

ПЕДАГОГИКА

УДК 37.03

Л.Н. Коваль, Е.Н. Алексеева, А.М. Шевченко

К ВОПРОСУ МОТИВАЦИОННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ В СТУДЕНЧЕСКОМ СПОРТЕ

Представлены результаты исследования с использованием методики диагностики мотивации личности на достижение успеха и избегание неудач. Авторы интерпретируют полученные данные и предлагают возможные способы применения их в спортивной практике. Тренерам и преподавателям предложены рекомендации по применению психологических тестов для определения мотивационной направленности личности, при формировании готовности студентов-спортсменов к самореализации в спортивной и профессиональной деятельности.

Ключевые слова: мотивация достижения успеха; мотивация избегания неудач; спортивная практика; исследование.

Высокие стандарты успеха являются значимыми в современном обществе в различных видах деятельности, особенно в спорте. Соответствие таким стандартам достигается адекватным уровнем притязаний и высокой мотивацией достижения успеха [1. С. 269]. Ценностной основой мотивации достижений и высокого уровня притязаний могут быть здоровье, физическое развитие, двигательная подготовленность, общественное признание, морально-волевые качества [2. С. 21]. В нынешних условиях общественного развития особенно актуально формирование мотивационной сферы личности как компонента профессиональной направленности будущего специалиста. Интеллектуальный компонент физической культуры и мотивация студента формируются на учебно-тренировочных занятиях и в условиях спортивного противоборства. Студенческий спорт является неотъемлемой частью профессионально-прикладной физической подготовки в вузе. Планируя участие в соревнованиях, человек предполагает возможный уровень достижений. При сравнении намеченных целей и задач с достигнутыми результатами, сопоставлении желаемого и действительного возникает переживание успеха или неудачи. Таким образом, надежда на победу и боязнь неудач являются составляющими мотивации спортсмена. Первая из них связана с уверенностью в решении поставленных задач и достижении намеченной цели, вторая – с тревожным опасением не оправдать ожиданий, неуверенностью в своих способностях и возможности достижения цели [3]. При этом, с точки зрения отечественной психологической науки, мотивы находятся за целью и часто не осознаются человеком. Формирование преобладания мотивации достижения успеха над мотивацией избегания неудач является важной и сложной психолого-педагогической задачей и требует понимания индивидуальных психологических особенностей студентов-спортсменов.

Еще в 1938 г. Г.А. Мюррей включил в перечень мотивов термин «мотив достижения». Мотивация достижения характеризует личность человека и проявляется, когда его деятельность связана с выполнением определенных социальных требований и норм и может быть подвергнута оценке [4. С. 12–40]. Мотивы, связанные с результатом деятельности, вызваны

удовлетворением потребностей личности в самосовершенствовании, самовыражении и самоутверждении [5. С. 190]. В.Г. Асеев считает, что особенностями положительной и отрицательной мотиваций является их проявление в потребностях и реализации в форме стремления достижения успеха или избегания неудач [6]. Многие исследователи доказывают, что отчетливо выраженное стремление к успеху вполне может сочетаться с не менее сильным страхом неудачи, особенно если она связана для субъекта с какими-либо тяжелыми последствиями. Имеются данные, что между выраженностью стремления к успеху и избегания неудачи может быть положительная корреляция [7. С. 160].

В 1908 г. психологи Роберт Йеркс и Джон Додсон доказали, что для достижения лучших результатов наиболее благоприятным является средний уровень мотивации. Было установлено, что существует ее оптимальный уровень, при котором деятельность выполняется лучше для данного субъекта в определенной ситуации. В ответ на увеличение уровня мотивации повышается уровень активности и напряжения, появляются эмоциональные реакции, ведущие к понижению эффективности в данном виде деятельности. Таким образом, повышение уровня мотивации не всегда приводит к наилучшим результатам. Вместе с тем при легком задании избыточная мотивация не вызывает нарушения поведения, однако такая возможность возникает при тяжелых задачах [8].

Цель нашей научно-исследовательской работы – определение мотивационной направленности личности студентов-спортсменов на достижение успеха и избегание неудач и применение полученных данных на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях. В эксперименте приняли участие 48 юношей и 34 девушки, занимающиеся в спортивных секциях футбола, волейбола и баскетбола Института сервиса, туризма и дизайна (филиал) СКФУ в г. Пятигорске. Для исследования были использованы: опросник «Измерение мотивации достижения» А.А. Реана [9], тесты для диагностики личности на мотивацию к успеху и избеганию неудач Т. Элерса. В исследовании использовались следующие диагностические методики: исследование мотивации избегания неудач Элерса, исследование мотивации достижения успеха Элерса,

исследование личности «Мини-мульт», тест-опросник мотивации аффилиации (ТМА) и методика «Конструктивность мотивации».

Наблюдение за психологическим состоянием студентов, анализ учебно-тренировочного процесса и результатов соревнований мы проводили совместно с тренерами студенческих команд по игровым видам спорта.

Результаты проведенного исследования (рис. 1) показывают, что у 43% юношей и 40% девушек преобладает мотивация к успеху. Студенты с преобладанием мотива достижения успеха уверены в собственных силах и возможностях, готовы реализовать свои способности в спортивной деятельности, могут ставить перед собой и решать наиболее трудные задачи со свойственной им настойчивостью и целеустремленностью. Они способны тренироваться самостоятельно, без внешнего контроля, проявляют сознатель-

ность и активность, готовы к интенсивным физическим нагрузкам для улучшения своей спортивной подготовленности, обладают высоким уровнем развития волевых качеств и, вследствие этого, могут преодолевать препятствия и трудности на пути к цели. Их отличают способность «бороться до конца», проявление положительных эмоций, стремление к риску, адекватное восприятие угрозы, низкая тревожность и наиболее полная реализация своих возможностей в экстремальных условиях соревновательной борьбы. В ходе учебно-тренировочного процесса и соревнований тренеры предлагали таким студентам задания повышенной трудности и в большинстве случаев констатировали их успешное выполнение.

При анализе результатов тестирования по методике Т. Элерса выявлены уровни проявления мотивации к успеху (рис. 2) и избегания неудач (рис. 3) у юношей и девушек, занимающихся спортом.

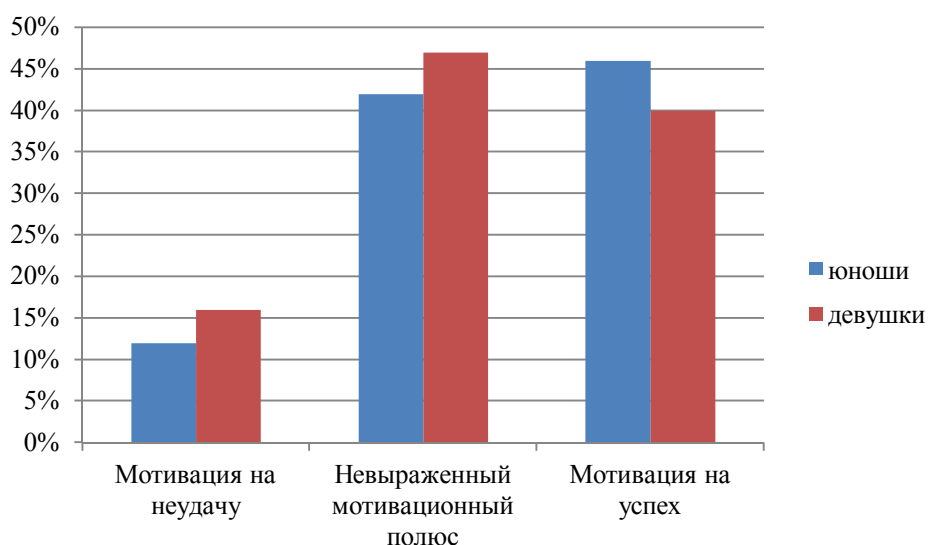


Рис. 1. Результаты тестирования по опроснику А.А. Реан «Мотивация успеха и боязнь неудачи»

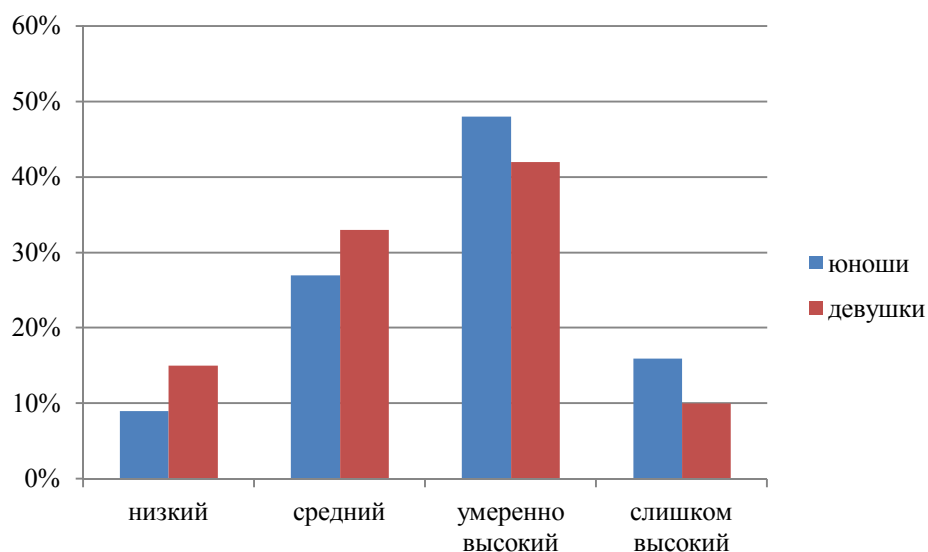


Рис. 2. Уровни проявления мотивации к успеху

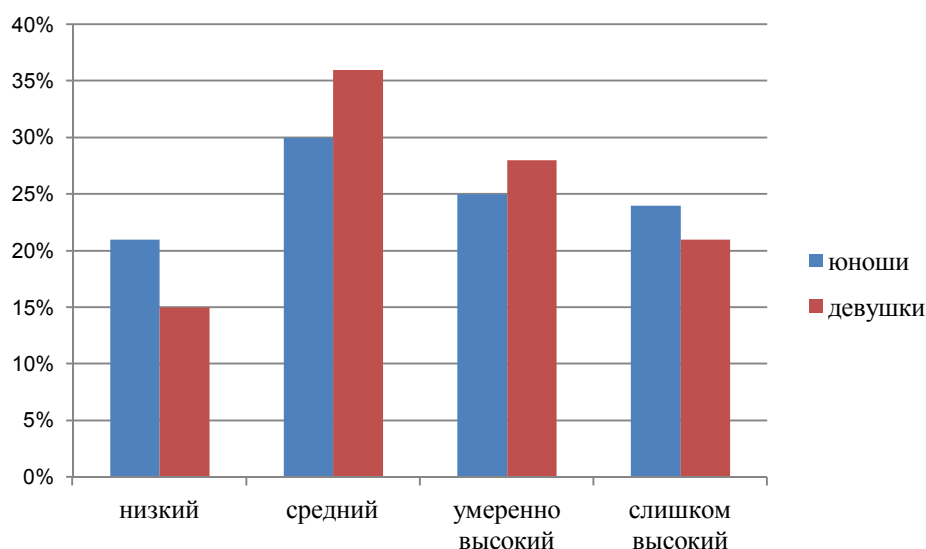


Рис. 3. Уровни проявления мотивации избеганию неудач

Умеренно высокий уровень мотивации к успеху у 48% юношей и 42% девушек и средний уровень у 27% юношей и 33% девушек выполняет положительную функцию, отражает осознание возможности поражения или неудачи и обеспечивает психическую готовность принять ситуацию такой, какая она есть. Вместе с тем ориентация 9% юношей и 15% девушек исключительно на сверхвысокий уровень мотивации к успеху повышает у них риск тревоги, напряжения, что может привести к снижению результатов на соревнованиях.

Умеренно высокий уровень мотивации к избеганию неудач отмечен у 25% юношей и 28% девушек, а слишком высокий уровень – у 24% юношей и 21% девушек. На спортивной площадке во время соревнований многие из них чаще защищаются или действуют на контратаках. Проявляя добросовестное отношение к тренировкам и трудолюбие, они склонны к нежеланию участвовать в соревнованиях, так как считают себя слабее соперников или не верят в свои возможности. При негативном ожидании и тревожности им иногда важнее не оказаться в числе отстающих, чем показать лучший результат. Эти студенты могут считать свою победу больше случайной, чем закономерной, и, таким образом, приуменьшать свою заслугу. Следует отметить, что некоторые из них по уровню физической и технико-тактической подготовленности показывали более высокий уровень готовности к соревнованиям, чем другие игроки команды.

Тренеру необходимо ставить перед такими спортсменами адекватные их возможностям задачи, уделить особое внимание психологической подготовке и целенаправленному формированию мотивационной сферы.

Таким образом, обзор литературных источников, исследование мотивационной направленности личности, анализ учебно-тренировочного процесса и результатов соревнований позволяют нам сделать следующие выводы:

1. Результаты, показанные спортсменами на соревнованиях, зависят не только от их физической,

технической, тактической подготовленности, но и от наличия достаточного уровня мотивации личности. Эта мотивация проявляется в стремлении к участию в определенной деятельности и упорстве в достижении намеченных целей.

2. Студентов-спортсменов, ориентированных преимущественно на успех, отличают способность мобилизовать свои силы в сложных ситуациях и уверенность в своих возможностях в условиях соревнований. При более выраженной ориентации на избегание неудач соревнования вызывают состояние тревожности, увеличивают эмоциональное напряжение, что может негативно сказаться на результатах в спортивной, а затем и в профессиональной деятельности.

3. Оптимальную психологическую готовность студентов-спортсменов к учебно-тренировочной, соревновательной, а впоследствии и к профессиональной деятельности обеспечивает средний и умеренно высокий уровень мотивации к успеху. Это дает им возможность стремиться к достижению лучших результатов одновременно с осознанием права на ошибку.

4. Доминирование мотивации избегания неудач приводит к повышенной тревожности, снижению самооценки и уровня притязаний, затрудняет реализацию двигательных способностей и личностного потенциала.

5. Значимые гендерные различия в исследуемых мотивационных тенденциях не обнаружены.

Практическое применение полученных результатов было реализовано в период подготовки и участия студентов-спортсменов в соревнованиях, при планировании учебно-тренировочного процесса, в частности для выбора уровня трудности заданий в зависимости от особенностей мотивации.

В заключение следует отметить, что мотивация достижения успеха подразумевает устойчивое стремление к наиболее высоким результатам в разных видах деятельности, одним из которых является спорт. Следовательно, правильное понимание вопросов мотивации, умение анализировать и активизировать побудительные факторы имеют большое значение не только для студенческого спорта, но и для

профессиональной подготовки будущих инженеров, экономистов, менеджеров и других специ-

алистов к предстоящей работе, а также для достижения намеченных целей в жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Калинина Ю.В. Исследование ценностных ориентаций старшеклассников // Проблемы социальной психологии XXI столетия. Т. 1 / под ред. В.В. Козлова. Ярославль, 2001. С. 269–272.
2. Безрукова А.Н., Тимофеева Т.С., Коваленко С.Н. Взаимосвязь ценностных ориентаций с уровнем притязаний и мотивацией достижения успеха // Инновации в науке. 2016. № 12–2 (61). С. 17–21.
3. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. М. : Изд-во МГУ, 1990. 288 с.
4. Сингер Р.Н. Мифы и реальность в психологии спорта : учебник для институтов физической культуры. М. : Физкультура и спорт, 1980. 152 с.
5. Алексеева Е.Н., Черкасова И.В., Голякова Н.Н. Анализ потребностно-мотивационной сферы студентов // European Social Science Journal. 2015. № 6. С. 190–194.
6. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирование личности. М. : Мысль, 1976. 158 с.
7. Головкова Т.С., Асадуллаева О.В. Влияние занятий баскетболом на мотивацию к успеху у старшеклассников // Основные вопросы теории и практики педагогики и психологии : сб. науч. трудов по итогам III междунар. науч.-практ. конф. Омск, 2016. С. 158–161.
8. Экспериментальная психология / под ред. П. Фресса, Ж. Пиаже. М. : Прогресс, 1978. Вып. 6. 302 с.
9. Реан А.А. Психология и психодиагностика личности: теория, методы исследования, практикум. М. : Прайм-Еврознак, 2008. 255 с.

Статья представлена научной редакцией «Педагогика» 23 марта 2018 г.

On the Direction of Personal Motivation in Student Sport

Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal, 2019, 438, 176–179.

DOI: 10.17223/15617793/438/23

Lyudmila N. Koval, Institute of Service, Tourism and Design (Branch) of North-Caucasus Federal University in Pyatigorsk (Pyatigorsk, Russian Federation). E-mail: lyudmila270965@mail.ru

Elena N. Alexeeva, Institute of Service, Tourism and Design (Branch) of North-Caucasus Federal University in Pyatigorsk (Pyatigorsk, Russian Federation). E-mail: hellen-11@yandex.ru

Alexey M. Shevchenko, Institute of Service, Tourism and Design (Branch) of North-Caucasus Federal University in Pyatigorsk (Pyatigorsk, Russian Federation). E-mail: jeq1111@gmail.com

Keywords: motivation for success; motivation for avoiding failures; sports practice; research.

In this article, the authors disclose the impact of motivation on the personality of student athletes. The aim of the study is to diagnose the direction of a person's motivation to achieve success and avoid failures in sports practice. 48 young men and 34 girls from sports sections of football, volleyball and basketball took part in the experiment at North-Caucasus Federal University. For the study, the methods of personality diagnosis for motivation to success and to avoid failures of Theodor Ehlers were used, as well as the questionnaire "Measurement of Achievement Motivation" by Artur Rean. Observation of the psychological state of students, analysis of the training process and the results of the competition were conducted in conjunction with the coaches of student teams in team sports. The results of the study show that 43% of boys and 40% of girls are motivated to success. In the course of the study, the levels of motivation to success and avoiding failure in the respondents were determined. The vast majority of the respondents showed medium and high levels of motivation for success. The results were applied in the preparation and participation of student athletes in competitions, in the planning of the training process. As a result of the review of literary sources, the study of motivational orientation of the person, the analysis of the training process and the results of the competition, the authors came to the following conclusions. (1) The results shown by the athletes in the competition depend on the presence of a sufficient level of motivation of the individual, which is manifested in the desire to participate in certain activities and perseverance in achieving the goals. (2) Athletes focused mainly on success are distinguished by the ability to mobilize their forces in difficult situations and by confidence in their capabilities in the conditions of competition. (3) Optimal psychological readiness of student athletes to training and competition provides an average and moderately high level of motivation for success. This gives them the opportunity to strive to achieve the best sports results while realizing they have the right to make mistakes. (4) The dominance of motivation to avoid failures complicates the implementation of motor abilities and personal potential. (5) Significant gender differences in the studied motivational trends were not found.

REFERENCES

1. Kalinina, Yu.V. (2001) Issledovanie tsennostnykh orientatsiy starsheklassnikov [The study of value orientations of high school students]. In: Kozlov, V.V. (ed.) *Problemy sotsial'noy psikhologii XXI stoletiya* [Problems of social psychology of the 21st century]. Vol. 1. Yaroslavl: MAPN. pp. 269–272.
2. Bezrukova, A.N., Timofeeva, T.S. & Kovalenko, S.N. (2016) The relation of values with level of aspiration and motivation for success. *Innovatsii v nauke – Innovations in Science*. 12–2 (61). pp. 17–21. (In Russian).
3. Vilyunas, V.K. (1990) *Psikhologicheskie mekhanizmy motivatsii cheloveka* [Psychological mechanisms of a person's motivation]. Moscow: Moscow State University.
4. Singer, R.N. (1980) *Mify i real'nost' v psikhologii sporta: uchebnik dlya institutov fizicheskoy kul'tury* [Myths and reality in the psychology of sports: a textbook for the institutes of physical culture]. Moscow: Fizkul'tura i sport.
5. Alekseeva, E.N., Cherkasova, I.V. & Golyakova, N.N. (2015) Analysis of need-motivational sphere of students. *European Social Science Journal*. 6. pp. 190–194. (In Russian).
6. Aseev, V.G. (1976) *Motivatsiya povedeniya i formirovaniye lichnosti* [Motivation of behavior and personality formation]. Moscow: Mysl'.
7. Golovkova, T.S. & Asadullaeva, O.V. (2016) [The influence of basketball classes on the motivation to success of high school students]. *Osnovnye voprosy teorii i praktiki pedagogiki i psikhologii* [Basic issues of the theory and practice of pedagogy and psychology]. Proceedings of the International Conference. Omsk: [s.n.]. pp. 158–161. (In Russian).
8. Fraisse, P. & Piaget, J. (eds) (1978) *Ekspериментal'naya psikhologiya* [Experimental psychology]. Is. 6. Moscow: Progress.
9. Rean, A.A. (2008) *Psikhologiya i psikhodiagnostika lichnosti: teoriya, metody issledovaniya, praktikum* [Psychology and psychodiagnostics of personality: theory, research methods, practical work]. Moscow: Praym-Evroznak.

Received: 23 March 2018