

ПСИХОЛОГИ В СТРОЮ БЕССМЕРТНОГО ПОЛКА PSYCHOLOGISTS IN THE LINE OF THE IMMORTAL REGIMENT

УДК 159.9.01

DOI: 10.25629/RMPJ.2024.01.01

АВКСЕНТИЙ ЦЕЗАРЕВИЧ ПУНИ И ЕГО НАСЛЕДИЕ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКЕ И ПРАКТИКЕ

Бочавер К.А.¹, Хвацкая Е.Е.²¹Московский институт психоанализа, Москва²Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья
им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье описывается жизненный путь, профессиональное становление, идеи и научное наследие Авксентия Цезаревича Пуни. Красноармеец, прошедший Гражданскую и Великую Отечественную войну, он дал старт развитию целой отрасли советской науки – психологии спорта и физической культуры, основав сильнейшую в стране и в мире ленинградскую школу. В статье подробно разбираются основные направления его работы и достижения на поприще лечебной физкультуры, спортивной психологии, организации работы кафедры, создания научной школы. К числу его учеников относятся наиболее известные в нашей стране и во всем мировом научном сообществе психологи спорта. Несмотря на кажущийся узкопрофессиональный характер эмпирических исследований, колоссальная эрудиция Авксентия Цезаревича и обобщение знаний о психологии тренировочной и соревновательной деятельности, волевой подготовке и личности спортсмена делают его работы не только интересными и актуальными спустя значительный срок после публикации, но также могут внести значительный вклад в другие отрасли психологии. Так, общие принципы подготовки к решающим соревнованиям, идея состояния «боевой» готовности (оптимального состояния), пути сохранения психической свежести и множество других находок и выводов позволяют полноценно опираться на опыт А.Ц. Пуни и его научной школы при работе в русле военной и экстремальной психологии, эргономики и психологии труда, психотерапии и профилактике.

Ключевые слова

ленинградская школа психологии спорта, научная школа, психология спорта, Пуни А.Ц., реабилитация, спорт, спортивная психология, физическая культура

Об авторах

Бочавер Константин Алексеевич, кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии, заведующий лабораторией спортивной психологии

Хвацкая Елена Евгеньевна, кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой психологии им. А.Ц. Пуни



Введение

Пройдя долгий путь от науки о рефлексах и движениях к исследованиям личности спортсмена, от прикладной задачи повышения надежности в условиях стресса к холистическому взгляду на благополучие, здоровье и результативность, психология спорта всегда находилась и находится в авангарде психологической науки. Спорту – самое новое, самое лучшее, самое эффективное. Методы, организация работы, высочайшая требовательность к результатам и конкуренция (и методов, и специалистов) роднит психологию спорта с экстремальной, военной, авиационной, космической и иными подобными отраслями психологической науки.

В числе основателей психологии спорта первым среди равных по праву считается Авксентий Цезаревич Пуни: ученый, физкультурник, защитник советской Родины, основатель научной школы и автор множества идей, обладающих высокой ценностью по сей день. В статье читателю предлагается познакомиться с основными жизненными событиями и достижениями А.Ц. Пуни.

Семья и юность А.Ц. Пуни

Авксентий Цезаревич Пуни родился в Вятке в 1898 году. Коротко расскажем о его семье, богатой одаренными и разносторонними людьми. Его отец Цезарь, врач-дантист, носил традиционное для старших сыновей этой семьи имя. Немного недоучившись в Санкт-Петербурге в Императорской медико-хирургической академии, он был отчислен и сослан в Вятку за участие в нелегальном студенческом кружке. Однако, его работа и образование, как мы увидим, в дальнейшем серьезно повлияли на профессиональные достижения сына. Дед Авксентия Цезаревича, тоже Цезарь, был служащим-транспортником в белорусской губернии, а его братья Альберт и Гектор – музыкантами в Мариинском театре. Их отец, прадед Авксентия Цезаревича, также Цезарь, или Чезаре Пуни, приехал из Италии и остался в России, прославился как композитор императорского двора, ставивший балеты для царской семьи и музыкальных театров Санкт-Петербурга. Дядя Авксентия Цезаревича Иван стал художником-авангардистом и даже участвовал в создании герба РСФСР. Бабушку Констанцию Людвиговну Авксентий Цезаревич видел лишь однажды, но запомнил доброй и интеллигентной. Сам он был старшим сыном из пяти детей, у его родителей Цезаря Цезаревича и Александры Дмитриевны еще родились две дочери Галина и Тамара и два сына Владислав и Николай.

Ранние годы, детство и юность Авксентия Цезаревича были наполнены физкультурой и спортом, к которым он относился с большим энтузиазмом. Вместе с товарищем, чехом Я.В. Штанглем, он организовал первые соревнования, гимнастические парады и спортивные общества в родном городе. В 1914 году с товарищем В.Н. Шубиным они создали общество «Спорт», в 1917 году Авксентий Цезаревич возглавил «Общество любителей спорта». Молодежь, гимназисты и студенты, занималась легкой атлетикой, футболом, лыжами, теннисом, фигурным катанием (Помелов, 2017).

В год Великой Октябрьской революции Авксентий Цезаревич оканчивает гимназию и поступает на медицинский факультет Пермского университета, но спустя год уходит добровольцем в Красную армию. О годах его первой воинской службы он не любил рассказывать, и информации практически нет. Демобилизовался он в 1923 году, и, вернувшись в Вятку, включился в зарождавшуюся тогда спортивную науку, опубликовал свое первое исследование «Психофизиологическое влияние пинг-понга», совмещая должность секретаря Вятского Губсовета Физкультуры и председателя Научно-учебно-технического комитета, далее являясь научным сотрудником Дома Физкультуры (1927-1929).

Работа А.Ц. Пуни в годы войны

Молодой фронтовик определился с выбором профессии и был командирован Вятским окружным исполкомом в Государственный институт физической культуры им. П.Ф. Лесгафта (ГИФК), там получил высшее образование. В 1931 году еще в статусе студента был привлечен к работе в качестве ассистента психотехнического отделения Клиники социального здоровья ГИФК. По окончании вуза был оставлен в качестве ассистента психотехнического отдела научно-исследовательского института физкультуры им. П.Ф. Лесгафта, а через год стал старшим научным сотрудником. С 1934 года совмещал педагогическую и научную деятельность как ассистент кафедры психологии и заведующий сектором научного контроля. В 1938 году получил кандидатскую степень, год спустя стал доцентом кафедры и Ученым секретарем вуза (в то время объединенного с ЛНИИФК).

С началом Великой Отечественной войны Авксентий Цезаревич отправляется на фронт добровольцем. Огромную работу он провел в блокадном Ленинграде по восстановлению здоровья раненых бойцов. Учитывая опыт и профессиональные достижения, его назначают в медицинскую службу, вначале методистом, позже начальником отдела (кабинета) лечебной физкультуры. Здесь ему пригодился, как мы предполагаем, опыт отца-дантиста и свои, уже очень значительные, наработки в области лечебной физической культуры и восстановления.

О его работе в военные годы сохранилось не так много информации, он сам, как и про годы Гражданской войны, не стремился об этом рассказывать (Рис. 1). Очень интересным свидетельством стал документ, найденный нами в архиве проекта «Подвиг народа». Приказом от 06.12.1943 А.Ц. Пуни, уже начальник кабинета лечебной физкультуры эвакогоспиталя №1860, был награжден Орденом Красной Звезды, и к документам о награждении прилагается описание подвига и характеристика. Приведем текст полностью.



Рисунок 1 – А.Ц. Пуни в годы Великой Отечественной войны. Награждение медалью «За оборону Ленинграда», 12.07.1943

«Старший лейтенант административной службы доцент Пуни А.Ц. работает в ЭГ (эвакуационный госпиталь – Авт.) со дня его основания. Вначале старшим методистом по лечебной физкультуре, а с 1942 г. Начальником кабинета лечебной физкультуры.

Высококвалифицированный специалист по лечебной физкультуре. Имеет много научных работ. За время отечественной войны им разработана методика лечебной физкультуры у челюстно-лицевых раненых, написан учебник по лечебной физкультуре у раненых и больных. Хороший педагог по специальности. Благодаря широкому охвату челюстно-лицевых раненых лечебной физкультурой до 95%, воз-

врат челюстно-лицевых раненых в строй равен 65%. Снижена инвалидность на 2%.

Тов. Пуни пользуется любовью, авторитетом среди постоянного и переменного состава. Активно участвует в общественно-политической работе госпиталя».

Хотя это напрямую не обсуждалось, междисциплинарный характер взаимодействия разных специалистов медицинской службы в Красной армии как бесценный опыт был перенесен позже и в спортивную практику. Отчасти по этому образцу были позднее сформированы так называемые КНГ – комплексные научные группы, обеспечивающие всестороннее сопровождение участников сборных команд СССР.

Награжденный орденом Красной Звезды, медалями «За оборону Ленинграда», «За победу над Германией» (а в дальнейшем орденами Трудового Красного Знамени, «Дружбы народов» и другими государственными наградами), в 1946 году А.Ц. Пуни вернулся к работе в институт им. П.Ф. Лесгафта.

Организационная, педагогическая, научная работа и профессиональное наследие А.Ц. Пуни

Вернувшись с войны, А.Ц. Пуни основал кафедру психологии и был ее заведующим на протяжении 30 лет, а после ухода с этой должности оставался профессором-консультантом. Параллельно с научной деятельностью, он много внимания уделял педагогической и организационной работе. Так, сразу после войны, в 1946–1947 учебном году он создал новый курс «Психология физического воспитания и спорта» и смог ввести его как обязательную дисциплину для будущих спортивных психологов, тренеров и преподавателей физкультуры. Благодаря его работе, в 1948 году была создана комиссия по психологии спорта при научно-методическом (впоследствии научном) совете Комитета по физической культуре и спорту при Совете Министров СССР. Она, по сути, являлась органом, объединявшим советских психологов спорта. Через четыре года Авксентий Цезаревич защитил в Москве докторскую диссертацию на тему «Психология спорта» (Пуни, 1952).

Все это время Авксентий Цезаревич много писал, и сотни публикаций, особенно работа «Очерки психологии спорта» (Пуни, 1959) делали профессию спортивного психолога все более популярной. Признание как от мира спорта, так и от академической науки не заставило себя ждать. С момента создания «Общества психологов СССР» в 1962 году спортивные психологи избирались в состав его Центрального Совета. Первыми представителями нашей профессии были на II съезде профессор П.А. Рудик (Москва), затем на III, IV и V уже профессор А.Ц. Пуни (Ленинград).

По инициативе и при деятельном участии А.Ц. Пуни в 1956 году в Ленинграде было проведено первое всесоюзное совещание спортивных психологов. В дальнейшем конференции спортивных психологов стали регулярными. 14–17 марта 1977 году в Ленинграде проходила уже седьмая такая конференция. 75-летний Пуни не только был председателем оргкомитета, но и выступил с пленарным докладом на тему «Некоторые итоги и перспективы развития исследований в области психологии физического воспитания и спорта». За цикл работ по психологии спорта А.Ц. Пуни в 1976 году был удостоен премии и золотой медали Спорткомитета СССР (Рис. 2).

Высоко конкурентная спортивная наука не была, вопреки домыслам, закрытой отраслью, и на IV Всемирном конгрессе международного общества психологов спорта (ISSP) в Праге в 1977



Рисунок 2 – А.Ц. Пуни – доктор наук, профессор, заведующий кафедрой

году он был избран почётным членом общества. В 1979 году за заслуги в развитии спортивной психологии на V Европейском конгрессе по психологии спорта А.Ц. Пуни награжден почетной грамотой и знаком, а в мае 1984 году на заседании Европейской ассоциации психологов спорта (FEPSAC) А.Ц. Пуни избрали почетным членом этой организации.

Он являлся редактором и автором пособия для ИФК «Психология физического воспитания и спорта» (1979), учебника для техникумов физической культуры «Психология» (1984), сборников практических занятий по психологии для студентов ИФК (1971, 1977). Следует отметить, что всю жизнь он был беспартийным, не состоял в рядах ВЛКСМ и КПСС, и его по этому вопросу всегда отличала четкая гражданская и профессиональная позиция.

В 1985 году, в возрасте восьмидесяти семи лет, Авксентий Цезаревич ушел из жизни.

Его последней работой стала «Проблема личности в психологии спорта», в которой он писал: *«деятельность как процесс от личности неотделима. Необходимо изучать не личность и деятельность, а деятельную личность в процессе развития, в определенных условиях, <...> в которых деятельная личность реализует, расширяет и совершенствует свои возможности»* (Пуни, 1980), что предвосхитило идею отношения к спортсмену как к субъекту собственного развития (Стамбулова, 1999; Хвацкая Е.Е., 2022).

Наследие А.Ц. Пуни в первую очередь воплотилось в научной преемственности и многолетней работе как целой кафедры и научной школы, так и персональных достижениях плеяды его учеников. Под его руководством было подготовлено более сорока диссертаций. Как отмечено, *«вокруг личности А.Ц. Пуни и его кафедры психологии, как некоего центра творческой психологической мысли, в 70-е годы вращалась вся научно-педагогическая жизнь спортивных психологов Ленинграда, втягивая в свою орбиту учёных с других вузов советских республик. Его личность и идеи объединяли научное сообщество творчески мыслящих преподавателей педагогики, теории и методики физического воспитания, физиологии, биохимии, спортивной медицины и гигиены, анатомии. В итоге из школы А.Ц. Пуни вышли высокопрофессиональные, известные в стране и за рубежом психологи спорта: Д.Я. Богданова, А.С. Егоров, Б.Н. Смирнов, Е.Н. Сурков, В.И. Секун, Б.А. Вяткин, Г.Д. Горбунов, Н.Б. Стамбулова, А.Д. Ганюшкин, Ю.Я. Киселев, Ю.Л. Ханин, Р.М. Загайнов, Л.Н. Радченко, И.П. Волков, В.И. Румянцева и др.»* (Волков и др., 2013, с. 60).

Учитывая разнообразие и широту интересов Авксентия Цезаревича, непростой задачей становится выделить «самое важное» в его трудах, разнообразных и многочисленных. Предлагаем кратко остановиться на избранных идеях, которые опередили время и сейчас могут конструктивно воплощаться в жизнь современными психологами-практиками в самых разных отраслях, связанных с ответственными и опасными профессиями.

Взгляд А.Ц. Пуни на психологическую подготовку

В наше время существует множество дифференцированных моделей психологической подготовки спортсмена и в широком смысле высококлассного специалиста в профессиях, связанных с достижением (медицина, воинский труд, творческие профессии, работа оператора и пр.). Их объединяет подход к подготовленности как обладанию широким спектром отдельных умений, или ментальных навыков (Bertollo, 2021; Бочавер, 2021). Приведем пример. Саморегуляция в равной степени нужна спортсмену и воину; мысленное моделирование, или создание двигательного образа параллельно практикуется в спорте и авиации; целеполагание объединяет чемпиона и выдающегося государственного деятеля или полководца. Одним из пионеров в области психологической подготовки стал именно Авксентий Цезаревич. Его научные труды дают полную возможность пройти от анализа имеющихся умений, сильных и слабых сторон, к синтезу наиболее конструктивной психологической подготовки к ответственному моменту. Приведем и прокомментируем его описание психологической подготовки, тем более, что язык, которым он писал, дает представление о масштабе мысли и позволяет почувствовать золотую эпоху советской науки.

«Сложный процесс психологической подготовки к соревнованию представляет собой определенную систему взаимосвязанных звеньев, реализующуюся на протяжении того отрезка времени, который имеется в распоряжении до начала соревнования. <...> Несмотря на то, что в каждом конкретном виде спорта система звеньев психологической подготовки к соревнованию имеет свои особенности, вытекающие из специфики вида спорта, она может быть представлена и в определившемся уже сейчас общем виде. В состав системы входят следующие звенья (Звенья представляют собой то, что позже назовут ментальными навыками. Цепь, состоящая из звеньев, это крайне глубокая и точная метафора, поскольку эти навыки взаимосвязаны и удерживают друг друга в композиции психологической подготовки; более того, первые навыки, по словам А.Ц. Пуни, являются основой, на которой держится вся последующая «цепь» – Авт.):

1. Сбор достаточной и достоверной информации об условиях предстоящего соревнования и, в особенности, о противниках.

2. Пополнение и уточнение информации о тренированности, возможностях спортсмена или команды и перспективах их изменения к началу соревнования.

3. Правильное определение и формулировка цели участия в соревновании.

(Необходимо отметить, что, с точки зрения современной психологии стресса, понимание условий, обстановки, противника, глубокий анализ качества собственной подготовки и состояния, а также формулировка понятной и аутентичной цели – это универсальные копинг-ресурсы для преодоления информационного стресса как одного из ключевых факторов риска снижения профессиональной надежности. Интеллектуальная подготовленность нейтрализует то, что спустя много лет войдет в науку как «когнитивная тревога» (Hardy, 1991) – Авт.).

4. Формирование или актуализация соответствующих цели общественно-значимых мотивов выступления в соревновании.

(Это, безусловно, не формальная дань общественно-идеологическому наполнению советской науки, но предвосхищение будущих работ, посвященных ценностному и духовному наполнению любой опасной профессии, что особенно ярко будет разработано и описано в трудах В.А. Пономаренко применительно к психологии военного летчика (Пономаренко, 2022) – Авт.).

5. Вероятностное программирование соревновательной деятельности. Оно совершается в ходе умственных и практических действий с возможным моделированием условий предстоящего соревнования и направлено на определение тактического плана, т.е. оптимального варианта вероятностной программы действий в предполагаемых условиях соревнования.

(Спортивное, или профессиональное воображение как пик развития соответствующей высшей психической функции, с легкой руки А.Ц. Пуни стало одним из ключевых направлений практической психологии на многие десятилетия (Morris, 2005). В спорте мы говорим о навыке идеомоторики, или буквально «мысле-двигательной тренировки», в иных отраслях применяют термин мысленного моделирования, например, формирования «образа полета» (Алексеев, 2004). Без заранее сформированного ясного образа будущих действий их качество будет в большой мере непредсказуемым, как повезет – Авт.).

6. Специальная подготовка к встрече с соревновательными препятствиями различной степени трудности (особенно неожиданными) и упражнение в их преодолении.

(В широком смысле подобная подготовка отражает принцип, сформулированный А.В. Суворовым: «Тяжело в учении – легко в бою. Легко в учении – тяжело в бою». Но особенно интересно психологам будет соотнести это с трудами современника А.Ц. Пуни, также прошедшего Вторую Мировую войну в составе медицинского подразделения психиатра Дж. Вольпе (Wolpe, 1958). Они оба пришли к новой на тот момент идее, названной позже десенсибилизацией – снижением чувствительности к стрессу за счет постепенного знакомства с ним и его преодоления. Как с опорой на Дж. Вольпе происходит в лечении фобий и ПТСР по сей день, так и спортсмен, абсолютно здоровый человек, преодолевает стресс, по заветам А.Ц. Пуни,

постепенно упражняясь в преодолении грядущих трудностей, чтобы они не стали катастрофичными в решающий день – Авт.).

7. *Предусмотрение приемов саморегуляции возможных неблагоприятных внутренних состояний.*

8. *Отбор и использование способов сохранения нервно-психической свежести к началу соревнования, восстановления ее в ходе соревнования»* (Пуни, 1969, с. 18).

(Современная психологическая подготовка, буквально основана на этих заключительных звеньях. Разнообразие методов современного стресс-менеджмента дает возможность как раз подобрать и освоить наиболее эффективные приемы саморегуляции с учетом индивидуальных особенностей и обеспечить баланс напряжения и восстановления (Алексеев, 1982). Характерным для А.Ц. Пуни термином, не утратившим свою актуальность и даже изящество по сей день, становится нервно-психическая свежесть как маркер оптимального функционального состояния – Авт.).

Из этого короткого очерка любой специалист-прикладник сможет сделать выводы о работе со своими клиентами, пациентами или воспитанниками, что в психологической подготовке к ответственной деятельности, что из «звеньев» станет «слабым звеном», иными словами, что требует дополнительной сосредоточенной проработки. Уже в наши дни каждый из предложенных А.Ц. Пуни параметров получил диагностические инструменты и проработанную методологию развития (Бочавер, Довжик и др., 2023), и можно сказать, что эта первая подробная модель прошла проверку временем и актуальна по сей день.

Боевая готовность по А.Ц. Пуни и оптимальное состояние

Ради чего формируется такая разносторонняя психологическая подготовка? Споры о соотношении вклада психологической и физической (а также технической, тактической и пр.) подготовки ведутся долгое время. Резюмировать их можно, лишь беря во внимание конечную цель собственно психологической подготовки. Это не достижение как таковое, а, скорее, создание основы для психической надежности – ресурса и потенциала достижения. Психическая надежность (Мильман, 1990), ментальная прочность (Бочавер и др., 2023), стрессоустойчивость спортсмена – это свойство, отвечающее за прогнозируемое и стабильное состояние. В спорте первой ассоциацией многих специалистов станет Оптимальное Боевое Состояние (кто не слышал про ОБС?), и о его происхождении необходимо рассказать, говоря о наследии А.Ц. Пуни.

Изучая «в полях» моменты высшего достижения спортсмена, Авксентий Цезаревич обобщил его состояние следующим образом: *«Можно охарактеризовать состояние психической готовности к соревнованию <...> как сложное, целостное проявление личности. Оно характеризуется трезвой уверенностью спортсмена в своих силах, стремлением активно и увлеченно, с полной отдачей сил, бороться до конца, именно до конца за достижение намеченной цели, оптимальным уровнем эмоционального возбуждения, высокой степенью помехоустойчивости по отношению к различным, и прежде всего особо значимым для спортсмена, неблагоприятно действующим внешним и внутренним влияниям, способностью произвольно управлять своими действиями, чувствами, всем поведением в бесконечно изменчивых условиях спортивной борьбы и в высшей степени напряженной, возбуждающей атмосфере соревнования»* (Пуни, 1969, с. 9).

Мы видим сложный конгломерат эмоционально-когнитивно-мотивационных явлений, каждое из которых приближает результат, но достигается через существенное волевое усилие. Сейчас исследователи и практики активно используют понятие «состояние» – в спорте и не только. Состояние – определенный ситуативный набор психофизиологических свойств, поведенческих установок, эмоций и когнитивных конструкций – как показано во множестве исследований, может быть дисфункциональным и пагубным для ответственного момента, а может, напротив, способствовать достижению успеха (Савинкина, Байковский, 2017). К традиционно

используемым в спортивной психологии негативным состояниям можно отнести так называемый предстартовый «мандраж», лихорадку, апатию, состояния когнитивной и соматической тревоги, состояние перетренированности и спортивного выгорания. С другой стороны этого континуума находятся состояния-мишени, желанные, но не всегда подконтрольно возникающие. Так, говорят о потоке, «кураже», но чаще используют слово «оптимальный» (Квитчастый, 2017).

Один из наиболее выдающихся специалистов нашей отрасли, также легендарная фигура А.В. Алексеев, говоря про ОБС, находился в критичной позиции по отношению к А.Ц. Пуни, отмечая: *«Почему возникло предложение ввести понятие «оптимальное боевое состояние»? Причина здесь следующая: все, что написано о боевой готовности, на мой взгляд, сложно для претворения в практике. <...> Рассказывается, что это такое, из каких компонентов складывается.* (Тут в тексте следует его отсылка к трудам А.Ц. Пуни – Авт.) *А спортсмену важно знать, как достичь нужного состояния. <...> Хотя, если кто-то научился вводить себя в состояние боевой готовности, ему вряд ли будет целесообразно овладевать приемами ОБС»* (Алексеев, 1982, с.8). С этой целью, не в противоречии с самим представлением о состоянии готовности, предложенным А.Ц. Пуни, а в его развитие, желая создать доступный и методически выверенный путь саморегуляции, А.В. Алексеевым была предложена система АГИМ (ауто-гипно-идеомоторика), ставшая одним из наиболее результативных методов отечественной и мировой психологии спорта.

В академической психологии спорта идеи А.Ц. Пуни о состоянии готовности нашли развитие в работах его ученика и коллеги. «Индивидуальная зона оптимального функционирования» (IZOF), разработанная Ю.Л. Ханиным, показала с опорой на работы Авксентия Цезаревича, достоверные различия в деятельности спортсмена в зависимости от его персонального оптимума нервного возбуждения и умений его использовать и контролировать. Именно IZOF стала, тем более, после начала работы Ю.Л. Ханина за рубежом, наиболее распространенной описательной моделью состояния, достигнуть которого учатся и мечтают большинство спортсменов (Ruiz, 2017).

Заключение

Вместе с детальной разработкой психологической подготовки и состояния (боевой) готовности спортсмена, А.Ц. Пуни интересовался в разное время практически всеми направлениями спортивной психологии: двигательной активностью и физиологией движения (Пуни, 1947; Пуни, 1957), идеомоторной тренировкой (Пуни, 1960), волевыми процессами (Пуни, 1962), когнитивными функциями и особенно вниманием спортсмена (Пуни, 1965) и другим. Масштаб его интересов воплотился в удивительном разнообразии исследований, проводимых в целом ленинградской школой спортивной психологии и его многочисленными учениками. Заметным вкладом в психологическую науку стала концепция волевой подготовки А.Ц. Пуни как базовая концепция преодоления в спорте. Волевая подготовка в структуре психологической подготовки спортсменов занимала важное место в исследованиях А.Ц. Пуни и его многочисленных учеников (прежде всего, Б.Н. Смирнова, Г.А. Чашина и др.) (Пуни, 1977). Были проведены крупномасштабные исследования проявления воли у представителей различных видов спорта, итогом которых стало выделение волевых качеств (целеустремленность, настойчивость, выдержка и др.), как волевых усилий, направленных на преодоление конкретных трудностей вида спорта (до этого специалисты пользовались понятием «воля», а понятие волевые качества в психологической науке не было распространено) Были описаны не только особенности разных волевых качеств и их структура, но также, показаны пути их формирования (Ловягина, Хвацкая, 2021). Сегодня развитие идей волевой подготовки в спорте представлено в русле ресурсного подхода (Довжик, Бочавер, 2016; Андреев, 2020).

В отечественной спортивной психологии был длительный период упадка, вызванный объективными изменениями, происходившими в нашем обществе в 1990-е годы. Это касалось и

спорта, и всей спортивной науки. И, несмотря на то, что многие выдающиеся специалисты были вынуждены уехать (что характерно, Н.Б. Стамбулова и Ю.Л. Ханин – ученики А.Ц. Пуни – стали звездами первой величины в международной психологии спорта), традиция ленинградской научной школы психологии спорта не прервалась и бережно сохранялась (Стамбулова и др., 1997). В настоящее время психология спорта входит в период нового расцвета, обогатившись и ресурсами, и кадрами, и всесторонней поддержкой общества, науки и государства, пробудился интерес к тому, чтобы спортсмены не «просто приносили медали», но были здоровыми, гармоничными и успешными (Хвацкая, Ильина, 2018).

Мы надеемся, что сохраним и передадим будущим специалистам не только идеи, но и саму систему ценностей А.Ц. Пуни, человека любознательного, волевого, решительного, патриотичного, открытого и щедрого. Такого, каким и должным быть настоящий спортивный психолог.

Благодарности

Авторы выражают искреннюю благодарность Информационно-культурному центру НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, его директору Н.Г. Закревской, сотруднику Культурно-исторического центра им. В.А. Таймазова Е.В. Прониной, а также В.Б. Помелову, собравшему в своих очерках интересные подробности биографии А.Ц. Пуни.

Библиография

1. Алексеев А.В. Система АГИМ. Путь к точности. М., 2004.
2. Алексеев А.В. Себя преодолеть. М., 1982.
3. Андреев Вит.Вл. Психологические особенности преодоления критических ситуаций в спортивной деятельности. Кандидатская диссерт. СПб., 2020.
4. Бочавер К.А., Довжик Л.М., Бондарев Д.В., Савинкина А.О. Ментальные навыки как ресурс профессионального долголетия спортсмена // Экспериментальная психология. 2021. Т. 14. №. 4. С. 58-75.
5. Бочавер К.А., Резниченко С.И., Бондарев Д.В. Аутентичность и ментальная прочность спортсмена: эмпирическая модель // Экспериментальная психология. 2023. Т. 16. №. 4. С. 172-188.
6. Бочавер К.А., Довжик Л.М., Бондарев Д.В. Психологическая диагностика в спорте. М., 2023.
7. Волков И.П., Родыгина Ю.К., Хвацкая Е.Е. Санкт-Петербургская научная школа психологии спорта (К 115-летию со дня рождения А.Ц. Пуни) // Актуальные психолого-педагогические проблемы спортивного воспитания, обучения, здоровья молодёжи. Вестник Балтийской педагогической академии. № 109. СПб., 2013.
8. Довжик Л.М., Бочавер К.А. Эффективное совладающее поведение в спорте: что выводит из равновесия и как его снова обрести // Клиническая и специальная психология. 2016. Т. 5. № 2. С. 1-22.
9. Квитчастый А.В. и др. Оптимальное переживание в спорте: валидизация русской версии диспозиционной шкалы состояния потока // Актуальные проблемы психологического знания. 2017. №. 3. С. 33-44.
10. Ловягина, А.Е., Хвацкая, Е.Е. Ленинградская - Санкт-петербургская научная школа спортивной психологии от истоков до наших дней часть 1. Развитие спортивной психологии в Ленинграде // Вестник спортивной науки. 2021. № 1. С. 74-78.
11. Мильман В.Э. Психическая надежность спортсменов / В.Л. Марищук, Ю.М. Блудов, В.А. Плахтиенко, Л.К. Серова. Методики психодиагностики в спорте. М., 1990. С. 123-125.
12. Помелов В.Б. Вятский уроженец А.Ц. Пуни – основоположник спортивной психологии // Символ науки. 2017. Т. 2. №. 1. С. 208-212.
13. Пономаренко В.А. Профессия – психолог труда. М., 2022.

14. Пуни А.Ц. К вопросу о формировании представлений о движениях. // Вопросы психологии. 1960. №. 5. С. 17.
15. Пуни А.Ц. О чувственных и логических компонентах двигательной деятельности спортсмена // Материалы совещаний по психологии: сб. науч. работ. 1957. Т. 1. С. 5-7.
16. Пуни А.Ц. Об активной роли представлений в процессе овладения двигательными навыками // Теория и практика физ. культуры. 1947. Т. 9. С. 417-423.
17. Пуни А.Ц. О волевых качествах и их развитии в процессе спортивной тренировки // Международная научно-методическая конференция по проблемам спортивной тренировки. Пленарное заседание. Доклады. М., 1962.
18. Пуни А. Ц. Очерки психологии спорта: учебно-методическое пособие для вузов. М., 1959.
19. Пуни А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте. М., 1969.
20. Пуни А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте. Л., 1977.
21. Пуни А. Ц. Проблема личности в психологии спорта. – 1980.
22. Пуни А.Ц. Психология спорта. Докторская диссертация. Л., 1952.
23. Пуни А.Ц., Петрович В.К. Процесс сосредоточения при непосредственной подготовке к исполнению упражнений в соревновании // Вопросы психологии. 1965. № 2.
24. Савинкина, А.О., Байковский Ю.В. Проблема предстартовых состояний в отечественных и зарубежных работах // Спортивный психолог. 2017. № 3. Т. 46. С. 37-42.
25. Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры. Докторская диссертация. СПб., 1999.
26. Стамбулова Н.Б., Хвацкая Е.Е., Черемных А.Д., Ильина Н.Е. Кризисы спортивной карьеры // Теория и практика физической культуры. 1997. № 10. С. 13.
27. Хвацкая Е.Е. Психологическое сопровождение спортивного резерва: методологическая основа и принципы. Научно-педагогические школы Университета. 2022. № 7. С. 70-77.
28. Хвацкая Е.Е., Ильина Н.Л. Ретроспективный подход в исследовании «Двойной» карьеры у спортсменов // Спортивный психолог. 2018. № 1. Т. 48. С. 45-48.
29. Bertollo M. et al. Advancements in mental skills training. Oxfordshire, UK: Routledge, 2021.
30. Hardy L., Parfitt G. A catastrophe model of anxiety and performance //British journal of psychology. 1991. Т. 82. №. 2. С. 163-178.
31. Morris T., Spittle M., Watt A. P. Imagery in sport. Human Kinetics, 2005.
32. Ruiz M.C., Raglin J.S., Hanin Y.L. The individual zones of optimal functioning (IZOF) model (1978–2014): Historical overview of its development and use // International Journal of Sport and Exercise Psychology. 2017. Т. 15. №. 1. С. 41-63.
33. Wolpe J. Psychotherapy by reciprocal inhibition. Stanford: Stanford University Press, 1958.

AVKSENTIY TSEZAREVICH PUNI AND HIS LEGACY IN PSYCHOLOGICAL SCIENCE AND PRACTICE**Bochaver K.A.¹, Khvatskaya E.E.²**¹Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow²Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg**Abstract**

The article describes the life path, professional formation, ideas and scientific legacy of A.C. Puni. A Red Army soldier who passed the Civil War and World War II, he launched the development of an entire branch of Soviet science – the psychology of sport and exercise, founding the strongest Leningrad scientific school. The article examines in detail the main directions of his work and achievements in the field of physical therapy, sport psychology, the organization of the department, the creation of a scientific school. Among his students are the most famous sports psychologists in our country and in the entire world scientific community. Despite the seemingly narrowly professional nature of his empirical research, the colossal erudition of A.C. Puni and the generalization of knowledge about the psychology of training and competitive activity, volitional training and personality of an athlete make his work not only interesting and relevant a considerable time after publication, but can also make a significant contribution to other branches of psychology. Thus, the general principles of preparation for decisive competitions, the idea of a state of "combat readiness" (optimal state), ways to preserve mental freshness and many other findings and conclusions allow us to fully rely on the experience of A.C. Puni and his scientific school when working in line with military and extreme psychology, ergonomics and labor psychology, psychotherapy and prevention.

Keywords

Leningrad School of Sport Psychology, scientific school, sport psychology, A.C. Puni, rehabilitation, sport, exercise, physical education