

МЕТОД РЕФЛЕКСИВНОЙ РЕФЕРЕНЦИИ (ОЗНАЧЕНИЯ) АКТУАЛЬНОГО ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА¹

Ключевые слова: психология тренера, личность тренера, деятельность тренера, тренер, сознание, рефлексия, рефлексивная способность, рефлексивная позиция, рефлексивный опыт, рефлексивное означение, знаково-символические средства рефлексии, ценностно-смысловая регуляция.

В статье предлагается теоретическое обоснование метода рефлексивной референции (означения) актуального опыта деятельности тренера. Метод направлен на развитие рефлексивной способности и формирование знаково-символических средств рефлексии. В процессе реализации метода происходит интеграция рефлексивного опыта, осмысление и переосмысление средств, способов и личностных оснований профессиональной деятельности, формирование эффективной рефлексивной позиции тренера. Данный метод позволит тренерам более осознанно подходить к преодолению проблемно-конфликтных содержаний и построению эффективного взаимодействия в процессе решения профессиональных задач.

В результате обращения к опыту профессиональной деятельности тренера отмечается, что чем опытнее и успешнее тренер, тем более основательно и осмысленно он подходит к собственной деятельности, к самому себе, к своим подопечным. У большинства тренеров формируются в процессе работы собственный индивидуальный подход, собственная философия и представления, позволяющие добиваться поставленных целей и решать сложные профессиональные задачи. Однако, как опытные тренеры, так и начинающие, часто встречаются с определенными трудностями. Это могут быть проблемы, возникающие при применении опыта работы заслуженных тренеров, стереотипной схемы отношений в признанных командах, которые для данного коллектива оказываются совершенно неприемлемы. А так же возникают ситуации, в которых тренер, перепробовав весь арсенал доступных ему способов, не получает ожидаемого результата. Возникает необходимость изменений с учетом условий ситуации или индивидуальных особенностей спортсменов. В этом случае должны быть применены такие средства, смоделированы такие отношения, которые созданы самим тренером на основании его видения процесса, исходя из собственного опыта и интуиции.

Роль психолога при этом должна состоять в создании условий для мобилизации тренера к осознанию путей выхода из сложных ситуаций, условий для осознания и преобразования подхода к успешному решению проблемы. Более того, тренеру в результате такой совместной работы с психологом открываются возможности для самостоятельного использования наработанных приемов рефлексивного анализа и нахождения способов эффективного решения в тех ситуациях, которые ранее казались неразрешимыми.

Нами был разработан метод рефлексивной референции (означения) актуального опыта деятельности тренера. Остановимся на ряде положений, составляющих теоретические предпосылки предложенного метода.

В «Книге тренера» С.М. Вайцеховского [2] система «тренер-спортсмен» рассматривается, как «система творческого взаимодействия активных субъектов спортивной деятельности». Активных - значит сознательных, личностей, включенных в процесс деятельности, регулируемой общей целью и личностными смыслами. Возникает проблема осознания спортсмена, как целостной личности, а не вместилища физических качеств и волевых актов, осознания себя во взаимодействии и необходимости собственных преобразований, возможности личностного роста, профессионального становления, и наконец, рефлексии той самой, как говорил С.Л. Рубинштейн, «лично обусловленной деятельности».

Как раз, личностная обусловленность и несет в себе ту самую неоднозначность, которая, как определяет успех всей системы, так и приводит к полному ее краху. Дело в том, что в процессе развития или, в данном случае, профессионального становления, формируется система

¹ Воцинин, А.В. Метод рефлексивной референции (означения) актуального опыта деятельности тренера /А.В. Воцинин // Спортивный психолог.- 2012. - № 2 (26).- С . 67-72.

индивидуальных значений, определяемая личностными смыслами, а также формируется личностная позиция, характеризующаяся совокупностью отношений субъекта к себе и к ситуации.

Психологический смысл данного взаимодействия состоит в совпадении или совместной выработке такой системы значений, которая соответствует индивидуальному и культурному опыту субъекта, являющегося частью системы кооперации, диктующей свои правила и нормы функционирования.

В этом и состоит главное противоречие и основная трудность построения творческой системы и организации рефлексивного пространства, как необходимого условия развития рефлексивной культуры в деятельности тренера.

Смысл рефлексивной культуры состоит в преодолении и преобразовании сложившихся стереотипов деятельности, стереотипов взаимоотношений и самоотношения, стереотипов взаимодействия. Решение проблемы заключается не столько в накоплении опыта и стажа профессиональной деятельности, а в том, насколько в рамках этой деятельности тренеру удается накопить *рефлексивный опыт* и наработать стаж осознанного применения средств или «орудий» рефлексии, в том, насколько личностная включенность в деятельность, ее личностная обусловленность обеспечивает развитие рефлексивной способности. «Рефлексивная культура» определяется как готовность и способность переосмысливать и творчески преобразовывать стереотипы своего личного и профессионального опыта [4]. Как отмечают А.А. Мушаков и С.Д. Неверкович «рефлексивная культура выступает в качестве системы критериальных способов деятельности» тренера, «реализация которых позволяет найти оптимальные пути саморазвития и самореализации, корректировать свое поведение, мышление, деятельность и отношения в процессе педагогического взаимодействия» [7]. Задача тренера - привести представление о собственной личности, реализующейся в деятельности через означение образа действий, способа осуществления своего целостного «Я» к системе понятий рефлексивного субъекта. При этом рассматривается положительный, то есть продуктивный аспект рефлексии, не просто обращение сознания на себя самого, а процесс наработки и использования знаково-символических средств, регулируемый ценностно-смысловыми конструктами осуществления рефлексивной деятельности. А.Г. Асмолов [1] отмечает возможность обретения смыслов деятельности в действиях со значениями. Переживание, эмоции, образы действий в проблемно-конфликтных ситуациях должны быть означены, что приводит к порождению смыслов в процессе рефлексии осуществляемой деятельности. В.П. Зинченко относит категорию значений и смыслов к рефлексивному слою сознания, при этом отмечает, что «смыслы не только укоренены в бытии, но и опредмечиваются в действиях, в языке — в отраженных и порожденных образах...» [5]. В.Ф. Петренко, обращаясь к трудам А.Н. Леонтьева, отмечает возможность фиксации значений в форме «умения как обобщенного образа действия» [8].

В процессе рефлексии происходит переосмысление собственной личности, способов реализации собственного «Я» за счет «инновации принципов конструктивного преодоления противоречий через осмысление целостным «Я» проблемно-конфликтной ситуации и самого себя в ней как бы заново» и «реализации этого заново обретенного целостного смысла через последующую реорганизацию содержания личного опыта и действенное, адекватное преодоление противоречий проблемно-конфликтной ситуации» [9]. Так, рефлексия, определяется, как способность субъекта совмещать позицию «деятеля» и позицию «осмысляющего деятельность», при этом переходы из одной позиции в другую двусторонне и взаимнообратимы. «Рефлексивный выход», в большинстве исследований трактуемый как собственно рефлексия, является, по словам Г.П. Щедровицкого [11], лишь «условием и предпосылкой самой рефлексии». В исследовании А.В. Карпова [6] показано, что каждый субъект обладает индивидуальной мерой выраженности рефлексии, при этом рефлексивность относится к классу общих психологических способностей. По результатам исследования рефлексии тренеров был сделан вывод о том, что эффективная рефлексивная позиция определяется успешностью реализации знаково-символических средств рефлексии. Процесс же выработки знаково-символических средств как регулируется ценностно-смысловыми образованиями личности, так и определяет их формирование. [3]

И если личностная позиция характеризуется совокупностью отношений субъекта к ситуации и самому себе, то рефлексивная позиция определяется наличием «орудий» рефлексии. Другими словами, чтобы сознательно занимать продуктивную рефлексивную позицию, необходимо обладать определенными средствами рефлексии.

Постановка проблемы развития рефлексивной способности и наработки знаково-символических средств приводит к необходимости понимания самой рефлексии, как процесса, в рамках которого формируются и присваиваются не только индивидуальные значения в виде обобщенного образа действия и вербализуются личностные смыслы в форме эмоциональной окраски

того или иного объекта, но и происходит трансформация образа ситуации и образа себя в ситуации. Тренер не просто воспринимает себя или ситуацию по-новому, он реконструирует целостное видение процесса в его динамике в рамках системы взаимодействия.

Основная трудность состоит в том, что в процессе рефлексии и ее продукт, и наработанные средства обладают субъективной новизной, более того, качественно изменяется личность, ее отношение к себе и ситуации. Возникает проблема фиксации значений в процессе актуализации личностных смыслов. Субъективное значение и соответствующий смысл должны, как бы, претерпеть трансформацию в рамках процесса рефлексивного означения. И.Н. Семенов и С.Ю. Степанов отмечают, что в процессе рефлексирования актуализируются личностные реакции, направленные на сохранение самооценки и снижение конфликтности ситуации [10].

Таким образом, возникает необходимость создания метода, который бы интегрировал теоретические представления о рефлексии с одной стороны и, с другой позволил бы организовать развернутый процесс рефлексии с целью дальнейшего изучения его характеристик.

На основании вышеизложенных положений нами был разработан метод рефлексивной референции (означения) актуального опыта деятельности тренера. Под рефлексивной референцией (означением) понимается соотнесение индивидуальной системы значений в рамках проблемно-конфликтных содержаний деятельности с рефлексивно-культурной системой значений и понятий.

Реализация метода происходит через ряд основных этапов: 1. Выявление проблемно-конфликтного содержания ситуации 2. Выявление личностных оснований и способов действий. 3. Выявление и проработка стереотипных способов означений и индивидуальных смыслов 4. Первичное означение способов и личностных оснований,. 5. Включение означенных содержаний в систему рефлексивно-культурных значений. 6. Вторичное означение личностно значимых способов осуществления деятельности. 7. Обобщение и трансформация способов рефлексии в знаково-символические средства. 8. Последующая интеграция знаково-символических средств рефлексии в смысловые структуры целостного «Я». В процессе реализации метода создаются предпосылки для переосмысления тренером собственной личности, личностных оснований и способов осуществления деятельности. Приведем пример применения метода в рамках рефлексивного тренинга. Разбирается проблемно-конфликтное содержание ситуации, в которой перспективная спортсменка неоднократно нарушает спортивный режим. Тренер, перепробовав все доступные способы, обратилась к руководству за помощью. В результате спортсменка была вызвана на собрание и отчислена. Рассмотрим несколько отрывков из протокола работы тренера с психологом:

Тр: Ну а что я должна была делать, я все перепробовала!

П: Что именно?

Тр: Я объясняла, разговаривала, старалась внушить, что это недопустимо, говорила о последствиях! А что еще!? Все было бесполезно.

(Перечисление способов, которые не привели к должному результату. Субъективная значимость определяется целым комплексом не дифференцированных чувств и эмоций. Дискредитация способов воздействия. Негативная ретроспективная оценка относительно собственных действий).

П: Вы сейчас достаточно эмоционально говорите об этом..., можете сказать, какие именно чувства Вы испытываете сейчас?

Тр: Да мне просто обидно, я столько сил в нее вложила... у меня сейчас в горле все перехватывает...ком какой-то. Конечно же, я сама виновата, не смогла с этим справиться.

(Негативная оценка способов и отсутствие желаемого результата приводит к чувствам, которые проецируются на ситуацию, тем самым дополняя в целом ее негативно окрашенный образ).

П: Это те же самые чувства, которые Вы испытывали, когда пытались повлиять на свою подопечную?

Тр: Нет, я старалась контролировать себя...меня все это раздражало, но я держала себя в руках, я же не могла....

(Элемент раздражения настолько велик, что возникает эффект «тоннельного видения» способа воздействия и концентрация внимания на том, чтобы не сорваться).

Тр:(с явным раздражением) я же не могла взять ее за волосы и ударить головой об стенку...(осекается, прикусывает губы, напряженно оглядывает группу)...ну, я же столько сил и времени потратила, а они ее просто взяли и отчислили.

.....

П: Не кажется ли Вам, что объяснять, разговаривать, говорить это один и тот же способ названный похожими словами?

Тр:Ну а что я должна была...?

П: Может лучше было сделать то что Вам хотелось?

Тр: Ну не-е-е-т!(в недоумении.) Вы что, хотите сказать, что надо было так и сделать?

П: Я хочу сказать, что весьма сложно, испытывая с трудом скрываемое раздражение, и желая кого-то ударить об стенку, провести воспитательное воздействие.

(Явная конфронтация психолога в ответ на скрытую конфронтацию тренера, которая позволяет перевести обсуждение из предметно-операционального плана в рефлексивно-личностный и задействовать стереотипные способы реагирования на проблемно-конфликтное содержание).

Тр: (раздраженно) Так что же нам теперь, вообще с ними (со спортсменами) не общаться!?

(Демонстрация стереотипного способа реагирования – решение проблемы через уход и негативную оценку).

.....

П: Соприкоснувшись с проблемой Вы убедились, что Ваши воздействия были не достаточно эффективны. Что это значит для Вас...?

Тр: Но я все, что смогла - сделала! А что я еще должна была?...Пауза...Так получается..., что Я... независимо от ситуации бегаю от неприятных эмоций, лишь бы их не испытывать...пауза... но я же...пауза...тогда...та-а-а-к!

(Элемент первичного значения способа обращения с негативными эмоциями. По ходу выполнения тренинговых заданий уход, регресс и обращение за поддержкой для этого тренера были основными стратегиями выхода из проблемно-конфликтных ситуаций).

П: Можно ли констатировать, что в ситуациях, когда Вы испытываете неприятные эмоции и Вам необходимо их контролировать Вы испытываете раздражение?

Тр: Я же...пауза...да, так и есть.

П: Так что у Вас вызывает раздражение? Необходимость контроля эмоций или то, что Вы испытываете?

Тр: Скорее первое...пауза...ну а как (с сомнением и сильным волнением), разве это хорошо когда неприятно.....(обескураженно молчит).

(Дифференциация образа ситуации, с дальнейшим продвижением в содержательном плане и осознанием стереотипов реагирования).

.....

П: В конечном итоге, как разрешилась эта ситуация?

Тр: Я же сказала, они ее отчислили.

П: Кто они?

Тр: Ну, тренерский совет! Я попросила их о помощи, а они от нее избавились. Мне очень обидно. Вот и доводи свои проблемы до руководства.

П: Если я Вас правильно понял, Вы обратились за тем, чтобы тренерский совет повлиял на нее и тем самым помог Вам решить проблему.

Тр: Конечно, я уже понимала, что сама точно не справляюсь.

(В результате группового обсуждения возникает столкновение образа ситуации тренера с общегрупповой точкой зрения. На тренерском совете все готовились к тому, что тренер будет отстаивать свою воспитанницу и готовы были совместно обсудить, что именно делать в сложившейся ситуации. Однако, тренер сама, без обсуждения, настояла на отчислении).

П: Можно ли про Вас сказать, что когда необходимо принять и привести в исполнение принятое решение Вы обращаетесь к «общественности», пытаетесь привлечь кого-либо в качестве поддержки.

Тр: ...пауза...Да, пожалуй.

П: ...но при этом решение Вами уже принято и остается лишь его озвучить. Для этого и понадобился тренерский совет.

Тр: ...пауза...Так это значит, меня раздражало, то что я ничего не могу сделать и при этом должна сдерживать негативные эмоции и я сама избавилась от нее с помощью администрации?.....пауза.....

(Элемент вторичного значения обобщенного способа действий и личностных оснований, переосмысление и трансформация образа ситуации целостным «Я».)

В данном примере мы видим развертывание в рефлексивном процессе динамики осуществления собственного «Я» при обсуждении проблемно-конфликтного содержания случая. Репродуктивный тип, который через актуализацию, исчерпание и дискредитацию смысловых структур «я» приводит к регрессивным проявлениям «А что я еще могла сделать!?» в виде попыток привлечь на свою сторону участников тренинга и обесценить работу «Так что же нам совсем теперь с ними не общаться!?!». Дальнейшая дифференциация образа ситуации, чувств и эмоций приводит к означению

способов действий через осмысление целостного «я» и способов реагирования не на содержательный, а на эмоциональный контекст ситуации. Включаются стереотипные способы реагирования в ситуации обсуждения, которые соотносятся с проблемно-конфликтной ситуацией. Далее, вектор обсуждения переходит с предметно-операционального уровня (обсуждение того что необходимо было сделать) на рефлексивно-личностный (значение и последующее осмысление личностных оснований). Другими словами, происходит переосмысление способов действий с точки зрения целостного «я», в результате чего, образ ситуации, образ действий претерпевает трансформацию – «бегаю от неприятных эмоций». Возникает эффект «центрации», при котором возможно и принятие ответственности, и кульминация собственного «я» как порождающего, так и разрешающего противоречия ситуации определенным способом.

Таким образом, ситуация изначально означенная привычным (стереотипным) способом, при котором образ ситуации негативно эмоционально окрашен, не дифференцирован и «децентрирован», приобретает в процессе означения совершенно иной личностный смысл.

В дальнейшей работе психолога с тренером были выявлены и проработаны следующие стереотипные способы означения: «Если я испытываю негативные эмоции, то это значит, что я не могу себя контролировать»; «Если я чувствую раздражение в отношении кого-то, то это значит, необходимо усилить контроль, стараться не думать о плохом»; «Если другие не делают то, что я хочу, то это значит, что они плохо ко мне относятся»; «Если я чувствую себя некомпетентной, то необходимо избавиться от того, кто провоцирует эти чувства»; «Если я чувствую обиду, то это значит, что со мной поступили несправедливо».

Тренеру еще предстоит пройти достаточно сложный путь переосмысления проблемно-конфликтных содержаний в ситуациях подобного рода, который в конечном итоге при условии прогрессивного и продуктивного типов осуществления собственного «я» приведет к конструктивному преодолению противоречий через осмысление целостным «я» ситуации и самого себя, последующей реализации этого заново обретенного целостного смысла.

Таким образом, применение метода рефлексивной референции (означения) актуального опыта деятельности тренера создает условия для эффективного осмысленного решения профессиональных проблем конфликтного содержания и одновременно позволяет активизировать развитие рефлексивных способностей с формированием знаково-символические средств рефлексии при интеграции рефлексивного опыта. При этом происходит осмысление и переосмысление средств, способов и личностных оснований профессиональной деятельности, происходит формирование эффективной рефлексивной позиции тренера.

Список литературы

1. Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А.Г. Асмолов. – 3-е. изд., испр. и доп. – М.: Смысл: Издательский центр «Академия», 2007. – 528 с.
2. Вайцеховский, С.М. Книга тренера /С.М. Вайцеховский // - М., «Физкультура и спорт», 1971
3. Воцинин А.В. Проблема развития рефлексивной способности тренеров в процессе профессионального становления / Воцинин А.В. // Теория и практика физической культуры. – 2012. - № 2. – С.40-44.
4. Деркач А.А., Семёнов И.Н., Степанов С.Ю. Психолого-акмеологические основы изучения и развития рефлексивной культуры госслужащих. – М., 1998.
5. Зинченко В.П. Миры сознания и структура сознания // Вопросы психологии. 1991. № 2. С. 15-36.
6. Карпов, А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности / А.В.Карпов // - М.: ИП РАН, 2004.
7. Мушаков А.А., Неверкович С.Д. Рефлексивная культура – как механизм совершенствования профессиональной деятельности спортивного педагога // Спортивный психолог. 2008. № 3. С. 68-70.
8. Петренко В.Ф. Проблема значения. Психосемантика сознания. / Психология сознания // Сост. и общая редакция Л.В. Куликова. –СПБ.: Питер, 2001. – 480 с.: ил.- (Серия «Хрестоматия по психологии»).
9. Семенов И.Н., Степанов С.Ю. Проблема формирования типов рефлексии в решении творческих задач. // Вопросы психологии. - 1982. - № 1. - С. 9 9 - 104.
10. Семенов И.Н., Степанов С.Ю. Рефлексия в организации творческого мышления и саморазвития личности // Вопросы психологии. - 1983. - № 2. - С. 35 - 42.
11. Щедровицкий, Г.П. Мышление. Понимание. Рефлексия / Г.П. Щедровицкий. - М.: Наследие: ММК, 2005.