

Секция «Психология»

**Факторы успешности спортивной деятельности альпинистов с разным уровнем профессионального мастерства**

*Голикова Татьяна Станиславовна*

*Студент*

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия*

*E-mail: tatjana.sport@gmail.com*

В 20 веке стали активно развиваться различные экстремальные виды спорта. При этом практически везде развитие сопровождается усовершенствованием старого и появлением нового снаряжения, оборудования и т.д. Большое количество информации, доступность и всевозрастающая безопасность снаряжения приводят к популяризации разных видов спорта (в том числе и экстремальных). Однако статистика показывает, что за последние годы число аварийных/чрезвычайных ситуаций уменьшилось за счет качества снаряжения, связи, навигации, информации, но увеличилось за счет снижения уровня подготовки самих экстремалов. В качестве группы для изучения психологических особенностей и факторов успешности экстремалов мы взяли альпинистов с разным уровнем профессионального спортивного мастерства. Статистика по несчастным случаям в альпинизме проводится каждый год и показывает, что от 75 до 95% несчастных случаев происходит из-за человеческого фактора (по вине самих альпинистов), а не из-за природных неизбежных факторов, как думает большинство (по данным анализа Ю.В.Байковского и Г.Кочеткова). Тем не менее, исследования по психологии альпинизма практически не проводятся, хотя многие новые издания по спортивной подготовке альпинистов акцентируют внимание на такую необходимость [1]. Этим фактором определяется актуальность изучаемой темы.

В исследовании принимают участие альпинисты из различных московских альпклубов (МАИ, МЭИ, СКИФ и др.) разного уровня мастерства (от 3 разряда до КМС), преимущественно мужчины. Целью исследования является анализ специфики деятельности профессиональных альпинистов и выявление на базе проведенного тестирования новичков и профессионалов личностных, характерологических и психофизиологических качеств, способствующих или препятствующих успешной альпинистской деятельности. Мы предполагаем, что результаты исследования помогут преобразовать систему подготовки начинающих альпинистов для снижения вероятности несчастных случаев.

Выбор тестовых методик опирается на составленную нами профессиограмму альпинистов высокого уровня мастерства. В связи с тем, что альпинист во время восхождения взаимодействует в каждый отдельный момент времени, во-первых, с горой (в широком смысле слова), где эффективность зависит от его навыков и умений в первую очередь, а во-вторых, с другими членами группы, то при оценке необходимо учитывать как индивидуальный, так и социальный компоненты одновременно. Таким образом, мы исходим из следующих основных качеств, на которые необходимо обращать особое внимание:

- Переключаемость внимания
- Тип внимания (по Р. Найдиффер)
- Скорость реакции
- Тип нервной системы (Б. А. Вяткин, К. М. Гуревич, О. А. Сиротин)

- Когнитивный тип мышления (принятие решений)
- Цели и мотивы занятия альпинизмом
- Склонность к риску (Шуберт)
- Особенности межличностного восприятия
- Психическая надежность, устойчивость (Л. М. Аболин, П. Б. Зильберман, О. А. Сиротин и др.)
- Уровень тревоги (Ю.Л. Ханин)
- Творческий потенциал личности
- Стрессоустойчивость (В.Э. Мильман)

Мы предполагаем, во-первых, что у альпинистов разного уровня мастерства будет сильно различаться мотивация, а также постановка целей. На данном этапе, как минимум, это можно аргументировать приведенным в литературе фактором «разрядомани» у начинающих альпинистов. Во-вторых, мы предполагаем обнаружить различия по когнитивному фактору и психофизиологическим компонентам, т.к. и тип принятия решения, и переключаемость внимания, и скорость реакции в экстремальной ситуации будут решающими, а высокий уровень профессионализма у альпинистов предполагает количественно и качественно большее количество опасных экстремальных ситуаций.

Стоит отметить, что на данном этапе исследования мы выдвигаем какие-либо положения преимущественно на основе составленной профессиограммы и проведенных интервью. Качественные результаты исследования, полученные по завершению проведения и анализа тестовых методик, позволят выявить «слабые места» в подготовке как начинающих альпинистов, так и в подготовке самих инструкторов.

### **Литература**

1. Спортивная подготовка альпинистов. Часть 1. Под общ. Редакцией П.П. Захарова. – М.: ТВТ Дивизион, 2008.
2. Журнал ЭКС (Путешествия, приключения, экстрим 2010) №63: лекция Сергея Шибаева «Анализ несчастных случаев в российском альпинизме».
3. М.А. Котик. Психология и безопасность.
4. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. - Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. - М., Изд-во Института Психотерапии. 2002.
5. В. Э. Мильман. Стресс и личностные факторы регуляции деятельности. Москва, СССР

### **Слова благодарности**

Автор выражает признательность научному руководителю Барabanщиковой В.В