

БИБЛИОТЕЧКА ТРЕНЕРА

Л.К. Серова, Р.Н. Терехина

ПСИХОЛОГИЯ

ЛИЧНОСТИ

СПОРТИВНОГО

ТРЕНЕРА

СПОРТ / ЧЕЛОВЕК



**Раиса Николаевна Терехина
Лидия Константиновна Серова
Психология личности
спортивного тренера
Серия «Библиотечка тренера»**

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=40275334

*Психология личности спортивного тренера. Монография / Л. Серова, Р.
Терехина: Спорт; Москва; 2019
ISBN 978-5-9500183-6-7*

Аннотация

Определяющая роль в успехе спортсменов принадлежит личности тренера. Каким должен быть тренер, чтобы воспитывать чемпионов? Решению этого вопроса и посвящена данная книга. В ней дана структура личности тренера и рассмотрен каждый из аспектов этой структуры. Данное пособие будет полезно как начинающим тренерам, студентам тренерских факультетов, так и опытным тренерам для коррекции каких-то элементов управления спортсменом.

Содержание

Введение	5
Глава 1	7
1.1. Понятие о личности	7
1.2. Структура личности	11
1.3. Структура личности тренера	20
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Л.К. Серова, Р.Н. Терехина

Психология личности спортивного тренера.

Монография

Рецензенты

Макаров Юрий Михайлович. ФГБОУ ВПО «Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», профессор кафедры теории и методики спортивных игр,

Николаев Алексей Николаевич. ФГБОУ ВПО «Псковский государственный университет», профессор кафедры дефектологии

Введение

В спорте главными личностями являются тренер и спортсмен. Их взаимодействие образуют систему. В науке систему определяют как некое организованное единство.

Система (от др. – греч. σύνστημα – целое, составленное из частей; соединение) – множество элементов, находящихся в отношениях и связях друг с другом, которое образует определенную целостность, единство (31)

Система «тренер-спортсмен» представляют собой систему управления. Управление – это процесс воздействия на объект с целью достижения какого-либо результата. Тренер является субъектом управления, спортсмен – объектом управления. В начале занятий спортом спортсмен полностью подчинен тренеру. Но с повышением квалификации спортсмен все более становится сотворцом спортивных достижений. Русский демократ Н.Г. Чернышевский писал: «Чем выше мы будем подниматься по лестнице форм, тем сильнее и сильнее общая жизнь целого организма будет брать перевес над жизнью отдельных членов» (26).

Спортивная, соревновательная деятельность проходит на фоне экстремальных условий спортивной борьбы. Это и высокие, и высочайшие физические и психические напряжения, проблемы тактики противоборства с соперниками, и разнообразные условия внешней среды, климатические и

временные изменения. Все это требует наличия у участников состязаний особых личностных качеств.

Определяющая роль в успехе спортсменов принадлежит личности тренера. Каким должен быть тренер, чтобы воспитывать чемпионов? Решению этого вопроса и посвящена данная книга. В ней дана структура личности тренера и рассмотрен каждый из аспектов этой структуры.

Данное пособие будет полезно как начинающим тренерам, студентам тренерских факультетов, так и опытным тренерам для коррекции каких-то элементов управления спортсменом.

Глава 1

Личность тренера

1.1. Понятие о личности

Понятие личности – одно из самых сложных в психологии, так как личность человека нельзя определить в полном объеме какими-либо терминами.

Слово «личность» этимологически близко к словам «личина» и «маска», то есть под этими понятиями подразумевается некое социальное лицо, которое человек «надевает», взаимодействуя с окружающими его людьми, выполняя какие-то социальные роли. Английское слово «personality» происходит от латинского «persona», обозначавшего маску, которую надевали актеры в античном театре во время представления.

Понятие личности в психологии начало складываться лишь в XX веке. В 1937 году Г. Олпорт сформулировал следующее определение: личность – это динамическая организация всех психофизических систем человека, определяющая его поведение и мышление (22).

«Личностное», выступая в виде философской идеи, выразилось в ряде понятий, таких как «целостность», «гармонич-

ность», «свобода», «всесторонность развития», «субъект», «субъект воления», «свобода воли», «оригинальность», «суверенность», «гуманность», «идеальная личность», «превращенная личность», «симфоническая личность», «индивидуальность». Предмет собственно психологического анализа отразился в понятиях «сознание», «воля», «душа», «потребность», «активность», «темперамент», «характер», «нравственное поведение», «способности», «идеалы», «мотивы», «установки», «настроения», «нравственные чувства», «переживания» (13).

Жизнь и деятельность человека обусловлены единством и взаимодействием биологического и социального факторов, при ведущей роли социального фактора.

Понятие «индивид» определяется как биологический организм, носитель общих генотипических свойств биологического вида (индивидом человек рождается), а понятие личность – как социально-психологическая сущность человека, формирующаяся в результате усвоения им общественных форм сознания и поведения (личностью человек становится под влиянием жизни в обществе, воспитания, обучения, общения, взаимодействия).

В отличие от социологии, которая рассматривает личность как продукт общественных отношений, психология учитывает, что личность не только объект общественных отношений, не только испытывает социальные воздействия, но и преломляет, преобразует их, поскольку постепенно

личность начинает выступать как совокупность внутренних условий, через которые преломляются внешние воздействия общества. Эти внутренние условия представляют собой сплав наследственно-биологических свойств и социально обусловленных качеств. По мере формирования личности внутренние условия становятся более глубокими, в результате одно и то же внешнее воздействие может оказывать на разных людей разное влияние. Таким образом, личность не только объект и продукт общественных отношений, но и активный субъект деятельности, общения, сознания, самосознания.

Особенная и непохожая на других личность в полноте ее духовных и физических свойств, характеризуется понятием «индивидуальность». Индивидуальность выражается в наличии разного опыта, знаний, мнений, убеждений, в различиях характера и темперамента. Мотивация, темперамент, способности, характер – основные параметры индивидуальности (19).

С понятием личности связано понятие личностного пространства.

К. Левин дал характеристику личности как некоей целостности, включающей в себя собственное личностное пространство. Граница психологического пространства позволяет сохранить целостность личности, регулируя процессы взаимопроникновения «фактов» при взаимодействии личности и окружающей среды (25).

Ф. С. Перлз, который исследовал контакты субъекта с внешним миром, считал, что точка соприкосновения между человеком и окружающей средой является «границей контакта». Именно на этой границе расположены психологические события: мысли, поступки, эмоции, которые являются формой жизненного опыта и результатом встречи этих событий на границе с окружающим миром. Умение провести четкую грань между собственным «Я» и окружающим миром Перлз считает одним из значимых критериев здоровья личности и ее адекватности (11).

Теория психологических систем, рассматривающая человека как многомерный мир, определяет, что в процессе взаимодействия субъекта с объектом рождается новая реальность – сверхчувственная, то есть качественно новое образование, не сводимое ни к субъективному, ни к объективному. Это реальность, которая открывается при попытках мысли проникнуть в пространство, существующее между духом и материей, объективным и субъективным (5).

В настоящее время возникла тенденция рассмотрения человека как целостной развивающейся системы, определения места человека в современном мире с его все усложняющимися проблемами (6).

Система личности есть сложное образование, имеющая свою структуру. Ее структура рассматривается в следующем параграфе.

1.2. Структура личности

Структура – строение и внутренняя форма организации системы, выступающая как единство устойчивых взаимосвязей между ее элементами, а также законов данных взаимосвязей. Структура – неотъемлемый атрибут всех реально существующих объектов и систем (31).

В свое время на Западе широкое распространение получила так называемая «теория черт», которая рассматривает личность как комплекс определенных личностных черт. Эта теория нашла свое выражение и в практической области: на ее основе разрабатывались и разрабатываются личностные опросники, которые дают массу полезной информации. К числу таких методик например, относится популярный 16-факторный тест Р. Кеттелла.

Список личностных черт, по Кэттеллу:

1. Уверенность в себе – покорность.
2. Интеллектуальность, аналитичность – ограниченность, отсутствие воображения.
3. Зрелость ума – глупость, непоследовательность, подверженность влиянию.
4. Непостоянство, суетность – рассудительность, стоицизм, сдержанность.
5. Невротичность – отсутствие невротичности.

6. Черствость, цинизм – мягкость.

7. Своевольность, эгоизм – доброта, ненавязчивость терпимость.

8. Ригидность, тираничность, мстительность – покладистость, дружелюбие.

9. Злобность, черствость – добросердечие, обходительность.

10. Деморализованность, аутизм-реализм.

11. Сильная воля, добросовестность – вялость, непоследовательность, импульсивность.

12. Интеллектуальность – простота, недисциплинированный ум.

13. Отсутствие уверенности, инфантильность – зрелость, тактичность.

14. Асоциальность, шизоидность – открытость, идеализм, готовность сотрудничать.

15. Веселость, энтузиазм, остроумие – ощущение несчастья, разочарованность, неповоротливость.

16. Активность, нервозность – самообладание, ригидность, конформизм.

17. Невроз, психопатия – эмоциональная зрелость.

18. Чрезмерная чувствительность, экспрессивность – флегматичность.

19. Злость, мелочность – естественность, дружелюбие, открытость.

20. Эмоциональность (неадекватная) – неэмоциональ-

ность.

21. Подъем, экспрессивность, разнообразие интересов – замкнутость, спокойствие, ограниченность.

22. Доступность, теплота, сентиментальность – замкнутость, холодность, мизантропия.

23. Ветреность, тщеславие, притворство – заурядность, безыскусность.

24. Агрессивность, параноидальность – надежность, добросердечность.

25. Эстетические интересы, независимость суждений.

26. Беспокойство, эмоциональность, гипоманиакальность – спокойствие терпимость, скромность.

27. Инфантильность, эгоцентричность – эмоциональная зрелость, устойчивость к фрустрации.

28. Непостоянство, бесхарактерность, недостаточный реализм – стойкий, цельный характер.

29. Душевная и физическая сила, бодрость – неврастения.

30. Предприимчивость, вспыльчивость – заторможенность, робость.

31. Общительность, пылкость – любовь к уединению, робость.

32. Меланхолия.

33. Жесткость, твердость – интроспекция, чувствительность, боязливость.

34. Воображение, интроспекция, конструктивность – степенность скупость.

35. Ловкость, решительность – искренность, мягкость (7).

В нашей стране практическое исследование личности в комплексе было предпринято ленинградским психологом Б. Г. Ананьевым, основателем университетской психологической школы

Б. Г. Ананьев выделял потенциалы индивидуально-психического развития (одаренность, специальные способности, работоспособность, трудоспособность) и структурные свойства личности, к которым он относил темперамент, характерологические черты (экстравертированность, интровертированность), интеллект. В лаборатории Ленинградского университета были проведены коррекционный и факторный анализ взаимосвязи личностных свойств с различными психомоторными, вегетативными, биохимическими функциями. Наиболее значимым оказался в результате интеллектуальный фактор, который имеет наибольшее число положительных взаимосвязей с общим показателем умственного развития, вербальным и невербальным интеллектом, вниманием, общей успешностью обучения. Более высокий интеллектуальный уровень отличается не только более высокими уровнями внимания и продуктивности умственной работы, но и меньшими энергетическими затратами организма на процесс умственной деятельности (1).

Эти полученные данные можно распространить на личность любого профессионального работника. Они свиде-

тельствуют о том, что интеллектуальный компонент является ядром личности, именно от него в решающей мере зависит успешность любой деятельности, в том числе и спортивной.

Структура личности чрезвычайно разнообразна, и нет такой, которая бы удовлетворяла всех исследователей. В отечественной психологии наибольшее распространение получила структура личности К. К. Платонова. Данная структура включает четыре подструктуры: биологически обусловленные особенности личности, такие, как темперамент, тип нервной деятельности, задатки; особенности психических процессов личности; уровень ее подготовленности (опыт); социально обусловленные качества личности – мировоззрение и направленность.

Структура личности по С. Л. Рубинштейну включает три подструктуры:

- 1) отношения и их направленность как основные тенденции личности – это то, что человек хочет;
- 2) способности как человеческие возможности и потенции – это то, что человек может;
- 3) характер как доминирующие и устойчивые тенденции использования, реализации и расширения возможностей-это то, что человек есть (12).

В психологической литературе понятие способностей пересекается с понятием «качества», или одно понятие подменяется другим.

В философском словаре понятие «качество» трактуется как философская категория, характеризующая существенную определенность предмета, в силу которой он является данным, а не иным предметом и отличается от других предметов (23).

В первую очередь, без сомнения, психологические качества связаны со способностями. Проблемами способностей глубоко занимался психолог Б. М. Теплов. Он дал следующее определение: «Способностями называются такие индивидуальные особенности, которые являются условием успешного выполнения какой-либо одной или нескольких деятельностей» (20). Он первый из исследователей определил признаки способностей. Наиболее существенными являются три признака:

- 1) это такие индивидуально-психологические особенности личности, которые отличают одного человека от другого;
- 2) способностями являются только такие индивидуальные особенности, которые влияют на успешность деятельности;
- 3) способности не сводятся к знаниям, умениям, навыкам, а объясняют легкость и быстроту приобретения знаний, умений, навыков.

В спорте, как и во всякой деятельности способности необходимы для ее выполнения, и чем более способности человека соответствуют характеру и уровню труда, тем более успешно осуществляется деятельность.

И. Г. Станиславская в своей кандидатской диссертации,

развивая проблему способностей вообще и спортивных способностей, в частности, выделяет два вида способностей – потенциальные и актуальные. Потенциальные способности выступают лишь как возможность успешного выполнения деятельности, тогда как актуальные способности выражают реализацию потенциальных возможностей (17).

Следуя за мыслью И. Г. Станиславской, можно заключить, что потенциальные способности это и есть способности в узком смысле, а выделенные ею актуальные способности есть не что иное как профессиональные качества, которые являются наличным проявлением в деятельности потенциальных возможностей в виде способностей.

С другой стороны, качества сами по себе не выражаются в результатах деятельности. Результаты деятельности напрямую зависят от специальных знаний, умений, навыков, которыми владеет работник. Но знания, умения, навыки, в свою очередь, приобретаются при условии наличия соответствующих качеств у человека, поэтому качества отражают тот личностный уровень, который позволяет человеку приобретать знания, умения, навыки. На основании вышесказанного можно дать следующее определение психологических профессиональных качеств.

Психологические профессиональные качества – это индивидуально-психологические свойства личности, актуально выражающие потенциальные возможности человека в определенной деятельности и являющиеся основой для приобре-

тения специальных знаний, умений, навыков.

Такое понятие, думается, применимо ко всем видам трудовой деятельности, в том числе, к спорту.

Взаимосвязь между основными понятиями способностей, профессиональных качеств и знаний, умений, навыков можно представить в графическом виде (рис. 1).

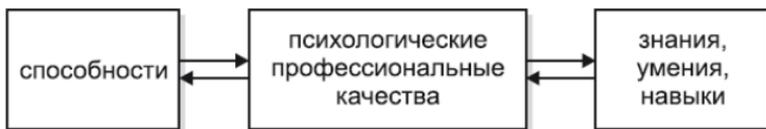


Рис. 1. Взаимосвязи психологических профессиональных качеств

Изображение на рисунке показывает, что эти три понятия неразрывно связаны друг с другом, вытекают один из другого, переходят один в другой, но при этом остаются самостоятельными категориями, каждая из которых имеет свой предмет.

Структура личности по сути представляет собой структуру качеств, которые определяют успешность деятельности в какой-нибудь из сфер.

Структура личности спортсмена была представлена нами в книге «Психология личности спортсмена» (16). Модель личности тренера, представленная в данной книге, аналогична модели личности спортсмена, но сами качества тренера отличны от качеств личности спортсмена.

Структура личности тренера рассмотрена в следующем параграфе.

1.3. Структура личности тренера

Системного изучения личности тренера пока еще не было. Профессор А. Н. Николаев на диссертационном уровне рассмотрел психологию тренера с позиций деятельностного подхода. С этой точки зрения психологическую структуру деятельности составляют:

- мотивация профессиональной деятельности – потребность, мотивы и цели;
- субъективные условия как средства осуществления деятельности: способность к деятельности (мастерство и профессионально важные качества) и способы ее выполнения (стили деятельности);
- результаты – успешность деятельности и удовлетворенность ею.

А. Н. Николаев выделил цели тренерской деятельности: воспитательные, образовательные, оздоровительные, соревновательные. А в качестве условий деятельности он назвал следующие профессиональные качества: мотивационные, когнитивные, нейродинамические, регуляторные, самосознания (9).

Кроме того, он определил специфику тренерской деятельности:

1. Важная особенность профессиональной деятельности тренера состоит в том, что тренеру отводится ведущая роль

в воздействии на личность спортсмена. Исследователи отмечают, что в силу специфики спортивной деятельности эта ее особенность предъявляет высокие требования как к профессионализму, так и к личности тренера.

2. Деятельность тренера характеризуется высокой степенью ответственности за физическое и психологическое благополучие его подопечных. Так, А. Я. Корх отмечает: «... в процессе подготовки спортсменов тренер несет моральную, профессиональную и юридическую ответственность за их воспитание, здоровье и качество спортивных результатов». Это обстоятельство является следствием того, что общение тренера со спортсменами часто становится «ненормируемым», то есть почти постоянным, например на учебно-тренировочных сборах, во время спортивных соревнований на выезде. В связи с этим тренер должен исполнять роль воспитателя и различные другие роли, исполнения которых ожидают от него его подопечные. Так, по мнению Г. И. Савенкова, тренер на разных этапах развития спортсмена выступает в разных ролях: на ранних этапах – в роли опекуна (замещает родителей); на более поздних – в роли наставника; на этапе спорта высших достижений – в роли руководителя.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.