчий рівень напруження і менша кількість балів за шкалою «Пошук соціальної підтримки».

Кореляційний аналіз не виявив наявності значущих взаємозв'язків між іншими показниками копінг-стратегій за тестом Р. Лазаруса, С. Фолкман та рівнем мотивації досягнення успіху,

рівнем мотивації до уникнення невдач, а також рівнем особистісної змагальної тривожності.

Дискусія. Отримані результати дані з проблеми значення мотивації в спортивній діяльності, взаємозв'язку мотивації досягнення успіху та уникнення невдач із стратегіями владної поведінки [1, 3, 13].

Аналіз досліджень фахівців з проблеми копінг-поведінки свідчить, що на конструктивність копінг-поведінки суттєво впливають мотиви досягнення та мотиви уникнення невдач [5]. Як зазначає М. М. Дідух, мотив прагнення до успіху забезпечує високий рівень активності, що сприяє вибору конструктивних копінг-стратегій [5]. За результатами нашого дослідження, як рівень мотивації досягнення успіху, так і рівень мотивації до уникнення невдач у обстежених гандболісток асоціювалися з конструктивною про-соціальною копінг-стратегією у вигляді моделі «пошук соціальної підтримки»: вищим значенням рівня мотивації в обох випадках відповідав нижчий рівень напруження і менша кількість балів за цією шкалою. Тобто, саме менш мотивовані спортсменки були схильні у стресових ситуаціях надавати перевагу зусиллям у пошуку інформаційної, дієвої та емоційної соціальної підтримки. Водночас, у більшості

обстежених гандболісток мотивація досягнення успіху була більш виражена, ніж мотивація до уникнення невдач.

Копінг-стратегія і стресостійкість є нероздільними процесами для спортсмена в процесі змагальної діяльності [2, 28, 29]. Основне психологічне призначення копінг-стратегії полягає в тому, щоб найкращим чином адаптувати людину до вимог ситуації шляхом оволодіння, ослаблення або пом'якшення цих вимог, тим самим нівелюючи вплив стресорів [12]. У свою чергу, різні копінг-стратегії можуть бути використані професійними спортсменами в двох аспектах: як один з варіантів психологічного захисту (реактивна поведінка) або як один з варіантів адаптації, пов'язаний з виробленням особистісного копінг-ресурсу [2].

Дослідження стрес-факторів та відповідно стратегій протидії для спортсменів різних класифікаційних груп найчастіше формують навколо двох основних етапів спортивної (змагальної) діяльності, а саме: напередодні змагань та безпосередньо під час змагань. Авторами такого підходу, який можна окреслити класичним в психології спорту, є А. В. Родіонов та В. Ф. Сопов [16, 17].

Слід підкреслити, що важливість дослідження адаптивних, неадаптивних і відносно адаптивних стратегій подолання стресу у кваліфікованих гандболісток пов'язана передовсім саме зі специфікою гандболу як одного із найбільш жорстких і травматичних видів спорту. Як відомо, одним із основних чинників, які знижують вплив стресу на частоту травм у спортсменів, фахівці визнають саме вміння долати стрес [25, 34]. Так, до прикладу, у волейболістів потужним прогностичним фактором травм визнаний низький рівень вміння справлятися зі стресом [37]. За результатами попередніх досліджень, копінг-стратегії кваліфікованих гандболісток були певною мірою асоційовані з генетично обумовленими психофізіологічними характеристиками [20]. Крім того, частота використання стратегій подолання у гандболістів-юніорів була пов'язана з наявністю

травм: на когнітивних стратегіях подолання стресу наявність травм позначилася менш суттєво, тоді як на поведінкових копінг-стратегіях – найбільш помітно [19].

Висновки:

1. Виявлено, що мотивація досягнення успіху в обстежених гандболісток була більш виражена, ніж мотивація до уникнення невдач; визначено переважання адаптивних копінг-стратегій; більшість обстежених мали середній рівень змагальної особистісної тривожності, решта – високий.

2. Рівень мотивації досягнення успіху та уникнення невдач у обстежених гандболісток асоціювався з показником за шкалою «Пошук соціальної підтримки»: менш мотивовані спортсменки були схильні у стресових ситуаціях надавати перевагу зусиллям у пошуку інформаційної, дієвої та емоційної соціальної підтримки.

3. Кореляційний аналіз не виявив значущих взаємозв'язків між іншими показниками копінг-стратегій і рівнем мотивації досягнення успіху та уникнення невдач, а також рівнем змагальної особистісної тривожності обстежених гандболісток.

4. Виявлені взаємозв'язки рівня мотивації досягнення успіху та уникнення невдач із стратегією подолання стресу «Пошук соціальної підтримки» у кваліфікованих гандболісток можуть мати прогностичну цінність і використовуватися для оптимізації психологічної підготовки в даному виді спорту.

Перспективи подальших досліджень передбачають вивчення стратегій подолання стресу у спортсменів-початківців та кваліфікованих спортсменів у різних видах спорту.

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

Колектив авторів висловлює щире подяку Науково-дослідному інституту НУФВСУ, директору НДІ І. О. Когут, Федерації гандболу України, Віце-президенту ФГУ Є. І. Петрушевському, а також усім тренерам і спортсменкам за участь в організації і проведенні досліджень.

ЛІТЕРАТУРА

- Андрущенко І. Психологічні особливості впливу копінг-стратегій на саморозвиток особистості юнацького віку. Наукові записки Національного університету «Острозька академія»: серія Психологія. 2018;6:4–8.
- Арнаутова Л, Петровська Т. Копінг-стратегії подолання стресу спортсменами. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2019;2:105–113. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2019.2.105-113>
- Воронова ВИ, Смоляр ИИ, Ковальчук ВИ. Особенности преодоления стресса в спортсменом-дефлиппийцев с помощью копинг-стратегий. Physical education, sport and health culture in modern society. 2012;4(20):411–415.
- Дементий ЛИ. Ответственность как ресурс личности. Монография. Москва: Информ-Знание; 2005. 187 с.
- Дідух ММ. Стан розвитку компонентів конструктивної копінг-поведінки у працівників органів внутрішніх справ. Проблеми сучасної психології. 2014;26:129–143. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2014-26.%p>
- Ильин ЕП. Психология индивидуальных различий. Санкт-Петербург: Питер; 2004. 701 с.
- Коробейніков ГВ, Дудник ОК, Коняєва ЛД та ін. Діагностика психофізіологічних станів спортсменів: Методичний посібник. Київ; 2008. 64 с.
- Корольчук ВМ. Обґрунтування організаційної моделі дослідження стресостійкості особистості. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2010;7:210–218.
- Кретті БДж. Психология в современном спорте: монография. Физкультура и спорт; 1978. 190 с.
- Крюкова ТЛ, Куфтяк ЕВ, Замышляева МС. Адаптация методик, изучение совладающего поведения. Ways of Coping Questionnaire (Опросник способов совладания Р. Лазаруса и С. Фолкмана). Психология и практика. 2005;4:171–190.
- Кундїй ЖП, Дворник ВМ, Скрипніков АМ, Васильєва ГЮ, Куценко НП. Особливості взаємозв'язку стресостійкості, особистісних властивостей та особливостей подолання стресу у студентів медичного профілю. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Медична реабілітація в Україні: сучасний стан та напрями розвитку, проблеми та перспективи», м. Полтава, 8 вересня 2022 р. 2022:27–32. <http://repository.pdmu.edu.ua/handle/123456789/20280>
- Нартова-Бочавер СК. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности. Психологический журнал. 1997;5:23.
- Перепелиця А, Фокіна Є, Ковальчук В. Мотивація як фактор впливу в спортивній діяльності. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2022;4:89–94. DOI: [10.32652/tmfvs.2022.4.89-94](https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.4.89-94)
- Петровская Т. Эмоциональный интеллект и соревновательная тревожность спортсменов. Наука в олимпийском спорте. 2014;4:60–63.
- Рогачев АИ, Майдокина ЛГ. Исследование соревновательной тревожности спортсменов разной специализации. Science Time. 2015;4(16):659–664.
- Родионов АВ. Психология физическо-го воспитания и спорта: учебник для вузов. Москва: Мир; 2004. 576 с.
- Сопов ВФ. Теорія і методика психологічної підготовки в сучасному спорті; 2010. 116 с.
- Степашук ХР. Психологічні фактори подолання стресу. Проблеми сучасної психології. 2015;29:671–684.
- Федорчук СВ, Іваскевич ДД, Борисова ОВ, Когут ІО, Маринич ВЛ, Тукаєв СВ, Петрушевський ЄІ. Застосування копінг-стратегій у практиці сучасного гандболу. Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія. 2019;1:10–15. <https://doi.org/10.32652/spmed.2019.1.10-15>
- Федорчук С, Іваскевич Д, Борисова О, Когут І, Маринич В, Тукаєв С, Петрушевський Є. Копінг-стратегії у зв'язку з психофізіологічними характеристиками кваліфікованих спортсменок-гандболісток. Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія. 2020;2:3–10. DOI: <https://doi.org/10.32652/spmed.2020.2.3-10>
- Хазова СА. Ментальные ресурсы субъекта в разные возрастные периоды [автореферат]. Киев; 2014. 540 с.
- Ханин ЮЛ. Адаптация шкалы соревновательной личностной тревожности. Вопросы психологии. 1982;3:136–141.
- Шинкарук ОА, Лисенко ОМ, Гуніна ЛМ, Карленко ВП, Земцова ІІ, Олішевський СВ та ін. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту. Київ; 2009. 144 с.
- Clancy RB, Herring MP, MacIntyre TE, Campbell MJ. A review of competitive sport motivation research. Psychology of Sport and Exercise. 2016;27:232–242.
- Hardy CJ, Richman JM, Rosenfeld LB. The role of social support in the life stress/injury relationship. Sport Psychol. 1991;5:128:39.
- Heim E. Coping based intervention strategies. Patient education and counseling. 1995;26(1-3):145–151.
- Hobfoll S.E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. American Psychologist. 1989;44:513–523.
- Ivaskevych D, Borysova O, Fedorchuk S, Tukaiev S, Kohut I, et al. Gender Differences in Competitive Anxiety and Coping Strategies within Junior Handball National Team. Journal of Physical Education and Sport, University of Pitesti, Romania (EUP). 2019;19(2):1242–1246. DOI:10.7752/jpes.2019.02180 <https://efsupit.ro/images/stories/iulie2019/Art%20180.pdf>
- Ivaskevych D, Fedorchuk S, Petrushevskiy Ye, Borysova O, Ivaskevych O, Kohut I, Marynych V, Tukaiev S. Association between competitive anxiety, hardiness, and coping strategies: a study of the national handball team. Journal of Physical Education and Sport, University of Pitesti, Romania (EUP). 2020;20(Suppl.1):359–365. DOI:10.7752/jpes.2020.s1051 <https://efsupit.ro/images/stories/februarie2020/Art%2051.pdf>
- Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, and coping. NY: Springer publishing company; 1984. 230 p.
- Lindahl J, Stenling A, Lindwall M, Colliander C. Trends and knowledge base in sport and exercise psychology research: a bibliometric review study. International Review of Sport and Exercise Psychology. 2015;8(1):71–94.
- Moos RH, Schaefer JA. Life transitions and crises. Coping with life crises. An integrative approach. New York: Plenum Press; 1986. p. 3–28.
- Ntoumanis N, Biddle SJ, Haddock G. The mediating role of coping strategies on the relationship between achievement motivation and affect in sport. Anxiety, Stress, and Coping. 1999;12(3):299–327.
- Sarason IG, Sarason JH, Pierce GR. Social support, personality, and performance. Journal Appl. Sport Psychol. 1990;2 (117):27.

35. Tukaiev S, Dolgova O, Van Den Tol AJM, et al. Individual psychological determinants of stress resistance in rock climbers. *Journal of Physical Education and Sport*. 2020;20(Suppl. 1):469–476.
36. Vaillant GE. Adaptive mental mechanisms. Their role in a positive psychology. *American Psychologist*. 2000;55(1):89–98.
37. Williams JM, Tonymon P, Wadsworth WA. Relationship of life stress to injury in intercollegiate volleyball. *Journal Hum. Stress*. 1986;12:38–43.

LITERATURE

1. Andrushchenko I. Psychological features of the influence of coping strategies on the self-development of the personality of adolescence. *Scientific journal of the National University of «Ostroh Academy»*. 2018;6:4–8.
2. Arnautova L, Petrovska T. Coping-strategies for overcoming stress by athletes. *Theory and methods of physical education and sports*. 2019;2:105–113. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2019.2.105-113>
3. Voronova VI, Smoliar II, Kovalchuk VI. Peculiarities of overcoming stress in deaflympic athletes using coping-strategies. *Physical education, sports and health culture in modern society*. 2012;4(20):411–415.
4. Dementiy LI. Responsibility as a personal resource. Monograph. Moskva: Inform-Znanie; 2005. 187 p.
5. Didukh MM. The state of development of components of constructive coping behavior among law enforcement officers. *Problems of modern psychology*. 2014;26:129–143. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2014-26.%p>
6. Ilin EP. Psychology of individual differences. Sankt-Peterburg: Piter; 2004. 701 p.
7. Korobeinikov GV, Dudnik OK, Koniaieva LD, et al. Diagnostics of psychophysiological states in athletes: Methodological guide. Kyiv; 2008; 64 p.
8. Korolchuk VM. Substantiation of the organizational model for the study of personality stress tolerance. *Disaster and crisis psychology problems*. 2010;7:210–218.
9. Cratty BJ. Psychology in contemporary sport: monograph. *Fizkultura i sport*; 1978. 190 p.
10. Kriukova TL, Kuftiak EV, Zamyshliaeva MS. Adaption of techniques, studying coping behavior. *Ways of Coping Questionnaire (Questionnaire by Lazarus R. and Folkman S.) Psychology and practice*. 2005;4:171–190.
11. Kundii ZhP, Dvornyk VM, Skrypnikov AM, Vasylieva GYu, Kutsenko NP. Peculiarities of the relationship between stress tolerance, personality traits, and characteristics of stress coping in medical students. *Proceedings of the All-Ukrainian scientific and practical conference with international participation «Medical rehabilitation in Ukraine: Current status and development areas, problems and prospects»*, Poltava, September 8, 2022. 2022:27–32. <http://repository.pdmu.edu.ua/handle/123456789/20280>
12. Nartova Bochaver SK. «Coping behavior» in the system of concepts of personality psychology. *Psychological Journal*. 1997;5:23.
13. Perepelytsia A, Fokina E, Kovalchuk V. Motivation as a factor of influence in sports activities. *Theory and methods of physical education and sports*. 2022;4:89–94. DOI: 10.32652/tmfvs.2022.4.89–94
14. Petrovska T. Emotional intelligence and competitive anxiety in athletes. *Science in Olympic sport*. 2014;4:60–63.

15. Rogachev AI, Maidokina LG. A study of competitive anxiety in athletes of different specialization. *Science Time*. 2015;4(16):659–664.
16. Rodionov AV. Psychology of physical education and sports: a textbook for higher educational institutions. Moskva: Mir; 2004. 576 p.
17. Sopov VF. Theory and methodology of psychological training in contemporary sports; 2010. 116 p.
18. Stelmashchuk KhR. Psychological factors of coping with stress. *Problems of modern psychology*. 2015;29:671–684.
19. Fedorchuk SV, Ivaskevych DD, Borysova OV, Kogut IO, Marynych VL, Tukaiev SV, Petrushevskiy Yel. Application of coping strategies in the practice of modern handball. *Sports medicine, physical therapy and occupational therapy*. 2019;1:10–15. <https://doi.org/10.32652/spmed.2019.1.10-15>
20. Fedorchuk S, Ivaskevych D, Borisova O, Kogut I, Marynych V, Tukaiev S, Petrushevskiy Ye. Coping strategies in connection with psychophysiological characteristics of skilled female handball players. *Sports medicine, physical therapy and occupational therapy*. 2020;2:3–10. DOI: <https://doi.org/10.32652/spmed.2020.2.3-10>
21. Khazova SA. Subject's mental resources at different age periods. [avtoreferat]. Kiev; 2014. 540 p.
22. Khanin YuL. Adaptation of the Competitive personal anxiety scale. *Voprosy Psikhologii*. 1982;3:136–141.
23. Shynkaruk OA, Lysenko OM, Hunina LM, Karlenko VP, Zemtsova II, Olishhevskiy SV et al. Medical and biological support for the athletes in the national teams of Ukraine in Olympic sports. Kyiv; 2009. 144 p.
24. Clancy RB, Herring MP, MacIntyre TE, Campbell MJ. A review of competitive sport motivation research. *Psychology of Sport and Exercise*. 2016;27:232–242.
25. Hardy CJ, Richman JM, Rosenfeld LB. The role of social support in the life stress/injury relationship. *Sport Psychol*. 1991;5:128:39.
26. Heim E. Coping based intervention strategies. *Patient education and counseling*. 1995;26(1-3):145–151.
27. Hobfoll S.E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*. 1989;44:513–523.

28. Ivaskevych D, Borysova O, Fedorchuk S, Tukaiev S, Kohut I, et al. Gender Differences in Competitive Anxiety and Coping Strategies within Junior Handball National Team. *Journal of Physical Education and Sport, University of Pitesti, Romania (EUP)*. 2019;19(2):1242–1246. DOI:10.7752/jpes.2019.02180 <https://efsupit.ro/images/stories/iulie2019/Art%20180.pdf>
29. Ivaskevych D, Fedorchuk S, Petrushevskiy Ye, Borysova O, Ivaskevych O, Kohut I, Marynych V, Tukaiev S. Association between competitive anxiety, hardiness, and coping strategies: a study of the national handball team. *Journal of Physical Education and Sport, University of Pitesti, Romania (EUP)*. 2020;20(Suppl.1):359–365. DOI:10.7752/jpes.2020.s1051 <https://efsupit.ro/images/stories/februarie2020/Art%2051.pdf>
30. Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, and coping. NY: Springer publishing company; 1984. 230 p.
31. Lindahl J, Stenling A, Lindwall M, Colliander C. Trends and knowledge base in sport and exercise psychology research: a bibliometric review study. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 2015;8(1):71–94.
32. Moos RH, Schaefer JA. Life transitions and crises. Coping with life crises. An integrative approach. New York: Plenum Press; 1986. p. 3–28.
33. Ntoumanis N, Biddle SJ, Haddock G. The mediating role of coping strategies on the relationship between achievement motivation and affect in sport. *Anxiety, Stress, and Coping*. 1999;12(3):299–327.
34. Sarason IG, Sarason JH, Pierce GR. Social support, personality, and performance. *Journal Appl. Sport Psychol*. 1990;2 (117):27.
35. Tukaiev S, Dolgova O, Van Den Tol AJM, et al. Individual psychological determinants of stress resistance in rock climbers. *Journal of Physical Education and Sport*. 2020;20(Suppl. 1):469–476.
36. Vaillant GE. Adaptive mental mechanisms. Their role in a positive psychology. *American Psychologist*. 2000;55(1):89–98.
37. Williams JM, Tonymon P, Wadsworth WA. Relationship of life stress to injury in intercollegiate volleyball. *Journal Hum. Stress*. 1986;12:38–43.

Надійшла 10.04.2023

ІНФОРМАЦІЯ ПРО АВТОРІВ

Арнаутова Лілія Володимирівна <https://orcid.org/0000-0003-1042-7852>, E-mail: Liliya.arnautova@gmail.com

Петровська Тетяна Валентинівна <https://orcid.org/0000-0003-3936-1965>, E-mail: petrovska.tetiana@gmail.com

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

Петрушевський Євген Іванович <https://orcid.org/0000-0003-0990-798X>, E-mail: petrush1969@gmail.com

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

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Arnautova Lilia <https://orcid.org/0000-0003-1042-7852>, E-mail: Liliya.arnautova@gmail.com

Petrovska Tetiana <https://orcid.org/0000-0003-3936-1965>, E-mail: petrovska.tetiana@gmail.com

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

Petrushevskiy Yevhen <https://orcid.org/0000-0003-0990-798X>, E-mail: petrush1969@gmail.com

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