

Изучение особенностей возникновения и развития профессиональных деформаций спортсменов и тренеров

Научный руководитель – Барабанщикова Валентина Владимировна

Климова Оксана Анатольевна

Аспирант

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра психологии труда и инженерной психологии, Москва, Россия

E-mail: Okli07@yandex.ru

Исследование выполнено при поддержке гранта РГНФ № 16-06-00312

Грамотное профессиональное развитие спортсменов и их тренеров является одной из наиболее актуальных проблем в спортивной деятельности на сегодняшний день. Несмотря на то, что эти профессии не эквивалентны друг другу, и тем, и другим нередко приходится жертвовать своими интересами и личной жизнью, адаптируясь к бесконечным перелётам, акклиматизации, тяжелейшим тренировкам и участию в непростых соревнованиях при абсолютной невозможности полного восстановления физиологических и психологических ресурсов, что, как и в любой другой профессии, приводит к постепенному накоплению эффектов переживания неблагоприятных функциональных состояний [1]. В связи с отсутствием применением каких-либо внешних интервенций в спортивной деятельности, целью которых является профилактика и предотвращение развития последствий накопления неблагоприятной симптоматики, угрожающей профессиональному благополучию спортсмена, достаточно велика вероятность возникновения и развития профессиональных деформаций. Целью данного исследования стала необходимость выявить и проанализировать основные черты профессиональных деформаций и предикторы их развития у спортсменов и их тренеров. В исследование приняли участие 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 «кандидат в мастера спорта» 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). Всем респондентам была предложена методика интегральной диагностики и коррекции профессионального стресса (ИДИКС) [2]. Основной особенностью данной методики является то, что помимо диагностики непосредственно уровня развития профессионального стресса, она позволяет определить предикторы и факторы его формирования в процессе профессиональной деятельности. По результатам применения системы ИДИКС исследователь получает результаты, которые включают в себя три части: диагностическая, оценочная и превентивная. Первая часть системы - диагностическая, которая представляет собой методику опросного характера, состоящую из 28 субшкал, которые в свою очередь можно разделить на 6 основных шкал: условия и организация труда (TV1), субъективная оценка профессиональной ситуации (TV2), вознаграждение за труд и социальный климат (TV3), переживание острого (TV4) и хронического стресса (TV5), личностные и поведенческие деформации (TV6). 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 TV2, которая демонстрирует субъективную оценку профессиональной ситуации. К данной шкале относятся разнообразие, сложность и значимость задач, а также автономия исполнения. В отличие от самих фигуристов тренера

продемонстрировали высокие значения показателей по шкале вознаграждение за труд и социальный климат, что объясняется резким снижением уровня заработной платы тренеров в связи с тяжелым финансовым положением в стране. Высокие значения показателей получили как фигуристы, так и их тренеры по шкале профессионально-личностные деформации, что свидетельствует о необходимости проведения различных профилактических и коррекционных мер. У спортсменов-фигуристов были выявлены крайне высокие значения показателей по трем субшкалам из четырех, к которым относятся признаки синдрома «выгорания» и невротические реакции, поведенческие риск-факторы вошли в умеренный диапазон. Результаты, полученные тренерами, показывают высокий уровень хронического стресса, который сопровождается личностными и поведенческими деформациями, выраженные значения показателей были выявлены по трем субшкалам: тип А поведения, признаки синдрома «выгорания» и поведенческие риск-факторы, невротические реакции вышли далеко за пределы нормы, именно по этой субшкале тренеры получили наиболее высокие оценки. С помощью регрессионного анализа было выявлено, что у фигуристов основными предикторами выгорания ($R^2 = 0,418$, $p \leq 0,001$) являются депрессия, физиологический дискомфорт, астения 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.

Таким образом, результаты нашего исследования показали, что большая часть респондентов находится на критической стадии переживания профессионального стресса, которая может иметь непоправимые последствия в жизни любого человека, не говоря уже о дальнейшем продолжении спортивной карьеры. Выраженные острая и хроническая формы стресса и профессиональных деформаций с неизбежностью характеризуют спорт высших достижений.

Источники и литература

- 1) Caccese, T.M., & Mayerberg, C.K. (1984). Gender differences in perceived burnout of college coaches. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 6, 279-288.
- 2) Леонова А. Б. Методика интегральной диагностики и коррекции профессионального стресса (ИДИКС). — Госстандарт России "ИМАТОН" Санкт-Петербург, 2007. — С. 56.