

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE PERSONALITY OF THE TRAINER

Tolegenuly N.¹, Iralina M.M.² (Republic of Kazakhstan) Email:
Tolegenuly334@scientifictext.ru

¹Tolegenuly Nurzhan – Magister, Senior Lecturer;

²Iralina Mira Mustakimovna – Senior Lecturer,

KAZAKH NATIONAL PEDAGOGICAL UNIVERSITY NAMED AFTER ABAI,
ALMATY, REPUBLIC OF KAZAKHSTAN

Abstract: scientific development of the problem of psychological and pedagogical provision of training athletes is only just beginning, but the application for this development was formed already at the end of the twentieth century and involves a specific thematic assignment of purposeful research. We tried to approach this problem in our work not only from practical, but, above all, theoretical and methodological positions, taking into account the undeveloped, novelty and topicality of this problem for the resurgent Kazakhstan professional sport.

Keywords: emotion, psychology, competition, athlete, training.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ ТРЕНЕРА Толегенулы Н.¹, Иралина М.М.² (Республика Казахстан)

¹Толегенулы Нуржан – магистр, старший преподаватель;

²Иралина Мира Мустакимовна – старший преподаватель,

Казахский национальный педагогический университет им. Абая,
г. Алматы, Республика Казахстан

Аннотация: научная разработка проблемы психологического и педагогического обеспечения подготовки спортсменов еще только начинается, но заявка на эту разработку сформирована уже в конце XX века и предполагает определенную тематическую заданность целенаправленных исследований. Мы пытались в нашей работе подойти к решению этой проблемы не только с практических, но, прежде всего, с теоретико-методических позиций с учетом неразработанности, новизны и актуальности данной проблемы для возрождающегося Казахстанского профессионального спорта.

Ключевые слова: эмоция, психология, соревнования, спортсмен, подготовка.

Мастерство тренера базируется на четырех компонентах: педагогической направленности, знаниях, умениях и профессионально важных качествах. В своей работе мы попытались рассмотреть профессионально важные качества личности тренера.

Мастерство тренера во многом определяется имеющимися у него качествами, которые придают своеобразие его общению с учащимися, определяют быстроту и степень овладения им различными умениями. Все сказанное приобретает особую остроту в спорте высших достижений. В этой сфере деятельности наиболее важно знать, как сформировать позитивные межличностные отношения в команде, как избежать конфликта или выйти из него, как создать такой социально-психологический климат, который способствовал бы успешному формированию мотивации спортсмена, его готовности переносить предельные нагрузки и стремлению к достижению высоких результатов. Профессионально важные качества личности тренера и пути формирования этих качеств представляются нам особенно интересными [1. С. 58].

Понятие о личности. Существующие понятия «личность» и «человек» представляют собой определенное единство, они неотделимы друг от друга, но по своему содержанию эти понятия не тождественны. Для уяснения сущности понятия «личность» необходимо знать следующее:

а) человек — это живое существо, обладающее сознанием и речью, отражающее и преобразующее окружающую действительность, способное изобретать орудия и применять их в своей практической деятельности, ведущее общественный образ жизни, добывающее средства к жизни с помощью труда;

б) индивид — каждый отдельный человек;

в) индивидуальность — неповторимые, только данному человеку принадлежащие черты и особенности; то, чем один человек отличается от других;

г) коллектив — та или иная совокупность людей, объединенных общностью целей и вида деятельности, совместно добывающих решения стоящих перед данным коллективом задач;

д) личность — конкретный человек во всем многообразии его социальных и психологических особенностей, субъект общественной деятельности и общественных отношений.

Исследуя проблему личности, отечественная психология имеет в виду психологические особенности и свойства человека, развивающиеся и проявляющиеся у него как члена общества. Личность немыслима

вне общества так же, как и человеческое общество не может существовать без составляющих его личностей. Человек всегда является членом того или другого общественного коллектива: семьи, школы, предприятия и др. Активная деятельность, взаимоотношения в коллективе в значительной степени определяют и формируют индивидуальные черты личности [2. С. 68-69].

Поскольку личность социально обусловлена, это понятие относится только к человеку и не применимо по отношению к животным, жизнедеятельность которых определяется исключительно биологическими закономерностями.

Отличительными особенностями личности являются:

1. Самосознание. Человек как личность сознает себя, прежде всего как живое, наделенное соответствующей телесной организацией существо, отождествляет себя со своим физическим «Я». Вместе с тем в сознании «Я» человек отражает в той или иной степени и свойственные ему психологические особенности и черты. Одновременно он противопоставляет свое «Я» другим людям, выделяет себя как личность из окружающей людской среды.

2. Сознание непрерывности и тождественности своего «Я». В процессе своей жизни человек все время изменяется, развивается под влиянием, как природных условий, так и социальной среды. В разные периоды жизни человека (ребенок, юноша, взрослый, старик) резко меняется не только его телесный облик, но и психологические черты. И все же, несмотря на эти изменения, человек не теряет своего «Я», продолжает сознавать свою тождественность с тем, чем он был в прожитые периоды своей жизни.

3. Индивидуальность — это устойчивое своеобразие психических процессов, состояний и свойств, принадлежащих данной личности как в специфических особенностях качества их содержания, так и в способах и формах проявления. В реальной действительности психические процессы и состояния никогда не являются изолированными функциями мозга; они всегда принадлежат тому или другому конкретному человеку, обусловлены особенностями его личности и выполняемой им деятельностью. То же самое относится и к свойствам личности: они всегда индивидуальны, принадлежат именно этой, а не другой личности. В виду крайнего многообразия индивидуальных особенностей людей нельзя найти две личности, которые были бы тождественны, т. е. полностью повторяли бы друг друга.

4. Саморегулирование — способность сознательно управлять своим поведением, психическими процессами и состояниями в связи с требованиями социальной среды или условиями выполняемой деятельности. Человек не механически приспосабливается к окружающей его среде, не автоматически «уравновешивается» с ней в ответ на исходящие от нее раздражения. Он сам является вместе с тем сознательным членом этой среды, избирательно воспринимает ее воздействия, перерабатывает, оценивает их и управляет своим поведением в связи с этой оценкой.

5. Активность. Личность всегда деятельна, без этого она не может существовать в окружающей ее социальной и природной среде. Только в процессе социально обусловленной деятельности человек превращается в личность: в зависимости от характера (типа), содержания деятельности, способов ее выполнения и формируются свойственные личности социально-психологические черты и особенности. Вместе с тем именно в деятельности выражается присущее личности качество активности: «Всякая деятельность человека исходит от него как личности, как субъекта этой деятельности» (С.Л. Рубинштейн) [3. С. 112-113].

6. Релятивность (от лат. ел. *реляцио* — отношение). Человек, являясь активным членом общества, всегда находится в определенных отношениях (семейных, бытовых, производственно-трудовых, социально-классовых, идейных и пр.) с окружающими его людьми и обществом в целом. Вне этих объективных отношений он не может существовать как конкретный член общества, неизбежно вступая в связи с этим в различные межлюдские формы поведения. Эти общественные отношения и определяют собой истинную сущность человека, которую нельзя понять, если рассматривать его как всего лишь отдельное существо, изолированно (абстрактно) от общества, членом которого он всегда и неизбежно является.

Объективно существующие в обществе отношения, являющиеся необходимым условием жизнедеятельности самого общества, субъективно отражаются в сознании человека в виде тех или других понятий, эмоциональных переживаний, волевых стремлений, социальных чувств и убеждений и др., представляющих в своей совокупности важные черты личности, практически проявляющиеся в поведении и деятельности человека.

7. Структурное единство. Личность представляет собой сложное явление. Она многообразна в своих психологических особенностях, свойствах и отношениях. Однако свойства личности (темперамент и характер, интересы и способности и пр.) не являются разобщенными и независимыми друг от друга. Все они представляют собой свойства или психологические стороны личности как реального единства. Этим обусловлены их взаимосвязь и взаимозависимость. Личность всегда едина при всём многообразии своих свойств. Последние не являются какой-то механической суммой отдельных качеств: они закономерно связаны друг с другом, будучи свойствами единой личности, и в своей совокупности представляют ее психологическую структуру.

Значительный вклад в изучение психологической структуры личности внесен отечественными учеными. Так, А.Г. Ковалев [4. С. 94] различает в этой структуре: темперамент (природные свойства личности); направленность (потребности, интересы, идеалы); способности (совокупность интеллектуальных, эмоциональных и волевых свойств) К.К. Платонов [5. С. 57-58] предложил рассматривать психологическую структуру личности как динамическую функциональную систему, в которой основное значение имеют:

- направленность (социально обусловленная сторона личности);
- темперамент, задатки, инстинкты, простейшие потребности (биологически обусловленная сторона личности)
- привычки, знания, умения, навыки (обусловленная жизненным опытом и воспитанием сторона личности);
- индивидуальные особенности психических функций, их качественное своеобразие и уровень развития. Из этой динамической системы, как видим, исключены способности человека и его характер, которые, по мнению К.К. Платонова, не представляют структурных особенностей личности.

Требования к личности тренера. Современный спорт требует незаурядных способностей от тренера. Он должен владеть всем арсеналом современных знаний, учитывать психологические, социальные, материально-технические и все другие аспекты подготовки спортсмена. Успехи спортсменов во многом зависят от личности тренера - его знаний, педагогического таланта, авторитета, воли, способности к творческому обобщению. По своей сути тренер - это прежде всего педагог и к нему предъявляются все те же требования, как и к любому воспитателю.

Мастерство тренера во многом определяется имеющимися у него качествами, которые придают своеобразие его общению с учениками, определяют быстроту и степень овладения ими различными умениями. К профессионально важным качествам тренера относятся нравственные, коммуникабельные, волевые, интеллектуальные и психомоторные.

Тренер должен обладать полым комплексом нравственных качеств: гуманизмом, вежливостью, честностью, требовательностью, оптимизмом и др., так как нравственное воспитание учеников должно базироваться не только на словесной форме воздействия на них, но, прежде всего на личном примере. Личный пример - лучшая проповедь. Тренер обязан постоянно следить за собой, предъявлять к себе высокие требования.

Нельзя, воспитывая у учеников уважительное отношение к труду, самому проявлять халатное отношение к своим обязанностям: опаздывать на занятие, приходить на него несобраным, отменять запланированные мероприятия.

Тренер должен обладать и такими нравственными качествами, как принципиальность, правдивость, самокритичность, трудолюбие и справедливость.

Коммуникативные качества, к которым относится общительность, вежливость, доброжелательность и ряд других, помогают тренеру устанавливать контакт с учениками в процессе общения и тем самым способствуют успеху воспитательной работы тренера.

Развитие волевых качеств является предпосылкой успеха в профессиональной деятельности тренера. Важнейшими волевыми качествами тренера считаются: целеустремленность, инициативность, смелость, решительность, выдержка и самообладание. Все эти качества находятся в тесной взаимосвязи и взаимовлиянии.

Невыдержанный тренер не может успешно вести воспитательную работу с учениками, так как в их глазах он не обладает авторитетом. Нетерпеливые тренеры, желая быстрее достичь результата, своих учеников, форсируют нагрузки, нарушая тем самым принципы постепенности и доступности и ставя под угрозу здоровье учеников. Тренер без самообладания будет теряться в конфликтных и неожиданно возникающих ситуациях. Не обладая настойчивостью, тренер не сможет неукоснительно проводить в воспитании учеников свою линию [6. С. 124].

Спокойствие и выдержка тренера не должны подменяться его безразличием, равнодушием к своей работе. Тренер не должен выходить из себя, терять над собой контроль, переходить на грубый и оскорбительный тон.

Интеллектуальные качества помогают тренеру находить правильные решения в воспитательной работе, обуславливают эффективность творчества тренера, поиска им новых путей в обучении и воспитании. К этим качествам относят: ясность и логичность мышления, его критичность, воображение, изобретательность, остроумие, оперативность мышления, характеризующие способность тренера быстро находить оптимальные решения возникающих задач.

Требования, предъявленные к деятельности тренера, обуславливают наличие у него качеств перцептивной сферы (определяющих точность восприятия, движений спортсмена, быстроту восприятия и оценки ситуации), психомоторной сферы (влияющих на точность выполнения технических приемов при их показе). Многие упражнения, которые должен демонстрировать тренер, требуют большой

физической силы, гибкости, быстроты реакции. Поэтому тренеру необходимо поддерживать эти качества на должном уровне. А это связано с соблюдением режима питания, со слежением за своим здоровьем.

Мастерство тренера обнаруживается в специфической интуиции - способности по невидимым для других признакам оценивать выполнение элементов, программ, предвидеть тенденции и прогнозировать развитие спортсмена и спортивного коллектива.

В спортивной психологии были предприняты попытки выявить модель идеального тренера.

Так, англичанин Хендри пытался выявить личностные особенности, необходимые идеальному тренеру, и опросил для этого спортсменов и самих тренеров. Сравнение результатов опроса тех и других дало сходные результаты: тренер должен быть открытым, общительным, эмоционально-устойчивым, способным управлять спортсменом, особенно в соревновательной ситуации. У него должен быть достаточно высокий интеллект, развиты уверенность в себе, практичность. Он должен быть новатором, предприимчивым, решительным и самостоятельным.

Однако изучение психологических особенностей тренеров показало, что их представление об «идеальном» тренере значительно расходится с тем, что они представляют собой в действительности. Совпадение было только по двум характеристикам - склонности к доминированию (управлению другими) и готовности принять новое. Очевидно, желаемое разошлось с действительностью.

Изучение психологических особенностей «успешных и неуспешных» тренеров тоже не дало существенных различий. Правда, Огилви отмечает, что тренеры имеют твердый характер, устойчивость к психическому напряжению, независимость, твердость и реалистичность взглядов, высокую авторитарность, т.е. стремление управлять спортсменами, основываясь на своем личном мнении.

Однако, очевидно, что эти особенности присущи не всем выдающимся тренерам.

По мнению американского психолога Б.Дж. Кретти, успех в тренерской работе в значительной мере зависит от знаний, которыми обладает тренер, от того, как он строит свои отношения со спортсменами [7. С. 104].

Дальнейшие исследования показали, что тренерам, быстро воспринимающим все новое, характерно стремление к творчеству, и их действия не замыкаются узкой программой. Они активно общаются, с коллегами, в курсе всех событий, знают все о своем виде спорта в масштабах страны и на международной арене.

Более того, успешно работающие тренеры обладают определенными педагогическими качествами, так как существует прямая зависимость между способностями преподавателя и приобретением знаний и навыков спортсменами.

Исследования эмоциональных реакций во время соревнований показывают, что физиологические сдвиги тренеров, наблюдающих за ходом соревновательной борьбы, по своей интенсивности сходны с показателями участников соревнований. Чрезмерное проявление эмоций, характеризующее отсутствие самоконтроля у тренера, может быть нежелательным. При этом не только ухудшаются результаты выступления его воспитанников, но и снижается его собственная способность принимать правильные решения в сложных ситуациях.

Профессионально важные качества тренера. Мастерство тренера во многом определяется имеющимися у него качествами, которые придают своеобразие его общению с учащимися, определяют быстроту и степень овладения им различными умениями.

Все профессионально важные качества тренера можно разделить на следующие группы: мировоззренческие, нравственные, коммуникативные (включая педагогический такт), волевые, интеллектуальные, — включая перцептивные, аттенционные (качества внимания), мнемические (качества памяти), — двигательные (психомоторные).

Мировоззрение тренера мотивирует всю его педагогическую деятельность как служение своему народу, государству, дает прочную основу для воспитания у учащихся активной жизненной позиции.

Отражением общественного мировоззрения тренера являются такие качества, как чувство ответственности за будущее каждого ученика как активного члена общества, ответственность за судьбу общества в целом. Воспитывая патриотизм, тренер должен сам быть патриотом. Патриотизм тренера должен проявляться в гордости как за достижения отечественных спортсменов на международной арене, так и за достижения страны в развитии науки, литературы, искусства, массовой физической культуры. В то же время он должен быть интернационалистом, выступать в дружбу между народами, рассматривать спорт как средство укрепления мира и взаимопонимания между народами всех стран.

Нравственные качества отражаются в поведении, в нравах. Нравственность, или мораль, — это форма общественного сознания, выполняющая функцию регулирования поведения человека.

Тренер должен обладать целым комплексом нравственных качеств гуманизмом, вежливостью, честностью, требовательностью, оптимизмом и т.д., так как нравственное воспитание учащихся должно базироваться не только на словесной форме воздействия на них, но, прежде всего на личном примере.

К.Д. Ушинский писал, что «влияние личности воспитателя на молодую душу составляет ту воспитательную силу, которую нельзя заменить ни учебниками, ни моральными сентенциями, ни

системой наказаний и поощрений» [8. С. 89-90]. Поэтому оправдано бытующее среди педагогов мнение, что личный пример — лучшая проповедь. Тренер обязан постоянно следить за собой, предъявлять к себе высокие требования, помня, что учитель — это человек, специальностью которого является правильное поведение.

Таким образом, успешная педагогическая деятельность тренера связана и с мнемическими качествами — быстротой и прочностью запоминания.

Психомоторные качества особенно необходимы тренеру. Многие упражнения, которые он должен демонстрировать учащимся, требуют большой физической силы, гибкости, быстроты реакции. С возрастом физические качества имеют тенденцию к регрессу, поэтому постоянной заботой тренера является поддержание их на необходимом уровне. А это связано с соблюдением двигательного режима, режима питания, со слежением за своим здоровьем.

Психомоторные качества тесно связаны с перцептивными и аттенционными качествами: быстротой видения, степенью концентрации внимания при реагировании на объекты или сигналы и т.д. Поэтому деление профессионально важных качеств тренера на группы не следует воспринимать как догму. Имеется много переходов одних качеств в другие, их комплексирование.

Список литературы / References

1. *Петровский А.В., Шпалинский В.В.* Социальная психология коллектива. М., Просвещение, 1978.
2. *Журавлев А.Л.* Стиль руководства для управления социально-психологическим климатом производственного коллектива. В сб.: Социально психологический климат коллектива. М., Наука, 1979.
3. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии: В 2 Т. 1. М.: Педагогика, 1989. 488 с.
4. *Ковалев А.Г.* Психология личности: учебное пособие. 3-е издание, переработанное и дополненное. Москва: Просвещение, 1970. 391 с.
5. *Платонов К.К.* Структура и развитие личности: психология личности / К.К. Платонов, А.Д. Глогочкин. Москва: Наука, 1986. 256 с.
6. *Деркач А.А., Исаев А.А.* Педагогическое мастерство тренера / Предисл. Н.В. Кузьминой, А.Ц. Пуни, А.В. Тарасова. М.: Физкультура и спорт, 1981. 375 с.
7. *Брайент Дж. Кретти.* Психология в современном спорте. Пер. с англ. Ханина Ю.Л. М. «Физкультура и спорт», 1978. 224 с.
8. *Ушинский К.Д.* Избранные педагогические сочинения / Человек как предмет воспитания. Опыт педагогической антропологии (1861). М.: Изд-во Академии наук РСФСР, 1945. С. 475.