

Секция «Социологическое исследование современности: теории, методы, результаты»

## **Проблемы социальной адаптации спортсменов после завершения спортивной карьеры**

**Научный руководитель – Федулова Алла Викторовна**

*Митева Милена Ивовна*

*Студент (бакалавр)*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Высшая школа современных социальных наук (факультет), Кафедра социологии знания, Москва, Россия  
*E-mail: miteva.milena@mail.ru*

Проблемы социальной адаптации личности касаются многих сфер жизнедеятельности человека, одной из которых является спорт. Именно в спорте уникально, благодаря специфичности психологических особенностей этой профессиональной деятельности, происходит процесс социализации, как во время развития карьеры, так и после неё. Проблема социальной адаптации личности спортсмена, постоянно находится в центре внимания многих исследователей, однако сих пор отсутствуют исследования проблемы профессиональной социализации после окончания спортивной карьеры. Рано или поздно спортсмену приходится завершать свою спортивную карьеру и осознавать себя вне социальной роли действующего спортсмена. Завершение спортивной карьеры влечет за собой изменение сферы деятельности, привычного образа жизни и, как следствие, изменение собственного образа «Я». Этот процесс чаще всего представляет собой кризисную ситуацию, в основе которой лежит переживание ощущения собственной ненужности, страх перехода к другой деятельности, трудности выстраивания новых социальных отношений. По мнению Р.М. Загайнова, данная кризисная ситуация является своего рода уникальной, практически не имеющей аналогов (за исключением балета) в других видах деятельности, когда человек в расцвете сил и профессионального мастерства становится не нужен как действующая единица. Именно этот факт вызывает у спортсмена-чемпиона значимые переживания на уровне трагедии. Таким образом, личность, которая ушла из спортивной жизни, оказывается в изолированном пространстве, вынуждена решать сложную проблему экзистенциального вакуума. Подобная ситуация приводит к преобразованиям в ценностном сознании личности, искажении "Я-концепции", что приводит к изменению в самосознании и порождает такие девиантные явления социальной жизни как алкоголизм, наркомания, формирования криминальных группировок и тому подобное. Предупреждение, решение проблемной ситуации возможно путем своевременного диагностирования ценностных ориентиров личности, выявления и коррекции антисоциальных установок путем их замещения.

Этап завершения спортивной карьеры каждым спортсменом переживается по-разному, поэтому разделим факторы, сопровождающие завершение спортивной карьеры на общие и индивидуальные. К общим относятся: прекращение спортивной деятельности (тренировок и выступлений на соревнованиях); прекращение опеки со стороны федерации, спортивного клуба, тренеров, врачей. К индивидуальным: разрыв профессиональных и дружеских связей с командой, тренером, руководством; психологический дискомфорт, вызванный отсутствием борьбы и побед, которые составляли главный смысл жизни спортсмена; психологический стресс, вызванный осознанием того, что знания в новой сфере деятельности ниже, чем былое спортивное мастерство; снижение доходов. Эти факторы смягчаются, если спортсмен уходит из спорта постепенно, поэтапно снижая уровень спортивных результатов.

Автором тезисов был проведено глубинное интервьюирование экспертов (спортивных тренеров) и спортсменов, завершивших свою профессиональную карьеру. В результате опроса вывели сделаны выводы об особенностях построения карьеры у бывших спортсменов и затруднениях, испытываемых ими в связи со специфическими чертами, присущими спорту высших достижений, определяющими факторы риска возникновения деструктивного поведения, которое, в свою очередь, обуславливает возникновение и развитие у спортсмена профессионально обусловленных деформаций. Сформированные профессиональные деформации у спортсмена всегда «выходят за рамки» только спортивной деятельности, сопутствуя ему и после смены профессии.

Профессиональные деформации в спортивной деятельности ведут к деструктивным последствиям, вызывающим изменения в личностной сфере (акцентуацию некоторых личностных черт), в физиологическом статусе (нарушения гомеостаза) и в поведении (неприятие решений, отказ от коммуникаций и т.д.) спортсмена. Все это делает необходимыми разработку технологий социальной адаптации спортсменов к окружающей жизни еще в спортивных командах, призванных нивелировать указанные вышеуказанные негативные эффекты.

### Источники и литература

- 1) Абу-Хаттаб А.Х. Социально-психологическая адаптация учащихся на начальном этапе обучения [Текст] / А. Х. Абу-Хаттаб, В. А. Долгополов, Е. П. Абу-Хаттаб // Здоровье – основа человеческого потенциала – проблемы и пути их решения. – 2013. – Т. 8, № 1. – С. 159-164.
- 2) Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / Пер. с англ. А. Боковой. – М.: Академ Проект, 2011. – 240 с.
- 3) Бауэр В.Г. Социальная значимость физической культуры и спорта в современных условиях развития России // Теория и практика физ. культуры. - 2001. - N 1. - С. 50-56.
- 4) Беккер Г., Босков А. Современная социологическая теория в ее преемственности и изменении. – М.: Рипол Классик, 2013. – 892 с.
- 5) Булкин А.Н. Социальное планирование и адаптивность людей к проблемам социального развития [Текст] / А. Н. Булкин, О. М. Ни // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2013. – № 1. – С. 172-174.
- 6) Загайнов Р. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография / Р. М. Загайнов. - М.: Советский спорт, 2010. - 232с: ил.
- 7) Налчаджян А.А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии / А. А. Налчаджян. 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Эксмо, 2010. – 368 с.
- 8) Овсяник О.А. Социально-психологические особенности адаптации личности
- 9) International Sociology of Sport Association (ISSA). [Офиц. сайт] URL: <http://www.issa.otago.ac.nz/> (дата обращения: 12.10.2014).