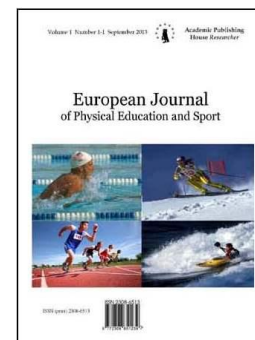


Copyright © 2015 by Academic Publishing House *Researcher*

Published in the Russian Federation
European Journal of Physical Education and Sport
Has been issued since 2013.
ISSN: 2310-0133
Vol. 7, Is. 1, pp. 68-76, 2015

DOI: 10.13187/ejpe.2015.7.68
www.ejournal7.com



UDC 159.9

The Levels of Claims and Expectations as the Predictors of Success Among Athletes

Igor A. Yurov

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

Abstract

The quantitative and qualitative characteristic of level of claims of athletes-swimmers of different qualification is presented in article. Perspective, tactical and operational levels of claims are presented. Psychological distinctions of level of claims at athletes of different qualification are established. Expectation level in sports as the integrated characteristic of all types of preparation in which the dominating role is carried out by psychological preparation is defined. The obtained data allow to claim about need of psychological escort of athletes from the beginning of sports career before its involution.

Keywords: Level of claims; expectation level; perspective; tactical; operational levels of claims; sports skill; qualification of athletes; psychological maintenance.

Введение

Спортсмены, приступая к учебно-тренировочной деятельности, ставят перед собой конкретную цель: они хотят и стремятся достичь определенного уровня результатов. Это и есть их уровень притязаний: то, к реализации чего они стремятся; набор стандартов, определяемый человеком в ходе деятельности, по которым оценивается личный успех или неудача (А. Ребер). Качественная оценка результатов деятельности определяется соотношением между уровнем конкретных притязаний и фактическим уровнем исполнения, то есть успех или неуспех деятельности [1].

Уровень притязаний – одна из характеристик личности, поскольку в ней отражено существенное для личности соотношение ее «потенций и тенденций» (Б.Г.Ананьев), ее возможностей и стремлений (В.С.Мерлин), потребности личности сохранить свои достижения (Б.А.Вяткин), уровень трудностей выбираемой индивидом цели (В.Г.Гербачевский), стремление к достижению целей той степени сложности, на которую человек считает себя способным, оценка своих возможностей, сохранение которой стало для человека потребностью (В.П.Зинченко и Б.Г.Мещеряков), конкретный результат, который собираются получить, приступая к деятельности, уровень трудности задач, которые выбирает человек, на осуществление которых он претендует (Н.Н.Обозов) [1, 2, 3].

Уровень притязаний личности может быть адекватным возможностям индивида и неадекватным (заниженным, завышенным). Завышенный уровень притязаний может стать источником аффекта неадекватности.

В экспериментах Ф.Хоппе и Л.Фестингера проведено различие между реальной и идеальной целями, которые испытуемые часто смешивают при определении уровня своих притязаний, а результаты, которые испытуемые «хотели бы» получить, существенно выше

тех, которые они «ожидают» получить. Ф.Робайе пришел к выводу, что нужно различать уровень притязаний и уровень ожиданий. Последний определяется целью, на достижение которой рассчитывает индивид, и именно этот уровень, а не уровень притязаний измеряется в тех экспериментах, когда испытуемый должен указать степень ожидаемого им успеха [3, 4, 5].

По мнению исследователей, факторы, лежащие в основе модели выбора, можно условно отнести к двум группам – ситуационным и личностным. В теории К.Левина, Л.Фестингера, С.Эскалоне используются, как правило, ситуационные переменные, такие как ожидание успеха и неудачи. Согласно модели выбора, представленной в этой теории, уровень притязаний индивидуума определяется как тот уровень его продуктивности, которого он обязуется достичь, зная уровень своего прошлого достижения [5].

Дж. Аткинсон считает, что выбор уровня трудности зависит от соотношения двух противоположных тенденций – тенденции добиваться успеха и тенденции избежать неудачи. Тенденция стремиться к успеху понимается как сила, вызывающая у индивидуума действия, которые, как он ожидает, приведут к успеху. Эта тенденция проявляется в направлении, интенсивности и настойчивости деятельности. Она создается следующими факторами: личностным – мотивом, или потребностью достижения, и двумя ситуационными – ожиданием, или субъективной вероятностью успеха и побуждающей ценностью успеха. Тенденция избегать неудачи понимается как сила, подавляющая у индивидуума выполнение действий, которые, как он ожидает, приведут к неудаче. Тенденция избегать неудачи проявляется в том, что человек стремится выйти из ситуации, содержащей угрозу неудачи. Тенденция производится личностным фактором – мотивом избегания и двумя ситуационными – ожиданием, или субъективной вероятностью неудачи, и побуждением ценностью неудачи. Мотив избегания представляет собой предрасположение индивида избегать неудачи. Предполагается, что мотив – устойчивая личностная характеристика [5].

В теории Дж. Аткинсона принимается, что все обладают одновременно и мотивом достижения, и мотивом избегания. Поэтому в ситуации выбора у человека возникает конфликт между тенденцией стремиться к успеху, которая вызывает действия, ведущие к успеху, и тенденцией избежать неудачи, которая подавляет действия, ведущие к неудаче [5].

В исследованиях уровня притязаний были выделены «типичные» сдвиги (повышение уровня притязаний после успеха и понижение после неудачи) и «нетипичные» (понижение после успеха и повышение после неудачи). После успеха или неудачи происходит сдвиг или в сторону повышения уровня притязаний, или в сторону его уменьшения. После успеха, как правило, происходит сдвиг в положительном направлении, т.е. повышение притязаний.

Средняя величина единичных сдвигов после успеха, показанных во всех испытаниях, принимается за меру сдвига после успеха. После неудачи испытуемые могут как понижать уровень притязаний, т.е. выбирать более легкое задание (положительный сдвиг), так и повышать притязания (отрицательный сдвиг). Средняя величина единичных сдвигов после неудачи, показанных во всех тестах, принимается за меру после неудачи. Было выявлено, что в целом преобладает тенденция скорее довольствоваться малым успехом, чем прекратить действие после неудачи, тем самым сохранив уровень притязаний и как можно более высокое мнение о своих возможностях (Ф. Робайе, Л. Фестингер, Ф. Хоппе) [1, 4, 5].

В работах по изучению уровня притязаний Ф. Хоппе показано, что успех и неудача не могут быть определены в объективных терминах. Испытуемые, приступая к работе, ставят перед собой конкретную цель: они хотят и стремятся достичь определенного уровня результатов. Это и есть их уровень притязаний: то, к реализации чего они стремятся. Соотношением между уровнем конкретных притязаний и фактическим уровнем исполнения и определяется качественная оценка результатов деятельности, т.е. успех или неуспех деятельности. Результат является успехом или неудачей лишь в той мере, в какой он расценивается испытуемым как его личное достижение, а не как случайность. Было установлено, что для каждого испытуемого зона деятельности, в рамках которой он в состоянии оценивать свой результат как успех или неудачу, достаточно ограничена и более или менее специфична. За пределами этой зоны, т.е. когда задачи становятся либо слишком трудными, либо слишком легкими, результат оценивается в зависимости от самой задачи [4].

Ф. Хоппе проводил различие между реальной и идеальной целями, которые испытуемые часто смешивают при определении уровня своих притязаний. К. Левин,

Т.Дембо, Л.Фестингер и Р.Сирс показали, что результаты, которые испытуемые «хотели бы» получить, существенно выше тех, которые они «ожидают» получить. Ф.Робайе пришел к выводу, что нужно различать уровень притязаний и уровень ожиданий. Последний определяется целью, на достижение которой рассчитывает индивид, и именно этот уровень, а не уровень притязаний измеряется в тех экспериментах, когда испытуемый должен указать степень ожидаемого им успеха. Уровень ожидания зависит от веры индивидуума в свои способности в соответствующей области, а также от веры в себя. Дж. Нюттен считает, что большее или меньшее постоянство колебаний уровня притязаний в зависимости от эффективности деятельности связано с динамической структурой «Я» [1, 4, 6].

Измерение разницы между результатом исполнения конкретной задачи и уровнем, которого предполагает достичь испытуемый в следующей попытке (эта разница называется величиной отклонения цели), показало, что значения корреляций между двумя величинами в двух опытах, проводимых с одним и тем же испытуемым, могут варьироваться от 0,26 до 0,75 по данным Ф.Франка и от 0,04 до 0,44 по данным Р.Гоулда [4].

Интерес представляет тот факт, что большая вариабельность уровня притязаний характерна для патологии и личностей с высоким уровнем тревожности. Показано, что невротеники и дистимики ставят перед собой, как правило, более высокие цели, чем нормальные люди, тогда как для истериков характерен минимальный уровень притязаний: они ставят перед собой низкую цель, чем та, которую они только что достигли [4, 6].

Одно из важнейших психологических условий уровня притязаний – степень вовлеченности личности в деятельность. Если у испытуемого отсутствует какое бы то ни было активное отношение к экспериментальному заданию, он вообще не обнаруживает никакого уровня притязания. Переживание успеха или неуспеха определяется не только объективными достижениями испытуемых, но и различными нормативами социальной оценки по отношению к различным группам людей (Ф.Хоппе, А.Карстен). Как показали исследования С.Эскалоне, переживание успеха и неуспеха зависит от того, к какой группе людей относит себя испытуемый и в соответствии с этим, какие социальные нормативы он считает для себя обязательными [5, 7].

По определению уровень притязаний представляет собой уровень трудности выбираемой цели (Дж.Нюттен). Факторы, которые непосредственно лежат в основе такого выбора, можно условно отнести к двум группам – ситуационным и личностным. В теории К.Левина, Т.Дембо, Л. Фестингера, Р.Сирса [5] используются, как правило, ситуационные переменные, такие как ожидание успеха и неудачи. Согласно модели выбора, представленной в этой теории, индивидуум выбирает тот уровень трудности, для которого разность произведений валентности успеха на ожидание успеха, с одной стороны, и валентности неудачи на ожидание неудачи, с другой – максимальна. Возможность ввести в модель выбора личностные переменные, оказывающие непосредственное влияние на уровень притязаний, появилась в связи с исследованиями Д.Макклелланда, Дж. Аткинсона, Р.Кларка, Э. Лоуэлла [7] потребности достижения. Потребность достижения представляет собой склонность человека стремиться к удовлетворению испытуемого при успехе в соревновательной ситуации с различными стандартами превосходства. В школе К.Левина уровень притязаний индивида определяется как тот уровень его продуктивности, которого он обязуется достичь, зная уровень своего прошлого достижения.

Было установлено, что притязания сильно зависят от оценки человеком своих возможностей. Выявлен высокий уровень положительной связи между возможностями и притязаниями – чем выше возможности, тем выше притязания. Такая связь может иметь место лишь при условии адекватности оценки испытуемым своих возможностей. Выделены «типичные» сдвиги (повышение уровня притязаний после успеха и понижение после неудачи) и «нетипичные» (понижение после успеха и повышение после неудачи). Уровень притязаний повышается после успеха и снижается после неудач. После успеха или неудачи происходит сдвиг или в сторону повышения уровня притязаний, или в сторону его уменьшения [8].

В спортивной психологии уровень притязаний изучали В. Гошек, М. Ванек, Б. Свобода, М.Клейн, Б.Кретти, Дж.Кристиансен, Э.Локке, Р.Сингер, Д.Спил, Н.А.Батурин, А.Н.Капустин, Ю.Ю.Палайма. Однако их исследования проводились на спортсменах разного возраста, квалификации без их дифференциации и определения количественно-

качественных характеристик и, как правило, делавших выводы о том, что после успеха уровень притязаний повышается, а после неудачи – понижается, что не в полной мере отражает спортивную реальность [2, 6, 9, 10, 11, 12, 13]. Часть специалистов изучает уровень притязаний только как ситуационную (связанная с состоянием), другая – только как личностную характеристику. Недостаточно исследований, отражающих уровень притязаний в адекватных, естественных условиях спортивной деятельности.

Методика

С целью изучения уровня притязаний, нами в естественных условиях спортивной деятельности сделана попытка исследовать уровень притязаний и как личностную характеристику (в меньшей степени связанной с состоянием) и как ситуативную характеристику (в большей степени связанной с состоянием спортсменов). Объектом исследования стали 70 спортсменов-пловцов в возрасте 17–20 лет, наиболее благоприятном для достижения высокого результата в плавании, занимающихся спортивным плаванием не менее 6–8 лет, высокой спортивной квалификации – 35 мастеров спорта и мастеров спорта международного класса, 17 кандидатов в мастера спорта (КМС) и 18 спортсменов 1 разряда по критерию спортивной квалификации.

Результаты исследований и их обсуждение

Уровень притязаний как личностная характеристика исследовался по аналогии с многолетним планированием в спорте (Л.П. Матвеев) [14].

Результат, намеченный спортсменом показать в конце четырехлетнего периода, назван перспективным уровнем притязания. Он зависит от анатомо-физиологических особенностей спортсмена, от его физической, технической, тактической, функциональной, моральной, материальной, психологической подготовленности, от его возможностей и умения адекватно экстраполировать свой результат. Перспективный уровень ожидания планировался как результат ниже, чем перспективный уровень притязания. Это было сделано на непредвиденный случай (травма, болезнь, смена тренера, непривычные места тренировок и соревнований и т.п.) с целью смягчить силу психологического давления на спортсмена.

Результат, намеченный показать спортсменом в течение одного спортивного сезона, назван текущим уровнем притязания. По данным Л.П. Матвеева, за один год пловцы принимают участие в 35–120 соревнованиях и вполне естественно, что не в каждом старте они могут или должны улучшать свои результаты, так как часто на этих соревнованиях решаются тактические задачи, носящие вспомогательный, промежуточный характер. Только 2–3 соревнования в году считаются главными, на которых надо показывать лучшие спортивные результаты. Текущий уровень притязаний также зависит от возможностей спортсмена, от его тренированности, от умения войти и сохранить спортивную форму, от адекватного антиципирования своего результата. Текущий уровень притязания больше относится к личностной характеристике, чем к ситуативной. Текущий уровень ожидания может флюктуировать в зависимости от года четырехлетнего цикла (в начале, в конце, после восстановительного периода, опробывания новых тактических вариантов, методов тренировки и т.п.).

Результат, намеченный показать спортсменом в данном, конкретном соревновании, назван оперативным уровнем притязаний. Оперативный уровень притязания формируется в момент окончательного принятия решения спортсменом участия в соревнованиях и уточняется в зависимости от внешних и внутренних условий (значимость соревнования, период тренировочного процесса, степень готовности спортсмена, его самочувствия и т.п.). Оперативный уровень притязаний спортсмена в большей степени зависит от его состояния и многих других ситуативных переменных. Уровень ожидания может незначительно отличаться от уровня притязаний как в сторону положительного, так и отрицательного сдвигов.

Для изучения количественного выражения уровня притязаний нами был применен следующий подход. Мировой рекорд на дистанциях, на которых специализируются пловцы, был принят за 100%. Лучший результат спортсмена высчитывался в процентном отношении от мирового рекорда по эмпирической формуле:

$$X=100 - \frac{(B - 100)}{A}, \text{ где } A - \text{ мировой рекорд в секундах, } B - \text{ лучший}$$

результат спортсмена в сек, 100 – константы

Оказалось, что результат мастеров спорта в среднем равен 90 % от мирового рекорда, кандидатов в мастера спорта – 84 %, перворазрядников – 78 %. Для определения перспективного, текущего и оперативного уровня притязаний применялась вышеприведенная формула. Полученный процентный результат сравнивался с запланированным спортивным результатом. Если был показан результат выше имеющегося, то это свидетельствовало о повышенном уровне притязаний, и наоборот, если показанный результат был меньше запланированного и ниже в процентном отношении от мирового, то – о пониженном уровне притязаний.

В результате нашего исследования была вычислена оптимальная зона прироста уровня притязаний:

1. Перспективного уровня притязаний:

А. Мастера спорта $90\% + 4\% = 94\%$

Б. Кандидата в мастера спорта $84\% + 8\% = 92\%$

В. Первого разряда $78\% + 12\% = 90\%$

По мере приближения к 100% выражению мирового рекорда шкала суживается, т.е. цена деления увеличивается. 4% прироста мастера спорта равно 8% прироста кандидата в мастера спорта и 12% – первого разряда. Соответственно, 2 секунды прироста результата мастера спорта равно 4 секундам КМС и 6 секундам спортсмена первого разряда.

Перспективный уровень притязаний зависит в равной степени от всех компонентов подготовки спортсмена (физической, функциональной, технической, тактической, теоретической, психологической, моральной).

2. Текущего уровня притязаний:

А. Мастера спорта $90\% + 1\% = 91\%$

Б. Кандидата в мастера спорта $84\% + 2\% = 86\%$

В. Первого разряда $78\% + 3\% = 81\%$

1% прироста результата мастера спорта равно 2 % кандидата в мастера спорта и 3 % – перворазрядника. Соответственно, 0,5 секунды прироста мастера спорта равно 1 секунде – кандидата в мастера спорта и 1,5 секунды – спортсмена первого разряда. Текущий уровень притязаний зависит от всех компонентов подготовки спортсменов, но психологическая подготовка начинает занимать ведущее значение.

3. Оперативного уровня притязаний:

А. Мастера спорта $90\% + 0,33\% = 90,33\%$

Б. Кандидата в мастера спорта $84\% + 0,7\% = 84,7\%$

В. Первого разряда $78\% + 1,0\% = 79,0\%$

0,33% прироста результата мастера спорта в конкретном соревновании равно 0,7 % кандидата в мастера спорта и 1 % – спортсмена первого разряда. Соответственно, в конкретном соревновании мастер спорта должен улучшить свой результат на 0,17 секунды, кандидат в мастера спорта – на 0,33 секунды, а спортсмен первого разряда – на 0,5 секунды. Если спортсмен в данном, конкретном соревновании не улучшит свой результат на указанные доли секунды, то в следующих соревнованиях он должен уже улучшать свои результаты вдвойне. Оперативный уровень притязаний также зависит от всех компонентов подготовки спортсмена, но психологическая подготовка уже занимает доминирующее положение.

Качественный анализ оперативного уровня притязаний позволил выяснить, что у мастеров уровень притязаний многовариантный (занять 1 место, попасть в призы соревнований, улучшить свой результат, проверить тактический вариант заплыва, попасть в сборную команду – города, области, края, республики, страны, попасть на сборы, выехать для участия в соревнованиях за рубеж, выиграть у основного соперника, попасть на соревнования рангом выше и т.д.), а у немастеров – одно-двухвариантный (выполнить норматив кандидата в мастера спорта, мастера, попасть в финальный заплыв). Например, мастер спорта Г.У. «притязает» на соревнованиях – попасть в призы, выиграть у основного соперника, показать результат выше, чем в этом же периоде в прошлом году, попасть в сборную команду и на тренировочные сборы. Перворазрядница Л.В. «притязает»

только на выполнение норматива кандидата в мастера спорта и попадание в финальный заплыв [6, 8].

Установлено, что у мастеров спорта уровень ожидания, как правило, равен реальной цели, а у немастеров уровень ожидания флюктуирует (может быть как выше, так и ниже реальной цели). Чем меньше разница между идеальной и реальной целями, тем в более оптимальной психологической подготовленности находится спортсмен, и наоборот. Если уровень притязаний в большей степени зависит от внешних факторов (установка руководителей команды, тренера, требования общественности, значимых лиц), то уровень ожидания в большей степени зависит от внутреннего состояния спортсмена (самооценки, уверенности в своих силах, субъективной оценки готовности к соревнованиям, внутреннего настроя, самочувствия, сопротивляемости фрустрациям и т.п.).

Неудача у мастеров при реализации оперативного уровня притязаний компенсируется широким диапазоном качественного (многовариантного) проявления уровня притязаний.

Установлено, что притязания сильно зависят от адекватной оценки индивидом своих возможностей. Выявлен высокий уровень положительной связи между возможностями и притязаниями – чем выше возможности, тем выше притязания. Очевидно, что адекватность оценки возрастает от оптимального для каждого спортсмена количества и качества соревновательных стартов [2, 10, 11, 12].

Нельзя не согласиться с мнением В. Гошека, М. Ванека, Б. Свободы, которые отмечают, что достижение результата выше уровня притязаний имеет для спортсмена определенную ценность (часто оно выступает как средство для достижения других целей), становится для него потребностью и непосредственной целью. Если этот результат достигается, то спортсмен положительно эмоционально переживает свой успех. Если результат ниже уровня притязаний, это означает для спортсмена неудачу. То психическое состояние, которое возникает у него в результате успеха, является вследствие своих особенностей положительным, благотворным, как осуществление цели спортивной тренировки. Оно характеризуется приятными ощущениями и ведет к повышению уровня притязаний в будущей деятельности, к увеличению силы мотивации, росту общей работоспособности. Было доказано, что у большинства спортсменов непосредственно в успешной ситуации спортивные результаты растут [11].

Мы согласно с В.Гошеком, который понимает уровень притязаний как самооценку, косвенно выраженную посредством требований качества и количества собственной дальнейшей деятельности. Результатом осуществления этой самооценки являются психические состояния (ощущение удачи или неудачи), которые имеют огромное мотивационное значение для спортивной деятельности. Если после достигнутого результата у спортсмена вновь возникают притязания определенного уровня, то на их степень влияет предшествующее целевое несогласие. После достижения очередного уровня притязаний обыкновенно он повышается, после недостижения – понижается. Уровень притязаний создается в рамках антиципации результата деятельности и считается частью воли и мотивации. По мнению В.Гошека, удачей будет достижение результата, превосходящего уровень притязаний, а неудачей – показание результата ниже, чем при предшествующем уровне притязаний [11].

В работе получило подтверждение мысль Б. Кретти о том, что чрезмерно высокая потребность в достижении успеха чаще бывает результатом потребности избежать боязни потерпеть неудачу, а также мнение Р.Сингера о том, что прошлый опыт деятельности спортсмена в связи с его планами в настоящем в значительной степени определяет характер его надежд и ожиданий. В свою очередь, высокие, но реально достижимые цели повлияют на успешность деятельности. Наличие реальных высоких целей приводит к улучшению результатов деятельности [10].

Оперативный уровень притязаний, тесно связанный и с мотивацией, и с фрустрацией, не всегда в реальной спортивной деятельности соответствует модели выбора Дж.Аткинсона, определяемой двумя тенденциями – добиваться успеха и избегать неудачи, которая не исчерпывает всех нюансов уровня притязаний и уровня ожиданий спортсменов [15].

В спортивной деятельности возможны как типичные, так и нетипичные сдвиги. Они зависят от целей и задач предстоящих соревнований, а также от выраженности и доли качественных характеристик уровня притязаний (значимость соревнований, решаемые

задачи в них, период и цикл в соревновательно-тренировочном процессе, подготовленность спортсмена, уровень спортивной формы и т.п.).

В зависимости от прошлого опыта и ожиданий в настоящем перед каждым спортсменом ставится определенная цель, которая должна меняться после каждого выступления. По мнению Д. Джоунс и Г. Уотсона, потребность в достижении успеха можно рассматривать по двум параметрам: высокий или низкий уровень и степень однородности (гомогенности) [11].

Работа подтвердила мнение Р. Сингера, который считает, что на уровень цели, которую ставит перед собой спортсмен, влияют его прошлые успехи и неудачи, а также способность реалистически оценить и настоящую ситуацию. Однако спортсмен или команда как единое целое будут ставить перед собой большие цели лишь в том случае, если раньше успехов было больше, чем неудач. Успех или неудача определяется целью, которую ставит перед собой спортсмен или которую кто-то ставит перед ним. То, что может быть успехом для одного спортсмена или команды, совсем необязательно будет успехом для другого спортсмена или команды. Поэтому достаточно успешные выступления в прошлом и правильно поставленные цели являются предпосылкой к дальнейшему повышению уровня притязаний, что, в свою очередь, приводит к улучшению результативности деятельности [11].

Мы согласны с позицией Б. Кретти о том, что как у отдельных спортсменов, так и в группах, имеется потребность в достижении, перед спортсменами ставятся цели, которые после их достижения, превышения или невыполнения формируют групповой уровень притязаний на будущие соревнования. Групповой уровень притязаний также в большой степени зависит от прошлых успехов или неудач, которые были характерны для деятельности их группы и отдельных спортсменов [10].

Г.Д. Горбунов установил, что уровень притязаний зависит от сформированных мотивов [9]. Ряд авторов считают, что путем воздействия на уровень притязаний и ожиданий можно регулировать психическое состояние спортсменов в соревнованиях (Л.Д. Гиссен, Р.М. Загайнов, Ю.Я. Киселев [6, 8]).

Наша работа подтвердила значимость и важность изучения уровня притязаний в естественных конкретных условиях спортивной деятельности. В отличие от литературных источников, утверждающих, что уровень притязаний можно рассматривать только на двух уровнях, нами были выделены перспективный, текущий и оперативный уровни притязаний. Перспективный уровень притязаний определен как личностная характеристика, в равной мере зависящая от всех компонентов подготовки спортсменов. Текущий уровень притязаний в большей степени относится к личностной характеристике, чем к ситуативной. Оперативный уровень притязаний в большей степени зависимый от многих ситуативных переменных, определен как характеристика состояния спортсмена.

В работе показано, что уровень притязаний влияет на самооценку, косвенное выраженную посредством требований количества и качества собственной дальнейшей деятельности и зависит от оценки спортсменом своих возможностей.

Выводы:

1. Уровень притязаний как личностная характеристика формируется не одномоментно, а в результате длительного учебно-тренировочного процесса в комплексном воздействии всех видов подготовки, включая и психологическое сопровождение.

2. Уровень притязаний – интегративная характеристика и сформированных личностных качеств (мотивации, самооценки, черт характера, воли), и эмоциональных компонентов (влияние вегетативной нервной системы, предстартовых состояний, настроения, самочувствия, сопротивляемости фрустрациям).

3. Спортивную деятельность спортсменов целесообразно специально наполнять требованиями и условиями реализации перспективного, текущего и оперативного уровня притязаний; необходимо добиваться позитивной взаимосвязанности внешних и внутренних факторов, влияющих на уровень притязания и уровень ожидания с целью максимальной реализации возможностей спортсменов.

4. На уровень притязаний и уровень ожидания большое влияние оказывают индивидуально-психологические особенности с учетом гендерной, возрастной, квалификационной дифференциации (морфология, физические качества спортсменов,

нейро-и психодинамика, психомоторика, мотивация, самооценка, черты и направленность личности спортсменов).

5. Данная методика определения количественно-качественных характеристик уровня притязаний может быть использована и в других видах спорта.

Примечания:

1. Ребер А. Большой толковый психологический словарь. Т.2. М.: Вече-Аст, 2003. 600 с.
2. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2009. 352 с.
3. Психологический словарь / Под ред. В.П.Зинченко и Б.Г.Мещерякова. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Педагогика-Пресс, 2003. 440 с.
4. Мейли Р. Структура личности / Экспериментальная психология // Под ред. П.Фресса и Ж. Пиаже. М.: Прогресс, 1975. С. 197–283.
5. Lewin K., Dembo T., Festinger L., Sears P.S. (1944). Level of aspiration. In: Hunt J. McV. (Ed.). Personality and the behavior disorders. 2 vol. New York, The Ronald Press Company, vol. 1, 33–378.
6. Юров И.А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте. М.: Советский спорт, 2006. 163 с.
7. McClelland D., Atkinson J., Clark R., Lowell E. Achievement Motivation. New York: Appleton – Century Crofts, 1953, 384 p.
8. Юров И.А. Взаимосвязь физических качеств и психологических свойств спортсменов // Вестник спортивной науки. 2013. №3. С.23–28.
9. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. М.: Советский спорт, 2010. 310 с.
10. Кретти Б. Дж. Психические свойства и черты личности спортсменов / Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов: хрестоматия // Сост. и общая редакция И.П.Волкова, Н.С. Цикуновой. М.: Советский спорт, 2005. С. 130–144.
11. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов // Сост. и общ. ред. И.П.Волкова, Н.С.Цикуновой. М.: Советский спорт, 2005. С.5–63.
12. Уэйнберг Р., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. – Киев: Олимпийская литература, 2001. 335 с.
13. Locke E.A. (1966). The Relationship of Instruction to Level of Performance, Journal of Applied Psychology, 50, 60–66.
14. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. М.: ФиС, 1977. 280 с.
15. Atkinson J.W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. Psychol. Rev., 64, 359–372.

References:

1. Reber And. Big explanatory psychological dictionary. T.2. M: Veche Nuclear heating plant, 2003. – 600 p.
2. Plyn E.P. Psychology in modern sports. SPb.: Piter, 2009. 352 p.
3. The psychological dictionary / Under. edition of Accusative of Zinchenko and B.G.Meshcheryakova. – the 2nd prod. reslave. and additional. M: Pedagogika-Press, 2003. 440 pages.
4. Maley R. The structure of personality / Outline experimental psychology//eds. P. Fress and J.Piaget. M.: Progress, 1975. – P. 197– 283.
5. Lewin K., Dembo T., Festinger L., Sears P.S. (1944). Level of aspiration. In: Hunt J. McV. (Ed.). Personality and the behavior disorders. 2 vol. New York, The Ronald Press Company, vol. 1, 33 – 378.
6. Yurov I.A. Psychological testing and psychotherapy in sports. M. Soviet sports, 2006. 163 p.
7. McClelland D., Atkinson J., Clark R., Lowell E. Achievement Motivation. New York: Appleton – Century Crofts, 1953, 384 p.
8. Yurov I. A. The relationship of physical qualities and psychological qualities athletes // Journal of sports science. 2013. №3. P. 23 – 28.
9. Gorbunov G. D. Psychopedagogik's humpbacks of sport. M.: Sovetsky sport, 2010. 310 p.

10. Kretti B. Dzh. Mental properties and lines of the identity of athletes / Sports psychology in works of foreign experts: anthology // Sost. and I.P. Volkov, N. S. Tsikunova's general edition. M.: Soviet sport, 2005. Page 130-144.
11. Sports Psychology in works of foreign specialists // Eds. I. Volkov and N. S. Cikunova. Moscow: Soviet sport, 2005. 286 p.
12. Weinberg R., Gould D. Basics psychology of sport and physical education. Kiev: Olympic literature, 2001. 335 p.
13. Locke E.A. (1966). The Relationship of Instruction to Level of Performance, Journal of Applied Psychology, 50, 60–66.
14. Matveev L.P. Bases of sports training. M.: FIS, 1977. 280 p.
15. Atkinson J.W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. Psychol. Rev., 64, 359–372.

УДК 159.9

Уровни притязания и ожидания как предикторы успешности спортсменов

Игорь Александрович Юров

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

Аннотация. В статье представлена количественно-качественная характеристика уровня притязаний спортсменов-пловцов разной квалификации. Уровень притязаний – одна из характеристик личности, поскольку в ней отражено существенное для личности соотношение ее «потенций и тенденций», ее возможностей и стремлений, потребности личности сохранить свои достижения, уровень трудностей выбираемой индивидом цели, стремление к достижению целей той степени сложности, на которую человек считает себя способным, оценка своих возможностей, сохранение которой стало для человека потребностью, конкретный результат, который собираются получить, приступая к деятельности, уровень трудности задач, которые выбирает человек, на осуществление которых он претендует. Представлены перспективный, тактический и оперативный уровни притязаний. Установлены психологические различия уровня притязаний у спортсменов разной квалификации. Определен уровень ожидания в спорте как интегральная характеристика всех видов подготовки, в которых доминирующую роль выполняет психологическая подготовка. Полученные данные позволяют утверждать о необходимости психологического сопровождения спортсменов от начала спортивной карьеры до ее инволюции.

Ключевые слова: уровень притязаний; уровень ожидания; перспективный; тактический; оперативный уровни притязаний; спортивное мастерство; квалификация спортсменов; психологическое сопровождение.