

Взаимосвязь кризисов и профессионального выгорания в спорте

Научный руководитель – Климова Оксана Анатольевна

Бубашвили Максим Арсенович

Студент (специалист)

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия

E-mail: bubashvilim02@gmail.com

В современном мире по причинам неблагоприятных ситуаций, влияния стресса и высокого напряжения крайне актуальной стала проблема профессиональных деформаций. Список профессиональных деформаций насчитывает немалое количество различных феноменов, среди которых одним из наиболее травмирующих является профессиональное выгорание. Данный вид профессиональной деформации изучается в широком круге различных профессий, в число которых входит и спорт высших достижений [1]. Не смотря на значительные успехи зарубежной и отечественной психологии в изучении данного феномена, всё ещё остаются немалые пробелы в понимании возникновения, протекания и последствий профессионального выгорания у спортсменов. Постепенное расширение списка детерминант профессионального выгорания и понимания механизмов их воздействий на спортсмена поможет предотвращать проблему профессионального выгорания на начальных этапах, что позволит не только продлить карьеру спортсмена, но и сохранить уровень его выступлений на оптимальном уровне [2].

В данном исследовании наша основная цель состоит в поиске связи между профессиональным выгоранием и кризисными ситуациями, выделенными и широко изученными в рамках отечественной спортивной психологии многими психологами [3], [4]. В нашем исследовании мы используем опросник для диагностики профессионального выгорания, адаптированный для спортсменов, [5] и специально подготовленной анкетой на изучение кризисных ситуаций в карьере спортсменов.

Основные гипотезы: 1) пережитые кризисные ситуации можно рассматривать как предиктор профессионального выгорания; 2) количество кризисных ситуаций в карьере и успешность их преодоления влияют на уровень профессионального выгорания. В данном исследовании приняли участие профессиональные спортсмены, которые, безусловно, переживали кризисные ситуации, однако, не завершили свою спортивную деятельность.

Источники и литература

- 1) Барабанщикова В. В., Климова О. А. Профессиональные деформации в спорте высших достижений //Национальный психологический журнал. – 2015. – №. 2 (18).
- 2) Gustafsson H., Kenttä G., Hassmén P. Athlete burnout: An integrated model and future research directions //International Review of Sport and Exercise Psychology. – 2011. – Т. 4. – №. 1. – С. 3-24.
- 3) Загайнов Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография. – М.: Советский спорт. – 2010.
- 4) Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры: автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора психологических наук. С.-П., 1999. – С.17

- 5) Берилова Е. И. Адаптация опросника Т. Raedeke, А. Smith для оценки психического выгорания у российских спортсменов //Физическая культура, спорт-наука и практика. – 2016. – №. 4.