

Секция «Психология труда и инженерная психология»

Профессионально-личностные деформации спортсменов и тренеров по фигурному катанию

Климова Оксана Анатольевна

Аспирант

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет

психологии, Москва, Россия

E-mail: Okli07@yandex.ru

Последние десятилетия ознаменовались подъемом интереса к решению проблем спорта высших достижений. Как и любая очень сложная, напряженная и насыщенная деятельность спорт ставит множество задач, которые только ждут научного решения. Уже достаточно давно спорт, называемый по традиции любительским, считается полноценной профессией, соответствующей всем критериям профессиональной деятельности (Wegner et al, 2014). Понимая спортивную деятельность как профессиональную, необходимо иметь в виду, что спортсмены сталкиваются со многими трудностями, характерными для профессионалов в привычном понимании этого слова. Одной из таких проблем является развитие профессионально обусловленных деформаций, объясняющихся типичными условиями профессиональной жизни спортсменов: длительное отсутствие дома, бесконечные поездки на соревнования, акклиматизации, тяжелейшие тренировки при невозможности полного восстановления физиологических и психологических ресурсов. Все это приводит к развитию у спортсмена высокого психоэмоционального напряжения, при накоплении которого особенно велик риск формирования целого спектра профессиональных деформаций: выгорания (Schaufeli et al.,2008), прокрастинации (Milgram,2000), трудоголизма (Schaufeli et al,2008), развития поведения типа А (Ryska,1999). Выделенные профессионально обусловленные деформации особенно характерны для спортивной деятельности ввиду ее специфики: поддержка исключительно достигающего поведения спортсмена и тренера, навязанная частота и интенсивность социальных контактов (с членами команды, представителями спортивных федераций, судьями, другими тренерами), поощрение длительных частых тренировок для перспективных спортсменов, завышенные требования к спортсменам и тренерам, невозможность самостоятельно распоряжаться своим временем и решениями (Wegner et al, 2014).

В исследование приняли участие спортсмены - фигуристы и их тренеры, всего 81 фигурист (42 женщины, 39 мужчин) в возрасте от 16 до 26 (средний возраст 20,2), стаж от 12 до 22 лет (средний стаж 16,1), все респонденты имели разряд «КМС» или «мастер спорта», и 24 тренера (14 женщин, 10 мужчин) в возрасте от 19 до 58 (средний возраст 30,1), стаж от 12 до 22 лет (средний стаж 9,2). Анализ статистических показателей свидетельствует об отсутствии различий в выборке фигуристов по полу, возрасту и стажу.

Спортсменам и их тренерам была предложена методика интегральной диагностики и коррекции профессионального стресса (ИДИКС) (Леонова,2013). Основная особенность данной методики заключается в том, что помимо диагностики развития профессионального стресса, она позволяет определить предикторы и факторы, динамично развивающиеся в процессе профессиональной деятельности.

Полученные результаты выявили высокие показатели общего уровня стресса, что свидетельствует о высоких профессиональных перегрузках как у спортсменов, так и у их тренеров. Более того, предельно высокие показатели были получены тренерами и фигуристами по шкале "субъективная оценка профессиональной ситуации". С помощью регрессионного анализа было выявлено, что у фигуристов основными предикторами выгорания ($R^2 = 0,418$, $p \leq 0,001$) являются депрессия, физиологический дискомфорт, асте-

ния и трудности в общении, в то время как предикторами невротических реакций ($R^2 = 0,419$, $p \leq 0,001$) являются физиологический дискомфорт, затруднения в поведении, тревога, агрессия и астения. У тренеров же ко всему вышесказанному добавляется нарушение сна. На основании проведенного исследования было доказано, что большинство обследованных фигуристов, и тренеров, находятся на критической стадии, которая может иметь непоправимые последствия в жизни любого человека, не говоря уже о дальнейшем продолжении спортивной карьеры. Однородность выборки свидетельствует о том, что профессионально-личностные деформации являются следствием профессиональной деятельности. Более того, результаты, полученные у фигуристов и тренеров, доказывают необходимость проведения профилактических мер по предотвращению дальнейшего развития профессиональных деформаций и снижению уровня хронического стресса.

Источники и литература

- 1) Wegner, M., Bohnacker, V., Mempel, G., Teubel, T., & Schüler, J. (2014). Explicit and implicit affiliation motives predict verbal and nonverbal social behavior in sports competition. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(6), 588-595.
- 2) Леонова А., Злоказова Т., Качина А. Детерминанты развития профессионально-личностных деформаций медицинских специалистов и педагогов, работающих в зоне техногенной катастрофы // Выгорание и профессионализация (под ред. В.В. Лукьянова, А.Б. Леоновой, А.А. Обознова, А.С. Чернышева, Н.Е. Водопьяновой). — Курский государственный университет Курск, 2013. — С. 87–114.
- 3) Milgram N.A., Tenne R. Personality correlates of decisional and task avoidance procrastination // *Eur.J.of Pers.* V.14, 2000.
- 4) Schaufeli, W. B., Taris, T. W. & Bakker, A. B. It takes two to tango: Workaholism is working excessively and working compulsively. In R. J. Burke & C. L. Cooper (Eds.), *The long work hours culture. Causes, consequences and choices* (pp. 203-226). Bingley, UK: Emerald, 2008.
- 5) Ryska, T. A., Yin, Z., Cooley, D., & Ginn, R. (1999). Developing team cohesion: A comparison of cognitive-behavioral strategies of US and Australian sport coaches. *The journal of Psychology*, 133(5), 523-539.