

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТИВНОГО ТРЕНЕРА

(Пономаренко К. С., заступник начальника відділу
соціально-гуманітарної та виховної роботи)

Бердянський державний педагогічний університет, м. Бердянськ, Україна

Проблема формування професійних компетентностей тренера, як детермінанти побудови раціональної системи підготовки спортсменів, була і залишається найбільш актуальною та значущою. Серед питань, що складають проблематику психолого-педагогічної складової професійної діяльності тренера і мають певний рівень наукового опрацювання, можна виділити наступні: особистісно-психологічні характеристики тренера, психологічні аспекти командоутворення, проблеми згуртованості й сумісності в спортивних командах, особливості комунікації в системах «тренер-спортсмен» та «спортсмен-спортсмен» та ін. Разом з тим, окремі психологічні аспекти професійної діяльності спортивного тренера все ще залишаються недостатньо висвітленими.

Наукове вивчення особистості тренера активно почалося в середині ХХ ст. і представлено доробками зарубіжних учених, як-от Дж. Вуден, М. Мосстон, Дж. Лой, Б. Хуссман та ін. Серед вітчизняних дослідників, які займаються розробкою даного питання, слід назвати О. Байрачного, Н. Воляннюк, В. Воронову, О. Гринь, І. Іваній, Н. Москаленко, С. Овчаренка, Т. Петровську, В. Сергієнка та ін.

Науковий аналіз діяльності тренера як офіційного керівника команди дозволяє виділити наступні основні його функції [1]:

- інформаційна функція (тренер розглядається як фахівець, що володіє необхідними знаннями в галузі спорту та суміжних дисциплін);
- навчальна функція (тренер як людина, що постійно працює з колективом та виконує функції педагога);
- виховна функція (тренер здійснює цілеспрямований вплив на розвиток і формування особистості своїх вихованців);
- керівна функція (тренер як керівник команди, який несе відповідальність за всіх її членів, формування і досягнення високих спортивних результатів, спрямованість команди на максимальні результати);
- адміністративна функція (адміністративно-господарчі обов'язки: організація і проведення зборів та змагань, оренда приміщень і спортивних споруд, знаходження спонсорів, забезпечення спортсменів інвентарем та ін.).

Управлінська (керівна) функція тренера є основною в процесі його діяльності і здійснюється при інформаційній взаємодії зі спортсменами. Плани, настанови, поради, вказівки, зауваження, бесіди - це найбільш розповсюджені форми керуючої інформації з боку тренера. Аналізуючи її, тренер приймає управлінські рішення, від правильності яких залежить успіх його вихованців.

Відомі три групи управлінських рішень: рішення, що забезпечують оптимізацію тренувального і навчально-виховного процесу; рішення, які формують волюву готовність спортсмена до змагань; рішення, прийняті в процесі виступу на змаганнях.

У процесі тренування стан спортсмена постійно змінюється, що є основою для керування цим процесом за допомогою зворотних зв'язків - інформації, яку отримує тренер від спортсмена (самопочуття, настрої, ставлення до діяльності та ін.); даних про поведінку спортсмена (обсяг тренувальної роботи, її виконання, помилки та труднощі); даних про терміновий тренувальний ефект (величина і характер змін у функціональних системах, що викликані тренувальним навантаженням); даних про кумулятивний тренувальний ефект (зміни в стані тренуваності).

Майстерність тренера багато в чому визначається наявними у нього якостями, які надають своєрідність його спілкуванню з вихованцями, визначають швидкість і ступінь оволодіння ними спортивними вміннями. Серед психологічних якостей і навичок, що сприяють підвищенню ефективності процесу комунікації та, як наслідок, управління поведінкою та станом спортсменів, фахівці виділили наступні: високий рівень емоційного інтелекту, навички активного слухання, ерудованість, стратегічне мислення, володіння навичками ефективної вербальної та невербальної комунікації. Окрім комунікабельних, до професійно важливих якостей тренера відносяться моральні, волюві, інтелектуальні та психомоторні.

Спортивні психологи виділяють наступні особливості тренерської діяльності [3]:

- провідна роль тренера та його вплив на особистість спортсмена;
- постійна відповідальність за фізичне і психічне благополуччя своїх вихованців, а також їх виховання;
- специфіка відносини в системі «тренер-спортмен»;
- підвищений рівень стресу в діяльності тренера;
- нерегламентованість діяльності тренера;
- протиріччя між необхідністю володіти якомога більшою інформацією про спортсменів, допомагати їм, бути наставником та радником і неможливістю скорочувати соціальну дистанцію, що може перетворити ділові відносини між тренером і спортсменом в неформальні, емоційні;
- необхідність бути пропагандистом власної сфери діяльності, для чого тренер завжди повинен бути в хорошій фізичній формі, стимулюючи своїм прикладом вихованців до занять спортом.

Професійній діяльності тренера можуть заважати наступні труднощі:

- марні очікування (як правило, виникають у тренерів-початківців, бажаючих отримати швидкий результат і заохочення, але не готових до тривалого і поступового наближення до мети шляхом подолання різних перешкод, значних витрат інтелектуальних та емоційних сил);
- некомпетентність спортивних керівників та інших осіб, які визначають життєдіяльність і благополуччя функціонування команди (спонсори та ін.);
- соціально-психологічна «глухота» (невраховання індивідуальних особливостей членів спортивної команди та специфіки їх взаємостосунків);
- пасивність тренера, яка може зумовлюватися негативними рисами характеру, віковими особливостями та ін.;
- ігнорування реальними критеріями оцінювання всупереч об'єктивності оцінювання ділових та особистісних якостей;

- «конфлікт поколінь» як розбіжність між поглядами і світоглядом людей різних поколінь (у даному контексті, між тренером та вихованцями).

Серед суб'єктивних труднощів тренерської діяльності є неадекватний психічний стан (втома, напруженість), поганий загальний настрій та негативні емоції, особливості темпераменту та характеру, низький рівень саморегуляції, необхідність постійно тримати себе у спортивній формі та виконувати фізичні вправи разом з вихованцями тощо.

Отже, аналіз спортивної діяльності дозволяє виділити ряд вузлових проблем, які вимагають психологічного рішення і виникають у зв'язку з оволодінням, розвитком, удосконаленням і реалізацією спортивної діяльності. Ці проблеми фокусуються у трьох площинах: особистість спортсмена, особистість тренера, взаємовідносини в системі «спортсмен-тренер». Можна констатувати, що спортивна діяльність є джерелом не тільки специфічних проблем спортсмена і тренера, але й психічних новоутворень їх особистості [2, с. 30].

ЛІТЕРАТУРА

1. Воронова В. І. Психологія спорту : навч. посібник. Київ : Олімпійська література. 2007, С. 200-229.
2. Гринь О. Р., Воронова В. І. Система психологічного забезпечення підготовки спортсменів як проблема сучасної психології спорту. *Спортивний вісник Придніпров'я*. № 3. 2015. С. 29-34.
3. Іваній І. В., Сергієнко В. М. Психологія фізичного виховання та спорту : навч.-метод. посібник. Суми : ФОП Цьома С. П., 2016. С. 82.