

Севостьянова Мария Сергеевна

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
УСПЕШНОСТИ СПОРТСМЕНОВ СПОРТИВНЫХ СБОРНЫХ КОМАНД  
РОССИИ

19.00.07 – педагогическая психология

АВТОРЕФЕРАТ  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Кемерово – 2019

Работа выполнена в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого» Министерства здравоохранения Российской Федерации, на кафедре клинической психологии и психотерапии с курсом последипломного образования.

**Научный руководитель:** доктор психологических наук, профессор  
**Логинова Ирина Олеговна**

**Официальные оппоненты:** доктор психологических наук, профессор  
**Смоленцева Валентина Николаевна**  
профессор кафедры педагогики и психологии  
ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта»

доктор психологических наук, профессор  
**Козлова Наталья Викторовна**  
заведующая кафедрой генетической и  
клинической психологии ФГАОУ ВО  
«Национальный исследовательский Томский  
государственный университет»

**Ведущая организация:** ФГБОУ ВО «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»

Защита состоится 30 мая 2019 года в 13 часов на заседании диссертационного совета Д 212.088.09 при ФБГОУ ВО «Кемеровский государственный университет» по адресу: 650000, г Кемерово, ул. Красная, 6, ауд. 3402.

С диссертацией и авторефератом можно ознакомиться в библиотеке ФБГОУ ВО «Кемеровский государственный университет» по адресу: 650000, г Кемерово, ул. Красная, 6 и на официальном сайте КемГУ [www.kemsu.ru](http://www.kemsu.ru), <https://kemsu.ru/science/dissertation-councils/diss-212-088-09/protects/2787/>

Автореферат разослан «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2019 года.

Ученый секретарь  
диссертационного совета  
кандидат психологических  
наук, доцент



Н.Р. Хакимова

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность исследования.** В настоящее время, согласно Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года (утверждена Распоряжением Правительства РФ от 07.08.2009 N 1101-р), перед сферой физической культуры и спорта России стоит ряд глобальных вызовов и задач, эффективное решение которых в максимально сжатые сроки требует качественно нового подхода. Среди ключевых проблем отмечается усиление глобальной конкуренции в спорте высших достижений на мировом уровне, которая в перспективе будет только нарастать, отставание России от ведущих спортивных держав в развитии и внедрении инновационных спортивных технологий, низкая конкурентоспособность российского спорта в целом. Поскольку высокие спортивные результаты на международной арене рассматриваются как отражение социально-экономического развития страны, для решения данных проблем требуется задействовать весь потенциал государства, включая науку, развивать и внедрять инновационные спортивные технологии. Тем не менее, реализация поставленных задач существенно затрудняется в условиях сложившейся вокруг российского спорта высших достижений сложной политической обстановки. В своем обращении к спортсменам олимпийцам, допущенным до участия в Олимпийских Играх в Пхёнчхане зимой 2018 года, В.В. Путин подчеркнул, что «Все мы очень хорошо знаем, а вы — лучше, чем кто-либо другой знаете, как тяжело достаются победы в современном спорте высоких достижений, чего они стоят, сколько труда нужно для этого приложить. Но втрое тяжелее, когда в стране, в данном случае в нашей стране, в этой связи складывается такая сложная общественная оценка, звучат самые разные, порой абсолютно противоположные мнения на этот счет. Это создает совсем тяжелые условия для достижения результата». Оставаться на пике профессиональной успешности в спорте высших достижений – всегда являлось сложнейшей задачей ввиду специфики самой деятельности, рассматриваемой как экстремальная из-за исключительной нацеленности на достижение максимального спортивного результата в условиях высокой конкуренции, что требует от спортсмена постоянного нахождения в на пике физических и психологических возможностей. В сложившихся социально-политических условиях неопределенности реализация данной задачи атлетами высокого класса становится практически невозможной без адресной поддержки «извне», включающей систему адекватно подобранных мер по психолого-педагогическому обеспечению.

Настоящее диссертационное исследование решает актуальную для современного Российского спорта высших достижений **проблему** повышения спортивной результативности и роста профессионального долголетия высококвалифицированных спортсменов. Предложенная в рамках работы стратегия разрешения заключается в применении специально разработанной с позиций здоровьесберегающего подхода программы психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд Российской Федерации в результате чего в максимально сжатые сроки удастся одновременно повысить как спортивную результативность, так и уровень психической адаптации спортсменов.

**Степень разработанности проблемы исследования.** Теоретический анализ психолого-педагогической литературы позволил выделить основные векторы рассмотрения данного вопроса в отечественных и зарубежных исследованиях. В частности, через создание системы психолого-педагогического обеспечения процесса спортивной подготовки (Н.С. Шумова, А.С. Попов),

системы психолого-педагогической подготовки к соревнованиям (А.Д. Ганюшкин, Г.Д. Горбунов, Р.М. Загайнов, Н.П. Казаченко, О.Н. Мазуров, В. Р. Малкин, О.С. Никитина, Ю.Е. Рыжкин, В.К. Сафонов, В.Ф. Сопов, М. А. Теряева, Д. Р. Шарафутдинов и т.д.), организацию психологического сопровождения спортсменов по «принципу опережающей постановки задач, в рассмотрении психики спортсменов как источника ресурсов их самореализации в спорте, а не как препятствия» (Г.Б. Горская), изучение процессов освоения психологических навыков саморегуляции (В.Н. Смоленцева, Е.А. Бочавер, В.Н. Касаткин, И. Симоненкова, Р. Уэйнберг, Д. Гоулд, R. Weinberg, J. Gould и т.д.), эффективности отдельных психотехнологий для повышения качества тренировочного процесса для достижения максимальных спортивных результатов (С. Ring, A. Cooke, M. Kavussanu, D. McIntyre, R. Masters, C. Rivas, J. L. Van Raalte, A. Vincent, V. W. Brewer, C. Rossato), возможностей воздействия на личность спортсмена и управления процессом становления личности в спорте («self-actualization») от самоопределения, самоатрибуции к самореализации личности (Е.В. Быстрицкая Д.Я. Богданова, С.В. Дмитриев, Г.Е. Леевик, С.Д. Неверкович), изучение психолого-педагогических условий формирования субъекта деятельности в сфере физической культуры и спорта (Л. Н. Рогалева, Н.С. Гриневич, Р. Р. Валиев) и индивидуально-психологических особенностей спортсменов в оптимальном возрасте для достижения высокого спортивного результата (В.М. Мельников, И.А. Юров), универсальных и специфических для различных видов спорта детерминант надежности, стабильности и результативности спортсменов (В.Ю. Алексеев, В.В. Маркелов), социально-психологических аспектов подготовки спортивных команд (Д.Я. Богданова, В.И. Румянцева, Ю.Л. Ханин, M. Denton, T. M. Palmer), в том числе «индивидуальных и общих стресс-факторов», «индивидуальных и коллективных эмоций» спортсменов и других характеристик, влияющих на личную и командную результативность (К.А. Tamminen, T. M. Palmateer, M. Denton, C. Sabiston, P. Crocker, M. Eys, V. Smith), через актуализацию психологических резервов спортсмена (Т.Т. Джамгаров, Б.Н. Смирнов, Е.Н. Сурков), повышение самооценки и уверенности как механизма активации (Д.Н. Волков), индивидуализацию психологического сопровождения (А.Е. Ловягина), актуализацию и решение проблем сохранения психического здоровья спортсменов (А.В. Алешичева, Н.Г. Самойлов, M. Sulprizio, J. Kleinert, G. Kenttä), в частности «сохранения (укрепления) психического здоровья детей» и «обеспечения гармоничного развития воспитанников спортивных школ» (И.В. Бабичев, О.И. Жихарева, А.Ю. Лапин, J. Ohlert).

В целом, анализ социальной и политической ситуации, сложившейся вокруг спорта высших достижений, изучение самой сути и степени разработанности существующих подходов к решению проблемы повышения профессионального долголетия высококвалифицированных спортсменов с учетом глобальных вызовов и задач, стоящих в настоящее время на государственном уровне перед сферой физической культуры и спорта, позволили обозначить ряд существующих **противоречий**:

- между стремительным выходом из «застоя», в котором оказалась отечественная спортивная психология как следствие кризиса 1990-х годов (Е.П. Ильин, 2016) и, как результат, ростом общего числа научных исследований, публикаций по психологии спорта и сформированным пониманием необходимости психолого-педагогического обеспечения процесса спортивной подготовки с одной стороны, и отсутствием четких механизмов преемственности между теорией и практикой, по причине чего прикладные инструменты психолого-педагогического

обеспечения профессиональной успешности остаются недоступными практикующим спортивным психологам с другой;

- между накопленными знаниями о механизмах повышения спортивной результативности спортсменов и нарастанием актуальности проблемы сохранения психологического здоровья и повышения психической адаптации последних, что позволяет судить об отсутствии курса на здоровьесбережение в большинстве ориентированных на достижение максимального спортивного результата программах психолого-педагогического обеспечения процесса спортивной подготовки, что, в свою очередь, не способствует повышению профессионального долголетия спортсменов сборных команд РФ.

Для решения поставленной проблемы в условиях существующих противоречий была сформулирована **тема** настоящего диссертационного исследования: «Психолого-педагогическое обеспечение профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России».

**Цель исследования** – выявить, теоретически обосновать и экспериментально проверить возможности психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России.

**Объект** – профессиональная успешность в спорте высших достижений.

**Предмет** – психолого-педагогическое обеспечение профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России.

**Гипотезы исследования:**

1. Высокая профессиональная успешность в спорте высших достижений может рассматриваться как закономерный результат эффективной профессионализации, ключевым критерием которой выступает способность к достижению максимальных стабильных спортивных результатов при сохранении высокого уровня психической адаптации, что обеспечивает профессиональное долголетие спортсмена.

2. Психолого-педагогическое обеспечение профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России может быть реализовано через систему специальных мероприятий по укреплению психологического здоровья (здоровьесберегающих) и созданию условий для достижения максимально высоких и стабильных спортивных результатов, ключевая роль в которых отводится психотехнологиям, направленным на повышение устойчивости жизненного мира спортсменов.

В соответствии с целью и гипотезой исследования были поставлены следующие **задачи**:

1. Провести теоретико-методологический анализ проблемы психолого-педагогического обеспечения процесса спортивной подготовки спортсменов спортивных сборных команд России в целом и профессиональной успешности в частности;

2. Сформулировать основные принципы организации психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности в спорте высших достижений, в рамках которых разработать и обосновать психологическую модель профессиональной успешности в спорте высших достижений;

3. На основании разработанной модели определить и изучить психологический механизм опосредованного повышения профессиональной успешности в процессе психолого-педагогического обеспечения подготовки спортсменов спортивных сборных команд России;

4. Разработать программу психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России;

5. Эмпирически проверить эффективность программы психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России в формирующем эксперименте.

**Теоретико-методологическую основу исследования составили:** положения Глобального плана действий по охране и укреплению здоровья трудящихся, принятом на шестидесятой сессии Всемирной Ассамблеи Здравоохранения, положения Распоряжения Правительства РФ от 07.08.2009 №1101-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года», результаты современных исследований в области экологии труда и человека, подчеркивающие особую важность сохранения и укрепления здоровья трудящихся, что составляет основу государственной социальной политики (И. В. Бухтияров, М. Ю. Рубцов, П. В. Чесалин), биопсихосоциальная модель профессиогенеза (В.А. Бодров, Е.А. Климов, Н.С. Пряжников), положения синергетической концепции деструктивного профессиогенеза, теоретические представления о факторах и стратегиях адаптивного профессиогенеза (И.Н. Новикова, Ю.К. Родыгина, П. И. Сидоров, подход к изучению профессионального становления субъекта, предложенный В.А. Толочек, материалы исследований «двойной» профессиональной карьеры спортсменов (А.Н. Демин, Н.Б. Стамбулова, М.В. Arthur, N.K. Shlossberg, L. Linnèr, K. Lindahl, P. Wulleman), результаты современных исследований, поднимающие вопросы сохранения психического здоровья спортсменов (А.В. Алешичева, И.В. Бабичева, Г.Б. Горская, О.И. Жихарева, А.Ю. Лапина, G. Kenttä, M. Sulprizio, J. Kleinert G. Kenttä, M. Sulprizio, J. Kleinert, L. Jiménez López, J. Ohlert, J. Kleinert, M.A. Dawson, J.J. Hamson-Utley, R. Hansen, M. Olpin), сложившаяся система представлений о содержании психолого-педагогического обеспечения спортивной подготовки спортсменов (Н.Л. Высочина, Е.Н. Гогун, Г.Д. Горбунов, Е.П. Ильин, В.Р. Малкин, Б.И. Мартыанов, А.Н. Николаев, Л.Н. Рогалева, П.А. Рудик, В.Н. Платонов, В.К. Сафонов, В.Ф. Сопов, А.А. Тер-Ованесян, J. Blecharz, L.J. López и др.), концептуальные положения современной педагогической науки, согласно которым здоровьесбережение рассматривается как парадигма современного образования (Л.А. Акимова, Е.М. Голикова, Н.В. Сократов, П.П. Тиссен), существующие представления о психологических показателях профессионализма (А.К. Маркова). Общий контекст исследования ориентирован на положения системной антропологической психологии (Э.В. Галажинский, В.Е. Ключко, О.М. Краснорядцева, О.В. Лукьянов) и концептуальных оснований теории жизненного самоосуществления человека (А.Г. Асмолов, Ю.В. Живаева, И.О. Логинова, И.С. Морозова), определяющих возможность изучения универсальных системных психологических характеристик («эмерджентных свойств» человека).

Для проверки гипотезы и решения поставленных целей и задач были использованы следующие **методы исследования:**

I. Теоретические методы: теоретический обзор российской и зарубежной литературы, включая анализ регламентирующих документов, моделирование, схематизацию данных;

II. Эмпирические методы:

2.1. Аналитический метод: анализ медицинской документации Центра спортивной медицины и Центра современных психологических технологий Федерального государственного бюджетного учреждения «Федеральный Сибирский научно-клинический центр Федерального медико-биологического агентства», метод контент-анализа.

2.2. Клинико-психологические методы: наблюдение, структурированное интервью, анкетирование с применением специально разработанной анкеты «Моя спортивная карьера», метод констатирующего и формирующего эксперимента;

2.3. Психодиагностическое тестирование с применением следующих методик:

- Авторская методика И.О. Логиновой «Изучение устойчивости жизненного мира человека» (2012);

- Опросник формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДСИ) В.М. Русалова (1997);

- Тест жизнестойкости Сальваторе Мадди (1984) в русскоязычной адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Расказовой (2006);

- Шкала экзистенции (Existenz-Skala, ESK) А. Лэнгле, К. Орглер (1988-1989 гг.) в переводе С.В. Кривцовой (2009);

- Опросник самоорганизации деятельности (ОСД) Е.Ю. Мандриковой (2010)

- Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В.И. Моросановой (1988);

- Торонтская алекситимическая шкала TAS – 20 (Toronto Alexithimia Scale);

- Методика «Маскулинность-фемининность» (Опросник С. Бем «Bem Sex Role Inventory» (BSRI), 1974», модифицированный вариант (Э. Пайнс, К. Маслач (2000));

- Шкала «Психологической разумности» Х.Р. Конте с соавторами (Psychological mindedness, Hope R.Conte, R. Ratto, T. B. Karasu, 1990) (адаптация М.С. Новикова и Т.В. Корнилова, 2013);

- Пятифакторный опросник осознанности (Five Facet Mindfulness Questionnaire, Baer R. A., Smith G. T., Lykins E., 2008).

III. Методы математической статистики: U-критерий Манна-Уитни-Уилкоксона, коэффициент ранговой корреляции Спирмена, T-критерий Вилкоксона, кластерный анализ (метод Варда), факторный анализ (Варимакс вращение). Обработка результатов производилась с помощью пакета статистических программ STATISTICA 10.0. и STATGRAPHICS Plus.

**Эмпирическая база исследования.** Общую выборку исследования на разных его этапах составили 354 высококвалифицированных спортсмена, непрерывно входивших в период с 2013 по 2017 гг. в основные составы спортивных сборных команд России по различным видам спорта (227 мужчин, средний возраст  $23,8 \pm 5,7$  и 127 женщин, средний возраст  $22,6 \pm 6,376$ ). Из них на момент начала I этапа исследования 33 человека имели почетное звание «Заслуженный мастер спорта» (являлись чемпионами и призерами Олимпийских игр, победителями чемпионатов мира и т.д.), 74 являлись «Мастерами спорта международного класса», 145 – «Мастерами спорта» и 104 - «Кандидатами в мастера спорта». В результате распределения выборки на 6 подгрупп для сравнительного анализа в соответствии с целями и задачами исследования для этапа констатирующего эксперимента было отобрано 118 человек. На заключительном этапе исследования в формирующем эксперименте приняли участие 58 спортсменов (32 и 26 человек, экспериментальная и контрольная группы соответственно).

#### **Организация и этапы эмпирического исследования:**

Исследование проводилось поэтапно в период с 2013 по 2018 гг. на базе Центра современных психологических технологий ФГБУ «Федеральный сибирский научно-клинический центр Федерального медико-биологического

агентства» (г. Красноярск) в рамках медико-психологического сопровождения спортсменов сборных команд России в соответствии с Постановлением Правительства РФ № 812 от 17 октября 2009 года.

**Первый этап (2013-2014гг.)** – *организационно-подготовительный* - теоретический анализ литературы, теоретическая разработка здоровьесберегающего подхода к организации процесса психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов высокой квалификации, в рамках которого - разработка и обоснование психологической модели профессиональной успешности в спорте высших достижений, формулировка целей, задач, гипотезы исследования, разделение исходной выборки на подгруппы для дальнейшего сравнительного анализа, изучение представлений самих спортсменов о профессиональной успешности;

**Второй этап (2014-2017гг.)** – *опытно-экспериментальный*, включающий в себя *констатирующий* (исследование особенностей устойчивости жизненного мира и ее динамических характеристик у спортсменов с различной профессиональной успешностью, анализ межполовых различий в проявлении динамических характеристик устойчивости жизненного мира, построение психологических профилей профессионально успешных спортсменов мужчин и женщин, описание факторной модели устойчивости жизненного мира профессиональных спортсменов - мужчин, разработка программы психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов сборных команд России) и *формирующий* эксперименты (апробация и оценка эффективности программы психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов сборных команд России, внесение корректив в программу);

**Третий этап (2017-2018гг.)** – *аналитико-обобщающий* – анализ и обобщение всех полученных результатов, формулирование выводов и оформление диссертационного исследования.

**Достоверность и обоснованность полученных результатов и сделанных выводов** обеспечивается максимальным нивелированием угроз внутренней и внешней валидности за счет проработанности теоретико-методологического аппарата исследования, адекватно подобранной в соответствии с целями, задачами и гипотезой исследования совокупностью различных методов количественного и качественного анализа данных, корректностью применения методов статистической обработки данных с применением современных прикладных статистических программ, использованием надежных и валидных психодиагностических методик, уникальностью и репрезентативностью выборки.

**Научная новизна** исследования состоит в том, что:

– показано, что профессиональная успешность спортсменов высокой квалификации выступает как закономерный результат эффективной профессионализации, ключевым критерием которой является способность к достижению максимальных стабильных спортивных результатов при сохранении высокого уровня психической адаптации, что обеспечивает профессиональное долголетие спортсмена;

– исследован психологический феномен «устойчивость жизненного мира», раскрывающий содержание понятия «профессиональная успешность спортсменов высокой квалификации» и отвечающий за процесс эффективной профессионализации в спорте высших достижений;

– установлено, что высокая степень устойчивости жизненного мира и конструктивный характер ее проявления являются психологическими условиями оптимального сочетания процессов достижения стабильно высоких спортивных

результатов и сохранения высокого уровня психической адаптации спортсменами высокой квалификации;

- эмпирически доказано наличие различных психологических профилей профессионально успешных спортсменов мужчин и женщин;

- получены экспериментальные доказательства возможности использования психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов высокой квалификации, что может учитываться при решении ряда задач по совершенствованию подготовки спортсменов спортивных сборных команд России и их резерва для повышения конкурентоспособности российского спорта на международной спортивной арене.

**Теоретическая значимость** исследования заключается в том, что:

- расширены имеющиеся в психологии представления о содержательных характеристиках профессиональной успешности высококвалифицированных спортсменов;

- разработана и обоснована модель психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России;

- описаны развернутые психологические профили профессионально успешных спортсменов мужчин и женщин для последующего уточнения критериев психологического отбора в спорте высших достижений и усовершенствования метода прогнозных оценок;

- описана факторная модель устойчивости жизненного мира профессионально успешных спортсменов мужчин, что открывает новые возможности для психолого-педагогического обеспечения процесса спортивной подготовки спортсменов спортивных сборных команд России.

**Практическая значимость** исследования заключается в разработке и апробации программы психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов сборных команд России, а также в создании авторских психодиагностических методик, инструментов и приемов психологической интервенции, которые могут быть эффективно применены спортивными психологами в работе со спортсменами высокого класса (анкета «Моя спортивная карьера», Психологический дневник тренировок, анкета-опросник «Использование воображения в спорте», Индивидуальная психологическая карта спортсмена).

**Положения, выносимые на защиту:**

1. Профессионально успешным в спорте высших достижений может считаться спортсмен, добившийся стабильно высоких спортивных результатов и сохранивший при этом высокий уровень психической адаптации. При этом, стабильно высокая спортивная результативность (прежде всего соревновательная) является обязательным, но не достаточным условием профессиональной успешности, а стабильно высокие показатели психической адаптации рассматриваются как специфический индикатор эффективной профессионализации в спорте высших достижений, в то время как готовность и способность к здоровьесбережению – как индивидуально-психологическое свойство личности, отвечающее требованиям профессии и являющееся условием успешного выполнения спортивной деятельности на этапе высшего спортивного мастерства;

2. Высокая степень устойчивости жизненного мира и конструктивный характер ее проявления являются психологическими условиями оптимального сочетания процессов достижения стабильно высоких спортивных результатов и сохранения высокого уровня психической адаптации спортсменами высокой

квалификации, что позволяет определить устойчивость жизненного мира как системную психологическую характеристику, отвечающую за процесс эффективной профессионализации в спорте высших достижений. В свою очередь, механизмы формирования и особенности структурно-функциональной организации устойчивости жизненного мира как психологического феномена существенно варьируются у спортсменов разного пола и с различной профессиональной успешностью;

3. Включение программы психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России, ориентированной на повышение устойчивости жизненного мира и наращивание признаков конструктивного характера ее проявления, конгруэнтно представлениям самих спортсменов высокой квалификации о профессиональной успешности, в систему подготовки спортсменов высокого класса позволяет в максимально сжатые сроки повысить спортивную результативность и психическую адаптацию спортсменов высокой квалификации, способствуя росту их профессионального долголетия.

**Апробация и внедрение результатов работы.** Полученные результаты исследования были представлены на Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные вопросы медико-биологического и психологического сопровождения спортсменов» (Ессентуки, 2018), Всероссийской научно-практической конференции «Итоги и перспективы медико-биологического обеспечения спорта высших достижений» (Ессентуки, 2018), VII Сибирском психологическом форуме (Томск, 2017), на профориентационной акции «День спортивного психолога» Красноярского краевого института повышения квалификации работников физической культуры и спорта (Красноярск, 2017), на III и IV международной научно-практической конференции «Психологическое здоровье человека: жизненный ресурс и жизненный потенциал» (Красноярск, 2016, 2017), на I Байкальском международном симпозиуме «Традиционная медицина и реабилитация» (Иркутск, 2015), на Всероссийской конференции с международным участием «Медицинское обеспечение спорта высших достижений» (Москва, 2014), на Всероссийской научно-практической конференции «Технологии оздоровления, медицинской реабилитации и санаторно-курортного лечения в Сибирском регионе» (Красноярск, 2013). Разработанная программа психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности успешно применяется в работе психологов Центра современных психологических технологий ФГБУ ФСНКЦ ФМБА России, в том числе в психологической подготовке спортсменов спортивных сборных команд России к многочисленным международным стартам, включая XXIII зимние Олимпийские Игры в Пхёнчхане - 2018 (2017-2018гг.), XXIX Всемирную зимнюю универсиаду в г. Красноярске (2017 – 2019гг.), XXXII летние Олимпийские Игры в Токио (2018 – наст. время).

**Основные материалы диссертации изложены** в 13 печатных работах, из них 6 в ведущих рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК России.

**Объем и структура диссертации.** Основной текст диссертации изложен на 212 страницах машинописного текста, состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы, включающего 265 источников (из них 44 зарубежных) и 7 приложений. Текст диссертации содержит 10 таблиц и проиллюстрирован 30 рисунками.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

**Во введении** обоснована актуальность диссертационной работы, проанализирована степень разработанности проблемы исследования, определены цель, задачи, объект, предмет, гипотеза, методы и этапы исследования, сформулированы положения, выносимые на защиту, раскрываются теоретическая и практическая значимость работы, научная новизна исследования.

**В первой главе «Теоретико-методологические основания изучения проблемы психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности в спорте высших достижений»** проиллюстрирован исторический контекст становления системы психолого-педагогического обеспечения подготовки спортсменов, проведен теоретический анализ современного состояния проблемы психолого-педагогического обеспечения в системе подготовки спортсменов в России и за рубежом, раскрыты предпосылки и теоретико-методологические основания изучения профессиональной успешности в спорте высших достижений в качестве предмета психолого-педагогических исследований.

**В параграфе 1.1** приводится аргументация необходимости ведения специальным образом организованного психолого-педагогического процесса для качественного освоения спортсменом профессиональных компетенций и достижения профессиональной успешности. Показан генезис системы представлений о психолого-педагогическом обеспечении процесса спортивной подготовки в России.

**В параграфе 1.2** проанализированы основные аспекты проблемы психолого-педагогического обеспечения в системе подготовки спортсменов на современном этапе в России и за рубежом. В частности, в исследованиях последних 5 лет актуализированы такие проблемы, как отсутствие «единого взгляда ученых на проблему психологического обеспечения в системе многолетней подготовки спортсменов и систематизации научных знаний» (Н. Л. Высочина) и «системы задач психологического обеспечения, которая устраивала бы в полной мере всех, кто отвечает за психологическое состояние спортсменов и команды в целом» (А.Н. Николаев), острая необходимость сохранения психического здоровья спортсменов (А.В. Алёшичева, В.П. Губа, А.В. Кардаш, В.В. Маринич, Н.Г. Самойлов, М.А. Dawson, R. Hansen, L. J. López, G. Kenttä, J. Kleinert, J. Ohlert, M. Olpin, M. Sulprizio).

**В параграфе 1.3** дана подробная характеристика спорта высших достижений как вида трудовой деятельности (Б.В. Вяткин, В.А. Толочек, J. Blecharz), проанализированы специфические особенности спортивной карьеры, изучен феномен «двойной» карьеры спортсменов (Н.Б. Стамбулова, A. Spitse, N. Schipper-van Veldhoven, S. Defruyt, P. Wylleman и др.), аргументированно поднят вопрос о необходимости четкого определения критериев профессиональной успешности спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства.

**Во второй главе «Профессиональная успешность в спорте высших достижений: система мероприятий психолого-педагогического обеспечения»** дается теоретическое и научно-практическое обоснование психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности. Описаны этапы эмпирического исследования, приведена характеристика контингента и методов

исследования, описана технология проведения и проанализированы результаты организационного (подготовительного) этапа эмпирического исследования, дано обоснование и поэтапное планирование реализации программы психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности.

**В параграфе 2.1.** представлена авторская психологическая модель профессиональной успешности в спорте высших достижений, в рамках которой стабильно высокая результативность является обязательным, но не достаточным условием профессиональной успешности, а стабильно высокие показатели психической адаптации рассматриваются как специфический индикатор эффективной профессионализации (рис.1).



Рисунок 1 – Модель профессиональной успешности в спорте высших достижений

Проблема поиска путей психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности в спорте высших достижений решена с позиций системной антропологической психологии (О.М. Краснорядцева, В.Е. Ключко, Э.В. Галажинский, О.В. Лукьянов) и концептуальных оснований теории жизненного самоосуществления человека (И.О. Логинова, И.С. Морозова) через обоснование целесообразности изучения устойчивости жизненного мира (УЖМ) как системной психологической характеристики, обеспечивающей эффективную профессионализацию высококвалифицированных спортсменов. Для дальнейшего изучения в качестве динамических характеристик УЖМ спортсменов определены формально-динамические свойства индивидуальности, жизнестойкость, экзистенциальная исполненность, самоорганизация деятельности, саморегуляция поведения, алекситимия и гендерные характеристики.

Также в параграфе схематично представлено разрабатываемое в рамках диссертационного исследования психолого-педагогическое обеспечение профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России (рис. 2).



Рисунок 2 – Схема организации процесса психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России

**В параграфе 2.2.** смоделирована процедура эмпирического исследования психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России, описаны принципы отбора спортсменов для формирования контингента исследования, критерии включения в выборку, методы и методики исследования.

Логика эмпирического исследования позволила последовательно изучить и эмпирически проверить возможности психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России (рис. 3).

Для наглядности также приведено графическое деление исходной выборки в соответствии с этапами эмпирического исследования (рис. 4).



Рисунок 3 – Дизайн-схема эмпирического исследования

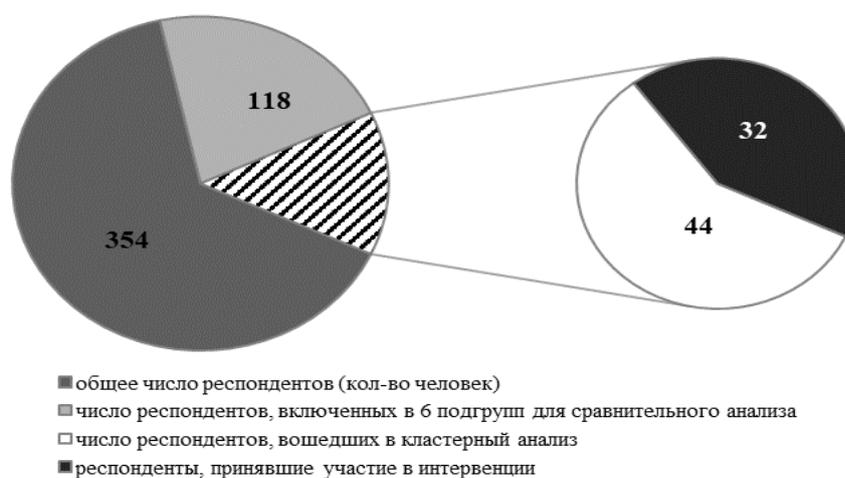


Рисунок 4 – Графическое деление исходной выборки

В ходе организационного (подготовительного) этапа эмпирического исследования были получены статистические данные о группах психической адаптации респондентов (таблица 1). Большинство респондентов обоего пола (45,6% мужчин и 50,3% женщин) имели группу здоровья ШБ. Это свидетельствует о характерном почти для половины всей выборки (167 человек, 47,1%) выраженном снижении функционального состояния ВНС и/или ЦНС, что классифицируется как существенное проявление дезадаптационных расстройств и состояний.

Таблица 1 – Распределение спортсменов по группам психической адаптации

Группа психической адаптации	Мужчины (количество человек, %)	Женщины (количество человек, %)
I	54 (23,7%)	20 (15,7%)
II	54 (23,7%)	26 (20,4%)
IIIА	8 (3,5%)	8 (6,3%)
IIIБ	103 (45,6%)	64 (50,3%)
IIIА, Б	8 (3,5%)	9 (7,3%)

По результатам анкетирования были установлены объективные показатели спортивной результативности для мужчин и женщин (рис. 5).

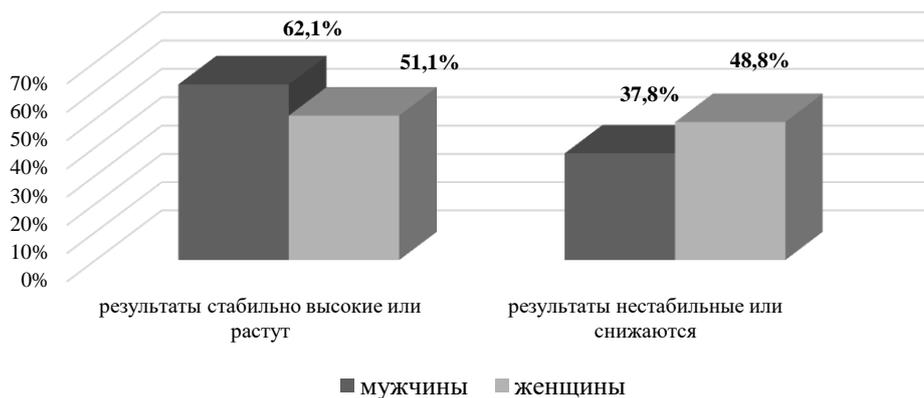


Рисунок 5 - Распределение спортсменов по показателям спортивной результативности

В результате систематизации полученных данных были сформированы 6 подгрупп испытуемых для дальнейшего сравнительного анализа (таблица 2).

Таблица 2 – Критерии деления исходной выборки на подгруппы

Название	Пол	Количество человек	Наличие стабильно высоких спортивных результатов (за последние 3 года)	Наличие стабильно высоких показателей уровня психической адаптации (за последние 3 года)
IM	муж.	44	+	+
IIМ	муж.	15	+	-
IIIМ	муж.	16	-	-
IЖ	жен.	12	+	+
IIЖ	жен.	13	+	-
IIIЖ	жен.	18	-	-

Исходя из выше обоснованной авторской модели профессиональной успешности, в рамках данного исследования профессионально успешными признаются спортсмены - представители подгрупп IM и IЖ.

Результаты дополнительно проведенного контент-анализ по материалам письменных ответов спортсменов (N=354) на открытые вопросы анкеты «Моя спортивная карьера» по категориям, отражающим содержание понятия «профессиональная успешность в спорте высших достижений» обнаружили высокую частоту использования семантических единиц категории Д – профессионально важные качества спортсменами подгрупп IM и IЖ (74 и 69%,

соответственно), следовательно, согласно представлениям большинства профессионально успешных спортсменов умение добиваться и удерживать высокий спортивный результат без ущерба для физического и психологического здоровья является профессионально важной компетенцией, что не противоречит предложенной в рамках данной работы психологической модели профессиональной успешности в спорте высших достижений.

**В параграфе 2.3.** определены теоретические и практические основания для разработки психолого-педагогической программы, направленной на повышение профессиональной успешности спортсменов мужского пола – членов спортивных сборных команд России. Цель программы - экспериментальная проверка эффективности психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России. Целевая аудитория – спортсмены - мужчины в возрасте от 18 до 30 лет, члены спортивных сборных команд России с низкой профессиональной успешностью. Одна из задач - формирование необходимых умений и навыков (обучение) для выполнения трудовых функций по самостоятельному контролю физического и психического состояния, в частности обучение приемам и методам восстановления после интенсивных физических нагрузок, болезней, травм, а также навыкам здоровьесбережения в условиях интенсивной профессиональной деятельности, ориентированной на стабильно высокие результаты. Центральный механизм реализации программы - повышение степени УЖМ и, соответственно, наращивание признаков конструктивного характера ее проявления конгруэнтно представлениям самих спортсменов высокой квалификации о профессиональной успешности в спорте высших достижений.

**В третьей главе «Экспериментальное исследование психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России»** описана организация, проанализированы результаты констатирующего и формирующего экспериментов.

**В параграфе 3.1.** для каждой из 6 подгрупп испытуемых описаны выраженность, характер проявления и динамические характеристики устойчивости жизненного мира, проведен анализ межполовых различий, проанализированы психологические профили профессионально успешных спортсменов мужчин и женщин, представлена факторная модель устойчивости жизненного мира профессионально успешных спортсменов – мужчин. В подгруппах М, Ж были зафиксированы (статистически достоверные) более высокие показатели устойчивости жизненного мира - 49,2 и 57,5 баллов (рис. 6). При этом УЖМ профессионально успешных спортсменок достоверно выше, чем у успешных спортсменов. Качественный анализ эссе испытуемых также обнаружил существенные различия в степени и характере проявления УЖМ атлетов в зависимости от группы психической адаптации и спортивной результативности (рис. 7).

Среди профессионально успешных спортсменов, как мужчин, так и женщин, выявлено наибольшее (по сравнению с другими подгруппами) число лиц с конструктивным характером проявления УЖМ (18,1% и 41,6%). У высокорезультативных спортсменов обоего пола со сниженной психической

адаптацией преобладает стагнационный характер проявления устойчивости жизненного мира.

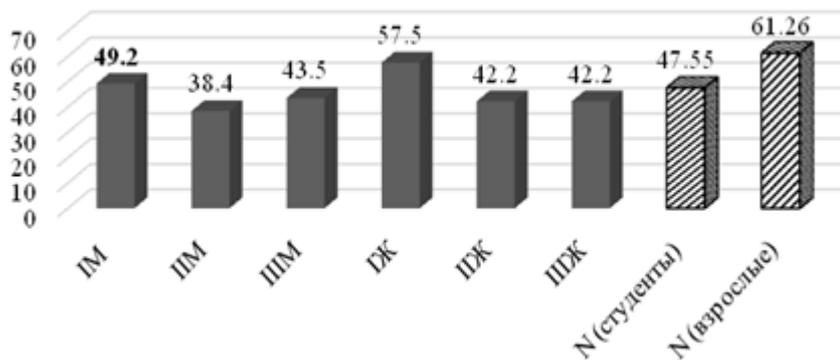


Рисунок 6 - Устойчивость жизненного мира спортсменов с различной профессиональной успешностью (средние значения в баллах)

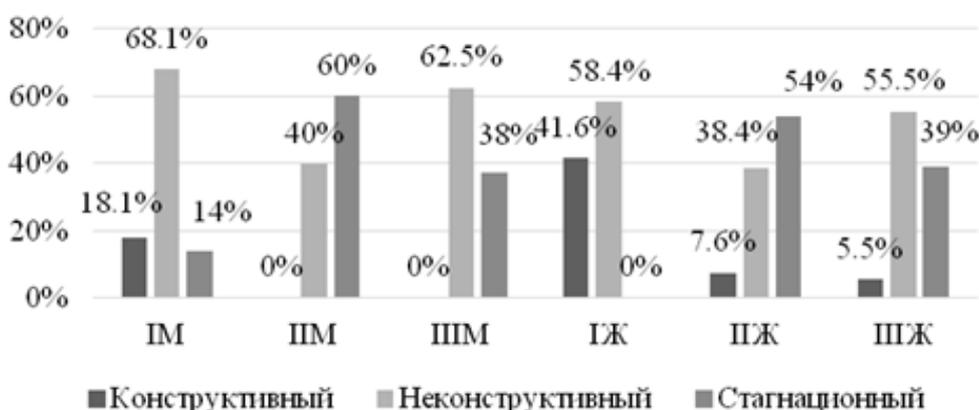


Рисунок 7 – Сравнительный анализ характера проявления устойчивости жизненного мира у спортсменов с различной профессиональной успешностью

Сравнительный анализ динамических характеристик УЖМ обнаружил, что профессионально успешные спортсмены обоего пола отличаются максимально выраженными и достоверно более высокими показателями психомоторной и коммуникативной скорости, психомоторной и общей активности. Интегральный показатель их жизнестойкости также значительно превышает средненормативное значение. При этом во всех подгруппах спортсменов с низким уровнем психической адаптации отмечалось снижение показателя по шкале «вовлеченность» по сравнению с нормой. У всех спортсменов (за исключением профессионально успешных женщин) общий показатель самоорганизации деятельности оставался значительно ниже средненормативного, а для достижения высоких спортивных результатов отмечалась высокая значимость таких навыков самоорганизации как целеустремленность, настойчивость и фиксация на структурировании деятельности. Высокие значения показателя общего уровня саморегуляции у подавляющего большинства спортсменов вне зависимости от пола, характера демонстрируемых результатов и группы психической адаптации, позволяют рассматривать высокий уровень саморегуляции поведения как профессионально важное качество высококвалифицированного спортсмена. Максимальная распространенность алекситимии отмечается среди мужчин и женщин со снижением показателей психической адаптации. В мужской выборке

общий уровень алекситимии у профессионально успешных спортсменов достоверно ниже. Большинство респондентов обладают андрогинным психологическим гендерным типом. При этом профессионально успешные мужчины характеризуются более выраженными маскулинными, а профессионально успешные женщины - фемининными чертами по сравнению со спортсменами соответствующего пола.

В результате корреляционного анализа были выстроены структурно-функциональные модели УЖМ для всех подгрупп испытуемых. Для понимания специфики полученных отрицательных корреляций был также применен кластерный анализ. Согласно полученной структурно-функциональной модели УЖМ профессионально успешных спортсменов мужчин, последняя формируется не случайным образом, а в тесной взаимосвязи с личностными характеристиками и формально-динамическими свойствами, отличается многоуровневостью (иерархичностью) и высокой степенью протроенности (рис. 8).

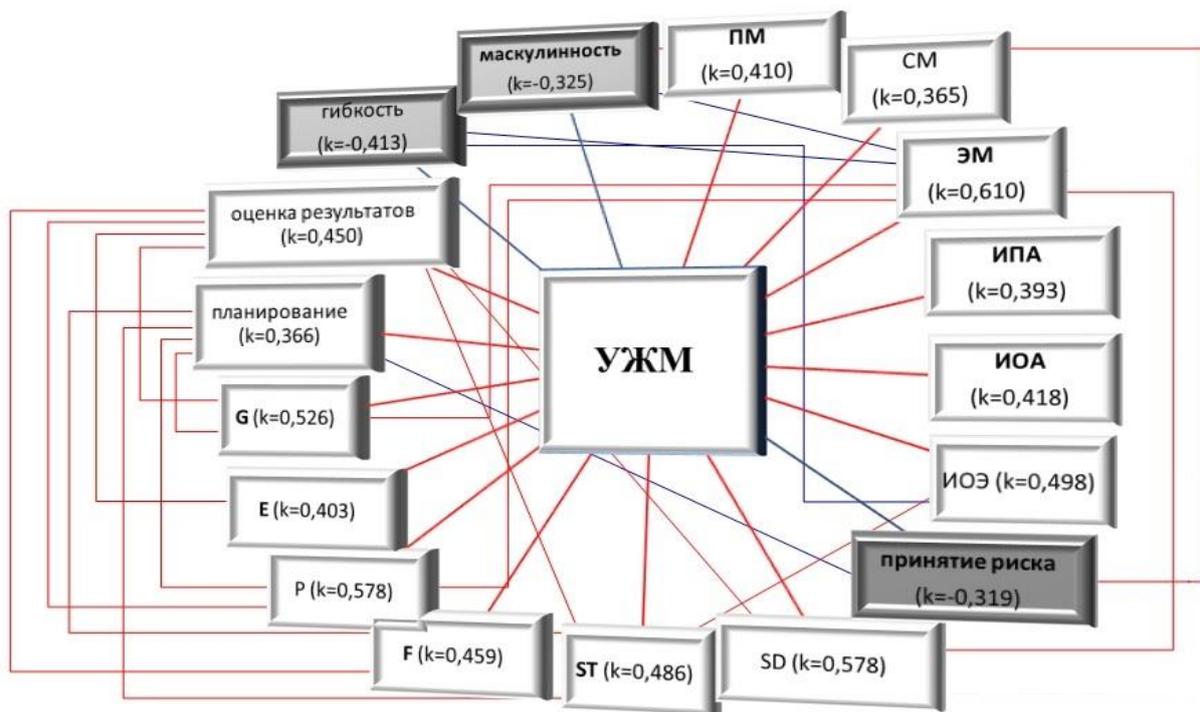


Рисунок 8 - Структурно-функциональная модель устойчивости жизненного мира профессионально успешных спортсменов мужчин

Результаты корреляционного и кластерного анализа показали, что для повышения УЖМ успешных спортсменов – мужчин особую роль играет пропорциональность развития психомоторной сферы (равномерное развитие пластичности, скорости и эмоциональности моторной): для достижения конструктивного характера проявления УЖМ в равной степени важно развитие как общей активности, так и общей эмоциональности, традиционно противопоставляемых друг другу при оценке общеадаптационного потенциала.

Структурно-функциональные модели УЖМ всех остальных спортсменов характеризовались недостаточной протроенностью, дефицитарностью динамических характеристик, внутренней функциональной несогласованностью, противоречивостью и парадоксальностью обнаруженных корреляционных связей между структурными элементами.

Опираясь на полученную структурно-функциональную модель УЖМ успешных спортсменов, а также на данные, полученные при сравнительном анализе психологических профилей спортсменов с различными сочетаниями показателей спортивной результативности и психической адаптации, была построена факторная модель УЖМ профессионально успешных спортсменов мужчин, представленная пятью факторами, объясняющими 86,8% дисперсии: «Ценностное отношение к событиям» (53,0%), «Целостность временной оси жизни человека» (12,7%), «Непрерывность жизненной истории человека» (9,4%), «Вовлеченность в собственную жизнь» (6,1%), «Рефлексивность» (5,6%).

Первый фактор – «Ценностное отношение к событиям» – имеет самый высокий уровень дисперсии и включает в себя такие характеристики как «Самодистанцирование» (0,83), «Отношение к событиям» (0,78), «Свобода» (0,79) и «Оценка результата» (0,70). Данный фактор отражает возможность формирования ценностного отношения к происходящим в жизни человека событиям вне зависимости от характера их содержания.

Второй фактор – «Целостность временной оси жизни человека». В данный фактор вошли такие показатели, как «Планомерность» (0,83), «Ориентация на настоящее» (0,77), «Временной модус событий» (0,72), «Эргичность интеллектуальная» (0,72), «Самостоятельность» (0,55), «Андрогинность» (0,52), «Скорость интеллектуальная» (0,51). Анализ данного фактора показал, что целостное и гармоничное восприятие временной оси собственной жизни с умением последовательно актуализировать прошлый опыт и планомерно выстраивать стратегии будущего возможно только из позиции нахождения человека на временной оси «здесь и сейчас», когда для него особенную значимость и ценность представляет именно то, что происходит в данный момент, а настоящее (каким бы оно не было) не «подменяется» воспоминаниями о прошлом или фантазиями о будущем.

Третий фактор – «Непрерывность жизненной истории человека» – представлен следующими характеристиками – «Непрерывность личностной истории» (0,82), «Значение описываемых событий» (0,80), «Устойчивость жизненного мира» (0,69), «Скорость моторная» (0,69), «Эмоциональность моторная» (0,68), «Гибкость» (-0,52) и отражает способность человека объединять самые различные события собственной жизни в общую линию становления человека.

Четвертый фактор – «Вовлеченность в собственную жизнь» включает в себя такие характеристики как «Вовлеченность» (0,70), «Трудность описания чувств» (-0,66), «Контроль» (0,61), «Критерий выбора содержания событий» (0,58), «Целеустремленность» (0,57), «Соотношение глаголов» (0,51). Данный фактор отражает умение высококвалифицированных спортсменов-мужчин получать удовольствие от жизни и чувствовать искренний интерес к событиям собственной жизненной истории как в прошлом, так в настоящем и будущем, воспринимая их в пространственно-временном континууме и открыто выражая свое эмоциональное отношение ко всему случившемуся.

В пятый фактор – «Рефлексивность» вошли такие характеристики как «Рефлексивная позиция» (0,72), «Планирование» (0,71), «Принятие риска» (-0,70) и «Маскулинность» (-0,61). Данный фактор раскрывает психологические условия развития способности профессионально успешных спортсменов мужчин к рефлексии в широком ее смысле (под рефлексией в данном случае понимается не только умение осмысленно вести самоанализ, фокусироваться на содержании

собственного «Я», но прежде всего готовность и потребность практиковать данный способ самопознания).

**В параграфе 3.2.** представлены результаты формирующего эксперимента, проведено тематическое планирование программы психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности, прописаны критерии включения в экспериментальную группу, проанализированы результаты апробации, дана оценка эффективности программы по обоснованным с теоретической и практической точек зрения критериям.

Апробация программы проводилась в период с 2016-2017гг. на базе Центра современных психологических технологий ФГБУ ФСНКЦ ФМБА России г.Красноярска. В экспериментальную группу вошли 32, а в контрольную - 26 спортсменов с недостаточной профессиональной успешностью. Программа реализовывалась индивидуально для каждого спортсмена, средний срок реализации составил 12,5 месяцев. За это время каждый участник прошел в среднем 28 индивидуальных занятий с психологом (39 часов консультирования и обучающего тренинга) и 4 часа (240 минут) психофизиологического тренинга с биологической обратной связью.

Для комплексной оценки эффективности программы (для экспериментальной группы до и после прохождения программы, для контрольной – ретестирование с интервалом в 10-12 месяцев) были проанализированы уровень психической адаптации, спортивной результативности, выраженности и характера проявления УЖМ спортсменов. В экспериментальной группе у 28 человек (87,5%) были зафиксированы улучшения по различным показателям психической адаптации. По завершению программы не было выявлено ни одного спортсмена с выраженной невротической симптоматикой, высоким уровнем стресса или интенсивной степенью нервно-психического напряжения. У 4 человек (из 9 с ярко выраженной невротической симптоматикой и высоким уровнем стресса до начала программы) состояние оценивалось как «неустойчивая психическая адаптация». У 7 человек (21,8%) была зафиксирована I группа психической адаптации. В контрольной группе значительных изменений в состоянии психического здоровья не отмечалось, ухудшение или улучшение показателей психической адаптации не было связано с какими-либо специфическими воздействиями (рис. 9).

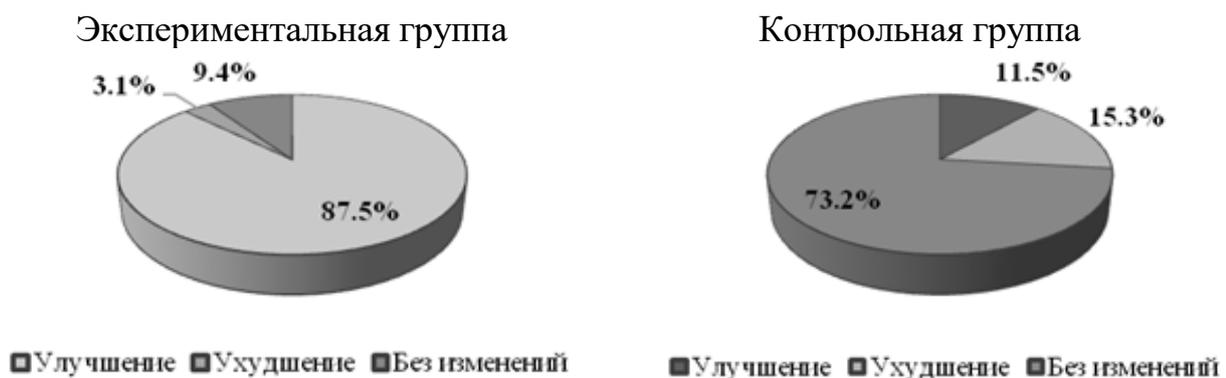


Рисунок 9 – Динамика изменений показателей психической адаптации в экспериментальной и контрольной группах

Объективно соревновательная успешность возросла у 15 (46,8%) спортсменов экспериментальной группы, у 8 (25%) человек спортивные результаты стали более стабильными. У 22 из них (95,6%) рост спортивной

результативности отмечался на фоне улучшения показателей психической адаптации. Статистически достоверные различия выраженности УЖМ и факторов осознанности и психологической разумности (последние исследовались только в экспериментальной группе «до» и «после» в качестве вспомогательных критериев оценки эффективности) оценивались с помощью Т-критерия Вилкоксона. Анализ данных показал, что в экспериментальной группе после проведения программы показатели УЖМ достоверно возросли, чего не наблюдалось в контрольной группе (таблица 3).

Таблица 3 – Сравнительный анализ показателя УЖМ в экспериментальной и контрольной группах до и после программы

Группа	Выраженность УЖМ (баллы)		max (баллы)	Тэмп	Ткритич	Статистически достоверные различия
	до	после				
Экспериментальная	40,1±9,1	53,8±9,5	80	1	[0,01; 0,05] при n=32 [140; 175]	значимые
Контрольная	39,0±7,1	38,2±7,0		120,5	[0,01; 0,05] при n=26 [84; 110]	незначимые

В экспериментальной группе у 10 человек (31,2%) характер проявления устойчивости жизненного мира из неконструктивного перешел в конструктивный, у 19 (59,3%) из стагнационного в неконструктивный (20 человек из них (68,9%) составили спортсмены, у кого наблюдалось повышение спортивной результативности на фоне улучшения показателей психической адаптации), чего не наблюдалось в контрольной группе, где по прошествии 12 месяцев распределение числа респондентов по процентному соотношению стагнационного и неконструктивного характера проявления УЖМ существенно не изменилось (рис. 10).

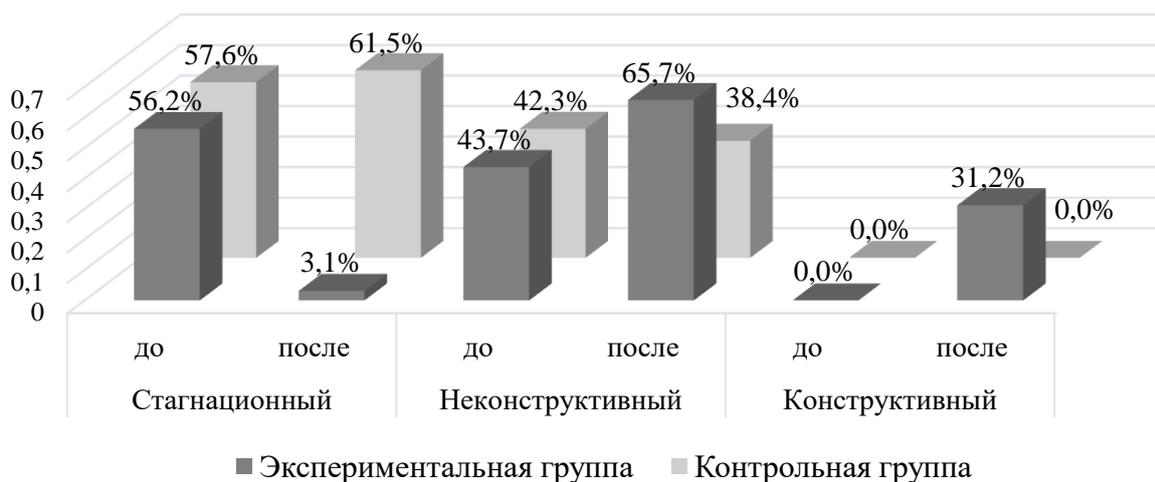


Рисунок 10 – Динамика изменений характера проявления УЖМ в экспериментальной и контрольной группах

Статистический анализ различий по показателям осознанности и психологической разумности показал, что по окончании программы у

представителей экспериментальной группы также достоверно возросли средние значения показателей по всем без исключения шкалам: существенно возросла осознанность поведения, отмечалось снижение машинальных, автоматических действий, укрепились навыки самонаблюдения и вербального описания опыта. Положительная динамика самочувствия, настроения, а также появление качественно новых психологических образований отмечалось на субъективном уровне и самими участниками программы, что было зафиксировано в письменных самоотчетах спортсменов и озвучено в рамках итоговых рефлексивных семинаров: «постепенно начинаю понимать, что стал более спокойным и как-то по-другому реагировать на раздражители, появляется какая-то сила и уверенность, при этом чувствую себя бодрым и замотивированным» (из дневника спортсмена К., 24 года, МСМК по подводному спорту).

В целом, по результатам апробации программы можно сделать вывод, что повышение профессиональной успешности в результате участия в программе наблюдалось у 20 (62,5%) спортсменов экспериментальной группы. У других участников наблюдалась положительная динамика по отдельным показателям – критериям оценки эффективности программы. Данный результат расценивается нами как положительный, что позволяет сделать вывод о верно подобранном психологическом механизме реализации программы в соответствии с целью и задачами. Сама программа может быть рекомендована спортивным психологам, работающим с мужчинами - спортсменами сборных команд России для повышения их профессиональной успешности.

**В заключении** представлены основные выводы диссертационного исследования:

1. Высокая профессиональная успешность в спорте высших достижений является закономерным результатом эффективной профессионализации, ключевым критерием которой выступает способность к достижению максимальных стабильных спортивных результатов при сохранении высокого уровня психической адаптации, что обеспечивает профессиональное долголетие спортсмена;

2. Рассматривая проблему достижения стабильно высоких результатов в спорте высших достижений и обращаясь к теоретико-методологическому аппарату системной антропологической психологии и концептуальных оснований теории жизненного самоосуществления, была обнаружена и эмпирически подтверждена специфическая роль устойчивости жизненного мира спортсменов для повышения их профессиональной успешности;

3. Полученные психологические профили профессионально успешных спортсменов мужчин и женщин должны учитываться для уточнения критериев психологического отбора в спорте высших достижений и усовершенствования метода прогнозных оценок. Обнаруженные в процессе исследования неоднозначные и противоречивые данные на женской выборке (высокий процент лиц со снижением показателей психической адаптации среди спортсменок с высокими спортивными результатами, неясность механизмов формирования конструктивного характера проявления устойчивости жизненного мира и низкая экзистенциальная исполненность профессионально успешных спортсменок), указывают на необходимость дальнейшего изучения специфики женского спорта высших достижений для повышения профессионального долголетия спортсменок высокого класса;

4. Психолого-педагогическое обеспечение профессиональной успешности спортсменов сборных команд России в настоящем исследовании реализовано

через систему специальных мероприятий по укреплению психологического здоровья и созданию условий для достижения максимально высоких и стабильных спортивных результатов;

5. Практическое применение разработанной программы психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России позволяет в максимально сжатые сроки повышать одновременно спортивную результативность и уровень психической адаптации спортсменов высокого класса, благодаря чему последние могут существенно дольше оставаться на пике профессиональной успешности;

6. Доступность предложенного механизма и подробно описанных конкретных психолого-педагогических технологий повышения профессиональной успешности спортсменов высокого класса практикующим психологам является важным шагом на пути создания преемственности между теорией и практикой современной психологии спорта, что также способствует повышению профессионального долголетия спортсменов спортивных сборных команд России.

7. С учетом всех полученных результатов открываются перспективы в изучении психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности на более ранних этапах спортивной карьеры, например, на этапах углубленной специализации или спортивного совершенствования. Знания о роли устойчивости жизненного мира для достижения стабильно высоких спортивных результатов и сохранения психологического здоровья и закономерностях ее формирования могут быть использованы для психолого-педагогической работы психолога со спортсменом во время различных кризисов – переходов элитарной спортивной карьеры, в частности, для преодоления кризиса перехода из юношеского спорта в спорт высших достижений, из любительского спорта высших достижений в профессиональный спорт, от кульминации к финишу спортивной карьеры.

Разработанная программа психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности успешно применяется в работе психологов Центра современных психологических технологий ФГБУ ФСНКЦ ФМБА России, в том числе в психологической подготовке спортсменов спортивных сборных команд России к многочисленным международным стартам, включая Чемпионаты Европы, Мира, Олимпийские игры.

В ходе исследования удалось реализовать поставленную цель и решить задачи. Выдвинутые гипотезы нашли подтверждение.

По теме диссертационного исследования опубликовано 13 печатных работ общим объемом 7,96 авторских (учетно-издательских) листов.

#### **Публикации в рецензируемых изданиях, рекомендованных ВАК РФ:**

1. **Севостьянова, М.С.** Факторная модель устойчивости жизненного мира профессионально успешных спортсменов национальных сборных команд России [Текст] / М.С. Севостьянова, И.О. Логинова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. - № 2. - С. 117-121. - **0,31 п.л.**

2. **Севостьянова, М. С.** Психологические особенности профессионально успешных спортсменов сборных команд России: анализ межполовых различий [Текст] / М.С. Севостьянова, И.О. Логинова // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2018. – Т. 13. – № 1. – С. 132-146. – **0,93 п.л.**

3. Логинова, И.О. К вопросу психолого-педагогического обеспечения профессиональной успешности спортсменов национальных сборных команд России [Текст] / И.О. Логинова, **М. С. Севостьянова** // Психология обучения. – 2018. - № 7. - С. 85-96. – **0,75 п.л.**

4. Логинова, И.О. Особенности устойчивости жизненного мира спортсменов сборных команд России с различными сочетаниями показателей спортивной результативности и психической адаптации [Текст] / И.О. Логинова, М.С. Севостьянова // Спортивный психолог. – 2017. – № 3 (46). – С. 9-14. – **0,37 п.л.**

5. Логинова, И.О. Специфика взаимосвязи компонентов жизнестойкости с мотивами занятий спортом у профессиональных спортсменов с разной стабильностью результатов: сравнительный анализ [Текст] / И.О. Логинова, М.С. Севостьянова // Спортивный психолог. – 2016. – № 2 (41). – С. 58-64. – **0,37 п.л.**

6. **Sevostyanova, M.** Studying of functions of Imagination in the Elite Sport: the Analysis of Structural and Functional Interrelations of Images and Representations with Personal Characteristics of Professional Athletes [Электронный ресурс] / M. Sevostyanova // Journal of Siberian Federal University. Humanities & Social Sciences. – 2016. – Vol.6. – No 4. – P. 1023-1034. (<http://elib.sfu-kras.ru/bitstream/handle/2311/20214/25Sevost'ianova.pdf;jsessionid=AFFA6F5C6341DBD9BBCD0BC7B86121E5?sequence=1>) – **1,5 п.л.**

#### **Публикации в прочих изданиях**

7. **Севостьянова, М.С.** Опыт реализации программы психологического обеспечения профессиональной успешности спортсменов спортивных сборных команд России [Электронный ресурс] / М.С. Севостьянова, И.О. Логинова // Сетевой электронный научно-образовательный журнал «Современные вопросы биомедицины» («Modern issues of biomedicine»). – 2018. – Т 2 (4). – С. 208 – 217 (<http://svbskfmba.ru/arkhiv-nomerov/14-2018-3/103-sevostyanova>) – **0,62 п.л.**

8. **Севостьянова, М.С.** Профессиональная успешность в спорте высших достижений: исследование смыслового контекста понятия методом контент-анализа [Текст] / М.С. Севостьянова, И.О. Логинова // Психологическое здоровье человека: жизненный ресурс и жизненный потенциал: материалы IV-й Междунар. научн.-практ. конф. (г. Красноярск, 23-24 ноября 2017 г.) / гл. ред. И.О. Логинова. – Красноярск: КрасГМУ. – 2017. – С. 211 – 218. – **0,43 п.л.**

9. Логинова, И.О. Здоровьесбережение как индикатор эффективной профессионализации спортсменов национальных сборных команд России [Текст] / И.О. Логинова, М.С. Севостьянова // Комплексные исследования человека: Психология: Материалы VII Сибирского психологического форума / под ред. О.М. Краснорядцевой. – Томск: Томский государственный университет, 2017. – Часть 2. Здоровье человека на пути к постинформационному обществу. – С. 89-93. – **0,31 п.л.**

10. **Sevostyanova, M.** Studying of professional success of russian national teams athletes belonging to different groups of mental health and psychological adaptation /M. Sevostyanova [Электронный ресурс] // In Yu. Savchenkov, I. Loginova, G. Baturin, M. Chernov, N. Fatkulina, H.-W. Gessmann, & L. Soinova (Eds.), III International Scientific and Practical Conference “Psychological Health of the Person: Life Resource and Life Potential”. - Krasnoyarsk: Verso. – 2016. - P. 185 – 194. – **1,25 п.л.**

11. **Севостьянова, М.С.** Проблема эмоциональности в психологии спорта высших достижений: к вопросу профилактики алекситимии у спортсменов группы высшего спортивного мастерства [Текст] /М.С. Севостьянова // Актуальные вопросы рефлексотерапии и традиционной медицины в области профилактики, лечения и медицинской реабилитации пациентов с различными заболеваниями: Сборник тезисов I Байкальского международного симпозиума «Традиционная медицина и реабилитация» по ред. О.Ю. Киргизовой, И.В. Валуевой. – Иркутск. – 2015. – С. 73-75. – **0,25 п.л.**

12. **Севостьянова, М.С.** Проблема формирования компонентов жизнестойкости у спортсменов группы ВСМ [Текст] / М.С. Севостьянова // Медицинское обеспечение спорта высших достижений: Сборник материалов первой научно-практической конференции. – Москва: Аквариус. – 2014. – С. 183-186. – **0,5 п.л.**

13. **Севостьянова, М.С.** Психологическая подготовка в спорте: к вопросу применения техник визуализации [Текст] // М.С. Севостьянова // Медицинское обеспечение спорта высших достижений: Сборник материалов первой научно-практической конференции. – Москва: Аквариус. - 2014. – С. 188-190. – **0,37 п.л.**

*Научное издание*

**Севостьянова Мария Сергеевна**

**Психолого-педагогическое обеспечение профессиональной успешности  
спортсменов спортивных сборных команд России**

**АВТОРЕФЕРАТ**  
диссертации на соискание учёной степени  
кандидата психологических наук

---

Подписано в печать 27.03.2019. Формат 148×210/24.  
Бумага офисная. Печать лазерная. Тираж 120 экз. Заказ № 201

---

Адрес издательства и типографии ООО «НОНПАРЕЛЬ»:  
663690, Красноярский край, г. Зеленогорск,  
ул. Первая Промышленная, 1А  
Тел. 8 (39169) 9-42-56. E-mail: nonparel24@gmail.com

