

В.Н. Дворак, кандидат педагогических наук

РАЗВИТИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ – БУДУЩИХ СПОРТИВНЫХ ПСИХОЛОГОВ

В статье рассмотрены вопросы развития специальных компетенций студентов специализации «спортивная психология», которые позволят им качественно и грамотно самостоятельно планировать, осуществлять, диагностировать и корректировать психологическое сопровождение спортсменов и тренеров. Раскрыты основные теоретические аспекты и научно обоснована необходимость освоения будущими спортивными психологами специальных учебных дисциплин «Психология спортивной команды» и «Основы конфликтологии в спорте». Предложены способы решения проблемы формирования способностей студентов к практическому применению специальных знаний, умений и навыков в области психологии спорта в контексте персонифицированного и компетентностного подходов.

Ключевые слова: компетентностный подход, специальные компетенции в области спорта, студенты, психологическое сопровождение соревновательной деятельности, спортивный психолог, спортсмены, тренер.

Спортивная деятельность является важной составляющей современного социума. В 2016 году Российская Федерация принимает чемпионат мира по хоккею, а в 2018 году – по футболу. А в 2014 году на территории Союзного государства Беларуси и России уже прошли два грандиозных по своему масштабу и социальной значимости спортивных события: чемпионат мира по хоккею и Зимние Олимпийские игры. Анализ их итогов показал особую значимость психологической подготовки в современном спорте.

С одной стороны, максимальным результатом выступлений сборной Беларуси по хоккею на данный момент является 4-е место, завоеванное еще в 2002 году в ходе Олимпийских игр в Солт-Лейк-Сити. С другой – сборная Республики Беларусь не смогла квалифицироваться на Олимпийские игры в Сочи, а хоккейный клуб «Динамо» Минск не попал в плей-офф Континентальной хоккейной лиги. Другая параллель – грандиозная побе-

да российских хоккеистов на чемпионате мира в Минске и относительный провал на Олимпиаде в 2014 году.

Влияние психологического фактора также можно четко проследить на основе анализа результатов выступления белорусских спортсменов на XXII Зимних Олимпийских играх – самых успешных за всю историю суверенной Беларуси. Готовность к экстремальному (и оправдавшему себя) риску при величайшей уверенности в себе, сложная тактика спортивной борьбы олимпийских чемпионов, фристайлистов А. Цупер и А. Кушнера. Вера в себя, упорство, величайшее желание и концентрация, сила позитивного мышления биатлонистки, Героя Беларуси Д. Домрачевой. Данный ряд практических доказательств можно продолжать достаточно долго. В связи с этим необходимо отметить, что одной из приоритетных задач современного спорта является обеспечение качественной психологической подготовленности отдельных спортсменов и спортивных команд – в целом. Это является обязательным условием повышения эффективности их выступлений на соревнованиях.

Однако зачастую не всеми тренерами уделяется достаточное внимание психологической подготовке спортсменов. Среди многих специалистов устоялось довольно устойчивое мнение о ненужности в команде спортивного психолога, которое зачастую основано на переоценке собственных способностей в понимании психологии спортсмена и знаний его индивидуально-психологических особенностей и возможностей. Таким тренерам присуще ревностное отношение к победам своих подопечных и вытекающее отсюда нежелание делить ее с кем бы то ни было. Это не позволяет полноценно создавать систему научно обоснованного психологического сопровождения атлетов и, как следствие, значительно снижает вероятность достижения ими высоких результатов.

Если тренер в силу своих личностных особенностей является интуитивным, природным «психологом», обладает харизмой, присущей лидеру, то опосредованная психологическая готовность спортсмену может быть в какой-то мере обеспечена. В обратном случае возникает закономерный вопрос, а может ли такой специалист в полной мере учесть все психологические аспекты в подготовке спортсменов к предстоящему состязанию и, с учетом этого, грамотно осуществить тренировочный процесс, обеспечив оптимальное психологическое состояние спортсменов накануне соревнования и грамотно управлять эмоциями атлетов в его течении?

На решение данных и многих других задач спортивной деятельности направлена работа спортивного психолога – специалиста, призван-

ного осуществлять психологическое сопровождение соревновательной деятельности и специальной подготовки к ней [1; 2]. Однако знаний по общей, возрастной психологии и психологии спорта вообще для современного специалиста уже недостаточно. Анализ результатов наших исследований [3, с. 44–48; 4, с. 113–116] доказывает необходимость в их углубленной теоретико-методической подготовленности по отдельным направлениям психологии спорта, которая обеспечивается с помощью изучения студентами – будущими спортивными психологами таких учебных дисциплин, как «Психология спортивной команды» и «Основы конфликтологии в спорте».

Известно, что современная спортивная команда – это коллектив со своими уникальными психологическими особенностями [5, с. 6]. Между спортсменами складываются особые взаимоотношения так как, с одной стороны, деятельность игроков спортивной команды направлена на достижение максимальных результатов, с другой стороны – между ними присутствует жесткая конкуренция, борьба за место в основном составе, более выгодный контракт и т. п. Вместе с тем коллективный соревновательный мотив в большей степени мобилизует на достижение высоких спортивных результатов, чем личный.

Это обуславливает необходимость освоения будущими спортивными психологами специальной учебной дисциплины «Психология спортивной команды», целью которой является формирование у студентов специальных компетенций психологического сопровождения развития, становления и совершенствования спортивной команды:

- уметь применять базовые теоретические знания для решения практических задач формирования благоприятного социально-психологического климата в спортивной команде;

- анализировать факты и прогнозировать развитие взаимоотношений на основе психологической интерпретации текущих событий в системе «тренер-спортсмен», «спортсмен-спортсмен», «спортсмен-команда»;

- осуществлять моделирование и прогнозирование психологических процессов в спортивном коллективе;

- осуществлять психологический мониторинг, диагностику и интерпретацию результатов характера и особенностей межличностных отношений в сфере спорта;

- быть способным к развитию и подготовке лидера в спортивных командах;

- использовать основные социально-гуманитарные знания социально-психологических основ формирования межличностных взаимоотношений в управлении спортивной группой;

- обладать способностью к изучению социально-психологических особенностей деятельности тренера в спортивной команде.

В результате изучения данного спецкурса у будущих спортивных психологов также формируется опыт практического применения:

- методов психологического сопровождения, направленных на улучшение спортивных результатов;

- методов, позволяющих преодолеть кризисные состояния спортивной команды, личности спортсмена, тренера;

- методик, содействующих скорейшей адаптации новых членов команды;

- методик, содействующих групповой сплоченности;

- технологий преодоления психологических последствий от полученной травмы;

- методик создания сплоченной группы, которые делают обстановку для ее членов комфортной и взаимовыгодной;

- разработки для спортсменов и команды мотивационных планов;

- использования методик современной психологии, направленных на сохранения команды как единого целого;

- оказания экстренной психологической помощи спортсмену, тренеру команды, испытавшим поражение во время соревнования.

Выстроить правильные взаимоотношения в коллективе – большое искусство. Важная задача спортивного психолога совместно с тренером создать благоприятный психологический микроклимат в команде, поддерживать его, мотивировать спортсменов к новым достижениям, психологически подготовить их к преодолению проблем, возникающих в процессе соревновательной деятельности. Психолог содействует выстраиванию гармоничных взаимоотношений внутри коллектива, повышению эффективности работы тренера, своевременному предотвращению конфликтов и профессионального выгорания спортсменов, а также помогает отделить личные проблемы от рабочих.

В тоже время из-за того, что в современном спорте предъявляются запредельные требования к психическим возможностям атлетов, в процессе тренировок и соревнований часто возникают конфликтные ситуации, которые могут переходить или в непосредственной открытой форме, или в виде скрытого, внутриличностного конфликта.

Возникающие конфликты в сочетании с монотонностью тренировочного процесса и наличием неблагоприятных предсоревновательных состояний могут приводить к неврозам, нарушению взаимоотношений, в целом снижая эффективность спортивной деятельности. Конфликты в спорте определяются не только рядом объективных факторов, к которым, прежде всего, относятся внешние условия осуществления деятельности, но и внутренние, субъективные факторы, обусловленные личностными особенностями спортсмена. Поэтому закономерно то, что конфликтам, возникающим в данной сфере деятельности, свойственны как общие сущностные черты, присущие любому социальному конфликту, так и специфические особенности. Часто соревнования проходят в условиях, близких к экстремальным, а спортсмены проявляют излишнюю агрессивность, которую не всегда в состоянии сдержать рамки правил состязаний.

Поэтому деятельность спортивного психолога, направленная на обучение спортсменов и тренеров конструктивным средствам разрешения конфликтов, оказывает положительное воздействие на систему подготовки спортсменов к соревнованиям, что актуализирует изучение будущими спортивными психологами специальной дисциплины «Основы конфликтологии в спорте».

Целью ее освоения является формирование у студентов системы знаний о закономерностях возникновения, развития, завершения конфликтов в сфере спорта, а также принципах, способах и приемах их конструктивно-урегулирования, что содействует развитию следующих компетенций:

- использовать знания общей теории конфликта для изучения и анализа

- конфликтов, обучения спортсменов и тренеров рациональному поведению в конфликтных ситуациях с учетом специфики спортивной деятельности;

- осваивать и внедрять в учебно-тренировочный процесс инновационные психологические технологии преодоления различных типов конфликтных ситуаций в спортивной деятельности;

- планировать и организовывать тренировочную работу со спортсменами и тренерами с целью выработки у них навыков применения полученных знаний и умений правильно вести себя в конфликтных ситуациях;

- преодолевать конфликтобоязнь и обладать рефлексивно-креативным отношением к решению конфликта;

- разрабатывать и использовать научно-методическое обеспечение конструктивного поведения в конфликтных ситуациях на основе пони-

мания психологических причин конфликта, его возможной динамики и воздействия на спортсменов и тренеров.

В процессе изучения спецкурса студенты приобретают способности к применению практико-ориентированных психологических знаний:

- об актуальности и социальной значимости изучения «Основ конфликтологии в спорте»;
- о предмете, основных понятиях и категориях дисциплины «Основы конфликтологии в спорте»;
- об основных этапах и методах изучения конфликта в спорте;
- о сущности, классификации, структуре, функциях, динамике, объективных и субъективных причинах возникновения конфликтов в спорте;
- о природе и психологических особенностях конфликта в спорте: закономерностях, мотивации, стратегиях и эффективных моделях поведения в конфликтной ситуации; типах конфликтных личностей; методах формирования и совершенствования конфликтоустойчивости;
- о технологиях управления, предупреждения и прекращения конфликтов в спорте.

Студенты – будущие спортивные психологи приобретают также практический опыт реализации умений:

- рассматривать конкретные конфликтные ситуации в спорте с научной точки зрения;
- правильно определять предмет конфликта и его вид;
- проводить различные виды научного анализа конфликта в спорте;
- разрабатывать предложения по завершению и разрешению конфликтных ситуаций;
- использовать методы профилактики и разрешения различных конфликтов в спортивной деятельности;
- выявлять признаки конфликтности личности спортсмена и применять эффективные формы взаимодействия с ней;
- вырабатывать у себя качества, необходимые для правильного поведения в конфликте, а также свою конструктивную стратегию поведения как будущего спортивного психолога, т.е. формировать свою конфликтологическую компетентность;
- развивать навыки и умения по управлению процессом общения для предупреждения возможных конфликтных ситуаций;
- овладевать речевой и коммуникационной культурой и внедрять ее в свою повседневную жизнедеятельность, освобождая ее от реальных и потенциальных конфликтогенов;

– самостоятельно закреплять и углублять свои знания по основам конфликтологии в спорте.

Таким образом, выстроить правильные взаимоотношения в спортивном коллективе – это большое искусство. Деятельность спортивного психолога содействует эффективному выстраиванию взаимоотношений в команде, повышению результативности ее работы, своевременному предотвращению конфликтов и профессиональному выгоранию спортсменов, а также помогает отделить личные проблемы спортсменов от профессиональных. Это, несомненно, содействует становлению их профессионализма и развитию спортивной карьеры.

Изучив психологию спортивной команды и основы конфликтологии в спорте, студенты – будущие спортивные психологи становятся способными к созданию благоприятного социально-психологического климата в спортивном коллективе, для того чтобы все его члены успешно решали задачи соревновательной деятельности.

Литература

1. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2008.
2. Психологическое обеспечение спортивной деятельности: Монография / Под общ. ред. Г.Д. Бабушкина. Омск: Изд-во СибГУФК, 2006.
3. Дворак В.Н. Повышение эффективности профессионального образования будущих спортивных психологов// Вопросы повышения эффективности профессионального образования в современных условиях: материалы VI Междунар. учеб.-метод. конф. /Под ред. А.Ю. Александрова, Е.Л. Николаева. Чебоксары: Изд-во Чуваш.ун-та, 2014.
4. Дворак В.Н. Формирование компетентности будущих спортивных психологов в области конфликтологии// Психологическое знание в контексте современности: теория и практика: сборник статей по материалам IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, 28 февраля 2015 года / Под общ.ред. Л.М. Попова, Н.М. Швецова. Йошкар-Ола: ООО ИПФ «СТРИНГ», 2015.
5. Коломейцев Ю.А. Взаимоотношения в спортивной команде. М.: Физкультура и спорт, 1984.

Dvorak V.N., *Candidate of pedagogical sciences (PhD). Associate professor (Docent) of the department of psychology of the educational establishment F. Scorina Gomel State University after.*

DEVELOPMENT OF SPECIAL COMPETENCES OF STUDENTS – FUTURE SPORTS PSYCHOLOGISTS

The article deals with the development of special competences of students (specialization «sports psychology») which will allow them to plan, carry out, diagnose and correct psychological support of athletes and trainers with quality and independently. The main theoretical aspects are grounded. The need of study special courses “Team psychology” and “Fundamentals of conflictology in sport” by future sports psychologists is proved. Ways of solutions of the problem of formation of students’ skills in application of special knowledge, skills in the field of sport psychology in the context of the personified and competence-based approaches are offered.

Keywords: *competence-based approach, special competences in the sphere of sport, students, psychological maintenance of competitive activity, sports psychologist, athletes, trainer.*