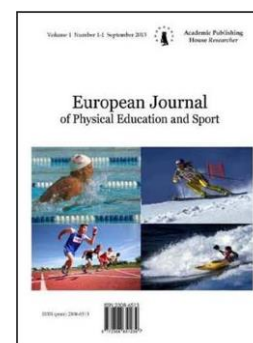


Copyright © 2014 by Academic Publishing House *Researcher*



Published in the Russian Federation
European Journal of Physical Education and Sport
Has been issued since 2013.
ISSN: 2310-0133
Vol. 6, No. 4, pp. 238-244, 2014

DOI: 10.13187/ejpe.2014.6.238
www.ejournal7.com



UDC 796

The Frustration-motivational Characteristics of Athletes as the Predictors of its Success

Igor A. Yurov

Sochi State University, Russian Federation
Senior Lecturer
E-mail: sov36@mail.ru

Abstract

The article presents the frustration and motivational characteristics of athletes with different degrees of success in the most favourable age 17-20 years for achieving the high results with regard to the qualification and gender differentiation. It was found that the motives may overlap with each other, forming itself a dynamic complexes. The more the range of motives operating in a given period of sports activity the more meaningful the motivation becomes. There are possible periods (hypochondriacal symptoms, overvoltage, emotional burnout, fatigue, objective reduction results because of injuries, lack of relaxation, etc.) in sports activity, when the frustration is greater than the effectiveness of motivational factors. But the most optimal state of psychological preparedness is observed among athletes when their motivational components negate the adverse effects of the action.

Keywords: psychology; frustration; tolerance; orientation and types of reactions; motivation; qualifications; gender.

Введение

За основу описания личности спортсменов взята концепция комплексного подхода к пониманию человека известного психолога Б.Г. Ананьева [1], который отмечал, что полный набор характеристик человека – необходимое условие понимания его индивидуальности. Б.Г. Ананьев особенно подчеркивал необходимость изучения ключевых характеристик действующего и активного человека, а именно фрустрированности и мотивации, которые могут тормозить успешность деятельности, но и могут при психологической подготовке способствовать достижению высокого жизненного результата.

Материалы и методы исследования

Эмпирическую базу исследования составили результаты обследования пловцов высокой спортивной квалификации 17–20 лет (оптимальном возрасте для достижения высокого спортивного результата), в условиях учебно-тренировочных сборов в г. Сочи с учетом квалификационной и гендерной дифференциации. В экспериментах приняло участие 70 человек: 35 мужчин (17 мастеров спорта и мастеров спорта международного класса – «мастера» (успешные); 18 перворазрядников и кандидатов в мастера спорта – «немастера» (менее успешные) и 35 женщин (18 «мастеров» (успешные) и 17 «немастеров» (менее успешные)).

Типы и направленность реакции фрустрации исследовались с помощью теста С. Розенцвейга, мотивация – модифицированного теста Б. Кретти [2]. Анализ межгрупповых данных был проведен с помощью критерия Стьюдента.

Результаты исследования и их обсуждение

Были исследованы особенности фрустрации у спортсменов-пловцов. Полученные нами данные по направленности и типам фрустрации представлены в табл. 1.

Таблица 1

Показатели направленности и фрустрации пловцов

Показатели	Мастера (более успешные)				Немастера (менее успешные)				Достоверность различий			
	М		Ж		М		Ж		М		Ж	
	М	σ	М	σ	М	σ	М	σ	t	p	t	p
O-D	30,5	1,9	30,2	2,7	36,9	2,7	38,0	2,37	2,36	0,05	2,27	0,05
E-D	48,0	4,9	49,6	4,6	47,0	4,4	47,2	5,58	-	-	-	-
N-P	21,4	2,9	20,0	2,4	16,0	1,7	15,1	2,34	2,11	0,05	2,18	0,05
E	47,4	3,6	39,8	2,3	41,3	3,9	37,0	2,9	2,58	0,05	-	-
I	28,0	2,7	27,0	2,2	16,0	3,0	19,0	2,23	2,7	0,05	2,5	0,05
M	24,5	2,0	33,0	3,7	42,8	4,85	44,0	4,26	2,82	0,05	2,64	0,05

Примечание: по типу реакций: O-D – препятственно-доминантные; E-D – самозащитные; N-P – разрешающие; по направлению реакции: E – внешнеобвинительные; I – самообвинительные; M – безобвинительные.

Из таблицы видно, что между мастерами и немастерами, мужчинами и женщинами установлены различия по типу и направленности фрустрации пловцов. Более успешные мужчины реже подчеркивают наличие препятствий, более акцентированы на разрешение ситуации ($p < 0,05$), чаще пытаются защитить себя по сравнению с менее успешными мужчинами. По направленности реакций у мужчин-мастеров больше внешнеобвинительных и самообвинительных, гораздо меньше безобвинительных реакций ($p < 0,05$) по сравнению с мужчинами-немастерами.

Женщины-мастера по сравнению с женщинами-немастерами реже подчеркивают наличие препятствий, более акцентированы на разрешение ситуации ($p < 0,05$), чаще пытаются защитить себя. По направленности реакций у женщин-мастеров больше самообвинительных, меньше безобвинительных реакций ($p < 0,05$; $0,01$), больше внешнеобвинительных реакций по сравнению с женщинами-немастерами.

Мужчины и женщины почти одинаково подчеркивают наличие препятствий, женщины немного более пытаются защитить себя, но мужчины более акцентированы на выход и разрешение ситуации, однако все различия статистически недостоверны. По направленности реакций фрустрации у мужчин больше внешнеобвинительных, меньше самообвинительных и безобвинительных реакций ($p < 0,05$).

Общий профиль реакций фрустрированности у мужчин-мастеров по типу E-D > O-D > N-P, по направленности E > I > M. Профиль у женщин-мастеров по типу E-D > O-D > N-P, по направленности E > M > I. Профиль фрустрированности у немастеров – мужчин и женщин – одинаков и имеет вид: по типу E-D > O-D > N-P, по направленности M > E > I.

Профили, полученные в нашей работе, несколько отличаются от профилей, полученных К.Д. Шафранской и Н.В. Тарабриной на группе инженеров, летчиков гражданской авиации, студентов – физиков и психологов. Мужчины-пловцы (без квалификационной дифференциации) чаще подчеркивают наличие препятствий, чаще пытаются защитить себя, но в меньшей степени акцентированы на разрешение ситуации по сравнению с инженерами, летчиками, студентами – физиками и психологами. По направленности реакций мужчины-пловцы дают меньше внешнеобвинительных и

самообвинительных реакций, но больше безобвинительных реакций. Такая же картина и у женщин-пловцов [3].

Однако иное сравнение профилей мастеров – мужчин и женщин. Мужчины-мастера чаще подчеркивают наличие препятствий, чаще пытаются защитить себя и почти одинаково количество реакций с неспортсменами на выход из затруднительного положения, меньше дают внешнеобвинительных, больше самообвинительных реакций. Такая же картина и у женщин-мастеров.

Различие в типах и направленности фрустрированности между спортсменами-пловцами высокой квалификации и неспортсменами объясняется, на наш взгляд тем, что спортивная деятельность, ее специфика наложила соответствующий отпечаток на проявление фрустрации у спортсменов, длительное время занимающихся плаванием, видом спорта, который хотя и не относится к видам с тесным физическим контактом, но, однако же, формирующим защитные механизмы на воздействие стресс-факторов или препятствий. Чем адекватнее и разнообразнее сформированные защитные механизмы у спортсменов, тем оптимальнее они реагируют на фрустрирующие ситуации, будь-то соревнования, сильный соперник, усталость, негативное влияние зрителей и т.п. и тем дольше они сохраняют свое психическое здоровье и долголетие в спорте.

Различные виды спорта и различные виды спортивной деятельности формируют необходимые реакции на фрустрирующие ситуации. Иллюстрацией этого могут служить данные, полученные Ю.Л. Ханиным на группе футболистов, у которых преобладающими оказались реакции на защите своего «Я» и на достижение результата или на выход из затруднительного положения, а также внешнеобвинительные реакции, гораздо меньше выражены самообвинительные и безобвинительные реакции [4]. Пловцы же чаще подчеркивают наличие препятствий, реже пытаются защитить себя меньше акцентированы на достижение результатов, меньше дают внешнеобвинительных, но больше самообвинительных реакций по сравнению с футболистами.

Анализ фрустрированности показывает, что у мастеров сформированы активные формы защитных механизмов, а у немастеров преобладают пассивные защитные механизмы на воздействия стресс-факторов или препятствий. Толерантность у мастеров – это и есть сформированные, прежде всего, активные защитные механизмы на воздействия различных неблагоприятных факторов или препятствий [5].

Мотивации в спорте придается большое значение. Однако исследователи пользуются различными методиками, чаще всего визуальными наблюдениями за спортивной деятельностью, так что сравнивать полученные данные очень трудно [6]. Исследования, проведенные в рамках модели выбора Дж. Аткинсона, ограничены только двумя тенденциями – добиваться успеха и избегать неудачи, что, на наш взгляд, суживает проблему мотивации в спорте [7]. Недостаточно работ, проанализировавших структуру мотивации стандартизированными методиками, в частности тестом Б. Кретти представителей различных видов спорта в наиболее оптимальном для достижения высоких результатов возрасте с учетом критериев спортивного мастерства и половых различий [2]. Такая попытка предпринята в настоящей работе. В табл. 2 представлены величины мотивов по всем группам испытуемых. Испытуемые должны были дать оценку по 18 пунктам. Минимальная оценка каждого пункта равна 1 баллу (данное положение мало помогает в достижении высокого результата в спорте), максимальная оценка каждого пункта равна 10 баллам (данное положение много помогает в достижении высокого результата в спорте).

Таблица 2

Характеристика мотивации пловцов

П. оп.	Мастера				Немастера				Достоверность различий			
	М		Ж		М		Ж		М		Ж	
№	М	σ	М	σ	М	σ	М	σ	t	p	t	p
1	6,0	0,79	5,0	2,65	7,0	1,45	6,0	2,03	-	-	-	-
2	7,0	0,86	6,0	2,08	7,8	1,1	7,0	1,87	-	-	-	-

3	8,0	1,06	7,0	1,88	7,0	2,12	6,0	2,74	-	-	-	-
4	8,0	1,12	7,0	1,84	6,0	2,3	5,0	2,34	2,16	0,05	2,25	0,05
5	5,0	1,9	5,0	1,88	7,0	1,7	7,0	1,9	2,1	0,05	2,35	0,05
6	8,0	1,06	8,0	1,24	6,1	2,14	6,0	1,92	2,33	0,05	2,42	0,05
7	7,0	1,62	7,0	1,88	6,1	2,0	6,0	2,15	-	-	-	-
8	5,0	1,9	6,0	2,3	5,0	1,6	6,0	2,34	-	-	-	-
9	8,0	1,06	8,0	1,4	6,0	1,97	7,0	2,23	2,2	0,05	-	-
10	7,0	1,46	6,0	2,3	6,0	1,97	5,0	2,32	-	-	-	-
11	8,0	1,27	7,0	0,84	7,0	1,16	5,0	2,23	-	-	-	-
12	5,0	2,03	6,0	0,88	5,0	1,97	6,0	1,06	-	-	-	-
13	8,0	1,41	8,0	0,97	6,0	2,4	6,0	2,0	2,28	0,05	2,5	0,05
14	7,0	1,46	6,0	0,84	7,0	1,95	6,0	2,37	-	-	-	-
15	8,0	1,27	8,0	0,92	7,0	2,06	7,0	2,55	-	-	-	-
16	8,0	1,27	8,0	1,03	7,0	0,84	7,0	1,27	-	-	-	-
17	5,0	2,34	5,0	2,65	6,0	2,49	6,0	2,87	-	-	-	-
18	7,0	1,87	7,0	2,11	6,5	1,76	6,5	1,94	-	-	-	-
M	6,9		6,7		6,4		6,1					

Как видно из таблицы, оценок меньше 5 не оказалось ни в одной группе испытуемых, т.е. испытуемые из предложенного списка вопросов не обнаружили ни одного суждения, суть которого не помогала бы в спортивной деятельности. Среднее значение оценок у мужчин-мастеров составила 6,9, у мужчин-немастеров – 6,4, у женщин-мастеров – 6,7, у женщин-немастеров – 6,1, у мужчин – 6,6, у женщин – 6,35, у мастеров – 6,8, у немастеров – 6,25. Это свидетельствует о том, что набор мотиваций в тесте значим для испытуемых в нашей выборке пловцов высокой спортивной квалификации. Анализ оценок показывает, что у мастеров-профессионалов 10 оценок превышает, 4 равны и 4 меньше оценок немастеров.

Восемь оценок мужчин превышают оценки женщин, 6 оценок равны, 4 меньше, чем у женщин. Следовательно, перечисленные в тесте мотивы имеют более важное значение для мастеров – мужчин и женщин, а также для мужчин по сравнению с немастерами – мужчинами и женщинами, а также женщинами. И по показателям мотивации установлены различия у спортсменов-пловцов по критериям спортивной и половой дифференциации.

Из таблицы видно, что между мужчинами-мастерами и немастерами обнаружено 5 статистически достоверных различий ($p < 0,05$) по 4, 5, 6, 9 и 13 пунктам. Самыми различающимися сравниваемые группы оказались пункты в порядке убывания: 6, 13, 9, 4, 5, т.е. потребность иметь красивую фигуру, рельефные мышцы больше характеризует мужчин-мастеров, у них более выражены потребности в общении, установлении личных контактов, удовлетворении эстетических потребностей, желании соревноваться с товарищами по команде, с самим собой, но менее – в желании укрепить свое здоровье, развить физические качества, чем мужчинам-немастерам.

Между женщинами-мастерами и немастерами обнаружено 4 статистически достоверных различия ($p < 0,05$) по 4, 5, 6 и 13 вопросам теста. Самыми значимыми в порядке убывания оказались пункты: 13, 6, 5, 4. Основное, что отличает женщин-мастеров – это более выраженная потребность в общении, установлении личных контактов, иметь красивую фигуру, рельефные мышцы, соревноваться с товарищами по команде, с самим собой, но менее выраженная – потребность укрепить свое здоровье, развить физические качества, чем женщинам-немастеров. По значимости в порядке предпочтения у мужчин оказались вопросы 6, 13, 9, 4, 5, у женщин – 13, 6, 5, 4.

В результате анализа полученных данных было установлено, что к занятиям плаванием побуждает не один мотив, а целый комплекс одновременно взаимодействующих мотивов. Поэтому, на наш взгляд, модель выбора Дж. Аткинсона, определяемая двумя тенденциями – добиваться успеха и избегать неудачи, не исчерпывает всей информации о мотивах деятельности спортсменов-пловцов [8]. Более того, в исследовании установлено,

что большое значение в спортивной деятельности имеют и биологические, и психологические, и социальные мотивы, выделенные в вопросах теста. Они представлены во всех группах испытуемых. Однако степень их выраженности неодинакова. Так, у мужчин-мастеров большое значение имеют биологические (3, 4, 6 пункты), психологические (9 и 11 пункты) и социальные мотивы (13, 15 и 16 пункты), которые находятся в зоне много помогающих в спортивной деятельности. У женщин-мастеров большее значение имеют биологические (6 пункт), психологические (9 пункт) и социальные мотивы (13, 15 и 16 пункты). У немастеров – мужчин и женщин – нет оценок мотивации, которые много помогают (8–10) в спортивной деятельности, а есть оценки мотивации, которые средне помогают в спорте.

В работе нашло подтверждение мнение ряда психологов, в частности Б. Кретти, Е.П. Ильина, Дж. Нюттена [2, 9, 10], о том, что наиболее сильной мотивация становится тогда, когда она исходит от самого спортсмена, обусловлена характером выполняемой задачи, биологическими и психологическими детерминантами и социальными поощрениями. В спортивной деятельности важно избегать пресыщения потребностей, ибо пресыщение может привести к снижению спортивных результатов, прекращению спортивной деятельности и преждевременному уходу из спорта. Важно уметь переструктурировать мотивы или заменять их так, чтобы задачи и пути достижения сформированной цели были адекватны возможностям спортсменов. Это согласуется с общими положениями и выводами А. Карстен и К. Левина по проблеме насыщения [11].

Полученные в работе факты не противоречат литературным данным, в частности, результатам исследований Б. Кретти, Ю.Я. Киселева, Е.П. Ильина, Л.Д. Гиссена, Г.Д. Горбунова, Р.М. Загайнова, Д. Джоунс, Г. Уотсон, Р. Уэйнберга и Д. Гоулда [2, 6, 9, 12, 13, 14, 15, 16] и дополняют известные данные тем, что в нашем исследовании, в отличие от работ вышеназванных специалистов, мотивация изучалась у спортсменов наиболее оптимального возраста для достижения высокого спортивного результата, с одним спортивным стажем, занимающихся у одного тренера по общей программе, одной спортивной специализации с учетом спортивной квалификации и половой дифференциации.

Заключение

Установлено, что в процессе спортивной деятельности одни мотивы могут доминировать в начале спортивной карьеры, другие становятся ведущими в период совершенствования, третьи приобретают высокую значимость, когда спортсмен достигает высокой спортивной квалификации. Важно, чтобы мотивы соответствовали классу спортсмена, его возможностям и реальной деятельности. Мотивы могут переплетаться между собой, образуя динамические комплексы. Чем шире комплекс мотивов, действующих в данный период спортивной деятельности, тем более значимой, содержательной становится мотивация [17].

В спортивной деятельности возможны периоды (ипохондрические симптомы, перенапряжение, эмоциональное выгорание, переутомление, объективное снижение результатов из-за травм, отсутствие релаксации и т.п.), когда фрустрированность превышает эффективность деятельности мотивационных факторов. Но наиболее оптимальное состояние психологической готовности спортсменов, когда именно мотивационные компоненты нивелируют действия неблагоприятных воздействий.

Таким образом, в результате исследования были установлены различия между спортсменами мастерами (успешными) и немастерами (неуспешными) по таким личностным характеристикам, как фрустрированность, толерантность, мотивация с учетом квалификационной и гендерной дифференциации.

Примечания:

1. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания. М.: Наука, 1977. 380 с.
2. Кретти Б. Дж. Психические свойства и черты личности спортсменов / Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов: хрестоматия / Под ред. И.П. Волкова, Н.С. Цикуновой. М.: Советский спорт, 2005. С. 130–144.

3. Шафранская К.Д. Эмоциональные характеристики и их структура / Психодиагностические методы в комплексном лонгитюдном исследовании студентов. Л.: ЛГУ, 1976. С. 176–188.
4. Ханин Ю.Л. Межличностные конфликты в спортивно-игровой деятельности / Теория и практика физической культуры. 1976. №7. С. 11–14.
5. Юров И.А. Психология успешности спортсмена-пловца. – Саарбрюккен (Германия): ЛАП, 2011. 239 с.
6. Киселев Ю.Я. Психическая готовность спортсмена: пути и средства достижения. М.: Советский спорт, 2009. 276 с.
7. McClelland D., Atkinson J., Clark R., Lowell E. Achievement Motivation. New York: Appleton – Century Crofts, 1953, 384 p.
8. Atkinson J.W. An introduction to motivation. Princeton (New Jersey), 1965. 335 p.
9. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2009. 352 с.
10. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего. М.: Смысл, 2004. 608 с.
11. Lewin K., Dembo T., Festinger L., Sears P. Level of aspiration. – In: Personality and behavior disorders / ed. Hunt J. – New York, 2 vol., the Ronald Press Company, 1944, vol. 1, p. 333–379.
12. Гиссен Л.Д. Психология и психогигиена в спорте. М.: Советский спорт, 2010. 160 с.
13. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. М.: Советский спорт, 2010. 310 с.
14. Джоунс Д., Уотсон Г. Использование психологических факторов для прогноза спортивных результатов / Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов: хрестоматия // Сост. и общая редакция И.П. Волкова, Н.С. Цикуновой. М.: Советский спорт, 2005. С. 222–230.
15. Уэйнберг Р., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. Киев: Олимпийская литература, 2001. 335 с.
16. Atkinson J.W. An introduction to motivation. Princeton (New Jersey), 1965. 335 p.
17. Загайнов Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления. М.: Советский спорт, 2010. 232 с.

References:

1. Anan'ev B.G. O problemakh sovremennogo chelovekozvaniya. M.: Nauka, 1977. 380 s.
2. Kretti B. Dzh. Psikhicheskie svoystva i cherty lichnosti sportsmenov / Sportivnaya psikhologiya v trudakh zarubezhnykh spetsialistov: khrestomatiya / Pod red. I.P. Volkova, N.S. Tsikunovoi. M.: Sovetskii sport, 2005. S. 130–144.
3. Shafranskaya K.D. Emotsional'nye kharakteristiki i ikh struktura / Psikhodiagnosticheskie metody v kompleksnom longityudnom issledovanii studentov. L.: LGU, 1976. S. 176–188.
4. Khanin Yu.L. Mezhlchnostnye konflikty v sportivno-igrovoi deyatelnosti / Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury. 1976. №7. S. 11–14.
5. Yurov I.A. Psikhologiya uspeshnosti sportsmena-plovtsa. – Saarbryukken (Germaniya): LAP, 2011. 239 s.
6. Kiselev Yu.Ya. Psikhicheskaya gotovnost' sportsmena: puti i sredstva dostizheniya. M.: Sovetskii sport, 2009. 276 s.
7. McClelland D., Atkinson J., Clark R., Lowell E. Achievement Motivation. New York: Appleton – Century Crofts, 1953, 384 p.
8. Atkinson J.W. An introduction to motivation. Princeton (New Jersey), 1965. 335 p.
9. Il'in E.P. Psikhologiya sporta. SPb.: Piter, 2009. 352 s.
10. Nyutten Zh. Motivatsiya, deistvie i perspektiva budushchego. M.: Smysl, 2004. 608 s.
11. Lewin K., Dembo T., Festinger L., Sears P. Level of aspiration. – In: Personality and behavior disorders / ed. Hunt J. – New York, 2 vol., the Ronald Press Company, 1944, vol. 1, p. 333–379.
12. Gissen L.D. Psikhologiya i psikhogigiena v sporte. M.: Sovetskii sport, 2010. 160 s.
13. Gorbunov G.D. Psikhopedagogika sporta. M.: Sovetskii sport, 2010. 310 s.
14. Dzhouns D., Uotson G. Ispol'zovanie psikhologicheskikh faktorov dlya prognoza sportivnykh rezul'tatov / Sportivnaya psikhologiya v trudakh zarubezhnykh spetsialistov: khrestomatiya // Sost. i obshchaya redaktsiya I.P. Volkova, N.S. Tsikunovoi. M.: Sovetskii sport, 2005. S. 222–230.

15. Ueinberg R., Gould D. Osnovy psikhologii sporta i fizicheskoi kul'tury. Kiev: Olimpiiskaya literatura, 2001. 335 s.
16. Atkinson J.W. An introduction to motivation. Princeton (New Jerse), 1965. 335 p.
17. Zagainov R.M. Krizisnye situatsii v sporte i psikhologiya ikh preodoleniya. M.: Sovetskii sport, 2010. 232 s.

УДК 796

Фрустрационно-мотивационные характеристики как предикторы успешности спортсменов

Игорь Александрович Юров

Сочинский государственный университет, Российская Федерация
Старший преподаватель
E-mail: sov36@mail.ru

Аннотация. В статье представлены фрустрационные и мотивационные особенности спортсменов разной степени успешности в наиболее благоприятном для достижения высокого результата возрасте 17–20 лет с учетом квалификационной и гендерной дифференциации. Установлено, что мотивы могут переплетаться между собой, образуя динамические комплексы. Чем шире комплекс мотивов, действующих в данный период спортивной деятельности, тем более значимой, содержательной становится мотивация. В спортивной деятельности возможны периоды (ипохондрические симптомы, перенапряжение, эмоциональное выгорание, переутомление, объективное снижение результатов из-за травм, отсутствие релаксации и т.п.), когда фрустрированность превышает эффективность деятельности мотивационных факторов. Но наиболее оптимальное состояние психологической готовности спортсменов, когда именно мотивационные компоненты нивелируют действия неблагоприятных воздействий.

Ключевые слова: психология личности; фрустрированность; толерантность; направленность и типы реакций; мотивация; квалификация; гендер.