

NHÀ TÂM LÝ HỌC THỂ THAO

ThS. Trần Thị Kim Hương⁽¹⁾, ThS. Trần Thế Anh⁽²⁾, ThS. Nguyễn Phước Trọng⁽²⁾

⁽¹⁾Trường Đại học Thể dục Thể thao TP.HCM, ⁽²⁾Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Một nhà tâm lý học là một cá nhân đã hoàn thành chương trình đào tạo sau đại học và được cấp phép hành nghề tại một số bang ở Mỹ, những người có bằng thạc sĩ có thể trở thành nhà tâm lý học được nhà nước cấp giấy phép, trong khi ở những nơi khác đòi hỏi phải có học vị Tiến sĩ mới được nhà nước cấp giấy phép hành nghề. Một nhà tâm lý thể thao có chuyên môn trong các lĩnh vực sau đây:

- + Nâng cao hiệu suất thông qua việc sử dụng kỹ năng tâm lý.
- + Các vấn đề cụ thể ảnh hưởng đến tâm lý của các vận động viên.
- + Làm việc với các tổ chức, hệ thống có mặt trong các môi trường thể thao.
- + Xã hội và phát triển các yếu tố ảnh hưởng đến sự tham gia thể thao.

Trong khi tâm lý học thể thao được công nhận là một lĩnh vực cụ thể, nhưng nó không phải là một trong các lĩnh vực truyền thống của hoạt động thực hành do các chương trình sau đại học chuyên ngành tâm lý học. Chẳng hạn: trong khi người ta có thể đạt được một tấm bằng tâm lý học loại ưu khi tốt nghiệp với một nghiên cứu về trẻ em lang thang... nhưng như vậy chưa thể nói họ biết rõ về tâm lý học thể thao. Mặc dù nhiều nhà tâm lý học có mở các khóa học ngắn hạn về tâm lý học thể thao, song cơ hội để sinh viên mới tốt nghiệp ra trường có được việc làm trong ngành này là ít.

2. NHỮNG THÔNG TIN QUAN TRỌNG LÀ CẦN THIẾT

Hiện nay, không có sự ủy quyền nào ngoài giấy phép được cấp để thực hành tâm lý học thể thao. Về đạo lý và thực tế cho thấy, bạn cần phải có sự thành thạo trong chuyên môn được đề cập ở trên. Chuyên ngành tâm lý học thực hành thể thao là 01 bộ phận của hiệp hội tâm lý học Mỹ gần đây đã đệ trình một đề nghị cho thành lập một thang phân loại để CRSPPP (*Ủy ban công nhận các nghiên cứu đặc biệt có ích và thành thạo trong tâm lý học chuyên nghiệp*) qua đó các cá nhân cung cấp dịch vụ tâm lý học thể thao sẽ phải tuân thủ các tiêu chuẩn đặt ra trong thang này. Nếu không, họ sẽ có nguy cơ bị vi phạm các hướng dẫn về đạo đức mà có thể dẫn đến việc đình chỉ hoặc chấm dứt giấy phép hành nghề.

Mặc dù công nhận là không cần thiết, nhưng điều đó không có nghĩa là không có lợi để trở thành một nhà tâm lý học thể thao chân chính. Có nhiều tổ chức được cấp giấy phép hành nghề cá nhân. Trong đó, có uy tín nhất của các tổ chức này là hiệp hội vì sự tiến bộ của thể thao tâm lý học ứng dụng (AAASP). Với tư cách một chuyên gia tư vấn chứng nhận, AAASP xác nhận và đưa vào danh sách các nhà tâm lý thực hành thể thao được ủy ban Olympic Mỹ (USOC) công nhận. Đây là một danh sách các cá nhân được phê duyệt để làm việc với các vận động viên Olympic và các đội tuyển quốc gia. Để biết thêm thông tin, bạn nên truy cập vào trang web AAASP.

3. LÀM THẾ NÀO ĐỂ BẠN TRỞ THÀNH MỘT NHÀ TÂM LÝ HỌC THỂ THAO

Hai vấn đề cơ bản và cần thiết để làm bất cứ điều gì trong cuộc sống là: giáo dục và kinh nghiệm. Điều này hoàn toàn đúng khi muốn trở thành một nhà tâm lý học thể thao.

3.1. Giáo dục

Các cơ hội học tập để làm việc như một nhà tâm lý học thể thao còn rất ít. Cách tốt nhất để được tiếp nhận vào học chương trình sau đại học hàng đầu trong tương lai, đó là đi đến một trường học đúng chuyên ngành tâm lý để tiếp thu 01 vốn tri thức tâm lý cơ bản và 01 số kinh nghiệm trong lĩnh vực này. Nếu trường của bạn không có một khoa hay bộ môn tâm lý học thể thao lớn, chúng tôi khuyên bạn nên từ bỏ và tìm vào 01 trường có bộ môn tâm lý học thể thao lớn và cố gắng học để có được kinh nghiệm, tuy nhiên đó là khi bạn có thể.

Một số chương trình sau đại học về tâm lý học cung cấp học vị thạc sỹ tâm lý học thể thao. Để xem một danh sách các bạn có thể muốn xem xét mua danh mục các chương trình tốt nghiệp trong ứng dụng tâm lý học thể thao của Michael Sachs.

Nếu bạn đang học trong một chương trình sau đại học tại một trường cung cấp chỉ là một quá trình tâm lý học thể thao giới thiệu, nhưng nó chưa là cái thực sự mà bạn quan tâm, chúng tôi khuyên bạn nên nói chuyện với lãnh đạo bộ môn của bạn đang học. Hãy hỏi nếu có bất kỳ lớp học nghiên cứu độc lập hoặc các lớp học nghiên cứu độc lập mà bạn có thể làm để đạt được kiến thức hơn nữa ở lĩnh vực này. Các lớp nghiên cứu độc lập là đặc biệt hữu ích, vì nó sẽ mang lại cho bạn tiếp xúc trực tiếp với các vận động viên cho các mục đích của nâng cao hiệu quả thi đấu.

3.2. Kinh nghiệm:

Có lẽ một trong những điều khó khăn nhất trong lĩnh vực tâm lý học thể dục thể thao là tiếp xúc trực tiếp với các vận động viên. Bạn nên làm việc cùng với một người giám sát, một chuyên gia trong tâm lý học thể thao và một số VĐV để bạn có thể làm việc cùng họ.

Có nhiều cách khác nhau để tiếp nhận được kinh nghiệm. Một trong số cách đó, là đáp ứng nhu cầu với giám đốc thể thao hoặc trợ lý của họ, để tìm huấn luyện viên người luôn sẵn sàng hỗ trợ bạn. Một số trang web có cung cấp chương trình đào tạo tâm lý học thể thao như là một phần của chương trình giảng dạy chính thức của họ

Nhiều vận động viên chuyên nghiệp và các đội thể thao đã nhận ra giá trị của tâm lý học thể thao và thường xuyên sử dụng dịch vụ của các công ty môi giới. Tuy nhiên, họ cũng có xu hướng sử dụng cá nhân nhà tâm lý không qua công ty cũng được áp dụng rộng rãi. Khi bạn bắt đầu ra làm việc hãy tiếp xúc với các vận động viên nghiệp dư và phụ tá ở các trường đại học thì bạn sẽ có được kinh nghiệm tốt. Ngoài ra, sử dụng việc ghi chép là một cách tuyệt vời để phát triển kinh nghiệm bổ sung, nói cho người khác về những thành tích và các lĩnh vực chuyên môn của bạn.