



А.Н. Веракса

# ПРОФЕССИЯ «СПОРТИВНЫЙ ПСИХОЛОГ»

**Д**еятельность спортивного психолога весьма многогранна, однако в целом можно выделить два основных направления в его работе: образовательное (связанное с обучением спортсменов и тренеров психологическим методам, методикам, техникам для повышения качества выступления или с просвещением тренеров в области психологического знания) и консультативное (направленное, прежде всего, на оказание помощи спортсменам в борьбе с личностными проблемами). Так, по данным статистики, лишь 10% спортивных психологов Великобритании занимаются вторым направлением деятельности, поскольку для его реализации необходимо иметь специализацию в клинической психологии<sup>1</sup>.

В реализации обоих направлений в своей деятельности спортивный психолог руководствуется принципами, общими для помогающих профессий. Вот некоторые из них: уважение достоинства и прав других людей; компетентность в собственных действиях (т.е. уверенность в том, что реализуемые действия не выходят за рамки способностей и знаний спортивного психолога); конфиденциальность и др.

Так, уважение достоинства и интересов спортсмена означает, что в некоторых случаях психолог должен воздержаться от работы с ним. Например, Д. Марчант и П. Гиббс описывают случай консультирования футбольного игрока с пограничным личностным расстройством<sup>2</sup>. Хотя его расстройство

<sup>1</sup> См.: Подробнее см.: *Biddie S., Bull S., Seheult C.* Ethical and Professional Issues in Contemporary British Sport Psychology // *The Sport Psychologist*. 1992. № 6.

<sup>2</sup> См.: *Marchant D., Gibbs P.* Ethical Considerations in Treating Borderline Personality in Sport: A Case Example // *Ibid.* 2004. № 18.

было выявлено на ранних этапах работы, постоянное консультирование было невозможно, поскольку требовало финансовых затрат от клуба, который не видел смысла в расходовании средств на игрока среднего уровня. Если спортивный психолог говорит о необходимости срочной работы с игроком, то это может иметь негативные последствия для спортсмена, так как администрация и партнеры по команде будут рассматривать его как проблемного, ненадежного и т.п., что, скорее всего, приведет к уменьшению его зарплаты и карьерного роста.

В самом начале своей деятельности спортивный психолог должен понять, кто является клиентом его работы. Как правило, ответ на этот вопрос бывает очевидным, но в некоторых ситуациях это приводит к возникновению этических проблем. Так, С. Биддли описывает случай, когда спортивный психолог был приглашен в команду для улучшения ее выступлений. После нескольких занятий спортивному психологу было сообщено, что он слишком мягок в общении с игроками — от него ожидали усиления их психологической устойчивости для того, чтобы игроки могли легче воспринимать критику со стороны администрации. Спортивный психолог пытался объяснить, что критика — не самый лучший метод повышения результатов, но он был удален из команды. Подобные случаи нередки в спорте, поэтому с самого начала спортивный

психолог должен понять, какова цель его работы.

Определение целей предполагает не только подбор соответствующего материала, способов для их выполнения, но и этап сближения со спортсменами, командой. Существует устойчивое мнение, что для получения достоверной информации о спортсмене или команде, возможности эффективного внесения изменений в их деятельность спортивный психолог должен быть не кратковременным визитером, а полноценным членом тренерского коллектива. Доверие со стороны спортсменов заслуживается лишь со временем: «Например, вы можете показать соблюдение принципа конфиденциальности, если спортсмены будут видеть, что вы не разглашаете даже не очень важную информацию. Доверие также заслуживается четкими установками по поводу того, что вы как консультант можете предложить, а чего предложить не можете... Для начинающих спортивных психологов особенно важно понимать, что, хотя это звучит иронично, доверие может прийти тогда, когда вы честно говорите, чего вы не знаете. Разумно напоминать клиентам, что как совершенствование физических навыков невозможно без усилий, так и применение психологических знаний нуждается в старании»<sup>3</sup>.

На следующем этапе спортивный психолог приступает к изучению проблем, которые ему предстоит решить.

<sup>3</sup> Shaw D., Gorely T., Corban R. Instant Notes in Spot and Exercise Psychology. 2005. P. 230, 231.



А.Н. Веракса. ПРОФЕССИЯ «СПОРТИВНЫЙ ПСИХОЛОГ»

С этой целью он использует различные методы работы: наблюдение, беседу, опросные методы, методы биологической обратной связи и др. Выделяют два основных типа оценки проблем спортсмена. К первому типу относятся такие субъективные виды оценки, как интервью, проводимое с самим спортсменом, его тренером или близкими, и наблюдение. Эти методы позволяют увидеть, как самовосприятие, убеждения спортсмена соотносятся с его поведением в различных ситуациях. Кроме того, с их помощью можно получить уникальные данные, раскрывающие особенности жизненной ситуации спортсмена, его спортивной рост и т.д. В то же время эти методы требуют большого количества времени, и они не лишены искажений со стороны экспериментатора. Методы объективного оценивания беспристрастны. Созданные для диагностики спортивной деятельности, они позволяют экономить время и усилия. Однако у них есть и свои ограничения: недостаточная валидность и связь результатов по тем или иным тестам, опросникам с реальными спортивными достижениями, неприятие спортсменами, а также фрагментарность информации. Получаемые данные могут помочь не только спортивному психологу понять спортсмена, но и спортсмену понять себя.

После выявления специфики проблемы (например, дефицит мотивации, проблемы концентрации внимания или др.) спортивный психолог раз-

рабатывает программу, направленную на коррекцию соответствующих трудностей. В программе обязательно указываются цели, которые будут достигнуты в результате работы со спортсменом, и показатели, демонстрирующие их достижение. Поэтому по ходу реализации программы спортивный психолог имеет возможность оценить результат собственной деятельности и внести соответствующие коррективы в следующие ее этапы.

Важной особенностью деятельности спортивного психолога является то обстоятельство, что каждый вид спорта накладывает свои требования на разрабатываемые спортивным психологом рекомендации. Виды спорта отличаются по тому, связаны ли они с анаэробными или аэробными нагрузками (спринт или марафон); по тому, какой уровень технической точности необходим для успешного освоения спортивной деятельности (стрельба в сравнении с пауэрлифтингом); по продолжительности усилия и времени, которое проходит между моментами затраты энергии (гольф в сравнении с лыжами) и др. Например, если говорить об анаэробных нагрузках, то для таких видов спорта необходимо развитие у спортсмена внутреннего фокуса внимания и умения переживать высокое напряжение. Если речь идет об аэробных нагрузках, то здесь напряжение низкое, но необходимо умение быстро переключать фокус внимания. Точно так же, если спортивная деятельность связана с грубыми моторными навыками, то

важна высокая мотивация и умение выдерживать сильное напряжение. Если же навыки, необходимые для реализации спортивной деятельности, достигают высокого уровня развития, то необходимо развитие фокуса внимания и уверенности в себе.

Так, в лыжных гонках важно выдержать длительное напряжение, достичь адекватного уровня возбуждения (это делается с помощью дыхательной гимнастики, прослушивания соответствующей музыки, внутренней речи и использования образных средств). В этом виде спорта важны первые секунды старта, и здесь можно увидеть два основных подхода к началу гонок: одни лыжники приезжают к старту заранее (за 15–25 минут) и «погружаются» в атмосферу гонки, другие — приходят за несколько минут, чтобы соревнование «просто началось».

В теннисе гораздо важнее поддерживать уверенность в себе на протяжении всего поединка, что достигается контролем спортсменом своей мыслительной деятельности и т.п. Таким образом, в зависимости от вида спорта и выбираемой стратегии решения поставленной перед спортсменом задачи, спортивный психолог способствует развитию тех или иных психических качеств атлета.

Кроме того, не нужно забывать о том, что при обращении спортсмена к спортивному психологу тот должен учи-

тывать целый ряд факторов, способных объяснить причину возникновения тех или иных проблем, помимо собственно психологических причин. В работе Д. Коллинса и соавт.<sup>4</sup> рассказывается об опыте консультирования профессионального мотогогонщика. При обращении к спортивному психологу его основной вопрос был связан со слабой концентрацией внимания. Решение подобной задачи, безусловно, находится в рамках компетенции спортивного психолога, для чего используются различные техники саморегуляции. Однако сначала психолог обратился за советом к диетологу. Проведенный совместный анализ тренировочного процесса спортсмена показал, что одной из причин данной проблемы является неправильное питание спортсмена, которое приводит к сильному истощению организма во время соревнования и как следствие к резкому снижению внимания.

Описывая свой опыт работы со сборной США по легкой атлетике, Р.Нидеффер приводит следующий алгоритм решения проблемы спортсмена: «Я прошу у атлета разрешения присутствия тренера. После этого мы вдвоем должны сделать следующие вещи: а) убедиться в том, что выделенная проблема соответствует представлениям тренера; б) определить время, место и тип техники, которая поможет спортсмену; в) убедиться в том, что с такти-

<sup>4</sup> См.: Collins D., Doherty M., Talbot S. Performance Enhancement in Motocross: A Case Study of the Sport Science Team in Action // The Sport Psychologist. 1993. № 7.

M  
& O

А.Н. Веракса. ПРОФЕССИЯ «СПОРТИВНЫЙ ПСИХОЛОГ»

ческой и технической точек зрения психологическая подготовка не будет препятствовать реализации более важных аспектов подготовки...»<sup>5</sup> Эти примеры показывают, что спортивный психолог должен работать в постоянном контакте с тренером, спортивным врачом и другими специалистами, объединение усилий которых может позволить увидеть любую сложность состояния спортсмена максимально объективно.

Хотя, как мы уже указывали, существуют различные методы и методики, применяемые в психологической работе со спортсменами, многие из них (особенно это относится к бланковым опросникам) вызывают большое недоверие со стороны спортсменов, поскольку занимают много времени и не приносят желаемого результата. Поэтому в первую очередь специалисту приходится опираться на собственные коммуникативные навыки активного слушания и построения вопросов. Еще раз оговоримся, что спортивный психолог работает не только над созданием и реализацией достаточно длительных программ — во многом эффективность спортивного психолога определяется непродолжительным взаимодействием со спортсменом. В этой связи приведем следующий пример, описанный спортивным психологом Д. Гилборном, который имеет более чем тридца-

тилетний опыт работы в футбольных командах: «В раздевалку заходит тренер и зачитывает список игроков, которые выйдут на поле. Сильный игрок не попал в состав — он смотрит в пол, скрестив руки на груди. Тренер выходит из раздевалки, и игроки начинают переодеваться... Кто-то подходит и пытается положить руку ему на плечо; рука скинута. Все спортсмены вышли, кроме этого игрока. Он также выходит и хлопает дверью, бежит к выходу со словами "Я уйду отсюда". Психолог в гневе кричит: "Не уходи, иначе ты дашь ему еще одну пулю, чтобы выстрелить в тебя". Игрок останавливается... Через час я вижу, как спортсмен стоит улыбаясь около раздевалки и провожает всех на матч, желая игрокам, физиотерапевтам, врачам удачи. Последним выходит тренер. Он указывает пальцем на игрока и говорит: "Ты будешь сидеть на скамейке рядом со мной"»<sup>6</sup>. Из этого отрывка видно, как важно было вмешательство спортивного психолога, который практически моментально нашел выход из непростой ситуации. Впоследствии, через несколько месяцев, сам игрок признался тренеру в том, что психолог остановил его от ухода в тот день, но на тот момент он уже был постоянным игроком в команде.

А вот как описывает свою деятельность Р. Ротелла, имеющий более чем

<sup>5</sup> Nideffer R. Psychological Services for the U.S. Track and Field Team // The Sport Psychologist. 1989. № 3. P. 352.

<sup>6</sup> Gilbourne D., Richardson D. Tales from the Field: Personal Reflections in the Provision of Psychological Support in Professional Soccer // Psychology of Sport and Exercise. 2006. № 7. P. 331.

десятилетний опыт работы с гольфистами: «Когда я индивидуально работаю со спортсменом, то вначале он приходит ко мне домой. Эта встреча длится два дня, на протяжении каждого из которых мы беседуем по 7–10 часов. Спортсмен остается у меня дома на ночь, ест с моей семьей. Я стараюсь создать среду для построения отношений. На протяжении этих двух дней атлет делает записи, задает вопросы и в некоторых случаях уходит с написанным резюме. Такое резюме, состоящее из трех-пяти пунктов, на которых субъект должен сосредоточиться, необходимо как результат работы... Я считаю важным быть в контакте со спортсменами для личных встреч, телефонных разговоров или переписки каждые пять недель... Я разрешаю спортсменам звонить мне в любое время дня и ночи, когда им нужно поговорить. Если меня нет дома, они оставляют сообщение, и я перезваниваю им...»<sup>7</sup> Этот пример показывает, что, хотя в спортивной психологии широко представлены различные психологические теории и выбор одной из них является непростой задачей, по мнению известных спортивных психологов (Д. Гоулд, Т. Орлик и др.), первостепенное значение для успешной работы имеют не столько стратегии воздействия, сколько качество установленных взаимоотно-

ношений, построение которых требует значительных усилий и временных затрат.

Поэтому функциональные обязанности спортивного психолога гораздо шире, чем проведение психологических консультаций. В исследовании, проведенном Дж. Партингтоном и Т. Орликом<sup>8</sup>, участвовали 19 спортивных психологов, принимавших непосредственное участие в подготовке олимпийской сборной Канады к Олимпийским играм 1988 г. В качестве основных задач спортивного психолога участники отметили:

1. Оценка целей, стоящих перед спортсменом, его планов на соревнование, изменение этих планов, мониторинг его успехов и обучения навыкам саморегуляции, и оптимизация отношений тренер – спортсмен.

2. Индивидуальные консультации с целью выяснения сильных и слабых сторон спортсмена, групповые занятия с целью сплочения команды, освоения копинг-стратегий со стрессом и тревогой.

3. Освоение конкретных техник саморегуляции: релаксация, концентрация, повторение, коммуникативные навыки, использование образа и речи про себя.

4. Регулярный мониторинг состояния спортсмена перед и после соревно-

<sup>7</sup> Rotella R. Providing Sport Psychology Consulting Services to Professional Athletes // The Sport Psychologist. 1990. № 4. P. 416.

<sup>8</sup> См.: Partington J., Orlick T. An Analysis of Olympic Sport Psychology Consultants' Best-Ever Consulting Experiences // The Sport Psychologist. 1991. № 5; Orlick T., Partington J. The Sport Psychology Consultant: Analysis of Critical Components as Viewed by Canadian Olympic Athletes // Ibid. 1987. № 1.

M  
& O

А.Н. Веракса. ПРОФЕССИЯ «СПОРТИВНЫЙ ПСИХОЛОГ»

вания, оценка и дебрифинг со спортсменом, преодоление последствий травмы.

В качестве примера описания возможностей психолога приведем письмо, которое распространялось психологической службой спортсменам сборной США на Олимпиаде: «Никто не знает Ваших потребностей лучше Вас! Поэтому мы не собираемся говорить Вам о том, что делать, или давить на Вас... Тем не менее мы хотим, чтобы Вы знали, как мы можем Вам помочь на протяжении игр:

1. Мы можем помочь Вам развить или усилить техники, которые помогут «завести» или успокоить себя.

2. Мы можем помочь Вам уменьшить негативные мысли и количество раздражителей, которые мешают тренироваться и концентрироваться.

3. Мы можем помочь Вам снизить недовольство и давление, которое возникает в результате путешествия, беспокойства по поводу безопасности; проблем питания и др.

4. Мы можем обучить Вас некоторым стратегиям, которые помогут быстрее приспособиться к смене часового пояса.

5. Мы поможем Вам с любыми проблемами общения, которые могут возникнуть в результате сильного давления или как следствие соревновательной обстановки...»<sup>9</sup>

Сходные компоненты были указаны спортивными психологами, ответственными за подготовку сборной США по горным лыжам: «Способность восстанавливаться от неудачи; консультирование; активный отдых; управление агрессией; техники адаптации к смене часовых поясов; контроль тревоги; управление возбуждением; смена карьеры; управление концентрацией; контроль депрессии; эффекты чрезмерной тренировки; проблемы в семейных отношениях; уменьшение страха; навыки постановки целей; групповое взаимодействие; навыки запоминания; тренировка мысленного повторения; развитие различных интересов; понимание возможностей; психология родительского вмешательства; тренировка релаксации; навыки самодисциплины; усиление уверенности в себе; контроль сна; тренировка визуализации...»<sup>10</sup>

В то же время участники отметили и некоторые действия спортивного психолога, которые могут привести к потере доверия со стороны тренера и спортсмена:

1. Поскольку спорт высоких достижений связан с постоянной работой, у спортсменов остается немного времени для сна и отдыха. Поэтому спортивный психолог не должен делать занятия длительными и должен четко планировать их ход. Также важно, чтобы время для

<sup>9</sup> Nideffer R. Psychological Services for the U.S. Track and Field Team // The Sport Psychologist. 1989. № 3. P. 353, 354.

<sup>10</sup> May J., Brown L. Delivery of Psychological Services to the U.S. Alpine Ski Team Prior to and During the Olympics in Calgary // Ibid. 1989. № 3. P. 323.

занятий обсуждалось с командой спортсменов, если речь идет о групповых занятиях, и с конкретными спортсменами, если речь идет о занятиях индивидуальных.

2. В связи с вышеуказанным спортивный психолог должен тщательно подходить к подбору методик и методических приемов. Так, батареи личностных опросников, как правило, воспринимаются спортсменами негативно, потому что занимают много времени и не имеют отношения к конкретным трудностям спортсмена. Их применение оправданно не в начале работы с командой, а после того, как психологу удалось лично побеседовать со спортсменом и, возможно, выявить его эмоциональные проблемы.

3. Спортсмены высокого уровня отличаются не только высокой работоспособностью, но и приверженностью команде, поэтому спортивный психолог должен демонстрировать эти качества. В противном случае спортсмены будут считать психолога наименее продуктивным членом команды и он лишится доверия.

4. В связи с этим, например, спортсмену важно быстро получать обратную связь как после проведенных методик или занятий по овладению какими-либо техниками, так и после индивидуальных консультаций. Это позволяет спортсмену увидеть результат работы и обрести уверенность в психологе и в себе.

Фактически любая обратная связь со стороны психолога должна удовле-

творять следующим трем критериям: она должна быть понятна субъекту, которому она адресована; субъект должен ее принять; она должна содержать в себе способ действия. Нарушение любого из этих пунктов резко снижает продуктивность взаимодействия психолога со спортсменом. Например, психолог может ограничиваться лишь общими словами и не приводить примеров из поведения спортсмена. В этом случае спортсмен будет считать общение неинформативным. Наоборот, если психолог будет говорить слишком много, то он перегрузит информацией спортсмена, который перестанет с ним взаимодействовать, чтобы оградить себя от непонимания. Что касается принятия обратной связи, то психолог должен давать ее не в оценочной форме, а в описательной (например, не «ты болтун», а «прошлым вечером ты говорил больше, чем каждый член команды, и я попросту не успел сказать, что хотел»). Поскольку обратная связь направлена на изменение поведения субъекта, то по принципу условного рефлекса она должна следовать как можно быстрее за поведением. Очевидно также, что выражения типа «ты слишком высокий» или «ты такой нервный» не могут быть использованы в отношении спортсмена для конкретных действий, направленных на устранение указанных проблем. Вместо этого сам консультант должен вступать в диалог со спортсменом, чтобы вместе составить спектр возможных способов решения вопросов.



А.Н. Веракса. ПРОФЕССИЯ «СПОРТИВНЫЙ ПСИХОЛОГ»

Важным моментом в ходе индивидуального консультирования спортсменов является сосредоточенность психолога на клиенте. Рассмотрим следующий пример диалога.

*«Клиент:* Я волнуюсь по поводу подготовки к событию. Я так нервничаю, что не могу собраться. Это особенно заметно, если соревнование проходит в конце дня.

*Консультант:* Я понимаю вас, у меня тоже были трудности с концентрацией, когда я соревновался, и состязания во второй половине дня были самым сложным испытанием.

*Клиент:* Правда? И что же вы делали?

*Консультант:* Я старался не думать о событии и за час до него использовал техники саморегуляции.

*Клиент:* Как это работало?

*Консультант:* В большинстве случаев все проходило успешно, но иногда я был слишком напряжен...»<sup>11</sup>

Этот пример показывает, что, хотя консультант соблюдает в данной беседе правило открытости и принятия клиента, он делает это исходя из собственных интересов и фактически не предлагает спортсмену продуктивного способа решения проблемы, наоборот, он ставит его в тупик. Поэтому уникальность спортивного психолога состоит в том, что, прежде всего, он должен находиться на стороне спортсмена и

потому отодвигать на второй план собственные желания (как, например, желание поделиться опытом, переживаниями и пр.).

Традиционно выделяются следующие четыре фактора, которые влияют на результаты спортсменов и с которыми работают спортивные психологи: мотивация (способность продолжать деятельность, несмотря на скуку, усталость, боль или желание заняться чем-либо другим); уверенность (сила убеждения спортсмена в свою способность обучаться навыкам и выполнять их на определенном уровне в условиях соревнования); напряжение (степень физиологического возбуждения спортсмена, которую он испытывает непосредственно до или во время соревнования, а также его оценка спортсменом как отрицательного или положительного); концентрация (способность фокусирования на важных для выполнения действия аспектах ситуации).

Итак, функции спортивного психолога отличаются от тех, которые выполняет психотерапевт или психиатр, но все спортсмены принимают это обстоятельство. Например, в исследовании, проведенном в конце 1980-х годов, было показано, что спортсмены, обращающиеся к спортивному психологу, оцениваются сверстниками как менее успешные в сравнении со спортсменами, которые обращаются к тренеру<sup>12</sup>. Это во

<sup>11</sup> Petipas A., Giges B., Danish S. The Sport Psychologist-Athlete Relationship» Implications for Training // The Sport Psychologist. 1999. № 13.

<sup>12</sup> См.: Linder D.E., Pillow D.R., Reno R.R. Shrinking jocks: Derogation of athletes who consult a sport psychologist // Journal of Sport & Exercise Psychology. 1989. № 11.

многим связано с тем, что спортивный психолог воспринимается обществом как психотерапевт, помогающий спортсменам справиться с их личностными проблемами. В настоящее время это мнение не совпадает с реальной ситуацией.

Подобное отношение может также объясняться и спецификой спортивной деятельности. Известно, что спортсмены-мужчины более скептически в отношении спортивных психологов, чем спортсмены-женщины. Исследования процесса социализации в спорте показывают, что совмещение роли мужчины и спортсмена означает принятие боли, которая должна переживаться в одиночестве. Наоборот, для женщин приня-

тие боли, риска травмы является частью спортивной карьеры, но не частью образа женщины. Поэтому мужчины, обращающиеся к спортивному психологу, либо боятся признать свои слабости, либо не видят пользы от того, чтобы делиться своими эмоциями с консультантом (поскольку подобное действие «не вписывается» в традиционный образ спортсмена). В работе С. Мартина и его коллег<sup>13</sup> был проведен опрос 111 спортсменов. Он показал, что если девушки более склонны воспринимать спортивного психолога как вызывающего доверие человека, оказывающего реальную помощь, то юноши считают его критичным и директивным.

<sup>13</sup> См.: Martin S., Akers A., Jackson A., Wisberg C., Nelson L., Leslie P., Leidig L. Male and Female Athletes' and Nonathletes' Expectations about Sport Psychology Consulting // Journal of Applied Sport Psychology. 2001. № 13.

**ВЕРАКСА Александр Николаевич**, доцент факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова, кандидат психологических наук



Родился 7 октября 1983 г. в г. Москве. Окончил факультет психологии МГУ им. М.В. Ломоносова в 2005 г. по специализации «Психология развития», аспирантуру факультета в 2008 г. Защитил кандидатскую диссертацию под руководством проф. А.И. Подольского по теме «Особенности символического опосредствования в познавательной деятельности младших школьников». С 2007 г. — магистр в области психологического консультирования (Манчестерский универ-

ситет). С 2009 г. — сотрудник факультета психологии.

Совместно с Сергеем Владимировичем Леоновым, кандидатом психологических наук, доцентом, Алексеем Владимировичем Коршуновым, кандидатом социологических наук, доцентом, заслуженным тренером РФ, Зурidou Айсовной Саговой, кандидатом психологических наук, доцентом, является координатором специализации «Спортивная психология».

Научные интересы А.Н. Вераксы связаны с проводимыми разра-



## А.Н. Веракса. ПРОФЕССИЯ «СПОРТИВНЫЙ ПСИХОЛОГ»

ботками подходов к психологической подготовке спортсменов как на уровне ДЮСШ, СДЮШОР, так и на уровне сборных команд МГУ им. М.В. Ломоносова. Разработанные методы освоения двигательных навыков активно применяются в ФК «Чертаново», Московской федерацией прыжков в воду. Полученные результаты нашли свое отражение в монографии «Психология спорта» (под ред. Ю.П. Зинченко, А.Г. Тоневичко; под общ. ред. В.А. Садовниченко), изданной факультетом психологии МГУ им. М.В. Ломоносова в 2011 г.

А.Н. Веракса работает и в области психологии развития, когнитивной психологии, изучая специфику способностей к символическому опосредствованию, их роль в познавательной деятельности человека. Им исследуются как фундаментальные, так и прикладные аспекты этой проблемы. В исследованиях А.Н. Вераксы показано, что символическое опосредствование может быть эффективным при решении познавательных задач не только в дошкольном, но и в младшем школьном возрасте. На примере работы с начинающими профессиональными спортсменами (футболисты, прыгуны в воду, художественные гимнастки,

легкоатлеты) показано, что развитие образных представлений может быть эффективным как в решении познавательных, так и двигательных задач. Цикл проведенных А.Н. Вераксой исследований был удостоен в 2010 г. стипендии Московского государственного университета им. М.В. Ломоносова молодым преподавателям и научным сотрудникам, добившимся значительных результатов в педагогической и научно-исследовательской деятельности.

Разработанные А.Н. Вераксой оригинальные исследовательские методики изучения символического опосредствования, а также методики, направленные на развитие способностей к символическому опосредствованию, используются в практической работе психологов в дошкольных образовательных учреждениях г. Москвы.

В работах А.Н. Вераксы были выделены условия развития способностей к символическому опосредствованию, механизмы их функционирования, что позволило разработать оригинальный подход к решению ряда научных вопросов относительно роли образа в деятельности человека, в частности, в рамках психологии спорта, психологии развития и педагогиче-

ской психологии, психологии искусства. За монографию «Символическое опосредствование в познавательной деятельности» в 2011 г. А.Н. Веракса был удостоен гранта поддержки талантливых студентов, аспирантов и молодых ученых МГУ им. М.В. Ломоносова. В 2011 г. А.Н. Веракса стал лауреатом гранта Президента Российской Федерации для государственной поддержки молодых российских ученых «Разработка методов освоения знаково-символических средств и критериев темпоральной перцепции в профессиональной деятельности».

С 2010 г. А.Н. Веракса выступает ответственным редактором (совместно с С.В. Леоновым) научного ежегодника на английском языке *Psychology in Russia: State of the Art*.

С 2011 г. А.Н. Веракса — директор по международным отношениям Российского психологического общества, официальное контактное лицо от Российского психологического общества во взаимодействии с Европейской федерацией психологических ассоциаций.

А.Н. Веракса — автор более 70 научных работ, в том числе 19 учебных и учебно-методических пособий.