

**УДК 159.98**

## **Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования**

**Арпентьева Мариям Равильевна**

доктор психологических наук, профессор кафедры психологии развития и образования, руководитель лаборатории психолого-педагогического сопровождения семьи и детства Центра социально-гуманитарных исследований, Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского, Калуга, Югорский государственный университет, Ханты-Мансийск. Российская Федерация. E-mail: [mariam\\_rav@mail.ru](mailto:mariam_rav@mail.ru)

**Аннотация.** В рамках спортивно-оздоровительной работы большая роль принадлежит психологической поддержке спортсменов, тренеров, занимающихся ЛФК и т.д. Эта роль еще не оценена по достоинству, однако, проблемы ее технологий и, особенно, метатехнологий – базовых принципов и ориентиров, стоят весьма остро. Очевидно, что ни само здоровье – телесное, нравственное, психологическое, социальное, ни сами достижения – в спорте и т.д. не могут выступать целевыми и центральными для психотерапевтической спортивно-оздоровительной работы. Центральными смыслами является развитие человека как такового, его совершенствование как индивидуального и социального субъекта жизнедеятельности. Психологическое консультирование в

---

### **Следует цитировать / Citation:**

*Арпентьева М. Р. Базовые принципы-метатехнологии спортивного психологического консультирования / Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2019. – №1(12). – С. 27-57. URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

Поступило в редакцию / Submitted 11.12.2018

Принято к публикации / Accepted 14.01.2019

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

рамках спортивно-оздоровительной работы, фокусируется на проблемах взаимоотношений человека с собой и миром через призму его спортивно-оздоровительной деятельности, оно рассматривать эти отношения и как источник проблем, и как путь к их преодолению. Спортивно-психологическое консультирование предстает как сложное, полиморфное явление, связанное с помощью разным группам клиентов в рамках спортивно-оздоровительной работы в решении проблем их отношений с собой и миром: внутриличностного, межличностного, а также внутригруппового и межгруппового функционирования, развития и восстановления (абилитации и реабилитации) в рамках спортивно-оздоровительной работы. Опираясь на тетраду принципов психологического консультирования, выделенную в школе К.Р. Роджерса, автор рассматривает их проявления в рамках спортивно-оздоровительной работы и особенности в трех основных аспектах измерения консультативного взаимодействия: власть, компетентность, любовь, – преобразовательной, диалогической и отношенческой интенциях, а также по отношению к жизнедеятельности спортивного психолога-консультанта в целом. Спортивная психология - это отрасль психологии, которая фокусируется на том, как люди изменяют себя и свою жизнь в результате занятий спортом и физической культурой . Спортивный психолог понимает, что люди, которые занимаются спортом, должны быть здоровы не только телесно, но и психологически, социально и нравственно, чтобы добиться успеха. . Спортивные психологи часто работают с несколькими различными типами спортсменов и занимающихся, от любителей до профессионалов, от психически и соматически больных людей до людей с высочайшими знаниями и умениями управления их телесной, психологической, социальной жизнью и т.д.

**Ключевые слова:** спорт, рекреация, физкультура, эмпатия, принятие, конгруэнтность, конкретность, метатехнологии, принципы, интенции, преобразование, отношения, компетентность, спортивно-психологическое консультирование.

## **Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling**

**Arpentieva Mariam Ravilievna**

Ugra State University, Khanty-Mansiysk Autonomous Okrug, Khanty-Mansiysk, Yugra, Russian Federation. E-mail: [mariam\\_rav@mail.ru](mailto:mariam_rav@mail.ru)

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

**Abstract.** Within the framework of sports and recreation work, a large role belongs to the psychological support of athletes, trainers involved in physical therapy, etc. This role has not yet been appreciated; however, the problems of its technologies and, especially, meta-technologies - the basic principles and guidelines, are very acute. It is obvious that neither the health itself - physical, moral, psychological, social, nor the achievements themselves - in sports, etc. can not act as a target and center for psychotherapeutic sports and recreational work. The central meanings is the development of a person as such, his improvement as an individual and social subject of life activity. Psychological counseling in the framework of sports and recreational work focuses on the problems of a person's relationship with himself and the world through the prism of his sports and recreational activities, and he considers these relationships both as a source of problems and as a way to overcome them. Sports and psychological counseling appears as a complex, polymorphic phenomenon associated with the help of different groups of clients in the framework of sports and recreation work in solving the problems of their relationships with themselves and the world: intrapersonal, interpersonal, as well as intragroup and intergroup functioning, development and recovery (abilitation and rehabilitation) in the framework of sports and recreational work. Based on the tetrad of principles of psychological counseling, highlighted in the school of K.R. Rogers, the author considers their manifestations in the framework of sports and recreational work and features in three main aspects of the dimensions of consultative interaction: power, competence, love, - transformative, dialogic and relational intentions, as well as in relation to the life activity of the sports psychologist-consultant as a whole. Sports psychology is a branch of psychology that focuses on how people change themselves and their lives as a result of sports and physical education. A sports psychologist understands that people who play sports need to be healthy not only physically, but also psychologically, socially and morally, in order to succeed. . Sports psychologists often work with several different types of athletes and students, from amateurs to professionals, from mentally and somatically sick people to people with the highest knowledge and skills to manage their physical, psychological, social life, etc..

**Key concepts:** sports, recreation, physical education, empathy, acceptance, congruence, concreteness, metatechnology, principles, intentions, transformation, relationships, competence, sports counseling.

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

В рамках спортивно-оздоровительной работы большая роль принадлежит психологической поддержке спортсменов, тренеров, занимающихся ЛФК и т.д. Эта роль еще не оценена по достоинству, однако, проблемы ее технологий и, особенно, метатехнологий – базовых принципов и ориентиров, стоят весьма остро. Очевидно, что ни само здоровье – телесное, нравственное, психологическое, социальное, ни сами достижения – в спорте и т.д. не могут выступать целевыми и центральными для психотерапевтической спортивно-оздоровительной работы. Центральными смыслами является развитие человека как такового, его совершенствование как индивидуального и социального субъекта жизнедеятельности.

Как область консультативной психологии консультирование в рамках спортивно-оздоровительной работы существует наряду с другими областями, в том числе социально-психологическим, возрастно-психологическим и клинко-психологическим консультированием в иных профессиональных и досуговых сферах [1; 3; 4; 22; 24; 25; 30; 32]. Психологическое консультирование в рамках спортивно-оздоровительной работы, фокусируется на проблемах взаимоотношений человека с собой и миром через призму его спортивно-оздоровительной деятельности, оно рассматривает эти отношения и как источник проблем, и как путь к их преодолению. Однако, поскольку нарушения отношений констатируются и в ситуации социальных и возрастных кризисов, и в ситуации психических и соматических нарушений, постольку можно говорить не просто о консультировании в рамках спортивно-оздоровительной работы, но о особом подходе в консультировании, особой сфере спортивно-психологического консультирования.

Спортивно-психологическое консультирование как эдологическая (помогающая) практика, сфера профессиональной деятельности в рамках спортивно-оздоровительной работы, формируется на «стыке» других областей: медицинской помощи и психотерапии, благотворительной и социальной работы. Спортивно-психологическое консультирование предстает как сложное, полиморфное явление, связанное с помощью разным группам клиентов в рамках спортивно-оздоровительной работы в решении проблем их отношений с собой и миром: внутриличностного, межличностного, а также внутригруппового и межгруппового функционирования, развития и восстановления (абилитации и реабилитации) в рамках спортивно-оздоровительной работы. Клиенты в контексте спортивно-психологического консультирования, в отличие от клинко-психологического консультирования и психотерапии, социально-

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

психологического консультирования и психотерапии, рассматриваются не как пациенты, страдающие от дисфункций психических и соматических процессов (деятельности) и ограничений, нуждающиеся в помощи врача-психотерапевта, не просто как клиенты, чьи нарушения связаны с социальными деформациями и коллапсами и нуждающиеся в социальной поддержке как таковой, но как клиенты, стремящиеся исправить более или менее выраженные, осознаннее, обширные и глубокие, проблемы социального функционирования и развития, которые проявляются в отношении индивидуальных и групповых субъектов к самим себе и/или к окружающим их субъектам, миру в целом (на внутреннем или внешнем по отношению к личности или группе уровнях), связанные с комплексными проблемами телесных, социальных, психологических и нравственных блокад и нарушений развития. Т.о., клиенты в рамках спортивно-оздоровительной работы могут стремиться уменьшить диссонанс или деформацию, восстановить гармонию и развивать себя и отношения с миром, реализуя себя и давая возможность реализоваться окружающим.

Спортивно-психологическое консультирование – особым образом организованный диалог психолога-консультанта и клиента (спортсмена, тренера, члена группы здоровья, занимающегося или ведущего группы ЛФК, члена семьи или иного стейкхолдера /заинтересованного в процессах и результатах спортивно-оздоровительной деятельности лица), направленный на интегративное решение проблем социального, нравственного, психологического, соматического совершенствования.

Для многих людей занятия спортом - это важный способ оставаться в форме, соревноваться с друзьями и сверстниками, а также достигать самосовершенствования. Некоторые люди также могут также сделать довольно приличную карьеру, участвуя в любительском и профессиональном спорте, работая с группами здоровья и ЛФК и т.д.. Спортивные психологи пытаются ответить на множество самых интересных и спорных проблем, возникающих в этом контексте. Спортивная психология - это отрасль психологии, которая фокусируется на том, как люди изменяют себя и свою жизнь в результате занятий спортом и физической культурой. Спортивный психолог понимает, что люди, которые занимаются спортом, должны быть здоровы не только телесно, но и психологически, социально и нравственно, чтобы добиться успеха. Иногда некоторым спортсменам и иным занимающимся, членам их семей нужна помощь в преодолении психологических проблем, которые не позволяют им заниматься /тренироваться в полную силу. Снижение стрессов занятий и по

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

поводу занятий, снятие более или менее специфичных по отношению к спортивно-оздоровительной деятельности негативных переживаний и представлений, часто приводит к улучшению результатов. Спортивные психологи часто работают с несколькими различными типами спортсменов и занимающихся, от любителей до профессионалов, от психически и соматически больных людей до людей с высочайшими знаниями и умениями управления их телесной, психологической, социальной жизнью и т.д. . Спортсмены и занимающиеся могут самостоятельно искать таких психологов- профессионалов, к ним могут обращаться тренеры или члены семьи спортсмена или занимающегося. Так, большинство олимпийских спортсменов использовали несколько различных типов психологических методов поддержки, нередко прибегают к ней и участники групп ЛФК. Спортсмены - не единственные люди, которые могут извлекать выгоду из спортивного психологического консультирования, к ним могут присоединяться люди, которые находятся в центре интенсивного и масштабного стресса, например, в ситуации высококонкурентной карьеры, иные профессионалы, в том числе бизнесмены, артисты и политики.

История спортивной психологии началась еще в конце XIX века, с Н. Трипплетта, которе изучал эффекты группового присутствия в спорте. В во втором десятилетии XX века К. Дием в Германии была создана первая лаборатория спортивной психологии. К.Гриффит вскоре также обосновал лабораторию спортивной психологии в США, но лишь в конце 80-х годов XX века . Американская психологическая ассоциация создала подразделение спортивной психологии [13; 15; 21; 23]. Спортивная психология помогает понять, что мотивирует спортсменов и иных занимающихся и что заставляет их трудиться лучше, упорнее и продуктивнее. Спортсмены, которые используют консультации спортивного психолога, часто становятся более конкурентоспособными и строят более полноценную карьеру [27; 29; 33; 34]. Спортивный психолог может потратить свое внимание на два разных аспекта этой области - исследование или консультирование. Исследования в спортивной психологии включают в себя изучение и наблюдение за спортсменами и занимающимися с целью выяснить, что побуждает их продолжать занятия и достигать побед. Исследователь по спортивной психологии может также попытаться найти способы для спортсменов и занимающихся работать более успешно, с меньшим количеством препятствий, стрессов и травм. Знания, полученные в результате этого исследования, могут затем применяться во время

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

консультаций. При консультировании, чтобы помочь спортсмену или занимающемуся физической культурой, спортивный психолог должен сначала определить проблему, с которой они столкнулись, например, проблемы телесного «Я» и психологического выгорания, неприятия и страхов. С ними сталкиваются многие люди, в том числе многие спортсмены, какими бы талантливыми они ни были. В зависимости от ситуации спортивный психолог может работать со спортсменами или занимающимися один на один или группами. Команды, например, часто получают пользу от групповой терапии, поскольку члены команды должны работать вместе, чтобы выиграть. Спортивный психолог может использовать несколько различных методов, например, терапию выговариванием (проговариванием) и т.д.; Однако в большинстве случаев спортивный психолог будет предлагать советы и рекомендации о том, как преодолеть существующие у клиента проблемы. Он может порекомендовать немного отдыха и отдыха для выгоревшего спортсмена, или он может научить тревожащихся спортсменов различным упражнениям, которое они могут выполнять перед каждой игрой /выступлением, на тренировке, до и после нее и т.д..успешными, но завершившими карьеру спортсменами, которые получили травмы, впали в депрессию и т.д.. В зависимости от тяжести травмы спортивный психолог может попытаться помочь спортсмену восстановиться и вернуться в свою карьеру с минимальным стрессом, или помочь им справиться с тем, что они не смогут вернуться в спорт, обладая таким же талантом и драйвом, как в раньше. Спортивные психологи обычно работают в высших школах и колледжах, в спортклубах и спорткомплексах - с профессиональными спортивными командами и другими профессиональными спортсменами. Спортивные психологи могут также обычно набирать работу в больницах, реабилитационных центрах и спортзалах для больных людей. Психологи-психотерапевты также создавать свои собственные, частные практики, как и большинство других психологов [19; 20; 24].

Исследователи (работы Анмариной Н.А., Горской Г. Б. Загайновым Р. М., Ивановым И. Б., Лупекиной Е.А., Стамбуловой Н.Б., Ямбаршевой Е.А. и др.) отмечают, что в спортивном психологическом консультировании спортсменов существуют принципиальные особенности в отличие от консультационной практики и теории других сфер психотерапии или психологического консультирования людей. Чаще всего, опираясь на теоретические и практические модели и подходы, взятые из контекста традиционной психотерапии и психокоррекции, просто переносить их в социо-культурную среду спорта и

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

физкультуры, в том числе ЛФК, непродуктивно и неэффективно: нужно адаптировать модели и подходы, изначально пришедшие из психотерапии к контексту не только спорта или ЛФК в целом, но и конкретных их видов. Вместе с тем, как одна из отраслей консультирования, спортивное психологическое консультирование имеет много общего с другими областями, особенно в сфере метатехнологий. Особенно интересна в этом контексте ориентированность спортивно-оздоровительной деятельности связана с максимальное выявление и осуществление физических и духовных сил, специальных знаний и умений, развитие самых разных способностей, постоянным поддержанием их на высоком уровне. *Внешняя цель психологического консультирования в спорте* и иных спортивно-оздоровительных практиках – повышение результативности выступлений и состояния организма спортсмена или занимающегося. Однако, эта цель необходимым образом дополняется целями внутренними: совершенствование человека и его отношений, жизни в целом. Достигнуть ее удастся путем осмысления и преобразования множества проблем, возникающих у спортсменов, тренеров, занимающихся лечебной или оздоровительной физической культурой (негативные переживания и различные кризисы, конфликты внутри спортивной / лечебной организации или сообщества, психологическое выгорание, низкая уверенность в свои силы, возвращение в спорт / жизнь после болезни или травмы и много др..так, Н.А, Ашмарина выделяет две стратегии работы спортивного психолога: «замещение» и «мобилизация», направленные 1) на помощь в совладании с проблемами и гармонизации функционирования и 2) на помощь в совершенствовании и «сверхкомпенсации» проблем – развитию [2; 11; 12; 14; 25; 32].

Выполняя свои собственные задачи, спортивно-психологическое консультирование позволяет в рамках спортивно-оздоровительной работы преодолеть усеченность диагностики и помощи (лечения) в медицинской психотерапии и психиатрии, для которых типичен клинический или социальный редукционизм – игнорирование остальных факторов нарушений. Хотя учет социально-психологических аспектов нарушений, также как и соответствующих аспектов помощи людям, демонстрирующих те или иные признаки нарушений или затруднений (общую или парциальную социально-психологическую некомпетентность) во взаимоотношениях с обществом, людьми, самими собой, также важен, но , как отмечают современные концепции психосоматики, «антипсихиатрии» и целительства, противопоставляющие «объектному» подходу к человеку, его ограничениям и ошибкам, преобразующий диалог, в рамках

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

спортивно-оздоровительной работы необходим интегративный взгляд на проблемы клиентов. Это существенно расширяет круг проблем и клиентов, которым может быть оказана помощь в рамках спортивно-оздоровительной работы, изменяет сам контекст, смысловые акценты, рассмотрения проблем клиентов в рамках спортивно-оздоровительной работы.

Спортивно-психологическое консультирование характеризуется, т.о., широкой ориентацией: групп проблем и клиентов, которым в рамках спортивно-оздоровительной работы оказывается помощь, парадигм помощи и лежащих в их основе эпистемологических оснований. Рассмотрение различных проблем и работа с самыми разными группами клиентов в рамках спортивно-оздоровительной работы предполагает выход за пределы ситуации индивидуальной жизнедеятельности, ее рассмотрение в широком социальном контексте [3; 5]. Проблемы, с которыми сталкиваются клиенты, могут быть охарактеризованы как проблемы, связанные преимущественно с нарушениями и затруднениями понимания социальных ситуаций, себя или окружающих людей в интимно-личностном, деловом и других видах отношений, локализованные на ценностно-ролевых, понятийно-смысловых и непосредственно интерактивных уровнях жизнедеятельности в рамках спортивно-оздоровительной деятельности и вне нее.

Спортивно-психологическое консультирование – особым образом организованный диалог, направленный, согласно весьма популярной экзистенциально-гуманистической модели, на повышение качества жизни, психологическую поддержку развития индивида и семьи в рамках спортивно-оздоровительной работы, а также, с точки зрения психоаналитической и когнитивно-бихевиоральной модели, исправление ошибок и проблем функционирования и развития, связаны с дисгармониями внутриличностного и межличностного плана в рамках спортивно-оздоровительной работы. В современных, интегративных моделях консультирования (системный и стратегический подходы, парадоксальное и провокационное консультирование, процессуальный и антипсихиатрический подходы) в рамках спортивно-оздоровительной работы фокусом становится исследование и развитие отношений людей к себе и миру в противовес вниманию предшествующих, традиционных моделей к технологиям помощи: ответы на вопрос «зачем» и «кто» важнее ответов на вопросы «как» и «при каких обстоятельствах». Помощь в осмыслении и преобразовании проблем, центральная для традиционных, сциентистских моделей, играет в рамках этой модели в рамках спортивно-

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

оздоровительной работы вспомогательную функцию. В наиболее современных моделях и подходах, в рамках так называемого постгуманистического измерения, сочетаются две тенденции: метатехнологический и духовно-нравственный анализ помогающего взаимодействия в рамках спортивно-оздоровительной работы. В конкретной ситуации, в реальной практике помогающего взаимодействия, в рамках спортивно-оздоровительной работы эти две тенденции сливаются в единое целое. Такое слияние не проходит просто и безболезненно: практики, связанные с медицинской традицией, продолжают пытаться удерживать приоритет технологий и никак и ничем не завершающиеся поиски «органического субстрата» психологических и психических нарушений; а практики, обращенные к социальной традиции, пытаются толковать происходящее с клиентом в терминах воздействия «социальной среды», обстоятельств, а также ограничиваться разработкой конкретных технологий помощи. Метатехнологии помощи в рамках спортивно-оздоровительной работы и ее духовно-нравственное осмысление, также, как и попытки духовно-нравственного осмысления человеческой жизни остаются пока спорадическими и, а исключением нескольких самостоятельных течений, в том числе религиозно-ориентированное, парадоксально-провокационное, системно-стратегическое, процессуальное и антипсихологическое, – остаются часто вне поля зрения большинства клиентов и специалистов. Наука и практика консультативной психологии в рамках спортивно-оздоровительной работы «прощает» эксперименты наиболее известным представителям этих течений, восхищаясь харизмой и индивидуальностью последних, однако, в повседневной практике продолжают доминировать традиционные модели, «смягченные» элементами моделей экзистенциально-гуманистических.

Метатехнология – произвольный, осуществляемый субъектом в рамках имеющегося у него стремления к развитию, самореализации, процесс воздействия на технологию, преобразующий ее в целях повышения продуктивности и эффективности (жизне)деятельности. Существуют технологии создания технологий (креативная метатехнология), технологии внедрения технологий (invade-метатехнология) и развития технологий (upgrate-метатехнология). В случае консультирования в рамках спортивно-оздоровительной работы речь идет о технологии, позволяющей интегрировать и развивать технологии развития личности и ее отношений, существующие в контексте различных психотерапевтических школ и моделей развития человека и общества. Будучи метатехнологией, эта группа технологий должна содержать

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

механизм, посредством которого субъект индуктивно воздействует на внешнюю и внутреннюю среду, преобразуя ее в рамках спортивно-оздоровительной работы в соответствии с целями развития. Метатехнология в рамках спортивно-оздоровительной работы представляет собой некий инструмент индуктивного воздействия на пространство психологических технологий, в том числе – тех, что обеспечивают его (жизне)деятельность и развитие в рамках спортивно-оздоровительной работы. Метатехнология повышает эффективность (ускоряя, усиливая эффект) воздействия человека на внешнюю и внутреннюю среды. Технологии развиваются медленно, и, в силу множественности, имеющихся у каждой из них различающихся ресурсов и ограничений, дают более медленные и менее выраженные результаты. Метатехнология в рамках спортивно-оздоровительной работы представляет возможность управления развитием, ключ к инновации одному использованию технологий. Метатехнология, содержащая информацию о результатах применения тех или иных технологий и их систем, позволяет предвосхитить результаты использования технологий, выбрать оптимальные, отсеять нежелательные варианты. Решив задачу создания метатехнологии, получаем в распоряжение механизм формирования и развития человека, его отношений в рамках спортивно-оздоровительной работы.

Что касается спортивно-психологического консультирования и психотерапии, помощи человека как души другому человеку, душе, духу и телу в рамках спортивно-оздоровительной работы, то интегрирующим понятием, с которым явно или неявно связаны практически все технологии и школы помощи, является понятие любви, конкретизированной в практике помогающего контакта как понимание человека человеком – процесс и результат осмысления происходящего в диалоге с миром. Данное понятие раскрывается в системе менее обобщенных метатехнологических принципов (метатехнологий), позволяющих субъекту даже и конкретно в рамках спортивно-оздоровительной работы достичь состояния любви как диалога с миром, в процессе которого, понимая себя и друг друга, человек и мир могут развиваться наиболее оптимальным для каждого из них образом [6; 7; 16; 17; 18].

Постгуманистическая модель, однако, обращает внимание на «неутилитарные» аспекты бытия человека и неочевидные соотношения этого бытия, включая отношения в рамках спортивно-оздоровительной работы. Метатехнологический ракурс позволяет соединить разрозненные представления и модели в единый комплекс, ввести в консультирование не просто ценностно-смысловые, но духовно-нравственные аспекты бытия человека, семьи. Человек в

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

рамках спортивно-оздоровительной работы перестает видится разумным автоматом, но начинает видится космическим существом, чья жизнь есть любовь и страдание, подъем и крушение, порядок и хаос, развитие и инволюция, нарушения в развитии и бытии которого есть ошибки и уроки, исправляя и выучивая которые, человек обучает и воспитывает себя и окружающих людей. Персонализм гуманизма замещается «этическим персонализмом» постгуманизма и трансгуманизма, предполагающего, что человек не является последним звеном эволюции. Он способен и нуждается в том, чтобы осмыслять себя и мир, совершенствоваться и совершенствовать, достигать тех возможностей, которыми обладает как космическое существо, достигать космической идентичности – жизни души, и преодолевать те ограничения, которые налагают повседневные обстоятельства, преодолевать сложившуюся идентичность, ограничения жизни разумного тела – и в рамках спортивно-оздоровительной работы.

На этом пути спортивно-психологическое консультирование выступает отчасти как духовная практика, практика духовно-нравственного развития человека в рамках спортивно-оздоровительной работы, оно пытается выйти за пределы «ментального» характера традиционных и гуманистических моделей в «сверхментальное», в отношения любви. Именно поэтому такие модели «непопулярны»: будучи моделями не-варварского, то есть не-массового взаимодействия, преодолевающими границы традиционного рассудочного и даже разумного, они показывают человеку, человечеству, реальные, но от того не менее фантастические «артефакты» исцелений и развития, недоступные тем, кто ходит «под законом» рассудка и разума: «Если же вы духом водитесь, то вы не под законом» [8, Галатам 5:18], «Плод духа: любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, вера, кротость, воздержание. На таковых нет закона» [8, Галатам 5:22-23].

Метатехнологическое осмысление открывает дорогу к универсальным подходам и «золотым правилам» исцеления и развития в рамках спортивно-оздоровительной работы, невозможным на предшествующих уровнях спортивно-оздоровительной работы.

С точки зрения постгуманистической модели консультирования, источников и усугубляющих нарушения отношений человека с собой и миром, а также их результатов – психических и психосоматических нарушений и заболеваний, несчастных случаев и «сломанных судеб», иных форм страданий несколько:

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

1) эгоцентризм, проявляющийся как эгоизм и центрация на собственных желаниях, игнорирование собственных нужд и состояний, а также состояний и нужд окружающих людей, чрезмерно развитое чувство собственной значимости и значительности, приводящие к состояниям «бесчувственности» и поведению по типу циклических аутостимуляций, в которых попытки самоподдержания перекрываются поведением самозатруднения, деструктивное и аутодеструктивное поведение, включая наркомании и суициды;

2) отчужденность и психологическая зависимость на фоне неразвитой эмпатии, рождающие склонность к агрессивному и отчужденному поведению, множественным и глубоким конфликтам с окружающими, социопатическим нарушениям и переживаниям своей изолированности, перверсиям в сфере, связанным с чрезмерным акцентом отношений «власти-подчинения», например, садо-мазохизм и т.д.;

3) неискренность отношений, связанная с феноменом «двойной связи» и целенаправленными манипуляциями (макиавелизм), искаженность общения и отношений, приводящие к возникновению острых, травмирующих «несчастливых случаев» и «разрывов» отношений, а также хронических психических и психосоматических нарушений, закреплению хамартических жизненных сценариев у членов семьи (рода);

4) неконкретность и нерелексивность, отсутствие сосредоточенности и внимания, «дефокусировка» отношений и их дисбаланс;

5) жизнеотрицание как недовольство собой, окружающими людьми и миром, неприятие и нетерпимость к окружающим людям, депрессивные и астенические формы реагирования на мир, который «не поддается улучшению» и не стремится быть «улучшенным».

Данные аспекты отношений к себе и миру часто, как видно из описания, перекрываются, усиливая друг друга. В попытке достичь здоровья и «доказать» свою нормальность в рамках спортивно-оздоровительной деятельности, человек часто попадает в ловушку игр в неполноценность, «плохость» – сверхценность и «хорошесть», в ненужность и невостребованность – сверхнужность и мегапопулярность, в нелюбимость и отвержение и в «всеми любимостью» и всепринятие, а также игр в причиняющего страдания и ждущего когда его остановят преследователя и страдающую, ждущую помощи жертву (или убегающую от преследователя к спасителю жертву и в преследующего преследователя спасителя). Отказываясь учиться воспринимать опыт жизни как данность, либо убегая от проблем и вытесняя их из сознания, либо, напротив,

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

продолжая упорствовать в сохранении своей позиции, моделей поведения и т.д., человек сталкивается с массой трудностей в рамках спортивно-оздоровительной и иных сферах своей жизни, переоценивая роль взаимоотношений с обществом и направляя ресурсы, данные ей для осуществления внутрисемейных преобразований, а также глубинных и обширных личностных изменений, на решение проблем отношений с представителями общества, болезнями и т.д.. При этом он нередко совершает целую серию серьезных по отношению к самому себе ошибок [7]: 1) он пытается доказать обществу, окружающим, что 2) он «хороший» («нормальный», «полноценный»), 3) тем самым, пытается заслужить «любовь» сообщества и ее представителей, 4) получить помощь от него. Доказывая, человек постигает, что «доказать» что-то невозможно, процесс доказательства может, заняв всю жизнь, оказаться полностью бесплодным, если не вредным: поскольку становится источником огромного количества психологических игр, психологического шантажа, деформаций отношений и даже – как известный феномен «двойной связи» – психических отклонений у человека и его близких. Человек также постигает, что он и каждый другой человек – индивидуальны, а также осознает абсолютно идентичные для людских сообществ и каждого человека в отдельности механизмы возникновения, развития, исчезновения и взаимного превращения «плохого» и «хорошего», в том числе в рамках спортивно-оздоровительной деятельности. Человек постигает, что любовь и принятие невозможно заслужить и невозможно удержать. Его можно достигнуть, строя гармоничные отношения любви и принятия внутри коллектива, строя гармоничные, реализующие духовные идеалы, отношения с самим собой и миром. Тогда, состояния принятия и любви, эмпатии и рефлексии, а также конгруэнтности, аутентичности во многом возникают в рамках спортивно-оздоровительной работы «автоматически»: человек постигает сущность любви и то, что любовь не есть неизменный комфорт, она, напротив, предполагает и более или менее существенные испытания, и «подарки судьбы» [7], она – не конец, но все бытие, она не вседозволенность, но свобода и ответственность, она есть целостность жизни, а не деление на плохое и хорошее и т.д. Человек также постигает и то, что проще не ждать помощи в рамках спортивно-оздоровительной работы, а оказать ее самому: таким же или еще более нуждающимся людям [8; 9].

Однако, человек и в рамках спортивно-оздоровительной работы нередко пытается сохранять «очки» неведения, настраивая себя на соответствие представлениям и моделям поведения, не имеющим никакого отношения к

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

реальности его мира и к реальности духовно-нравственного, личностно-психического и психосоматического здоровья. Пассивно ожидая от мира помощи и поддержки, даже в рамках спортивно-оздоровительной работы он ограничивает свои собственные ресурсы и ответственность, препятствуя выздоровлению, преодолению трудной ситуации, исходя из бытующих в обществе и у специалистов представлений о нормальном и ненормальном, о здоровье и болезни, о счастье и страдании и т.д. Начиная с просьб о помощи, он заканчивает еще большим отчуждением и неблагодарностью. Начиная с просьб о любви – заканчивает ненавистью и отвержением. Начиная с просьб о понимании – полностью игнорирует необходимость понимания – там, где оно ведет к изменениям. Активно изменяющаяся личность в рамках спортивно-оздоровительной работы понимает, что ответственность за нарушения функционирования и препятствия развитию и активность в разрешении проблем, связанных с исцелением, лежит на ней самой: помощь мира необходима, но лишь постольку, поскольку не блокирует внутренние ресурсы, и не маскирует бездействие самого человека и не способствует утяжелению имеющихся ограничений и проблем.

В целом, за всеми попытками доказать, что у него все «хорошо», заслужить этим любовь общества, получить от нее поддержку, человек в рамках недостаточно эффективно и продуктивно организованной, метатехнологически не обеспеченной спортивно-оздоровительной работы нередко упускает из вида более важный момент: любовь как сущностное проявление человека и его отношений не требует того, чтобы ее заслуживали, она есть всегда. Вопрос в том, умеет ли человек любить в смысле проявлять любовь, способен ли он и готов ли он в тот или иной конкретный момент к истинно партнерским, сущностным, глубоко человеческим отношениям и, если нет, как его научить?

Святые старцы Оптинские, формулируя ответ на данный вопрос, говорят о необходимости «делать дела любви». Дело в том, что когда жизнь и душа человека кажутся ему самому и окружающим «бесплодными», истощенными и даже «законченными», то совершая «дела любви», человек дает место в своей жизни, внутри себя любви и связанным с нею новым жизненным открытиям, отношениями, переменам и энергии жизни в целом: «Если ты находишь, что в тебе нет любви, а желаешь ее иметь, то делай дела любви, хотя сначала без любви. Господь увидит твоё желание и старание и вложит в сердце твоё любовь», – писал преподобный А. Оптинский [10, с.324]. На языке консультирования, фраза «делать дела любви» означает:

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

1) заботиться, делиться друг с другом и заботясь друг о друге, жертвуя силы и время друг другу, в помощь окружающему миру как части себя, гармоничные, диалогические, любящие отношения с миром ;

2) терпеть друг друга и бремя жизни как таковой (иметь «толерантность к неопределенности»), осуществлять «совладание», проявлять «жизнестойкость», переживать «боль отношений», развивать «умение отпускать» негативные переживания, трудности, других людей и себя самих, давая событиям и людям «объяснять самих себя»), отношения веры и уверенности, интереса и подтверждения к жизни и ее частям;

3) уважать себя и других, исправлять собственные ошибки, а не только и не столько ошибки окружающих, понимать, что дети и взрослые – здоровые, понимающие мир и себя, любимые и счастливые или больные, непонимающие себя и мир, нелюбимые и несчастные – отражают состояние души родителей, общества в целом, что гармония в душе родителей, их правильное поведение – достойное и уважающее себя и других людей, жизнь как таковую – залог правильного поведения и счастливой жизни детей.

4) Важно то, что любой человек свободен изменится и оставаться больным или здоровым, счастливым или несчастным, удачником и неудачником, парией или звездой – по собственному выбору. Некоторые отрезки пути при этом он проходит вместе с другими: без других, помощи им и помощи от них, развитие не состоится и, более того, самые сложные отрезки, проходимые без людей и без Бога – могут приводить к болезням и даже смерти. Именно поэтому, например, многие верующие, особенно монахи, не болеют целым рядом «социально значимых» и «опасных» болезней, которыми болеют «миряне», неверующие в Бога и его присутствие в их жизни. Они гордятся ревнуют, возвышаются над другими и падают – в одиночестве, рождающем, прежде всего психические и психосоматические нарушения, интенсивность которых и тяжесть которых тесно связана с мерой «неверия» и отказа от понимания себя частью мироздания, часть Бога. Эта проблема особенно важна для людей, добивающихся высоких спортивных, социальных, духовных и психологических успехов: внешнее совершенство временно, если не опирается на гармонически единое совершенство внутреннее.

Это и есть «метатехнологии» постгуманистической модели спортивно-психологического консультирования: в рамках спортивно-оздоровительной работы они не дают гарантированный немедленный результат, но рождают чудо. Чудо, как известно, приходит не «по заказу», размер и характер чуда также

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

нельзя спрогнозировать. Единственно важной его чертой является то, что оно всегда больше того, на что человек может «рассчитывать», и, если спросить человека, хотел бы он избежать страданий ценой «невстречи» с чудом, он, как правило, отвечает отрицательно. Важно также отметить, что ведущим модусом помощи в рамках спортивно-оздоровительной работы должны при этом быть отношения взаимопомощи: вне служения другим людям, вне ощущения себя полноценным не только потребителем, но и производителем – любви, заботы, уважения, доброты, человек не может исцелиться и развиваться.

Как пишет Н. Вуйчич, «Основная проблема – ... в тех границах, которые я ставил для себя, не видя, какие возможности предоставляет мне жизнь... Для начала поверьте в себя и в собственную значимость. ...Как только вы начнете этот путь, окружающие заметят это и пойдут вместе с вами» [35, р.45]. Н. Вуйчич полагает, что «В жизни любого человека случаются тяжелые моменты. Он падает, и кажется, что подняться уже нет сил... Но, преодолевая трудности, мы становимся сильнее и должны быть благодарны за открывающиеся перед нами новые возможности [35, р.5,6].

Опираясь на тетраду принципов психологического консультирования, выделенных в школе К.Р. Роджерса рассмотрим их проявления и особенности в ряде основных аспектов – измерений консультативного взаимодействия в рамках спортивно-оздоровительной работы.

Базовые принципы спортивно-психологического и многих иных сфер и типов психологического консультирования отнесены К.Роджерсом и его учениками с основными характеристиками повседневных взаимодействий (отношений) [22]:

<b>Повседневность (патогенная)</b>	<b>Консультирование (развивающее)</b>
Условное принятие или непринятие, ненависть или отчуждение, нетерпимость, другой и я – средства достижения цели, неуважение, персональный контакт	Безусловное принятие, любовь и терпимость (толерантность), я и другой – цели, уважение, видение Бога, трансперсональный контакт
Оценочное понимание, нерефлексивное, неосознаваемое, барьеры и блокады понимания – не осознающее понимание происходящего, гипотетичность понимания	Безоценочное понимание, эмпатия, дар сочувствия и рефлексии, осознанность преодоление блокад и барьеров понимания, эмерджентность понимания
Неискренность, лживость, несоответствие себе и миру, перманентная конфликтность, самонезэффективность и социальная	Искренность, умение решать конфликты, соответствие себе и миру, самоэффективность и социальная эффективность, конгруэнтность и

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

неэффективность, неконгруэнтность и неаутентичность	аутентичность
Неконкретность, деперсонализированность, беспредметность, деперсонифицированность-	Конкретность, персонализированность, обращённость, предметность и персонифицированность

Важно отметить, что самопомощь и взаимопомощь, добровольческое, бескорыстное, в том числе внепрофессиональное, служение окружающим в рамках спортивно-оздоровительной работы – важный ресурс исцеления: «дела любви» позволяют переживать свою значимость и нужность, компетентность и мудрость, удивление и жизненный интерес, чувство принадлежности и самостоятельности: «Если ваши страдания непереносимы, постарайтесь облегчить жизнь другого человека и подарить ему надежду. Поднимите его над суетой, чтобы он почувствовал, что не одинок в своем страдании», «Дарите надежду, когда сами нуждаетесь в ней... в моменты беспомощности и безнадежности, когда молитвы остаются без ответа, а страхи воплощаются в жизнь, наше спасение – это отношения с окружающими» [35, р.60]. 'Это и есть – краткая суть социально-психологического консультирования.

Рассмотрим теперь «отношенческое» измерение или интенцию консультирования в рамках спортивно-оздоровительной работы.

#### Любовь («отношенческая интенция»)

Повседневность (патогенная)	Консультирование (развивающее)
Эгоцентризм и зависть, экзистенциальная пустота, нереализованность, непростроенность внутренних и внешних границ, неполноценное функционирование, «отработка грехов» и исправление «слепых пятен» и иных личностных и межличностных проблем	Свобода от зависти и эгоцентризма, реализованность, самореализация, полноценное функционирование, экзистенциальная исполненность, служение как реализация предназначения, единство персонального и социального интереса и интересом души
Предательство, излишнее доверие или недоверие, отсутствие проверки и изменений – неготовность изменяться и корректироваться, потакание грехам других, жаления (индивидуальные и коллективные), сговоры и т.д.	Верность и доверие, проверяемое и сверяемое, готовность корректироваться и изменяться, отказ потакать грехам и ошибкам других, «сочувствовать» тем, кто разрушает себя и других, отказ от сговоров и «вторая демократия» как изменение мира через самого себя
Соперничество, отношения как преодоление препятствий и создание	Конфронтация и сотрудничество, и сотрудничество как помощь в реализации

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

препятствий себе и друг другу (пассивная и активная агрессия – злоба, фрустрация и мстительность, желание выиграть любой ценой, даже проиграв), удержание злобы и невозможность концентрации	другим (совместное развитие), взаимный выигрыш, отсутствие злобы, отпуская злобу, напряжение без агрессии, продуктивная агрессивность как концентрированное усилие
Помощь «убогим», принижение «выскочек», компенсации, преференции и иные средства «уравнивания прав», «демократии», «легитимности» и «справедливости», деление людей на «больших» и «маленьких», комплексы Ионы или Икара, комплексы неполноценности и раздутое чувство собственное важности, созависимость, разрушающие ценности отношения – десакрализация и развращение, фикции и анти-фикции отношений, принцип желаний	Истинные отношения (нефиктивные), ресакрализация, самооценности и ценности других, умение различить «червя» и «Бога» в себе и других, фасилитация, активизация, посредничество и медиация, изменения отношения (ценностей), отношения нужные, осмысленные, развивающиеся, поддерживающие ценности, чистота отношений, пост, нравственная культура, игнорирование фиктивных отличий и внимание к существенным, принцип реальности

Следующая интенция – преобразовательная интенция в рамках спортивно-оздоровительной работы.

### Власть («преобразовательная интенция»)

Повседневность (патогенная)	Консультирование (развивающее)
Неграмотное применение поощрений и наказаний, использование их «ради самой власти» или страх власти и избегание наказания и поощрения, стремление «удержать маятник», избегание мыслей о последствиях и причинах, увлеченность желанием, восторг административный «полевое поведение», шатание между позициями хозяина и раба	техники парадоксальной и молчаливой фрустрации-поддержки, усиление и угашения (маятниковые и рефлексивные механизмы преобразования), использование синергетических и финитистских феноменов (параллелирования и гистерезиса, взаимного усиления. саморазворачивания событий)
Принуждение и страх власти, вынужденная беспомощность или бред всевластия, асимметрия и манипуляция, неподтверждение, активная и пассивная агрессия, буллинг / сталкинг и газлайтинг, наслаждение и облегчение своих страхов – жизни и смерти от страданий других,	Конструктивная – целеориентированная и ценностно заданная (защищающая) агрессия, осознанность жизни и признание агрессии, готовность просить прощения у себя и мира, осознание страхов жизни и смерти, а также выбора, вынужденная спонтанность и подтверждение осознание власти клиентом,

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

неготовность просить прощения у себя и мира,	подтверждение как самоутверждение и утверждение мира – поддержание достоинств других и себя
Собственность и собственничество, страх нехватки, деление на жертв и завоевателей. рабов и хозяев, париев и звезд, вторжение и страх присутствия, повседневное предательство как обвинения в использовании, обмане и т.д., растрезвонивание чужих тайн, сплетни – преследования, чрезмерная привязанность, ревность и созависимость и эксплуатация, «правовые дискуссии» о грехах и ошибках других	Профессиональная дистанция и взаимное раскрытие, уважение чужого пространства и чужого времени, сокрытие тайны клиента, покрытие «грехов, отсутствие страха нехватки («любовь и время – противоположны» и т.д.), отказ от обвинений в адрес других и самого себя, отказ от предательств и сохранение любви и поддержки другого независимо от обстоятельств и «выгоды»
Вина и месть, присвоение власти и ответственности, ее узурпация или отказ от ответственности, гордыня и асимметрии ответственности, обвинение других и себя, осуждение и самоосуждение как уничтожение и самоуничтожение, проклятия и отсутствие благословений, запрет ошибок и собственного, свободного поиска ответов на вопросы жизни	Трансляция ответственности, свобода как ответственность, «выход из круга мести» (игнорирующая или принимающая «остановка»), отсутствие осуждения и покрытие грехов, освобождение от них принятием и прощением своих и особенно – чужих грехов, преступлений и ошибок прошлого и даже будущего (разрешение другим делать ошибки, благословение на самостоятельный, с свободный поиск и т.д.)

Следующая интенция – диалогическая или понимающая интенция в рамках спортивно-оздоровительной работы.

### Компетентность («понимающая интенция»)

Повседневность (патогенная)	Консультирование (развивающее)
Сны неведения, иллюзия всезнания и нарциссизм, иллюзии справедливости и т.д., имитации незнания, дефокусировка и стереотипия («эвристическая» и нравственная аномия) уменьшение информации, закрытость открытость воспитанию и обучению в отношении себя и других, сужение границ компетентности «распад», выгорание и профессиональные деформации, страх	Открытость воспитанию и обучению в отношении себя и других, проницательность и «ученое незнание», открытость, фокусировка, ценностное или духовное знание («одухотворённый разум»), включая прозорливость, осознание и расширение границ компетентности, принятие нового знания с любовью без страха навсегда утратить жизненные опоры.

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

понимания как потери опор	
Жертвоприношение и создание «козла отпущения», коллективная расправа над «козлом отпущения» («идентифицированным пациентом») ради ощущения чувства власти и «оплаты» собственных грехов, бессознательность и ее имитация ради безнаказанности, триумф невежества и ненависть «к слишком умным» и иным образом отличным от «серой массы», неприятие или полная зависимость от чужого мнения, стремление к немедленному пониманию	Умение надеяться, бездействия, тишины – молчания, доверие клиенту как эксперту и следование за ним, метаумения, остановка круга насилия усилием понимания происходящего («усилие к пониманию»), ответственность за понимание, отказ от бессознательности в пользу вежества, мудрости, проясненности внутри и вне человека, развитие без страха и постоянное оглядки на страхи окружающих, «принятие во внимание» чужого мнения, отсутствие принуждения и обязательств понимания, неторопливость
Отсутствие дистанции и вменяемости «привязки» и «зацепки», жизнь желаний и норм – основа понимания жизни – прошлое и будущее, ожидание чуда поиск магических средств, отказ от собственных усилий к пониманию, неготовность понимать и избегание понимания, страх неопределенности и фрустрация от неопределенности, сужение контекста инопонимания, навязчивая индоктринация и бегство пациента в здоровье	Толерантность к неопределенности, совместный творческий поиск и рутинная работа рефлексии и осознания, эстетическая и этическая вменяемость, ценности и нужды настоящего – определяют понимание, расширение контекста инопонимания, отказ от индоктринации и работа в поле понятий и представлений самого клиента
Неумение прямо и искренне говорить, неумение говорить вежливо и соблюдать этические нормы диалога, злоупотребление «раскомплексованностью», демонстрация «духовности» «свободы от предрассудков» и т.д., сломанный телефон, stalking как попытка управления чужим «имиджем» и т.д., хамство, психопатизация и социопатизация	Умение говорить прямо и называть вещи своими именами, честность, вежливость и такт, – соблюдение этики диалога, помощь в поиске инопонимания, приращение информации, диалог, умение признавать ошибки и «поражения» в диалогах с психопатами и иными любителями «фантомов» («Сиди спокойно на пороге своего дома, и рано или поздно мимо тебя пронесут труп твоего врага»).

Суммировать эти метатехнологии мы можем в общей системе жизненных ориентаций специалиста в рамках спортивно-оздоровительной работы.]

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

## Жизнь

Повседневность (патогенная)	Консультирование (развивающее)
Недовольство жизнью, жизнеотрицание, ограниченность, нехватка, отсутствие благоговения, неблагодарность	Удовольствие жить, жизнеутверждение, избыток, благодарность, благоговение перед жизнью и мирозданием, его частями
Профессиональные и личностные деформации, психосоматические и психические нарушения, выгорание и дисгармоничность миропонимания	Развитие, преодоление трудностей, внутренний покой и уверенность в гармонии мира
Несчастье, прерывистая и ломанная идентичность, ненужность и отверженность, «голодные игры» – социальный каннибализм, маргинализация и «лоскутность» сознания и веры	Счастье, гармония, целостность и непрерывность, участие и нужность, партисипация, социальное служение
Отчуждение от мира, слабость и зависимость, стремление диктовать миру, примат правового произвола	Единство с миром, диалог с «мировой душой», природой и обществом, родом, семьей, другими, собой, примат этических основ жизнедеятельности

Суммируем сказанное. В рамках спортивно-оздоровительной работы большая роль принадлежит психологической поддержке спортсменов, тренеров, занимающихся ЛФК и т.д. Эта роль еще не оценена по достоинству, однако, проблемы ее технологий и, особенно, метатехнологий – базовых принципов и ориентиров, стоят весьма остро. Очевидно, что ни само здоровье – телесное, нравственное, психологическое, социальное, ни сами достижения – в спорте и т.д. не могут выступать целевыми и центральными для спортивно-оздоровительной работы. Центральными смыслами является развитие человека как такового, его совершенствование как индивидуального и социального субъекта жизнедеятельности.

Спортивно-психологическое консультирование – особым образом организованный диалог психолога-консультанта и клиента (спортсмена, тренера, члена группы здоровья, занимающегося или ведущего группы ЛФК, члена семьи или иного стейкхолдера /заинтересованного в процессах и результатах спортивно-оздоровительной деятельности лица), направленный на интегративное решение проблем социального, нравственного, психологического, соматического совершенствования. Выполняя свои собственные задачи, спортивно-психологическое консультирование позволяет в рамках спортивно-оздоровительной работы преодолеть усеченность диагностики и помощи

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

(лечения) в медицинской психотерапии и психиатрии, для которых типичен клинический или социальный редукционизм – игнорирование остальных факторов нарушений.

Опираясь на тетраду принципов психологического консультирования в школе К.Р. Роджерса можно рассмотреть метатехнологии – базовые принципы спортивно-психологического консультирования в трех основных аспектах измерения консультативного взаимодействия в рамках спортивно-оздоровительной работы [1; 22; 25; 28; 29; 30; 31]:

- условное принятие или непринятие, ненависть или отчуждение, уважение или нетерпимость, другой и я – цели или средства достижения цели, персональный контакт – фатический или функциональный контакт, безусловное принятие как любовь и условное принятие как выслуживание, видение в людях и мире Бога, трансперсональный контакт или персонально-ролевой контакт, видение в людях и мире функций;

- оценочное понимание, нерефлексивное, неосознаваемое, барьеры и блокады понимания, не осознающее понимание происходящего, гипотетичность понимания или безоценочное понимание, эмпатия, дар сочувствия и рефлексии, осознанность преодоление блокад и барьеров понимания, эмерджентность понимания;

- неискренность, нетранспарентность, лживость, несоответствие себе и миру, перманентная конфликтность, самонеэффективность и социальная неэффективность или искренность, умение решать конфликты, транспарентность, конгруэнтность и аутентичность как соответствие себе и миру, самоэффективность и социальная эффективность ;

- неконкретность, деперсонализированность, беспредметность, деперсонифицированность или конкретность, персонализированность – обращённость, предметность и персонифицированность.

В рамках построения отношений («отношенческая интенция») люди в рамках спортивно-оздоровительной работы выбирают следующие варианты:

- Эгоцентризм и зависть , экзистенциальная пустота. нереализованность, непростроенность внутренних и внешних границ, неполноценное функционирование, «отработка грехов» и исправление «слепых пятен» и иных личностных и межличностных проблем или свобода от зависти и эгоцентризма, реализованность, самореализация, полноценное функционирование, экзистенциальная исполненность, служение миру как реализация

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

предназначения, единство персонального и социального интереса и интересом души;

- соперничество, отношения как преодоление препятствий, создание препятствий себе и друг другу (пассивное и активное), стремление превратить другого в вещь, раба, возвысится ценой унижений и причинения страданий, иллюзия ограниченности и нехватки или конфронтация и сотрудничество, и сотрудничество как помощь в реализации другим (совместное развитие), стремление поддержать развитие другого и ориентация на собственное развитие, свобода от иллюзии «нехватки» и ограниченности, отсутствие желаний сделать другого врагом, рабом, вещью, причинить страдание, паритетное, дружественное и сакральное взаимодействие, направленное на освобождение от страданий;

- предательство, излишнее доверие как отказ от ответственности или тотальное недоверие, отсутствие проверки и изменений как неготовность изменяться и корректироваться, потакание грехам других, жаления (индивидуальные и коллективные), сговоры и потакание грехам других т.д. или верность и доверие как ответственность, как проверяемое и сверяемое со-бытие, готовность корректироваться и изменяться, помогать изменяться и исправлять ошибки другим, отказ потакать грехам и ошибкам других, «сочувствовать» тем, кто разрушает себя и других, отказ от сговоров и «вторая демократия»;

- иллюзии могущества и ничтожности, помощь «убогим», принижение «выскочек», компенсации, преференции и иные средства «уравнивания прав», «демократии», «легитимности» и «справедливости», «маленький человек», комплексы Ионы и Икара, комплексы неполноценности, созависимость, десакрализация и фикции и антификции отношений или истинные отношения (нефиктивные), ресакрализация, самооценность ценность других, умение различить и дифференцировать «червя» и «Бога» в себе и других, фасилитация, активизация, посредничество и медиаций, и изменения отношения (ценностей).

В рамках построения власти («преобразовательная интенция») люди в рамках спортивно-оздоровительной работы выбирают следующие варианты:

- Безграмотное, невежественное и несистемное применение поощрений и наказаний, использование их «ради самой власти», страх власти и избегание наказания и поощрения, наряду со стремлением быть «пойманным» и наказанным за свои мнимые и реальные проступки, стремление «удержать маятник», избегание мыслей о последствиях и причинах, увлеченность желанием, восторг административный «полевое поведение» или вежество, культура насилия, наказаний и поощрений, культура власти, техники

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

парадоксальной и молчаливой фрустрации-поддержки, усиление и угашения (маятниковые и рефлексивные механизмы);

- принуждение и страх власти, вынужденная /выученная беспомощность или бред всевластия, асимметрия и манипуляция, неподтверждение и отказ от подтверждения – себя и других, активная и пассивная агрессия, буллинг /сталкинг и газлайтинг, наслаждение и облегчение от страданий других, неготовность просить прощения у себя и мира или конструктивная агрессия, осознанность и признание агрессии, как части отношений, готовность меняться и просить прощения за реальные ошибки у себя и мира, понимать иллюзии и страхи окружающих, их точки зрения на ситуации реального или воображаемого насилия, преступления, осознание выбора, вынужденная спонтанность и подтверждение осознание власти клиентом, умение «жить своей жизнью» , не «влезая» в жизнь, души и т.д. других людей, прикасаться и уходить, оставаясь непривязанным к результатам своей помощи и т.д.;

- собственность и собственничество, страх нехватки, разделение людей на жертв и завоевателей, привязанность к результатам своей работы, функциям, вещам, наименованиям, вторжение и страх присутствия, растрезвонивание чужих тайн, сплетни как преследования, чрезмерная привязанность, ревность и созависимость и эксплуатация, «правовые дискуссии» о грехах, преступлениях других или профессиональная дистанция и взаимное раскрытие, уважение чужого пространства и чужого времени, чужих ошибок как реальных так и иллюзорных, сокрытие тайны клиента, «покрытие грехов» и отказ от идеологии «преступлений», отсутствие страха нехватки («любовь и время – противоположны» и т.д.);

- переживание вины и мести, стремление к присвоению власти и ответственности, ее узурпация, а также отказ от ответственности, гордыня, выстраивание асимметричных отношений ответственности, при которых «плохое» относится к другим, а «хорошее» -к себе, осуждение и самоосуждение как нравственно-психологическое и социальное уничтожение или трансляция ответственности, свобода как ответственность, «выход из круга мести» (игнорирующая или принимающая «остановка»), отсутствие осуждения («И смысл с себя я грех твой»), стремление освободить человека или его страдания и т.д.

В рамках построения отношений компетентности («понимающая интенция») люди в рамках спортивно-оздоровительной работы выбирают следующие варианты:

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

•сны неведения, иллюзия всезнания и нарциссизм, иллюзии справедливости и т.д., имитации незнания, дефокусировка и стереотипия («эвристическая» и нравственная аномия) , ведущая к уменьшению информации, закрытость воспитанию и обучению в отношении себя и других, сужение границ компетентности «распад», выгорание и профессиональные деформации или открытость воспитанию и обучению в отношении себя и других, пронизательность и «ученое незнание», открытость, фокусировка, ценностное знание («одухотворённый разум»), осознание и расширение границ компетентности;

•жертвоприношение и создание патологизирующих ролей, создание «козла отпущения», коллективная расправа над «козлом отпущения» («идентифицированным пациентом» ради ощущения чувства власти и «оплаты» собственных грехов – умение надеяться, доверие клиенту как эксперту и следование за ним, метаумения), свобода от стремления к насилию, мести, переживанию своей греховности и преступности;

•отсутствие дистанции или экстатическая дистанция, жизнь желаний и норм , основа понимания жизни – прошлое и будущее, ожидание чуда поиск магических средств отказ от собственных усилий к пониманию, неготовность понимать и избегание понимания , страх неопределенности и фрустрация от неопределенности, сужение контекста инопонимания («свинья», забывшая, что она Бог), навязчивая индоктринация и бегство пациента в здоровье или толерантность к неопределенности , совместный творческий поиск и рутинная работа, эстетическая и этическая венаходимость, ценности и нужды настоящего определяют понимание, расширение контекста инопонимания (все в мире – частичное и временное пристанище Бога);

•неимение прямо и искренне говорить, неумение говорить вежливо и соблюдать этические нормы диалога, злоупотребление «раскомплексованностью», демонстрация «духовности» «свободы от предрассудков» и т.д., феномен «сломанного телефона» и сплетн, сталкинг как попытка управления чужим «имиджем» и т.д., социопатии или умение прямо называть своими именами, честность, вежливость и такт, хамство, психопатизация и социопатизация – соблюдение этики диалога, помощь в поиске инопонимания, приращение информации, диалог, умение признавать ошибки и «поражения» в диалогах с психопатами и иными любителями «фантомов».

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

### Библиографический список

1. Арпентьева М.Р. Взаимопонимание как феномен межличностных отношений (на материале психологического консультирования). Дисс... докт. психол. наук. – М.: МГУ им. М.В. Ломоносова, 2015. – 497с.
2. Ашмарина Н.А. Психологическое консультирование в системе психологической подготовки спортсменов // Человек. Спорт. Медицина, 2006. – №. 3 (58). – С.32-33.
3. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. – К.: Укртехпресс, 1997. – 125с.
4. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. – М.: Академический проект, 1999. – 240с.
5. Минигалиева М.Р. Психологическое консультирование: теория и практика. Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. – 609с.
6. Библия. Книги Священного Писания Ветхого и Нового Завета. – М.: Издательство Московской Патриархии, 2010. – 988с.
7. Виилма Л. Прощаю себе. В 2т. Т1. – Екатеринбург: У-Фактория, 2004. -720с., Т.2. – Екатеринбург: У-Фактория, 2007. – 640с.
8. Николаев В. Живой в помощи. Записки афганца. – М.: СофтИздат, 2008 – 320с.
9. Николаев В. Из рода в род. – М.: СофтИздат, 2010 – 208с.
10. Оптинские старцы: наставления, письма, дневники. – М.: Лепта Книга, 2012. – 816с.
11. Стамбулова Н. Б. Психология спортивной карьеры . Учебное пособие. - Санкт-Петербург: Центр карьеры, 1999, - 368 с.
12. Baillie, P.H. Understanding the career transitions of athletes / P.H. Baillie, S.J. Danish // The sport psychologist. 1992. - № 6. - P. 77-98
13. Buckworth, J. & Dishman, R.K. Exercise psychology. Champaign, IL: Human Kinetics, 2002. – 310p.
14. Crook, J.M. Transitions out of elite sport / J.M. Crook, S.E. Robertson // International Journal of Sport Psychology. 1991. - № 1 (22). - P. 115-127.
15. Dishman, R. Exercise adherence. In R. Singer, M. Murphey, & L. Tennant (Eds.), Handbook of Research on Sport Psychology (pp). New York: Macmillan. 1993. – P. 779-798
16. Foggo-Pays, E. An Introductory Guide to Counselling / E. Foggo-Pays. -Ravenswood, Beckenham, 1983. 280 p.

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

17. George, R.L. Counseling: Theory and Practice, 3rd Ed., Englewood Cliffs / R.L. George, T.S. Cristiani. N. J.: Prentice-Hall, 1990. - 368 p.
18. Gilliland, B.E. Theories and Strategies in Counseling and Psychotherapy. 2nd Ed. Englewood Cliffs / B.E. Gilliland, R.K. James, J.T. Bowman. N. J.: Prentice-Hall, 1989. - 220 p.
19. Goodger, K., Gorely, T., Lavalley, D., & Harwood, C. Burnout in sport: A systematic review // *The Sport Psychologist*, 2007. №21. P. 127-151.
20. Gould & Whitley, M. Sources and consequences of athletic burnout among college athletes. *Journal of Intercollegiate Athletics*, 2009. - №2. - P. 16-30.
21. Greene, D. Fight your fear and win: Seven skills for performing your best under pressure--at work, in sports, on stage. Broadway Books, 2002. 320p.
22. Ivey, A.E. Counseling and Psychotherapy: Skills, Theories and Practice / A.E. Ivey. London: Prentice Hall International, 1987. - 560 p.
23. Jarvis, M. Sport psychology : a student's handbook / M.Jarvis. - New York, NY: Routledge , 2006. 252p.
24. Knight, C. J., Boden, C. M., & Holt, N.J. Junior tennis players' preferences for parental behaviors. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2010. - №22,. – P. 377-391.
25. Kottler, J.A. Introduction to Therapeutic Counseling / J.A. Kottler, , R.W. Brown. Cole, Montrey, CA Brooks, 1985.-387 p.
26. McPherson, B.D. Retirement from professional sport: the process and problems of occupational and psychological adjustment / B.D. McPherson // *Sociological Symposium*. 1980. № 30. - P. 126-143.
27. Moreau, D., & Conway, A. R. A. Cognitive enhancement: A comparative review of computerized and athletic training programs. // *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2013. - №6(1. P. 155-183. doi:10.1080/1750984X.2012.758763"
28. Morsund, J. The Process of Counseling and Therapy / J. Morsund. Prentice Hall, Englewood Cliffs, NJ, 1985. - 425 p.
29. Murphy, S. M. Sport psychology interventions. Champaign, IL: Human Kinetics. 1995. 380p.
30. Nelson-Jones, R. The Theory and Practice of Counseling Psychology / R. Nelson-Jones. London: Holt, Rinehar&Winston, 1981. - 520 p.
31. Rogers C. On becoming a person. – Boston: Houghton Mifflin Company, 1961. – 420 p.
32. Sinclair, D.A. Positive transitions from high-performance sport / D.A. Sinclair, T. Orlick // *The sport psychologist*. 1993. -№ 1. - P. 138-150.

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

33. Stathopoetou, G.; Powers, M. B.; Berry, A. C.; Smits, J. A. J.; Otto, M. W. "Exercise Interventions for Mental Health". A // Quantitative Review. 2006. №13. –P. 179, 193.
34. Vealey, R.S. P3 thinking // Coaching for the Inner Edge / Vealey, R.S. (Ed.). - - Morgantown, WV: Fitness Information Technology, 2005. - P. 201-224.
35. Vujicic N. Life without limits: inspiration for a ridiculously good life. – Random House, Crown Publishing Group, 2010. – 288p.

## REFERENCES

1. Arpentieva M.R. (2015) Mutual understanding as a phenomenon of interpersonal relations (on the material of psychological counseling). Diss ... grand PhD in psychology. – M.: MSU. Mv Lomonosov. (In Russian)
2. Aashmarina, N.A. (2006). Psychological counseling in the system of psychological training of athletes. Person. Sport. Medicine, (3 (58)), 32-33.
3. Bondarenko A.F. (1997) Psychological assistance: theory and practice.- Kiev.: Ukrtehpess. (In Russian)
4. Kochunas R. (1999) Basics of psychological counseling. – Moscow: Academic project. (In Russian)
5. Minigalieva M.R. (2008) Psychological counseling: theory and practice. Rostov-on-Don: Phoenix. (In Russian)
6. The Bible (2010). Books of the Holy Scriptures of the Old and New Testaments. Moscow: Publishing House of the Moscow Patriarchate. (In Russian)
7. Viilma L.(2004? 2007) Forgive myself. In 2t. (In Russian)
8. Nikolaev V. (2008) Live in the help. Afghan notes. Moscow: SoftIzdat- 320s. (In Russian)
9. Nikolaev V. (2010) From clan to genus. – Moscow: SoftIzdat, 2010 – 208c. (In Russian)
10. Optina elders (2012) Optina elders: instructions, letters, diaries. Moscow: Lepta Kniga.
11. Stambulova N. B. (1999) Psychology of sports career. Tutorial. - St. Petersburg: Tzentr Kar'yery.
12. Baillie, P.H. (1992) Understanding the career transitions of athletes / P.H. Baillie, S.J. Danish // The sport psychologist, 6., 77-98
13. Buckworth, J. & Dishman, R.K. (2002). *Exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R.* 2019. *Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

14. Crook, J.M. , Robertson S.E. (1991) Transitions out of elite sport. *International Journal of Sport Psychology*, 1 (22), 115-127.
15. Dishman, R. (1993). Exercise adherence. In R. Singer, M. Murphey, & L. Tennant (Eds.), *Handbook of Research on Sport Psychology*. New York: Macmillan, 779-798
16. Foggo-Pays, E. (1983) *An Introductory Guide to Counselling*. -Ravens-wood, Beckenham.
17. George, R.L., Cristiani T.S. (1990) *Counseling: Theory and Practice*. Englewood Cliffs . N. J.: Prentice-Hall.
18. Gilliland, B.E. (1989) *Theories and Strategies in Counseling and Psychotherapy*. 2nd Ed. Englewood Cliffs / B.E. Gilliland, R.K. James, J.T. Bowman. N. J.: Prentice-Hall.
19. Goodger, K., Gorely, T., Lavallee, D., & Harwood, C. (2007). Burnout in sport: A systematic review. *The Sport Psychologist*, 21, 127-151.
20. Gould & Whitley, M. (2009). Sources and consequences of athletic burnout among college athletes. *Journal of Intercollegiate Athletics*, 2, 16-30.
21. Greene, D. (2002). *Fight your fear and win: Seven skills for performing your best under pressure--at work, in sports, on stage*. Broadway Books.
22. Ivey, A.E. (1987) *Counseling and Psychotherapy: Skills, Theories and Practice*. London: Prentice Hall International.
23. Jarvis, M.(2006) *Sport psychology : a student's handbook* . New York, NY: Routledge
24. Knight, C. J., Boden, C. M., & Holt, N.J. (2010). Junior tennis players' preferences for parental behaviors. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22, 377-391.
25. Kottler, J.A., Brown R.W. (1985) *Introduction to Therapeutic Counseling*. Cole, Montrey, CA Brooks.
26. McPherson, B.D. (1980) Retirement from professional sport: the process and problems of occupational and psychological adjustment . *Sociological Symposium*, 30, 126-143.
27. Moreau, D., & Conway, A. R. A. (2013). Cognitive enhancement: A comparative review of computerized and athletic training programs. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 155-183. doi:10.1080/1750984X.2012.758763"
28. Morsund, J. (1985) *The Process of Counseling and Therapy*. Prentice Hall, Englewood Cliffs, NJ, 1985. - 425 p.
29. Murphy, S. M. (1995). *Sport psychology interventions*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Раздел. Педагогические и социально-философские вопросы духовной и физической культуры

*Arpentieva M. R. 2019. Basic principles of the meta-technology of sports psychological counseling. Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 27-57 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>*

---

30. Nelson-Jones, R. (1981) *The Theory and Practice of Counseling Psychology*. London: Holt, Rinehar&Winston
31. Rogers C. (1961) *On becoming a person*. – Boston: Houghton Mifflin Company.
32. Sinclair, D.A. , Orlick T. (1993) Positive transitions from high-performance sport// *The sport psychologist*, 1, 138-150.
33. Stathopoetou, G.; Powers, M. B.; Berry, A. C.; Smits, J. A. J.; Otto, M. W, (2006). "Exercise Interventions for Mental Health". *A Quantitative Review*. **13**: 179, 193.
34. Vealey, R.S. (2005). P3 thinking. In Vealey, R.S. (Ed.), *Coaching for the Inner Edge*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, 201-224
35. Vujicic N. (2010) *Life without limits: inspiration for a ridiculously good life*. – Random House, Crown Publishing Group.