

Профессиональная рефлексия как фактор успешности тренера в спорте

З.А. Сагова, В.М. Каптурова

МГУ имени М.В. Ломоносова Москва, Россия

Поступила 15 мая 2017/ Принята к публикации: 24 мая 2017

Professional reflection as the factor of success of a sports coach

Zurida A. Sagova*, Viktoriya M. Kapturova

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

* Corresponding author E-mail: zas-msu@mail.ru

Received May 24, 2017 / Accepted for publication: May 24, 2017

Профессиональные функции современного тренера давно расширились от простой подготовки спортсменов к соревнованиям до исполнения многочисленных ролей руководителя, организатора, психолога и т.д. Для успешного их выполнения тренеру необходимо совершенствовать свои профессиональные навыки и личностные качества. С ростом популярности спорта, совершенствованием системы, средств и условий спортивной подготовки повышаются требования к качеству труда и мастерству основных субъектов спорта, возрастает и востребованность тренера как ключевой фигуры в воспитании успешных атлетов.

В статье анализируются исследования критериев и факторов эффективности тренерской деятельности. Обсуждаются особенности рефлексивного процесса как одного из действенных способов профессионального развития тренеров. Представлены результаты исследования взаимосвязи успешности тренеров различных спортивных специализаций с их профессиональной рефлексивностью и уровнем субъективного контроля. Выполненный в работе корреляционный анализ показал значимую связь профессиональной успешности и рефлексивности тренеров, что в целом согласуется с результатами подобных исследований, выполненных в ряде других сфер деятельности. В работе не нашла подтверждения относительно привычная в психологических исследованиях точка зрения о взаимосвязи успешности деятельности и интернальности личности. Это вызвало у авторов ряд новых предположений о характере взаимодействия успешных тренеров с их воспитанниками, стиле руководства, свойствах личности.

Итоги исследования, в целом, вызывают дополнительные вопросы, касающиеся индивидуально-психологических особенностей респондентов и позволяют наметить новые направления исследований по анализируемой проблематике.

Ключевые слова: спорт, спортсмен, тренер, профессиональная успешность, профессиональная рефлексия.

Professional functions of modern trainers have long expanded from a simple function of training athletes to compete to the performance of the numerous roles of leader, organizer, psychologist, which are based on the ability of a coach to improve their professional skills and personal qualities.

With the increasing popularity of sports, the means and conditions of sports training, the requirements to the quality of work and mastery of the main subjects of sports are increasing. The demand for a coach as a key figure in the education of successful athletes rises.

The paper analyzes the research of criteria and factors of sports coach efficiency; the features of reflexive processes as one of the most effective ways of coach's professional development.

The correlation analysis performed in the work showed a significant connection between professional success and the reflexivity of trainers, which in general is correspondent with the results of similar studies performed in a number of other research fields. In the work there was no confirmation of the regular viewpoint in psychological studies of the relationship between the success of activity and the personality's internality, which induced a number of new assumptions about the nature of the interaction of successful coaches with their pupils, leadership style, and personality traits.

The results of the study as a whole cause additional questions about individual psychological characteristics of respondents and allow to identify further research.

Keywords: sport, athlete, sports coach, professional success, professional reflection.

На современном этапе развития спортивной психологии имеется значительное количество публикаций отечественных и зарубежных специалистов, так или иначе затрагивающих психологические аспекты спор-

к мировым рекордам, в настоящее время вышел на уровень национальной идеи. Победа отдельного спортсмена или команды – это победа всего государства. Соответственно, спрос на эффективных тренеров неуклонно растет.

С возрастанием популярности спорта и, в то же время, уровня стрессогенности и неопределенности в этой сфере растут и требования, предъявляемые к его основным субъектам: уровню компетентности, качеству выполнения профессиональных функций, способности к совершенствованию собственных ресурсов и, в целом, к характеристикам, определяющим конкурентоспособность и успешность деятельности

тивной деятельности. С возрастанием популярности спорта и, в то же время, уровня стрессогенности и неопределенности в этой сфере растут и требования, предъявляемые к его основным субъектам: уровню компетентности, качеству выполнения профессиональных функций, способности к совершенствованию собственных ресурсов и, в целом, к характеристикам, определяющим конкурентоспособность и успешность

В психологии и смежных областях науки проводятся фундаментальные и прикладные исследования факторов, обуславливающих эффективность профессиональной деятельности специалистов различных сфер деятельности: индивидуально-психологических особенностей и профессионально-важных качеств личности, мотивации и уровня притязаний, психологических ресурсов саморегуляции функционального состо-

Изучение рефлексивных процессов в контексте профессиональной деятельности спортивного тренера, предпринятое в рамках настоящей работы, является актуальной задачей в психологии спорта, связанной с поиском условий профессионального роста тренеров

деятельности. Интерес к успешным специалистам – тренерам, способным привести спортсменов и спортивные команды

к объективным условиям деятельности, рефлексивных механизмов и пр. (Теплов, 1961; Климов, 2003; Карпов, 2004; Бодров,

1999; Гущина, 2007; Ивашкин, 2007). Среди этих факторов особое место занимают рефлексивные процессы как один из эффективных инструментов повышения продуктивности деятельности специалистов (Карпов, 2003; Нерущ, 2006; Казарян, 2001; Ангеловская, 2006; Жуков, Журавлев, Павлова, 2008). Ряд отечественных и зарубежных исследований посвящен проблемам рефлексии в педагогической деятельности. Так, обнаружена связь между уровнем сформированности рефлексивных умений и их практическим использованием с успешностью профессиональной педагогической деятельности учителей (Аверина, 2013; Романова, 2012; Bain, Ballantyne, Packer, Mills, 1999; Giovannelli, 2003). Исследовалось значение рефлексивных процессов для повышения эффективности деятельности представителей других профессий (ученых, психологов, библиотекарей, водителей и др.). Однако имеется крайне мало подобных работ, выполненных в сфере спорта. Поэтому изучение рефлексивных процессов в контексте профессиональной деятельности спортивного тренера, предпринятое в рамках настоящей работы, является актуальной задачей в психологии спорта, связанной с поиском условий профессионального роста тренеров.

Проблема профессиональной успешности

Эта проблема изучается многими научными дисциплинами (социологией, философией, психологией) и является междисциплинарной. Успешность рассматривается как одна из базовых потребностей субъекта, стимул поступков и поведения. Она выступает в качестве оценки и самооценки эффективности жизни и деятельности. В понятие успешности включаются такие аспекты, как социально-экономический статус личности, внутренние ресурсы и внешние условия достижения успешности, включенность в профессиональную деятельность и результат деятельности, социализация индивида, удовлетворенность жизнью (Железняк, Кашкаров, Кравцевич, 2005; Ивашкин, 2007; Романова, 2012). Факторы, влияющие на успешность профессиональной деятельности, исследовались



Зурида Айсовна Сагова –

кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры методологии психологии факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова
E-mail: zas-msu@mail.ru



Виктория Максимовна Каптурова –

студент факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова
E-mail: kapturovavicky@gmail.com

Для цитирования: Сагова З.А., Каптурова В.М. Профессиональная рефлексия как фактор успешности тренера в спорте // Национальный психологический журнал. – 2017. – №2(26). – С. 26–34. doi: 10.11621/npj.2017.0204

For citation: Sagova Z.A., Kapturova V.M. (2017) Professional reflection as the factor of success of a sports coach. National Psychological Journal, [Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal], 2, 26–34. doi: 10.11621/npj.2017.0204

ISSN 2079-6617 Print | 2309-9828 Online
© Lomonosov Moscow State University, 2017
© Russian Psychological Society, 2017

в работах Б.Г. Ананьева, С.А. Дружилова, Е.А. Климова, Б.М. Теплова, У. Джеймса, Д. Сьюпера, Д. Холла и других, однако проблематику все еще нельзя считать разработанной.

Е.А. Климов определил профессиональную успешность как характеристику профессиональной деятельности, включающую внешнюю оценку значимыми людьми результата, достигнутого в ходе профессиональной деятельности, и внутреннюю оценку, связанную с анализом собственной успешности и предполагающую удовлетворенность процессом и результатами профессиональной деятельности (Климов, 2004).

А.Н. Елизаров и М.Н. Болдинова, исследовавшие социальные и психологические критерии успешности педагогической деятельности, также выделяли внешние и внутренние критерии оценки этого феномена. Они пишут, что внешние критерии выражают общественную (социальную) оценку, они легко регистрируются, понятны большинству людей. Внутренние критерии являются инструментом процесса саморегуляции. В профессиональной педагогической деятельности внешними критериями успешности, по мнению авторов, являются «наличие или отсутствие результата деятельности, качество того, что делает человек, скорость и безошибочность труда, результативность взаимодействия с коллегами, вклад в развитие науки, значимость деятельности для других людей, должностное продвижение и уровень занимаемой должности в иерархии организации, величина материального вознаграждения за труд, наличие, количество и качество наград» (Елизаров, Болдинова, 2013, С. 100). Заметим, что одной из важнейших особенностей профессии тренера является ее педагогический характер, соответственно, выделенные авторами критерии успешности педагогов вполне можно отнести и к тренерской деятельности.

Исследователями сферы спорта также предпринимались попытки разработать критерии оценки успешности тренера. Так, В. Параносич и Л. Лазаревич показывают, что эффективными являются тренеры, максимально включенные в разные формы взаимодействия со спортсменами и ориентированные на совместную работу (Параносич, Лазаревич, 1977).

А.Н. Николаев выделяет четыре продукта (эффекта) деятельности спортивного тренера как совокупность ожиданий его учеников и общества в целом:

- образовательный эффект, означающий наличие у спортсменов умений выполнять естественные действия (бегать, прыгать, плавать, метать) и знаний спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности;
- оздоровительный эффект, подразумевающий улучшение здоровья, внешнего вида, повышение функциональных возможностей, общей работоспособности и развитие двигательных качеств учеников;
- соревновательный эффект как повышение уровня соревновательных достижений спортсменов;
- воспитательный эффект деятельности, проявляющийся в сформированности у спортсменов положительных свойств личности.

В любом виде спорта мастерство атлета зависит от его базовых спортивных навыков. Эффективность работы тренера подразумевает умение их развивать, грамотно использовать сильные стороны спортсмена и компенсировать слабые

Выделенные «совокупности ожиданий», по мнению автора, и являются признаками успешности профессиональной деятельности тренера в области спорта. «Если тренер, например, соответствуя ожиданиям учеников (или их родителей), формирует у них жизненно важные качества, есть все основания считать его деятельность успешной в воспитательном плане. Если он, соответствуя ожиданиям руководителей, подготовил спортсменов высокого уровня, его деятельность можно считать успешной в реализации соревновательной функции спорта» (Николаев, 2003, С. 32).

Дж.Л. Фрост, проанализировав ряд исследований, в которых изучался феномен успешности тренера, выделил такие определяющие ее особенности деятельности, как качество планирования и проведения тренировок, взаимодействий со спортсменами, совершенствование спортивных навыков у спортсменов, работа с мотивацией подопечных, владение глубокими знаниями о своем виде спорта (Frost, 2012). Рассмотрим выделенные особенности деятельности подробнее.

Под качеством планирования и проведения тренировок, взаимодействий со спортсменами следует понимать само содержание тренировочных занятий, специфику передачи знаний ученикам, обучение необходимым спортивным навыкам и их совершенствованию, продолжительность и частоту тренировок, объем нагрузки. В любом виде спорта мастерство атлета зависит от его базовых спортивных навыков. Эффективность работы тренера подразумевает умение их развивать, грамотно использовать сильные стороны спортсмена и компенсировать слабые.

Процессы коммуникации также играют важную роль в повышении результативности работы тренера и спортсменов. Как утверждает Фрост, сама манера передачи информации от тренера ученикам может влиять как на исход определенного соревнования, так и целого сезона игр, поскольку в спортивной среде существуют свои особенности взаимодействия

тренера и спортсмена – они могут понять настроение и состояния друг друга просто наблюдая за манерами и жестами друг друга (Frost, 2012).

Способность мотивировать спортсмена играет важнейшую роль в работе тренера. Исключительную значимость имеет умение обращаться к ресурсам внутренней мотивации спортсмена, хотя этому может препятствовать недостаток методического инструментария, основанного на современных исследованиях спортивной мотивации и мотивации достиженческой деятельности, и недостаток необходимых знаний в данной области у тренера.

Тренер, владеющий большим объемом информации о своем спорте, имеет несомненно большие возможности повышения эффективности своей деятельности. Такие знания аккумулируются вместе с накоплением профессионального опыта. Они являются также результатом чтения специальной литературы, участия в научных конференциях, получения дополнительного образования и т.д. Владение качественными знаниями об особенностях вида спорта способствует

принятию верных решений при выполнении профессиональных функций, грамотному распределению нагрузки спортсменов (Frost, 2012).

Опираясь на рассуждения вышеупомянутых специалистов и информацию, полученную в ходе беседы с нашими респондентами, мы выявили критерий успешности тренера, которым далее оперировали в нашей работе. Им выступил максимальный уровень результативности спортсменов, воспитанных тренерами. Таким образом, под профессиональной

ства или личные обстоятельства спортсмена. Тем самым, профессиональная успешность тренера находится в зависимости не только от собственных усилий, но и от стараний и индивидуальных особенностей его учеников.

Согласно Дж. Роттеру, автору понятия локуса контроля, свойство личности приписывать свои успехи или неудачи внутренним либо внешним факторам, может определять способности к достижениям в той или иной сфере деятельности. Им выделены соответственно две

сильные стороны других людей для собственного профессионального роста. Кроме того, как отмечают эти авторы, современные социально-экономические условия в мире все чаще признают важность сопричастности и сообщества, которые и позволяют использовать внешние силы для повышения собственной эффективности (April, Dharani, Peters, 2011).

Профессиональная рефлексия

Возникновение понятия рефлексии связано с именем Дж. Локка, впервые применившим это понятие в философии и понимавшим под ним способность человека познавать свою умственную деятельность – подобно тому, как он познает предметы внешнего мира. Со времен Локка представления о рефлексии активно развивались и включались в различные междисциплинарные исследования, в том числе и в психологические. Так, понятие рефлексии получило дальнейшее развитие в работах У. Джеймса, выделившего Я-познающее и Я-познаваемое. Среди отечественных психологов следует отметить работы Б.Г. Ананьева, Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, В.В. Знакова, которые рассматривали понятие рефлексии как значимый принцип развития самосознания индивида. Благодаря феномену рефлексии, согласно В.В. Знакову, человеку становится доступно объяснение «своих мыслей и чувств, мотивов поведения; умение обнаруживать смысл поступков; способность отвечать на причинные вопросы о своем характере, мировоззрении, отношении к себе и другим людям, а также о том, как они понимают его» (Цит.по: Леонтьев, 2011, С. 124).

А.В. Карпов выделяет разновидности рефлексии: «Рефлексия является такой синтетической психической реальностью, которая может выступать (и реально выступает) и как психический процесс, и как психическое свойство, и как психическое состояние одновременно, но не сводится ни к одному из них». Рефлексия рассматривается им «как важнейшая регулятивная составляющая личности, позволяющая ей сознательно выстраивать свою жизнедеятельность» (Карпов, 2003, С. 48).

В работах С.Ю. Степанова и И.Н. Семёнова феномен рефлексии представлен как

Под профессиональной успешностью тренера мы понимаем характеристику профессиональной деятельности, отражающую внешнюю оценку результата, а именно, максимальный уровень достижений спортсмена

успешностью тренера в данной работе мы понимаем характеристику профессиональной деятельности, отражающую внешнюю оценку результата, а именно, максимальный уровень достижений спортсмена. Данный критерий выделен на основе ответов респондентов на вопросы, касающиеся важнейших качеств успешного тренера, критериев успешности и уровня достижений их воспитанников. Основным критерием успешности 100% респондентов назвали результативность их спортсменов, также они были единодушны во мнении, что тренер успешен, если его подопечные занимают призовые места в значимых соревнованиях.

Утверждения тренеров о том, что они связывают свою успешность с внешними факторами, в частности, с результативностью спортсмена, явились основой дополнительной гипотезы нашего исследования. Учитывая специфику профессиональной деятельности тренера, мы предположили, что у наиболее эффективных тренеров наблюдается внешний локус контроля, поскольку их успешность находится в прямой зависимости от уровня достижений воспитанников. При взаимодействии со спортсменом тренер может влиять на объективные факторы: проработку технических элементов, вопросы, связанные с подготовкой к соревнованиям, функциональное состояние спортсмена в течение соревновательного сезона, силовую подготовку спортсменов и др. Однако существуют факторы, на которые тренер не имеет влияния, в частности, личностные каче-

крайние позиции локуса контроля – экстернальный и интернальный. В психологической литературе представлено большое число исследований, посвященных взаимосвязи локуса контроля личности и особенностей характера, поведения и убедительно доказывающих влияние внутренних факторов на эффективность деятельности человека (Луцина, 2007; Конюхова, 2007; Матвеев, 2005; Lee-Kelley, 2006). Однако существует и ряд исследований, в которых результаты не так однозначны, и экстернальность раскрывается как значимый фактор успешности. Например, в статье К. April, В. Dharani и В. Peters отмечается, что, вопреки большому числу научных публикаций, доказывающих, что интернальный локус контроля является важнейшей предпосылкой успешности и лидерства, результаты их исследования убедительно демонстрируют связь объективного карьерного успеха с экстернальным локусом контроля у управленцев. В работе контролировались связи локуса контроля респондентов с их уровнем материальных доходов и занимаемой должностью, в результате чего обнаружено, что экстернально ориентированные участники исследования имеют более высокие материальные доходы и должностной статус. Не претендуя на окончательность выводов, авторы обосновывают результаты своего исследования тем, что повышенное чувство ответственности, недостаток гибкости и доверия к окружающим могут приводить к стрессовым состояниям, низкой производительности труда, отказу от инноваций, неспособности использовать

механизм анализа субъектом содержания своего сознания, деятельности, общения. Ими выделены четыре типа рефлексии: коммуникативная, кооперативная, личностная и интеллектуальная. Коммуникативная рефлексия является важной составляющей продуктивного межличностного общения и способствует формированию адекватного представления о другом человеке, а также собственного осознания того, как он воспринимается партнером по общению (Степанов, Семенов, 1982). Кооперативная рефлексия обеспечивает согласованную совместную деятельность. Личностная рефлексия дает возможность понять свой внутренний мир. Суть интеллектуальной рефлексии заключается в переосмыслении и соотношении собственных действий и предметной ситуации, а также преобразовании исходного образа объекта в более адекватный на основе новой информации о нем (Степанов, Семенов, 1982).

Согласно Б.З. Вульфова, который впервые ввел понятие профессиональной рефлексии, оно означает соотношение себя, возможностей своего «Я» с тем, чего требует избранная профессия (Вульфова, 1997). А.В. Карпов дает описание профессиональной рефлексии с точки зрения современной психологии труда и профессионального развития, определяя ее как центральное профессионально важное качество личности, от которого зависит успешность овладения человеком профессией (Карпов, 2004). Е.А. Климов отмечает, что в английском языке есть четкое различие между понятиями «профессия» и «занятие», и развитие профессиональной рефлексии указывает на переход субъекта от занятия (occupation) к профессии (profession), потому что профессия тесно соотносится с самореализацией, а не только является источником существования. Профессиональная рефлексия повышает социальный статус, оптимизирует состав профессионального сообщества (Климов, 2003). Продолжение этой мысли находим в работах В.П. Казарян, Л.С. Московчука, М.В. Романовой. Они пишут, что профессиональная рефлексия отражает профессию не как сумму необходимых операций, действий, качеств, а как целостную систему, и, чем больше человек осознает свою причастность к профессиональной сре-

де, соотносит себя с требованиями избранной профессии, тем шире и полнее профессиональная рефлексия (Казарян, 2001; Московчук, 2012; Романова, 2012).

Краткий психологический словарь представляет профессиональную рефлексию как осознание человеком своих профессиональных притязаний, формирующихся навыков и способностей, развивающихся в работе знаний и умений. Рефлексия профессиональная, наряду с другими ее типами – интеллектуальной и личностной, образует целостное представление личности о себе – своих качествах, физических и интеллектуальных перспективах, значимых социальных ролях и функциях, ценностных ориентациях и целях, профессиональных способностях (Краткий психологический словарь, 1999).

Описывая рефлексивный опыт деятельности тренера в спорте, А.В. Вошинин подчеркивает, что при этом «происходит осмысление и переосмысление средств, способов и личностных оснований профессиональной деятельности, происходит формирование эффективной рефлексивной позиции тренера» и, как следствие, рефлексивный опыт способствует построению эффективного взаимодействия в процессе решения профессиональных задач (Вошинин, 2012, с. 72).

В ряде исследований зарубежных специалистов по спортивной тренерской деятельности изучается потенциально значительное влияние рефлексии на деятельность тренера. Они оценивают рефлексию как эффективный способ его профессионального развития, положительно влияющий на развитие тренерских знаний (Irwin, Hanton, Kerwin, 2004), на понимание им соотношения между теорией и практикой спорта (Douglas, Carless, 2008), на решение проблем неопределенностей в спортивной практике и задач, связанных с обучением спортсменов (Jones, Wallace, 2005). Мы считаем последние работы имеющими особое значение для нашего исследования, поскольку они выполнены в спортивной сфере, и именно в них находится подтверждение интересующей нас связи профессиональной эффективности тренера с их рефлексивностью.

В выше приведенных проанализированных источниках трудно найти еди-

ную, интегральную систему взглядов на профессиональную рефлексию и ее общепринятое универсальное определение. Обобщая представленные дефиниции данного понятия, мы попытались вывести общее определение, на которое могли бы опираться в нашем исследовании. Мы считаем, что профессиональная рефлексия – это трехэтапный процесс, направленный, во-первых, на анализ собственной деятельности с учетом поставленных целей, своих способностей, потребностей и требований профессиональной среды, во-вторых, на оценку качества и объема выполненной работы, и, в третьих, на поиск новых, более эффективных моделей поведения (деятельности). Отметим, что данное определение не претендует на универсальность и выделяет лишь определенные грани феномена профессиональной рефлексии, соответствующие контексту и цели настоящего исследования.

Исследование

Целью нашего исследования являлось выявление взаимосвязи профессиональной рефлексии и успешности спортивного тренера. В соответствии с этой целью решались следующие задачи:

1. Теоретический анализ опубликованной литературы по теме исследования.
2. Изучение и уточнение конструкций «профессиональная успешность» и «профессиональная рефлексия».
3. Анализ критериев, применяемых для оценки профессиональной успешности тренеров, и обоснование выбора результирующего критерия.
4. Определение уровня профессиональной рефлексии у тренеров.
5. Установление взаимосвязи между профессиональной успешностью и профессиональной рефлексией у тренеров.

В качестве гипотез были выдвинуты следующие. Основная – для профессионально успешных тренеров разных спортивных специализаций характерен высокий уровень профессиональной рефлексии. Дополнительная – профессиональная успешность тренеров связана с проявлением у них экстерналистского контроля.

В состав выборки вошли 25 профессиональных спортивных тренеров в возрасте от 24 до 83 лет и со стажем профессиональной тренерской деятельности от 3 до 52 лет, из них 18 мужчин и 7 женщин.

В исследовании использованы следующие методики:

1. Беседа, в процессе которой респондентам задавались вопросы: «Какого тренера, по вашему мнению, можно назвать успешным?», «Как вы считаете, каковы критерии успешности тренера?», «Каков максимальный уровень достижения у ваших воспитанников?»
2. Психометрическая методика диагностики индивидуальной меры выраженности свойства рефлексивности А.В. Карпова». Данная методика представляет собой опросник, предназначенный для измерения степени развития рефлексивности в рамках специальностей типа «человек-человек». Автор указывает, что «рефлексивность может быть рассмотрена как количественно измеримый аргумент при поиске и выявлении новых функциональных за-

висимостей и связей. Например, возникает возможность для выявления закономерных связей между рефлексивностью и результативными параметрами деятельности» (Карпов, 2003, С. 49). Таким образом, следуя логике рассуждений автора о том, что уровень рефлексивности личности задает диапазон выраженности профессиональной рефлексии в деятельности, мы считаем возможным использование данной методики для определения уровня профессиональной рефлексии спортивного тренера.

3. Методика «Уровень субъективного контроля» (Дж. Роттер, в адаптации Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной, Л.М. Эткинды, 1984). Методика позволяет измерить локус контроля в различных сферах жизнедеятельности. В данной методике наибольшую важность для нас представляла шкала общей интернальности (Ио). Высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над значимыми ситуациями (интернальный кон-

троль: большинство жизненных достижений – это результат собственных действий). Низкий показатель по этой шкале соответствует низкому уровню субъективного контроля (экстернальный контроль: большинство событий жизни является результатом случая или действия других людей). В нашей работе эта информация важна для проверки дополнительной гипотезы о взаимосвязи успешности тренера с уровнем его субъективного контроля.

Процедура исследования. По предварительной договоренности с каждым из респондентов состоялась встреча, во время которой проводилась беседа и заполнение методик. Анализ бесед выявил единомыслие респондентов в том, что показателем успешности тренеров разных видов спорта является, прежде всего, результативность спортсмена, что тождественно одному из основных критериев успешности, выделенных в изученной литературе. На основании полученной информации выявлено 4 уровня достижений спортсменов – подопечных наших респондентов:

Табл. 1. Результаты корреляционного анализа успешности деятельности, профессиональной рефлексии и уровня субъективного контроля тренеров

Коэффициент корреляции Спирмена (R)			Успешность тренеров	Индивидуальная мера выраженности рефлексии	Уровень субъективного контроля (Ио)
			Успешность тренеров	Коеф. корреляции	1,000
		Знач. (двухсторонняя)	.	0,01	0,05
		N	25	25	25
Индивидуальная мера выраженности рефлексии		Коеф. корреляции	0,643**	1,000	-0,178
		Знач. (двухсторонняя)	0,01	.	0,398
		N	25	25	25
Уровень субъективного контроля (Ио)		Коеф. корреляции	-0,547*	-0,178	1,000
		Знач. (двухсторонняя)	0,05	0,398	.
		N	25	25	25

** Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя)

*Корреляция значима на уровне 0,05(двухсторонняя)

Table 1. Correlation analysis results of the successful activity, professional reflection and the level of subjective control in trainers

Spearman's Coefficient (R)			Trainer's Success	Individual Indicator of Reflection	Subjective Control Indicator (Io)
			Trainer's Success	Correlation Coefficient	1.000
		Value (bilateral)	.	0,01	0,05
		N	25	25	25
Individual Indicator of Reflection		Correlation Coefficient	0.643**	1.000	-0.178
		Value (bilateral)	0.01	.	0.398
		N	25	25	25
Subjective Control Indicator (Io)		Correlation Coefficient	-0.547*	-0.178	1.000
		Value (bilateral)	0,05	0.398	.
		N	25	25	25

** Correlation is available at 0.01 (bilateral)

* Correlation is available at 0.05 (bilateral)

- 1) победители Первенства Москвы;
- 2) победители Первенства России;
- 3) победители Чемпионата Европы;
- 4) победители Чемпионата мира.

Тренеры – участники нашего исследования являются представителями шести видов спорта: спортивная гимнастика (72%), бокс (4%), шахматы (4%), греко-римская борьба (8%), фехтование (8%), стрельба из лука (4%). По уровню достижений их учеников: 1 уровень составил 36% от общей выборки, 2 уровень – 44%, 3 уровень – 4%, 4 уровень – 16%.

Для анализа данных использовалась статистическая программа SPSS-21, проведен корреляционный анализ основных параметров.

Описание и обсуждение полученных результатов

Для проверки основной гипотезы о взаимосвязи профессиональной рефлексии и успешности деятельности рассчитан коэффициент корреляции r -Спирмена между рядами чисел, описывающими уровни профессиональной рефлексии и успешности деятельности респондентов. В результате получен коэффициент корреляции $r=0,64$ ($p=0,01$), что указывает на умеренную положительную и значимую степень взаимосвязи исследуемых переменных. Результаты отражены в таблице 1.

Положительная корреляция уровня успешности и меры выраженности рефлексии тренера может означать, что регулярное и критическое осмысление тренером результатов собственных действий в соотношении с требованиями профессиональной среды, анализ своих и чужих ошибок, индивидуальных и коллективных причин побед и поражений приводит к новому и более глубокому пониманию складывающихся ситуаций, обнаружению новых путей решения задач и улучшению качества работы. Таким образом тренер познает свои возможности, сильные и слабые стороны, развивается как профессионал.

Несмотря на то, что основная гипотеза о взаимосвязи двух исследуемых параметров подтвердилась, стоит отметить такой важный содержательный момент, вытекающий из установленной тесной взаимосвязи: нельзя однозначно

утверждать, что высокий уровень выраженности рефлексии всегда определяет соответствующий высокий уровень профессиональной успешности специалиста. В связи с этим возникают вопросы, касающиеся возраста, профессионального стажа и других индивидуальных свойств успешных тренеров, особенностей процесса осознания ими собственных действий и опыта при принятии и реализации решений.

Осознание того, что победа или поражение – это результат совместных усилий тренера и спортсменов, приводит к тому, что тренеры с внешним локусом контроля (осознанно или нет) транслируют своим спортсменам мысль о том, что они сами, прежде всего, ответственны за свои результаты

Согласно таблице 1, также наблюдается умеренная отрицательная корреляция между успешностью тренера и общей интернальностью при среднем уровне значимости, что можно интерпретировать следующим образом. Чем профессиональнее тренер, тем сильнее у него проявления внешнего локуса контроля, и тем чаще он склонен считать, что значимые события (спортивные достижения) – это результат не только собственных усилий, но и действий других людей, прежде всего, спортсменов. Это подтверждает дополнительную гипотезу нашего исследования. Вероятно, такие выводы могут быть связаны со стремлением тренеров к сотрудничеству, разделению Знаков ответственности, чувствами сопричастности и доверия к подопечным. Следовательно, эти выводы имеют непосредственное отношение к индивидуально-личностным характеристикам и стилю руководства тренеров, что может быть темой дальнейших исследований по данной проблеме.

По итогам этой части исследования можно предполагать также следующее. Осознание того, что победа или поражение – это результат совместных усилий тренера и спортсменов, приводит к тому, что тренеры с внешним локусом контроля (осознанно или нет) транслируют своим спортсменам мысль о том, что они сами, прежде всего, ответственны за свои результаты. При этом такие тренеры, делегируя обязательства за процесс подготовки и выступления на соревнованиях ученикам, усиливают их вовлеченность в достижение результата. В этом случае

тренерам можно приписывать демократичный стиль управления. У таких руководителей ученики готовы брать на себя ответственность, больше полагаться на себя, и, в итоге, могут быть более результативны. Очевидно, более детальное объяснение данного феномена требует дополнительных исследований.

Результаты этой части исследования согласуются и с выводами К. April и его коллег относительно выявленной связи

объективного карьерного успеха с экстернальным локусом контроля у управленцев.

Мы также изучали взаимосвязи между профессиональной успешностью и уровнем субъективного контроля у тренера по другим шкалам интернальности (в области достижения, межличностных и производственных отношений). Однако значимых связей не выявлено.

Заключение

Рефлексивность является одним из важных факторов успешности профессиональной деятельности тренеров. Результаты нашего исследования подтверждают существование значимой положительной взаимосвязи между данными феноменами. Часто встречающееся в психологических исследованиях положение о прямой значимой связи успешности деятельности и интернальности личности в нашей работе не нашло подтверждения. В качестве приоритетных направлений будущих исследований по проблематике данной работы можно выделить изучение взаимосвязи профессиональной рефлексии с типом руководства и личностными качествами тренеров, исследование способов повышения уровня профессиональной рефлексии и разработку специальных тренингов для решения этой задачи.

*Работа выполнена в рамках проекта
РГНФ №15-06-10294*

Литература:

- Аверина М.Н., Воронин А.В. Структура общепрофессиональных умений педагога: рефлексивный компонент // Ярославский педагогический вестник – 2013. – № 2. – Т. II. – С. 113–119.
- Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. – Санкт-Петербург : Питер, 2001.
- Ангеловская С.К. Психолого-педагогические основы рефлексивного управления самообразованием учащихся // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия «Образование, здравоохранение, физическая культура». – 2006. – Вып. 7. – Т. 2. – № 3 (58). – С. 43–46.
- Бажин Е.Ф., Голынкина Е.А., Эткинд А.М. Метод исследования уровня субъективного контроля // Психологический журнал. – 1984. – Т. 5. – № 3. – С. 152–162.
- Бодров В.А. Психология профессиональной деятельности // Психология XXI века : учебник для вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – Москва : ПЕР СЭ, 2003. – С. 801–844.
- Вощинин А.В. Метод рефлексивной референции (означения) актуального опыта деятельности тренера // Спортивный психолог. – 2012. – № 2. – С. 67–72.
- Вульф Б.З. Рефлексия: учить, управляя // Мир образования. – Москва, 1997. – С. 63–65.
- Гущина Е.Н. Психолого-акмеологические условия и факторы эффективности профессиональной деятельности психолога внутренних дел : дис. ... докт. психол. наук. – Москва, 2007.
- Дружилов С.А. Профессионализм как реализация ресурса индивидуального развития человека // Ползуновский вестник. – 2004. – № 3. – С. 200–208.
- Елизаров А.Н., Болдинова М.Н. Социальные и психологические критерии успешности деятельности как проблема позитивной психологии // Вестник Московского государственного гуманитарного университета им. М.А. Шолохова. Серия «Педагогика и психология». – 2013. – № 3. – С. 95–106.
- Железняк Ю.Д., Кашкар В.А., Кравцевич И.П. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование. – Москва : Академия, 2005.
- Жуков Ю.М., Журавлев А.В., Павлова Е.Н. Технологии командообразования: учеб. пособие для студентов ВУЗов. – Москва: Аспект Пресс, 2008.
- Знаков В.В. Самопонимание субъекта как когнитивная и экзистенциальная проблема // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26. – № 1. – С. 18–28.
- Ивашкин А.Г. Психологические основы развития профессиональной успешности личности муниципального руководителя : автореферат. дис. ... докт. психол. наук. – Ставрополь, 2007.
- Казарян В.П. Современные проблемы управления и рефлексивные процессы // Рефлексивные процессы и управление / под ред. А.В. Бушлинского и В.Е. Лепского. – Москва : Институт психологии РАН, 2001.
- Карпов А.В. Психология труда. – Москва : ВЛАДОС-Пресс, 2004.
- Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. – 2003. – № 5. – С. 45–47.
- Климов Е.А. Пути в профессионализм (Психологический взгляд) : учеб. пособие. – Москва : Флинта, 2003.
- Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. – Москва : Академия, 2004.
- Конюхова Е.Т. Установки личности в профессиональной деятельности. – Новокузнецк, 2007.
- Краткий психологический словарь / ред.-сост. Л.А. Карпенко; под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – Ростов на Дону : Феникс, 1999.
- Леонтьев Д.А. Личностный потенциал человека: структура и диагностика. – Москва : Смысл, 2011.
- Леонтьев Д.А., Аверина А.Ж. Рефлексивность как составляющая личностного потенциала // Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д.А. Леонтьева. – Москва : Смысл, 2011. – С. 360–381.
- Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. – Санкт-Петербург : Лань, 2005.
- Московчук Л.С. Профессиональная рефлексия в библиотечном деле: теоретико-методологический анализ // Библиосфера. – 2012. – № 2. – С. 75–81.
- Неруш Т.Г. К вопросу о профессиональной рефлексии психолога // Психология и экономика. – 2006. – № 5. – С. 83–89.
- Николаев А.Н. Успешность деятельности тренера // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 12. – С. 29–33.
- Параносич В., Лазаревич Л. Психодинамика спортивной группы (советы тренеру) / пер. с серб. В.М. Полиевктова. – Москва : Физкультура и спорт, 1977.
- Романова М.В. Проблема профессионального становления студентов педагогов-психологов // Известия Самарского научного центра РАН. – 2012. – Т. 14. – № 2. – С. 157–160.
- Степанов С.Ю., Семенов И.Н. Психология рефлексии: проблемы и исследования // Вопросы психологии. 1985. – № 3. – С. 31–40.
- Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий. – Москва, 1961.
- April, K., Dharani, B. & Peters, B. (2011) Leader Career Success & Locus of Control Expectancy. Academy of Taiwan Business Management Review. vol. 7, 3, 28–40.
- Bain, J. D., Ballantyne, R., Packer, J., & Mills, C. (1999). Using journal writing to enhance student teachers' reflectivity during field experience placements. Teachers & Teaching, 5, 51. doi: 10.1080/1354060990050104
- Douglas, K., & Carless, D. (2008). Using stories in coach education. International Journal of Sports Science and Coaching, 3(1), 33–49. doi: 10.1260/174795408784089342
- Frost, J.L. (2012). Characteristics Contributing to the Success of a Sports Coach. United States Sports Academy. American's Sports University. 15.
- Irvin, G., Hanton, S., & Kerwin, D (2004). Reflective practice and the origins of elite coaching knowledge. Reflective practice, 5, 426–442.
- Jones, R., & Wallace, M. (2005). Another bad day at the training ground: Coping with ambiguity in the coaching context. Sport, Education & Society, 10,

119–134. doi: 10.1080/1357332052000308792

Lee-Kelley, L. (2006). Locus of control and attitudes to working in virtual teams. *International Journal of Project Management*, 24, 234–243. doi: 10.1016/j.ijproman.2006.01.003

References:

- Anan'ev, B.G. (2001) *Chelovek kak predmet poznaniya*. SPb., Piter.
- Angelovskaya, S.K. (2006) Psycho-pedagogical foundations of reflexive control of student's self-education. [*Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta*]. Series Education, health, physical culture. Chelyabinsk. Issue 7, vol. 2, 3 (58), 43–46.
- April, K., Dharani, B. & Peters, B. (2011) Leader Career Success & Locus of Control Expectancy. *Academy of Taiwan Business Management Review*. 7(3), 28–40.
- Averina, M.N., & Voronina, A.V. (2013) Structure of general teacher's skill: reflective component. [*Yaroslavskiy pedagogicheskiy vestnik*]. 2(2), 113–119.
- Bain, J. D., Ballantyne, R., Packer, J., & Mills, C. (1999). Using journal writing to enhance student teachers' reflectivity during field experience placements. *Teachers & Teaching*. 5, 51. doi: 10.1080/1354060990050104
- Bazhin, E.F., Golyunkina, E.A., & Atkind A.M. (1984) The method of investigation of the subjective level of control. [*Psikhologicheskiy zhurnal*]. 5(3), 152–162.
- Bodrov, V.A. (2003) Psychology of professional activity. [*Psikhologiya XXI veka*]. Textbook for universities. Moscow, PER SE, 801–844.
- Douglas, K., & Carless, D. (2008). Using stories in coach education. *International Journal of Sports Science and Coaching*. 3(1), 33–49. doi: 10.1260/174795408784089342
- Druzhilov, S.A. (2004) Professionalism as the realization of individual human development resource. [*Polzunovsky vestnik*]. 3, 200–208.
- Elizarov, A.N., & Boldinova M.N. (2013) Social and psychological criteria of success of activity as the problem of positive psychology. [*Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo gumanitarnogo universiteta im. M.A. Sholohova. Pedagogika i psikhologiya*]. 3, 95–106.
- Frost, J.L. (2012). Characteristics Contributing to the Success of a Sports Coach. United States Sports Academy. *American's Sports University*. 15.
- Gushchina, E.H. (2007) Psychological acmeological conditions and factors of the effectiveness of the psychologist of internal affairs. Ph.D. in Psychology, thesis. Moscow,
- Irvin, G., Hanton, S., & Kerwin, D (2004). Reflective practice and the origins of elite coaching knowledge. *Reflective practice*. 5, 426–442.
- Ivashkin, A.G. (2007) Psychological bases of the municipal leader's career success. Doctor of Psychology, thesis Stavropol'.
- Jones, R., & Wallace, M. (2005). Another bad day at the training ground: Coping with ambiguity in the coaching context. *Sport, Education & Society*. 10, 119–134. doi: 10.1080/1357332052000308792
- Karpov, A.V. (2003) Reflection as a mental property and technique of its diagnostics. *Psychological Journal*. 5, 45–47.
- Karpov, A.V. (2004) Psychology of work. Moscow, VLADOS-Press.
- Kazaryan, V.P. (2001) Modern issues of management and reflexive processes. [*Refleksivnye protsessy i upravlenie*]. Moscow, Institut psikhologii RAN.
- Klimov, E.A. (2003) Ways in professionalism (Psychological opinion). Moscow, Flinta.
- Klimov, E.A. (2004) Professional psychology of selfidentification. Moscow, Akademiya.
- Konyukhova, E.T. (2007) Personality attitudes in professional activity.
- (Ed.) Petrovskiy, A.V., & Yaroshevskiy, M.G. (1999) Short psychological dictionary. Rostov-on-Don, «Feniks».
- Lee-Kelley, L. (2006). Locus of control and attitudes to working in virtual teams. *International Journal of Project Management*. 24, 234–243. doi: 10.1016/j.ijproman.2006.01.003
- Leontiev D.A. (2011) Personal potential in human: Structure and diagnostics. Moscow, Smysl.
- Leontiev, D.A. & Averina, A.Z. (2011) Reflection as a component of personal potential. [*Lichnostnyy potentsial: struktura i diagnostika*]. Moscow, Smysl, 360–381.
- Matveev, L.P. (2005) The general theory of sport and its applications. SPb., Lan'.
- Moskovchuk, L.S. (2012) Professional reflection in library's work: theoretical and methodological analysis *Bibliosphere*, 75–81.
- Nerush, T.G. (2006) On the issue of psychologist's professional reflection. [*Psikhologiya i ekonomika*]. 5, 83–89.
- Nikolaev, A.N. (2003) The success of a coach. [*Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury*]. 12, 29–33.
- Paranosich, V. & Lazarevich, L. (1977) Psychodynamics of sports team (the adviceto coach). Moscow, Fizkul'tura i sport.
- Romanova, M.V. (2012) The issue of career development in students of education and psychology. [*Izvestiya Samarskogo nauchnogo tsentra RAN*]. Vol. 14, 2, 157–160.
- Stepanov, S.Yu., & Semenov, I.N. (1982) The issue of reflection types in solving creative problems [*Voprosy psikhologii*]. 1, 99–104.
- Teplov, B. M. (1961) *Issues of individual differences*. Moscow.
- Voschinin, A.V. (2012) Reflexive reference method (signifying) of actual experience of the coach work. [*Sportivnyy psikholog*]. 2, 67–72.
- Wulfov, B.Z. (1997) Reflection: teaching, controlling. [*Mir obrazovaniya*]. Moscow, 63–65.
- Zheleznyak, Yu.D., Kashkarov, V.A., & Kravtsevich I.P. (2005) Pedagogical, physical culture and sports perfection. Moscow, Akademiya.
- Zhukov, Yu.M., Zhuravlev, A.B., & Pavlova, E.H. (2008) Teambuilding Technology. Moscow, Aspekt Press.
- Znakov V.V. (2005) Self-understanding of the subject as a cognitive and existential issue. [*Psikhologicheskiy zhurnal*], 26(1), 18–28.