

3. Концепція національного виховання студентської молоді. Додаток до рішення колегії МОН від 25 червня 2009 р. протокол № 7/2-4.

4. Круцевич Т. Потрево-мотиваційний підхід до управління фізичним вихованням студентів / Т. Круцевич, О. Подлесний // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 2. – С. 69-73.

5. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах, 2006 р. за N 249/12123.

6. Пилипей Л.П. Проектирование процесса физического воспитания студентов / Л.П.Пилипей // Физическое воспитание студентов. – Харьков : ХОНОКУ, ХГАДИ, 2012. – № 5. – С. 79-84.

7. Уэйнберг Р. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. Уэйнберг, Д. Гоулд. – К. : Олимпийская литература, 1998. – С. 37.

УПРАВЛІНСЬКІ, ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ, СОЦІОЛОГІЧНІ ТА ФІЛОСОФСЬКІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

ЄМЕЦЬ В.В., магістрант кафедри психології і педагогіки

ПЕТРОВСЬКА Т.В., кандидат педагогічних наук, професор

Науковий керівник: ПЕТРОВСЬКА Т.В., кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри психології і педагогіки

Національний університет фізичного виховання та спорту України

ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТІСНОГО СПІЛКУВАННЯ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ТА ГРУПОВИХ ПРОГРАМ

Анотація. Розглянуто особливості міжособистісного спілкування фітнес-тренерів індивідуальних та групових програм. Проведено дослідження з використанням методики діагностики міжособистісних відносин Т.Лірі.

Ключові слова: міжособистісне спілкування, відносини, ідеальний тренер.

Вступ. Вивчення успішності сумісної діяльності тренера і спортсмена передбачає розгляд підходів до категорії спілкування та виділення його основних характеристик [3;4;5]. Однак, незважаючи на велику кількість досліджень з даної проблеми, нерозкритими лишаються такі питання, як зміст стилю спілкування тренера, причини, закономірності його формування та прояву, фактори, що впливають на стиль та ін. [3;4]. Причиною цього є ряд недоліків, притаманних сучасному підходу до вивчення даної проблеми: недостатнє дослідження факторів, що детермінують формування і прояв певного стилю; орієнтування при вивченні стилю переважно на сферу формально-рольового спілкування та недостатнє вивчення сфери власне-особистісного спілкування; відсутність розподілу при вивченні стилю спілкування, з одного боку, компонентів особистості та поведінки, з іншого боку – особистісних і ситуативних детермінант та ін. Подібні недоліки викликають певні труднощі і суперечки при трактуванні різноманітних форм і способів спілкування, їх змінності та стійкості, при діагностиці різних стилів у реальних процесах спілкування і т.д. [1;2].

На думку Проценко Г. В. «ідеальний тренер» повинен бути відкритий, товариський й емоційно стійкий, здатний, коли це потрібно, управляти спортсменом і контролювати змагальну ситуацію. Більше того, у такого тренера повинен бути досить високий інтелект, розвинені почуття реальності, практичність і впевненість у собі. Одночасно це повинна бути людина схильна до новаторства, заповзятлива, самостійна, яка воліє сама ухвалювати відповідальні рішення [5]. Отже є достатньо наукових джерел про особливості спілкування спортивного тренера, але недостатньо вивченим залишається питання про вимоги до професійного спілкування фітнес тренерів.

Мета дослідження – визначити особливості спілкування тренерів

індивідуальних та групових програм для поліпшення спілкування з відвідувачами фітнес - центрів. **Методи та організація досліджень.** Діагностика особливостей спілкування «ідеального тренера» групових та індивідуальних програм проводилася шляхом опитування 34 експертів які працюють в різних напрямках фітнес, а також експертів інших спеціальностей. В опитування входила методика діагностики міжособистісних відносин Т.Лірі.

Результати досліджень та їх обговорення. За результатами анкети експертів за методикою Т.Лірі, встановлено різницю у сприйнятті вимог до «ідеального» тренера персональних програм та «ідеального» тренера групових програм. Вимоги мають невеликі розбіжності, але в цілому вони схожі і можна сказати що вимоги експертів до особистості «ідеального тренера», як персональних так і групових програм, досить високі (табл.1).

Таблиця 1

Порівняльна характеристика спілкування фітнес тренерів індивідуальних і групових програм

Компоненти стилю поведінки	Оканти (окт.)	«Ідеальний тренер персональних програм»	«Ідеальний тренер групових програм»
		х	х
Владний-лідуючий	Окт. I	9,9	11,6
Незалежно-домінуючий	Окт. II	5,8	6,5
Прямолінійний-агресивний	Окт. III	5,4	5,2
Недовірливий-скептичний	Окт. IV	1,4	1,2
Покірно-сором'язливий	Окт. V	4,9	3,6
Залежний-слухняний	Окт. VI	4,3	3,9
Співробітництво-конвенціональність	Окт. VII	7,9	7,5
Відповідально-великодушний	Окт. VIII	8,0	6,5

Отже, в результаті отриманих даних анкетування можна дати наступну порівняльну характеристику, яка дає уявлення про бажаний стиль спілкування тренерів, які ведуть заняття з групою та з персональним відвідувачем фітнес центру.

Владний-лідуючий стиль поведінки, авторитарність потрібен в більшій мірі тренеру групових (11,6) та в меншій мірі тренеру персональних програм (9,9). Також «ідеальний тренер» групових програм потребує в більшій мірі демонстрації

впевненості, незалежності, самостійності при спілкуванні з групою (6,5) ніж «ідеальний тренер» персональних програм (5,8).

Демонстрація щирості та безпосередності однаково потрібна як ідеальному тренеру групових програм (5,2), так і ідеальному тренеру персональних програм (5,4).

Недовірливий - скептичний стиль для тренерів повинен проявлятися у мінімальних значеннях – «ідеальний тренер» групових програм (1,2), «ідеальний тренер» персональних програм (1,4). Ці значення характеризують демонстрацію в процесі спілкування цілковиту довіру до оточуючих.

Покірно - сором'язливий – «ідеальний тренер» групових програм (3,6), «ідеальний тренер» персональних програм (4,9) – скромність, коректність, самостійність і незалежність у стосунках. Залежний - слухняний – «ідеальний тренер» групових програм (3,9), «ідеальний тренер» персональних програм (4,3), що можна інтерпретувати як необхідність в більшій мірі прислухатись до запитів та потреб при роботі з персональним клієнтом та більша незалежність та самостійність в прийнятті рішень при роботі з групою. Співробітництво - конвенційність – «ідеальний тренер» групових програм (7,5), «ідеальний тренер» персональних програм (7,9), що означає співробітництво, дружлюбність, гарне ставлення до оточуючих. Відповідально - великодушний – «ідеальний тренер» групових програм (6,5), «ідеальний тренер» персональних програм (8,0). Проявляється у вираженні готовності допомоги, розвиненим відчуттям відповідальності, емоційною підтримкою та причетністю в більшій мірі у персонального тренера.

Отже, аналізуючи сказане, можна підкреслити, що уявлення про «ідеальну» особистість тренера, групових та персональних програм, досить високі. Однак успіх у тренерській роботі, очевидно, значною мірою залежить від знань, якими має володіти тренер, від того, як будує він свої стосунки з клієнтами, яким передає свої знання. Здатність тренера виконувати ту роль, яку очікують від нього клієнти, у комбінації з його професійними знаннями цілком може компенсувати деякі його особистісні недоліки. На підставі сказаного вище, тренерам можна рекомендувати не тільки не уникати, а й навпаки, прагнути почути кваліфіковану професійну думку (за даними інтерв'ю й тестування) про свої психологічні особливості. Така інформація допоможе тренеру у роботі.

В дослідженнях присвячених вивченню особливостей міжособистісного спілкування фітнес-тренерів індивідуальних та групових програм, приводиться нова концепція тренера, а саме «ідеального тренера». Саме поняття «ідеальний тренер» інтерпретується як людина, в якій добре розвинені всі якості, уміння володіти собою, високий професіоналізм, та постійне прагнення до досконалості.

Висновки. Узагальнюючи результати проведених нами досліджень, можна зробити наступні висновки.

1. «Ідеальний тренер» це – відкрита, товариська й емоційно стійка людина, здатна, коли це потрібно, управляти спортсменом і контролювати змагальну ситуацію. Більше того, у такого тренера повинен бути досить високий інтелект, розвинені почуття реальності, практичність і впевненість у собі.