

Особенности мотивации спортсменов командных и индивидуальных видов спорта

С.А. КУЗНЕЦОВ

*аспирант кафедры психологии управления
Московского городского психолого-педагогического университета*

Статья представляет собой описание исследования особенностей структуры спортивной мотивации спортсменов, занимающихся командными и индивидуальными видами спорта. В статье излагается программа эмпирического исследования, излагаются и обсуждаются полученные в его ходе эмпирические данные, определяются основные направления дальнейшей разработки проблематики.

Ключевые слова: спортивная мотивация, ценностные ориентации, направленность личности, командные и индивидуальные виды спорта.

Введение

Проблема спортивной мотивации рассматривается психологами на протяжении не одного десятилетия. Ведь желание заниматься спортом, стремление к вершинам спортивного мастерства, круглогодичные изнуряющие тренировки — все это является своеобразным раздражителем для нервной системы, вызывающим определенные функциональные сдвиги и связанным с субъективным чувством усталости, утомления, психологического дискомфорта. И при всем этом человек не перестает стремиться к спортивным высотам, реализуя явно ресурсозатратную активность.

Если обратиться к истории спорта, становится очевидным, что перед спортсменами во все времена стояла проблема повышения спортивной мотивации. Так как спорт изначально появился как тренировочная деятельность воинов и охотников, логично, что спортивная мотивация формировалась из стремления удов-

летворить основные потребности человека: в безопасности и пропитании. В связи с тем что со временем спорт превратился в отдельный вид деятельности, изменились и особенности спортивной мотивации [9, с. 3].

В научной среде с данной проблематикой косвенно столкнулись еще в рамках первых научных исследований спортивных психологов. Так, например, В.А. Родионов в своей книге «История спортивной психологии» приводит интересный факт, что еще в 1891 году немецкий врач Г. Кольб, проведя исследование гребцов во время гонок на 2000 метров и выяснив особенности преодоления так называемой «мертвой точки», написал: «В конце второй минуты наступает момент, когда человек в обычной жизни при максимальном напряжении перестает действовать» [7, с. 115], а в спортивной, соревновательной ситуации преодолевает этот порог. Таким образом, уже тогда было обращено внимание на особенности спортивной мотивации.

А.Ц. Пуни в очерках психологии спорта подробно описывает эксперимент, проведенный в США и обращенный к проблеме спортивной мотивации. Так, пишет А.Ц. Пуни, еще в 1897 году американский врач Н. Триплет провел эксперимент, который можно отнести в равной степени к области как социальной, так и спортивной психологии. Будучи любителем велосипедного спорта, он обратил внимание, что в парных или групповых состязаниях гонщики показывают более высокий результат [6, с. 6].

Многие отечественные ученые А.Я. Дука, Е.П. Ильин, В.Н. Непопалов, Р.А. Пилюян, А.В. Родионов, В.Ф. Сопов, Г.П. Фураев, Н.А. Худадов разрабатывали проблематику спортивной мотивации. Их исследования в основном затрагивают вопросы материальных потребностей в структуре спортивной мотивации, влияние социально-бытовых потребностей на спортивную деятельность, особенности мотивации спортсменов с различной направленностью личности и т. д. [2; 4; 6 и др.]

Также стоит отметить, что большое число имеющихся исследований зарубежных психологов (М. Валлинг, Дж. Дуда, Дж. Николс и др.) в основном сосредоточены на вопросах общего мотивационного климата в спортивных командах и факторах, которые его обуславливают [8].

Программа эмпирического исследования

Нами было проведено социально-психологическое исследование, посвященное изучению особенностей структуры спортивной мотивации спортсменов, занимающихся командными и индиви-

дуальными видами спорта. Такой ракурс исследования представляется вполне эвристичным, поскольку он позволяет прояснить, насколько командная деятельность (в данном случае, в рамках командных видов спорта) сказывается на формировании структуры спортивной мотивации.

Целью работы является анализ взаимосвязи между особенностями структуры спортивной мотивации и такими психологическими факторами как направленность личности, ценностные ориентации, зависть. Для реализации поставленной цели нами было спланировано и проведено эмпирическое исследование, методологической основой которого выступили следующие теоретические представления.

Во-первых, был осуществлен детальный анализ структурной модели спортивной мотивации достижений, разработанной Р.А. Пилюяном, в которой четко определяется, что структура мотивации достижения спортсменов носит индивидуальный характер и включает побудительные, базисные и процессуальные основания [5].

Во-вторых, при изучении особенностей личности спортсмена в условиях соревнований было выяснено, что деятельность по достижению результата требует от спортсмена знания внешних и внутренних условий, которые приведут к успешному завершению действия.

В-третьих, в результате анализа литературы, посвященной вопросам ценностных ориентаций и, в частности, взаимосвязи ценностных ориентаций и мотивации было показано, что в зависимости от условий индивидуализм и коллективизм по-разному влияют на мотивационную сферу личности.

В-четвертых, был проанализирован вопрос влияния зависти на мотивационную сферу, учитывая, что профессиональная спортивная деятельность сопровождается серьезными эмоциональными переживаниями и потому возникновение чувства зависти у спортсменов — явление далеко не редкое.

В-пятых, были рассмотрены исследования направленности личности и ее связи с характером мотивации у спортсменов: указанная проблематика активно разрабатывается сегодня и посвящена особенностям личностной направленности взрослых спортсменов и юниоров. Однако стоит специально подчеркнуть, что в рамках данных исследований практически отсутствуют разработки, где бы в этом плане сравнивалась структура мотивации спортсменов, занимающихся командными и индивидуальными видами спорта.

В-шестых, в результате многочисленных исследований был сделан вывод: влияние актуального состояния субъекта и состояния ситуации (окружения) обоюдно зависят друг от друга, так как сила внутреннего мотива проявляется больше всего при подкреплении его ситуационным стимулом, по своему содержанию сопряженным с этим мотивом. Говоря о спортивной деятельности, мы сталкиваемся с двумя основными видами ситуаций — тренировочной и соревновательной, каждая из которых по-своему связана со спортивной мотивацией, которая в зависимости от личных особенностей и ситуации может быть либо растущей либо снижающейся [12].

Методы исследования. Для определения особенностей структуры спортивной мотивации в группах мы выбрали опросник, разработанный авторским коллективом под руководством Р.Дж. Валле-

ранда, который был переведен и адаптирован для работы в России в 2010—2011 годах. Опросник позволяет определить особенности структуры по шести компонентам: внутренние мотивы — узнавание нового, получение положительных эмоций, совершенствование собственных навыков и внешние — смещение цели, обостренное чувство долга, социальное одобрение [10, с. 35—53].

Помимо структурных особенностей спортивной мотивации, перед нами стояла задача определить ценностные ориентации спортсменов командных и индивидуальных видов спорта, для чего был выбран опросник «Индивидуализм — коллективизм», позволяющий определить ценностные ориентации, которые носят вариативный характер, так как предпочтение коллективистических или индивидуалистических ценностей тесно связано с актуальным социальным окружением (личностные характеристики, семья, друзья) [3].

Для определения направленности личности спортсменов разных категорий была использована ориентационная анкета Б. Басса, позволяющая выявить направленности на себя, на общение, на дело [13].

Также мы определяли у спортсменов проявление зависти как мотива с помощью переведенного опросника «DES» («Шкала диспозициональной зависти» [11], который позволяет определить уровень этого проявления.

Характеристика выборки. Выборка испытуемых состояла из 160 человек: спортсмены командных видов спорта (футбол, волейбол, баскетбол, хоккей) — 80 человек, спортсмены индивидуальных видов спорта (легкая атлетика, теннис, гольф) — также 80 человек.

Для сравнения полученных результатов по разным категориям спортсменов

была использована процедура сравнительного анализа, был проведен корреляционный анализ для поиска взаимосвязей между различными личностными параметрами (ценностные ориентации, направленность личности и зависть как один из основных мотивов мотивации достижения) и составляющими спортивной мотивации.

Обработка данных осуществлялась с помощью ПО: Microsoft Excel, «Statistica» for Windows.

Результаты эмпирического исследования и их обсуждение

Полученные в ходе исследования результаты продемонстрировали, что рассматриваемые личностные параметры значимо взаимосвязаны с составляющими структуры мотивации спортсменов как индивидуальных, так и командных видов спорта. Соответствующие показатели корреляционного анализа представлены в табл. 1.

Как можно увидеть из данных табл. 1, мотивация на «узнавание нового» значимо положительно коррелирует с направленностью на коллективизм ($r = 0,25$), а мотивация «долженствование» (обостренное чувство долга) — с направленностью на индивидуализм ($r = 0,25$). Объяснение этому может быть следующим: стремление узнавать что-то новое может реализовываться через построение системы социальных связей и взаимоотношений в социальной среде и поддержание этих отношений, например, с референтной группой (избирательность «новостной» и значимой информации, обсуждение и оценки «нового» с представителями своего социального окружения и т. п.). Что касается достаточно высокого уровня положительной корреляционной взаимосвязи мотивации «долженствования» и направленности на индивидуализм, можно объяснить и спецификой социальной среды, в которой существуют и постоянно функционируют профессиональные спортсмены, а именно, установками на результат, на достижение цели, что, в

Таблица 1

Взаимосвязь личностных параметров и видов мотивации

Виды мотивации	Личностные параметры			
	индивидуализм	коллективизм	направленность на себя	направленность на общение
Мотивация на узнавание нового	0.19 *	0.25 **		
Мотивация на саморазвитие	0.23*			
Внешняя мотивация «смещение цели»			0.21 *	
Мотивация долженствования (обостренное чувство долга)	0.25 **	0.21 *		
Мотивация социального одобрения		- 0.29**		- 0.23 *

Примечание. * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$ — уровень статистической значимости.

свою очередь, зависит от индивидуального вклада каждого спортсмена в общий результат игровой команды или сборной.

Отдельного внимания заслуживает рассмотрение отрицательной корреляции между мотивацией социального одобрения и направленностью на коллективизм ($r = -0,29$); а также меньшей по величине отрицательной корреляцией между мотивацией социального одобрения и направленностью на общение ($r = -0,23$). Другими словами, чем выше уровень мотивации социального одобрения, тем ниже уровень направленности на коллективизм и общение.

Данный факт, на наш взгляд, можно также объяснить специфическими условиями социальной среды профессиональных спортсменов. Так, например, логично, что формирование установки на резуль-

тат, на достижение цели (выиграть в соревновании) сопряжено со стремлением продемонстрировать свои, прежде всего, индивидуальные достижения, поскольку они зависят только от самого спортсмена, а не команды в целом. Таким образом, индивидуальный вклад в общий командный результат или нацеленность на индивидуальные личные достижения в профессиональном спорте могут объяснить различия в мотивации спортсменов командных и индивидуальных видов спорта.

Обнаруженные при анализе данных результаты позволили акцентировать внимание на поиске различий в структуре мотивации спортсменов, занимающихся командными и индивидуальными видами спорта. Так, результаты сравнительного анализа (приведены только значимые различия) представлены в табл. 2.

Таблица 2

Сравнительный анализ структуры мотивации у спортсменов индивидуальных и командных видов спорта

Составляющие структуры мотивации	Средние значения (группа: командные виды спорта)	Средние значения (группа: индивидуальные виды спорта)	<i>t</i> -критерий Стьюдента	<i>p</i> (уровень статистической значимости)
Мотивация на саморазвитие	19.27	21.40	-3.12	0.00 *
Мотивация достижения эмоциональных переживаний	19.05	20.62	-2.30	0.02
Мотивация должностования (обостренное чувство долга)	18.33	19.70	-1.99	0.05
Личностная направленность на индивидуализм	32.58	29.23	2.86	0.01
Направленность на семью	26.38	29.62	-3.33	0.00 *
Зависть как основной мотив	13.63	18.97	-7.30	0.00 *

Примечание. 0.00 * уровень статистической значимости $p < 0.001$.

Из данных табл. 2 мы видим, что все составляющие структуры мотивации, а именно, мотивация на саморазвитие, мотивация достижения эмоциональных переживаний, мотивация ответственности (обостренное чувство долга), зависть как основной мотив; а также личностная направленность на семью у спортсменов, занимающихся индивидуальными видами спорта, выше, чем у спортсменов, избравших командные виды. Обнаруженные в рамках данной выборки результаты могут свидетельствовать в пользу представления, что и уровень общей мотивации у спортсменов в индивидуальных видах спорта более высок, нежели у спортсменов командных видов спорта. Однако данное предположение нуждается в дальнейшей эмпирической проверке на более многочисленной выборке испытуемых.

Единственным параметром, который существенно выше у спортсменов, занимающихся командными видами спорта, является направленность на индивидуализм. На наш взгляд, данный факт выглядит вполне логичным, поскольку формируемая с самых ранних этапов профессиональной карьеры мотивация у спортсменов, избравших командные виды спорта, базируется именно на приоритетах общих, коллективных достижений высоких результатов — результатов команды как «единого целого». В этой связи направленность на индивидуализм можно рассматривать как некую особую, специфическую «компенсацию» личности спортсмена, который избрал для себя командный вид спорта.

Заключение

В ходе проведенного исследования были обнаружены определенные психологические закономерности и зависимости, уже как бы сами по себе «задающие» определенные направления дальнейшего развития данной проблематики. Так, например:

выявленные взаимосвязи между некоторыми личностными параметрами и составляющими структуру мотивации (а именно между направленностью личности и основными видами спортивной мотивации) могут помочь в поиске скрытых (внутренних) факторов, обуславливающих успешное формирование мотивации спортсменов;

обнаруженные различия в структуре мотивации и направленности спортсменов, избравших командные и индивидуальные виды спорта, дают основания для разработки рекомендаций тренерам, осуществляющим подготовку профессиональных спортсменов, учитывая саму специфику различных видов спорта.

Таким образом, можно заключить, что настоящее исследование в определенной мере позволяет расширить проблематику изучения вопроса формирования спортивной мотивации. В свою очередь, это может стать основанием для разработки программ, развивающих и поддерживающих положительную мотивацию к занятиям спортом, что, само себе, является наиболее эффективным средством психологической подготовки в такой области профессиональной деятельности, как спорт высших достижений.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Веркса А.Н., Леонов С.В.* Социально-психологические аспекты работы спортивного психолога и тренера с командой // Социальная психология и общество. 2011. № 2.
2. *Дукка А.Я.* Психологические особенности спортсменов-юниоров с различной направленностью личности: Дисс. ... канд. психол. наук. М., 1988.
3. *Жарова Е.Н.* Сравнительный анализ индивидуалистических и коллективистических ценностных ориентаций как социально-психологических характеристик молодежи (на примере урбанизированной и неурбанизированной среды). Дисс. ... канд. психол. наук. М., 2009.
4. *Пилюян Р.А.* Структура мотивации достижения спортсмена // Мотивация спортивной деятельности. М., 1984.
5. *Пилюян Р.А., Фураев Г.П.* Подготовка спортсменов с учетом особенностей их мотивации // Теория и практика физической культуры. 1988. № 3.
6. *Пуни А.Ц.* Очерки психологии спорта. М., 1959.
7. *Родионов В.А.* История спортивной психологии // Системная психология и социология. 2012. № 5.
8. *Duda J.L., Reinboth M.* The motivational climate, perceived ability, and athletes' psychological and physical well-being // The Sport Psychologist. 2004. V. 18.
9. *Lombardo M.P.* On the Evolution of Sport // Evolutionary Psychology. 2012. V. 10.
10. *Pelletier L.G., Fortier M., Vallerand R.J., Briere N.M., Tuson K.M. and Blais M.R.* The sport motivation scale (SMS-28) // Journal of Sport and Exercise Psychology. 1995. V. 17.
11. *Smith R.H., Parrott W.G., Diener E.F., Hoyle R.H. and Kim S.H.* Dispositional Envy Scale [Database record]. 1999. Retrieved from PsycTESTS. doi: 10.1037/t07232-000.
12. <http://psyera.ru/individ-i-situaciya-lokalizaciya-prichinnosti-povedeniya-1048.htm>
13. http://www.psychologos.ru/articles/view/orientacionnaya_anketa_bassa

Features of Motivation in Sportspersons in Team and Individual Sports

S.A. KUZNECOV

PhD student at the Chair of Management Psychology, Moscow State University of Psychology and Education

The paper describes a study on features of sports motivation in persons participating in team and individual sports. It outlines the research program, discusses the data obtained in the study and defines the main directions for further explorations.

Keywords: *sports motivation, value orientation, personality orientation, team and individual sports.*

REFERENCES

1. Veraksa A.N., Leonov S.V. Social'no-psihologicheskie aspekty raboty sportivnogo psihologa i trenera s komandoi // Social'naya psihologiya i obshestvo. 2011. № 2.
2. Dukka A.Ya. Psihologicheskie osobennosti sportsmenov-yuniorov s razlichnoi napravlennost'yu lichnosti: Diss. ... kand. psihol. nauk. M., 1988.
3. Zharova E.N. Sravnitel'nyi analiz individualisticheskikh i kollektivisticheskikh cennostnykh orientacii kak social'no-psihologicheskikh harakteristik molodezhi (na primere urbanizirovannoi i neurbanizirovannoi sredy). Diss. kand. psihol. nauk. M., 2009.
4. Piloyan R.A. Struktura motivacii dostizheniya sportsmena // Motivaciya sportivnoi deyatel'nosti. M., 1984.
5. Piloyan R.A., Furaev G.P. Podgotovka sportsmenov s uchetom osobennostei ih motivacii // Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury. 1988. № 3.
6. Puni A.C. Ocherki psihologii sporta. M., 1959.
7. Rodionov V.A. Istoriya sportivnoi psihologii // Sistemnaya psihologiya i sociologiya. 2012. № 5.
8. Duda J.L., Reinboth M. The motivational climate, perceived ability, and athletes' psychological and physical well-being // The Sport Psychologist. 2004. V. 18.
9. Lombardo M.P. On the Evolution of Sport // Evolutionary Psychology. 2012. V. 10.
10. Pelletier L.G., Fortier M., Vallerand R.J., Briere N.M., Tuson K.M. and Blais M.R. The sport motivation scale (SMS-28) // Journal of Sport and Exercise Psychology. 1995. V. 17.
11. Smith R.H., Parrott W.G., Diener E.F., Hoyle R.H. and Kim S.H. Dispositional Envy Scale [Database record]. 1999. Retrieved from PsycTESTS. doi: 10.1037/t07232-000.
12. <http://psyera.ru/individ-i-situaciya-lokalizaciya-prichinnosti-povedeniya-1048.htm>
13. http://www.psychologos.ru/articles/view/orientacionnaya_anketa_bassa