

ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПОРТСМЕНІВ ІЗ РІЗНОЮ ЗАЛУЧЕНІСТЮ ДО КОМП'ЮТЕРНИХ ІГОР (ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ)

Ольга Ганага, Тетяна Петровська, Світлана Федорчук

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Анотація. Зростання популярності кіберспорту та поширення комп'ютерних ігор серед молоді, зокрема серед спортсменів, зумовлює актуальність вивчення їхнього впливу на індивідуально-психологічні особливості гравців. Надмірна залученість до ігрової діяльності може мати негативні наслідки, впливаючи на режим, фізичну активність, соціальну взаємодію, мотивацію до тренувань і загальний психоемоційний стан спортсменів. Водночас для досягнення успіху в спортивній діяльності необхідним є формування та розвиток певних особистісних якостей.

Мета – виявлення й аналіз особистісних рис спортсменів з різною залученістю до комп'ютерних ігор.

Матеріали та методи: теоретичний аналіз та узагальнення даних літератури та інтернет-джерел, методи психологічної діагностики «Багатофакторний особистісний опитувальник Кеттелла (форма С)» для визначення особистісних рис спортсменів, математична статистика. Визначалися статистичні параметри: медіана, нижній і верхній квартилі (25 %, 75 %). У дослідженні брали участь 53 студенти НУФВСУ віком від 18 до 26 років, які були розподілені на групи: кіберспортсмени – 16 осіб; спортсмени, які захоплюються комп'ютерними іграми, – 15 осіб різних видів спорту; спортсмени, які не грають у комп'ютерні ігри, – 22 особи.

Результати. Встановлено диференціацію особистісних рис спортсменів залежно від рівня залученості до комп'ютерних ігор. Кіберспортсмени характеризуються такими рисами, як радикалізм, мрійливість ($\#p < 0,05$; $\#\#p < 0,01$), внутрішня напруженість; спортсмени-аматори, які грають у комп'ютерні ігри у вільний час, виявили замкнутість, стриманість, підозрілість ($\#p < 0,05$); спортсмени, не залучені до комп'ютерних ігор, характеризуються стриманістю, високою нормативністю поведінки ($\#p < 0,05$), та внутрішньою напруженістю.

Висновки. Отримані результати показують, що особистісні риси спортсменів залежать від особливостей їхньої діяльності, зокрема від того, наскільки вони взаємодіють із комп'ютерними іграми. Розуміння того, як комп'ютерні ігри впливають на формування особистості, є важливим для створення ефективних психологічних програм. Такі програми можуть враховувати як можливі ризики (ізоляція, агресія, залежність), так і позитивні сторони покращення когнітивних функцій.

Ключові слова: спорт, кіберспорт, спортсмени, особистісні риси, комп'ютерні ігри, психологічна підготовка.

Olha Hanaha, Tetiana Petrovska, Svitlana Fedorchuk

INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ATHLETES WITH DIFFERENT INVOLVEMENT IN COMPUTER GAMES (COMPARATIVE ANALYSIS)

Abstract. The growing popularity of e-sports and the spread of computer games among young people, in particular among athletes, makes it relevant to study their impact on the individual psychological characteristics of players. Excessive involvement in gaming activities can have negative consequences, affecting the regime, physical activity, social interaction, motivation for training and the general psycho-emotional state of athletes. At the same time, to achieve success in sports activities, the formation and development of certain personal qualities is necessary.

Goal. Identification and analysis of personal traits of athletes with different levels of involvement in computer games.

Materials and methods. Theoretical analysis and generalization of data from literature and Internet sources, methods of psychological diagnostics "Cattell's Multifactor Personality Questionnaire (form C)" to determine the personality traits of athletes, mathematical statistics. Statistical parameters were determined: median, lower and upper quartiles (25%, 75%). The study involved 53 students of the National University of Physical Education and Sports of Ukraine (NUPESU) aged 18 to 26, who were divided into groups: cyber athletes (16 people); athletes who are fond of computer games (15 people) of various sports; athletes who do not play computer games (22 people).

The results. A differentiation of the personal traits of athletes has been established depending on the level of involvement in computer games. Cyber athletes are characterized by such traits as: radicalism, daydreaming ($\#p < 0,05$; $\#\#p < 0,01$), internal tension; amateur athletes who play computer games in their free time have shown withdrawal, restraint, and suspicion ($\#p < 0,05$); athletes not involved in computer games are characterized by restraint and high normative behavior ($\#p < 0,05$), and internal tension.

Conclusions. The results show that the personality traits of athletes depend on the characteristics of their activities, in particular, on the extent to which they interact with computer games. Understanding how computer games affect the formation of personality is important for creating effective psychological programs. Such programs can take into account both possible risks (isolation, aggression, addiction) and positive aspects of improving cognitive functions.

Keywords: sport, e-sports, athletes, personality traits, computer games, psychological preparation.

Ганага О., Петровська Т., Федорчук С. Індивідуально-психологічні особливості спортсменів із різною залученістю до комп'ютерних ігор (порівняльний аналіз). *Sport Science Spectrum*. 2025; 3: 27–33
DOI: <https://doi.org/10.32782/spectrum/2025-3-4>

Hanaha O., Petrovska T., Fedorchuk S. Individual psychological features of athletes with different involvement in computer games (comparative analysis). *Sport Science Spectrum*. 2025; 3: 27–33
DOI: <https://doi.org/10.32782/spectrum/2025-3-4>

Вступ. На тлі безпрецедентного зростання популярності кіберспорту в молодіжному середовищі, збільшення осіб, задіяних у кіберспортивній діяльності як у ролі гравців, так і в ролі вболівальників, змагальні види комп'ютерних ігор привертають все більше уваги наукового співтовариства. Змагальні комп'ютерні ігри, або кіберспорт, учені визнають як феномен, що став одним з елементів сучасної цифрової молодіжної культури [7].

Спорт є важливим чинником всебічного розвитку особистості. Він впливає на інтелектуальні, соціальні, моральні, емоційно-вольові характеристики та здібності людини, сприяючи формуванню її як цілісної біопсихосоціальної одиниці [14].

Сучасний спорт є надзвичайно конкурентним середовищем, де успіх досягається не лише завдяки високим фізичним показникам і досконалий техніці, а й завдяки оптимальному психологічному стану спортсмена. В умовах постійно зростаючих навантажень, високої інтенсивності тренувального процесу та значної психоемоційної напруги під час змагань психологічна підготовка й особистісні якості спортсмена виходять на перший план, визначаючи його здатність до ефективної діяльності та реалізації власного потенціалу.

У формуванні психологічної системи діяльності особливе місце належить підсистемі професійно важливих якостей (ПВЯ). Вони виступають внутрішніми характеристиками суб'єкта, у яких віддзеркалюються зовнішні специфічні впливи, що формуються у вигляді професійних вимог до особистості. У ПВЯ виявляються всі основні характеристики структури особистості: мотиваційно-потребові, когнітивні, психомоторні, емоційно-вольові та інші [10].

Сьогодні у професійному спорті цінуються не тільки власне професійні якості спортсмена, але й певні ділові якості та індивідуальні риси, які багато в чому визначають ефективність його спортивної діяльності. Уже сформувалася потужна група молодих людей, які прагнуть отримати хорошу спортивну освіту й посісти гідне місце в соціальній ієрархії. Загалом це захоплені, впевнені в собі, прагматичні та розсудливі молоді люди. Хоча не існує єдиного набору характеристик, які роблять людину лідером, особи, які досягають успіху у своїй сфері, мають такі риси та якості, як інтелект, наполегливість, оптимізм, впевненість у собі, драйв, амбіції, гнучкість і мотивація [9]. У сфері спорту та фізичного виховання ці аспекти передбачають процеси прийняття рішень, методи мотивації, зворотний зв'язок і побудову міжособистісних стосунків.

Успішність психологічного забезпечення й супроводу роботи з підготовки спортсменів безпосередньо пов'язана з психодіагностичною роботою у сфері спорту, завдання якої – виявити певні особливості особистості або міжособистісні стосунки спортсменів [2; 6]. Психодіагностична робота в спорті потрібна для того, щоб забезпечити контроль за динамікою психічного розвитку спортсмена; працювати зі спортсменом з метою створення оптимальних умов для розвитку сильних сторін особистості в конкретному виді спорту. У широкому сенсі психодіагностика спортсменів повинна сприяти отриманню двох параметрів особистості: стійких якостей особистості та її динамічних компонентів, які включають мотиваційні стани, рівні

тривожності тощо [10]. Використання результатів особистісного тестування має велику практичну цінність. Після проведення психодіагностичного дослідження тренер може за підтримки психолога ефективніше працювати зі спортсменами. Поведінка спортсмена під час тренувань або в стресовій ситуації змагання не буде для тренера несподіваною; результати діагностики спортсмена можуть бути використані в індивідуальних бесідах і консультаціях для максимізації зусиль у вирішенні особистісних проблем і зведенні їх до мінімуму. Якщо спортсмен знайомий із теоретичними принципами, що лежать в основі методів, які застосовуються, і усвідомлює значення отриманих результатів, то він може глибше зрозуміти самого себе [10].

Різноманітні аспекти формування та прояву особистісних якостей у спорті активно вивчали різні вчені: особливості прояву особистісних якостей спортсменів різної статі у футболі [4]; кореляція між рисами особистості юних спортсменів та рівнем їхньої самоефективності [13]; мотивація як ключовий фактор впливу в спортивній діяльності [11]; розвиток лідерських якостей у спортсменів засобами фізичного виховання [12]; вплив кіберспорту на психологічні характеристики кіберспортсменів [18].

Психічне здоров'я людини залежить від ряду факторів, які можуть негативно впливати на якість життя. До них належать: тривалі негативні стресові ситуації; невміння підтримувати адекватні стосунки з оточенням; конфлікти; недостатній відпочинок; малорухливий спосіб життя; зовнішні подразники. Зокрема, заняття кіберспортом може спровокувати відхилення в стані психічного здоров'я, основу якого становить відчуття душевного комфорту, що забезпечує адекватну поведінкову реакцію [8].

Згідно з даними, представленими в літературі [8], ця проблема часто загострюється через віковий склад кіберспортсменів – переважно це молодь та підлітки, які є вразливими й емоційно лабільними, перебуваючи при цьому в стресових умовах. Тривале залучення до ігрового процесу протягом доби може призводити до соціальної ізоляції, позбавляючи гравців уваги та підтримки родичів і друзів. Крім того, захоплення кіберспортом несе ризик розвитку ігрової залежності, яку ВООЗ офіційно визнає захворюванням.

Фахівці в галузі психології також застерігають щодо потенційного зростання агресивності, пов'язаної із зануренням у жорстокі шутери. Марк Аппельбаум з Американської психологічної асоціації (АПА) дійшов висновку, що численні дослідження послідовно підтверджують кореляцію між жорстокими відеоіграми та посиленням агресивної поведінки. У звіті АПА згадуються також агресивні стани, зниження просоціальної поведінки, емпатії та чутливості до агресії. Ці висновки були зроблені на основі аналізу понад 300 досліджень відеоігор, опублікованих між 2005 та 2013 роками, що містили тисячі статистичних даних [8].

Автори досліджень соціально-психологічних аспектів комп'ютерних ігор показали, що інтенсивний досвід комп'ютерної гри суттєво впливає на особистісні характеристики та самосвідомість гравців [7].

Таким чином, виникає наукова проблема впливу комп'ютерних ігор на формування особистісних рис у спортсменів. Розуміння цього взаємозв'язку є критично важливим для розробки ефективних програм

психологічного супроводу спортсменів, що враховуватимуть не лише традиційні фактори підготовки, а й сучасні виклики, пов'язані з діджиталізацією суспільства. Вивчення цієї проблеми дасть змогу не тільки виявити можливі негативні наслідки ігрової активності, а й, імовірно, ідентифікувати шляхи використання потенційно позитивного впливу комп'ютерних ігор для оптимізації психологічної підготовки спортсменів.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана в рамках науково-дослідної теми 2.9 «Мобілізація особистісного ресурсу суб'єктів спортивної діяльності засобами психолого-педагогічного супроводу» на 2021–2025 рр. (№ державної реєстрації 0121U108308).

Мета – виявлення й аналіз особистісних рис спортсменів з різною залученістю до комп'ютерних ігор.

Матеріали та методи. Теоретичний аналіз та узагальнення даних літератури та інтернет джерел, методи психологічної діагностики «Багатофакторний особистісний опитувальник Кеттелла (форма С)» для визначення особистісних рис спортсменів, математична статистика. Визначалися статистичні параметри: медіана, нижній і верхній квартилі (25%, 75%).

Дослідження проводилися за допомогою апаратно-програмного комплексу психолого-психофізіологічної діагностики «БОС-тест-Професіонал». У процесі дослідження дотримувалися всіх протоколів і процедур, які вимагає Комітет з етики біомедичних досліджень і які відповідають вимогам законодавства України про охорону здоров'я, Гельсінської декларації 2000 року та Директиви Європейського товариства 86/609 про участь людини в біомедичних дослідженнях, щоб забезпечити дотримання всіх стандартів для належного захисту та благополуччя учасників.

У дослідженні брали участь 53 студенти НУФВСУ віком від 18 до 26 років, які були розподілені на групи:

I група – кіберспортсмени: 16 осіб, які займалися в середньому 5206 годин, з них 9 осіб з особистим або командним рейтингом;

II група – спортсмени, які захоплюються комп'ютерними іграми: 15 осіб з різних видів спорту (художня гімнастика, футбол, волейбол, фітнес, баскетбол, рукопашний бій, бокс, спортивні танці). Серед них КМС з легкої атлетики та 7 діючих спортсменів;

III група – спортсмени, які не грають у комп'ютерні ігри: 22 особи з різних видів спорту (греко-римська боротьба, карате, фітнес, баскетбол, футбол, волейбол, хокей, легка атлетика, художня гімнастика, бальні танці, фігурне катання, бокс, дзюдо, спортивний туризм). Серед них КМС з бальних танців, художньої гімнастики, боксу, волейболу, спортивного туризму. Спортсмени мають розряд 1 дорослий із дзюдо, хокею, фігурного катання, футболу, розряд 2 дорослий з волейболу та 8 діючих спортсменів.

Результати дослідження та їх обговорення. На основі аналізу медіанних значень та інтерквартильних розмахів показників результатів психодіагностичного обстеження за допомогою «Багатофакторного особистісного опитувальника Кеттелла (форма С)» встановлено чіткі диференціації в особистісних профілях досліджуваних груп спортсменів. (табл. 1).

Для кіберспортсменів (I група) характерним є високий рівень **радикалізму (шкала Q1)** Ме 8,00 [6,00; 9,00], що є тенденцією до значущих відмінностей від спортсменів, які захоплюються комп'ютерними іграми Ме 6,00 [3,00; 9,00], та спортсменів, які не цікавляться комп'ютерними іграми Ме 5,50 [5,00; 8,00]. Ця риса вказує на їхню відкритість до нового та схильність до експериментів. Така особливість є адаптивною і, ймовірно, формується в умовах динамічної та швидкозмінної сфери кіберспорту, що потребує постійного пошуку нових стратегій і рішень. Кіберспортсмени також демонструють значно вищу **мрійливість (шкала М)** Ме 7,00 [4,50; 7,00] порівняно зі спортсменами, які не цікавляться комп'ютерними іграми Ме 4,00 [3,00; 5,00], статистична значущість відмінностей між групами ($\#p < 0,01$ за U-критерієм Манна – Уїтні). Ця риса свідчить про добре розвинену уяву, схильність до фантазування та нестандартного мислення. Такі особистості часто занурені у власні ідеї, не завжди дотримуються загальноприйнятих соціальних норм, мають творчий потенціал і прагнуть до самовираження. У кіберспорті ця риса набуває особливої цінності, адже успішна ігрова діяльність потребує креативного підходу, гнучкості мислення та здатності стратегічно прогнозувати ситуацію. Таким чином, високий рівень мрійливості може розглядатися як один із чинників, що сприяє ефективності діяльності у віртуальному середовищі змагань.

Для кіберспортсменів також характерна низька **внутрішня напруженість (шкала Q4)** Ме 3,00 [1,50; 4,00], яка може свідчити про певну пасивність або емоційне дистанціювання, що може бути наслідком інтенсивної стимуляції нервової системи під час тривалого геймінгу.

Спортсмени, які захоплюються комп'ютерними іграми у вільний час (II група), характеризуються низьким рівнем **відкритості (шкала А)** Ме 3,00 [2,00; 5,00], що є значущою відмінністю порівняно зі спортсменами, які не цікавляться комп'ютерними іграми Ме 5,00 [4,00; 7,00], ($\#p < 0,05$), вказуючи на схильність до замкнутості. Також у спортсменів цієї групи виявлена висока **підозрілість (шкала L)** Ме 8,00 [5,00; 9,00], значущо відмінна від кіберспортсменів Ме 5,00 [4,50; 7,00], ($\#p < 0,05$). Спортсмени, які грають у комп'ютерні ігри, демонструють низьку **експресивність (високу стриманість) (шкала F)** Ме 3,00 [1,00; 6,00] та схильність до **нонконформізму (шкала Q2)** Ме 7,00 [5,00; 9,00], що є тенденцією до відмінностей від спортсменів, які не цікавляться комп'ютерними іграми Ме 3,50 [1,00; 5,00] та значущою відмінністю від кіберспортсменів Ме 5,00 [3,00; 6,00], ($\#p < 0,05$). Ці показники, особливо у зіставленні з іншими групами, вказують на певні особливості соціальної взаємодії, що можуть проявлятися у скептичному ставленні до оточення, більшій обережності у спілкуванні й обмеженій експресії емоцій. Цей профіль може бути наслідком специфіки взаємодії в ігровому середовищі або ж відображати особистісні передумови для такого типу захоплення.

Спортсмени, які не цікавляться комп'ютерними іграми (III група), характеризуються високим рівнем **нормативності поведінки (шкала G)** Ме 7,50 [5,00; 9,00]. Ця риса є визначальною для успіху в спорті, оскільки вона підкреслює їхню сумлінність, високу дисциплінованість,

Таблиця 1 – Відмінності в особистісних рисах між досліджуваними групами спортсменів

Шкала	Група	Прояв риси	Me [25 %; 75 %]
А – замкнутість / відкритість	I, III	середній рівень, поєднання замкнутості / відкритості	5,00 [4,00; 6,50], 5,00 [4,00; 7,00]
	II	низький рівень, замкнутість	3,00 [2,00; 5,00] *, &
F – стриманість / експресивність	I	середній рівень, поєднання стриманості / експресивності	5,00 [3,00; 6,00]
	II, III	низький рівень, стриманість	3,00 [1,00; 6,00], 3,50 [1,00; 5,00]
G – низька / висока нормативність поведінки	I, II	середній рівень, поєднання низької та високої нормативності поведінки	5,00 [3,00; 7,00] *, &, 7,00 [2,00; 8,00]
	III	високий рівень, висока нормативність поведінки	7,50 [5,00; 9,00] *, &&
L – довірливість / підозрілість	I, III	середній рівень, поєднання довірливості / підозрілості	5,00 [4,50; 7,00] *, 5,00 [3,00; 8,00]
	II	високий рівень, підозрілість	8,00 [5,00; 9,00]**, &&
M – практичність / мрійливість	I	високий рівень, практичність	7,00 [4,50; 7,00] ***
	II, III	середній рівень, поєднання практичності / мрійливості	5,00 [3,00; 6,00], 4,00 [3,00; 5,00]
N – прямолінійність / дипломатичність	I, II, III	середній рівень, поєднання прямолінійності / дипломатичності	4,00 [2,50; 4,50] &, 6,00 [2,00; 6,00], 4,00 [3,00; 6,00]
Q1 – консерватизм / радикалізм	I	високий рівень, радикалізм	8,00 [6,00; 9,00] &
	II, III	середній рівень, поєднання консерватизму / радикалізму	6,00 [3,00; 9,00] 6,00 [6,00; 8,00]
Q2 – конформізм / нонконформізм	I, II, III	середній рівень, поєднання конформізму / нонконформізму	5,50 [4,00; 6,50] *, 7,00 [5,00; 9,00] &&, 5,50 [5,00; 6,00]
Q3 – самоконтроль, сильна воля / недолік самоконтролю, індиферентність	I, II, III	середній рівень, поєднання самоконтролю, сильної волі / недоліку самоконтролю, індиферентності	6,00 [5,00; 7,50], 5,00 [4,00; 8,00], 6,00 [5,00; 8,00]
Q4 – внутрішня напруженість / флегматичність	I, III	низький рівень, внутрішня напруженість	3,00 [1,50; 4,00], 3,00 [2,00; 5,00]
	II	середній рівень, поєднання внутрішньої напруженості / флегматичності	4,00 [2,00; 5,00]
MD – адекватна самооцінка / неадекватна самооцінка	I, II, III	середній рівень, поєднання адекватної самооцінки / неадекватної самооцінки	5,50 [4,00; 6,00], 6,00 [4,00; 8,00], 5,00 [4,00; 7,00]

Примітки: * – достовірні відмінності між I і II групами; ** – достовірні відмінності між II і III групами; *** – достовірні відмінності між I і III групами; & – тенденції між I і II групами; && – тенденції між II і III групами (за U-критерієм Манна – Уїтні).

відповідальність та чітке дотримання правил. Зосередженість на високих внутрішніх стандартах і відсутність відволікань на альтернативні види дозвілля, як-от комп'ютерні ігри, є факторами, що сприяють максимальній концентрації на тренувальному процесі та досягненню високих спортивних результатів. Ця риса підкреслює їхню сумлінність та дисциплінованість і демонструє тенденцію до значущих відмінностей від кіберспортсменів Me 5,00 [3,00; 7,00], ($\#p < 0,05$). Також для цієї групи характерні **практичність (шкала M)** Me 4,00 [3,00; 5,00] та низька внутрішня **напруженість (шкала Q4)** Me 3,00 [2,00; 5,00], що сприяє зосередженості на тренувальному процесі.

Отже, отримані дані підтверджують наявність чітких індивідуально-психологічних відмінностей між групами спортсменів залежно від їхньої залученості до комп'ютерних ігор.

Дискусія. Успіх у спортивній діяльності визначається не лише розвитком фізичних якостей і технічної майстерності, а й індивідуально-психологічними особливостями спортсменів [17]. Тісна взаємодія тренера та психолога дає змогу цілеспрямовано формувати індивідуально-психологічні (включно з вольовими якостями, мисленням, увагою, мотивацією), комунікативно-креативні, організаторсько-ділові та соціально-групові характеристики

атлетів, що є критично важливим для успішної тренувальної та змагальної діяльності [15; 19].

Риси особистості виступають відносно стабільними моделями емоцій, когнітивних функцій і поведінки, що робить їх важливими для прогнозування успішності та розвитку спортсменів у довгостроковій перспективі. На відміну від станоподібних змінних, як-от настрої чи втома, вони забезпечують послідовну основу для розуміння проявів поведінки під час тренувань, змагань і планування кар'єри. Для оцінки цих рис використовують як загальні структурні описи особистості, так і специфічні для спорту шкали, що дає змогу отримати комплексне уявлення про індивідуально-психологічні особливості спортсмена [16].

Психодіагностична робота у спорті набуває особливого значення, оскільки вона забезпечує об'єктивний контроль за динамікою психічного розвитку, виявлення стійких якостей і динамічних компонентів особистості (мотиваційні стани, рівні тривожності) [6]. Отримані результати особистісного тестування, подібного до проведеного в цій роботі, мають значну практичну цінність, даючи можливість тренеру та психологу оптимізувати індивідуальний супровід спортсмена, передбачати поведінку в стресових ситуаціях та сприяти глибшому саморозумінню атлета.

Водночас дискусія щодо впливу комп'ютерних ігор на особистість є багатогранною. Незважаючи на брак єдиного наукового визначення «комп'ютерної гри» [3] та стрімкий розвиток індустрії, що ускладнює її вивчення [1], сучасні дослідження вказують на розширення сфер застосування ігор, включно з медициною, військовою справою та навчанням [9]. Зокрема, як з'ясували вчені з Каліфорнійського університету, різні жанри комп'ютерних ігор по-різному впливають на мозок, причому шутери й аркади здатні покращувати увагу до деталей, прискорювати обробку інформації та розвивати інші когнітивні функції, наприклад абстрактне мислення та уяву [9].

Виявлена специфіка особистісних якостей спортсменів з різною залученістю до комп'ютерних ігор зумовлена декількома чинниками. По-перше, стрімке поширення комп'ютерних ігор у сучасному світі, зокрема серед молоді, робить їх невід'ємною частиною дозвілля, у тому числі й спортсменів. По-друге, вплив цього виду діяльності на психологічний стан, когнітивні функції, емоційно-вольову сферу та навіть фізичну активність є багатограним і до кінця не вивченим, особливо в контексті професійного спорту. Водночас комп'ютерні ігри можуть розвивати певні якості, як-от швидкість реакції, просторове мислення, стратегічне планування, що потенційно може бути корисним для спортсменів [5].

Ці дані підкреслюють нелінійний характер впливу комп'ютерних ігор на особистісні якості спортсменів. Виявлені в нашому дослідженні особливості особистісних

рис у спортсменів з різною залученістю до комп'ютерних ігор (зокрема, радикалізм і мрійливість у кіберспортсменів, замкнутість і підозрілість у спортсменів, що захоплюються іграми, нормативність і практичність у спортсменів, які не грають) можуть бути частково пояснені як впливом специфічних когнітивних навантажень під час гри, так і індивідуальними психологічними передумовами вибору такого виду дозвілля. Подальші дослідження мають поглибити розуміння цих взаємозв'язків для оптимізації психологічної підготовки спортсменів у контексті сучасної цифрової культури.

Висновки

1. Результати психодіагностичного дослідження, проведеного за методикою багатофакторного особистісного опитувальника Кеттелла (форма С), підтвердили наявність статистично значущих відмінностей в індивідуально-психологічних профілях спортсменів із різним рівнем залученості до комп'ютерних ігор. Встановлено, що кіберспортсмени вирізняються радикалізмом, мрійливістю, внутрішньою напруженістю. Спортсмени, які захоплені комп'ютерними іграми, демонструють замкнутість, підозрілість та стриманість. Натомість спортсмени, які не цікавляться іграми, мають високий рівень нормативності поведінки та внутрішню напруженість.

2. Виявлені відмінності свідчать про те, що залученість до комп'ютерних ігор є фактором, який пов'язаний із формуванням особистісних рис. При цьому вплив ігор є неоднозначним і залежить від інтенсивності взаємодії з віртуальним середовищем, а також від вихідного особистісного профілю спортсмена. Комп'ютерні ігри можуть як підсилювати вже наявні риси (наприклад, мрійливість чи схильність до замкнутості), так і сприяти розвитку певних функціональних якостей, як-от стратегічне мислення, креативність, емоційна саморегуляція.

3. Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів для побудови персоналізованих програм психологічного супроводу спортсменів, з урахуванням їх залученості до комп'ютерних ігор. Такі програми мають передбачати як профілактику потенційних ризиків (соціальна ізоляція, емоційна нестабільність, розвиток залежності), так і використання позитивних ефектів ігрової активності (зміцнення когнітивних функцій, підвищення адаптивності та мисленнєвої гнучкості). Це дасть змогу підвищити ефективність підготовки, покращити психоемоційний стан і загальну продуктивність спортсменів.

Напрями подальших досліджень. Подальші дослідження зосереджуватимуться на встановленні кореляційного зв'язку особистісних якостей із когнітивними здібностями у спортсменів з різною залученістю до комп'ютерних ігор.

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

ЛІТЕРАТУРА

1. Андрощук О. Комп'ютерні ігри як засіб розвитку творчих здібностей старших дошкільників. *Вісник Інституту розвитку дитини. Серія: Філософія, педагогіка, психологія*. 2014. Вип. 34. С. 137–142.
2. Бочелюк В. Й., Черепехіна О. А. Психологія спорту : навч. посіб. Київ : ЦУЛ, 2022. 224 с.
3. Вивчення феномену застосування комп'ютерних ігор. Сайт uastudent. URL: <http://uastudent.com/vyvchennja-fenomena-zastosuvannja-kompjuternyh-igor/>.
4. Воронова В., Шинкарук О., Борисова О., Хмельницька І., Костюкевич В. Особливості прояву особистісних якостей спортсменів різної статі у футболі. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2019. Вип. 3. С. 78–89. DOI: <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2019-03-78-89>.

5. Ганага О., Петровська Т. Характеристика когнітивної сфери особистості кіберспортсмена. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2022. Вип. 4. С. 56–62. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.4.56-62>.
6. Гринь О. Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів : навч. посіб. 2-ге вид. Київ : НУФВСУ, Олімпійська література, 2024. 276 с.
7. Імас Є. В., Петровська Т. В., Ганага О. Ю. Кіберспорт в Україні як сучасний культурний феномен. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2021. № 1. С. 75–81. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2021.1.75-81>.
8. Кіберспорт : монографія / за ред. Є. В. Імаса, О. В. Борисової, О. А. Шинкарука. Київ : Олімп. л-ра, 2021. 616 с.
9. Кочур В. Особливості мислення у людей які захоплюються кіберспортом. 2019. URL: http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2019/05/Kochur_V._Osoblyvosti_myslennya_u_lyudej_yaki_zahoplyuyutsya_kibersportom.pdf.
10. Олійник Н. А., Войтенко С. М. Психологічні особливості спортивної діяльності : монографія. Вінниця : ВНАУ, 2020. 240 с.
11. Перепелиця А., Фокіна Є., Ковальчук В. Мотивація як фактор впливу в спортивній діяльності. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2022. Вип. 4. С. 89–94. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.4.89-94>.
12. Фаріонов В. М., Семенов А. С., Коваль О. В., Дудник О. К., Драгунов Д. М. Розвиток лідерських якостей у спортсменів засобами фізичного виховання. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. Серія 15. 2024. Вип. 5 (178). С. 198–201. DOI: 10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).39.
13. Halian I., Popovych I., Hulas I., Serbin I., Vyshnevskaya O., Kovalchuk Z., Pyslar A. Correlation Between Personality Traits of Young Athletes and Their Level of Self-Efficacy. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2023. Vol. 23, Issue 5, Art. 140. P. 1119–1129. DOI: 10.7752/jpes.2023.05140.
14. Khurbanov H.H. Psychological Aspects of Training Young Basketball Players. *Web of Scientist*. 2022. Vol. 3, No. 1. P. 397–405. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/EPFGD>.
15. Maksymchuk B., Pohrebniak D., Roshchin I., Drachuk A., Romanenko V., Ovcharuk V., Ovcharuk V., Maksymchuk I. Effective Decision-Making for Extreme Situations in Sports Coaching. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*. 2022. Vol. 14, Issue 3. P. 510–521. DOI: 10.18662/rrem/14.3/623.
16. Maksymchuk B., Sarancha I., Husak A., Avramenko O., Kuzmenko I., Kuzmenko V., Slyusarenko N., Chepurna L., Pankevych V., Babii I., Maksymchuk I. Implementing the Course "Human Rights" for Children with Special Needs under the Changed Socio-Educational Conditions. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*. 2022. Vol. 14, Issue. 3. P. 428–443. DOI: 10.18662/rrem/14.3/617.
17. Shalar O., Huzar V., Strykalenko Y., Yuskiv S., Homenko V., Novokshanova A. Psycho-Pedagogical Aspects of Interaction Between Personality Traits and Physical Qualities of the Young Gymnasts of the Variety and Circus Studio. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2019. Vol. 19, Supplement Issue 6, Art. 344. P. 2283–2288. DOI: 10.7752/jpes.2019.s6344.
18. Petrovska T., Hanaha O. The influence of eSports on the psychological characteristics of an athlete. Sport. Olympism. Health: proceedings of the International Scientific Conference, 16–18 September 2021, Moldova. P. 229–235.
19. Xu J., Hao F. The Role of Personality Traits in Athlete Selection: A Systematic Review. *Acta Psychologica*. 2025. Vol. 260. P. 105478. DOI: 10.1016/j.actpsy.2025.105478.

REFERENCES

1. Androshchuk, O. (2014). Komp'yuterni igri yak zasib rozvitku tvorchih zdibnostej starshih doshkilnikov [Computer games as a means of developing creative abilities of older preschoolers]. *Visnyk Instytutu rozvytku dytyny. Seriya: Filosofiia, pedahohika, psykholohiia*, 34, 137–142 [in Ukrainian].
2. Bocheliiuk, V.Y., & Cherepiekhina, O.A. (2022). Psykholohiia sportu: navchalnyi posibnyk [Psychology of sport: Textbook]. Kyiv: TSUL [in Ukrainian].
3. Saif zhurnalu "uastudent" Vyvchennia fenomenu zastosuvannia kompiuternykh ihor [Study of the phenomenon of computer games usage]. uastudent. Retrieved from: <http://uastudent.com/vyvchennia-fenomenu-zastosuvannia-kompiuternykh-igor/> [in Ukrainian].
4. Voronova, V., Shynkaruk, O., Borysova, O., Khmelnytska, I., & Kostiukevych, V. (2019). Osoblyvosti proiavu osobystisnykh yakosteï sportsmeniv riznoi staty u futbolii [Features of manifestation of personal qualities of male and female athletes in football]. *Fizyczne vykhovannia, sport i kultura zdorovya u suchasnomu suspilstvi*, 3, 78–89. DOI: <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2019-03-78-89> [in Ukrainian].
5. Hanaha, O., & Petrovska, T. (2022). Kharkterystyka kognitivnoi sfery osobystosti kibersportsmena [Characteristics of the cognitive sphere of an esports player]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*, 4, 56–62. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.4.56-62> [in Ukrainian].
6. Hryn, O.R. (2024). Psykholohichne zabezpechennia ta suprovod pidhotovky kvalifikovanykh sportsmeniv [Psychological support and accompaniment of training of qualified athletes] (2nd ed.). Kyiv: NUFU, Olimpiiska literatura [in Ukrainian].
7. Imas, Y.V., Petrovska, T.V., & Hanaha, O.Y. (2021). Kibersport v Ukraini yak suchasnyi kulturnyi fenomen [Esports in Ukraine as a contemporary cultural phenomenon]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*, 1, 75–81. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2021.1.75-81> [in Ukrainian].
8. Kibersport [Esports] (2021). In Y.V. Imas, O.V. Borysova, & O.A. Shynkaruk (Eds.). *Kibersport: monohrafiia [Esports: Monograph]*. Kyiv: Olimp. I-ra [in Ukrainian].
9. Kochur, V. (2019). Osoblyvosti myslennia u liudei, yaki zahoplyuiutsia kibersportom [Features of thinking in people who are engaged in esports]. Media Osvita. Retrieved from: http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2019/05/Kochur_V._Osoblyvosti_myslennia_u_lyudej_yaki_zahoplyuyutsya_kibersportom.pdf [in Ukrainian].
10. Oliynyk, N.A., & Voitenko, S.M. (2020). Psykholohichni osoblyvosti sportyvnoi diialnosti [Psychological features of sports activity]. Vinnytsia: VNAU [in Ukrainian].
11. Perepelytsia, A., Fokina, Y., & Kovalchuk, V. (2022). Motyvatsiia yak faktor vplyvu v sportyvni diialnosti [Motivation as a factor of influence in sports activity]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*, 4, 89–94. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.4.89-94> [in Ukrainian].
12. Farionov, V.M., Semenov, A.S., Koval, O.V., Dudnyk, O.K., & Drahunov, D.M. (2024). Rozvytok liderskykh yakosteï u sportsmeniv zasobamy fizychnoho vykhovannia [Development of leadership qualities in athletes through physical education]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriya 15. Issue 5/178*, 198–201. DOI: 10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).39 [in Ukrainian].
13. Halian, I., Popovych, I., Hulas, I., Serbin, I., Vyshnevskaya, O., Kovalchuk, Z., & Pyslar, A. (2023). Correlation between personality traits of young athletes and their level of self-efficacy. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 23 (5), 1119–1129. DOI: 10.7752/jpes.2023.05140.
14. Khurbanov, H.H. (2022). Psychological aspects of training young basketball players. *Web of Scientist*, 3 (1), 397–405. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/EPFGD>.
15. Maksymchuk, B., Pohrebniak, D., Roshchin, I., Drachuk, A., Romanenko, V., Ovcharuk, V., Ovcharuk, V., & Maksymchuk, I. (2022). Effective decision-making for extreme situations in sports coaching. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 14 (3), 510–521. DOI: 10.18662/rrem/14.3/623.
16. Maksymchuk, B., Sarancha, I., Husak, A., Avramenko, O., Kuzmenko, I., Kuzmenko, V., Slyusarenko, N., Chepurna, L., Pankevych, V., Babii, I., & Maksymchuk, I. (2022). Implementing the course "Human Rights" for children with special needs under the changed socio-educational conditions. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 14 (3), 428–443. DOI: 10.18662/rrem/14.3/617.
17. Shalar, O., Huzar, V., Strykalenko, Y., Yuskiv, S., Homenko, V., & Novokshanova, A. (2019). Psycho-pedagogical aspects of interaction between personality traits and physical qualities of the young gymnasts of the variety and circus studio. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 19 (6), 2283–2288. DOI: 10.7752/jpes.2019.s6344.

18. Petrovska, T., & Hanaha, O. (2021). The influence of eSports on the psychological characteristics of an athlete. In Sport. Olympism. Health: proceedings of the International Scientific Conference, 16–18 September 2021, Moldova (pp. 229–235).
19. Xu, J., & Hao, F. (2025). The role of personality traits in athlete selection: A systematic review. Acta Psychologica, 260, 105478. DOI: 10.1016/j.actpsy.2025.105478.

Дата надходження статті: 20.07.2025

Дата прийняття статті: 28.08.2025

Опубліковано: 30.09.2025