

УДК 599.0

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХОВ У СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА

К.В. Варыханова¹, Л.В. Косыгина², Т.А. Селезнёва³

Иркутский государственный технический университет,
664074, Россия, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83.

Приведены результаты эмпирического исследования мотивации достижения успеха у студентов технического вуза, занимающихся в команде ИрГТУ по боксу. Установлено, что у большинства студентов-спортсменов мотивация достижения успехов отмечена на высоком уровне, эти спортсмены успешны и в соревновательной деятельности и в учебной. Вместе с тем выявлены не очень высокие показатели мотивации достижения успехов у небольшой группы спортсменов, которые, по нашему мнению, могут быть повышены с помощью психокоррекционных мероприятий, адресованных и самим спортсменам, и их тренерам. Исследование имеет научную и практическую значимость, а результаты могут быть использованы в учебно-воспитательной работе со студентами-спортсменами.

Библиогр. 4 назв.

Ключевые слова: мотивация достижения; мотивация успеха.

FEATURES OF TECHNICAL UNIVERSITY STUDENT-ATHLETES' MANIFESTATION OF MOTIVATION FOR ACHIEVING HEADWAY

K. Varykhanova, L. Kosygina, T. Selezneva
Irkutsk State Technical University,
83 Lermontov Str., Irkutsk, Russia, 664074.

The paper gives the results of theoretical and empirical research of ISTU students boxing team's motivation for achieving headway. The authors have proved that the majority of student-athletes' motivation to achieve success is at the high level, they are successful in competitive and academic activities. However, they reveal not very high motivation for success in the small group of athletes which can be increased by using correctional activities addressed to the athletes and their coaches. The study has scientific and practical importance, the results can be applied in educational work with student-athletes.

References: 4

Keywords: achievement motivation; motivation for success.

Мотивация учебно-спортивной деятельности, по мнению А.Ц. Пуни, опосредована следующими потребностями:

- потребностью в движении;
- потребностью выполнения обязанностей учащихся;
- потребностью в спортивной деятельности.

Это в полной мере может быть отнесено и к студенческой молодёжи, обучающейся в вузе и занимающейся разнообразными видами спортивной деятельности [3]. Б. Дж. Кретти среди мотивов, побуждающих заниматься спортом, выделяет:

- стремление к стрессу и его преодолению;
- стремление к совершенству;
- повышение социального статуса;
- потребность быть членом спортивной команды, группы, частью коллектива;
- получение материальных поощрений.

Следует заметить, что многие авторы связывают спортивные достижения и отношение к занятиям спортом с мотивом достижения. К их числу можно отнести Ю.Ю. Палайма, Е.П. Ильина, Г.Д. Горбунова, Б. Дж. Кретти, Л.П. Дмитриенкову, М.Ш. Магомед-Эминова и др.

¹ Варыханова Клара Викторовна, кандидат биологических наук, доцент кафедры психологии, e-mail: varklar@mail.ru
Varykhanova Klara, Candidate of Biology, Associate Professor of Psychology Department, e-mail: varklar@mail.ru

² Косыгина Людмила Викторовна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры, e-mail: l.kosr@mail.ru

Kosygina Lyudmila, Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Physical Education Department, e-mail: l.kosr@mail.ru

³ Селезнёва Татьяна Андреевна, студентка 4 курса гр. ПС-10, e-mail: allegiancetanyushka@mail.ru
Selezneva Tatiana, a fourth-year student, group PS-10, e-mail: allegiancetanyushka@mail.ru

Мотивы в процессе спортивного совершенствования изменяются, преобразуются под влиянием обстоятельств, других спортсменов, собственных оценок. А.Ц. Пуни установил динамику развития мотивов спортивной деятельности.

1. Начальная стадия занятия спортом. На этой стадии имеет место недостаточная осознанность потребностей, лежащих в их основе. Мотивы, побуждающие к включению в спортивную деятельность, характеризуются:

- диффузностью интересов к физическим упражнениям (подростки начинают заниматься обычно не одним, а несколькими видами спорта, причём часто совсем не теми, в которых они в дальнейшем могут показать своё спортивное мастерство);
- непосредственностью («занимаюсь, потому что люблю физкультуру»);
- связаны с условиями среды, благоприятствующими занятиям данным видом спорта;
- нередко включают элементы долженствования [3].

Общими для мотивов начальной стадии являются такие особенности, как недостаточная осознанность потребностей, лежащих в их основе, нестойкость их, неопределённость и взаимозаменяемость различных способов удовлетворения.

2. Стадия специализации в избранном виде спорта. На этой стадии мотивами спортивной деятельности являются:

- пробуждение и развитие специального интереса к определённому виду спорта;
- проявление способностей к этому виду спорта и стремление к их развитию;
- эмоционально насыщенное переживание спортивного успеха и стремление к его закреплению;
- расширение специальных знаний, совершенствование спортивной техники, приобретение более высокой степени тренированности.

Студенты, пришедшие в вуз, зачастую начинают спортивную деятельность именно с этой стадии. Спортсмен становится лыжником, боксёром, гимнастом. Особого внимания заслуживает стадия спортивного мастерства. При достижении спортсменом этой стадии, прежние мотивы как бы отступают на второй план.

Доминирующим, определяющим поведение спортсмена, становится мотив достижения успеха. Спортсмен испытывает потребность в предельных физических усилиях, в переживании состояния максимальной психической напряженности, в чувстве преодоления соперника, самого себя, а главное, потребность добиться высоких спортивных результатов. В современном спорте высокие спортивные достижения невозможны без высокой социальной мотивации [1].

Деятельность в спорте высших достижений связана с высоким психологическим напряжением, порождаемым несоответствием требований спортивной деятельности возможностям спортсмена и направленным на устранение этого несоответствия. По сравнению с другими видами деятельности, в спорте высокое психическое напряжение принципиально не устранимо, без него невозможно превышение прежних рекордов. Поэтому у спортсменов на стадии высшего спортивного мастерства формируются не только мотивы достижения успеха, но и мотивы избегания неудачи. Любая ситуация, которая актуализирует у спортсмена мотив достижения успеха, одновременно порождает и опасения неудачи. Какой мотив возникает – зависит от субъективных оценок вероятности достижения цели, которые складываются под влиянием соревновательного и жизненного опыта. Таким образом, формируется устойчиво доминирующий тип мотивации деятельности [2].

Спортсмены, у которых доминирует мотив достижения успеха, характеризуются низкой тревожностью, настойчивостью в достижении поставленных целей, уверенностью в правильности своих действий, независимостью, стремлением к соперничеству, постановкой перед собой трудных задач и умением прилагать большие волевые усилия для их решения.

Спортсмены, у которых преобладает мотив избегания неудач, тревожны и неуверенны в себе, склонны сдерживать свою активность в достижении цели, их поведение носит преимущественно оборонительный характер, они чаще защищаются и действуют на контратаках. В спортивных играх можно видеть, как хорошо подготовленная, но очень честолюбивая команда все время ведет контратакующую игру, несмотря на различные атакующие варианты.

Мотив достижения успеха у спортсменов высокой квалификации выражен значительно сильнее, чем мотив избегания неудач. Это способствует высокой продуктивности и устойчивости их деятельности. Сильно выраженная потребность в достижении успеха порождает высокую активность, настойчивость и упорство в достижении поставленных целей [4]. Наличие в мотивации умеренно выраженного стремления к избеганию неудач обуславливает действия спортсменов, направленные на предупреждение возможных неудач, побуждает их тщательно отрабатывать технику упражнений, продумывать и планировать тактику и стратегию соревновательного поведения, собирать информацию о предлагаемых соперниках.

Мотивация достижения и соревновательность касаются не только заключительного результата или стремления к совершенству, они также связаны с психологическим «путешествием» к заключи-

тельному результату или совершенству. Если мы выясним, почему у людей наблюдаются различия в мотивации, и какие факторы способствуют формированию мотивации достижения, то мы сможем оказывать на неё положительное воздействие.

Х. Хеххаузеном были выявлены независимые тенденции: стремление к успеху и стремление избежать неудачи [4]. Н. И. Конюхов определяет мотивацию достижения как выработанный в психике механизм достижения, действующий по формуле: мотив «жажда успеха» – активность – цель – «достижение успеха».

Нами было проведено эмпирическое исследование, направленное на изучение особенностей проявления мотивации достижения у студентов технического вуза, входящих в состав команды по боксу. В нём приняли участие 30 юношей, возраст испытуемых 18–22 лет. Нами были использованы методики: опросник «Диагностика мотивации к достижению успеха» Т. Элерса и опросник «Мотивация успеха и избегания неудач» А.А. Реана.

В результате исследования, у 15 студентов выявлен высокий уровень мотивации к успеху, эти студенты успешны во время соревновательной и учебной деятельности.

У 10 студентов выявлен умеренно высокий уровень мотивации к успеху. При такой мотивации человек, начиная дело, имеет в виду достижение чего-то конструктивного, положительного. В основе активности респондентов лежит надежда на успех и потребность в достижении успеха. Такие студенты уверены в себе, в своих силах, ответственные, инициативны и активны.

Так же выявлен средний уровень мотивации достижения успеха у 5 студентов. Это спортсмены, у которых имеет место тревога, неуверенность, даже робость.

Для спортсменов были разработаны рекомендации. При формировании мотивации достижения успеха используется два метода [1]: *метод опосредованного воздействия*, который включает в себя комплекс мер по коррекции мотивационной сферы у спортсмена; *метод включенной коррекции* – целенаправленная саморегуляция топологических особенностей мотивации спортивной деятельности. Под топологическими особенностями понимается поведение спортсмена в процессе тренировочной деятельности, внутри которой, возникают и изменяются его потребности (стремления, намерения), имеющие определённую направленность, и характеризующие мотивацию поведения. Для коррекции мотивации разрабатываются и внедряются в практику блок-схемы педагогических воздействий. Одной из главных функций, которую должен выполнять тренер или психолог в своей деятельности – это организация совместной деятельности со своим учеником. Спортсмен должен участвовать в обсуждении вопросов предстоящих тренировок, отдыха, вместе необходимо ставить ближайшие и перспективные цели.

Хочется отметить, что управление должно вестись в трех направлениях: конструктивно-организационном, куда входит организация и методика учебно-тренировочного процесса; коммуникативном (управление системой общения); гностическом (планирование учебно-тренировочного процесса на основе прогнозируемого результата) [3].

Тренер – это один из мощных факторов, которые влияют на успешность, результативность деятельности спортсменов. Оптимизм во всех случаях, в любых тренировочных и соревновательных ситуациях; эмоциональный самоконтроль; умение быть гибким и многоплановым в общении со спортсменами, быть в нужный момент и мягким и жестким; искренняя и глубокая вера в ученика, в его способности и возможности достичь большого успеха в спорте – это лишь некоторые из качеств, которыми должен обладать тренер. На каком бы этапе спортивного пути не находился спортсмен, тренеру всегда необходимо ставить перед ним далекие цели, которые в дальнейшем должны осуществляться через серию промежуточных. Для того чтобы сформировать у спортсмена устойчивую мотивацию достижения успеха, психологу и тренеру обязательно надо уделять внимание самоактуализации спортсмена, его совершенствованию себя через спорт. Также нельзя оставлять без внимания факт, что если спортсмен осознает то, для чего он добивается высоких результатов, получает награды, какую пользу он несет для себя, родных и страны в целом, у него в значительной степени уже будет сформировано желание добиваться высоких результатов [1].

Исходя из сделанных выводов, можно дать следующие рекомендации тренеру, педагогу и психологу, которые работают с опрошенными студентами-спортсменами:

1. Для студентов-спортсменов, достигающих больших успехов, наибольшим стимулом вовлечения в поведение достижения являются условия с вероятностью успеха 50 на 50. В данном случае тренеру рекомендуется давать трудное, но вполне выполнимое задание. Спортсмены будут находить вызов в такой ситуации, так как им нравится соревноваться с равными соперниками или выполнять задания, которые не отличаются большой легкостью.

2. Спортсменам, достигающим больших успехов, необходимо давать более соревновательные задания. Тренеру рекомендуется создавать такие условия в процессе тренировки, так как спортсмены предпочитают промежуточный риск и лучше выступают в оцениваемых ситуациях.

3. Иной подход необходим тем студентам-спортсменам, которые не достигают больших успехов. Тренеру необходимо учитывать, что они избегают промежуточного риска и соревновательных заданий, хуже выступают в оцениваемых ситуациях, выбирая либо настолько трудные задания, что они практически обречены на неудачу, либо настолько легкие, что успех в них гарантирован. В этом случае рекомендуется спортсмену давать ориентацию на задание. Она чаще, чем ориентация на результат, приводит к более интенсивной работе, настойчивости перед лицом неудач и оптимальному результату. Тренер может выбирать задания средней трудности или реальные. Необходимо учитывать и то, что все спортсмены индивидуальны, и достижение нужного уровня мотивации у спортсменов – одна из труднейших задач. Поэтому тренер должен знать самые разные методы подхода, как к отдельному спортсмену, так и к команде в целом. Поэтому, считаем, что психологическое сопровождение необходимо для спортсменов и тренера.

Библиографический список

1. Гогунев Е.Н., Мартьянов Б.П. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. – М.: ИЦ «Академия», 2002. – С. 228.
2. Ильин Е.П. Мотивы человека: теории и методы изучения. – Киев: Вища школа, 1998. – 292 с.
3. Пуни А.Ц. Очерки психологии спорта: учебно-методическое пособие для вузов. – М.: Физкультура и спорт, 1959. – 308 с.
4. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения. – СПб.: Речь, 2001. – 99 с.