

УКД 159.9

Эмоциональный интеллект тренеров как фактор успешной мотивации клиентов фитнес-индустрии

Подольский Артем Владимирович

Аспирант,
Омская гуманитарная академия,
644105, Российская Федерация, Омск, ул. 4-я Челюскинцев, 2-а;
e-mail: artem.podolskij.93@mail.ru

Аннотация

Статья посвящена исследованию взаимосвязи эмоционального интеллекта тренеров фитнес-индустрии с феноменом их профессионального выгорания. Подчеркивается негативное влияние выгорания на мотивацию клиентов и качество услуг. Эмпирическую базу составило психодиагностическое тестирование 15 тренеров (30-45 лет), направленное на оценку уровня стресса и утомления. Результаты свидетельствуют о преобладании низкой и умеренной степени выраженности негативных состояний, подтверждают наличие устойчивого переутомления. В работе предложен комплексный подход к решению проблемы, включающий разработку программ психологической коррекции эмоционального интеллекта для тренеров и оптимизацию управления для предпринимателей отрасли. Отдельное внимание уделяется анализу государственных программ поддержки предпринимательства и их роли в создании благоприятных условий для функционирования фитнес-индустрии. Делается вывод о необходимости организационных и психологических мер для снижения профессионального выгорания.

Для цитирования в научных исследованиях

Подольский А.В. Эмоциональный интеллект тренеров как фактор успешной мотивации клиентов фитнес-индустрии // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2025. Т. 14. № 7А. С. 42-49.

Ключевые слова

Эмоциональный интеллект, профессиональное выгорание, фитнес-тренеры, новаторство, мотивация.

Введение

Проблематика исследования эмоционального интеллекта обладает тесной взаимосвязью с феноменом профессионального выгорания, оказывающего негативное влияние на уровень мотивации клиентов. При этом развитие выгорания связано с комплексом факторов, включающих внутренние (личностные характеристики) и внешние (организационно-трудовые условия) детерминанты. Несмотря на то, что роль эмоционального интеллекта в профессиональной деятельности рассматривается в положительном аспекте, необходимо констатировать, что исследований относительно тренеров-инструкторов, работающих в фитнес-индустрии недостаточно [Леднев, 2019].

Основная часть

Эмоциональный интеллект основывается на навыках, позволяющих считывать и распознавать эмоции других людей, намерения, мотивы, необходимые каждому человеку, особенно тем, кто постоянно общается с людьми, что предполагает развитие эмпатии, эмоционально-волевой саморегуляции и социальной восприимчивости, а также в совокупности формирует основу для конструктивного взаимодействия. Персонифицированный подход и эмоциональная вовлеченность тренера становятся дифференцирующими факторами, определяющими лояльность клиентов и долгосрочную устойчивость бизнеса. Конструктивное управление эмоциональными ресурсами направлено не только предотвращение профессионального выгорания, но и создание дополнительной потребительской ценности, трансформируя стандартные услуги в комплексный опыт, ориентированный на глубокое понимание запросов и ожиданий клиентов [Бодров, 2022].

В рамках настоящего исследования было проведено психодиагностическое тестирование, в котором приняли участие 15 тренеров в возрасте от 30 до 45 лет. Целью работы явилось изучение особенностей эмоционального напряжения, стрессовой нагрузки и состояния утомления у данной профессиональной группы. В соответствии с поставленной целью решались следующие задачи: диагностика уровня эмоционального интеллекта тренеров, идентификация стресс-факторов в их профессиональной деятельности, а также разработка рекомендаций по повышению качества предоставляемых услуг [Леднев, Братков, 2019].

Таблица 1 – Анализ исследования

Степень выраженности состояния	Индекс утомления	Индекс монотонности	Индекс пресыщения	Индекс стресса
Низкая	50%	37%	54%	17%
Умеренная	40%	50%	38%	86%
Выраженная	-	18%	9%	-
Высокая	-	-	-	-

Согласно данным, представленным в табл. 1, степень выраженности состояния находится в зоне либо низкой, либо умеренной степени. Полученные результаты указывают на наличие у респондентов выраженных ощущений усталости и переутомления. Таким образом, в целях повышения мотивационного взаимодействия в фитнес-индустрии представляется необходимым реализовать комплексный подход.

Во-первых, разработку и внедрение программ коррекции эмоционального интеллекта для тренерского состава, нацеленных на развитие адаптивных компонентов эмоционального интеллекта, таких как эмпатия и саморегуляция, и одновременную редукцию его деструктивных аспектов.

Во-вторых, создание специализированных психологических программ для предпринимателей в данной отрасли, ориентированных на оптимизацию организационной структуры и распределения нагрузки, позволяющих снизить уровень профессионального выгорания тренеров и опосредованно повышающих качество сервиса, а следовательно, и устойчивую мотивацию клиентов.

Фитнес-индустрия сталкивается с целым рядом проблем: несовершенство налогово-бюджетной и кредитно-денежной политик, отсутствие значительных льгот для предпринимателей, низкий уровень помощи со стороны государства и многие другие. Кроме того, текущие проблемы приобретают все более острый характер ввиду усиления экономических санкций в отношении нашей страны, оказывающих негативное воздействие на макроэкономические показатели страны [Водопьянова, 2021].

Проанализировав различные точки зрения относительно предпринимательства в фитнес-индустрии, принято выделять следующие общие черты, присущие данному понятию:

1. Риск и ответственность, внедрение нового товара на рынок не всегда подразумевает извлечение прибыли и ведет к определенному риску. Существует большое количество факторов, влияющих на то, как рынок воспримет новый товар, для того, чтобы снизить степень рискованности, необходимо проанализировать всевозможные варианты и выбрать наиболее перспективный из них;

2. Инициатива, прежде всего, связанная с использованием научных знаний, поиском новых вариантов для извлечения прибыли;

3. Неординарное использование факторов производства, их комбинирование, где главной целью является поиск оптимальных способов расходования факторов производства для увеличения прибыли и снижения издержек;

4. Новаторство, которое проявляется в практическом использовании новых технологий в процессе предпринимательской деятельности, новых идей и способов выполнения старых задач [Бодров, 2022].

Далее рассмотрим государственное регулирование в фитнес-индустрии.

Государственное регулирование предпринимательской деятельности осуществляется в соответствии с принципами, закрепленными законодательно: законность, целесообразность, независимость и взаимная ответственность.

Принцип законности выступает одним из основополагающих правовых принципов, распространяющихся на все формы правового регулирования. Законность государственного регулирования предпринимательства, в первую очередь, означает, что все меры, принятые государством, соответствуют действующему законодательству. Стоит отметить, что для соблюдения данного принципа необходим высокий уровень исполнения правовых норм всеми субъектами [Полякова, Юдина, 2019].

Принцип законности играет одну из важнейших ролей в функционировании не только предпринимательской деятельности, но и государства. В свою очередь, целью принципа выступает создание препятствий нарушениям правовых норм, применяется только в том случае, когда необходимо решить какие-либо возникающие в сфере предпринимательства проблемы.

Принцип взаимной ответственности подразумевает ответственность государства и хозяйствующих субъектов. Государство юридически является основным субъектом

обеспечения безопасности предпринимательства, осуществляет свои функции посредством соответствующих органов.

Прямые методы государственного регулирования связаны с использованием административных средств воздействия на экономические отношения. Данные средства воздействуют непосредственным образом на регулируемые отношения и поведение соответствующих субъектов. Основной целью косвенных методов государственного регулирования является стимулирование процесса развития предпринимательства, то есть создание благоприятной внешней среды для ведения предпринимательской деятельности, а также стимулирование должного поведения субъектов [Леднев, 2019].

В современной России сфера предпринимательства регулируется Предпринимательским правом, определение предпринимательской деятельности содержится в статье 2 Гражданского Кодекса РФ, согласно которой «предпринимательской является самостоятельная, осуществляемая на свой риск деятельность, направленная на систематическое получение, прибыли от использования имущества, продажи товаров, выполнения работ или оказания услуг лицами, зарегистрированными в этом качестве в установленном законом порядке».

Особое внимание следует уделить понятию «деятельность», отделяющее предпринимательство от, допустим, осуществления каких-либо разовых сделок, то есть подразумевающее, что предпринимательству присуще неоднократное получение прибыли [Довжик и др., 2021], и свидетельствующее о том, что не каждое учреждение в нашей стране относится к тому, которое осуществляет предпринимательскую деятельность. О наличии признаков предпринимательской деятельности указывают, в частности, следующие факты: изготовление или приобретение имущества с целью последующего извлечения прибыли от его использования или реализации; хозяйственный учет операций, связанных с осуществлением сделок; взаимосвязанность всех совершенных в определенный период времени сделок; устойчивые связи с продавцами, покупателями, прочими контрагентами. Предпринимательский риск заключается в вероятности наступления событий, в результате которых продолжать данную деятельность станет невозможно.

На сегодняшний день гарантии предпринимательской деятельности в России обеспечивают положения, прописанные в Конституции страны. Согласно статье 35, «каждый вправе иметь имущество в собственности, владеть, пользоваться и распоряжаться им как единолично, так и совместно с другими лицами». В данном случае термин «собственность» занимает особое место и понимается как форма хозяйствования, также стоит отметить, что некоторые статьи Конституции обеспечивают единое экономическое пространство на территории страны.

Одним из важнейших принципов предпринимательской деятельности в нашей стране является самостоятельность, подразумевающая, что предприятие самостоятельно занимается заключением контрактов с поставщиками и покупателями, опираясь при этом на имеющиеся в их распоряжении данные о текущем положении на рынке. Тем не менее, подобная самостоятельность не может быть полностью безграничной и подразумевает контроль и регулирование со стороны государственной власти [Водопьянова, 2021].

В условиях рыночных отношений государство воздействует на экономику через кредитование и налоговую систему, политику цен, не допускает возникновения монополий и недобросовестной конкуренции на рынке. Однако установленные государством нормы нередко нарушаются как предпринимателями, так и самим государством. Очевидно, что подобное развитие событий приводит к нарушению прав и законных интересов предприятий, в связи с этим первостепенную роль в таких ситуациях играют нормативные положения, установленные

Гражданским кодексом Российской Федерации. К примеру, любое вмешательство в хозяйственную деятельность предприятия периодически приводит к «возмещению убытков; взысканию неустойки; компенсации морального вреда; признанию недействительным акта государственного органа или органа местного самоуправления» и так далее.

Согласно данным отраслевого анализа, наиболее экономически устойчивые и значимые для национального рынка компании фитнес-индустрии демонстрируют минимальную активность во внедрении технологических инноваций. В настоящее время лишь 5-7% игроков рынка используют инновационные решения, при этом в России реализуется широкий спектр федеральных и региональных программ, направленных на развитие и поддержку предпринимательства, в том числе доступных и для фитнес-индустрии [Бочавер, Бондарев, Довжик, 2023].

Низкая активность фитнес-компаний во внедрении технологических инноваций косвенно свидетельствует о недостаточном внимании к проблемам персонала, включая профессиональное выгорание тренеров. Отсутствие технологических решений для мониторинга психоэмоционального состояния сотрудников и автоматизации операций повышает риск эмоционального истощения, как одного из компонентов профессионального выгорания, поскольку тренеры вынуждены выполнять повышенный объем рутинных задач вместо концентрации на клиентоориентированной деятельности, требующей эмоционального интеллекта.

Особый интерес вызывает создание акционерного общества «Корпорация «МСП», появившееся в соответствии с Указом Президента Российской Федерации «О мерах по дальнейшему развитию малого и среднего предпринимательства» в 2015 году. Её создание направлено на оказание финансовой, юридической, методологической и иной поддержки субъектам малого и среднего предпринимательства; привлечение средств со стороны не только российских, но и зарубежных организаций для поддержки предпринимательства; обеспечение взаимодействия с органами государственной власти и многое другое. Таким образом, «Корпорация «МСП» выступает системным интегратором мер поддержки малого и среднего предпринимательства [Леднев, Братков, 2019], следует отметить, что в состав акционерного общества входит «МСП Банк», его деятельность также направлена на поддержку предпринимателей, которая осуществляется по двухуровневой системе, через банки-партнеры и организации инфраструктуры (к примеру, лизинговые и микрофинансовые организации).

Также наше государство, опираясь на опыт развитых стран, занимается поддержкой предприятий в научно-технической сфере, к таковым относится «Фонд содействия развитию малых форм предприятий в научно-технической сфере», который был образован в 1994 году. Финансовая поддержка направлена, прежде всего, молодым инноваторам и предприятиям, занимающимся в сфере высокотехнологичных разработок. За все время существования фонд заключил более 13 тыс. контрактов на выполнение НИОКР, поддержал более 12 тыс. молодых инноваторов и создал около 4,5 тыс. стартапов. На данный момент фонд имеет представительство почти во всех регионах на территории Российской Федерации.

Тем не менее, следует констатировать, что практическая реализация большинства указанных программ не привела к достижению заявленных целей. Данная ситуация детерминирована, главным образом, недостаточной конкретностью предлагаемых мер, а также отсутствием репрезентативных данных об эффективности ранее реализованных инициатив. Несмотря на это, активность государственных органов в данном направлении свидетельствует о признании его приоритетности и продолжении поиска действенных механизмов поддержки [Леднев, 2017].

Детерминантой успешности коммерческой деятельности в фитнес-индустрии выступает генерация устойчивой потребительской ценности через портфель предлагаемых продуктов и услуг. Анализируемыми критериями данной ценности выступают релевантность, полезность и эффективность, находящие своё выражение в следующих корреляционных зависимостях: актуальность (релевантность) устанавливает соответствие между выявленными потребностями и сформулированными целями проекта; полезность измеряет взаимодействие между этими потребностями и достигаемыми группами; эффективность верифицирует степень достижения показателей через соотношение планируемых и фактических результатов.

При оценке успеха (внешних объектов) используются критерии качества и приемлемости выгод для заинтересованных сторон, а также общей эффективности. Однако эти критерии больше похожи на внешние, в связи с тем, что они требуют входных данных, таких как финансовые, человеческие и материальные средства, но с учетом экономических внешних эффектов, связанных с проектом, в данном случае уместен и многокритериальный анализ [Водопьянова, 2021]. На эмоциональный интеллект тренера влияют внешние условия труда, заработная плата, современного заинтересованного тренера отличает наличие таких черт, как риск, ответственность, инициатива и новаторство.

Заключение

Специфика деятельности тренера-инструктора фитнес-клубов, требующая поддержания интенсивного взаимодействия с клиентами и необходимости проявления индивидуального подхода в соответствии с запросами, периодически приводит к возникновению профессионального выгорания, что обуславливает высокую значимость развития эмоционального интеллекта и навыков саморегуляции как значимых компетенций для обеспечения психологической устойчивости и долгосрочной профессиональной деятельности.

Библиография

1. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса / В. А. Бодров // Психологический журнал. 2022. Т. 27. № 2. С. 113–122.
2. Бочавер К. А. Психологическая диагностика в спорте: учебное пособие / К. А. Бочавер, Д. В. Бондарев, Л. М. Довжик. Москва: Спорт, 2023. 232 с.
3. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. Санкт-Петербург: Питер, 2021. 336 с.
4. Довжик Л. М. Выгорание спортивного тренера: угроза профессиональной успешности, ментальному здоровью и благополучию / Л. М. Довжик, К. А. Бочавер, С. И. Резниченко, Д. В. Бондарев // Клиническая и специальная психология. 2021. Т. 10. № 4. С. 24–47. DOI: 10.17759/cpse.2021100402
5. Леднев В. А. Индустрия спорта: обучение предпринимательству и менеджменту / В. А. Леднев // Современная конкуренция. 2017. Т. 11. № 4 (64). С. 112–125.
6. Леднев В. А. Спорт и бизнес: формы успешного взаимодействия / В. А. Леднев // Вестник РМОУ. 2019. № 3 (32). С. 45–51.
7. Леднев В. А. Спортивные клубы: типология и потенциал развития / В. А. Леднев // Вестник РМОУ. 2019. № 4 (33). С. 60–67.
8. Леднев В. А. Предпринимательство в индустрии спорта: возможности, ожидания и результаты / В. А. Леднев, К. И. Братков // Современная конкуренция. 2019. Т. 13. № 1 (73). С. 98–110.
9. Малкин В. Р. Эмоциональный интеллект тренеров и студентов института физической культуры / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева, Я. А. Бредихина // Теория и практика физической культуры. 2022. № 11. С. 20–22.
10. Полякова Т. А. Проявление синдрома эмоционального выгорания в деятельности тренера / Т. А. Полякова, Р. Н. Юдина // Вестник ПГГПУ. 2019. № 1. С. 220–226.
11. Kubayi A. Burnout and paths to turnover intentions among south African sport coaches / A. Kubayi // Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine. 2023. Vol. 7. № 2. P. 43–47. DOI: 10.26773/mjssm.180907

Emotional Intelligence of Trainers as a Factor of Successful Client Motivation in the Fitness Industry

Artem V. Podol'skii

Graduate Student,
Omsk Humanitarian Academy,
644105, 2-a, 4-ya Chelyuskintsev str., Omsk, Russian Federation;
e-mail: artem.podolskij.93@mail.ru

Abstract

The article examines the relationship between the emotional intelligence of fitness industry trainers and the phenomenon of their professional burnout. The negative impact of burnout on client motivation and service quality is emphasized. The empirical basis consisted of psychodiagnostic testing of 15 trainers (aged 30-45), aimed at assessing the level of stress and fatigue. The results indicate a predominance of low and moderate severity of negative states, confirming the presence of persistent overwork. The paper proposes a comprehensive approach to solving the problem, including the development of psychological correction programs for trainers' emotional intelligence and management optimization for industry entrepreneurs. Special attention is paid to the analysis of state support programs for entrepreneurship and their role in creating favorable conditions for the functioning of the fitness industry. It is concluded that organizational and psychological measures are necessary to reduce professional burnout.

For citation

Podol'skii A.V. (2025) Emotsional'nyy intellekt trenerov kak faktor uspeshnoy motivatsii klientov fitnes-industrii [Emotional Intelligence of Trainers as a Factor of Successful Client Motivation in the Fitness Industry]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 14 (7A), pp. 42-49.

Keywords

Emotional intelligence, professional burnout, fitness trainers, innovation, motivation.

References

1. Bodrov V. A. The problem of overcoming stress / V. A. Bodrov // *Psychological Journal*. 2022. Vol. 27. No. 2. pp. 113-122.
2. Bochaver K. A. Psychological diagnostics in sports: a textbook / K. A. Bochaver, D. V. Bondarev, L. M. Dovzhik. Moscow: Sport, 2023. 232 p.
3. Vodopyanova N. E. Psychodiagnosics of stress / N. E. Vodopyanova. St. Petersburg: Peter, 2021. 336 p.
4. Dovzhik L. M. Burnout of a sports coach: a threat to professional success, mental health and well-being / L. M. Dovzhik, K. A. Bochaver, S. I. Reznichenko, D. V. Bondarev // *Clinical and special psychology*. 2021. Vol. 10. No. 4. pp. 24-47. DOI: 10.17759/cpse.2021100402
5. Lednev V. A. The sports industry: teaching entrepreneurship and management / V. A. Lednev // *Modern competition*. 2017. Vol. 11. No. 4 (64). pp. 112-125.
6. Lednev V. A. Sport and business: forms of successful interaction / V. A. Lednev // *Bulletin of the RIOU*. 2019. No. 3 (32). pp. 45-51.
7. Lednev V. A. Sports clubs: typology and development potential / V. A. Lednev // *Bulletin of the RIOU*. 2019. No. 4 (33). pp. 60-67.

-
8. Lednev V. A. Entrepreneurship in the sports industry: opportunities, expectations and results / V. A. Lednev, K. I. Bratkov // *Modern competition*. 2019. Vol. 13. No. 1 (73). pp. 98-110.
 9. Malkin V. R. Emotional intelligence of trainers and students of the Institute of Physical Culture / V. R. Malkin, L. N. Rogaleva, Ya. A. Bredikhina // *Theory and practice of physical culture*. 2022. No. 11. pp. 20-22.
 10. Polyakova T. A. Manifestation of emotional burnout syndrome in coach's activity / T. A. Polyakova, R.N. Yudina // *Bulletin of the PGGPU*. 2019. No. 1. pp. 220-226.
 11. Kubayi A. Emotional burnout and ways to change coaches among athletes in South Africa / A. Kubayi // *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*. 2023. Volume 7. No. 2. pp. 43-47. DOI: 10.26773/mjssm.180907