

Секция «Актуальные проблемы и новые направления психологии спорта и физической культуры»

## Специфика психологического сопровождения хоккеистов полупрофессионалов

Научный руководитель – Хохлова Наталия Ивановна

*Царева Анастасия Евгеньевна*

*Студент (специалист)*

Сургутский государственный университет Ханты-Мансийского АО, Сургут, Россия

*E-mail: careva-surgut@mail.ru*

**Аннотация.** В данной работе определены актуальные направления психологического сопровождения команды хоккеистов полупрофессионалов. Проведено исследование по определению уровня удовлетворенности трудом и жизнестойкости команды хоккеистов полупрофессионалов.

**Ключевые слова:** психологическое сопровождение, спортивная деятельность, спортивная команда, удовлетворенность трудом, жизнестойкость.

**Annotation.** In this paper, the actual directions of psychological support for a team of semi-professional hockey players are determined. A study was conducted to determine the level of job satisfaction and vitality of a team of semi-professional hockey players.

**Key words:** psychological support, sports activities, sports team, job satisfaction, resilience.

Успешное выступление на соревнованиях зависит не только от уровня высокой физической, технической и тактической подготовленности спортсмена, но и от его психологической готовности. Для реализации своих физических, технических и тактических способностей, навыков, умения, а, кроме того, вскрыть резервные возможности, как обязательный элемент соревнования, спортсмену необходимо психологически готовиться к определенным условиям спортивной деятельности. Психологическое сопровождение способствует повышению эффективности всех видов подготовки спортсменов, обеспечивая подготовку к выступлению, реализации психологического потенциала спортсмена и удовлетворение его потребностей в деятельности; развитию навыков самопознания и саморегуляции; повышению самооценки; налаживанию взаимоотношений с членами команды и тренером [1].

Психологический анализ спортивной деятельности (А. Ц. Пунина, В. А. Демина, А. В. Родионова, О.В. Дашкевич) позволил определить такие компоненты в деятельности субъекта, как мотив, определяемый как предмет потребности; цель и условия осуществления действия [2]. Процесс, рассматриваемый со стороны мотива – является особенным и динамичным, поскольку происходит изменение в мотивационной сфере спортсмена на каждом этапе спортивной деятельности; со стороны цели – в качестве действия; со стороны условия осуществления действия – в качестве операции, реализации которой происходит через «исполнительные» механизмы, реализующие деятельность. Для спортивной деятельности характерна трансформация не только мотива в цель и наоборот, но обуславливает и следующие за ней превращения деятельности в действие и наоборот, действие может приобрести самостоятельную силу и стать особой деятельностью [2]. Спортивная команда – это коллектив, для которого характерны общие цели, мотивы, действия. Командные виды спорта накладывают большую ответственность на каждого игрока, что не может не сказываться на психическом состоянии спортсменов.

**Цель исследования** – определить содержание психологического сопровождения команды хоккеистов полупрофессионалов.

В эмпирическом исследовании принимала участие команда хоккеистов полупрофессионалов в количестве 10 человек (состав команды) одной из спортивных организаций г. Сургут. Возрастная группа от 18 до 25 лет. Данным видом спорта хоккеисты занимаются от 5 до 19 лет. Уровень образования – общее среднее образование, высшее профессиональное образование (бакалавриат, магистратура).

Для определения общего уровня удовлетворенности трудом и уровня жизнестойкости, испытуемым предлагались: методика «Интегральная удовлетворенность трудом» Фетискина Н.П [4]; «Тест жизнестойкости С. Мадди (в адаптации Е. Осина и Д. Леонтьева)» [3]. По данным тестирования хоккеистов полупрофессионалов было установлено, что 80% членов команды имеют высокий уровень удовлетворенности трудом, 10 % - средний уровень и 10% - низкий. Следует отметить, что шкала притязаний в спортивной деятельности имеет низкие показатели. У 60% опрошенных был выявлен средний уровень притязаний и у 40% низкий уровень, что свидетельствует о сниженной самооценки у хоккеистов полупрофессионалов. Такая ситуация может вызвать непродуктивную спортивную деятельность, снизить уровень мотивации, интереса. Поэтому, целесообразно включить в психологическое сопровождение работу по повышению уровня притязаний в спортивной деятельности. Следует обратить внимание на уровень шкал удовлетворенности взаимоотношениями с членами команды и профессиональной ответственности. Более половины опрошенных имеют средний уровень удовлетворенности взаимоотношениями с членами команды – 60%, низкий уровень 20% и высокий 20%. Что касается профессиональной ответственности, то у 50% опрошенных средний уровень профессиональной ответственности, 30% низкий и 20% высокий уровень. Данные показатели свидетельствуют о сниженном уровне удовлетворенности взаимоотношениями с членами команды и профессиональной ответственности. Для членов команды свойственен высокий уровень жизнестойкости.

На основе проведенного эмпирического исследования был сделан вывод о содержании психологического сопровождения хоккеистов полупрофессионалов, которое будет включать работу по следующим направлениям: уровень притязания в спортивной деятельности; профессиональная ответственность; взаимоотношения с членами команды, командообразование. Причем своеобразным компенсаторным механизмом может служить составляющие компоненты жизнестойкости. Психологическое сопровождение спортсменов - неотъемлемый этап подготовки спортсмена к соревновательному процессу с целью создания психологически комфортных условий для реализации потенциала спортсмена.

### Источники и литература

- 1) Багадирова, С. К. Психологическое сопровождение спортивной деятельности / С. К. Багадирова. — Текст: электронный // Спортивная электронная библиотека. — URL: <http://sportfiction.ru/books/materialy-k-kursu-sportivnaya-psikhologiya/?bookpart=196443> (дата обращения: 01.02.2023).
- 2) Кузнецов, А. В. Анализ спортивной деятельности с позиции понятия «деятельность» / А. В. Кузнецов. — Текст: электронный // Молодой ученый. — 2016. — № 5 (109). — С. 619-624. — URL: <https://moluch.ru/archive/109/26501/> (дата обращения: 05.02.2023).
- 3) Леонтьев, Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. — М.: Смысл, 2006. — 63 с.
- 4) Фетискин, Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. — М.: Институт Психотерапии, 2002. — 339 с.