



Министерство спорта  
Российской Федерации



Поволжская  
государственная академия  
физической культуры  
спорта и туризма

**ВСЕРОССИЙСКАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ  
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ «ДОМИНАНТЫ ПСИХОЛОГО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ МЫСЛИ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**

Казань, 2020

## **Секция 1**

**Психолого-педагогическое сопровождение  
детского и юношеского спорта**

УДК 159.9.07

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА С ИНДИВИДУАЛЬНЫМ СТИЛЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА ПО ТУРИЗМУ В ПЕРИОД ПОХОДА**

*Багаутдинова Алина Эдуардовна*

Магистр психолого-педагогического образования,  
по профилю «Психология и педагогика детско-юношеского спорта» КФУ,  
методист МБУ ДО «Дом детского и юношеского  
туризма и экскурсий «Простор» Ново-Савиновского района г. Казани,  
Россия

e-mail: [matilda-koska@mail.ru](mailto:matilda-koska@mail.ru)

*Яманов Игорь Владимирович*

кандидат в мастера спорта по спортивному туризму  
педагог МБУ ДО «Дом детского и юношеского  
туризма и экскурсий «Простор»  
Ново-Савиновского района г. Казани, Россия

e-mail: [igor94.07@mail.ru](mailto:igor94.07@mail.ru)

**Аннотация.** В статье представлено самостоятельное завершённое исследование теоретически и практически значимой проблемы взаимосвязи профессионального стресса с индивидуальным стилем деятельности тренера по туризму в период похода. Выявлена симптоматика проявления стресса тренеров по спортивному туризму в соответствии с выбранным индивидуальным стилем деятельности. Полученные в ходе исследования данные актуальны при разработке образовательных программ по направлению «Спортивный туризм».

**Ключевые слова:** стресс, стрессоустойчивость, профессиональный стиль, педагог по туризму, туризм, поход.

## **CORRELATION OF PROFESSIONAL STRESS WITH THE INDIVIDUAL STYLE OF THE COACH'S ACTIVITY DURING A HIKE**

*Alina Bagautdinova*

Master of Psychological and Pedagogical Education,  
on the profile "Psychology and pedagogy of children and youth sports",  
Kazan Federal University,

Methodist of MBU DO «House of children and youth  
tourism and excursions "Prostor"

Novo-Savinovsky district of Kazan, Russia

e-mail: [matilda-koska@mail.ru](mailto:matilda-koska@mail.ru)

*Igor Yamanov*

candidate for master of sports in sports tourism  
teacher of MBU DO " House of children and youth  
tourism and excursions "Prostor"

**Abstract.** The article presents an independent completed study of the theoretically and practically significant problem of the CORRELATION of professional stress with the individual style of activity of a tourism COACH'S during a hike. The symptoms of stress manifestation of sports tourism coaches in accordance with the selected individual style of activity were revealed. The data obtained in the course of the study are relevant for the development of educational programs in the field of "Sports tourism".

**Key words:** stress, stress resistance, activity style, hike.

**Введение.** Специфика профессиональной деятельности педагога по спортивному туризму предусматривает высокий уровень ответственности, многочисленные непрогнозируемые коммуникативные ситуации педагога с командой, а также возможность различных непредвиденных ситуаций. Особенно это касается организации и проведения педагогом спортивного похода.

Э. Э. Линчевский и Ю. Н. Федотов выделяют следующие факторы риска педагога при проведении похода:

- 1) несоответствие уровня развития профессиональных качеств, требуемых профессией;
- 2) непредвиденные ситуации;
- 3) образование малых групп внутри коллектива и психологическое состояние участников;
- 4) конфликтные отношения внутри коллектива;
- 5) групповая изоляция;
- 6) физические нагрузки;
- 7) расхождение ожиданий участников похода [1].

Наличие приведенных выше факторов риска создает трудности в работе педагогов по спортивному туризму, что в значительной мере влияет на эффективность осуществления ими профессиональной деятельности. Большинство педагогов имеют опыт преодоления стрессовых ситуаций, но в данном случае речь о продолжительности действия разных факторов стресса и их сочетании. В профессиональной деятельности педагогу – руководителю похода приходится иметь дело с разными стрессовыми ситуациями, что может приблизить обстановку прохождения спортивного похода к экстремальной.

Значительную роль в профессиональной деятельности педагога по туризму играет сформированный индивидуальный стиль профессиональной деятельности, который влияет на развитие и специфику проявления профессионального стресса. Для изучения вопроса нами было проведено исследование на тему «Взаимосвязь профессионального стресса с индивидуальным стилем деятельности педагога по туризму в период похода». В качестве гипотезы было выдвинуто предположение о том, что

профессиональный стресс взаимосвязан с индивидуальным стилем деятельности педагога по туризму и проявляется в определенных симптомах.

**Методы и методики.** Исследование проведено методом анкетирования и психодиагностики с использованием методик: Опросник «Индивидуальный стиль педагогической деятельности тренера» и Систематический опросник «Самочувствие в экстремальных условиях» А. Волкова и Н. Водопьяновой.

В основу методики «Индивидуальный стиль педагогической деятельности тренера» положен подход, разработанный А. М. Марковой, А. Я. Никоновой. Проблема формирования индивидуального стиля деятельности находит отражение в работах А. Адлера, Б. Теплова, В. Мерлина, Е. Климова, Е. Ильина [2;3;4;5]. Однако среди изученных нами источников отсутствуют работы, специально посвященные методике диагностики индивидуального стиля педагогов по спортивному туризму, предметная специфика которых имеет значительное влияние на особенности становления индивидуального стиля педагогической деятельности. На наш взгляд, наиболее близка к поставленным задачам классификация А. М. Марковой и А. Я. Никоновой, которая учитывает

- содержательные характеристики стиля (преимущественная ориентация на процесс или результат труда);
- динамические характеристики стиля (гибкость, устойчивость, переключаемость и т. д.);
- результативность (уровень навыков, а также интерес) [6; 4].

Выбор опросника «Самочувствие в экстремальных условиях» А. Волкова и Н. Водопьяновой обоснован тем, что данный опросник выявляет предрасположенность к стресс-реакциям в экстремальных условиях, что является приближенным к походной деятельности [7; 8].

Для выявления специфики проявления стресса у педагогов по спортивному туризму респонденты (45 человек) были разделены на две группы: педагоги 22–32 лет со стажем работы 1–10 лет (23 чел.) – «первая группа» и педагоги 32–63 лет со стажем работы 10–41 год (22 чел.) – «вторая группа».

**Результаты и обсуждение.** Результаты частотного анализа индивидуальных стилей педагогической деятельности, используемые педагогами, работающими по направлению «Спортивный туризм» показали,

что педагоги по туризму выбирают эмоционально-методический стиль педагогической деятельности, независимо от возраста и стажа (44% всех респондентов). Они контактны, проницательны, умеют активизировать участников похода – именно эти качества необходимы руководителю группы.

Уровень психологической устойчивости педагогов определялся с помощью симптоматического опросника самочувствия А. Волкова и Н. Водопьяновой [7]. Было установлено, что 97% респондентов обладают высоким уровнем психологической устойчивости к экстремальным (походным) условиям, быстро и успешно адаптируются к изменяющимся ситуациям.

На следующем этапе исследования был проведен корреляционный анализ взаимосвязей между семью параметрами стресса, возрастом и стажем педагогов с различными индивидуальными стилями деятельности.

Зафиксирована отрицательная взаимосвязь в показателях «Возраст» и «Стаж» с эмоционально-импровизационным стилем (ЭИС) педагогической деятельности ( $p=0,01$ ). Это говорит о том, что с увеличением возраста и стажа в профессиональной деятельности педагогов по спортивному туризму становится меньше импровизации.

Наиболее тесно показатели стресса «Нарушение сна» и «Дезадаптация» связаны с ЭМС, РИС и РМС. Это значит, что с увеличением требовательности, контактности, рациональности, присущей педагогам, использующим рассуждающие стили деятельности (РМС, РИС), а также с увеличением чувствительности и возбудимости, присущей педагогам, практикующим эмоционально-методический стиль (ЭМС), стресс будет проявляться в симптомах «Нарушение сна» и «Дезадаптация».

Зафиксирована также взаимосвязь показателя «Эмоциональная неустойчивость» с РИС и РМС. Это значит, что педагоги, для которых характерна рациональность и рассуждающие стили деятельности, в большей степени подвержены стрессу в период похода.

Показатель «Истощение психофизических ресурсов» не зависит от индивидуального стиля педагогической деятельности. Переутомление присуще всем педагогам спортивного туризма. В течении продолжительного времени они находятся в тесном контакте с группой и чувствуют груз ответственности за успешное прохождение маршрута, жизнь и здоровье всех участников. Именно поэтому обязательным требованием в детско-юношеском туризме является наличие не только руководителя, но и заместителя руководителя похода.

Корреляционный анализ был проведен также по результатам анкетирования двух групп педагогов. У молодых педагогов установлена прямая положительная взаимосвязь показателя «Вегетативная неустойчивость» с рассуждающе- и эмоционально-методическими стилями деятельности (РМС, ЭМС). Связаны эмоционально-импровизационный тип деятельности (ЭИС) и показатель стресса «Истощение психофизических ресурсов», чего не наблюдается во второй группе у педагогов с большим педагогическим стажем. На наш взгляд, отсутствие у менее опытных руководителей методической грамотности вызывает истощение психофизических ресурсов, они не владеют всем разнообразием форм и методов работы, менее эмоционально устойчивы и нуждаются в методическом сопровождении.

Во второй группе также выявлена взаимосвязь показателей «Дезадаптация» и «Нарушение сна» с теми же индивидуальными стилями деятельности (ЭМС, РМС, РИС). Более устойчивы к стрессу педагоги, практикующие эмоционально-импровизационный стиль деятельности.

**Выводы.** Результаты позволяют заключить, что истощение психофизических ресурсов возможно при любом стиле педагогической

деятельности тренера, однако более устойчивы к стрессу педагоги, практикующие эмоционально-импровизационный стиль деятельности, а педагоги, для которых характерна рациональность и рассуждающие стили деятельности, в большей степени подвержены стрессу в период похода. В то же время, с увеличением возраста и стажа в профессиональной деятельности педагогов по спортивному туризму становится меньше импровизации. Соответственно, педагогу-психологу необходимо учитывать специфику стилей при организации психологического сопровождения тренера. Полученные в ходе исследования данные актуальны при разработке образовательных программ по направлению «Спортивный туризм».

#### **Список литературы:**

1. Линчевский Э. Э., Федотов Ю. Н. Типология и психология туризма: учебное пособие. М.: Советский спорт, 2008. 272 с.
2. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2019. 352 с.
3. Ильин Е. П. Стиль деятельности: Новые подходы и аспекты // Вопросы психологии. 1988. № 6. С. 85–93.
4. Мельник Е. В., Силич Е. В., Кухтова Н. В. Психология тренера: теория и практика: методические рекомендации. Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2014. 58 с.
5. Мерлин В. С., Климов Е. А. Формирование ИСД в процессе обучения // Советская педагогика. 1967. № 4. С. 110–118.
6. Маркова А. К., Никонова А. Я. Психологические особенности индивидуального стиля деятельности учителя // Вопросы психологии. 1987. № 5. С. 40–48.
7. Волков А., Водопьянова Н. Симптоматический опросник «Самочувствие в экстремальных условиях». [Электронный ресурс]. URL: <http://deprimo.ru/psychodiagnostika-stressa/simptomaticheskij-oprosnik-samochuvstvie-v-ekstremalnyx-usloviyah/> (дата обращения: 20.01.2020).
8. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 336с.