

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»

(повне найменування інституту, факультету)

(повне найменування кафедри)

Пояснювальна записка

до дипломного проекту (роботи)

магістр

(ступінь вищої освіти)

на тему Проблеми соціальної адаптації спортсменів високої кваліфікації
після завершення спортивної кар'єри

Виконав: студент(ка) 2 курсу, групи УФКС – 111м

Спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»

(код і найменування спеціальності)

Освітня програма (спеціалізація) фізичне виховання

Гладких Олександр Сергійович

(прізвище та ініціали)

Керівник доц. Корж Н.Л.

(прізвище та ініціали)

Рецензент _____

(прізвище та ініціали)

м. Запоріжжя

2022 рік

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»
(повне найменування закладу вищої освіти)

Інститут, ІНСТИТУТ УПРАВЛІННЯ І ПРАВА

факультет УПРАВЛІННЯ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА СПОРТОМ

Кафедра УПРАВЛІННЯ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА СПОРТОМ

Ступінь вищої освіти магістр

Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт»

(код і найменування)

Освітня програма (спеціалізація) фізична культура і спорт

(назва освітньої програми (спеціалізації))

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

« _____ » _____ 20__ року

З А В Д А Н Н Я
НА ДИПЛОМНИЙ ПРОЄКТ (РОБОТУ) СТУДЕНТА(КИ)

Гладких Олександр Сергійович

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Проблеми соціальної адаптації спортсменів високої кваліфікації після завершення спортивної кар'єри

керівник проєкту (роботи) доц. Корж Наталія Леонідівна,

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом закладу вищої освіти від « ___ » _____ 2022 року № _____

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) _____

3. Вихідні дані до проєкту (роботи) _____

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити)

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень)

6. Консультанти розділів проекту (роботи)

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	прийняв виконане завдання

7. Дата видачі завдання « 17 » вересня 2021 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1.	Вибір та обґрунтування теми дипломної роботи	вересень 2021р.	<i>Виконано</i>
2.	Визначення завдань та методів дослідження	жовтень-грудень 2021р.	<i>Виконано</i>
3.	Аналіз науково-методичної літератури та наукових досліджень відповідно теми дипломної роботи	жовтень-грудень 2021р.	<i>Виконано</i>
4.	Розробка анкети та провести анкетування серед екс-спортсменів.	грудень-січень 2021-2022н.р.	<i>Виконано</i>
5.	Обробка та опис отриманих даних з проведеного анкетування.	лютий-березень 2022р.	<i>Виконано</i>
6.	Розробка теоретичного курсу «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності»	квітень-червень 2022р.	<i>Виконано</i>
7.	Формулювання висновків	вересень-жовтень 2022р.	<i>Виконано</i>
8.	Оформлення роботи, одержання відгуку та рецензії	листопад-2022р.	<i>Виконано</i>
9.	Подання роботи на кафедру	грудень-2022р.	<i>Виконано</i>

Студент

_____ (підпис)

Гладких О.С.

_____ (прізвище та ініціали)

Керівник роботи

_____ (підпис)

доц. Корж Н.Л.

_____ (прізвище та ініціали)

РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка: 84 сторінок, 9 таблиць, 139 літературних джерел.

Об'єкт дослідження: шляхи соціальної адаптації спортсменів високої кваліфікації у пост спортивному житті

Предмет дослідження: вплив чинників і факторів на соціальну адаптацію экс-спортсмена в професійному становленні поза спортивною діяльністю.

Мета дослідження – вивчення чинників та факторів, що негативно впливають на соціальну адаптацію экс-спортсменів у постспортивному житті.

Завдання дослідження:

1. Аналіз науково-методичної літератури та наукових досліджень з питань соціальної адаптації особистості спортсмена високої кваліфікації після закінчення спортивної кар'єри.

2. Розробити анкету та провести анкетування серед экс-спортсменів для визначення причин та чинників, що негативно вплинули на їх соціальну адаптацію у громадському житті та трудовій діяльності.

3. Розробити теоретичний курс «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності».

Методи дослідження:

- аналіз та узагальнення літературних джерел;
- педагогічне спостереження;
- анкетування;
- психологічне тестування;
- методи математичної статистики;

Практичне значення дослідження виражається:

по перше – можливості впровадження теоретичного курсу «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах

громадської діяльності», як відокремлені теми до дисциплін: «Теорія та методика обраного виду спорту», «Олімпійський та професійний, спорт» «Теорія обраного виду спорту з основами методик» «Психологія фізичного виховання та спорту»;

по друге – підготовка особистості спортсмена до подальшої поза спортивної професійно-трудової діяльності в колективах (тренерів, суддів, спортивних менеджерів, представниками спортивних делегацій, тощо), ще на етапі його активної спортивної діяльності в процесі вищої освіти у вищих навчальних закладах різного рівня акредитації.

Отриманні результати досліджень можуть бути використанні:

по перше – в організації та проведення курсів з метою профорієнтації серед спортсменів високої кваліфікації та їх свідомого вибору майбутньої професійно-громадської діяльності на етапі закінчення спортивної кар'єри

по друге – можливість впровадження теоретичного курсу в освітній процес для підвищення рівня організації та проведення навчальних занять з теоретичних дисциплін у підготовці майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту.

КЛЮЧОВІ СЛОВА: СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ, СОЦІАЛІЗАЦІЯ, СПОРТСМЕНИ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ, ЕКС-СПОРТСМЕНИ, СПОРТИВНА КАР'ЄРА, ПОСТ СПОРТИВНЕ ЖИТТЯ.

ЗМІСТ

Вступ	7
Розділ 1. Ціннісна складова фізичної культури і спорту та її роль в процесі соціалізації особистості	11
1.1. Соціальна адаптація особистості	11
1.2. Фізична культура, як чинник соціальної адаптації особистості	22
1.3. Професійне становлення особистості екс-спортсменів, як чинник соціальної адаптації у пост спортивному житті	27
Розділ 2. Задачі, методи та організація дослідження	33
2.1. Задачі дослідження	33
2.2. Методи дослідження	33
2.2.1. Аналіз та узагальнення літературних джерел	34
2.2.2. Педагогічне спостереження	34
2.2.3. Анкетування	34
2.2.4. Психологічне тестування	35
2.2.5. Методи математичної статистики	36
2.3. Організація дослідження	36
Розділ 3. Проблеми соціалізації спортсменів в соціумі в умовах громадської діяльності	37
3.1. Визначення причин закінчення спортивної кар'єри серед спортсменів високої кваліфікації	37
3.2. Готовність спортсменів високої кваліфікації до трудової діяльності на час завершення спортивної кар'єри	45
3.3. Спорт, як чинник самоствердження особистості	49
Теоретичний курс «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності»	51
Висновки	60
Перелік використаних джерел	63
Додатки	78

ВСТУП

Актуальність. Одне з глобальних, найскладніших питань сьогодення – є проблема соціальної адаптації людини у світі, який змінюється [90, 92, 95].

Зі змінами в соціумі трансформуються критерії та норми життєдіяльності людини, а також умови її творчої самореалізації. У зв'язку з цим особливої актуальності набуває дослідження змін, які характеризують процес соціальної адаптації, визначення конкретних чинників, умов і соціальних розбіжностей, які визначають специфіку становлення особистості як члена суспільства [27, 46].

Вивченню проблеми соціальної адаптації особистості присвячені дослідження вітчизняних К. Андросович, М. Блажківський, Л. Лубешевої та зарубіжних вчених М. Vorustein, С. Hahn та ін. в різних галузях науки: біології, соціології, фізіології, психології, педагогіки, фізичному вихованні та інших [4, 11, 54, 126]. Саме тому термін – «соціальна адаптація», не має однозначного тлумачення [54]. Але вчені дотримуються одного погляду на те, що: «соціальна адаптація» – це процес входження індивіда до соціального середовища, засвоєння ним соціальних впливів, залучення особистості до системи соціальних зв'язків, тощо [8, 14, 18, 95, 127].

В сучасній українській соціальній філософії до дослідження соціальної адаптації у різних наукових напрямках зверталися Г.В. Бурова, А.М. Грись, М.І. Приходько та ін.

На думку Бурової Г.В, Грись А.М. та ін. [17, 28], сформована ідентичність є основним показником успішної соціальної адаптації особистості.

В педагогічному напрямку вивченню та вирішенню проблемам соціалізації приділяли увагу О.В. Варецька М.І. Приходько та ін. Вчені розглядали особистісно-орієнтованій підготовці майбутнього фахівця в

педагогічній діяльності, визначаючи чинники, які заважають або позитивно впливають на процес соціалізації особистості педагога [18, 77].

Осадченко Т.М., Бузова Г.В. у своїх дослідженнях розглядали проблему та шляхи соціалізації людей з функціональними обмеженнями засобами фізичної культури (адаптивна соціалізація) [1, 17].

Розгляду обраного нами напрямку, а саме: пошуку нових шляхів для вирішення проблеми соціальної адаптації спортсменів високої кваліфікації у пост спортивному житті були присвячені дослідження вітчизняних та іноземних науковців. Бо ця проблема має міжнародне значення у зв'язку з міграцією спортсменів в різні країни світу, як в період спортивної кар'єри, так і після її закінчення.

У дослідженнях А. Тіняков, Т. Арабаджи було розглянуто проблему лідерства у спорті та питання розвитку лідерських якостей і рис особистості, які мають позитивно вплинути на реалізацію у подальшому житті та професійній кар'єрі людини по завершенню спортивної кар'єри. Науковці зауважують, що одним з пріоритетних завдань виховної роботи зі спортсменами різного рівня кваліфікації є формування та розвиток у них лідерських якостей [8, 19].

На думку М. Мінц, Т. Арабаджи, завершення спортивної кар'єри – це одна з головних криз спорту як явища. Труднощі адаптації екс-спортсменів до пост спортивного життя полягають у тому, що тривалі заняття спортом є причиною існування спортсмена в одно типовому соціальному середовищі [9, 63]. Науковці мають одну думку, що на протязі спортивної кар'єри усі спортсмени звикають, що організаційні питання вирішує тренер або керівництво команди. А коли кар'єра завершується, екс-спортсмен переходить у нове для себе соціальне амплуа нового середовища, де діють інші правила, між людські стосунки, культура, тощо. Екс-спортсмен перестає бути тією «зіркою», якою був у спорті, і входить у нове життя новачком.

Довготривалі нестабільні життєві умови вносять зміни в систему орієнтації особистості, які переважно передбачають нові акценти в ціннісних

орієнтирах. Найвагомішими стають індивідуалістські, первинні, базові цінності людини [14, 46, 64, 92, 119].

Основною характеристикою нестабільного пост спортивного життя екс-спортсменів стає де соціалізація – руйнування або перебудова існуючої системи цінностей, відхід від старих цінностей, соціальних ролей і прийняття нових [64].

Не зважаючи на чисельність досліджень, щодо висвітлення проблеми соціальної адаптації спортсменів високої кваліфікації у пост спортивному житті залишається актуальною і заслуговує на більш ретельний розгляд обраного напрямку нашого дослідження. Що і дало змогу у визначенні теми дипломної роботи.

Об'єкт дослідження: шляхи соціальної адаптації спортсменів високої кваліфікації у пост спортивному житті

Предмет дослідження: вплив чинників і факторів на соціальну адаптацію екс-спортсмена в професійному становленні поза спортивною діяльністю.

Мета дослідження – вивчення чинників та факторів, що негативно впливають на соціальну адаптацію екс-спортсменів у постспортивному житті.

Завдання дослідження:

1. Аналіз науково-методичної літератури та наукових досліджень з питань соціальної адаптації особистості спортсмена високої кваліфікації після закінчення спортивної кар'єри.

2. Розробити анкету та провести анкетування серед екс-спортсменів для визначення причин та чинників, що негативно вплинули на їх соціальну адаптацію у громадському житті та трудовій діяльності.

3. Розробити теоретичний курс «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності».

Для вирішення поставлених завдань були використані наступні методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел; педагогічне

спостереження; анкетування; психологічне тестування; методи математичної статистики.

Наукова новизна роботи полягає:

по перше – у розробці анкети для отримання нових даних, щодо визначення проблем соціальної адаптації у спортсменів високої кваліфікації у пост спортивному просторі та подальшому трудовому шляху.

по друге – у розробці теоретичного курсу «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності».

Практичне значення полягає: по перше – можливості впровадження теоретичного курсу «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності», як відокремлені теми до дисциплін: «Теорія та методика обраного виду спорту», «Олімпійський та професійний, спорт» «Теорія обраного виду спорту з основами методик» «Психологія фізичного виховання та спорту»;

по друге – підготовка особистості спортсмена до подальшої поза спортивної професійно-трудової діяльності в колективах (тренерів, суддів, спортивних менеджерів, представниками спортивних делегацій, тощо), ще на етапі його активної спортивної діяльності в процесі вищої освіти у вищих навчальних закладах різного рівня акредитації.

Дослідження проводилося відповідно місцю проживання учасників (різні країни світу), вимогам пандемії (COVID - 19) у світі та воєнного часу в Україні, всі види збору інформації відбувалися в он-лайн форматі.

РОЗДІЛ I

ЦІННІСНА СКЛАДОВА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ТА ЇЇ РОЛЬ В ПРОЦЕСІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Соціальна адаптація особистості.

В умовах соціально-економічної кризи успішність, адекватність і конструктивність соціальної адаптації визначають тенденції соціального та економічного розвитку суспільства [25].

Вивчаючи соціальну адаптацію, науковці різних наукових галузей (філософія, психологія, фізіологія, тощо) мають дещо різні думки у трактуванні та визначенні терміна – «соціальна адаптація», але всі вони дотримуються одного бачення у закономірностях процесів соціальної адаптації особистості, яке спрямоване на пізнання взаємних реалій людини, ситуації та можливих способів поліпшення індивідуальних можливостей успішної адаптації [35, 90, 94].

Незважаючи на те, що за останні кілька років дослідження соціальної адаптації стрімко змістилося з периферії до центру наукових інтересів над розв'язанням цієї проблеми буде працювати ще не одне покоління дослідників, адже мова йде про соціально-психологічне засвоєння та поведінкові механізми людей у тому соціальному просторі, що постійно змінюється, вносячи корективи в адаптивні практики [35, 41].

Для більш глибокого розуміння визначення – «соціальна адаптація» науковці розділили опис термінів на: «соціалізація» та «адаптація» [41].

Процеси, які в сучасному світі наук позначаються терміном – «соціалізація», супроводжують людство з початку його існування. В різні часи ідеологи, філософи ви двигали свої теорії й соціологічні доктрини розглядали логіку формування особистості, акцентуючи увагу на якостях, важливих для конкретного історичного періоду. Водночас процеси

глобалізації приводили до інтеграції та поглиблення наукових знань, активізували прагнення вчених знайти уніфіковані категорії, що відбивають багатогранність особистості. Однією з категорій в суспільних науках, безперечно стала – «соціалізація», яка зосередила в собі увесь багатогранний процес «входження» особистості до суспільства. В реаліях міжнародних, економіко-соціальних та особистих між людських відносин сьогодення поняття – «соціалізація» використовується як універсальна наукова категорія в філософії, соціології, психології, політології, педагогіці, соціальній педагогіці, тощо [96].

«Соціалізація» (від латин. *socialis* – суспільний) – це складний і тривалий процес включення індивіда до системи соціальних зв'язків та відносин, його активної взаємодії з оточенням, унаслідок якої він засвоює зразки поведінки, соціальні норми та цінності, необхідні для успішної життєдіяльності особистості у цьому суспільстві [19, 34].

Сучасні дослідники проблеми соціалізації особистості розглядають даний феномен з різних позицій.

Термін «соціалізація» – було вперше введено в наукову систему понять американським соціологом Франкліном Гідінгсом наприкінці XIX століття [69, 131].

У своїх наукових роботах В. Радул [86], підкреслює, що «соціалізацію», як процес, яка триває все життя, одним із перших описав О. Брім-молодший.

У своїх дослідженнях визначення – «соціалізація» вчені трактують по різному, але всі вони тримаються однієї думки, що це процес становлення особистості відповідно умов які вимагає сучасне суспільство [19, 86].

У педагогічних дослідженнях соціалізація розглядається як система виховання, розвитку, самовизначення та становлення особистості у соціумі. Так в «Українському педагогічному словнику» поняття «соціалізація» трактується як процес залучення індивіда до системи суспільних відносин, формування його соціального досвіду, становлення й розвитку як цілісної особистості [26].

За визначенням І.М. Золотарьової [37], «соціалізація» – це безперервний процес, що триває протягом усього життя. Він має специфічні етапи (стадії), кожен з яких «спеціалізується» на рішенні певних завдань, де без опрацювання поточного етапу наступний етап може не настати. У процесі соціалізації особистість «приміряє» на себе і виконує різні соціальні та психологічні рольові функції і таким чином виявляє свою індивідуальність, свій потенціал.

У дослідженнях Фурдуй С.Б., Ніфака Я.М. [110, 111], «соціалізація» – розглядається, як процес становлення індивіда особистістю через залучення до тих культурних і соціальних цінностей і відносин, які складають основу суспільного буття.

На думку Лавриченко Н. М., Харченко С. Я. та ін. [51, 112], «соціалізація» – це процес, що охоплює всі сфери діяльності особистості; процес становлення особистості, включення в соціум.

Пальчевський С., Parson T., Giddings F., та ін. [72, 131, 135], у своїх дослідженнях підкреслюють, що «соціалізація» – не обмежується періодом становлення особистості, а продовжується все життя, охоплюючи діяльність людини в трудових колективах, політичних організаціях, неформальних об'єднаннях, тому що впродовж життя кожна людина засвоює не одну, а багато різноманітних соціальних ролей.

За теорією психологічного аналізу З. Фрейда, «соціалізація» – полягає у приборканні вроджених інстинктів, виявлення яких суперечить цивілізованому способу життя, шляхом інтеріоризації соціальних регламентів.

З. Фрейд один з перших у своїх дослідженнях виділив психологічні механізми соціалізації: «імітація», «ідентифікація», «почуття», «сором» та «провина» [109].

«Імітація» – це усвідомлена спроба дитини копіювати визначену модель поведінки. Зразками для наслідування можуть виступати батьки, родичі, друзі, тощо.

«Ідентифікація» – спосіб усвідомлення приналежності до тієї чи іншої спільноти. Через ідентифікацію діти приймають поведінку батьків, родичів, друзів, сусідів, і т.д., їхньої цінності, норми, зразки поведінки як свої власні.

Імітація й ідентифікація – є позитивними механізмами, оскільки вони націлені на засвоєння визначеного типу поведінки.

«Сором» – почуття орієнтоване на сприйняття вчинків індивіда іншими людьми. «Сором» асоціюється з відчуттям особистості, що її викрили і зганьбили.

Сором і провина – являють собою негативні механізми, тому що вони придушують чи забороняють деякі зразки поведінки. З.Фрейд відзначає, що почуття сорому, і провини тісно пов'язаними між собою і майже нерозрізнені.

«Провина» – процес внутрішніх хвилювань, із самооцінкою людини своїх вчинків. Покарання тут відбувається само собою, що контролюється формою цього відчуття виступає – «Совість». [29, 109, 137].

Т. Парсонс [137], у своїх дослідженнях підкреслює, що соціалізація це – найскладніший процес соціальної інтеграції особистості. Вчений виділяє ще декілька механізмів (принципів), завдяки яким відбувається процес соціалізації, це:

- «відкріплення» та «загасання» – ці механізми засновані на принципі задоволення;
- «страждання» – принцип прийняття винагород (заохочень) і (покарань);
- «гальмування» – механізм (принцип) витіснення;
- «субституція» або «заміщення» це – різновиди механізмів перенесення (трансфер) і переміщення [137].

На думку вітчизняних та зарубіжних науковців Лавриченко Н.М., Чернета С.Ю., Lundberg G.A. [50, 118, 134], теорія Т. Парсонса, З. Фрейда з проблем механізмів соціалізації невідосконала. Вчені підкреслюють, що ігнорування Т. Парсонсом та З. Фрейдом таких важливих обставин як:

«наслідування» та «ідентифікація», як пізнавальних механізмів соціалізації беруть участь в тих адаптивних особистісних процесах, які розгортаються в психіці особистості після того, як вона виявляється в проблемній ситуації не дозволили цим науковцям побачити внутрішні зв'язки різних механізмів соціалізації. Також вчені вважають, що концепція Т. Парсонса і З. Фрейда передбачає пасивну позицію особистості в процесі соціалізації.

П. Бергер та Т. Лукман [13], розрізняють два етапи соціалізації: первинний та вторинний.

Первинна соціалізації – відбувається в дитинстві. Цей процес має виражене емоційне забарвлення. Під час первинної соціалізації не виникає проблем з ідентифікацією, тому що немає вибору «значущих інших». Первинна соціалізація закінчується, коли в дитини формується поняття «узагальненого іншого»

Вторинна соціалізація – входження людини в нові сектори суспільства, у якому живе. Вона може сама обирати об'єкт для ідентифікації, цей вибір більш раціональний [13].

Е. Еріксон [122], розділяє соціалізацію життєдіяльності людини на вісім етапів:

- перший етап – дитинство (від народження до року);
- другий етап – раннє дитинство (від року до трьох);
- третій етап – грів вік (3-7 років);
- четвертий етап – шкільний вік (6-12 років);
- п'ятий етап – юність (12-18 років);
- шостий етап – молодість, або рання дорослість (18-35 років);
- сьомий етап – дорослість (35-60 років);
- восьмий етап – зрілість (60-65 років).

Вчений стверджує, що на кожному етапі перед особистістю виникають виняткові завдання щодо формування певних психологічних характеристик. Ці завдання (труднощі) з якими стикається особистість на кожному з етапів, можуть розв'язатися або успішно або ні.

Класифікація соціалізації відповідно віковим відмінностям за Борис Цезаревич Урланісом: 0-2 роки – ясельний вік; 3-6 років – дошкільний вік дитинства; 7-15 років – шкільний вік дитинства; 16-24 роки – юність; 25-44 – зрілість; 45-59 років – повна зрілість; 60-69 років – літній вік; 70-79 років – рання старість; 80-89 років – повна старість; 90 років і більше – глибока старість [107, 113].

На думку вітчизняних Р. Ануфрієва, В. Воронкова. Є. Сірий, та зарубіжних Е. Ерикссон, А. Теджфе, та ін. науковців-соціологів – соціалізація ніколи не буває повною і ніколи не завершується [5, 23, 90, 104, 122].

Інтеграція індивіда (особистості) в соціумі здійснюється шляхом засвоєння ним елементів культури, соціальних і духовних цінностей, на основі яких формуються соціальні та духовні якості особистості, а також відбувається пристосування індивіда до реального соціального середовища – «адаптація».

Життя людини від народження і до кінця це – «адаптація» до середовища.

Науковці досліджували особливості адаптації в різних умовах: життєві ситуації; стресові ситуації; в ситуаціях життєвої кризи, тощо, саме тому різні філософські та психологічні концепції розглядають різні чинники адаптації.

«Адаптація» – єдність протилежностей «явища» та «сутності» спочатку вивчалася з найбільш доступного боку: досліджувалися морфологічні прояви її сутності. Лише у зв'язку з виникненням популяційно-центричного підходу (30-40 роки ХХ ст.), перед наукою постало завдання дослідити саму сутність «адаптації» – пізнати її як тотожність протилежностей [41].

На пострадянському просторі феномен соціальної адаптації з'явився наприкінці 60-х років і став предметом досліджень Т. Кутковець, Ю. Набок, І. Фан, Р. Кадиржанова, Г. Кертмана, І. Клямкіна, В. Федотової, І. Ясавеєва та ін. [74, 121].

Термін – «адаптація» (від латинського *adaptation, adapto* – пристосовую, пристосування) вперше цей термін виник у біології для визначення

пристосування будови та функцій організмів до умов існування або звикання до тих чи інших умов (кліматичних, часових, температурних, фізичних навантажень, тощо) [48, 124].

На сучасному етапі поняття «адаптація» достатньо складне і має власне трактування у різних сферах знань. У сучасному періоді розвитку української держави науковці сьогодення мають різні підходи до вивчення проблем «соціальної адаптації», що в свою чергою і зумовило різні визначення поняття терміну – «адаптація».

З позиції філософії «адаптація» – трактується як соціальний феномен, вид взаємодії особистості або соціальної групи із соціальним середовищем, під час якої узгоджуються вимоги та очікування її учасників. Соціальну природу адаптації намагалися осмислити ще філософи античних часів: Гіппократом, Р. Декартом, Ш. Монтеск'є, Г. Спенсером, В. Вундтом, В. Дільтеєм, Е. Дюркгеймом та ін. [121].

У психології «адаптація» – це пристосування особистості до існування у суспільстві відповідно до вимог та власних потреб цього суспільства, мотивів та інтересів. Психологічна адаптація здійснюється шляхом засвоєння норм та цінностей суспільства, а основним проявом адаптації стає взаємодія людини з оточенням та її активна діяльність [56].

У політологічному енциклопедичному словнику «соціальна адаптація» трактується, як – поєднання соціально-спрямованої активності особистості з динамікою різних рівнів соціального середовища [74].

До питання взаємозв'язку адаптації та соціалізації особистості було присвячено багато наукових досліджень у різні часи.

У роботах Ю.Г. І. Милославова, [32], розглядають «адаптацію» як елемент соціалізації та як початковий етап.

На думку О.О. Шльонської, К.А. Андросович, та ін. [94, 120], «соціальна адаптація» – відбувається шляхом поєднання неусвідомлюваного та свідомого моделювання власної поведінки особистості, як індивідуальної стратегії та ситуативної тактики з метою досягнення бажаного результату.

О.А. Куликова, Н.И. Лиманова, С.А. Щудло та ін. [49, 58, 121], трактують «соціальну адаптацію», як – процес і результат активного пристосування індивіда або соціальної групи до вимог та очікувань учасників нової або зміненої соціальної системи. Суб'єктом соціальної адаптації може бути індивід чи соціальна група. Індивід, проходячи соціальну адаптацію, соціалізується, інкультурується. Соціальна спільнота в ході соціальної адаптації гармонізує свої соціальні відносини, проходить процедури інституціоналізації.

Унаслідок «соціальної адаптації» індивід чи група набувають здатності осмислено орієнтуватися в ситуаціях, вдаватися до адекватних моделей поведінки, обирати ресурси для реалізації своїх потреб і домагань [49, 121].

Соціальну адаптацію забезпечує регуляція взаємин із зовнішнім світом. Механізмом адаптації, регуляції та саморегуляції є індивідуальний досвід, який полягає в накопичених індивідом знаннях, уміннях і навичках, можливостях інтерпретувати події минулого та сучасного і самого себе в контексті цих подій та взаємодії з навколишнім світом [132].

Т. Парсонс [135], розглядає «соціальну адаптацію» через систему «індивід – суспільство» і вважає, що соціальна система являє собою спонтанний результат процесів взаємодії її компонентів.

За визначенням І Козубовської, Г. Шикіта та ін. [45], розрізняють різні види адаптації, проте зазвичай вони взаємозв'язані між собою. На думку науковців «соціальна адаптація» – це процес пристосування особистості до умов соціального середовища. В цих умовах індивід (особистість) відбувається формування адекватної системи стосунків із соціальними об'єктами, прийняття індивідумом норм і цінностей нового соціального середовища. Також вчені підкреслюють, що психологічна адаптація особистості в суспільстві відбувається завдяки психологічним механізмам таких як: рефлексія, ідентифікація, тощо.

У дослідженнях О. Безпалько [32], чітко визначено, що без психологічної адаптації будь яка адаптація просто неможлива.

А. Лобанова [52], у своїх наукових дослідженнях умовно поділила «соціальну адаптацію» на три види за характером пристосувальної діяльності особистості (активна, пасивна та ситуативна (пасивно-активна) адаптації):

перший вид «Активна адаптація» – передбачає постійний діяльнісний пошук і запровадження людиною (групою) усе нових найрізноманітніших засобів і шляхів пристосування до суспільного життя (макро та мікросоціального середовища), до його змін з метою інтеграції;

другий вид «Пасивна адаптація» – пристосувальний процес до суспільного життя та його змін, під час якого людина використовує випробувані нею засоби та шляхи інтеграції до макро та мікросоціального середовища, сподіваючись у такий спосіб зберегти звичний ритм свого життя. Де «пасивність» – не бездіяльність, а життя «за звичкою».

третій вид «Ситуативна адаптація» – пасивно-активна адаптація характеризується: ситуативною зміною пристосувального процесу особистості (групою) до суспільного життя; зміною засобів і шляхів здійснення цього процесу. Вона носить циклічний характер: активний пошук і запровадження соціальним суб'єктом нових шляхів адаптації можуть змінюватися періодом пасивного очікування суспільних змін, що, своєю чергою, знову змінюється активною діяльнісною адаптацією.

С.А. Щудло, В.І. Волович [121], було визначено основні ознаки «соціальної адаптації»: активне, творче долучення особистості до суспільних процесів; готовність до взаємодії; пристосування до міжособистісних стосунків, властивих середовищам, до яких він належить, екологічного та культурного оточення особистості, тощо.

На думку Камбур А.В. [41], основною якісною характеристикою «соціальної адаптації» є – адекватність у відображенні безпосереднього та опосередкованих впливів соціального і природного середовища на особистість, яке зазнало значних змін внаслідок трансформації суспільства. Вчений вважає, що «соціальна адаптація» являє собою досить складне, структуроване явище, яке охоплює всі сутнісні сили особистості (фізичні,

духовні, моральні, тощо). Де особистість не просто реагує на зміни у навколишньому середовищі, а своєю адаптаційною діяльністю змінює й саме середовище. [41].

На думку А. Грицанова, В. Абушенко, Г. Евелькин, В. Geist, В. Barry та ін. [91, 125, 130], вважають, що не тільки особистість приймає певні, нові для неї норми та соціальні цінності, а й сама вона (особистість) активно впливає на норми, цінності та соціально-психологічний клімат середовища.

Тому «соціальну адаптацію» використовують як термін, що означає інтеракційний соціальний процес, який відбувається між суб'єктом адаптації (особою, соціальним утворенням) та новим соціальним середовищем [125, 130].

У процесі соціальної адаптації умовно виділяють певні фази (етапи, стадії). Чотири основні найпоширенішими фазами науковці вважають:

перша фаза – «психологічна переорієнтація» (зближення) – виховується терпимість і тривають пошуки компромісу. Це початкова стадія, коли індивід, усвідомлює, як повинен вести себе в новому соціальному середовищі. Але ще не готові визнати і сприйняти систему цінностей нового середовища;

друга фаза – «первинна адаптація» це адаптація особистості до ситуації, виживання та внутрішня перебудова «старої» системи цінностей і норм відповідно до реальної. Ця фаза є орієнтаційним (оцінювальним) етапом, який спрямований на ознайомлення адаптантів з соціальним середовищем. Відбувається «персоналізація» особистості – життєвий вибір на засадах власних потреб, інтересів та власної самобутності, тощо;

третья фаза – «гетеропластична фаза», в якій суб'єкт домагається зміни умов у соціальному середовищі. «Гетеропластична фаза» – полягає у змінах внутрішнього світу суб'єкта;

четверта фаза – «статична та динамічна адаптація», яка передбачає зовнішні зміни тобто: «динамічна адаптація» – засвоєння нових звичаїв а «динамічна адаптація» – є зміна самої особистості [91, 130].

У своїх дослідженнях І.М. Мельничук (2010), С.М. Калаур (2016), Н.П. Волкова (2018) та ін. описують процеси «соціальної адаптації». Вчені констатують, що в своїй більшості «соціальну адаптацію» можна тлумачити з різних сторін: з однієї сторони «соціальна адаптація» – це пасивний процес пристосування суб'єкта до вимог суспільства ціною жертв з боку особи; з іншої сторони «соціальна адаптація» – є адекватним реальним соціальним процесом і доцільним з позицій визначення процесів активної діяльності соціальної особи [21, 40, 62].

На думку провідних вчених Н. Волкової, О. Рабинович, Орбан&Лембрик, С. Хуткої та ін. «соціальна адаптація» не є чимось віртуальним або нереальним, «соціальна адаптація» – самодостатній процес, який пов'язаний з іншими спорідненими соціальними процесами [21, 40, 67, 85, 116].

Описуючи у своїх спільних дослідженнях взаємозв'язок соціалізації та адаптації І.В. Козубовська, Г.М. Шикітка [44], відзначають, що соціальна самосвідомість особистості виступає як основний механізм адаптації, при якому відбувається формування й осмислення особистістю своєї соціальної приналежності і ролі в соціальному середовищі. Вчені виділили три основних механізми соціально психологічної адаптації особистості (когнітивний, емоційний та практичний):

- «когнітивний» – включає всі психічні процеси, пов'язані з пізнанням: відчуття, сприймання, уява, пам'ять, мислення, мовлення і т.д.;
- емоційний, що включає різні моральні почуття й емоційні стани: занепокоєння, заклопотаність, співчуття, осуд, тривога і т.д.;
- практичний (поведінковий), що передбачає певну спрямовану діяльність людини в соціальній практиці.

На думку науковців, всі ці соціально-психологічні механізми адаптації особистості становлять повну єдність між соціалізацією та адаптацією [44].

Соціальна адаптація включає:

- реалізацію механізму взаємодії особистості з мікросередовищем шляхом певного пристосування до нього через спілкування, поведінку, діяльність;

- засвоєння норм, моральних цінностей найближчого позитивного соціального оточення шляхом їхнього раціонального усвідомлення або шляхом інтеріоризації;

- досягнення стану адаптованості суб'єкта шляхом установаження динамічної рівноваги між його особистісними установами й очікуваннями соціального середовища при наявності контролю з його боку [44].

Розглядаючи наукові підходи, щодо розуміння єдності «адаптації» та «соціалізації» особистості науковці І.В. Козубовська, Г.М. Шикітка [44], вважають їх найважливішим компонентами адаптації виступають узгодження самооцінки і домагань суб'єкта (особистість) з його можливостями та реальністю соціокультурних середовищ.

З вище викладеного можна зробити висновки, що «соціальна адаптація» це – тривалий процес, який передбачає: проходження особистістю усіх психологічних стадій (заперечення, гнів, компроміс, депресію та прийняття); обов'язкову активність особистості, щоб гармонізувати власні відносини із середовищем; процес пристосування особистості до навколишнього соціального, політичного, трудового середовища, як основної умови успішного розвитку особистості [4, 11, 54, 126].

1.2. Фізична культура, як чинник соціальної адаптації особистості

Сучасне життя людини в умовах стрімкого розвитку економічного технічного, освітнього прогресу неможливо уявити без змін у соціальній сфері. Одним з головних орієнтиром в процесі соціалізації людини це – духовний, психічний та фізичний стан здоров'я особистості [79].

Як описувалося раніше соціальна адаптація – це процес засвоєння особистістю зразків поведінки групи і суспільства, цінностей, норм,

установок; це процес формування особистості, її життєвої позиції на основі впливу на людину системи навчання і виховання, включаючи сім'ю, ЗМІ, літературу, мистецтво [19].

В період соціальної адаптації у людини виникають відповідні відносини до соціальних чинників і в цілому до навколишнього світу. Особистість починає активно, вибірково і цілеспрямовано взаємодіяти з середовищем, проявляти себе, свій професійний, духовний та фізичний потенціали [37].

Таким важливим аспектам соціалізації в різних сферах життя, як: соціальний, духовний, гуманітарний, інформаційний тощо, були присвячені роботи Довгенко Ю., Літвіненко О., Приходько О. та ін. [77, 78, 129, 133].

Розглядаючи різні сучасні шляхи, підходи, етапи, механізми соціалізації особистості, вчені мають загальну думку, що: в процесі соціалізації особистість включається у різноманітні форми соціальної діяльності та опановує характерні для себе соціальні ролі [20, 37, 77, 78].

Розкриттю соціальних функцій фізичної культури та спорту були присвячені роботи провідних вітчизняних та іноземних науковців В.А. Бабаліч, О.А. Баштовенко, О.І. Іваненко, Н. Сулейманов., W. Schafer, F. Coalter, R. Bailey та ін. Дослідження науковців у цьому напрямку полягають у пошуку найбільш універсальних засобів і методів фізичної культури і спорту, які впливають на підвищення ефективності процесу соціалізації особистості.

М. Сулейманов ще у пост радянські часи визначав специфіку спортивних відносин, як – «спортивні стосунки» – це форма прояву зв'язків, що виникають між людьми в процесі спортивної діяльності і на її основі» [100].

У роботах W. Schafer приділялася увага важливості соціальних функцій фізичної культури та спорту. На думку науковця, фізична культура і спорт – це складне соціальне явище, яке не обмежується вирішенням лише завдань

фізичного розвитку й здоров'я особистості, вона виконує важливі соціальні функції в галузі політики, моралі, етики та естетики.

В.Д. Паначев, В.А. Бабаліч, W. Schafer та ін. [10, 72, 137], стверджують, що фізична культура і спорт є засобом етичного, естетичного та морального виховання особистості, які сприяють формуванню соціальної компетентності.

Соціальну компетентність як процес навчання життєвим навичкам за допомогою фізичного виховання і спорту досліджували В Бабаліч, F. Coalter, V. Barry, J. Coakley та ін. В результаті своїх наукових досліджень вченими було підтверджено позитивний вплив фізичної культури та спорту на соціальний розвиток і формування особистості [10, 125, 127, 128].

Вучева В.В. визначає соціокультурну компетентність особистості, як рівень засвоєння індивідом основних духовних цінностей світової та національної культурної спадщини, як його здатність формувати себе у просторі культури [24].

Розвиток соціокультурної компетентності особистості науковцями розглядається, як якісних процес та кількісні зміни, властивостей, якостей, функцій особистості в процесі фізкультурної освіти (фізкультурно-спортивної діяльності) [24, 55].

Фізична культура і спорт по своїй суті є – соціальним явищем. Вона виступає однією із складових частин загальної культури у будь якому суспільстві. Фізична культура та спорт виникають та розвивається одночасно з матеріальною та духовною культурою суспільства [93, 114].

У наукових дослідженнях Л.І. Лубишевої, О.А. Баштовенко, Л.О. Голуб, О.Д. Замашкіної та ін. фізична культура та спорт розглядаються, як важливі феномени, які пронизують всі рівні сучасного суспільства, вони впливають на спосіб життя людей, етичні цінності, моду та ін. Фізична культура та спорт мають велику соціалізуючи силу [54, 93].

На думку В.Д Паначева [72], у соціальному житті особистості – фізична культура проявляє свої виховні, освітні, оздоровчі, економічні та

загальнокультурні функції. Сприяє виникненню такої соціальної течії, як фізкультурний рух (спільна діяльність людей по використанню, поширенню та примноженню цінностей фізичної культури).

О.В. Варецькая, Н.Ф. Дементьева О.А. Баштовенко та ін. відзначають, що фізичне виховання та спорт відіграють важливу роль у житті суспільства бо найважливішим серед основних завдань є – постійне підвищення рівня здоров'я, фізичного та духовного розвитку населення, сприяння економічному і соціальному прогресу суспільства [18, 30, 93].

У своїх дослідженнях Іваненко О.І. [38], розглядає фізичну культуру та спорт як важливу складову суспільного життя та життя кожної людини окремо, визначає їх основні соціальні функції. Науковець відокремлює та підкреслює, що однією з основних проблем соціальної функції фізичної культури і спорту є – формування ціннісного відношення суспільства і особистості до фізичної культури, спортивного та здорового способу життя.

Висвітленню, щодо вирішення актуальних проблем соціалізації молоді в процесі фізичного виховання, було присвячено роботи О.А. Баштовенко, Л.О. Голуб, О.Д. Замашкіна, Л.О. Житомирський та ін. [93], дослідження були спрямовані на пошук нових шляхів соціалізації особистості засобами фізичної культури та спорту, а саме: розвитку фізичної культури особистості в процесі соціалізації студентської молоді в новому освітньому просторі; розкрито компетентнісний підхід у навчанні студентів, як засіб подолання негативних тенденцій у здоров'ї; визначено стан активного дозвілля в діяльності студентської молоді в Україні; формування здорового способу життя студентської молоді.

У дослідження А.М. Батюк [11], більш детально висвітлюються пріоритетність в управлінні розвитком фізичною культурою та масовим спортом:

- по перше – роль масового спорту в соціалізації молоді в сучасному українському суспільстві, ставлення молоді до фізичної культури та спорту;

- друге – розглянуто рівень залучення представників молоді як особливої соціально-демографічної групи у фізкультурно-спортивному русі;
- третє – визначено основні напрями трансформації державної політики у сфері управління масовим спортом у сучасній Україні та перспективи його розвитку; виявлено особливості організації та фінансування масового спорту в розвинутих державах Заходу [11].

Соціалізацію особистості засобами фізичної культури та спорту вчені розглядають серед різних верств населення (за віком та статтю; соціальною приналежністю, за фізичними можливостями (обмеженням), тощо).

Осадченко Т.М., Семенов А.А., Ткаченко В.Т. розглядають у своїх дослідженнях адаптування людей з особливими потребами до фізичних і соціальних умов до навколишнього середовища, як складний освітньо-педагогічний процес. Вчені підкреслюють, що велике значення у соціалізації людей, з особливими потребами відіграє саме адаптивна фізична культура [1].

Кириленко О.М. Лукашук В.И. [42, 57], описуючи соціальні функції фізичної культури та спорту підкреслюють, що:

по перше – фізична культура та спорт виконують одну із головних ролей в процесі соціалізації особистості;

по друге – соціалізуюча функція фізичної культури та спорту в великій мірі впливає на формування ціннісних орієнтацій молоді. Формуючи з людини гідного члена суспільства фізична культура та спорт показують свою гуманізуючу цінність.

по третє – фізична культура та спорт, як важливий соціальний феномен впливають майже на всі суспільні явища, який активно діє у всіх сферах життя: економіці, політиці, відпочинку. Він має свою структуру і функції, що забезпечують потреби людей, має свою історію розвитку, отже, є соціальним інститутом.

Таким чином, фізична культура та спорт це не тільки виконання фізичних вправ для підвищення рівня фізичного розвитку та фізичної

підготовленості, досягнення результатів, тощо, це певна система суспільних відносин між особистостями.

1.3. Професійне становлення особистості екс-спортсменів, як чинник соціальної адаптації у пост спортивному житті.

У сучасних умовах соціально-економічних змін проблема професійної кар'єри стає все більш актуальною. І соціальна адаптація є принципово новим рівнем та новою формою адаптації особистості, специфічний характер якої полягає, перш за все, в спрямованій активній діяльності самої особистості.

Спорт як важливий соціальний феномен пронизує всі рівні сучасного соціуму, надаючи широкий вплив на основні сфери життєдіяльності суспільства.

Закінчення спортивної кар'єри завжди була гострою та «болючою» проблемою у життєдіяльності спортсменів високого рівня. Перед спортсменом постає нова, ще невідома проблема влаштування подальшого життя поза спортом. Це пов'язано з тим, що економічна, політична, соціальна і навіть екологічна ситуація, що швидко змінюється викликають в житті екс-спортсменів велику кількість стресів. Тому питання пост спортивної соціальної адаптації особистості займає чільне місце, зокрема, і в сфері спорту вищих досягнень.

Статистичні дані сьогодення України та пострадянського простору показують, що всього – 30-33% спортсменів високої кваліфікації, залишаються працювати сфері фізичної культури та спорту (тренери, педагоги за фахом, судді, тощо), решта, як правило, не може «знайти себе». Вчорашні «зірки» великого спорту починають нове життя яке не завжди складається так, як бажалося [138].

На жаль, досить поширені випадки, коли спортсмен після серйозної травми чи просто по закінченні спортивної кар'єри не знаходять себе, у житті

поза спортом, яке не стає для них широким полем нових можливостей і яскравих успіхів. Алкоголь, асоціальна поведінка зводять нанівець колишні успіхи, славу, тощо все це руйнує особистість спортсмена. Всі ці випадки пов'язані з недоліками духовності та низкою сформованістю відповідальності та самовідповідальності особистості спортсмена [36, 76].

Гірким прикладом негативної соціальної адаптації до сучасного життя після «великого спорту» стали такі великі спортсмени В. Могільний, О. Шушунова (олімпійські чемпіони зі спортивної гімнастики 1980 та 1988р.р. відповідно), О. Баюл (олімпійська чемпіонка – 1994р. з фігурного катання), В. Ященко (чемпіон Європи з легкої атлетики – стрибки в висоту), В. Волков (чемпіон Європи зі стрибків у воду) та ін.

Звичайно є приклади і яскравої адаптації спортсменів до пост спортивного життя у сучасному українському суспільстві і це: Олімпійські чемпіони Володимир Кличко (бокс) Сергій Бубка, Тетяна Самоленко-Доровских (л/атл), Ольга Стражева (спортивна гімнастика), та призери Олімпійських ігор Олена Жупіна (стрибки у воду), та Віталій Кличко (бокс).

Але нажаль ці випадки рідкі, навіть поодинокі. Складність процесу соціальної адаптації спортсмена у пост спортивному житті слід пояснювати становищем, в якому перебуває сучасна Україна та світ в цілому.

Спортсмени високої кваліфікації після закінчення спортивної кар'єри починають зовсім інше «нове життя» у суспільстві. Вчорашнім «спортивним зіркам» треба вдруге пристосовується до системи суспільних відносин. У науковій літературі цей процес отримав назву – «соціальна реадаптація».

«Соціальна реадаптація» – повторне звикання людини до соціальних умов суспільства, праці після закінчення будь якої вимушеної перерви, ізоляції, тощо. [105].

Макро-соціальне середовище слід також розглядати як найважливіший структурний компонент сучасного соціального середовища. Адже це середовище глобальних соціальних процесів, вплив якого неминуче зростає

на стан, поведінку та соціальну потребу людини в умовах сучасних комунікацій [3].

Соціальна потреба – є основною спонукальною силою у формуванні та розвитку соціальної активності, її спрямованої діяльності та адаптації [60].

Соціально-адаптивна потреба може проявитися у двох формах:

перша – особистість має потребу наблизити свої соціальні цінності, орієнтації, настанови тощо до вимог соціальної ситуації і через цю потребу може адаптуватися до певної ситуації;

друга – конкретна соціальна ситуація не створює можливостей для задоволення потреб особистості, і тому її соціальна активність спрямовується на зміну ситуації відповідно до своїх потреб [41].

Соціально-адаптивний процес – це процес, яким можна управляти. Таке управління може здійснюватися як в руслі впливу соціальних інститутів на особистість, в ході її виробничої, поза-виробничої, життєдіяльності, так і в руслі самоуправління, коли людина виступає суб'єктом управління власного – «Я» [94].

Екс-спортсменам треба визначитися з виконанням нової, ще не відомої для них основної соціальної ролі: суспільно-корисної праці; професійного кар'єрного росту; участю у політичному та громадському житті, тощо [2].

Професійно-рольова соціалізація і професіоналізація особистості в сукупності складають приватну, спеціальну та професійну соціалізацію особистості [73].

На думку вчених професійне становлення особистості неможливо без професійної соціалізації [20, 47].

Науковці умовно розділяють соціалізацію професійно-кар'єрного становлення і розвитку особистості на три взаємозалежні етапи:

перший етап – загальна соціалізація, як становлення особистості громадянина, засвоєння і оволодіння людиною системою суспільних норм, правил, цінностей морального, естетичного, політичного, правового, релігійного та іншого змістовного характеру;

другий етап – професійно-рольова соціалізація особистості несе в собі оволодіння людиною професійними рольовими функціями, цінностями, нормами, відносинами, тощо;

третій етап – професіоналізацію, як ту чи іншу ступінь оволодіння особистістю професійною діяльністю, спеціальністю, професійним майстерністю [20, 47, 82].

У психологічних дослідженнях поняття «кар'єра» тлумачиться як вид професійної діяльності на окремих етапах трудового шляху людини; професійне зростання, накопичення майстерності, професійних занять та активної життєвої позиції протягом працездатного віку; види діяльності, поєднані за способом життя, які реалізують життєві цілі; професійний досвід конкретної людини, що стосується не тільки професії; праця, робота, служба, посада, так і неслужбової діяльності, що свідомо підпорядковується досягненню поставленої мети [82, 99].

Ще у пост радянські часи Н.Б. Стамбуловою [99], було визначено основні ознаки кар'єри:

- багаторічна діяльність обрана асобистістю;
- кар'єра завжди націлена на високі досягнення, та успіх;
- кар'єра не можлива без самовдосконалення суб'єкта в обраній галузі.

Одним з впливовішим та проблематичним чинником пост спортивної соціалізації – є те, що спортсмен приходить у нове, поза спортивне життя, в доволі зрілому віці – 20-30 років залежно від виду спорту. І раптово доросла людина стає новачком у цьому житті.

Тому завершення спортивної кар'єри – це одна з головних криз спорту як явища.

Класифікацію стадій соціалізації особистості спортсмена шляхом включення його в спортивну діяльність вчені пов'язують з етапами формування його спортивної кар'єри та поза нею. Науковці виділяють основні чотири стадії соціалізації, а саме:

- Перша стадія – включення суб'єкта в спортивну діяльність. Це період початку спортивної діяльності (формування інтересу, ціннісні орієнтації на спортивні заняття, закладаються основи ціннісного ставлення до спортивної діяльності).

- Друга стадія – заняття дитячо-юнацьким спортом. В цей період збільшується кількість змагань, зборів, нові спортивні бази, спортивні збори та змагання за кордоном.

Третя стадія – перехід з аматорського в професійний спорт. Період піку спортивної кар'єри. В цей період зі спортсменом працює не тільки тренер а й ціла команда, яка складається з масажистів, спортивних менеджерів, лікарів та ін.

Четверта стадія – завершення спортивної кар'єри та перехід до іншої кар'єри. Незалежно від причини завершення кар'єри (самостійне рішення, отримання травми, дискваліфікація, тощо) цей період як правило стає одним зі складних періодів для особистості спортсмена, а негативні ситуації провокують спортсмена на психологічну кризу [54, 55, 61, 108, 139].

Проблеми соціальної адаптації (реадаптації) спортсменів високої кваліфікації до повсякденного життя поза спортом досліджувалися: М. Мінц, Т. Арабаджи, Н. Стамбуловою, І. Ворнічеса, Л. Зінченко та ін. [7, 22, 36, 63, 98].

У своїх роботах Арабаджи. Т.Д. було розроблено та впроваджено технологію щодо формування готовності спортсмена до професійного самовизначення після закінчення спортивної кар'єри [7, 8, 9].

У наукових дослідженнях Мінц М.О. Димова К.В. [63], розглядали причини завершення спортивної кар'єри та чинники, що завадили експортсменам успішно знайти себе у професійному житті поза спортом. На думку вчених труднощами входження спортсмена в нове мікросередовище громадської діяльності, виступають: вміння тільки тренуватися і не замислюватися про проблеми навколо тренувального процесу, які вирішує тренер; боязнь приймати рішення та брати на себе відповідальність;

одностороннє сприйняття соціуму (спілкування тільки у спортивному середовищі), тощо.

Заслуговують на увагу дослідження Л. Зінченко, в яких вчений розглядає складність побудови «нового» життя поза спортом. Л. Зінченко [36], підкреслює, що: по перше – спортсмени високої кваліфікації за час своєї «спортивної зоряності» звикли до високих гонорарів; по-друге – у більшості випадків спортсмени вже мають свої родини, за які вони несуть відповідальність (матеріальне забезпечення, престижні школи для дітей, тощо); третє – відповідальне ставлення спортсмена до себе і до своєї діяльності в спорті поступово трансформується в загальне відповідальне ставлення до свого життя, як індивідуального, так і суспільного.

Належне розуміння спортсменом того, що час активних занять спортом підходить до свого завершення, і що йому необхідно організувати принципово новий, пост спортивний простір в період свого подальшого професійно-громадського життя, вимагає відповідної підготовки – моральної, організаційної, емоційної тощо [36].

Чи зможе спортсмен знайти своє місце у подальшому громадському та професійному житті, залежить: з однієї сторони – від того, наскільки суспільство, спортивні організації та інститути готують спортсмена до пост спортивного життя; з іншої сторони – наскільки ці соціальні інституції сучасного суспільства готові прийняти спортсмена в «новому» для нього соціумі. На жаль, у більшості країн світу та зокрема в Україні про спортсмена думають та піклуються поки він показує високі спортивні результати тим самим підвищуючи спортивний імідж країни, який тісно переплітається із соціальним, політичним і економічним життям світового співтовариства.

РОЗДІЛ 2

ЗАДАЧІ, МЕТОДИ ОРГАНІЗАЦІЇ ДОСЛІДЖЕННЯ.

2.1. Задачі дослідження

1. Аналіз науково-методичної літератури та наукових досліджень з питань соціальної адаптації особистості спортсмена високої кваліфікації після закінчення спортивної кар'єри.

2. Розробити анкету та провести анкетування серед екс-спортсменів для визначення причин та чинників, що негативно впливають на їх соціальну адаптацію у громадському житті та трудовій діяльності.

3. Розробити теоретичний курс «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності».

2.2. Методи дослідження.

В основу дипломної роботи покладена концепція виявлення причин які негативно вплинули на завершення спортивної кар'єри спортсменами високої кваліфікації (травмування, вік, морально-вольові, тощо) а також визначення проблем соціалізації особистості у новому суспільстві, зокрема серед екс-спортсменів у пост спортивному житті.

Для вирішення поставлених завдань використовувалися наступні методи досліджень:

2.2.1. Аналіз та узагальнення літературних джерел.

2.2.2. Педагогічне спостереження.

2.2.3. Анкетування.

2.2.4. Психологічне тестування.

2.2.5. Методи математичної статистики.

2.2.1. Аналіз та узагальнення літературних джерел.

У процесі роботи був зроблено аналіз науково-методичної літератури, для вивчення проблеми, щодо завершення спортивної кар'єри та подальшої соціалізації спортсменів високої кваліфікації в умовах громадської та професійної діяльності.

Було розглянуто суть соціалізації, як – комплексний процес та результат засвоєння й активного відтворення людиною соціально-культурного досвіду (знань, цінностей, норм, моралі, традицій тощо) на основі особистої діяльності, спілкування і відносин, як обов'язковий фактор розвитку особистості.

2.2.2. Педагогічне спостереження.

Метод педагогічного спостереження – це планомірний аналіз та об'єктивна оцінка організації освітньо-виховного процесу організації та проведення теоретичних занять в галузі управління фізичною культурою та спортом та дисциплін, які мають міждисциплінарні зв'язки.

Були визначені вибір об'єкта спостереження, мети та постановки задач дослідження. Педагогічне спостереження має за мету узагальнення та удосконалення практичного досвіду з організації системи фахової освіти у ВНЗ.

Вивчався вплив різноманітних факторів які впливали на вибір людини що до закінчення спортивної кар'єри, підготовка та формування людини до готовності адаптації після завершення кар'єри.

2.2.3. Анкетування.

Анкетування – метод отримання інформації шляхом письмових відповідей респондентів на систему стандартизованих запитань попередньо

підготовлених бланків – «анкет». Побудова анкети складається з наступних частин:

Вступна – пояснюється мета дослідження, гарантується анонімність відповідей, дається інструкція щодо заповнення, підкреслюється важливість та цінність відповідей респондента.

Демографічна – фіксуються вікові, статеві, етнічні, соціально – статусні, професійні, освітні, сімейно – шлюбні, та ін. ознаки респондента.

Основна – складається з набору запитань, відповіді на які, передбачають виконання завдань дослідження. Запитання складають блоками, у чіткій логічній послідовності. Головна мета, зацікавити респондента, включити його поступово в процес співпраці з анкетною.

Завершальна – подяка респондентам.

Для нашої анкети було розроблено комплексний ряд питань, які були розподілені на 13 блоків у яких надається приклад відповідей з яких треба обрати більш близьку для респондентів думку, або надати свою відповідь. У блоках (питаннях) за № 4 – не обхідно надати відповіді за пріоритетністю де: 1 – найбільш значущий мотив, а 7 – найменш значущий мотив; № 7 не обхідно надати відповіді за пріоритетністю де: 1 – найбільш значущий мотив, а 10 – найменш значущий мотив.

Мета анкетування – одержання об'єктивної інформації, щодо виявлення причин, які змусили спортсменів піти з великого спорту та визначення чинників та факторів, що заважали экс-спортсменам у соціальній адаптації в умовах громадської та професійної діяльності.

Питання несли в собі спонукальний характер що дало змогу більш сильніше поглибитися в процес вивчення даної проблеми.

2.2.4. Психологічне тестування.

Психологічне тестування (розділ психодіагностики) – дослідження певних психологічних якостей і властивостей особистості шляхом використання психологічних тестів [59].

Психологічне тестування за методиками: А.А. Реан «Мотивація успіху та боязнь невдач», О.Ф. Потьомкіної «Виявлення установок «труд-гроші» та В.А. Семиченко «Мотиви вибору професії».

Будь який мотив або установка є – динамічною сукупністю, яка притаманна особистості, вони спрямовані на саму особистість та можуть змінюватися в процесі розвитку та саморозвитку [70].

2.2.5. Методи математичної статистики.

У роботі використовувалися загальноприйняті методи математичної статистики, які оброблялись на персональному комп'ютері з використанням пакету стандартних програм (Excel – 7; Statistica – 6; SPSS – 2.0).

2.3 Організація дослідження.

Експеримент проводився з вересня 2021 до вересня 2022 року, і включав три етапи, які відповідали задачам дослідження:

перший етап – аналіз науково-методичної літератури та наукових досліджень відповідно теми дипломної роботи;

другий етап – розробка анкети та проведення анкетування серед експортсменів. Обробка та опис отриманих даних з проведеного анкетування.

третій етап – розробка теоретичного курсу «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності». Формулювання висновків та оформлення роботи.

У дослідженні прийняли участь – 107 експортсменів високого рівня спортивної кваліфікації. З них: 53 – жінки та 64 – чоловіки. Усі експортсмени прийняли участь у дослідженні за особистим бажанням.

Відповідно місцю проживання учасників (різні країни світу), вимогам пандемії (COVID – 19) у світі та воєнного стану в Україні усі види збору інформації відбувалися он-лайн.

РОЗДІЛ III

ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ В СОЦІУМІ В УМОВАХ ГРОМАДСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

3.1. Визначення причин закінчення спортивної кар'єри серед спортсменів високої кваліфікації.

Україна зробила свій цивілізаційний вибір на користь європейських цінностей. Попереду багато завдань, що маємо виконати. Інтеграція в європейський інформаційний простір – одне з цих завдань. Концепцію інтеграції в європейське співтовариство зумовлює необхідність формування та підтримки позитивного міжнародного іміджу нашої країни. І одним з елементів є досягнення України у світовому професійному спорті [8].

У законі України «Про фізичну культуру і спорт», Національній стратегії розвитку системи освіти на 2012-2021 роки, передбачає реформування освітньої системи на основі філософії «людино центрizmu».

Після завершення спортивної кар'єри у спортсменів-професіоналів не залежно від виду спорту постають проблеми соціалізації, тобто пристосування до «нових» умов існування у громадському та професійному житті. Особливо це є складним для спортсменів високої кваліфікації.

Характер спорту різко змінює соціокультурний сенс формування особистості в залежності від «моделі поведінки» людини, до «сенсу успіху», яку він обирає в тих чи інших соціальних відносинах наближених до реальних поведінкових образів.

Розглядаючи проблематику процесу соціалізації спортсмена через соціально-культурний зріз громадської діяльності, ми можемо відзначити, що спорт в силу свого специфічного характеру створює з однієї сторони конкретні умови, а з іншої будує «паркани» для соціальної адаптації та інтеграції спортсменів в соціумі, формуючи у них певний тип поведінки.

Типи поведінки в свою чергу пов'язані з відповідністю або невідповідністю реальної поведінки ідеалу, або нормативу і виділяє наступні типи норм:

«реальні» – які відображають реальну поведінку, як воно повинно проявлятися в більшості випадків;

«належні» – стандарти поведінки, що визначають, яким воно повинно бути в дійсності;

«ідеальні» – правила і стандарти очікуваної поведінки як ідеалу [54].

В нашому експерименті прийняли участь спортсмени які мають спортивне звання не нижче майстра спорту.

В анкетуванні прийняло участь – 107 екс-спортсменів високого рівня спортивної кваліфікації. З них: 53 – жінки та 64 – чоловіки.

Види спорту нами було поділено відповідно спортивної діяльності: легка атлетика; ігрові види спорту (баскетбол, футбол, гандбол, тощо); водні види спорту (плавання, синхронне плавання, стрибки у воду, академ. веслування, тощо); різновиди гімнастики та естетичні види спорту (спортивна та художня гімнастика, аеробіка, спортивні танці, тощо); однокорства (боротьба, бокс, тощо); види спорту з використанням тех. засобів (велоспорт, фехтування, тощо).

Проаналізувавши спортивні досягнення кожного учасника нашого дослідження, які прийняли участь в анкетуванні, ми маємо такі результати з присвоєння спортивних звань:

- «Майстер спорту СРСР» – 107 учасників з них: 53 – жін. та 64 – чол.;

- «Майстер спорту міжнародного класу» – 58 спортсменів (30 – чол.; та 28 – жін.).

- «Заслужений майстер спорту» – 17 спортсменів (8 – жін. та 11 – чол.).

Розподіл спортсменів за спортивним званням та видам спортивної діяльності у відсотка представлено у таблиці 3.1.

Розподіл спортсменів за спортивним званням та спортивною діяльністю
(n=107)

№	Спортивні розряди	Стать	Види спорту за спортивною кваліфікацією					
		чол. (n=64)	Ігрові види	Л/атл.	Водні види	Різновидігн.	Однорства	Використання тех. засобів
		жін. (n=53)						
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Майстер спорту СРСР	чол. (n=64)	17	6	7	23	8	3
		жін. (n=53)	13	4	5	21	7	3
2.	Майстер спорту міжнародного класу	чол. (n=63)	13	1	2	9	4	1
		жін. (n=53)	9	1	3	13	2	-
3.	Заслужений майстер спорту	чол. (n=63)	4	1	-	3	3	-
		жін. (n=53)	-	1	2	5	-	-

Описуючи основні досягнення спортсменів, для зручності ми додатково представили їх у таблиці 3.2.

Чемпіони та призери Чемпіонату України: чоловіки – 64 (100%) та жінки – 53 (100%). Чемпіони та призери Чемпіонату СРСР: чоловіки – 58 (91%), жінки – 47 (89%); Чемпіони та призери Чемпіонату Європи: чоловіки – 33 (52%) та жінки – 37 (70%). Чемпіони та призери Чемпіонату Світу: чоловіки – 20 (31%), жінки – 27 (51%). Чемпіони та призери ОІ: чоловіки – 11 (17%) і жінки – 8 (15%).

В процесі адаптації спортсменів високого рівня до пост спортивного життя змінюється: режим, ритм та інтенсивність життя.

Процес адаптації екс-спортсменів до соціального життя складний та багатогранний, і у кожному випадку індивідуальний. Це залежить від цілого ряду чинників: вік, життєвий досвід, рівнів освіти та особистої культури,

терміну спортивного життя та спортивних досягнень, сімейного становища та фінансового забезпечення, стресостійкість до тимчасових труднощів тощо.

Саме ці питання нас цікавили і були закладені в наступні блоки нашого анкетування.

В результаті дослідження нами було встановлено, що спортивний стаж респондентів не залежно від віку в якому вони почали займатися спортом складає 6-13 років.

Виключення має тільки Оксана Чусовітіна (Олімпійська чемпіонка зі спортивної гімнастики) її спортивний стаж складає – 40 років. З них у спорті високих досягнень – 17 років.

Більшість жінок закінчила свою спортивну кар'єру в 20 та 25 років, що складає 28% і 59% відповідно. У чоловіків вік закінчення спортивної кар'єри змістився на 21-25 (42%) та 26-30 років(34%) (табл. 3.2.).

Усі учасників дослідження мають вищу освіту. Але ми хочемо відмітити, що: 33% – чоловіків та 13% – жінок мають додаткову вищу освіту. Це вказує на те, що не всі екс-спортсмени після закінчення спортивної кар'єри змогли знайти себе в педагогіці або спортивній діяльності, а саме: за фахом працюють усього – 19% та 27% чоловіків та жінок відповідно. В той же час 71% – чоловіків та 63% – жінок працюють не за фахом (табл. 3.2.). Такі великі відсотки чоловіків та жінок, які працюють не за фахом вказують на те, що не кожен спортсмен може стати тренером та викладачем з фізичної культури або знайти себе в трудовій діяльності на посаді в спортивних комітетах, департаментах та інших державних установах, які мають відношення до фізичної культури та спорту. Також ми хочемо підкреслити, що такий великий відсоток чоловіків (73%), які працюють не за фахом (табл. 3.2.), вказує на неналежне відношення держави до педагогічної та тренерської діяльності в різних закладах спеціальної (спортивної) та загальної освіти (тобто низька заробітна плата). А чоловіки природньо вважають себе відповідальними за добробут у своїх родин.

Обробка персональних даних анкетування спортсменів високої кваліфікації (n=107)

№	Відповіді на питання	Чоловіки (n=64)	Жінки (n=53)
1	2	3	4
1.	Сімейний стан.		
а)	у шлюбі	54 (84%)	47 (89%)
б)	Не одружений(на)	10 (16%)	6 (11%)
в)	під час спортивної кар'єри;	12 (19%)	33 (62%)
г)	після закінчення спортивної кар'єри.	42 (66%)	14 (26%)
2.	Країна в якій мешкаєте на даний час		
а)	В Україні	43 (67%)	36 (68%)
б)	За кордоном	21 (33%)	17 (32%)
3.	Ким і де працюєте на даний час		
а)	За фахом	19 (29%)	20 (37%)
б)	Не за фахом	45 (71%)	33 (63%)
2.	Розряд		
а)	Майстер спорту СРСР	64 (100%)	53 (100%)
б)	Майстер спорту міжнародного класу	30 (47%)	28 (53%)
в)	Заслужений майстер спорту	11 (17%)	8 (15%)
3.	Основні досягнення		
а)	Чемпіони та призери Чемпіонату України	64 (100%)	53 (100%)
б)	Чемпіони та призери Чемпіонату СРСР	58 (91%)	47 (89%)
в)	Чемпіони та призери Чемпіонату Європи	33 (52%)	37 (70%)
г)	Чемпіони та призери Чемпіонату Світу	20 (31%)	27 (51%)
д)	Чемпіони та призери Чемпіонату ОІ	11 (17%)	8 (15%)
4.	В якому віці закінчили спортивну кар'єру		
а)	до 20 років	9 (14%)	15 (28%)
б)	21-25 років	27 (42%)	31 (59%)
в)	26-30 років	22 (34%)	4 (8%)
г)	30-35 років	6 (9%)	3 (6%)
5.	Освіта		
а)	Вища освіта за фахом	64 (100%)	53 (100%)
б)	Додаткова вища освіта	21 (33%)	13 (25%)

Проведення анкетування дозволило нам з'ясувати причини завершення спортивної кар'єри та встановити, що основними причинами для жінок стали: одруження – 32% та народження дитини – 23%. Ці причини вказують на те, що для більшості жінок мати міцну родину та змінити спортивні досягнення на материнство є природньою потребою. Тому на причину «Краще уходити на піку своєї кар'єри – ПЕРЕМОЖЦЕМ» вказало усього – 11% жінок.

Тоді як більшість чоловіків – 30% вважають, що краще уходити зі спорту на піку своїх досягнень. Це є для кожного з них спортивною гордістю, яка впливає на вже сформовану чоловічу самовпевненість, що підтверджується другою основною причиною «Матеріальні труднощі», на яку вказало – 27% чоловіків. Стикаючись з матеріальними труднощами для чоловіків дуже важливим є вирішення цих питань. Так як за своєю природою саме чоловіки несуть відповідальність за матеріальну забезпеченість себе та своїх близьких.

Відповіді опонентів, які вказують на такі причини як: «Спад результатів», «Отримання травми» майже не відрізняються і складає по – 13% та 9% чоловіки та 11% і 9% жінок відповідно. На нашу думку ці дві причини пов'язані між собою, бо не кожен спортсмен, який отримав травму може відновити свою фізичну форму для досягнення високих спортивних результатів та повернутися у великий спорт.

Наступне коло питань дозволили нам більш детально розглянути: готовність спортсменів високої кваліфікації до трудової діяльності, їх відчуття на етапі завершення спортивної кар'єри та проблеми адаптації в соціумі з якими вони стикнулися.

Кожен спортсмен на фініші своєї спортивної кар'єри відчуває бурхливість емоцій з якими йому треба впоратися. І наступний ланцюжок відповідей дає змогу визначити про емоційний стан спортсменів на завершальному етапі своєї кар'єри. Результати відповідей представлені у таблиці 3.3., у відсотках.

Таблиця 3.3.

Відчуття спортсменів високої кваліфікації на етапі завершення спортивної кар'єри (n=107)

№	Відповіді на питання	Чоловіки (n=64)	Жінки (n=53)
1	2	3	4
1.	Це сумно, але я спокійно сприйняв це, бо був(ла) впевненим у своєму майбутньому.	25 (39%)	11 (21%)
2.	Більшою мірою були тривожні відчуття, але я сподівався (лася), що в мене все вийде і я	21 (33%)	13 (25%)

	впораюся із труднощами.		
3.	Сама думка про це викликала у мене сильні негативні відчуття, навіть страх (панічні атаки).	12 (19%)	25 (47%)
4.	інша відповідь.	6 (9%)	4 (8%)

У жінок емоційний стан відповідно до завершення спортивної кар'єри був більш чутливим та болячим питанням. Так у 47% – жінок сама думка про це викликала сильні негативні відчуття, страх (панічні атаки). У чоловіків таку емоційність відчули на собі усього – 19%. Чоловіки (39%) на відміну від жінок (21%) більш спокійно сприйняли фініш свого спортивного життя бо були впевненим у своєму майбутньому. Із незначною внутрішньою нестабільністю під час завершення спортивної кар'єри стикнулися: 33% і 25% чоловіків та жінок відповідно. Можна сказати що саме ця кількість респондентів більш менш реалістично змогли оцінити свої можливості до адаптації в соціумі.

Вивчаючи труднощі з якими стикнулися екс-спортсмени в процесі адаптації в соціумі, можемо відзначити, що: достатньо великий відсоток чоловіків – 43% та жінок – 56% стикнулися з певними труднощами, які привели до важкого адаптування в соціумі.

Більш детальне вивчення причин з якими стикнулися спортсмени високого класу в процесі адаптування в соціумі (табл. 3.4.) дає змогу вказати, що між отриманими відповідями чоловіків та жінок за значимістю причин суттєвих відмінностей не спостерігається. Але на нашу думку існує той факт, що екс-спортсмени дуже боляче сприймають завершення спортивної кар'єри і тільки на її фініші розуміють, що були не готові до іншого – пост-спортивного життя. Так «Неготовність брати на себе відповідальність у вирішенні організаційних питань» та «Вміння тільки тренуватися» стали основними причинами не готовності спортсменів високого класу до трудової діяльності.

«Різні інтереси у спілкуванні» (20% – чол. та 11% – жін.) вплинуло на те, що після закінчення спортивної кар'єри у більшості учасників нашого

дослідження відбулося «Зменшення друзів» (17% – чол. та 14% – жін.) та «Жага до шкідливих звичок» (27% – чол. та 13% – жін.).

Таблиця 3.4.

З якими труднощами Ви стикнулися після закінчення спортивної кар'єри в процесі адаптації в соціумі

№	Відповіді на питання	Чоловіки (n=64)		Жінки (n=53)	
		%	значущість проблеми	%	значущість проблеми
1	2	3	4	5	6
1.	Зменшення друзів-спортсменів	17%	5	14%	4
2.	Різні інтереси у спілкуванні	20%	4	11%	6
3.	Жага до шкідливих звичок	27%	1	13%	5
4.	Я найкращий подарунок для кожного хто бажає зі мною спілкуватися «зоряна» хвороба	21%	3	23%	2
5.	Я вмію тільки тренуватися, вирішення організаційних питань викликає певні складнощі	23%	2	25%	1
6.	Брати на себе відповідальність у вирішенні всіх питань	21%	3	19%	3
7.	Поява великої кількості вільного часу і низька само-організованість	11%	6	5%	7
8.	Інша відповідь	-		-	

Проаналізувавши результати цих відповідей ми дійшли висновку що основною та найвагомішою причиною до соціальної адаптації є «Зоряна хвороба» (21% – чол. та 23% – жін.). Поясненням цього є те, що звичка до великої уваги кожного зі спортсменів (інтерв'ю, прес-конференції, автографи, тощо) не може залишитися без наслідків – негативних наслідків для особистості спортсмена високого рангу.

Тому емоційний стан спортсмена під час завершення спортивної кар'єри є одним з показників готовності до завершення спортивної кар'єри та чинником готовності до соціалізації у соціумі в умовах громадської діяльності.

3.2. Готовність спортсменів високої кваліфікації до трудової діяльності на час завершення спортивної кар'єри.

Для виявлення готовності спортсменів високої кваліфікації до трудової діяльності на час завершення спортивної кар'єри, нами були розроблені питання та варіанти відповідей, які увійшли до 5, 6 та 7 блоків нашого анкетування. Це дало змогу порівняти результати відповідей для більш детальнішого розкриття суті досліджуваної проблеми.

Анкетування проводилось анонімно з метою отримання більш достовірних відповідей респондентів.

У таблиці 3.5. представлені результати анкетування готовності спортсменів до трудової діяльності на час закінчення спортивної.

Таблиця 3.5.

Готовність спортсменів до трудової діяльності на час закінчення спортивної кар'єри у % (n=107)

№	Відповіді на питання	Чоловіки (n=64)	Жінки (n=53)
1	2	3	4
1.	Після завершення спортивної кар'єри, Ви:		
а)	обрали професію за фахом і у Вас був чіткий професійний план;	83%	88%
б)	розмірковували над декількома варіантами майбутньої професії;	10%	10%
в)	ще довго не замислювалися над цим;	7%	2%
г)	інша відповідь	-	-
2.	Окрім спортивної діяльності, які ще види діяльності Вам були цікаві (вibір здійснювався за прeоритетністю):		
а)	педагогічна	29%	23%
б)	тренерська	43%	36%
в)	наукова	3%	4%
г)	організаційна, керівна	11%	7%
д)	творча	2%	18
є)	підприємництво	8%	5%
ж)	не можу відповісти на ці питання	-	-
з)	інша відповідь (приклад)	4%	7%

Перед тим, як представити отриманні результати анкетування, щодо готовності спортсменів до трудової діяльності на час закінчення спортивної кар'єри ми звернули свою увагу на одне з найперших питань нашого анкетування – «Ким і де працюєте?» із за пропонованими варіантами відповідей: «За фахом?» чи «Не за фахом?».

Відповіді респондентів показали, що на даний час значна кількість експортсменів 71% – чол. та 63% – жін. працюють не за фахом (табл. 3.2). Тоді як на час завершення спортивної кар'єри 83% – чоловіків та 88% – жінок були впевнені, що будуть працювати за фахом (педагогічна діяльність: 29% – чол. та 23% – жін.; тренери з виду спорту: 43% – чол. і 36% – жін.; наукова діяльність 3% – чол. та 4% – жін.). на той же час трудові види діяльності, які в тому чи іншому сенсі не пов'язані зі спортом були не дуже цікаві нашим учасникам нашого дослідження: організаційна робота (керівництво) обрало 11% – чоловіків. та 7% – жінок; підприємство було цікаво тільки 8% – чол. та 5% жін.; інтерес до творчої діяльності відмітило по 2 % та 18% – респондентів відповідно.

Така розбіжність та невідповідність результатів відповідей між собою вказують на те, що значна більшість спортсменів на час завершення своєї кар'єри були максималістами і не змогли адекватно оцінити свої можливості у подальшій пост-спортивній професійній діяльності.

Розробка наступного блоку анкетування була спрямована на вивчення спонукальних мотивів, які позитивно впливають на вибір майбутньої професійної діяльності експортсменів. Респондентам було запропоновано оцінити представлені варіанти відповідей за десятибальною шкалою(де – 1 найбільш значущий мотив, а 10 – найменш значущий мотив).

У таблиці 3.6. представлені результати відповідей, щодо оцінки та визначення основних мотивів у виборі професії серед спортсменів високої кваліфікації після закінчення спортивної кар'єри.

Основні мотиви вибору професії серед спортсменів
високої кваліфікації після закінчення спортивної кар'єри у % (n=107)

№	Мотиви	Бали										
		ч(n=64)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		ж(n=53)										
1.	Цікава, змістовна робота	чол.	23	21	21	17	17	9	2	2	-	-
		жін.	37	39	33	31	27	29	3	5	-	-
2.	Престижна професія	чол.	87	88	76	73	54	41	29	3	-	-
		жін.	81	80	74	64	57	33	24	5	-	-
3.	Висока зарплата	чол.	97	95	95	-	-	-	-	-	-	-
		жін.	85	81	79	66	53	-	-	-	-	-
4.	Перспектива кар'єрного росту	чол.	89	89	83	71	59	44	31	-	-	-
		жін.	77	77	69	60	51	39	33	-	-	-
5.	Гарні стосунки в колективі	чол.	51	56	51	41	33	27	13	-	-	-
		жін.	83	81	82	59	42	40	24	-	-	-
6.	Робота, що не вимагає значних зусиль та відповідальності	чол.	25	22	23	23	-	-	-	-	-	-
		жін.	37	39	33	27	21	14	-	-	-	-
7.	Творча діяльність	чол.	13	99	26	31	43	57	61	65	87	83
		жін.	43	45	45	33	37	29	13	11	9	7
8.	Отримання визнання моїх досягнень, мого успіху	чол.	87	73	67	54	49	33	24	12	5	3
		жін.	79	77	69	55	47	39	27	21	17	7
9.	Можливість саморозвитку	чол.	98	96	88	76	23	13	5	-	-	-
		жін.	83	88	81	73	31	24	17	9	-	-
10.	Посада керівника	чол.	37	41	47	45	42	37	33	29	13	17
		жін.	21	27	24	33	29	33	19	15	15	11

Зазначимо, що отримані результати зайвий раз вказують на те, що спортсмени високої кваліфікації дуже амбіційні. Саме тому екс-спортсменам було дуже важко адаптуватися в соціумі одразу після уходу з великого спорту. А «Зіркова хвороба» зіграла негативну роль для більшості учасників експерименту. Але після переосмислювання за усіма п'яти психологічними стадіями аналізу особистої внутрішньої проблеми (заперечення; злість (гнів), торг; депресія та прийняття) і сприйняття самого себе як особистого «Я», більшість з екс-спортсменів змогли впоратися з внутрішніми суперечливостями та прийняти правильне рішення і втілити свої амбіції у

подальше професійне життя. Все це підтверджується результатами відповідей, які представлені у таблиці 3.7.

Таблиця 3.7.

Вибір нової обраної діяльності не спортивної спрямованості
у % (n=107)

№	Відповіді на питання	Чоловіки (n=64)	Жінки (n=53)
1	2	3	4
1.	Ви знали специфіку обраної діяльності		
а)	Так	37%	21%
б)	Ні	63%	71%
в)	володіння професійними знаннями, уміннями за цією професією	15%	11%
г)	додаткова освіта за цим профілем?	36%	27%
2.	Якщо так то який напрямок освіти Ви обрали		
	сфера послуг	3%	15%
	економічний	12	6%
	технічний	7%	-
	управлінська	14%	6%
д)	хотілося спробувати свої знання у виборі професії не за фахом	13%	20%
е)	інша відповідь	-	-

Вибір іншої сфери діяльності для більшості респондентів був несподіваним, що призвело до ускладнення професійного становлення, бо специфіка обраного напрямку для них була зовсім невідома.

Саме відсутність спеціальних знань підштовхнула майбутніх спеціалістів до отримання додаткової освіти у зовсім інших напрямках майбутньої професійної діяльності.

До найпопулярніших професій, які обрали екс-спортсмени увійшли: сфера послуг (чол. – 3% і жін. – 15%); на економічний напрямок вказали (12% – чол. та 6% – жін.); технічну освіту отримало (7% чол.); додаткову освіту в управлінській діяльності обрало (14% – чол. та 6% – жін.).

Самовпевненість у своїх силах та жага до самовизначення та самоствердження у суспільстві дозволила спортсменам високої кваліфікації досягти значних результатів у пост спортивному житті.

3.3. Спорт, як чинник самоствердження особистості.

Наступним кроком першого етапу нашого дослідження, було визначення ставлення спортсменів високої кваліфікації до спорту після завершення спортивної кар'єри. Для зручності аналізу описання та представлення результатів обраного нами кола питань, ми поєднали три анкетних блоки: «Чи займаєтеся Ви спортом після завершення спортивної кар'єри?»; «Якщо у Вас є діти, чи займаються вони спортом?»; «Ваше ставлення до спорту та спортивної кар'єри на даний час» в одну таблицю 3.8.

Спортивна діяльність для багатьох спортсменів високої кваліфікації залишається важливою частиною його життя. Бо саме у цьому житті кожен спортсмен долає перепони психологічного та фізичного навантаження, а й іноді перенавантаження для досягнення високого результату та перемоги.

Тому для нас була важлива думка екс-спортсменів та їх ставлення до спорту в умовах громадського життя.

Таблиця 3.8.

Ставлення до спорту та спортивної кар'єри спортсменів високої кваліфікації у % (n=107)

№	Відповіді на питання	Чоловіки (n=64)	Жінки (n=53)
1.	Чи займаєтеся Ви спортом після завершення спортивної кар'єри?		
а)	Так	57%	53%
б)	Ні	17%	21%
в)	Приймаю участь у змаганнях ветеранів-спорту	26%	26%
2.	Якщо у Вас є діти, чи займаються вони спортом?		
а)	Так	57%	47%
б)	Ні	23%	35%
в)	не маю чіткого визначення.	20%	18%
г)	Хочу щоб вони досягли великих спортивних результатів	37%	26%
д)	Інша відповідь	13%	19%
3.	Ваше ставлення до спорту та спортивної кар'єри на даний час.		
а)	Спорт це єдиний шлях для створення сильної особистості;	61%	52%
б)	Спорт це не виправданий за очікуванням вибір у подальшій професійній діяльності;	17%	19%
г)	Спорт для мене це – тільки негативні спогади;	13%	16%
д)	інша відповідь	9%	13%

Всі отримані нами результати вказують на те, що: значна більшість екс-спортсменів незалежно від своєї трудової діяльності продовжують займатися спортом (чол. – 57% і жін. – 53%) і навіть беруть участь у спортивних змаганнях «ветерани спорту» (по – 26%), всі ці спортсмени мають єдину думку про те, що: діти повинні займатися спортом, бо це єдиний шлях для створення сильної особистості по 55% – чол. і 47% – жін. та 61% – чол. і 52% – жін. відповідно; також 33% – чол. та 26% – жін. бажають щоб їх діти досягли високих результатів.

В той же час ми не можемо залишити без уваги те, що 35% – жінок вважають, що їхні діти не повинні займатися спортом вказавши на те, що визнання можна здобути в інших сферах діяльності (прикладне мистецтво, музика, тощо) 19% – жінок та 13% – чол. (результати іншої відповіді).

На нашу думку такий – односторонній погляд, який налаштований тільки на досягнення результату і забуття про те, що низька рухова активність призводить до низького рівня фізичної підготовленості, зниження фізичного розвитку і як наслідок погіршення здоров'я.

Аналіз отриманих нами результатів анкетування, дозволив встановити, що після закінчення професійної спортивної діяльності у екс-спортсменів стоїть основна проблема – соціалізація в умовах громадського життя.

Результати аналізу коментарів, які було запропоновано залишити (за бажання) спортсменам після анкетування дають змогу відзначити, що:

- з проблемою соціалізації стикнулася значна більшість спортсменів;
- проблема соціалізації не залежить від статі, віку, виду спорту, тощо;
- проблеми соціалізації негативно впливає на прагнення спортсменів до потреби у самовизначенні та самореалізації в умовах професійно-громадського життя;

- екс-спортсмени вказують на різні причини, але всі вони висловлюють одну думку – відсутність досвіду, теоретичних знань, психологічної готовності до пост спортивного життя.

3.4. Теоретичний курс «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності».

Процес соціалізації екс-спортсменів на сучасному етапі розвитку нашої країни набуває особливої актуальності. Це пов'язано з постійними реформами в сфері економіки, політики, освіти, культури, тощо. Пост-спортивний етап для більшості спортсменів є вирішальним та багатограним, який спрямований на засвоєння соціального досвіду, активної суспільно значущої діяльності, оскільки характеризується наявністю внутрішньої потреби особистості спортсмена співвідносити власні прагнення з інтересами суспільства.

Соціально-трансформаційні процеси в українському суспільстві змушують екс-спортсменів по-новому поглянути на соціальне самовизначення, перспективи, соціалізації та інтеграції, участі в соціальному відтворенні.

Проблеми соціалізації спортсменів високої кваліфікації в соціумі після завершення спортивної кар'єри пов'язані із глибокими та швидкими соціальними змінами, зокрема із зміною ідеологічних орієнтирів у пост-спортивному житті особистості спортсмена і посиленням дії стихійних чинників, що впливають на становлення екс-спортсмена, як соціальної особистості.

Процес соціалізації здійснюється за допомогою соціальних механізмів. Існують різні підходи до розгляду механізмів соціалізації. Так, французький психолог-соціолог Г. Тард вважав, що одним з основних механізмів соціалізації є – «наслідування» [91].

На думку Ю. Бронфенбренера [91], одним з основних механізмів соціалізації вважає – «прогресивну взаємну акомодацию» (приспосовування, пристосовуваність) між людською істотою, та мінливими умовами, в яких вона живе. В.С. Мухіна, Ю.Л. Трофімов, Орбан-Лембрик Л.Е., та ін. [65, 68, 84], вважають, що головними механізмами соціалізації є: «ідентифікація» –

ототожнення себе з іншою людиною, персонажем або навіть групою людей, та подальше неусвідомлене уподібнення та «відособлення особи» – здатність особистості до самовизначення своїх позицій.

У структурі соціальних властивостей людини науковці Волянчук, Г.В. Ложкін, О.В. Винославська, І.О. Блохіна, М.О. Кононець, О.В. Москаленко та ін. виділяють: загально соціальні риси, що характеризують її як продукт суспільного розвитку; властивості, які відображають входження особистості до складу певних соціальних спільностей – етнічних, професійних, статевих, вікових тощо [97].

На думку низки науковців Л.Е Орбан-Лембрик, Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук, та ін., розширення і поглиблення соціалізації особистості відбувається в трьох основних сферах [84, 67, 68]:

перша – сфера діяльності соціалізація пов'язана із засвоєнням нових видів діяльності спрямованих на виділення передусім особистісних смислів, найбільш значущих для конкретної людини певних видів та аспектів діяльності;

друга – сфера спілкування соціалізація розширює коло спілкування, збагачує його зміст, поглиблює розуміння інших людей, розвиває навички спілкування;

третья – сфера самосвідомості соціалізація означає формування власного «Я», як активного суб'єкта діяльності, осмислення особистістю своєї соціальної залежності, соціальної ролі, формування самооцінки та ін.

Вивчення проблеми соціалізації екс-спортсменів в соціумі та пошуком сучасних шляхів щодо вирішення цієї проблеми вчені займаються не одне десятиліття пропонуючи різні шляхи, підходи, методики, тощо.

Так у своїх дослідженнях Н.Б. Стамбулова [98], розкрила проблему кризи спортивної кар'єри.

Т.Д. Арабаджи [7, 8, 9], приділив увагу необхідності формування професійного самовизначення спортсмена.

У наукових дослідженнях І. Ворнічеса [22], розглядаються чинники, які впливають на завершення спортивної кар'єри та вирішується, що робити після закінчення кар'єри чи після травми. Науковцем приділяється особлива увага соціальним, психологічним, економічним, морально-етичним та технологічним проблемам олімпійців. Також розглядаються психологічно-педагогічні основи подолання кризових ситуацій.

Незважаючи на значний інтерес до проблеми соціалізації, питання соціально-психологічних чинників, які забезпечують успішний перебіг процесу соціалізації екс-спортсменів в соціумі, досліджено недостатньо.

Аналіз наукових досліджень вказує на те, що процес адаптації екс-спортсменів до соціального життя після завершення спортивної кар'єри складний та у кожному випадку індивідуальний. Що й підштовхнуло нас до розробки анкети (Додаток 1.), для визначення основних причин та чинників, які негативно впливають на процес соціалізації спортсменів високої кваліфікації у пост спортивному просторі та подальшому трудовому шляху.

Для чистоти проведення експерименту анкетування було проведено анонімно. Анкета складається з 13 – блок-питань у яких надається приклад відповідей з яких треба обрати більш близьку до Вашої думки. Відповіді, які Ви вважаєте вірними, підкресліть Якщо перелік відповідей не сходиться з Вашою думкою, у кожному питанні є – *«свій варіант відповіді»*, який Ви можете написати. У блок-питаннях за № 4 – не обхідно надати відповіді за пріоритетністю де: 1 – *найбільш значущий мотив*, а 7 – *найменш значущий мотив*; № 7 не обхідно надати відповіді за пріоритетністю де: 1 – *найбільш значущий мотив*, а 10 – *найменш значущий мотив*.

Проведене нами анкетування дало змогу визначити, що на момент закінчення спортивної кар'єри значна більшість респондентів вказали, що обрали професію за фахом і мали чіткий професійний план подальшої трудової діяльності (чол. – 58,0% та жін. – 63,%). Але на момент обраної трудової діяльності сьогодні переважна більшість екс-спортсменів 81% – чоловіків та 73% – жінок працюють не за фахом.

Обробка результатів анкетування показала, що для учасників нашого дослідження основними проблемами стали:

по перше – вміння тільки тренуватися, вирішення організаційних питань викликає певні складнощі чол. – 23,0% та жін. – 25,0%.

по друге – 21,0% та 23% чоловіків та жінок відповідно вважали себе найкращим подарунком у житті – «зоряна хвороба»;

третє – брати на себе відповідальність у вирішенні всіх організаційних питань по: 21,0% – чол. та 19,0% – жінок.

У своїх коментарях – «Готовність до трудової та громадської діяльності після завершення спортивної кар'єри», екс-спортсмени по різному висловлювали свою думку, але всі вони відзначали що: теоретично у своїх планах до подальшого пост спортивного життя вони були готові, але нажалі: відсутність досвіду у поза спортивному житті; односторонність поглядів на життя та спілкування; невміння комунікувати з людьми які не мають спортивного досвіду; завищена самооцінка, тощо негативно вплинули на соціалізацію спортсменів високої кваліфікації у громадській діяльності після завершення спортивної кар'єри.

Спираючись на отримані результати нашого анкетування та на дослідження Арабаджи Т.Д., Мінц М.О. [7, 8, 9, 63] нами було здійснено пошук нових більш сучасних шляхів уникнення більшості проблем соціалізації спортсменів високої кваліфікації після завершення спортивної кар'єри та створення особистого кар'єрного росту в трудовій і громадській діяльності нами було розроблено теоретичний курс «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності».

Мета теоретичного курсу «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності» – підготувати спортсменів високої кваліфікації до активної професійної та громадської діяльності після завершення спортивної кар'єри.

З позиції структурного аналізу соціалізація розглядається нами як сукупність її компонентів: соціальної адаптації (процесу пристосування до

змінених умов чи вимог), виховання (спеціально організовані, контрольовані впливи), тощо.

Для забезпечення якісного процесу нами були розроблені основні завдання, а для більш успішного виконання завдань були обрані відповідні засоби, методи та форми навчання.

Основними засобами для розроблених завдань теоретичного курсу стали – теоретичні заняття.

Відповідно обраним засобам в організації теоретичних занять нами були обрані класичні форми проведення занять: лекції, практичні заняття, бесіди.

Лекція – одна з основних форм навчання теоретичного етапу в закладах вищої освіти.

За визначенням Т.Д. Арабаджи., Н.І. Мачинської та ін. лекція – є найскладнішою формою навчання [8, 102]. Саме на лекціях студент-слухач залишається пасивною особою. Механічність конспектування лекційного матеріалу не дає можливість студенту розуміння та переосмислювання прочитаного матеріалу і це робить лекцію низькопродуктивною формою навчання. Тому основним завданням викладача є – відійти від традиційних методів проведення лекційних занять [7, 43].

Наступною формою організації теоретичних занять стали – практичні заняття.

Практичні заняття це – форма навчального процесу, при якій викладач організує детальний розгляд студентами окремих теоретичних положень навчальної дисципліни. Формує у студентів вміння, навички та їх практичне застосування шляхом індивідуального виконання студентом відповідно сформульованих завдань.

Методика практичних занять може бути різною залежно від досвіду і методичних концепцій викладача. Важливо, щоб обрана методика активізувала навчально-пізнавальну діяльність студентів, сприяла

формуванню умінь, навичок та поглибленню знань з теоретичного курсу [75, 123].

Основними функціями практичних занять є:

- поглиблення та уточнення знань, здобутих на лекціях і в процесі самостійної роботи;
- формування інтелектуальних умінь та навичок планування, аналізу і узагальнень, опанування діючою технікою, вироблення навичок управління і користування нею;
- накопичення первинного досвіду організації управління в обраній галузі та технікою управління ним;
- оволодіння початковими навичками керівництва підлеглих в обраній сфері;
- формування вміння аналізувати і оцінювати ефективність обраних методик навчання, керування, тощо;
- оволодіння науковим апаратом роботи з джерелами;
- сформованість вміння робити соціологічні оцінки тощо.

Практичні заняття значною мірою забезпечують відпрацювання умінь і навичок прийняття практичних рішень в реальних умовах роботи в обраному напрямку, що ґрунтуються на теоретичній основі, розвивають логічне мислення, вміння аналізувати явища, узагальнювати факти. Сприяють регулярній і планомірній самостійній роботі у процесі вивчення певного курсу [8, 75, 123].

Практичні заняття включають:

- проведення попереднього контролю знань, умінь і навичок студентів;
- постановку загальної проблеми викладачем та її обговорення за участю студентів;
- розв'язування завдань з їх обговореннями;
- впровадження інноваційних технологій в організаційний процес проведення занять;
- розв'язування контрольних завдань, їх перевірку, оцінювання.

Цілями практичних занять в будь яких напрямках освіти мають бути: розширення уявлень студентів-слухачів (спортсменів-слухачив) про явища оточуючого світу, у тому числі. тих, що вивчаються та глибоке проникнення в їх сутність; формування у студентів вмінь та навичок; вміння виявляти об'єктивні зв'язки та взаємообумовленість явищ; озброєння спеціальними навичками, необхідними не тільки в процесі навчальній, а й у виробничій праці [62].

Розуміючи визначення Семиченко В.А., Лоїк, Г.Б. та ін. [53, 88, 89], що мотивація свідомого вибору професії – це система мотивів, спрямованих на реалізацію потреби в оволодінні певним видом професійної діяльності. У розробку теоретичного курсу було включено проведення психологічного тестування за методиками: О.Ф.Потьомкіної «Виявлення установок «труд-гроші»; А.А. Реан «Мотивація успіху та боязнь невдач», та В.А. Семиченко «Мотиви вибору професії».

Метою психологічного тестування респондентів є:

по перше – визначення рівня мотивації, яка спрямована на успіх та рівень уникнення невдач;

по друге – визначення сформованості загальноосвітніх інтересів і професійних намірів, професійної обізнаність та мотивів у виборі майбутньої професії [83, 87].

Психологічне тестування – процедура встановлення та вимірювання індивідуально-психологічних відмінностей особистості [12, 103].

Психологічне тестування використовується в різних сферах: профорієнтації, профвідбору, психологічному консультуванні, плануванні корекційної роботи, дослідницької діяльності, тощо. На основі результатів психологічного тестування надаються висновки стосовно вивченого питання та відбувається пошук подальших шляхів для вирішення проблеми, що вивчаються [12, 103].

Для успішного впровадження теоретичного курсу «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності»,

нами були розроблені – три блоки – «Завдання». Кожен блок занять мав свій напрямок. Відповідно напрямку занять обиралися засоби та форми проведення теоретичних занять.

Для більш ефективної організації проведення практичних форми занять ми використовували інноваційні технології: психологічне тестування, доповіді-презентації; «мозковий штурм» – створення проблемних ситуацій та шляхи їх вирішення.

Завдання № 1 (заняття 1-3).

Напрямок занять: Подолання психологічного бар'єру в процесі само підготовки до подальшої професійної активності на етапі завершення спортивної кар'єри.

Засобами для вирішення першого завдання ми обрали – психологічні тестування за такими методиками:

«Мотиви вибору професії» за В.А. Семиченко;

«Виявлення установок «труд-гроші» за – О.Ф.Потьомкіним;

«Мотивація успіху та боязнь невдач» за – А.А. Реан.

Завдання № 2 (заняття 4-6).

Напрямок занять: Формування теоретичних знань для самовизначення та самореалізації у пост спортивному просторі.

Засобами для другого завдання стали теоретичні заняття.

Форми проведення теоретичних занять: лекції, практичні заняття, бесіди, само презентація

Теми лекцій: «Негативні та позитивні сторони досягнення високих результатів»; «Перехід та прийняття свого «Я» – спортивного, як «Я» – громадського діяча»; «Професії майбутнього».

Теми само презентації: «Я» – спортсмен; Пошук свого «Я» на етапі завершення спортивної кар'єри; «Я» – у пост спортивному соціумі (Додаток 2.).

Завдання № 3 (заняття 7-9).

Напрямок занять: Готовність до самоаналізу та удосконаленню комунікативних умінь.

Основними засобами для третього, фінального завдання стали: практичні заняття. Основними формами проведення яких стали: проведення ділових рольових ігор; дискусії, проведення співбесіди (бути в ролі як роботодавця так і працівника), прес-конференції.

Теми дискусій: «Здоров'я спортсменів та екс-спортсменів»; «Професія майбутнього, як знайти себе»; «Проблеми поведінки екс-спортсмена в соціумі».

Теми проведення співбесід: «Вакансії в сфері управління фізичною культурою і спортом»; «Адміністративний менеджмент»; «Напрямки роботи спортивного психолога».

Теми прес-конференцій: «Мотиваційна сфера спортсмена та її прояв у спортивній діяльності»; мережі «специфіка організації спортивного харчування».

Реалізація розробленого курсу має здійснюватися на базі факультету управління фізичної культури та спорту НУ «Запорізька політехніка».

На період проведення дослідження експериментальний теоретичний курс «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності» було заплановано впровадити в освітній процес, як відокремлені теми до дисциплін: «Олімпійський та професійний, спорт», «Теорія та методика обраного виду спорту», «Теорія обраного виду спорту з основами методик» «Психологія фізичного виховання та спорту». З метою підготовки особистості студента-спортсмена до подальшої професійно-трудової діяльності в колективах (тренерів, суддів, спортивних менеджерів, представниками спортивних делегацій, тощо), ще на етапі його активної спортивної діяльності.

Висновки

Аналіз науково-методичної літератури дозволив зробити наступні висновки.

1. Термін «соціалізація» було вперше введено в наукову систему понять американським соціологом Франкліном Гідінгсом наприкінці XIX століття. Соціальна адаптація вивчалася вченими у різних наукових напрямках (соціології, біологія, фізичне виховання та ін.), тому визначення – «соціальна адаптація» вчені трактують по різному, але всі вони тримаються однієї думки, що це процес становлення особистості відповідно умов які вимагає суспільство. А основним механізмом взаємодій соціальної адаптації є – соціальне наслідування, що регулюється суспільством через систему освіти і виховання, сім'ю, громадську думку, тощо. Що підтверджується сучасними науковими дослідженнями [4, 11, 54, 126].

2. Вивчаючи значення фізичної культури та спорту в соціальній адаптації особистості можемо відзначити, що фізична культура та спорт позитивно впливає не тільки на підвищення рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості, це є – складовою суспільних відносин між особистостями, а саме: відповідна спортивна поведінка (етикет) на спортивному майданчику під час тренувань, змагань; коректність спілкування з оболювальниками, тощо.

3. Висвітлювання проблем соціальної адаптації особистості спортсмена високого рівня у пост спортивному житті було з'ясовано, що най головною проблемою є: складність прийняття особистістю экс-спортсменом того, що проблеми соціалізації у будь якому середовищі будуть завжди, доки існує цивілізація. Саме прийняття та розуміння цього процесу дозволить особистості экс-спортсмена більш адекватно проаналізувати свої життєві амбіції, що позитивно вплине на подальший професійно-громадський вибір та самоствердження у «новому» житті поза спортом.

4. Одним з основних завдань дипломної роботи є розробка анкети для визначення причин та чинників, що негативно впливають на їх соціальну

адаптацію у громадському житті та трудовій діяльності. Проведення анкетування дозволили визначити, що:

По перше – з'ясування причин, які призвели до завершення спортивної кар'єри стали:

- для більшості жінок основними причинами стали одруження – 32% та народження дитини – 23% під час спортивної кар'єри;

- більшість чоловіків – 30% вважають, що краще уходити зі спорту на піку своїх досягнень, серед жінок на цю причину вказало усього 11%;

- «Спад результатів», «Отримання травми» майже не відрізняються і складає по – 13% та 9% чоловіки та 11% і 9% жінок відповідно. На нашу думку ці дві причини пов'язані між собою, бо не кожен спортсмен, може відновити свою фізичну форму, щоб повернутися у великий спорт.

По друге – більшість респондентів 43% та жінок – 56% стикнулися з певними труднощами, які привели до важкого адаптування в соціумі основними труднощами стали:

- «Зоряна хвороба»: 21% – чол. та 23% – жін.;

- «Різні інтереси у спілкуванні»: 20% – чол. та 11% – жін.;

- «Зменшення друзів»: 17% – чол. та 14% – жін.;

- «Жага до шкідливих звичок» (27% – чол. та 13% – жін.);

На нашу думку саме «Зоряна хвороба» є основною причиною позитивної соціалізації спортсмена у пост спортивному житті. Її наявність негативно впливає на подальшу професійно-громадську успішність особистості спортсмена високої кваліфікації і як наслідок призводить до наявності шкідливих звичок з подальшими негативними наслідками.

По третє – готовність экс-спортсменів до «нового» життя поза спортом дало змогу визначити, що:

- на початку пост спортивної кар'єри більшість респондентів 83% – чол. та 88% – жін., були впевнені що будуть працювати за фахом, але значна більшість экс-спортсменів а саме: 71% – чол. та 63% – жін. не змогли знайти себе у подальшій професійній діяльності і працюють не за фахом.

- з'ясування причин чому така велика кількість екс-спортсменів працюють не за фахом більшість спортсменів 67% – чол. та 52% – жін. вказали на матеріальні труднощі (низька заробітна плата).

- що підтверджується результатами наступних результатів опитування, а саме: 33% – чол. та 25% – жін. вказали на отримання додаткової освіти вказало; 32 – чол. та 33% – жін. знайшли свою професійність за кордоном.

Ми пояснюємо це тим, що під час спортивної кар'єри екс-спортсмени звикли до високих гонорарів і як наслідок відсутність бажання опускати планку добробуту змусили їх шукати інші шляхи до професійного становлення у пост спортивному житті;

5. Підсумовуючи вище наведені результати анкетування дозволили відзначити, що емоційний стан спортсмена під час завершення спортивної кар'єри є одним з найважливіших показників та чинників його готовності до завершення спортивної кар'єри та соціалізації у соціумі в умовах громадської діяльності.

Тому можливість впровадження теоретичного курсу «Соціалізація спортсменів високої кваліфікації в соціумі в умовах громадської діяльності», як відокремлені теми до дисциплін: «Теорія та методика обраного виду спорту», «Олімпійський та професійний, спорт» «Теорія обраного виду спорту з основами методик» «Психологія фізичного виховання та спорту», дозволить підготувати спортсмена високої кваліфікації до «нового» життя поза спортом ще на етапах освітнього процесу та на кінці завершення спортивної кар'єри.

Література

1. Адаптивне фізичне виховання : навч. посібник / уклад.: Осадченко Т. М., Семенов А.А., Ткаченко В.Т. – Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. – 210 с.
2. Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності: Матеріали I Всеукраїнської наукової конференції (м. Київ, 19 жовтня 2018 р.) / Відповід. ред.: Т. М. Булгакова. – Київ, 2018. – 126 с.
3. Александров Д.О., Андросюк В. Г., Казміренко Л.І., Костицький М.В., Мойсєєва О.Є., Тарарухін С.А. Юридична психологія: підручник / Л.І. Казміренко (заг.ред.), Є.М. Моїсєєв (заг.ред.). — К. : КНТ, 2007. – 359с.
4. Андросович К. Феномен адаптації як предмет наукового аналізу. // Освіта та розвиток обдарованої особистості. Вип. 3(46) 03/ 2016. С.20–24; 2.
5. Ануфрієва Р. Соціальне становище осіб похилого віку //Українське суспільство 1994-2004. Моніторинг соціальних змін / За 63оц.. Д.є.н. В. Ворони, д.соц.н. М. Шульги. – К., 2004. – 705 с.
6. Апціаурі Л., Харітонашвілі К. Система сучасного спорту як фактор соціалізації особистості // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту. – 2008. – № 6. – С. 164-166.
7. Арабаджи Т.Д. Технологія формування готовності спортсмена до професійного самовизначення після закінчення спортивної кар'єри / Т.Д. Арабаджи // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців : методологія, теорія, досвід, проблеми : зб. наук. пр. Київ-Вінниця, 2014. Вип.40. – С. 134-137.
8. Арабаджи Т.Д. Формування готовності до професійного самовизначення спортсменів після закінчення спортивної кар'єри теорія і методика професійної освіти : автореф. дис.. на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук. спец.13.00.04 «теорія і методика професійної освіти» / Т.Д. Арабаджи – Харків, 2017. – 23 с.

9. Артем Тіняков, Тимур Арабаджи (2019) Лідерські якості спортсменів як складова їх готовності до професійного самовизначення після завершення спортивної кар'єри. Теоретичні та прикладні аспекти дослідження феноменів лідерства, управління та розвитку соціального об'єкту Теорія і практика управління соціальними системами № 4 (2019)., С. 68-82: doi: 10.20998/2078-7782.2019.4.06

10. Бабаліч В.А. Роль фізичного виховання і спорту у формуванні соціальної компетентності студентів в умовах вищої освіти: досвід зарубіжних країн // В.А. Бабаліч // Молодь і ринок: наук. - пед. журнал / Дрогоб. держ. пед. ун-т ім. І. Франка. – Дрогобич, 2017. – № 1 (144). – С. 92-98.

11. Батюк А. М. Структурування спорту та фізичної культури в контексті соціологічного аналізу / А. М. Батюк // Грані. – 2012. – № 2. – С. 106–110. – Режим доступу: www.libr.dp.ua/text/grani_2012_2_27.pdf

12. Белей М.Д., Тодорів Л.Д. Основи діагностичної психології. – Івано-Франківськ: Тіповіт, 2008. – 296 с.

13. Бергер, Питер. Социальное конструирование реальности: Трактат по социол. знания: / Питер Бергер, Томас Лукман,. – М. : Academia-Центр: Медиум, 1995. – 322, с.

14. Білоус В. С. Соціологія у визначеннях, поясненнях, схемах, таблицях: Навч. посіб. — К., 2002. – 140 с.

15. Блажківський М. Поняття адаптації у сучасній науковій літературі. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. 2014. Вип.1. С. 233–242.

16. Бродовська В.Й., Грушевський В.О., Патрик І.П. Тлумачний російсько-український словник психологічних термінів: Словник. К.: ВД «Професіонал», 2007. 512 с.

17. Бурова Г.В. Інтеграція в суспільство як фактор соціальної стабільності для людей з функціональними обмеженнями / Г.В. Бурова // Грані – 2009. – № 3. – С. 97-101.

18. Варецька О.В. Теоретичні і методичні засади розвитку соціальної компетентності вчителя початкової школи у системі післядипломної педагогічної освіти: дис....д-ра пед. наук: спец. 13.00.04 / Олена Володимирівна Варецька. – Київ, 2015. – 630 с.

19. Вербицька П., Волошенюк О., Горленко Г. Громадянська освіта (інтегрований курс, рівень стандарту): Підручник для 10-го класу ЗЗСО / П. Вербицька, О. Волошенюк, Г. Горленко. – Львів: Нова Доба, 2018, С. 22 – 30.

20. Вікторова Л.В. Основи соціалізації особистості [текст] : навч. посіб В 26 ник для студентів О.С. «Бакалавр» спеціальності 6.010106 «Соціальна педагогіка» / Л.В. Віктрова, Н.Т. Тверезовська, М.В. Михайліченко, Г.М. Ржевський. – К. : «ЦП «КОМПРИНТ», 2017. – 475 с.

21. Волкова Н.П. Інтерактивні технології навчання у вищій школі: навч-метод. посіб. Дніпро: Університет імені Альфреда Нобеля, 2018. 360 с.

22. Ворнічеса І. Великий спорт: що робити після закінчення кар'єри чи після травми: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://vidido.ua/index.php/pogliad/article/velikii_sport_o_robiti_pislja_zakinchennja_kareri_chi_pislja_travmi/

23. Воронкова В.Г. Філософія: Навчальний посібник. – Київ: ВД «Професіонал, 2004. – 460 с.

24. Вучева В.В. Аспекти гуманизации образования по физической культуре студентов. Теория и практика физической культуры, 2007, №7, С. 24-29.

25. Галецька І. Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації // Вісник Львівського університету. Сер. "Філософські науки". 2003. Вип. 5. – С. 433–442.

26. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник / Семен Устимович Гончаренко. – К. : Либідь, 1997. – 376 с.

27. Гримова А. Соціалізація – навчання жити в суспільстві [Текст] / А. Гримова, А.Гречишкіна // Дошкільне виховання: Науково-методичний журнал для педагогів і батьків. К., 2008. № 3. – С. 10-13.

28. Грись А.М. Сформованість ідентичності як показник успішної соціальної адаптації особистості / А.М. Грись // Соціальна робота в Україні : теорія та практика. – 2005. – № 4. – С. 5–17.

29. Гуменюк Л.Й. С 56 Соціологія: Хрестоматія (від першоджерел до сучасності). У 2-х томах. – Т.1. – Львів: ЛьвДУВС, 2019. – [Електронний ресурс].

30. Дементьева Н.Ф. Формы и методы медико-социальной реабилитации нетрудоспособных граждан / Н.Ф. Дементьева, Э.В. Устинова. – М.:ЦИЭТИН, 2002. – 135 с.

32. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / За заг. ред. І.Д. Звереві. Київ – Сімферополь : Універсум, 20013. 536 с.

33. Життєва компетентність особистості. Наук. метод. посіб. За ред. Л.В. Сохань, І.Г. Єрмакова та ін. К., Богдана, 2003. 520с.

34. Загальна соціологія : навч. посіб. – Київ : Професіонал, 2004. – 592 с.

35. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю.Д. Бойчука. – Харків: Вид. Рожко С.Г., 2017. – 488 с.

36. Зінченко Л.В., Пономарьов О.С. Духовність і відповідальність спортсмена Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія, випуск 54 – 2018. – С. 14-19.

37. Золотарьова, І.М. Конспект лекцій з дисципліни «Психологія» (для студентів 4 курсу денної форми навчання напряму підготовки 6.060102 «Архітектура») [Текст] / І.М. Золотарьова; Харк. нац. акад. міськ. госп-ва. – Х.: ХНАМГ, 2011. – 35 с.

38. Іваненко О.І. Соціальна роль фізичної культури та спорту / О.І. Іваненко // Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості : збірник статей за матеріалами IV Міжн. науково-практичної онлайн-конференції (Слов'янськ, Україна, 23-24 березня 2017 р.) у 2 томах / гол. ред. В.М. Пристинський. – Слов'янськ : ДВНЗ “Донбаський державний педагогічний університет”, 2017. – Т. 1. – С. 44–49.

39. Інтеграція України в Європейське інформаційний простір: виклики та завдання. – К. : ФОП Клименко 2014. – 212 с.

40. Калаур С.М. Вдосконалення інтерактивного освітнього середовища засобами інформаційних технологій під час формування у майбутніх фахівців соціальної сфери готовності до розв'язання конфліктів у професійній діяльності. Вісник Запорізького національного університету: зб. наук. праць. Сер.: Педагогічні науки. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2016. № 1. С. 111–121.

41. Камбур Андрій Васильович. Соціальна адаптація особистості. – Чернівці: «Золоті литаври», 2012. – 252 с.

42. Кириленко О.М. Спортивна активність населення України: соціологічний аналіз // Методологія, теорія та практика соціологічного аналізу сучасного суспільства: Збірник наукових праць. – Харків.: ХНУ ім. В.Н. Каразіна, 2006. – С. 305-314.

43. Ковальчук Л. Основи педагогічної майстерності / Л. Ковальчук Львів : Вид. Центр ЛНУ ім. Івана Франка, 2007. – 513 с.

44. Козубовська І., Шикітка Г. Наукові підходи до розуміння термінів «адаптація» і «соціалізація» особистості/ І. Козубовська, І. Шикітка // Педагогічні інновації у фаховій освіті. Випуск 10. – Ужгород, 2019.

45. Козубовська, І.В. До питання про взаємозв'язок адаптації і соціалізації особистості [Текст] / І.В. Козубовська, Г.М. Шикітка // Соціологія та соціальна робота в умовах національних та регіональних викликів : матеріали доповідей та повідомлень міжнародної науково-практичної конференції, Ужгород 27.9.2019 р. / за ред. І.В. Козубовської,

Ф.Ф. Шандора. – Ужгород : ТОВ "РІК-У", 2019. – С. 40-41. – Бібліогр.: с. 41 (2 назви).

46. Кравченко Т.В. Сучасні характеристики соціалізації [Текст] / Тамара Володимирівна.Кравченко // Педагогіка і психологія / Вісник АПН України / К., 2007. № 3. С. 11-19.

47. Куєвда В. «Позанаукові» знання у системі етносоціальних уявлень // Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. – К., 2000. – Т. 11, ч. 5. – 309 с.

48. Кулик С.М. Психологічні особливості управління професійною адаптацією вчителів: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / С.М. Кулик; Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – К., 2004. – 140 с.

49. Куликова О.А., Лиманова Н.И. Волонтерская деятельность как механизм преодоления социальной апатии молодежи // Вестник университета. 2018. №1. С. 168-171.

50. Лавриченко Н. М. Соціалізація молоді як завдання європейської школи / Н. М. Лавриченко // Шлях освіти. – 2000. – № 31. – С. 17 – 19.

51. Лавриченко Н.М. Педагогічні основи соціалізації учнівської молоді в країнах Західної Європи: дис. ... доктор. пед. наук: 13.00.01 «Загальна педагогіка та історія педагогіки» / Лавриченко Наталія Миколаївна. – Інститут педагогіки АПН України.– Київ – 2006.

52. Лобанова А.С. Феномен соціальної мімікрії. Київ : Ін-т соціології НАН України, 2004. 300 с.

53. Лоїк, Г.Б. Актуалізація мотивів професійного зростання майбутніх менеджерів туризму засобами інформаційних технологій [Текст] / Г.Б. Лоїк // Науковий вісник Ужгородського університету : Серія: Педагогіка. Соціальна робота / гол. ред. І.В. Козубовська. – Ужгород: Говерла, 2013. – Вип. 27. – С. 106-109. – Рез. рос., англ. – Бібліогр.: с. 108 (13 назв).

54. Лубишева Л.И. Социология физической культуры и спорта. Учебное пособие. – М.: Академия, 2001. – 238 с.

55. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта в пути его освоения обществом и личностью. Теория и практика физической культуры. 1997, №5. С. 10-14.

56. Лукашевич М.П. Теорія і методи соціальної роботи : навчальний посібник. 2-ге вид., доп. і випр. Київ : МАУП, 2003. 168 с.

57. Лукашук В.И. Функции спорта как социального института //Методологія, теорія та практика соціологічного аналізу сучасного суспільства: Збірник наукових праць. – Харків: ХНУ ім. В.Н. Каразіна, 2004. – С. 437-440.

58. М. Требін. Адаптація соціально-політична // Політична енциклопедія / редкол.: Ю. Левенець (голова), Ю. Шаповал (заст. голови). – К. : Парламентське видавництво, 2011. – С. 14. – ISBN 978-966-611-818-2.

59. Максименко С. Д., Зайчук В. О., Клименко В. В., Папуча М. В., Соловієнко В. О. Загальна психологія: Підруч. для студ. вищ. навч. закл. / С.Д. Максименко (ред.). — 2.вид., перероб. і доп. — Вінниця : Нова Книга, 2004. – 704с.

60. Максименко С.Д., Соловієнко В.О. Загальна психологія: Навч. посібник. – К.:МАУП 2000. – 256 с. – Бібліогр. у кінці розд.

61. Мелешкова Н.А., Григор'єва С.А., Мусохранов А.Ю. Цінності фізичної культури як чинник формування загальнокультурних компетенцій// Перспективи науки. – 2014. – № 11. – С. 65-68.

62. Мельничук І.М. Теорія і практика професійної підготовки майбутніх соціальних працівників засобами інтерактивних технологій : монографія. Тернопіль : Економічна думка, 2010. 328 с.

63. Мінц М.О. / Соціальна адаптація спортсменів після завершення спортивної кар'єри / Мінц М.О., Димов К.В. / Перспективные тренды развития науки: образование, воспитание и спорт.: монография / [авт.кол. Антонов В.Н., Гилев Г.А., Занина Л.В. и др.]. – Одесса: 2016 – 181 с.

64. Мудрик А.В. Социальная педагогика: Учеб. для студ. пед. вузов / Под ред. В.А. Слостенина. 3-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр "Академия", 2000. – 200 с.

65. Мухіна В.В. Поняття соціалізація як філософська, соціологічна та психолого-педагогічна категорія. III Symposium naukowego „Ukraina-Polska – współpraca synergetyczna” 13–19 lutego 2017 r. Kijów, Połtawa, Słowiańsk : тези доповідей міжнар. наук.-практ. конф. (Слов'янськ, 16-18 лют. 2017 р.). Слов'янськ : Вид-во Б.І. Маторіна, 2017. С. 99-102.

66. Н. Островецька, «Аналіз уроку: концепції, методики, технології» – Освіта.ua 08.04.2008.

67. Орбан&Лембрик Л.Е. Соціальна психологія / Л.Е. Орбан&Лембрик. – К. : Либідь, 2004. – Т. 1. – 576 с.

68. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія: Підручник: У 2 кн. Кн.1: Соціальна психологія особистості і спілкування. – К.: Либідь, 2006. – С. 165 – 171.

69. Осипов Г.В. Соціологія. Підручник для вузів / Г.В. Осипов. – М., 2005. – 360 с.

70. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика : монографія / за ред . С.Д. Максименка, В.Л. Зливкова, С.Б. Кузікової. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2015. – 430 с.

71. Пальчевський С.С. Соціальна педагогіка: Навчальний посібник – К.: Кондор, 2005. – 560с.

72. Паначев В.Д. Спорт і особистість: досвід соціологічного аналізу / В.Д. Паначев // СОЦІС. – 2007. – №11. – С. 125-128.

73. Погрібна В.Л. Соціологія професіоналізму : [монографія] / В.Л. Погрібна. – К. : Алерта : КНТ : ЦУЛ, 2008. – 336 с.

74. Політологічний енциклопедичний словник / уклад.: Л.М. Герасіна, В.Л. Погрібна, І.О. Поліщук та ін. За ред. М.П. Требіна. – Х.: Право, 2015.

75. Положення про організацію освітнього процесу в Харківському національному педагогічному університеті імені Г.С. Сковороди. – Харків, 2015. – 100 с.

76. Пономарьов О.С. Відповідальність в системі професійної компетентності фахівця: навч.-метод. посібник / О.С. Пономарьов, М.К. Чеботарьов. – Харків: Вид-во Підручник НТУ «ХП», 2012. – 220 с.

77. Приходько М.І. Особистісно орієнтована підготовка соціального педагога та працівника – нова парадигма дослідження соціальної педагогіки / М.І. Приходько // Практ. психологія та соц. робота. – 2007. – № 3. – С. 20-26.

78. Приходько О.М. Розвиток соціальної сфери життя суспільства у сучасних умовах // Соціальна робота в Україні: основні напрями, проблеми та перспективи розвитку [Текст] / За ред. проф. Осетрової О.О. // Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, ДНУ, 2016. – 147 с.

79. Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту – [Режим доступу до доктрини] : <http://osvita.ua/legislation/law/2766>.

80. Професійна кар'єра особистості в сучасних умовах: монографія / В.Т. Лозовецька. – Київ: 2015. – 279 с.

81. Професійне самовизначення спортсменів після закінчення спортивної кар'єри як педагогічна проблема / Т.Д. Арабаджи // Інформаційні технології: наука, техніка, технологія, освіта, здоров'я: тези доповідей XXIII міжнар. наук.-практ. конф. (м. Харків, 20 – 22 травня 2015 р.). – Харків: НТУ «ХП», 2015. – Ч. IV.

82. Психологический словарь. / Под ред. В.В. Давыдова и др. М.: Педагогика – пресс, 1996. – 438 с.

83. Психологія праці та професійної підготовки особистості: Навчальний посібник / За ред. П. С. Перепелиці, В. В. Рибалки. - Хмельницький: ТУП, 2001. – 330 с.

84. Психологія: Підручник / Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та ін.; за ред. Ю.Л. Трофімова, К.: Либідь, 2001. – С. 446– 453.

85. Рабинович О.Т. К проблеме профессиональнонаправленной адаптации специалистов в период последиplomной социализации / О.Т. Рабинович // Социс. – № 5. – 2007. – С. 51–56.

86. Радул В. Соціалізація й розвиток особистості / В. Радул // Шляхи освіти. – 2006. – №2. – С. 7-13.

87. Реан А.А. Практическая психодиагностика личности. Учебное пособие [Текст]. – СПб., Издательство Санкт-Петербургского государственного университета, 2001. – 224 с.

88. Семиченко В.А. Проблемы мотивации поведения и деятельности человека. Модульный курс психологии. Модуль «Направленность» / В.А. Семиченко. – К. Миллениум, 2004. – 521 с.

89. Семиченко В.А. Психологія особистості / В.А. Семиченко. – К. : Видавець Ешке О.М., 2001. – 427 с.

90. Сірий, Є. В. Соціологія: загальна теорія та методологія, історія розвитку, спеціальні та галузеві теорії : навчальний посібник. – К. : Атіка, 2009. – 491, с.

91. Социология. Энциклопедия / Сост. А.А. Грицанов, В.Л. Абушенко, Г.М. Евелькин, Г.Н. Соколова, О.В. Терещенко – Мн.: Книжный Дом, 2003. – 1312 с.

92. Соціалізація особистості як соціально–педагогічне явище / Г. Лещук // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Педагогіка. Соціальна робота. – 2011. – Вип. 20. – С. 71-73. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2011_20_28.

93. Соціалізація студентської молоді засобами фізичної культури : монографія / Колектив авторів: О.А. Баштовенко, Л.О. Голуб, О.Д. Замашкіна, Л.О. Житомирський, О.К. Корносенко, Я.М. Ніфака, О.А. Свєртнев, І.В. Тараненко, С.Б. Фурдуй, Г.В. Ярчук; за заг. ред. С.Б. Фурдуй. – Ізмаїл : ІДГУ, Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2019. – 222 с

94. Соціальна адаптація обдарованої особистості: від дитинства до юності : методичний посібник / К.А. Андросович, Л.І. Ткаченко, Г.В. Ільїна,

І.О. Якімова, В.М. Шульга. – Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2021. – 106 с.

95. Соціальна відповідальність: теорія і практика розвитку : монографія / [А.М. Колот, О.А. Грішнова та ін.]; за наук. ред. д-ра екон. наук, проф. А.М. Колота. – К. : КНЕУ, 2012. – 501, [3] с.

96. Соціальна педагогіка. Навч. Пос. / За ред. А.Й. Капської. – К., 2000. – 264 с.

97. Соціальна психологія : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / Н.Ю. Волянчук, Г.В. Ложкін, О.В. Винославська, І.О. Блохіна, М.О. Кононець, О.В. Москаленко, О.І. Боковець, Б.В. Андрійцев; КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. 254 с.

98. Стамбулова Н.Б. Кризиси спортивної кар'єри: Теорія і практика фізическої культури. Випуск: 10. 01 октября 1997: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://bmsi.ru/doc/2377540d-ed03-47de-bcdf-b25497e3cfe9>.

99. Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры.– СПб.: Центр карьеры, 1999.– 368 с.

100. Сулейманов Н. И. К определению сущности и структуры спорта как социальной сферы / Н. И. Сулейманов. – Хабаровск, 1982. – 200 с.

101. Сухомлинський В.О. Сто порад учителєві / В.О. Сухомлинський. К. : Радянська школа, 1988. – 304с.

102. Сучасні форми організації навчального процесу у вищій школі: навчально-методичний посібник / Н.І. Мачинська, С.С. Стельмах. – Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2012. – 180 с.

103. Тат'янчиков А.О., Бедан В.Б. Психодіагностика: навчально-методичні рекомендації (в допомогу до самостійної роботи для здобувачів вищої освіти ступеня бакалавра факультету психології, політології та соціології) ; кафедра психології НУ «Одеська юридична академія». – Одеса : Фенікс, 2021. – 59 с.

104. Теджфел А. Експерименти в вакууме / А. Теджфел // Социальная психология. Тексти. – М.: Гардарики, 1984. – 341 с.

105. Глумачний словник [ред.-упоряд. В.Е Шинкарук] -2-ге вид., оновл. – К.: Еолов. Ред. УРЕ, 1986р. – 800с. Чаплигін А. Соціальна реадаптація у життєвій перспективі // Соціальна психологія. - 2004. - № 5 (7). - С. 20-24.

106. Требін. Адаптація соціально-політична // Політична енциклопедія / редкол.: Ю. Левенець (голова), Ю. Шаповал (заст. голови). – К. : Парламентське видавництво, 2011. – С. 14. – ISBN 978-966-611-818-2.

107. Урланис Борис Цезаревич // Большая советская энциклопедия : [в 30 т.] / под ред. А.М. Прохоров – 3-е изд. – Москва: Советская энциклопедия, 1969.

108. Федик О.В. Психологія спорту: матеріали для самопідготовки до семінарських занять для студентів спеціальності «Психологія» / Редагування та упорядкування О.В. Федик.-Івано-Франківськ : Інін, 2013. – 226 с.

109. Фрейд З. «Я» и «Оно» // Фрейд, З. «Я» и «Оно» [Текст] : тр. разных лет : пер. с нем. : [в 2 кн.] / Зигмунд Фрейд. – Тбилиси : Мерани, 1991. Кн. 1 / [предисл.: Б.Р. Нанейшвили, Г.Б. Нанейшвили ; сост. А. Григорашвили]. – 1991. – 396, [2] с. – С. 351-392. – переклад з рос. Л.Й. Гуменюк.

110. Фурдуй С.Б. Соціалізація особистості: навчально-методичний посібник / С.Б. Фурдуй. – Ізмаїл: ІДГУ, 2016. – 141.

111. Фурдуй С.Б., Ніфака Я.М. Роль фізичної культури в процесі соціалізації студентської молоді Науковий журнал «Молодий вчений» – 2018 № 1 (53), С. 395-399.

112. Харченко С.Я. Соціалізація дітей та молоді в процесі соціально-педагогічної діяльності: теорія і практика: монографія / С.Я. Харченко Луганськ: Альма-матер, 2006. – 320 с.

113. Хлонь О.М. Методичні рекомендації для самостійної роботи з курсу «Соціально-медичний патронаж» (для бакалаврів). – К.: МАУП, 2016. – 39 с.

114. Холодов Ж.К. Теорія і методика фізичного виховання і спорту: Учеб. посібник для студ. вищ. навч. закладів / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. М.: Видавничий центр «Академія», 2004.
115. Хомич Г.О., Ткач Р.М. Основи психологічного консультування: Навч. посіб. – К.: МАУП, 2004. – 152 с.: іл. – Бібліогр. – 15 с.
116. Хуткая С. Социальная адаптированность личности: концептуализация понятия / С. Хуткая // Социология: теория, методы, маркетинг. – № 2. – 2007. – С. 164–175.
117. Чаплигін А. Соціальна реадаптація у життєвій перспективі // Соціальна психологія. – 2004. - № 5 (7). – С. 20-24.
118. Чернета С.Ю. Організаційно-педагогічні умови соціалізації підлітків у неформальних молодіжних об'єднаннях: дис. на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук: 13.00.05 «Соціальна педагогіка» / Чернета Світлана Юріївна. – Інститут проблем виховання АПН України Київ – 2006.
119. Черниш Н.Й. Соціологія / Наталія Йосипівна Черниш. – Львів: Кальварія, 2003. – 474 с.
120. Шльонська О.О. Розгляд поняття «адаптація» з погляду системного підходу// О.О. Шльонська // Актуальні проблеми психології. Том III. : Консультативна психологія і психотерапія : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. Максименка С.Д. – Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України; – Видавець Лисенко М.М., 2013. – Вип. 9.
121. Щудло С.А., Волович В.І. Адаптація соціальна // Велика українська енциклопедія. URL: https://vue.gov.ua/Адаптація_соціальна.
122. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон; пер. с англ. – М.: Мысль, 1996. – 278 с.
123. Ягупов В.В. Педагогіка. Навч. посібник / В.В. Ягупов. – К. Либідь, 2002. – 560 с.

124. Aubert H. Physiologie der Netzhout / H. Aubert. – Breslau, 1865. – P. 113.
125. Barry B. Culture and Equality. An Egalitarian Critique of Multiculturalism. – Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press, 2001. – 398 p.
126. Borustein M., Hahn C. Development pathways among adaptive functions and externalizing and internalizing behavioral problems. *Development science*. 2013. Vol. 17. P. 76-87.
127. Coakley J. Sport in society: issues and controversies. [Электронний ресурс] / J. Coakley// Boston: Mc Graw-Hill International Editions – 2001. – 20 с.
128. Coalter F. The Social Benefits of Sport. An overview to inform the community planning process. [Электронний ресурс] / Fred Coalter // Edinburgh: Sport Scotland. – 2005. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.sportscotland.org.uk/documents/resources/thesocialbenefitsofsport.doc>.
129. Dovgenko, Y.I. (2006), "Program target management logistics of Olympic and Paralympics sports in Ukraine", Ph.D. Thesis, Physical Education and Sport, National University of Physical Education and Sport, Kyiv, Ukraine.
130. Geist B. Sociologické slovník. – Praha: Victoria Publishing, 1992. – 580 p.
131. Giddings F / The Theori of Socialization. – N. – Y., 1897. – P. 22.
132. Korunka C. Nemeskeri N., Sauer J. Psychotherapieforschung von Carl Rogers in kritischer Hinsicht // Person. – 2001. – №2.
133. Litvinenko, O.M. (2012), "Health promotion in university students", *Naukovi pratsi*, series: pedagogika, vol. 187, pp. 42-46.
- 134 Lundberg G.A. et al. *Sociology* / George Lundberg. – N.Y.: Macmillan Company, 1968. – 274 p.
135. Parson T. *The Social System*. - Glencor III, 1957.

136. Richard Bailey (2005) Evaluating the relationship between physical education, sport and social inclusion, *Educational Review*, 57:1, 71-90, DOI: 10.1080/0013191042000274196

137. Schafer W. Some Social Sources and Consequences of Inter-Scholastic Athletics: The Case of Participation and Delinquency [Електронний ресурс] / W. Schafer // *International Review of Sport Sociology*. – 1969. № 4. – С. 63 – 81.

138. www.derg.sociai.ua/info/gp/12999

139. ni.biz.ua – Навчальна Інформація для українських студентів.

ДОДАТОК 1.

АНКЕТА

Шановні спортсмени (учасники дослідження)! Просимо Вас відповісти на декілька питань, що стосуються етапу Вашого життя, після закінчення спортивної кар'єри. Згадайте будь ласка про Ваші життєві плани до та після закінчення спортивної кар'єри і дайте відповіді на питання анкети як можна щиріше. Відповіді, які Ви вважаєте вірними, підкресліть Дякуємо за співпрацю!

Хочемо звернути Вашу увагу, що дана анкета проводиться анонімно, що на нашу думку матиме позитивний вплив на чесність Ваших відповідей. Представлена Вам анкета складається з 13 – питань (блоків) у яких надається приклад відповідей з яких треба обрати більш близьку до Вашої думки. Відповіді, які Ви вважаєте вірними, підкресліть Якщо перелік відповідей не сходиться з Вашою думкою, у кожному питанні є – *«свій варіант відповіді»*, який Ви можете написати. У питаннях за № 4 – не обхідно надати відповіді за пріоритетністю де: *1 – найбільш значущий мотив, а 7 – найменш значущий мотив*; № 7 не обхідно надати відповіді за пріоритетністю де: *1 – найбільш значущий мотив, а 10 – найменш значущий мотив*.

Дякуємо за щирі відповіді та співпрацю!

Особисті та загальні данні

Вік _____

Пол (ж.) (ч.)

Сімейний стан: «ТАК» або «НІ»

а) під час спортивної кар'єри;

б) після закінчення спортивної кар'єри.

Країна в якій мешкаєте на даний час:

Ким і де працюєте на даний час: _____

Вид спорту: _____

З якого віку почали займатися спортом _____

З якого віку почали займатися обраним видом спортом _____

Розряд _____

Основні досягнення _____

В якому віці закінчили спортивну кар'єру _____

Освіта (вказати заклад) _____

Відповіді в анкетуванні

1. Причини завершення спортивної кар'єри?

а) відсутність бажання;

б) отримана травма;

в) краще уходити на піку своєї кар'єри – ПЕРЕМОЖЦЕМ (вказати які змагання і місто) _____;

г) спад результатів;

д) одруження;

є) народження дитини;

ж) зміна тренера:

з) матеріальні труднощі;

і) свій варіант відповіді _____.

2. Охарактеризуйте ваші відчуття етапу завершення спортивної кар'єри:

а) це сумно, але я спокійно сприйняв це, бо був(ла) впевненим у своєму майбутньому;

б) більшою мірою були тривожні відчуття, , але я сподівався (лася), що в мене все вийде і я впораюся із труднощами;

в) сама думка про це викликала у мене сильні негативні відчуття, навіть страх (панічні атаки);

г) інша відповідь: _____

3. Чи важко вам було адаптуватися у соціумі після завершення спортивної кар'єри?

- а) так;
- б) ні;

4. З якими труднощами ви стикнулися після закінчення спортивної кар'єри в процесі адаптації в соціумі? (вказати відповіді цифрами за пріоритетністю від 1 до 7 (де 1 – найбільш значуще 7 – найменш значуще для Вас відчуття)).

- а) зменшення друзів-спортсменів;
- б) різні інтереси у спілкуванні;
- в) жага до шкідливих звичок;
- г) я найкращий подарунок для кожного хто бажає зі мною спілкуватися «зоряна» хвороба;
- д) я вмію тільки тренуватися, вирішення організаційних питань викликає певні складнощі;
- є) брати на себе відповідальність у вирішенні всіх питань;
- ж) поява великої кількості вільного часу та не вміння його самоорганізувати;
- з) інша відповідь: _____

5. Після завершення спортивної кар'єри, Ви:

- а) обрали професію за фахом і у Вас був чіткий професійний план;
- б) розмірковували над декількома варіантами майбутньої професії;
- в) ще довго не замислювалися над цим;
- г) інша відповідь: _____

6. Окрім спортивної діяльності, які ще види діяльності Вам були цікаві:

- а) педагогічна;
- б) тренерська;
- в) наукова;
- г) організаційна, керівна;

- д) творча;
 є) підприємництво;
 ж) не можу відповісти на ці питання;
 з) інша відповідь (приклад): _____

7. Після завершення спортивної кар'єри які мотиви на той час були для Вас головними у виборі професії (проранжуйте наведений список: де – 1 найбільш значущий мотив, а 10 – найменш значущий мотив):

Таблиця 9.

№	Мотиви	Бали									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Цікава, змістовна робота										
2.	Престижна професія										
3.	Висока зарплата										
4.	Перспектива кар'єрного росту										
5.	Гарні стосунки в колективі;										
6.	Робота, що не вимагає значних зусиль та відповідальності;										
7.	Творча діяльність;										
8.	Отримання визнання моїх досягнень, мого успіху;										
9.	Можливість саморозвитку										
10.	Посада керівника										

8. Вибір нової обраної діяльності не спортивної спрямованості (вказати діяльність) _____

було зроблено:

а) Ви знали специфіку обраної діяльності? (потрібне підкреслити)

ТАК НІ

б) володіння професійними знаннями, уміннями за цією професією (перелічити відповідні якості) _____;

в) додаткова освіта за цим профілем? Якщо так то який навчальний заклад закінчили? _____

г) хотілося спробувати свої знання у виборі професії не за фахом;

д) інша відповідь (приклад): _____

9. Якщо Ви обрали професію не пов'язану зі спортом і фізичною культурою. аргументуйте свій вибір: чому ви вибрали саме цю професію? _____

10. Чи займаєтеся Ви спортом після завершення спортивної кар'єри?

а) так;

б) ні;

в) приймаю участь у змаганнях ветеранів-спорту (вказати) _____

г) інша відповідь (приклад): _____;

11. Якби була можливість змінити свої спортивні пріоритети на інші.

Ви б обрали:

а) не змінив(ла) свій вибір;

б) обрав(ла) інший вид спорту (вказати можна декілька варіантів) _____;

в) у не спортивних захопленнях вибір був би таким (потрібне підкреслити можна декілька варіантів):

- музична школа;

- художня школа;

- театральна студія;

- спів;

- інша відповідь (приклад): _____;

г) не займався(лася) би ні якою діяльністю.

д) інша відповідь (приклад): _____;

12. Якщо у Вас є діти, чи займаються вони спортом?

а) так;

б) ні;

в) не маю чіткого визначення;

г) хочу щоб вони досягли великих спортивних результатів;

д) інша відповідь (приклад): _____.

13. Ваше ставлення до спорту та спортивної кар'єри на даний час.

- а) спорт це єдиний шлях для створення сильної особистості;
- б) спорт це не виправданий за очікуванням вибір у подальшій професійній діяльності;
- г) спорт для мене це – тільки негативні спогади;
- д) інша відповідь (приклад): _____.

Ваш коментар (за бажанням) – «Готовність до трудової та громадської діяльності після завершення спортивної кар'єри»: _____

ДЯКУЄМО ЗА УВАГУ!!!

ДОДАТОК 2

ПРИКЛАД ТЕМ ТА ПИТАНЬ ДЛЯ САМО ПРЕЗЕНТАЦІЇ

Тема № 1 – «Я» – спортсмен.

1. Як ви прийшли в спорт?
2. В який момент ви відчували, «Я» – це спорт?
3. Чи довіряли ви своїм сокомандникам, в чому це проявлялося?
4. Чи відчували ви суперництво між собою та друзями по команді та в чому це проявлялося?
5. Чи впливало суперництво між товарищами-спортсменами на ваше спілкування?

Тема № 2 – Пошук свого «Я» на етапі завершення спортивної кар'єри.

1. Чи працюєте ви? Якщо так, то де і чи за спеціальністю?
2. Як знайшли роботу?
3. Чи допомагали вам ваші друзі-спортсмени?
4. Чи зверталися Ви за допомогою до друзів (знайомих) які якимось чином пов'язані з вашим минулим (однокласники, однокурсники, знайомі, викладачі)?
5. Як ви бачите свої можливості для самореалізації в соціумі в умовах громадської діяльності?

Тема № 3 – «Я» – у пост спортивному соціумі.

1. Як довго тривав час вашої адаптації у ВНЗ?
2. З якими труднощами ви зіткнулись?
3. Вам хтось допомагав освоїтися в новому колективі?
4. Коли ви відчували себе «Я – такий як всі» серед колег на роботі; в новому колі товаришів?
5. Що між Вами та вашими колегами спільне, а що протилежне?