

Секция «Психология»

Психологическое сопровождение посттравматической реабилитации дзюдоистов на примере молодых спортсменов.

Евтеев Алексей Владимирович

Студент

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия
E-mail: art-feart@mail.ru*

Психологическое сопровождение посттравматической реабилитации дзюдоистов на примере молодых спортсменов.

Автор – Алексей Владимирович Евтеев, студент 2 курса 205 группы факультета психологии Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова.

Научный руководитель – Алексей Владимирович Коршунов, доцент Московского института открытого образования, кандидат социологических наук, Заслуженный тренер России, преподаватель факультета психологии Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова.

Для того, чтобы выстроить психологическое сопровождение посттравматической реабилитации дзюдоистов необходимо разобраться в специфике именно этого спортивного единоборства, получаемых в ходе занятий дзюдо травм и особенностях последующей реабилитации. Особенности дзюдо как спортивного единоборства заключаются в том, что это единственное единоборство, в котором можно выиграть одним броском, бросив на лопатки. Спортивные травмы в дзюдо, как правило, появляются именно из-за специфики этого вида спорта: спортсмены, стараясь не проиграть чистым броском на лопатки, пытаются вывернуться любыми способами. Именно это приводит к получению специфических травм дзюдоистов, таких, как разрывы связок, вывихи и переломы коленей, локтей, плеч, и естественно выбитые позвонки как шейных, так и других сегментов позвоночника. Посттравматическую реабилитацию может проходить по двум сценариям: идеальный вариант, к которому надо стремиться, который в себя включает полный возврат спортсмена в профессиональную деятельность, и реальная действительность, которая, к сожалению, преобладает в ряде случаев, которая включает в себя полный уход спортсмена из профессиональной деятельности и необходимость его социальной адаптации в обществе.

Психологические последствия травм могут носить различный характер: потеря своего места в команде, что ведёт за собой потерю самовосприятия себя как лидера; потеря своей роли в жизни, в связи с невозможностью продолжать профессиональную деятельность; появление страха перед проведением того или иного приёма, с которым связана травма. Корректировка психологических последствий травм может иметь разные реалии развития, такие как: полное устранение психологических последствий травмы и возвращение спортсмена к профессиональной деятельности, либо его социальная адаптация в обществе; частичное устранение психологических последствий травмы и дальнейшее выведение спортсмена на новый уровень работы в профессиональной деятельности; полный отказ или невозможность устранения психологических последствий травм, при этом сопровождение психологом спортсмена в его социальной адаптации в обществе. Вследствие того, что спортсмен получает травму, он теряет своё место не

только в команде, но и теряет своё место во взаимоотношениях с окружающими спортсменами. В данной ситуации для спортсмена являются важными его взаимоотношения с лечащим врачом, тренером и особенно психологом, сопровождающим его посттравматический реабилитационный период.

После травмы спортсмен всегда стоит перед выбором его дальнейшей жизненной стратегии. Оказать влияние на выбор той или иной стратегии может как вышеперечисленные факторы, так и внутренне состояние, спортсмена. При выборе спортсменом пути развития, при котором он решает вернуться в профессиональную деятельность, он проходит не только посттравматическую реабилитацию после полученной травмы, но и переживает социальную реабилитацию в профессиональном сообществе. Выбирая другой путь развития, в котором спортсмен решает не возвращаться в профессиональную спортивную карьеру, на первое место встаёт стратегия социальной адаптации в неспортивной жизни. В этот период наиболее необходимо присутствие психолога и близких спортсмену людей, т.к. меняя профессиональную стезю, экс - спортсмену очень трудно определиться в выборе дальнейших путей развития неспортивной жизни. Главной целью социально-психологической работы на постреабилитационном этапе становится сохранение и развитие дзюдоиста как личности вне зависимости от того, какую дальнейшую стратегию он выбрал.

Литература

- 1. Коршунов А. В. Адаптационные стратегии российской молодежи на рынке труда в условиях социально-экономической нестабильности и неопределенности. Ростов н/Д: СКНЦ ВШ, 2011.**
- 2. Коршунов А. В. Формирование адаптационных стратегий российской молодежи на рынке труда: факторы влияния. Ростов н/Д: Ростиздат, 2011.**
- 3. Шихвердиев С.Н. Профессиональное самоопределение спортсменов, находящихся на этапе завершения спортивной карьеры. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта 5, 2009.**