



**ЗАВОД ЗА СПОРТ И МЕДИЦИНУ СПОРТА
РЕПУБЛИКЕ СРБИЈЕ**

SERBIAN INSTITUTE OF SPORT AND SPORTS MEDICINE

МЕСТО И УЛОГА ПСИХОЛОГА У САВРЕМЕНОМ СПОРТУ

**Владимир Китановић, психолог
Тијана Ћирковић, психолог**

- *"Tennis is 90% mental"* - **Jimmy Connors**
- *"Ninety percent of my game is mental. It's my concentration that has gotten me this far."* – **Chris Evert**
- Тренутно спортско постигнуће је са 60-95% одређено актуелним психолошким статусом / психолошком припремљеношћу / менталном снагом спортиста



ОСВРТ КА ПРОШЛОСТИ

- 1962 год. ЈЗФКМС запошљава првог психолога са задатком да се бави проблемима психологије спорта
- РИМ, 1965. година: Оснива се International Society of Sport Psychology
- Одржан Први светски конгрес спортских психолога
- 1976. год. спортски психолог улази у састав стручног тима ЈОК и одлази на ОИ у Монтреал
- Исте године и Амерички олимпијски тим добија спортског психолога



ДНАС

- USOC запошљава 4 психолога са пуним радним временом, мрежа од 170 едукованих спортских психолога широм САД
- Аустралијски олимпијски пливачки тим – 6 спортских психолога
- Немачка – предлог да сваки фудбалски тим у систематизацији предвиди радно место „спортски психолог”



УЛОГЕ СПОРТСКИХ ПСИХОЛОГА

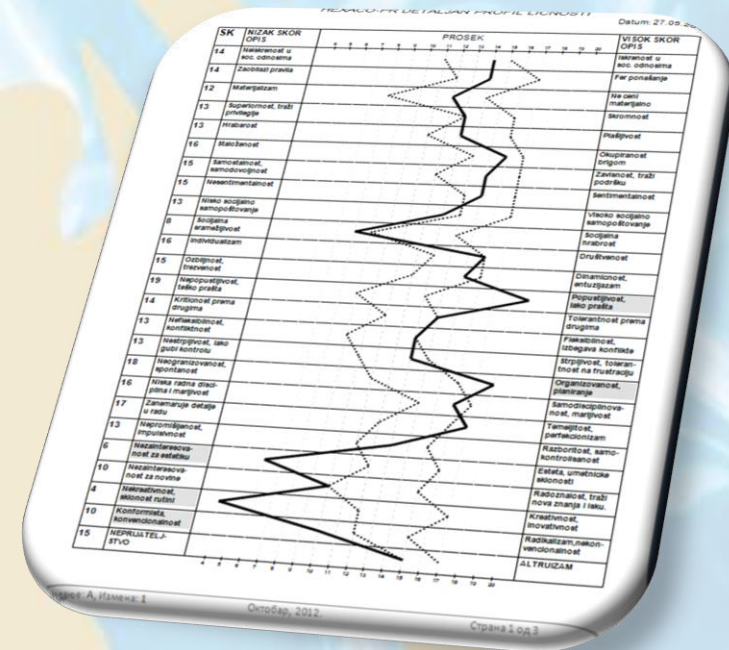
- ЕДУКАТИВНА УЛОГА
- НАУЧНО-ИСТРАЖИВАЧКА УЛОГА
- КОНСУЛТАТИВНО-САВЕТОДАВНА УЛОГА
(Примена у пракси)



ПСИХОЛОШКА ПРОЦЕНА

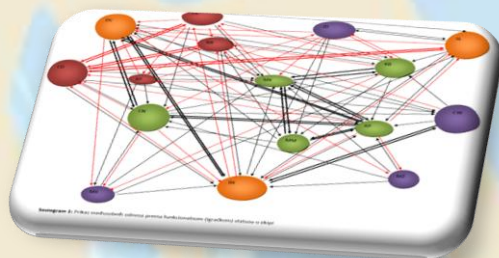
ШТА СЕ ДИЈАГНОСТИКУЈЕ?

- Карактеристике личности
- Мотивациона својства
- Когнитивне, интелектуалне способности
- Обученост психолошким вештинама концентрације, имагинације, релаксације и активације, самоговора, постављања циљева, контроле пажње и емоција
- Развијеност вештина за превладавање такмичарског стреса



ПСИХОЛОШКА ПРОЦЕНА

- Стања и расположења – ниво и природа предстартне, такмичарске анксиозности, самопоуздања
- Психодинамика спортских тимова (тимска клима, кохезивност, комуникација) – социометрија
- Физиолошке реакције на стрес (биофидбек апарат)



ПСИХОЛОШКА ПРОЦЕНА

- ЗСМСРС ДАНАС ПОСЕДУЈЕ НАЈБОГАТИЈУ АРХИВУ У ЕВРОПИ О ПСИХОЛОШКИМ КАРАКТЕРИСТИКАМА СПОРТИСТА РАЗЛИЧИТОГ УЗРАСТА, ИСКУСТВА И НИВОА ТАКМИЧАРСКЕ УСПЕШНОСТИ



Консултативно саветодавни и едукативни рад са спортистима

- Помоћи спортисти да оствари све што омогућавају његове физичке и, техничко-тактичке способности кад је најпоребиније - на такмичењу.
- Помоћи спортистима и тренерима у максималној реализацији личних, спортских и стручних потенцијала и талената
- Циљ рада је да бављење спортом буде задовољство и уживање не изостављајући притом важност такмичења, остваривање успеха и жељу за успехомо!



- Ментална припрема
- Постављање циљева
- Концентрација
- Визуализација
- Технике релаксације и активације
- Контрола пажње и емоција
- Позитивни самоговор
- Тим-билдинг активности
- Вештине комуникације...



ДИЛЕМЕ И ПРОБЛЕМИ

- Психологија спорта и даље трага за својим јединственим идентитетом
- Спортски психолози се боре да постану широко прихваћени у својим циљним групама
- Трагање за специјализованом истраживачком агендом



ПОГЛЕД У БУДУЋНОСТ

- Специфична обука из домена спортских наука и психологије спорта
- Даље профилисање и промоција психологије спорта као научне дисциплине и практичне делатности
- Стварање струковних удружења
- Едукација спортиста и спортских радника о улогама спортских психолога



ХВАЛА НА ПАЖЊИ

