

## ВИВЧЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ КУРСАНТОК-ПРАВООХОРОНЦІВ В ПРОЦЕСІ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ З УРАХУВАННЯМ БІОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЖІНОЧОГО ОРГАНІЗМУ

### STUDY OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF FEMALE LAW ENFORCEMENT CADETS IN THE PROCESS OF EDUCATIONAL ACTIVITIES TAKING INTO ACCOUNT THE BIOLOGICAL FEATURES OF THE FEMALE ORGANISM

Стаття присвячена вивченню питань щодо оцінки психоемоційного стану курсанток ЗВО МВС України з урахуванням біологічних особливостей жіночого організму. Загальні методи, які використовувались у дослідження, це: теоретичний аналіз науково-методичної літератури та мережі Інтернет, педагогічні спостереження, тестування рівня психоемоційного стану, методи математичної статистики (середнє арифметичне (M), середнє квадратичне відхилення (S), помилка середнього арифметичного (m), t – критерій Стьюдента).

Важливим показником здоров'я дівчат та жінок є менструальна функція, яка взаємопов'язана з функціональними можливостями та працездатністю. В експерименті брали участь 30 курсанток-правоохоронців 1-го курсу навчання віком 17-19 років Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ, що мають нормальний стан менструальної функції тривалістю 28-30 днів. Інтерпретація результатів тесту за методикою визначення стресостійкості та соціальної адаптації (Д. Холмс, К. Раже) полягає в тому, що визначається, з якою мірою особистість здатна опиратися стресові. Отримані дані в менструальну фазу показали 30 % високого ступеню стресостійкості, 40 % порогового та 30 % низького (вразливості). У постменструальну фазу відбулися статистично значущі відмінності ( $p < 0,05$ ), а саме 60 % високого ступеню, 25 % порогового та 15 % низького. Таким же чином достовірні відмінності спостерігалися між овуляторною та постовуляторною фазами, постовуляторною та передменструальною ( $p < 0,05$ ). За методикою САН, оцінка самопочуття, активності, настрою показала наступні результати. У курсанток-правоохоронців у менструальну, овуляторну та передменструальну фази біологічного циклу досліджувані показники погіршуються в порівнянні з постменструальною та передменструальною фазами ( $p < 0,05-0,001$ ).

За показниками індексу психофізіологічного стану у менструальну фазу виявлено варіативність показників на протязі специфічного біологічного стану тих, кого досліджували, з статистичною достовірністю при  $p < 0,05, 0,001$ .

Для коригування психоемоційного стану курсанток ми пропонуємо застосовувати педагогічні впливи для підвищення психічної стійкості, долати фізичні й емоційні навантаження у фазах фізіологічної напруги за допомогою методів психопрофілактики та саморегуляції психічних процесів. Рекомендовані: розвиток навичок саморегуляції, спілкування, які включають в себе позитивні емоції (додаткові конкурси, фестивалі, майстер-класи тощо); раціональне чергування

навантаження та відпочинку; методики аутотренінгу (техніки дихання, прогресивне розслаблення м'язів), йога, медитація, танго-терапія, арт-терапія тощо; розвиток та вдосконалення емоційної врівноваженості та самоконтролю, вміння регулювати свій емоційний стан та справлятися з емоціями тощо.

**Ключові слова:** курсантки-правоохоронці, контроль, психоемоційний стан.

The article is devoted to the study of questions regarding the assessment of the psycho-emotional state of cadets of the Military Academy of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, taking into account the biological features of the female body. The general methods used in the research are: theoretical analysis of scientific and methodological literature and the Internet, pedagogical observations, testing the level of psycho-emotional state, methods of mathematical statistics (arithmetic mean (M), mean square deviation (S), error of the arithmetic mean (m), t is Student's criterion). An important indicator of the health of girls and women is the menstrual function, which is interconnected with functional capabilities and work capacity. 30 female law enforcement cadets of the 1st year of training, aged 17-19 years, of the Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, with a normal state of menstrual function lasting 28-30 days, participated in the experiment. The interpretation of the test results according to the method of determining stress resistance and social adaptation (D. Holmes, K. Raje) is that it is determined to what extent a person is able to resist stress. The obtained data in the menstrual phase showed 30% high degree of stress resistance, 40% threshold and 30% low (vulnerability). In the postmenstrual phase, there were statistically significant differences ( $p < 0,05$ ), namely 60% of high grade, 25% of threshold and 15% of low grade. In the same way, significant differences were observed between the ovulatory and postovulatory, postovulatory and premenstrual phases ( $p < 0,05$ ). According to the SAN method, the assessment of well-being, activity, and mood showed the following results. In female law enforcement cadets, during the menstrual, ovulatory, and premenstrual phases of the biological cycle, the studied indicators worsen compared to the postmenstrual and premenstrual phases ( $p < 0,05-0,001$ ). According to the indicators of the index of psychophysiological state in the menstrual phase, the variability of the indicators during the specific biological state of those who were studied was revealed, with statistical reliability at  $p < 0,05, 0,001$ .

To correct the psycho-emotional state of female cadets, we suggest using pedagogical influences to increase mental stability, overcome physical and emotional stress in phases of physiological stress using methods of psychoprophylaxis and self-regulation of mental processes. Recom-

УДК 796.012

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/59.4>

**Бачинська Н.В.,**

канд. фіз. вих., доцент,  
ст. викладач кафедри спеціальної  
фізичної підготовки  
Дніпропетровського державного  
університету внутрішніх справ

**Вознюк К.Г.,**

викладач кафедри спеціальної  
фізичної підготовки  
Дніпропетровського державного  
університету внутрішніх справ

**Кириченко А.В.,**

ст. викладач кафедри спеціальної  
фізичної підготовки  
Дніпропетровського державного  
університету внутрішніх справ

**Рогальський В.І.,**

ст. викладач кафедри спеціальної  
фізичної підготовки  
Дніпропетровського державного  
університету внутрішніх справ

*mended: development of self-regulation skills, communication, which include positive emotions (additional competitions, festivals, master classes, etc.); rational alternation of workload and rest; self-training techniques (breathing techniques, progressive muscle relaxation), yoga,*

*meditation, tango therapy, art therapy, etc.; development and improvement of emotional balance and self-control, ability to regulate one's emotional state and cope with emotions, etc.*

**Key words:** law enforcement cadets, control, psycho-emotional state.

**Постановка проблеми.** На сучасному етапі в Україні підвищено інтерес до питань удосконалення правоохоронної сфери задля забезпечення високої якості правопорядку та боротьби із злочинністю [3, с. 33; 10, с. 4; 12, с. 45; 14, с. 38].

Для забезпечення якісного процесу підготовки майбутніх фахівців органів внутрішніх справ необхідним є вдосконалення процесу їх професійної діяльності [1, с. 62; 4, с. 8; 8, с. 345; 9, с. 26].

Як відомо, на протязі всього життя людину супроводжує низка психічних станів, серед яких емоційні стани, вольові, стани свідомості. Емоції, настрій, смуток, пристрасть, натхнення відносяться до емоційних станів. На психічний стан людини впливають різноманітні внутрішні та зовнішні подразники, які можуть мати як позитивне, так і негативне підґрунтя [13, с. 23].

Психологічний стан особистості, як невід'ємна частина психологічної діяльності, зазнає впливу та змін в ході життя людини, а вплив емоцій на низку психологічних процесів збільшує необхідність розуміння механізмів, за допомогою яких це відбувається, розвивається і може коригуватися в навчальному процесі, у тому числі курсантів першого курсу [3, с. 35].

У закладах вищої освіти із специфічними умовами навчання завжди можуть виникнути ситуації, що супроводжується процесом пристосування до службової підготовки, до нових вимог, високим ступенем та інтенсивністю розумової роботи, нерівномірністю навчального та фізичними навантаження, великими обсягами знань, які необхідно засвоїти у період сесій тощо [15, с. 38].

#### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Питання психологічного супроводу службової діяльності співробітників системи МВС України залишаються актуальними на протязі багатьох років. Вирішення важливих проблем психологічного супроводу службової діяльності співробітників МВС України вже певною мірою знайшло своє відображення в працях багатьох науковців, наприклад, Доценко В.В. (2022), Конопльова В.В. (1999), Мілорадової Н.Е., Бречко Д.М., Доценко В.В. (2017) та ін. [3, с. 34; 5, с. 4; 7, с. 116].

Психолого-правові засади формування особистості майбутніх працівників ОВС у процесі професійної підготовки висвітлено в роботі Сергієнко Н.П. (2005) [10, с. 3]. Теоретичні та методичні засади формування соціально-професійної зрілості курсантів вищих навчальних закладів МВС

висвітлено у дисертаційній роботі Яворської Г.Х. (2006) [12, с. 6].

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Як зазначає низка авторів, важливим показником здоров'я дівчат та жінок є менструальна функція. Вона взаємопов'язана з функціональними можливостями та працездатністю. Важливим являється фактор зміни гормонального статусу, який впливає на психоемоційний стан дівчат та жінок [11, с. 245; 14, с. 82].

Проте питання оцінки психоемоційного стану курсанток ЗВО МВС України з урахуванням біологічних особливостей жіночого організму ще не набула цілісного вирішення, фрагментарно висвітлено в сучасних наукових дослідженнях. Тому, на наш погляд, питання вивчення та подальшої корекції психоемоційного стану курсанток являються актуальними та потребують більш детального вивчення.

#### **Формулювання цілей статті (постановка завдання).**

Мета. Визначення психоемоційного стану курсанток-правоохоронців в динаміці менструального циклу.

Методи: теоретичний аналіз науково-методичної літератури та мережі Інтернет, педагогічні спостереження, тестування рівня психоемоційного стану, методи математичної статистики (середнє арифметичне (M), середнє квадратичне відхилення (S), помилка середнього арифметичного (m), t – критерій Стьюдента для перевірки гіпотези про достовірність відмінностей середніх значень показників між вибірками, при нормальному розподілі.

#### **Виклад основного матеріалу дослідження.**

Аналіз спеціальної літератури з дослідження психічних станів показав, що незалежно від того, чи позитивні вони або негативні, але вони впливають на досягнення результатів у конкретних видах діяльності курсантами.

Загальновідомо, що особливого значення, на сучасному етапі, є вплив емоційної сфери на навчання та спеціально-процесійну діяльність курсантів ЗВО МВС України. Значна інтенсивність психологічної діяльності, підвищена вимогливість до специфіки навчання, інтелектуальна діяльність призводять до напруги на регуляторні механізми центральної нервової системи, підвищення стресостійкості та емоційного напруження, особливо у слухачів закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання [5, с. 16].

Таблиця 1

**Характеристика загальних психічних станів курсантів-правоохоронців, що супроводжують навчальну діяльність**

Позитивні психічні стани	Негативні психічні стани
Цікавість	Депресія
Радість	Тривога
Здивування	Смуток
Натхнення	Агресія
Ініціатива	Нерішучість
Задоволення	Гнів
Захоплення	Монотонність
Позитив	Стрес
Надія	Невдоволення
Впевненість у собі	Неуважність
Рішучість	Втома
Цілеспрямованість	Апатія
	Розгубленість
	Страх
	Загальмованість
	Невпевненість

Зв'язок між станами і такими когнітивними процесами, як увага, пам'ять, сприйняття, мислення тощо, можна охарактеризувати як динамічні та взаємні. У свідомості емоційні стани можуть існувати незалежно від пізнавальних процесів. Тому людина може, не свідомо, перебувати в тому чи іншому стані.

Під впливом збільшення фізичного та психічного навантаження, на протязі першого року навчання, курсанти-правоохоронці часто можуть зазнавати стресу у зв'язку з перебуванням у обставинах, що змінені.

Психічні стани можуть накопичуватися та закріплюватися під впливом особистісних переживань курсантів, а в подальшому, можуть стати підґрунтям до глибоких і стійких переживань. Психічні стани виникають та закріплюються, й можуть визначати суттєві характеристики особистості, складають її свідомість. Суб'єктивне відношення курсанта до всього, що його оточує, може стати основою його особистісних смислів. Як відомо, вони не піддаються безпосередньому довільному контролю. В подальшому це може впливати на психічний стан особистості.

Науковцями було виявлено, що домінування певних психічних, в тому числі й негативних станів, може варіюватися на протязі навчального року, тижня, навчального дня і навіть у межах взводу (або групи). Тому найбільш негативні психологічні стани спостерігаються на початку навчального року, тижня, дня [11, с. 245; 14, с. 82].

Якщо говорити про специфіку майбутньої професії, то емоційні розлади можуть розвиватися під впливом таких факторів, що пов'язані із першими спробами спілкування з правопорушниками, так і під впливом відносини з керівництвом ЗВО, курсантами тощо.

Важливим являється факт урахування гормональних та психоемоційних змін, що спостерігаються у дівчат на протязі менструального циклу.

Як відомо, менструальний цикл, при класичному 28 денному циклі, поділяють умовно на 5 фаз: I фаза – менструальна (1–6 дні); II фаза – постменструальна (7–12 дні); III фаза – овуляторна (13–15 дні); IV фаза – постовуляторна (16–24 дні); V фаза – передменструальна (25–28-й дні) [11, с. 245; 14, с. 82].

В нашому експерименті брали участь 30 курсанток-правоохоронців 1-го курсу навчання, віком 17–19 років, Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ, що мають нормальний стан менструальної функції тривалістю 28–30 днів.

Нами проаналізовано можливості застосування значної групи діагностичних методів в практиці роботи із курсантами-правоохоронцями. З метою визначення загальних особистісних опитувальників зарекомендували себе: опитувальник Г.Ю. Айзенка, тест комунікативних та організаційних здібностей, багатофакторний метод дослідження особистості Л.М. Собчик (модифікований тест ММРІ), 16-ти факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла, тест Люшера тощо [2, с. 62; 6, с. 191].

Для виявлення змін психоемоційного стану курсанток-правоохоронців у динаміці менструального циклу, в рамках наших досліджень, нами було використано 3 методики: методику визначення стресостійкості та соціальної адаптації (автори Д. Холмс, К. Раге), методику САН (самопочуття, активність, настрій) та вивчення індексу психофізіологічного стану.

Інтерпретація результатів тесту за методикою визначення стресостійкості та соціальної адаптації (Д. Холмс, К. Раге) полягає в тому, що визначається, з якою мірою особистість здатна опиратися стресові [5, с. 4].

Кількість підрахованих балів являється сигналом тривоги, що попереджає про небезпеку та необхідність заходів для подолання стресу.

Визначена в ході виконання тесту сума відображає кількісно рівень стресової завантаженості того, кого досліджують. Інтерпретація тесту наступна, здатність опиратися стресові: 50–199 балів – високий рівень; 200–299 балів – межовий рівень; 300 і більше балів – низький рівень (вразливість).

Інтерпретація отриманих даних, що відображені в таблиці 2, свідчать про те, що психоемоційний стан курсанток-правоохоронців змінюється впродовж менструального циклу.

Наступною методикою для визначення психоемоційного стану курсанток-правоохоронців в динаміці менструального циклу, була методика САН (табл. 3). Її суть полягає в тому, що вона відображає емоційний стан на більш конкретний та невеликий проміжок часу.

Ступінь опірності стресу курсанток-правоохоронців 1-го курсу навчання (n=30) за методикою визначення стресостійкості та соціальної адаптації (за Д. Холмс, К. Раге)

Статистичні показники	Високий ступінь	Пороговий	Низький (вразливість)	Достовірність відмінностей
Менструальна фаза				
%	30	40	30	
M±S	165,67±,36	245,85±10,25	342,65±9,45	
Постменструальна фаза				
%	60	25	15	*p<0,05 в порівнянні з менструальною фазою
M±S	176,48±10,35*	264,36±9,48*	332,76±8,85*	
Овуляторна фаза				
%	40	35 %	25 %	
M±S	176,78±10,04	258,84±11,84	331,38±8,14	
Постовуляторна фаза				
%	65	20	15	*p<0,05 в порівнянні з овуляторною фазою
M±S	181,83±9,98	278,37±10,75*	320,74±7,84*	
Передменструальна фаза				
%	25	40	35	*p<0,05 та ** p<0,001 в порівнянні з постовуляторною фазою
M±S	169,24±,304*	262,14±10,32*	348,15±9,96**	

Таблиця 3

Результати анкетування курсанток-правоохоронців (n=30) за методикою САН в динаміці менструального циклу

Статистичні показники	Самопочуття	Активність	Настрій	Достовірність відмінностей
Менструальна фаза				
M±S	14,33±2,96	14,44±3,28	13,78±3,04	
Постменструальна фаза				
M±S	21,33±3,19*	23,11±3,21*	20,78±2,64*	*p<0,05 в порівнянні з менструальною фазою
Овуляторна фаза				
M±S	15,17±1,63	16,00±0,67	15,33±1,89	
Постовуляторна фаза				
M±S	24,17±3,44*	24,67±3,44*	23,83±3,83*	*p<0,05 в порівнянні з овуляторною фазою
Передменструальна фаза				
M±S	14,27±1,76	16,90±1,43	14,80±2,24	*p<0,05 та ** p<0,001 в порівнянні з постовуляторною фазою

Методика САН (значення за шкалами «Самопочуття», «Активність», «Настрій») становить собою таблицю, яка містить 30 пар слів, що відображають досліджувані особливості психоемоційного стану, які можуть бути охарактеризовані полярними оцінками.

Оцінка самопочуття, активності, настрою показала наступні результати. У курсанток-правоохоронців, що приймали участь у нашому дослідженні, у менструальну, овуляторну та передменструальну фазу біологічного циклу досліджувані показники погіршуються в порівнянні з постменструальною та передменструальною фазами (p<0,05-0,001).

У таблиці 4 представлено показники індексу психофізіологічного стану курсанток-правоохоронців

на прикладі двох фаз. Отримані дані дозволяють стверджувати про варіативність показників на протязі специфічного біологічного стану тих, кого досліджували, з статистичною достовірністю при p<0,05, 0,001.

Отримані нами дослідження курсанток-правоохоронців дозволять краще розуміти можливості їх психоемоційний стану з урахуванням специфічного біологічного циклу, а також визначати механізми впливу на них. Пропонується застосовувати педагогічні впливи для підвищення психічної стійкості курсанток-правоохоронців, долати фізичні й емоційні навантаження у фазах фізіологічної напруги.

Нами пропонуються наступні рекомендації. Для коригування психоемоційного стану курсанток ми

**Дослідження індексу психофізіологічного стану курсанток-правоохоронців на прикладі менструальної та постменструальної фаз біологічного циклу (n=30)**

Шкала оцінювання	%	M±S	V (%)	Достовірність відмінностей	
<b>Менструальна фаза</b>					
Високий (1)	> 17	25	23,54±2,89	5,67	$P_{1,2} < 0,05$
Середній (2)	10-16	35	14,65±2,23	4,65	$P_{1,3} < 0,001$
Низький (3)	< 9	40	6,43±2,08	6,96	$P_{2,3} < 0,05$
<b>Постменструальна фаза</b>					
Високий (1)	> 17	40	24,54±3,04	6,95	$P_{1,2} < 0,05$
Середній (2)	10-16	35	13,98±2,14	8,45	$P_{1,3} < 0,001$
Низький (3)	< 9	25	6,12±1,96	6,42	$P_{2,3} < 0,05$

пропонуємо методи психопрофілактики та саморегуляції психічних процесів, наприклад методи психорегулювального тренування. Їх основною метою є прискорення відновних процесів в організмі та підвищення емоційного стану. Це дозволить допомогти зняти наслідки фізичних і психічних напружень:

1) раціоналізація навчального та навчально-тренувального процесів в умовах навчання у ЗВО, спеціальне планування розподілу навантаження з перерахуванням годин навчання та дозвілля;

2) розвиток навичок саморегуляції, спілкування, які включають в себе позитивні емоції (додаткові конкурси, фестивалі, майстер-класи тощо); раціональне чергування навантаження та відпочинку;

3) методи аутотренінгу (техніки дихання, прогресивне розслаблення м'язів), йога, медитація, танго-терапія, арт-терапія тощо;

4) розвиток професійної пам'яті та спостережливості, передбачення, логіки тощо);

5) розвиток та вдосконалення емоційної врівноваженості та самоконтролю, вміння регулювати свій емоційний стан та справлятися з емоціями;

6) програми особистісного зростання, впевненості в собі;

7) вдосконалення навичок конфліктології.

Рекомендуємо для попередження негативних, кризових ситуацій у курсанток-правоохоронців, на всіх етапах професійної підготовки, розробити відповідні психодіагностичні процедури для виявлення важливих психологічних якостей особистості, знайти такі функціональні резерви, які можуть покращити їх психоемоційний стан під час підготовки до майбутньої ефективної правоохоронної діяльності.

**Висновки.** Отримані дані в ході експерименту, за допомогою методів математичної статистики, показали явні зміни психоемоційного стану спортсменок, що випробували, відповідно фазам менструального циклу.

Рекомендаційні програми мають бути спрямовані на розвиток, коригування та вдосконалення особистісних ресурсів, необхідних для подолання

стресових і кризових ситуацій, що виникають у житті курсанток.

**Подальші перспективи в цьому напрямку** плануються у дослідженні психоемоційних показників курсантів з урахуванням гендерного аспекту.

**БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:**

1. Бачинська Н. В., Богуславський В. В., Петренко С. П., Кириченко А. В., Анісімов Д.О., Вознюк К. Г. Дослідження психофізіологічних показників майбутніх поліцейських з урахуванням гендерного аспекту. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Випуск 4 (163) 2023. Київ. Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. С. 40-44.

2. Гант О.Є., Малик Я.К. Спортивна діяльність як особливий вид професіонального функціонування людини. Проблеми екстремальної та кризової психології. Вісник Нац. ун-ту цивільного захисту України, 2014. Вип. 17. С. 62-73.

3. Доценко В.В. Особливості психологічного супроводу працівників поліції в умовах війни. Забезпечення психологічної допомоги в секторі Сил оборони України: зб. тез Всеукр. міжвід. психол. форуму (м. Київ, 30 черв. 2022 р.). МВС України, ДНДІ МВС України, Н.-д. лаб психол. забезп. Київ: Вид-во Людмила, 2022. С. 33-37.

4. Кляпець О.Я., Лазоренко Б.П., Лепіхова Л.А., Савінов В.В. Методики вивчення повсякденного стресу і способів розв'язання кризових життєвих ситуацій. За ред. Т. М. Титаренко. К.: Міленіум, 2009. С. 8.

5. Конопльов В.В. Психологічна адаптація курсантів ВНЗ МВС України до діяльності підрозділів кримінальної міліції: автореф. дис. ... канд. психол. наук спец. 19.00.06. К., 1999. 16 с.

6. Корольчук М. Адаптація та її значення в системі психофізіологічного забезпечення діяльності. Вісник збірник наукових статей Київського міжнародного університету. К.: Правові джерела, 2002. Вип. 2. С. 191-211.

7. Мілорадова Н.Е., Бречка Д.М., Доценко В.В. Психологічний супровід формування ціннісних регуляторів поведінки майбутніх правоохоронців: навчально-методичний посібник. Харків: ХНУВС, 2017. 116 с.

8. Петрушин, Д., Анісімов, Д., Пожидаєв, М. Методика розвитку спеціальних фізичних якостей курсантів закладів вищої освіти Національної поліції України з використанням системи кросфіт. Молодий вчений, 2019. (2 (66)). С. 345-348.

9. Петрушин Дмитро, Креніков Євген. Актуальні напрями підвищення фізичної підготовки курсантів системи МВС України в сучасних умовах. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. № 1, 2023. С. 26-29.

10. Сергієнко Н.П. Психолого-правові засади формування особистості майбутніх працівників ОВС у процесі професійної підготовки: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06. Х., 2005. 19 с.

11. Стельмах Юлія, Шнайдер Ольга, Чернецький Олександр. Особливості підготовки спортсменок-борців високої кваліфікації з урахуванням змін психоемоційного стану в динаміці менструального циклу. Молода спортивна наука України. 2013. Т.1. С. 245-249.

12. Яворська Г.Х. Теоретичні та методичні засади формування соціально-професійної зрілості курсан-

тів вищих навчальних закладів МВС України: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: спец. 13.00.04. К., 2006. 45 с.

13. Яремко Р.Я., Мудрик Н.В. Емоційно-вольові особливості курсантів вищих навчальних закладів Збройних сил України Психологічні засади забезпечення службової діяльності працівників правоохоронних органів: матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції (в авторській редакції), (м. Кривий Ріг, 15 лютого 2018 року). Кривий Ріг, 2018. 437 с.

14. Bachynska N.V. (2016). BADANIEWSKA ŻNIKÓW UKŁADU SERCOWO-NACZYNIOWEGO ZAWODNICZEK AKROBACJI GRUPOWEJ W DYNAMICIE OKRESU MENSTRUACYJNEGO. East European Scientific Journal (Warsaw. Poland). № 11 (15), part 1. S. 82-85.

15. Oleksii Sheviakov, Iryna Burlakova, Oleksandr Krasilshikov (2021). TECHNOLOGIES IMPROVING THE SYSTEM OF TRAINING ATHLETES. Scientific journal "Philosophy Economics and Law Review" 1(2), 232 p., p.38-47.