



Маргарита Лавриненко

Харківська державна академія фізичної культури

Харків, Україна

ФАКТОРИ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ У ТУРИСТСЬКІЙ ГРУПІ

Вступ. Туристський похід — це не тільки фізичний виклик, але й випробування психічної стійкості та взаємодії в групі. Під час формування туристської групи керівник походу зазвичай враховує тільки туристський досвід, але не менш важливу роль також відіграє психологічна сумісність учасників [2].

Мета дослідження. Визначити фактори, які впливають на формування психологічного клімату у туристській групі.

Методи дослідження. Аналіз літературних джерел та інформації мережі Інтернет, синтез і узагальнення.

Результати дослідження та їх обговорення. Туристи протягом походу знаходяться в умовах повної ізоляції, тому саме психологічна сумісність визначає міжособові стосунки [4].

Психологічна підготовка і вміння ефективно взаємодіяти в групі допомагають уникати конфліктів, забезпечують сприятливий психологічний клімат та сприяють загальному комфорту учасників групи.

Враховання психологічних аспектів дуже важливо для безпеки та успіху туристського походу. Великі нервово-психічні навантаження та втома можуть впливати на прийняття рішення, фізичну витривалість та загальний психічний стан учасників [1].

Для стійкого позитивного психологічного функціонування туристської групи потрібно враховувати наступні фактори:

1. Методика добору учасників походів.

Фізична підготовка та навички: Важлива не тільки гарна фізична підготовка учасників, але і їх психологічна стійкість до стресу. Знання та розуміння, як керувати стресом та невдачами, є ключем до психологічної стійкості. Це особливо важливо в умовах туристського походу, де можуть виникати несподівані ситуації

Спільні інтереси та цілі: якщо учасники мають спільні інтереси та чітко сформульовані цілі, це сприяє згуртованості групи та підтримує позитивний психологічний клімат.

Комунікація: учасники походу повинні сприяти відкритій та ефективній комунікації в групі, а також вільно висловлювали свої думки та почуття.

2. Рольова мікроструктура групи.

Розподіл обов'язків: Кожен учасник повинен знати свою роль та відповідальність у групі. Це сприяє організованості та підтримці взаємодії.

Взаємодія та підтримка: Розвивання позитивних взаємин та здатність та здатність підтримувати один одного значення для стабільності психологічного клімату.

3. Лідерські якості.

Роль керівника походу в туристській групі є ключовою для створення позитивного психологічного клімату. Основними психологічними факторами тут є:

Емоційна стабільність: керівник повинен бути емоційно стабільним, щоб ефективно вирішувати труднощі та непередбачені ситуації. Здатність залишатися спокійним у стресових ситуаціях впливає на емоційний стан у всій групі.

Цілеспрямованість: керівник повинен мати чітко сформульовані цілі та вести групу до їх досягнення.

Оптимістична реакція на труднощі: керівник, який виявляє оптимізм, може впливати на настрій та мотивацію у всій команді.

Авторитет керівника: обґрунтовується на його компетентності, взаєморозумінні з групою та змінними лідерства. Учасники групи повинні вірити та поважати керівника для ефективної співпраці [3].

Висновки. Фізична підготовка, технічні навички та знання маршруту – лише частина успішного туристського походу. Враховання таких факторів, як комунікація, розподіл обов'язків між учасниками, психологічна стійкість, мотивація, взаємодія та підтримка створить стійкий та позитивний психологічний клімат у туристській групі. Ці аспекти допоможуть не тільки створити позитивний та згуртований колектив, який легше справляється з труднощами, а й запобігти травм та нещасних випадків під час



проходження туристських маршрутів. Активна роль керівника у підтримці позитивного психологічного клімату дозволить забезпечити успішність туристичного походу та зробити досвід учасників якомога позитивнішим.

Список використаної літератури.

1. Александров Ю.В. Психологічні аспекти спортивного туризму. Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності: збірник наукових праць [Електронний ресурс]. Харків : ХДАФК, 2017. С. 5-11.
2. Богатов А. О. Організація спортивно-оздоровчого туризму. Навчальний посібник. Одеса.: ПНПУ ім.. К.Д. Ушинського, 2013. 114 с.,
3. Мулик К. В., Єфимов І. С. Особливості спортивно-оздоровчого туризму Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності [Електронний ресурс]. Харків, 2016. Вип. 1. С. 193–201.
4. Тимошенко Л. О., Лабарткава К. В. Спортивний туризм : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту. Львів : ЛДУФК, 2014. Ч. 2. 176 с.