

«КОЛЕСО ЗМІНИ ПОВЕДІНКИ» ЯК ІНСТРУМЕНТ УДОСКОНАЛЕННЯ РОБОТИ ТРЕНЕРІВ НА ЗАСАДАХ ІНКЛЮЗИВНОСТІ

Олеся Шевчук, Ірина Когут, Вікторія Маринич

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Анотація. Визначена в попередніх дослідженнях неготовність українських тренерів до роботи зі спортсменами з особливими освітніми потребами (ООП) вказує на існування суттєвих бар'єрів, пов'язаних як з недостатньою професійною підготовкою, так і з обмеженим доступом до ресурсів і підтримки. Така ситуація може негативно впливати на якість тренувального процесу та результативність спортсменів з ООП, що вимагає відповідних інтервенцій. «Колесо зміни поведінки» з використанням моделі COM-B пропонує систематичний підхід до трансформації знань, навичок і переконань тренерів у позитивну поведінку.

Мета – визначення шляхів впливу на здатність, можливість та мотивацію тренерів під час тренування спортсменів з ООП із застосуванням «Колеса зміни поведінки».

Матеріали та методи: аналіз, синтез, узагальнення, індукція та дедукція, методи логічного та системного аналізу, «Колесо зміни поведінки» на основі моделі COM-B з урахуванням попередніх результатів опитування.

Результати. Встановлено, що потенційно відповідні заходи для покращення здібностей мають стосуватися освіти, навчання, тренування та сприяння. Натомість заходи, спрямовані на покращення можливостей, включають реструктуризацію навколишнього середовища, моделювання, сприяння та обмеження. Так, одним із перспективних шляхів удосконалення роботи тренерів на засадах інклюзивності в блоці «Можливості» є: розроблення та забезпечення тренерів сучасними методичними ресурсами з використання передових підходів у спортивній практиці щодо підтримки спортсменів з ООП у досягненні їхніх спортивних цілей; рекомендаціями та інструкціями щодо імплементації інклюзивності в навчально-тренувальний процес; навчання тренерів особливостям роботи зі спортсменами з ООП. Серед інтервенцій задля підвищення мотивації тренерів до тренування спортсменів з ООП виокремлюють примус, стимулювання та переконування.

Висновки. Результати дослідження можуть стати базисом для формування довгострокових стратегій розвитку інклюзивності в спорті.

Ключові слова: інклюзія, спорт, Колесо зміни поведінки, спортивні тренери, спортсмени з особливими освітніми потребами.

Olesia Shevchuk, Iryna Kohut, Viktoriia Marynych

THE BEHAVIOR CHANGE WHEEL AS A TOOL FOR IMPROVING COACHES' WORK BASED ON INCLUSIVITY PRINCIPLES

Abstract. The lack of readiness among Ukrainian coaches to work with athletes with special educational needs (SEN), as identified in previous studies, highlights significant barriers related to insufficient professional training and limited access to resources and support. This situation may adversely affect the quality of the training process and the performance outcomes of athletes with SEN, necessitating appropriate interventions. The "Behavior Change Wheel", utilizing the COM-B model, offers a systematic approach to transforming coaches' knowledge, skills, and beliefs into positive behaviors.

Objective: to identify ways to influence the capability, opportunity, and motivation of coaches to train athletes with special educational needs (SEN) using the "Behavior Change Wheel".

Materials and Methods: analysis, synthesis, generalization, induction and deduction, methods of logical and systemic analysis; the "Behavior Change Wheel" based on the COM-B model, incorporating prior survey results.

Results: It was determined that potentially effective measures to enhance capabilities should focus on education, training, coaching, and facilitation. Measures aimed at improving opportunities include restructuring the environment, modeling, enabling, and restricting. One of the promising approaches to improving coaches' work based on inclusivity within the "Opportunity" domain is the development and provision of modern methodological resources. These resources should incorporate advanced practices in sports aimed at supporting athletes with special educational needs (SEN) in achieving their athletic goals. They should also include recommendations and guidelines for implementing inclusivity in the training process, along with specialized training for coaches on working with athletes with SEN. Interventions to increase coaches' motivation to train athletes with SEN include coercion, incentivization, and persuasion.

Conclusions: the research results may serve as a foundation for developing long-term strategies to promote inclusivity in sports.

Keywords: inclusion, sports, Behavior Change Wheel, coach, athletes with special educational needs.

Вступ. Сучасний спорт є не лише засобом фізично-го розвитку, але й платформою для соціальної інклюзії та інтеграції за умов створення відповідних умов участі різних груп населення та підтримки всіх учасників. Однак результати проведеного опитування тренерів (O. Shevchuk, I. Kohut, V. Marynych) [5] розкривають їх неготовність упроваджувати інклюзивні практики в тренувальний процес з огляду на сприйняття ними на низькому рівні своїх здатностей, можливостей та мотивації

для тренування спортсменів з особливими освітніми потребами (далі – ООП).

Зміна поведінки людини є фундаментальним аспектом подолання численних соціальних викликів. Однією з концепцій, яка може мати значний потенціал для поглиблення розуміння того, як трансформувати знання, думки та переконання тренерів у позитивну поведінку, є концепція «Колесо зміни поведінки» (Behaviour Change Wheel) [18]. Ключова її перевага полягає в тому, що вона пропонує

Шевчук О., Когут І., Маринич В. «Колесо зміни поведінки» як інструмент удосконалення роботи тренерів на засадах інклюзивності. *Sport Science Spectrum*. 2024; 3: 77–84
DOI: <https://doi.org/10.32782/spectrum/2024-3-11>

Shevchuk O., Kohut I., Marynych V. The behavior change wheel as a tool for improving coaches' work based on inclusivity principles. *Sport Science Spectrum*. 2024; 3: 77–84
DOI: <https://doi.org/10.32782/spectrum/2024-3-11>

системний підхід до розроблення інтервенцій, спрямованих на модифікацію поведінки, і використовує модель СОМ-В як основу для аналізу й розроблення поведінкових втручань, які можуть бути використані для впливу на сприйняття тренерами своїх здатностей, можливостей і мотивації.

Зважаючи на потенційну цінність цього інструменту стратегічного управління готовності тренерів упроваджувати інклюзивні практики в навчально-тренувальний процес, результати дослідження можуть стати базисом для формування довгострокових стратегій розвитку інклюзивності в спорті.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Наукову роботу виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021–2025 рр. за темою 1.4. «Теоретико-методологічні засади розвитку професійного, неолімпійського та адаптивного спорту в Україні в умовах реформування сфери фізичної культури і спорту» (номер державної реєстрації 0121U108294).

Мета дослідження – визначення шляхів впливу на здатність, можливості та мотивацію тренерів тренувати спортсменів з ООП за допомогою «Колеса зміни поведінки».

Матеріали та методи. *Попередні матеріали дослідження: організація та учасники.* В опитуванні, яке було проведено з вересня 2023 по березень 2024 року за допомогою Google Form, взяли участь 379 тренерів України з 58 видів спорту, серед яких 217 (53,3%) чоловіків і 162 (42,7%) жінки. Середній вік респондентів становить 37 (± 14) років, стаж роботи – 12 (± 11) років. Для опитування використано перекладену анкету СОМ-В [17], яка містила 11 питань, що досліджують елементи системи поведінки тренерів, як-от їхні здатність (4 пункти), можливість (5 пунктів) та мотивація (2 пункти) до тренування спортсменів з ООП. Свої відповіді респонденти надавали за 5-бальною шкалою типу Лайкерта з крайніми балами 1 – зовсім не згоден і 5 – повністю згоден. Анкета має високий коефіцієнт надійності (α -Кронбаха становить 0,945).

Інструменти та методи. Для досягнення загальної мети дослідження, а також оброблення результатів відкритих відповідей тренерів застосовано загальнонаукові методи: аналіз, синтез, узагальнення, індукцію та дедукцію, методи логічного та системного аналізу. Для системного розроблення інтервенцій, спрямованих на модифікацію поведінки тренерів, використано «Колесо зміни поведінки» на основі моделі СОМ-В.

Результати.

Особі з особливими освітніми потребами

Дослідження підтверджують, що доступ до спорту та участь у ньому нерівномірно доступні для різних груп населення. Жінки, особи з інвалідністю, старші люди, внутрішньо- та зовнішньо переміщені особи, а також представники інших соціальних і демографічних груп стикаються з фізичними, соціальними та культурними бар'єрами [2; 7; 10; 15]. Ці обмеження відображають ширше питання людського різноманіття, включаючи стать, вік, етнічну приналежність, фінансовий стан та інші фактори, що впливають на можливості участі в спорті [4; 19].

Інклюзивний підхід у спорті акцентує увагу на рівності доступу та якості участі, відкидаючи дискримінацію за будь-якими ознаками. Якщо відмінності між людьми сприяють досвіду маргіналізації чи створюють ризик виключення, то говорять, що це так звані «люди групи ризику», «маргіналізовані групи населення», «категорії людей, вразливі до виключення (ексклюзії)», «люди з меншими можливостями» або «особи з особливими потребами».

З огляду на: 1) відсутність чіткого та узгодженого інклюзивного термінологічного апарату в спортивній сфері в усьому світі; 2) недостатню розробленість інклюзивної проблематики в українському нормативно-правовому полі спорту; 3) ґрунтовну розробленість питання інклюзії в освітній сфері як в Україні, так і у світі, включаючи терміносистему інклюзивної освіти; 4) приналежність або принаймні дотичність освітнього та спортивного секторів до широкої галузі педагогіки (фізичної культури і спорту) та екстраполюючи на сферу спорту термін, яким активно послуговуються в педагогічних дослідженнях, а саме «особи з особливими освітніми потребами», – у цьому дослідженні ми використовуємо поняття «спортсмени з особливими освітніми потребами» (далі – спортсмени з ООП). Однак на практиці готовність тренера тренувати спортсменів з ООП означає готовність тренувати будь-яку людину/усіх людей [5].

Аналіз готовності тренерів до роботи зі спортсменами з особливими освітніми потребами

Результати попередньо проведеного опитування тренерів за моделлю СОМ-В демонструють їх загальну неготовність до роботи зі спортсменами на інклюзивних засадах. Потребує уваги те, що близько половини респондентів переконані, що вони не пройшли відповідну підготовку (54,9%), не мають належного обладнання та умов (52,8%), а також необхідних методичних ресурсів (46,2%) для тренування спортсменів з ООП [5].

Надалі кореляційне дослідження встановило поточні зв'язки між різними компонентами поведінки. Знання, технічні та тактичні навички, навички міжособистісного спілкування взаємопов'язані, але вони також корелюють із проходженням тренерами відповідної підготовки та наявністю в них методичних ресурсів.

Здійснений SWOT-аналіз надав змогу зрозуміти, як компоненти готовності розподілені в контексті внутрішніх ресурсів та зовнішніх умов розвитку інклюзивних практик у спорті. Так, наприклад, серед слабких сторін – брак необхідних знань, технічних і тактичних навичок, а також часу для тренування спортсменів з ООП. Ідентифіковані загрози вказують на значне ускладнення імплементації інклюзивності без таких фундаментальних аспектів, як забезпечення відповідних обладнання та умов, а також підтримки інклюзивного шляху тренера від спортивної організації [5].

Загалом, фізичні та психологічні здібності, фізичні та соціальні можливості, а також рефлексивна та автоматична мотивація є важливими ресурсами, які можуть допомогти вплинути на поведінку тренерів щодо роботи зі спортсменами з ООП.

Колесо зміни поведінки

«Колесо зміни поведінки» – це не лише модель поведінки; воно також забезпечує основу для розроблення

заходів, спрямованих на її зміну. Його застосовують до планування втручання, а практичне завдання полягає в тому, щоб розглянути, якою буде ціль поведінки та які компоненти системи поведінки потрібно буде змінити, щоб досягти мети. Ця система не надає пріоритету індивіду, групі чи навколишньому середовищу – внутрішньо-психічні та зовнішні фактори мають однакову роль у контролі поведінки. Однак для зазначеної поведінки в даному контексті це забезпечує спосіб визначення того, наскільки зміна окремих компонентів або комбінацій компонентів може вплинути на необхідну трансформацію.

Відповідно до отриманих результатів (O. Shevchuk, I. Kohut, V. Marynush, 2024), на основі механізму зміни поведінки [17] потенційно відповідними заходами для покращення здатностей є (рис. 1):

1.1. Освіта (збільшення знань або розуміння):

– організація освітнього процесу, навчальних семінарів, тренінгів задля покращення розуміння проблем і потреб спортсменів з ООП, підвищення рівня теоретичних знань та розуміння технічних і тактичних адаптацій.

1.2. Навчання/тренування (передача та набуття навичок):

– організація освітнього процесу, спеціалізованих програм для тренерів задля розвитку практичних навичок для виконання ефективних тренувальних дій: набуття технічних і тактичних навичок, розвиток навичок ефективної взаємодії зі спортсменами з ООП, у тому числі навичок міжособистісного спілкування.

1.3. Сприяння (збільшення засобів/зменшення бар'єрів для збільшення здатності чи можливості):

– збільшення засобів і зменшення бар'єрів для підвищення здатності, що може включати згадані вище заходи, спрямовані на підвищення готовності тренерів та ефективності їх тренувань, включаючи людей з ООП; зокрема постійна актуалізація та надання можливостей отримання

та поглиблення знань тренерів із різних питань специфіки роботи з людьми з ООП, набуття відповідних компетентностей;

– забезпечення тренерам доступу до консультативної підтримки та експертної допомоги у випадках виникнення складних ситуацій або проблемних питань щодо роботи з особами з ООП.

II. Отримані результати сприйняття тренерами своїх можливостей дозволяють запропонувати найбільш ефективні заходи, що спрямовані на (рис. 1):

2.1. Реструктуризацію навколишнього середовища (зміна фізичного або соціального контексту):

– зміна фізичного середовища, адаптація транспорту, спортивних об'єктів та обладнання для забезпечення інфраструктурної доступності та зручності та у відповідності до потреб спортсменів з ООП;

– зміна соціального оточення, а це можуть бути тренери та їхні колеги, адміністрація та керівництво, інші спортсмени та батьки, їх сприйняття осіб з ООП, подолання стереотипів та усвідомлення важливості створення інклюзивного середовища;

– забезпечення соціальної підтримки з боку колег та керівництва.

2.2. Моделювання (надання прикладу для прагнення або наслідування):

– формування відповідних зразків для наслідування, залучення наставників, тренерів-менторів із досвідом роботи зі спортсменами з ООП;

– залучення фахівців різних напрямів діяльності (освіти, охорони здоров'я, громадського сектору, волонтерів тощо) для поширення та покращення досвіду взаємодії з людьми з ООП та створення інклюзивного спортивного середовища;

– організація демонстрацій, навчання на практиці, в тому числі й з використанням цифрових технологій (відео-, аудіоматеріалів).

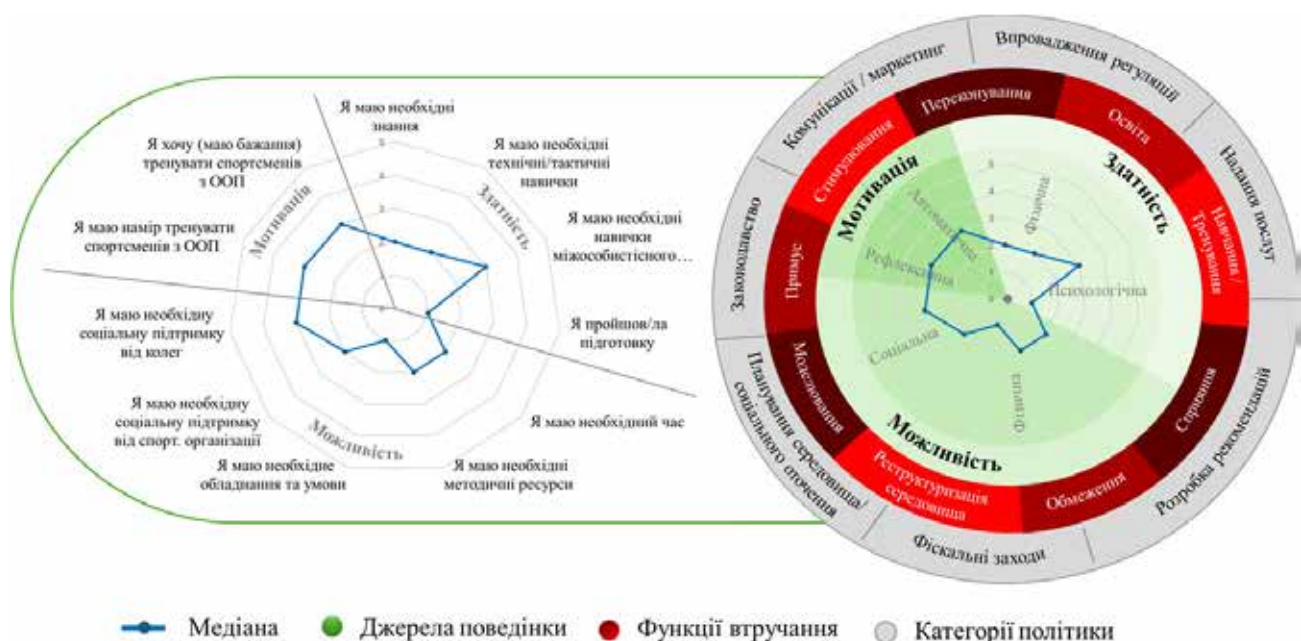


Рис. 1. «Колесо зміни поведінки» [17] тренерів на основі результатів опитування за моделлю COM-B

2.3. Сприяння (збільшення засобів/зменшення бар'єрів):

- збільшення засобів і зменшення бар'єрів для збільшення здатності та можливостей, що в контексті другого може включати підтримку та надання додаткових можливостей для якісної імплементації інклюзивності в роботу тренерів;

- запровадження відповідних норм, установлення чітких стандартів якості роботи з людьми з ООП і вимог, розвиток інклюзивних програм та послуг, холістичне створення сприятливих умов для якісної організації інклюзивного навчально-тренувального процесу та інтеграції спортсменів з ООП;

- розроблення і забезпечення тренерів сучасними методичними ресурсами з використання передових підходів у спортивній практиці щодо підтримки спортсменів з ООП у досягненні їхніх спортивних цілей, рекомендаціями та інструкціями щодо імплементації інклюзивності в навчально-тренувальний процес, відео- та аудіоматеріалами для навчання тренерів особливостям роботи зі спортсменами з ООП;

- забезпечення можливостей міжособистісного спілкування та взаємодії тренерів щодо різних аспектів інклюзивного тренування, наприклад, шляхом організації групових дискусій, обміну досвідом та взаємного навчання між тренерами, створення мережі підтримки та співпраці між тренерами, яка дозволить обмінюватися ідеями та кращими практиками;

- забезпечення тренерам доступу до консультативної підтримки та експертної допомоги у випадках, коли виникають складні ситуації або питання щодо роботи з ООП.

2.4. Обмеження (використання правил для збільшення цільової поведінки шляхом зменшення можливостей брати участь у конкурентній поведінці);

- впровадження системи обов'язкових програм навчання та професійного розвитку інклюзивної проблематики для всіх тренерів;

- запровадження адміністративних правил, що забезпечують обов'язкове включення спортсменів у всьому людському різноманітті за їх бажанням у всі спортивні програми та заходи.

III. Мотивація тренерів до тренування спортсменів з ООП є іншим важливим елементом поведінки, який, як відображено на рисунку 1, у респондентів є наразі на середньому рівні, однак інтервенції щодо її підвищення відповідно до «Колеса зміни поведінки» можуть стосуватися:

3.1. Обмеження (використання правил для збільшення цільової поведінки шляхом зменшення можливостей брати участь у конкурентній поведінці):

- запровадження нормативно-правових ініціатив, розробок, документів, які визначають обов'язки тренерів щодо надання підтримки спортсменам з ООП та закріплення інклюзивних принципів у спорті на законодавчому рівні.

3.2. Стимулювання (створення очікування винагороди):

- використання позитивного підходу до комунікації та мотивації тренерів шляхом заохочення їх ролі в розвитку спортсменів з ООП;

- створення системи заохочень та визнання для тренерів, які виявляють особливий інтерес та ефективність у роботі зі спортсменами з ООП;

- запровадження програм підтримки та фінансової компенсації для спортивних організацій, що активно залучають спортсменів з ООП.

3.3. Переконавання (використання комунікативних актів для викликання позитивних чи негативних почуттів або стимуляції поведінки):

- проведення інформаційних кампаній та навчальних заходів для переконання тренерів у важливості й необхідності роботи щодо розвитку спортивного потенціалу людей з ООП;

- установлення чітких комунікативних та маркетингових стратегій, які акцентують на позитивному впливі роботи з ООП на спортивне співтовариство та суспільство загалом;

- організація менторських або партнерських програм, де досвідчені тренери можуть ділитися своїм досвідом та надихати інших на активну роботу зі спортсменами з ООП.

3.4. Примус (створення очікування покарання чи витрат):

- скорочення фінансової підтримки, зменшення фінансування/грантів для організацій та окремих тренерів, які не притримуються встановлених інклюзивних стандартів.

Аналіз зв'язків між компонентами поведінки моделі СОМ-В та функціями втручань (табл. 1) відповідно до «Колеса зміни поведінки» [18] показав, що ці інтервенції можуть бути реалізовані багатьма відповідними способами. Так, наприклад, на компонент «Здатність» впливають 3 функції втручання: освіта, навчання/тренування та сприяння. Це вказує на те, що підвищення знань, розвиток навичок і підтримка можуть значно сприяти покращенню здатності тренерів до інклюзивної поведінки. Своєю чергою автоматична мотивація тренерів до роботи з особами з ООП може бути досягнута шляхом асоціативного навчання, яке викликає позитивні почуття, імпульси та контр-імпульси, пов'язані з поведінковою метою, та імітаційного навчання і формування звичок. Тож заходи, спрямовані на покращення автоматичної мотивації, можуть стосуватися, крім примусу, стимулювання та переконання, ще і сприяння, обмеження та реструктуризації середовища (табл. 1). Вони розкривають те, що вплив на цей компонент поведінки може бути досягнутий через різні шляхи, які включають не лише прямий вплив, але й зміну умов, в яких відбувається поведінка. Крім того, для однієї поведінкової цілі єдиною перешкодою можуть бути здібності, тоді як для іншої може бути досить надати або обмежити можливості, а для третьої можуть знадобитися зміни в усіх складниках системи поведінки: здібностях, мотивації та можливостях.

У ході аналізу зв'язків між категоріями політики та функціями втручань (табл. 2) звернено увагу на їх багатогранність. Так, наприклад, освітня функція пов'язана з багатьма категоріями політики, як-от надання послуг, розроблення рекомендацій, законодавство, комунікації та маркетинг і впровадження регуляцій, що свідчить про широке застосування освітньої функції в різних аспектах політики і дозволяє досягати необхідних цілей. Натомість функція моделювання пов'язана з наданням послуг, комунікаціями та маркетингом.

І навпаки, планування середовища передбачає його реструктуризацію та сприяння, що підкреслює його роль

Таблиця 1

Зв'язки між компонентами поведінки моделі SOM-B та функціями втручання відповідно до «Колеса зміни поведінки» [18]

	Освіта	Навчання/ Тренування	Сприяння	Обмеження	Реструктуризація середовища	Моделювання	Примус	Стимулювання	Переконання
<i>Здатність:</i>									
Фізична	✓	✓	✓						
Психологічна	✓	✓	✓						
<i>Можливості:</i>									
Фізичні			✓	✓	✓				
Соціальні			✓	✓	✓	✓			
<i>Мотивація:</i>									
Рефлексивна	✓						✓	✓	✓
Автоматична			✓	✓	✓		✓	✓	✓

Таблиця 2

Зв'язки між категоріями політики та функціями втручання відповідно до «Колеса зміни поведінки» [18]

	Освіта	Навчання/ Тренування	Сприяння	Обмеження	Реструктуризація середовища	Моделювання	Примус	Стимулювання	Переконання
Надання послуг	✓	✓	✓			✓	✓	✓	✓
Розроблення рекомендацій	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓
Фіскальні заходи		✓	✓		✓		✓	✓	
Планування середовища / соціального оточення			✓		✓				
Законодавство	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓
Комунікації та маркетинг	✓					✓	✓	✓	✓
Впровадження регуляцій	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓

у зміні та вдосконаленні навколишнього середовища. А, наприклад, категорія політики «Впровадження регуляцій» пов'язана з усіма функціями втручання, окрім моделювання: освітою, навчанням і тренуванням, сприянням, обмеженням, реструктуризацією середовища, примусом, стимулюванням та переконанням, що підкреслює важливість регуляцій у різних аспектах стратегічного управління та відповідних заходах.

Таким чином, виявлені зв'язки підкреслюють різні ролі та значення категорій політики та функцій втручання. Це не зменшує важливості жодної з них, однак демонструє їхні унікальні властивості та сфери застосування.

Дискусія. З огляду на попередні результати дослідження, які свідчать про те, що близько половини респондентів не пройшли відповідну підготовку, не мають належного обладнання та умов, а також необхідних методичних ресурсів для тренування спортсменів з ООП, з одного боку, і наявність кореляційного зв'язку між згаданими компонентами та знаннями, технічними, тактичними навичками і навичками міжособистісного спілкування – з іншого боку, то особливою необхідністю набуває питання комплексного створення сприятливих умов для якісної організації інклюзивного навчально-тренувального процесу та інтеграції спортсменів з ООП.

Представлене дослідження має на меті надати розуміння шляхів впливу на здатність, можливості та мотивацію тренерів працювати зі спортсменами з ООП за допомогою інструментів стратегічного управління. Натепер модель COM-B (Capability, Opportunity, Motivation – Behaviour) та пов'язане з нею «Колесо зміни поведінки» (Behaviour Change Wheel (BCW)) є широко використовуваними інструментами для розуміння та зміни поведінки в різних контекстах, зокрема в галузі охорони здоров'я та соціальних науках. S. Michie, M. van Stralen, R. West розробили модель COM-B після аналізу 19 наявних структур для зміни поведінки [18]. Прихильники COM-B та BCW стверджують, що вони забезпечують всеосяжний підхід до розуміння поведінки, враховуючи не лише індивідуальні, але й фізичні та соціальні фактори, допомагають дослідникам і практикам систематично підходити до аналізу поведінки та розроблення інтервенцій. Емпіричні дослідження показують, що заходи, ідентифіковані з використанням цих моделей, часто мають високий рівень успішності. Однією з головних переваг COM-B та BCW є їх універсальність та адаптивність. Вони можуть бути застосовані в різних культурах і контекстах, що робить їх цінними інструментами для глобальних досліджень поведінки. Наприклад, у сфері громадського здоров'я інтервенції, спрямовані на підвищення фізичної активності та зниження споживання тютюну, показали значне покращення поведінкових показників. Як відповідний приклад можна навести використання моделі в різних країнах для розроблення програм зниження ожиріння, що враховують культурні особливості та соціально-економічні умови [14].

Провідні фахівці Канади, які на національному рівні займалися дослідженням сприйняття тренерами своїх здібностей, можливостей та мотивації до проведення тренувань з особами з інвалідністю передбачають, що «Колесо зміни поведінки» може допомогти перетворити знання, думки, переконання та досвід тренерів на позитивну поведінку, як це попередньо було обговорено Канадським проектом участі людей з інвалідністю та параспортивним колективом Онтаріо у 2018 році [8]. У звіті зазначається, що поведінку тренера можна описати як явні дії та приховані переконання, які він/вона демонструє спортсменам і які успішно чи ні сприяють створенню сприятливого середовища. Сюди входять (1) знання про інвалідність, (2) відповідна адаптація до спортивних ресурсів та обладнання, і (3) готовність залучити спортсмена та отримання ним позитивного спортивного досвіду. Незважаючи на те, що дослідженню спорту та інвалідності приділяється все більше уваги, залишається важливим сприяти більш універсальному розумінню як поведінки тренерів і викликів, з якими вони стикаються, так і науково передбачуваних шляхів зміни поведінки тренерів для забезпечення якісного спортивного досвіду спортсменів з різними можливостями та потребами [9].

Результати дослідження щодо впровадження інклюзивної політики в практику в австралійському плаванні показали [16], що тренери часто ігнорували, пристосовували та переробляли офіційну політику, щоб бути більш інклюзивними і відповідати контекстуальним та культурним обмеженням своїх організацій. Зазначається, що, хоча тренери і демонстрували неоднозначне ставлення

до людей з інвалідністю, але загалом були готові й здатні працювати зі спортсменами з інвалідністю, що підкреслює важливість набуття знань і навичок для роботи з різними особами.

З іншого боку, проблемним питанням постала наявність розриву між розвитком тренерів та імплементацією політики інклюзії. Незважаючи на ґрунтовно розроблене організаційно-методичне забезпечення інклюзивності в спорті для тренерів Австралії [3], багато тренерів не знали про конкретну політику щодо інклюзії та інвалідності, що свідчить про брак ефективного поширення інформації та навчання щодо цієї політики, підкреслюючи необхідність інформаційно-освітньої підтримки [16].

Попередні дослідження також свідчать про те, що недостатні матеріально-технічні ресурси перешкоджають ефективності інклюзивних реформ і призводять до несприятливого ставлення серед педагогів [11], що потребує відповідного реагування. Як показали результати дослідження якості інклюзивного навчання для дітей з особливими освітніми потребами, необхідним в Україні залишається питання вдосконалення нормативно-правового, методичного, кадрового забезпечення [1]. Результати іншого вітчизняного дослідження підтверджують ці висновки, резюмуючи, що існують певні обмеження для дітей та молоді з інвалідністю до занять фізичною культурою і спортом, серед яких брак компетентних тренерів для осіб з інвалідністю та відповідних спортивних програм [2].

Аналіз наукових розвідок у галузі педагогіки також акцентовано підтверджує, що фахівцям потрібні ресурси та підтримка, щоб бути впевнено готовими навчати осіб з ООП [6]. Вчителі повинні мати доступ до необхідного професійного навчання, освітніх ресурсів і підтримки для впровадження інклюзивних практик для учнів з ООП [13].

Висновки. У ході дослідження визначено шляхи впливу на здатність, можливості та мотивацію тренерів працювати зі спортсменами з ООП за допомогою інструментів стратегічного управління.

1. За допомогою «Колеса зміни поведінки» визначено, що потенційно відповідні заходи для покращення здібностей тренерів мають стосуватися освіти (збільшення знань та розуміння), навчання і тренування (передача та набуття навичок) і сприяння (збільшення засобів та зменшення бар'єрів для збільшення здатності чи можливості).

2. Отримані результати сприйняття тренерами своїх можливостей дозволяють спрогнозувати, що належні заходи, спрямовані на їх покращення, мають бути спрямовані на реструктуризацію навколишнього середовища (зміна фізичного або соціального контексту), моделювання (надання суспільству прикладів для прагнення або наслідування), сприяння (збільшення засобів/зменшення бар'єрів для збільшення здатності чи можливості), обмеження (використання правил для збільшення цільової поведінки шляхом зменшення можливостей брати участь у конкурентній поведінці).

3. На основі механізму зміни поведінки встановлено, що інтервенції задля підвищення мотивації тренерів до тренування спортсменів з ООП мають включати примус (створення очікування покарання чи витрат), стимулювання (створення очікування винагороди) та переконування (використання комунікативних актів для викликання

позитивних чи негативних почуттів або стимуляції поведінки).

4. Одним із перспективних шляхів удосконалення роботи тренерів на засадах інклюзивності є розроблення та забезпечення тренерів сучасними методичними ресурсами з використання передових підходів у спортивній практиці щодо підтримки спортсменів з ООП у досягненні їхніх спортивних цілей, рекомендаціями та інструкціями щодо імплементації інклюзивності в навчально-тренувальний процес, навчання тренерів особливостям роботи зі спортсменами з ООП.

Результати поточного дослідження є важливими як для теорії, так і для практики спортивного тренування. Наукові дослідження в цій області в теоретичному аспекті сприятимуть поглибленню розуміння механізмів поведінкових змін у контексті стратегічного управління спортивною діяльністю. Крім цього, дослідження дозволяє

інтегрувати сучасні концепції поведінки та інклюзивності у сферу спортивного менеджменту та педагогіки, що може слугувати основою для подальших наукових розробок та емпіричних досліджень. З практичної точки зору це дослідження має потенціал допомогти на державному та інституційному рівнях у розробленні ефективних стратегій імплементації інклюзивності в спорті в Україні. Наприклад, у фокусі тренерської діяльності дані дослідження можуть стати основою для розроблення політики та рекомендацій, спрямованих на підтримку тренерів у контексті інклюзивного спортивного середовища, що своєю чергою сприятиме підвищенню якості тренувального процесу та спортивних досягнень спортсменів з ООП.

Перспективи подальших досліджень полягають в аналізі таких важливих характеристик тренування спортсменів з ООП, як інклюзивні навчання, досвід та самоідентифікація тренерів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дослідження якості інклюзивного навчання для дітей з особливими освітніми потребами. Держ. служба якості освіти України, 2021. 79 с. URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/inklyuzyvne-navchannya/2021/04/02/Doslidzhennya_yakosti_inklyuzyvnoyi_osvity_1_02_04.pdf
2. Рівень залученості дітей та молоді до рухової і фізичної активності та вплив спорту на фізичне і ментальне здоров'я: звіт за результатами дослідження. Київ, 2023. 62 с. URL: https://dismp.gov.ua/wp-content/uploads/Zvit_ruhova-aktivnist.pdf
3. Шевчук О., Когут І., Маринич В. Комpendіум належних прикладів організаційно-методичного забезпечення інклюзивності в спорті: досвід Австралії. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2023. № 4. С. 84–96. URL: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2023.4.84-96>
4. Шевчук О., Когут І., Маринич В. Організаційні засади реалізації інклюзивності у спорті. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2023. № 3. С. 86–95. URL: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2023.3.86-95>
5. Шевчук О., Когут І., Маринич В. SWOT-аналіз імплементації інклюзивності в роботу тренерів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2024. № 3(67). С. 67–74. URL: <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2024-03-67-74> (дата звернення: 24.11.2024).
6. Addressing barriers to implementing inclusive education in the Pacific / U. Sharma et al. *International Journal of Inclusive Education*. 2018. Vol. 23, no. 1. P. 65–78. URL: <https://doi.org/10.1080/13603116.2018.1514751> (дата звернення: 20.12.2024).
7. Barriers and facilitators to older adult participation in intergenerational physical activity program: a systematic review / F. Zhou et al. *Aging Clinical and Experimental Research*. 2024. Vol. 36, no. 1. URL: <https://doi.org/10.1007/s40520-023-02652-z> (дата звернення: 20.12.2024).
8. Canadian Disability Participation Project & Ontario Parasport Collective. An investigation of coaches' and classifiers' perceptions of working with athletes with a disability. Kingston: Queen's University, 2018. 70 p. URL: https://cdpp.ca/sites/default/files/REPORT%20An%20Investigation%20of%20Coaches%20And%20Classifiers%20Perceptions%20of%20Working%20with%20Athletes%20with%20a%20Disability_FINAL.pdf
9. Canadian Disability Participation Project & Ontario Parasport Collective. An investigation of coaches' and classifiers' perceptions of working with athletes with a disability. Kingston: Queen's University, 2023. 85 p. URL: <https://parasportontario.ca/images/opc/opc-resources/coaching-perspectives-2023.pdf>
10. Chen M., Li Q., Wang L. Understanding factors influencing people with disabilities' participation in sports and cultural activities. *BMC Public Health*. 2024. Vol. 24, no. 1. URL: <https://doi.org/10.1186/s12889-024-17791-9> (дата звернення: 22.08.2024).
11. Chiner E., Cardona M. C. Inclusive education in Spain: how do skills, resources, and supports affect regular education teachers' perceptions of inclusion? *International Journal of Inclusive Education*. 2013. Vol. 17, no. 5. P. 526–541. URL: <https://doi.org/10.1080/13603116.2012.689864> (дата звернення: 20.12.2024).
12. Chow W. S. E., de Bruin K., Sharma U. A scoping review of perceived support needs of teachers for implementing inclusive education. *International Journal of Inclusive Education*. 2023. P. 1–20. URL: <https://doi.org/10.1080/13603116.2023.2244956> (дата звернення: 20.12.2024).
13. Chow W. S. E. Examining factors influencing teachers' intentions in implementing inclusive practices in Hong Kong classrooms. *Journal of Research in Special Educational Needs*. 2023. URL: <https://doi.org/10.1111/1471-3802.12632> (дата звернення: 20.12.2024).
14. Co-designing an intervention using the COM-B model to change an eating behaviour in people living with achalasia / M. Kalantari et al. *Frontiers in Medicine*. 2024. Vol. 11. URL: <https://doi.org/10.3389/fmed.2024.1216209> (дата звернення: 20.12.2024).
15. European Commission: Directorate-General for Education. Towards more gender equality in sport – Recommendations and action plan from the High Level Group on Gender Equality in sport. Publications Office of the European Union, 2022. 41 p. URL: <https://data.europa.eu/doi/10.2766/10036>
16. Hammond A. M. The relationship between disability and inclusion policy and sports coaches' perceptions of practice. *International Journal of Sport Policy and Politics*. 2022. P. 1–17. URL: <https://doi.org/10.1080/19406940.2022.2074515> (дата звернення: 20.12.2024).
17. Michie P. S., Atkins D. L., West P. R. *The Behaviour Change Wheel: A Guide To Designing Interventions*. Silverback Publishing, 2014. 332 p.
18. Michie S., van Stralen M. M., West R. The behaviour change wheel: A new method for characterising and designing behaviour change interventions. *Implementation Science*. 2011. Vol. 6, no. 1. URL: <https://doi.org/10.1186/1748-5908-6-42> (дата звернення: 20.12.2024).
19. UNHCR's Division of External Relations. More than a Game: The UNHCR Sport Strategy 2022 – 2026. UNHCR, 2022. 56 p. URL: <https://www.unhcr.org/media/unhcr-sport-strategy-more-game>

REFERENCES

1. Doslidzhennya yakosti inklyuzyvnoho navchannya dlia ditei z osoblyvymy osvitynymi potrebamy [Research on the quality of inclusive education for children with special educational needs]. (2021). Derzh. sluzhba yakosti osvity Ukrainy. Retrieved from https://mon.gov.ua/storage/app/media/inklyuzyvne-navchannya/2021/04/02/Doslidzhennya_yakosti_inklyuzyvnoyi_osvity_1_02_04.pdf [in Ukrainian]
2. Riven zaluchenosti ditei ta molodi do rukhovoi i fizychnoi aktivnosti ta vplyv sportu na fizychno i mentalne zdorovia: zvit za rezultatamy doslidzhennia [The level of involvement of children and youth in motor and physical activity and the impact of sport on physical and mental health: a report on the results of the study]. (2023). Retrieved from https://dismp.gov.ua/wp-content/uploads/Zvit_ruhova-aktivnist.pdf [in Ukrainian]
3. Shevchuk, O., Kogut, I., & Marynych, V. (2023). Kompendium nalezhnykh prykladiv orhanizatsiino-metodychnoho zabezpechennia inklyuzyvnosti v sporti: dosvid Avstralii [A compendium of good examples of organizational and methodological support for inclusiveness in sport: the experience of Australia]. *Theory and Methods of Physical Education and Sports*, (4), 84–96. Retrieved from <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2023.4.84-96> [in Ukrainian]
4. Shevchuk, O., Kogut, I., & Marynych, V. (2023). Orhanizatsiini zasady realizatsii inklyuzyvnosti u sporti. [Organizational foundations of implementation of inclusiveness in sports]. *Theory and Methods of Physical Education and Sports*, (3), 86–95. URL: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2023.3.86-95> [in Ukrainian]

5. Shevchuk, O., Kogut, I., & Marynych, V. (2024). SWOT-analiz implementatsii inkluzivnosti v robotu treneriv [SWOT-analysis of Implementing Inclusivity in Coaches' Work]. *Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*, (3(67)), 67–74. Retrieved from <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2024-03-67-74> [in Ukrainian]
6. Sharma, U., Armstrong, A. C., Merumeru, L., Simi, J., & Yared, H. (2018). Addressing barriers to implementing inclusive education in the Pacific. *International Journal of Inclusive Education*, 23(1), 65–78. URL: Retrieved from <https://doi.org/10.1080/13603116.2018.1514751>
7. Zhou, F., Zhang, H., Wang, H. Y., Liu, L. F., & Zhang, X. G. (2024). Barriers and facilitators to older adult participation in intergenerational physical activity program: a systematic review. *Aging Clinical and Experimental Research*, 36(1). Retrieved from <https://doi.org/10.1007/s40520-023-02652-z>
8. Canadian Disability Participation Project & Ontario Parasport Collective. (2018). *An investigation of coaches' and classifiers' perceptions of working with athletes with a disability*. Queen's University. Retrieved from https://cdpp.ca/sites/default/files/REPORT%20An%20Investigation%20of%20Coaches%20And%20Classifiers%20Perceptions%20of%20Working%20with%20Athletes%20with%20a%20Disability_FINAL.pdf
9. Canadian Disability Participation Project & Ontario Parasport Collective. (2023). *An investigation of coaches' and classifiers' perceptions of working with athletes with a disability*. Queen's University. Retrieved from <https://parasportontario.ca/images/opc/opc-resources/coaching-perspectives-2023.pdf>
10. Chen, M., Li, Q., & Wang, L. (2024). Understanding factors influencing people with disabilities' participation in sports and cultural activities. *BMC Public Health*, 24(1). Retrieved from <https://doi.org/10.1186/s12889-024-17791-9>
11. Chiner E., Cardona M. C. Inclusive education in Spain: how do skills, resources, and supports affect regular education teachers' perceptions of inclusion? *International Journal of Inclusive Education*. 2013. Vol. 17, no. 5. P. 526–541. Retrieved from <https://doi.org/10.1080/13603116.2012.689864>.
12. Chiner, E., & Cardona, M. C. (2013). Inclusive education in Spain: How do skills, resources, and supports affect regular education teachers' perceptions of inclusion? *International Journal of Inclusive Education*, 17(5), 526–541. Retrieved from <https://doi.org/10.1080/13603116.2012.689864>
13. Chow, W. S. E. (2023). Examining factors influencing teachers' intentions in implementing inclusive practices in Hong Kong classrooms. *Journal of Research in Special Educational Needs*. Retrieved from <https://doi.org/10.1111/1471-3802.12632>
14. Kalantari, M., Hollywood, A., Lim, R., & Hashemi, M. (2024). Co-designing an intervention using the COM-B model to change an eating behaviour in people living with achalasia. *Frontiers in Medicine*, 11. Retrieved from <https://doi.org/10.3389/fmed.2024.1216209>
15. European Commission: Directorate-General for Education. (2022). *Towards more gender equality in sport – Recommendations and action plan from the High Level Group on Gender Equality in sport*. Publications Office of the European Union. Retrieved from <https://data.europa.eu/doi/10.2766/10036>
16. Hammond, A. M. (2022). The relationship between disability and inclusion policy and sports coaches' perceptions of practice. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 1–17. Retrieved from <https://doi.org/10.1080/19406940.2022.2074515>
17. Michie, P. S., Atkins, D. L., & West, P. R. (2014). *The behaviour change wheel: A guide to designing interventions*. Silverback Publishing.
18. Michie, S., van Stralen, M. M., & West, R. (2011). The behaviour change wheel: A new method for characterising and designing behaviour change interventions. *Implementation Science*, 6(1). URL: <https://doi.org/10.1186/1748-5908-6-42>
19. UNHCR's Division of External Relations. (2022). *More than a Game: The UNHCR Sport Strategy 2022–2026*. UNHCR. Retrieved from <https://www.unhcr.org/media/unhcr-sport-strategy-more-game>

ІНФОРМАЦІЯ ПРО АВТОРІВ

Шевчук Олеся Костянтинівна <https://orcid.org/0000-0001-6331-8049>, olesia.shevchuk@ukr.net

Когут Ірина Олександрівна <https://orcid.org/0000-0002-3042-2189>, kogut_irina@ukr.net

Маринич Вікторія Леонідівна <https://orcid.org/0000-0003-2784-680X>, wikleon@ukr.net

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

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Shevchuk Olesia <https://orcid.org/0000-0001-6331-8049>, olesia.shevchuk@ukr.net

Kohut Iryna <https://orcid.org/0000-0002-3042-2189>, kogut_irina@ukr.net

Marynych Viktoriia <https://orcid.org/0000-0003-2784-680X>, wikleon@ukr.net

National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Fizkultury str., 1, Kyiv, 03150, Ukraine