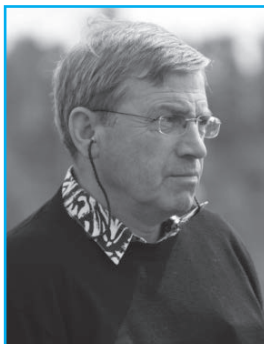


# О УНИКАЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГИИ СПОРТА И СПОРТИВНЫХ ПСИХОЛОГОВ



*Сафонов В.К. – к.п.с.н.,  
доцент кафедры  
общей психологии  
СПбГУ, руководитель  
специализации  
«спортивной  
психологии»,  
практикующий  
спортивный психолог*

**Ключевые слова:** психология спорта, психологическая культура; научное обеспечение; профессиональная компетентность.

**Keywords:** sport psychology, psychological culture, scientific support, professional competence

**Резюме.** В статье высказывается мнение о роли спортивного психолога в формировании психологической культуры спортсмена, предмете психологии спорта, профессиональном образовании спортивного психолога.

**Summary.** In the article it is discussed the role of a sport psychologist in developing athlete's psychological culture, the subject of sport psychology, professional education of sport psychologist.

**Преамбула.** Не ожидал, что интервью (Психологическая газета, 26.10.12) будет с продолжением. На встрече с В.Ф.Соповым по поводу подготовки совместной заявки на грант по проблемам внимания, выяснилось, что он с В.Н.Непопаловым – главным редактором журнала «Спортивный психолог» – натолкнулись на это интервью в тот период, когда они горячо обсуждали с коллегами проблему отношения к спортивной психологии со стороны заказчика – спорта. Оказывается, я там сказал: «Прелесть работы спортивного психолога в том, что негативного результата не бывает». Так появилось предложение – заказ редакции журнала высказаться о деятельности спортивного психолога, о психологии спорта, да и в целом о спорте с его общественным резонансом. Получается статья заказная, а значит должна быть дискуссионной.

**Обсуждение.** Действительно за годы работы убедился в том, что общение со спортсменом дает ему знание – понимание – чувствование себя, а именно все то, что является основой культуры психики, в том числе и умение управлять своими эмоциями.

Достаточное количество лет веду научно-практические семинары – «Психология в спорте – нереализованные возможности» и «Школа практической психологии спорта высших дости-

жений», на которые собираются и молодые и зрелого возраста люди уже работающие психологами в ДСШ, в клубах, даже в профессиональных командах или планирующие это делать в ближайшее время. Скажу честно, на семинарах собираются лица с психологическим или со спортивно-педагогическим образованием (порядка 50-70%), бывают и бывшие спортсмены и начинающие тренеры. Недавно были два известных спортсмена, по понятным причинам временно не выступающих. Бывают и родители, озадаченные отсутствием «чемпионства» в своих детях. Однажды в аудитории оказался 13-ти летний лыжник (на соревнования возит по 5 пар лыж). На вопрос: «Один?» – «Нет, мама на улице».

Семинар начинаю с разговора о том, что профессия психолога, особенно спортивного – уникальна. Каждый здравомыслящий (и не очень) психолог занимается психодиагностикой и психоанализом, готовит заключения и выдает рекомендации, более того учит других «психологов». Про спорт и говорить нечего. Кто не может назвать причины проигрыша нашей команды или провального старта известного спортсмена?

Такая уникальность пронизывает весь российский спорт и чем выше уровень, тем разнообразнее профессиональная принадлежность специалистов позиционирующих себя

психологами в спорте. Могу сослаться на интернет, где более 50 000 сайтов предлагают спортсменам решить их проблемы. В отношении сборных – это закрытая тема.

Слышал, что по штатному расписанию в сборных 60 ставок психологов (все заняты!) Но ... ни с одним не знаком, на конференциях не слышал, их публикации не читал.

Могу сказать о себе, 12.08.12 из федерации биатлона мне сообщили, что я психолог мужской сборной: «Ждите звонка старшего тренера». Проходит месяц другой – звонка нет, я понимаю, звонок будет после ЧМ. Так и произошло. Начались телефонные разговоры о том, как я нужен, как многого ждут от психолога. Наконец-то! ... Проходит еще месяц, тренер звонит с извинениями (должен выразить ему признательность) – взяли (но не меня!) по команде с верху.

Также должен заметить, что тренеры сборных, спортивные начальники с каждым годом все чаще в объяснении причин очередного неуспеха наших спортсменов используют такие термины как «психология, концентрация внимания и их отсутствие» (или «потеря внимания»). На недавних Олимпийских играх были спортсмены, с которыми поддерживаю контакт. Из многочисленных разговоров, все в общем сводилось к одному: «Да, в команде был психолог, но с кем она работает, и кто она не знаю». Это, безусловно, прогресс в менталитете первых лиц спорта.

Вопрос о профессиональной принадлежности спортивного психолога – чрезвычайно интересная тема. 10-ть лет назад известными деятелями от спорта заявлялось: «психолог нужен слабакам»; «лучший психолог батюшка»; «если тренер не психолог, то какой он тренер». Сегодня психология в спорте стала чрезвычайно популярна.

Так, например, в монографии под общей редакцией вице президента РАН, академика РАН: психология спорта называется инновационным направлением науки XXI века.

Или, другой пример. Когнитивные психологи предлагают проблемы ошибок спортсменов решать «ускорением когнитивных процессов» (например, в случае фальстарта У.Болта) и изучение особенностей соревновательной деятельности на студентах гуманитарных факультетов? (наверное, условия соревновательности в эксперименте не всегда следует относить к психологии спорта).

Или, специалисты по командообразованию (бизнес-тренеры) идут в футбольные

команды и решают вопросы коллективной и индивидуальной мотивации.

Или, психиатр предлагает новый метод психологической подготовки – гомеопатическая терапия: «Даешь таблетку и она действует на молекулярном уровне».

Или, экстрасенс по фото дает прогноз выступления на соревнованиях или «не видит, как выступит» этот спортсмен. Могу ещё продолжить, но зачем?

Не один год продолжаются разговоры о том, кто должен претендовать на статус спортивного психолога в спорте. Принципиально, это врач (психиатр, психотерапевт, физиотерапевт и др.) или не врач, то с каким образованием? А может, как заявил «главный спортивный психолог страны» в недавнем прошлом, – спортивным психологом может быть только тот кому «свыше дано»?

Однажды на семинаре оказался д.мед.н., профессор психиатрии, имеющий отношение к спорту. По окончании семинара при подведении итогов на вопрос: «А вам, зачем семинар?» Получил ответ: «Узнать, как работают психологи? Мы лечим, а вы помогаете!».

Много лет назад с Геннадием Дмитриевичем Горбуновым у нас возникла дискуссия – спортивный психолог воздействует или содействует? Даже цикл семинаров проводили. Моё глубокое убеждение психолог содействует в подготовке спортсмена. В ситуациях спортивного единоборства он остается «сам с собой», оказывается «здесь и сейчас», на трибунах, или на соревнованиях ... , имея представление о соревнованиях 4-х летней давности.

Вопрос статуса и образования психолога в спорте не риторический. От понимания сути предмета деятельности психолога в спорте формулируются требования к специалисту. Позволю сформулировать **предмет работы спортивного психолога** – это индивидуально-психологические и личностные особенности спортсмена, которые необходимы тренеру для учета в организации подготовки спортсмена и его психическое состояние, во всем своем непредсказуемым разнообразием.

Данная направленность и содержание реализуется в рамках психологического обеспечения (идеально в структуре КНГ) и психологического сопровождения. Одно не дублирует другое. На своем опыте пришел к заключению, что психолог в штате спортивного коллектива не может быть личным психологом спортсмена. Первый занимается психологическим обеспечением, а второй –

сопровождением. Не понимание, этого чревато потерей контакта со спортсменом/ами.

Б.Г.Ананьев, 50 лет назад, назвал психологию «центром человекознания». Сегодня на своих семинарах, рассматривая вопрос о научном обеспечении спорта называю научные основы спорта. По В.М.Защиорскому: педагогические, эргономические, экологические, физиологические, биомеханические, биохимические, психологические – и спрашиваю, какая из научных основ является системообразующей, функционально взаимосвязывающая все остальные в единую функциональную систему и без которой все науки теряют принцип системности. Аналогичный вопрос задаю при рассмотрении уровней функционирования соматики и психики – биохимический, физиологический, психический, социально-психологический. Каждый раз для аудитории это оказывается не однозначным.

**Мое глубокое убеждение**, практикующий спортивный психолог должен иметь свое личное представление о принципах и механизмах функционирования психики человека как целостного образования, психических явлениях и психологических свойствах, обуславливающих выполнение спортивной деятельности.

Следует понимать – в чем заключается уникальность спорта. Спортивная деятельность – это единственная сфера человеческой деятельности, в которой человек сознательно стремится к максимальным нагрузкам. Во всех остальных работает принцип минимизации.

Недостаточно иметь какие-либо «корочки» или владеть техниками NLP, трансактного анализа, гештальтерапии, гуманистической психологии, онтопсихологии и мн.др. бизнес-популярными в определенных кругах. Конечно, спортив-

ный психолог должен иметь психологическое образование со специализацией по психологии спорта, понимать особенности спортивной деятельности, быть самому лично знакомым с каким-либо видом спорта, т.е. самому пройти, пусть не большой и не громкий, но путь спортсмена, познавшего победы и поражения.

Конечно, можно дискутировать на эту тему, как это было с Ю.Я.Киселевым и Г.Д.Горбуновым, по поводу университетского образования, **но очевидный факт** – все состоявшиеся в профессиональной среде спортивные психологи прошли этап получения психологического образования (базовый и/или послевузовский диплом, научная степень, курсы повышения квалификации и переподготовки).

Хочу остановиться на аттестации спортивных психологов. Мне посчастливилось пройти это 1982 году (затем еще два раза) и получить направление в КНГ сборной по л/а, потом были лыжные гонки и даже премиальные в виде особой очереди на авто. Ежегодно союзный спорткомитет собирал нас и каждый докладывал о своей работе. С организацией федерации спортивной психологии при спорткомитете, это стало называться научно-практическими конференциями. По своей сути сегодня это ежегодные «Рудиковские чтения», это те же конференции, только психологов сборной не видно. А это было бы полезно всем: молодым учиться; работающим – обмениваться опытом; ну и наконец, приоткрыть занавес кто же и как работает в сборных.

Также необходимо решить вопрос – «Ассоциация спортивных психологов» профессиональный союз или общество любителей психологии спорта, как это на сегодня с «Обществом психологов РФ».