

Савиченко О.М. Стратегіальна регуляція розвитку спортивних здібностей в утруднюючих умовах // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України // За ред. В.О. Моляко. – Т.12. – Вип. 6. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім.І.Франка, 2009. – С.274-281.

С. 274

О.М. Савиченко (м. Житомир)

СТРАТЕГІАЛЬНА РЕГУЛЯЦІЯ РОЗВИТКУ СПОРТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ В УТРУДНЮЮЧИХ УМОВАХ

У статті розглядається вплив утруднюючих умов на розвиток ціннісно-мотиваційних стратегій спортивної діяльності.

Ключові слова: регуляція, ціннісно-мотиваційні стратегії, утруднюючі умови.

В статье рассматривается влияние усложненных условий на развитие ценностно-мотивационных стратегий спортивной деятельности.

Ключевые слова: регуляция, ценностно-мотивационные стратегии, усложненные условия.

The influence of difficult situations on the development of value-motivational strategies of sport acuity is under considering in the article.

Key words: regulation, value-motivational strategies, difficulties.

С. 275

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими практичними завданнями. Розвиток спортивних здібностей значною мірою залежить від чинників ціннісного, мотиваційного, регуляційного характеру. Цінності визначають загальну спрямованість розвитку особистості, а мотивація пояснює поведінку людини у конкретній ситуації. Ґрунтуючись на дослідженнях В.О.Моляко про стратегіальну організацію свідомості обдарованої особистості, ми використали поняття стратегії як інтегруючий показник розвитку ціннісно-мотиваційної регуляції.

Аналіз досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання проблеми. Індивідуальна своєрідність стратегій визначається, з одного боку, переліком вибраних людиною діяльностей, в яких вони розвиваються, а з іншого, – індивідуально-психологічними властивостями цієї людини. Таким чином, стратегії завжди є індивідуальними, оскільки відображають особливі, цінні для окремої людини способи взаємодії зі світом.

Стратегії формуються як способи виконання діяльності і лише згодом беруть участь у регулюванні окремих життєвих процесів, формуються як стратегії життя людини. К.О. Абульханова-Славська, визначаючи життєву стратегію як здатність людини узгоджувати свої індивідуальні особливості, статусні, вікові можливості, власні домагання з вимогами суспільства, підкреслює її ціннісну природу [1]. На її думку, в основі формування стратегій лежить уявлення особистості про цілісність, поетапність, перспективність свого життєвого шляху. Авторка розглядає стратегію як інтегральну характеристику особистості, яка здійснюється людиною тільки в якості суб'єкта власного життя і відображає її здатність інтегрувати свої здібності в різних сферах. Стратегія є тим способом досягнення життєвого успіху, який пов'язує між собою окремі життєві процеси і окрім основної мети діяльності визначає і спосіб її досягнення.

На думку О.Л. Музики, стратегії беруть активну участь у регуляції всіх аспектів поведінки людини і тісно пов'язані з цінностями особистості через свою індивідуальну своєрідність і цінність, включеність до життєвого досвіду та зв'язок з рівнем розвитку здібностей. Стратегії об'єднують діяльнісні і моральнісні конструкти і, надаючи їм інтенційності, і спрямовують активність людини [11; 15].

Вивчення стратегіальних тенденцій в контексті регуляції діяльності проводилися О.О. Конопкіним, В.І. Моросановою, В.Й. Степанським [6; 9; 14]. Для позначення стійких проявів індивідуальної структури і особливостей саморегуляції в різноманітних життєвих ситуаціях вони використали поняття стилю усвідомленої цілеспрямованої саморегуляції. На думку цих авторів, стиль відображає найбільш загальні і суттєві характеристики регуляторики, не пов'язані зі специфікою окремих видів предметної діяльності [6].

Ми вважаємо за доцільне говорити про стратегії як найзагальніші способи регуляції діяльності, які засвоюються в окремих її видах з подальшим перенесенням їх на інші види діяльності (на вищих рівнях розвитку здібностей).

Найбільшого розвитку ідея про стратегіальну організацію свідомості

набула в роботах В.О.Моляко, який наголошує на регулятивній функції стратегій і вважає, що саме стратегії є організуючою та регулюючою складовою системи творчої діяльності, яка визначається, з одного боку, умовами задачі, а з іншого, – особистісними якостями суб'єкта [5, 7, 8].

Дослідження спортивних здібностей пов'язане з вивченням основних стратегій досягнення успіху. У роботах Родіонова виділяється дві стратегії формування здібностей у спорті: індивідуалізації та позбавлення від недоліків [13]. Класифікації спортивної обдарованості, описані Н.А.Государьовим,

C.276

В.П. Некрасовим, ґрунтуються на використанні різних стратегій досягнення спортивного успіху [4; 12]. Результати досліджень Н.Ю.Волянюк розкривають динаміку стратегій спортивної діяльності протягом спортивної кар'єри в залежності від етапу професійної підготовки [3]. Експериментальне вивчення процесів регуляції спортсменів дозволило Х.Хекхаузену описати індивідуальні особливості використання регуляційних стратегій [10].

Вибір людиною певної стратегії зумовлюється особистісними та ситуаційними факторами. В контексті аналізу спортивної діяльності особливого значення набуває вивчення специфіки застосування різних стратегій в утруднюючих умовах. У нашому дослідженні ми виходимо з основних положень теорії В.О.Моляко, який для позначення ситуацій, в яких виникають перешкоди і протиріччя, використовує поняття утруднюючих умов і розглядає їх як ресурси суб'єктної активності людини [5].

На думку К.О.Абульханової-Славської, життя людини породжує протиріччя, а бажання і здатність розв'язувати їх робить людину суб'єктом власного життя [1]. Стійкість до труднощів, протиріччя може перетворитися на своєрідну потребу людини, яка є притаманною підліткам та юнакам в ситуаціях вибору професії, життєвого шляху тощо. На думку авторки, здатність особистості розв'язувати протиріччя є показником особистісного росту та зрілості, а спосіб їх розв'язання характеризує соціально-психологічну та особистісну зрілість людини. Результати біографічних досліджень О.О.

Бодальова і Л.О.Рудкевича дозволяють зробити висновок про бажання і здатність до долання перешкод як невід'ємну характеристику видатних людей [2]. Автор теорії мотивації досягнення Х.Хекхаузен стверджує, що перед лицем перешкод не лише збільшується докладене зусилля, але і стає більш привабливою (або, в негативному випадку, більш відштовхуючою) сама ціль дії [10]. На його думку, боротьба мотивів – це не прояв чи ознака високої мотивації досягнення, а лише випадок, що вимагає її прояву. Дослідження М.Тишкової дозволили їй виділити основні типи складних ситуацій: складні життєві ситуації (хвороба, загроза інвалідності або смерті), складні ситуації, пов'язані з виконанням якоїсь задачі (труднощі, протидія, перешкоди, невдачі), складні ситуації, пов'язані з соціальною взаємодією (оцінка, критика, конфлікти, тиск) [16].

Таким чином, утруднюючі умови, з якими часто пов'язана спортивна діяльність, стимулюють внутрішню активність людини, залучення засобів регуляції, не лише вимагають, але й відкривають можливості для використання та засвоєння нових ціннісно-мотиваційних стратегій.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.

Незважаючи на те, що поняття стратегій останнім часом широко використовується у психологічних дослідженнях, недостатньо розробленою залишається проблема ситуативної детермінованості використання стратегій в окремих видах діяльності.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Вивчити особливості стратегіальної регуляції розвитку спортивних здібностей в утруднюючих умовах.

Виклад основного матеріалу дослідження. В основу нашої класифікації ціннісно-мотиваційних стратегій спортсменів покладено такі основні принципи: 1) розвиток окремих стратегій відображає розвиток здібностей; 2) структура стратегіальних тенденцій має рівневу будову, розвиток здібностей забезпечує формування нових стратегій; 3) оволодіння спортсменом певною

C. 277

стратегією створює передумови для переходу на нову стадію розвитку, для формування нових стратегій; 4) ціннісно-мотиваційні стратегії є результатом розвитку окремих структурних компонентів ціннісно-мотиваційної сфери; 5) у процесі розвитку спортивних здібностей відбувається накопичення засвоєних стратегій, кожна наступна стратегія з'являється у результаті розвитку попередніх; 6) вищий рівень сформованості окремих стратегій визначається рівнем розвитку спортивних здібностей.

В контексті аналізу спортивних здібностей ми виділили такі ціннісно-мотиваційні стратегії спортивної діяльності: на нормативному рівні регуляції – ситуативна, нормативно-ритуальна, атрибуційна; на процесуальному рівні регуляції – оцінково-прогностична, операційно-когнітивна, розвивальна; на суб'єктному рівні регуляції розвитку спортивних здібностей – суб'єктна, надситуативна та інтеграційна стратегії.

Показниками розвитку *ситуативної стратегії* є включення у спортивну групу через особистісні стосунки, залежність фізичної активності від зовнішнього підкріплення, детермінація поведінки нестійкими мотивами. При використанні *нормативно-ритуальної* стратегії метою фізичної активності є позитивне підкріплення за відповідність «нормі» та задоволення статусних домагань. Виникнення потреби в узгодженні діяльності та отриманого підкріплення, усвідомлення причинно-наслідкових зв'язків між метою, виконанням завдань, результатом та оцінкою тренера є ознаками атрибуційної стратегії. Появі *оцінково-прогностичної стратегії* сприяє виникнення потреби в оволодінні новими вміннями, необхідними для досягнення високих результатів, інтелектуального та емоційного компонентів спортивної діяльності. Активне цілеспрямоване набуття операціонального досвіду, внутрішня активність, спрямована на усвідомлення власної діяльності дозволяють виділити *операційно-когнітивну стратегію*. При використанні *розвивальної стратегії* основними критеріями оцінки власних досягнень стають складність завдання та докладені зусилля; у спортсменів з'являється прагнення отримати заслужений

результат, усвідомлюються розвиток власних здібностей та перспективи їх розвитку. Потреба в особистісному зростанні шляхом досягнення успіхів у спортивній діяльності, прагнення до використання у спорті усіх можливих особистісних ресурсів свідчать про переважання *суб'єктної стратегії*. Основними показниками *надситуативної стратегії* є самостійний пошук, планування та виконання діяльності, понаднормова активність, розвиток системи самопідкріплення. Перенесення спортивних досягнень в інші види діяльності та вплив утруднюючих умов на суб'єктивну оцінку результатів сприяють появі *інтеграційної стратегії*.

Виділені стратегії дозволяють вивчати індивідуально своєрідні способи розвитку спортивних здібностей та досягнення спортивних результатів.

Порівняння результатів дослідження спортсменів з різною успішністю підтверджує висунуте нами припущення про здатність обдарованих спортсменів до накопичення продуктивних *ціннісно-мотиваційних стратегій* розвитку здібностей та про існування суттєвих відмінностей у способах їх використання спортсменами різних рівнів. Зазначимо, що окремі стратегії не трапляються в «чистому вигляді» – вони, як правило, поєднуються, а їх використання визначається, значною мірою, параметрами ситуації.

Найпоширенішими виявилися стратегіальні тенденції, що відповідають нормативному та процесуальному рівням: атрибуційна (60%), операційно-когнітивна (64%) та розвивальна (58%).

C.278

Виявилося, що в обдарованих спортсменів, на відміну від їх пересічних однолітків, широко представлені усі стратегії розвитку здібностей. Ті стратегії, котрі відповідають нормативному рівню регуляції діяльності, в обдарованих спортсменів представлені лише в окремих ситуаціях і виявлені були шляхом ретроспективного аналізу подій. Натомість інтеграційна, надситуативна і суб'єктна стратегії використовуються ними досить широко, а у пересічних спортсменів проявляються в поодиноких випадках (здебільшого це спортсмени, які тривалий час займаються спортом, але не досягли високих результатів –

вони тренуються разом з обдарованими і у спільній діяльності засвоїли їх цінності і способи поведінки).

Результати досліджень свідчать, що існують суттєві відмінності у способах використання ціннісно-мотиваційних стратегій спортсменами різних рівнів. Так, пересічні спортсмени використовують одну й ту ж стратегію постійно протягом значного часу, а потім переходять до інших, а обдаровані здатні динамічно змінювати різні регуляційні стратегії протягом малого часового проміжку. Окрім того, обдаровані спортсмени здатні накопичувати регуляційні стратегії і використовувати їх при потребі в різних ситуаціях. Недосконале оволодіння певною стратегією веде до зупинки в рості спортивних здібностей.

Узагальнені результати дослідження ціннісно-мотиваційних стратегій спортивної діяльності представлені у таблиці 1.

Таблиця 1.

Результати дослідження ціннісно-мотиваційних стратегій спортивної діяльності

Назва ціннісно-мотиваційної стратегії	Показники використання спортсменами ціннісно-мотиваційних стратегій (% від загальної вибірки досліджуваних)			
	В усіх ситуаціях		В утруднюючих умовах	
	Обдаровані спортсмени	Пересічні спортсмени	Обдаровані спортсмени	Пересічні спортсмени
Інтеграційна	81 %	21 %	83 %	17 %
Надситуативна	77 %	9 %	87 %	24 %
Суб'єктна	83 %	17 %	87 %	27 %
Розвивальна	83 %	33 %	77 %	27 %
Операційно-когнітивна	73 %	54 %	77 %	54 %
Оцінково-прогностична	47 %	52 %	42 %	54 %
Атрибуційна	49 %	72 %	72 %	62 %
Нормативно-ритуальна	32 %	60 %	62 %	64 %
Ситуативна	30 %	72 %	64 %	72 %

Аналіз отриманих результатів дозволяє зробити висновок, що в утруднюючих умовах стратегіальна регуляція спортивної діяльності піднімається на вищий рівень: зростає кількість стратегій, що використовують спортсмени, підвищується частота використання окремих стратегіальних тенденцій.

Основними типами утруднень у юнацькому спорті є такі: недостатність

технічної підготовленості для виконання окремих завдань (через брак часу, устаткування, старанності), сильний суперник чи високий рівень змагань, травматизм, необхідність виконання нових завдань, неосвоєних елементів, часові обмеження у виконанні завдань, фізіологічні труднощі, дефекти,

С.279

відсутність фізіологічних передумов для досконалого виконання завдань, недостатньо розвинені особистісні якості тощо.

Незважаючи на те, що усі перераховані умови можуть об'єктивно існувати, однак віднесення певної ситуації до утруднюючої носить суто суб'єктивний характер. Зазначимо, що ретроспективний аналіз власної поведінки в утруднюючих умовах, як правило, слугує для обґрунтування необхідності введення нових елементів у діяльність.

Аналіз результатів біографічного дослідження дозволяє виділити основні типи утруднюючих умов, що виникають на нормативному, процесуальному та суб'єктивному рівнях регуляції (табл. 2.). Специфічними для юнацького спорту є утруднюючі умови, пов'язані зі вступом до вузу, перехід у нову вікову групу спортсменів.

Таблиця 2.

Структура утруднюючих умов спортивної діяльності

Рівні ціннісно-мотиваційної регуляції	Причини	Типи утруднюючих умов	Способи подолання	Ефективні стратегії
Суб'єктивний рівень	відсутність високих результатів, суб'єктивне знецінення окремих результатів	Завищені вимоги до власної діяльності	максимальна внутрішня мобілізація та використання особистісних ресурсів	Інтеграційна, повторне використання усіх стратегій
		Суб'єктивна низька оцінка особистісних якостей		
		Часові обмеження		
		Перехід у нову вікову групу		
Процесуальний рівень	недоліки фізіологічного характеру, інтелектуального розвитку або ж недостатні зусилля при фізичній підготовці	Недостатній рівень підготовки	прояв окремих особистісних якостей (сила волі, наполегливість тощо)	Розвивальна, суб'єктивна, надситуативна
		Травматизм		
		Вступ до вузу		
Нормативний рівень	нерелевантне самооцінці зовнішнє підкріплення тренера та однолітків	Високий рівень суперника	досконале виконання окремих елементів діяльності	Нормативно-ритуальна, атрибуційна, оцінково-прогностична, операційно-когнітивна
		Низька оцінка тренера		
		Повільні темпи розвитку у порівнянні з однолітками		

Виникнення утруднюючих умов пов'язане з рівнем ціннісно-мотиваційної регуляції, на якому знаходяться спортсмени. Так, на нормативному рівні регуляції основними причинами утруднень є нерелевантне самооцінці зовнішнє підкріплення тренера та однолітків. Таким чином, утруднюють розвиток здібностей повільні темпи розвитку у порівнянні з ровесниками, низька оцінка тренера чи однолітків, високий рівень суперника. Переважання нормативного рівня регуляції може спричинити певні труднощі

C.280

при вступі спортсменів до вищих навчальних закладів. У такій ситуації змінюються засоби і умови задоволення потреб у схваленні та визнанні: при невдалій спробі вступу до вузу – не задовольняються ці потреби у групі спортсменів, а вдала спроба вступу до вузу зумовлює необхідність пошуку нових засобів їх задоволення у групі студентів.

Подолання утруднень, пов'язаних із нормативним рівнем регуляції, можливе завдяки досконалому виконанню окремих елементів діяльності. Ефективними тут виявляються стратегії нормативного (нормативно-ритуальна, атрибуційна) та процесуального (оцінково-прогностична, операційно-когнітивна) рівнів регуляції. Таким чином, утруднюючі умови сприяють активізації вищих рівнів регуляції, засвоєнню ціннісно-мотиваційних стратегій вищих рівнів.

На процесуальному рівні регуляції типовими утруднюючими умовами є травматизм, недостатній рівень спортивної підготовки, причинами яких вважаються недоліки фізіологічного характеру, інтелектуального розвитку або ж недостатні зусилля при фізичній підготовці. Для подолання таких труднощів ефективним є залучення засобів суб'єктного рівня регуляції: прояв окремих особистісних якостей (сила волі, наполегливість тощо) та освоєння розвивальної, суб'єктної та надситуативної стратегій.

Суб'єктний рівень ціннісно-мотиваційної регуляції пов'язаний з суб'єктивними утрудненнями (завищені вимоги до власної діяльності, суб'єктивна низька оцінка особистісних якостей, постановка цілей, досягнення

яких обмежене у часі). Причинами таких утруднень є відсутність високих результатів, суб'єктивне знецінення окремих спортивних результатів, а способами подолання - максимальна внутрішня мобілізація та використання особистісних ресурсів. Особливого значення у таких випадках набуває використання інтеграційної стратегії спортивної діяльності, а також здатність спортсмена до вибору та одночасного використання кількох стратегій.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Утруднюючі умови у спортивній діяльності є ґрунтом для формування ціннісно-мотиваційних стратегій спортивної діяльності, а згодом і розвитку особистості спортсменів. В залежності від оцінки значимості ситуації і ймовірності успіху вибирається і стратегія. В ситуаціях, які є особистісно значимими, людина застосовує й значимі стратегії діяльності, що іноді пов'язано зі значними витратами зусиль і часу. Таким чином, утруднюючі умови стимулюють використання та освоєння нових стратегій розвитку спортивних здібностей.

Література

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
2. Бодалев А.А., Рудкевич Л.А. Как становятся великими или выдающимися? – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. – 287с.
3. Волянюк Н.Ю. Особливості вибору стратегії копінг поведінки тренерів-викладачів // Соціальна психологія. – 2005. - № 4. – С. 101-112.
4. Государев Н.А. Так становятся чемпионами: (Комментарии психолога). – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 191с.
5. Здібності, творчість, обдарованість: теорія, методика, результати досліджень / За ред. В.О.Моляко, О.Л.Музики. – Житомир: Вид-во Рута, 2006. – 320с.
6. Конопкин О. А., Моросанова В. И. Стилевые особенности саморегуляции деятельности // Вопросы психологии. – 1989. - № 5. – С.18-26.
7. Моляко В.А. Стратегии решения новых задач в процессе регуляции творческой деятельности // Психологический журнал. – 1995. – Том 16. - №1. – С. 84-90.


С.281

8. Моляко В.А. Психология конструкторской деятельности. – М.: Машиностроение, 1983. – 134 с.
9. Моросанова В.И., Аронова Е.А. Самосознание и саморегуляция поведения. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – 213с.
10. Мотивация и деятельность / Х.Хекхаузен. – 2-е изд. – СПб.: Питер; М.: Смысл, 2003. – 860с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
11. Музика О.Л. Ціннісна регуляція суб'єктної активності особистості /Наукові записки Інституту психології імені Г.С.Костюка АПН України /За ред. академіка С.Д.Максименка. – К.: Главник, 2005. – Вип. 26, в 4-х томах, т. 3. – С.168-173.
12. Некрасов В.П. Спорт и характер. – М.: Фізкультура и спорт, 1986. – 95с.
13. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для вузов. – М.:

Академический Проект; Фонд «Мир», 2004. – 576с. – («Gaudeamus»).

14. Степанский В.И. Свойство субъектности как предпосылка личностной формы общения // Вопросы психологии. – 1991. - №5. – С.98-103.
15. Стратегії творчої діяльності: школа В.О. Моляко /За загальною редакцією В.О. Моляко. – К.: «Освіта України», 2008. – 702с.
16. Тышкова М. Исследование устойчивости личности детей и подростков в трудных ситуациях // Вопросы психологии. – 1987. - №1. – С.27-34.

ДОВІДКА ПРО АВТОРА

	Савиченко Ольга Михайлівна - аспірантка кафедри соціальної та практичної психології Житомирського державного університету імені Івана Франка	
	Науковий керівник: Музика Олександр Леонідович – кандидат психологічних наук, доцент, декан соціально-психологічного факультету, завідувач кафедри соціальної та практичної психології Житомирського державного університету імені Івана Франка	
	Робоча адреса: 10008 Житомир, вул. В.Бердичівська 40, ЖДУ імені Івана Франка тел.: 8 (0412) 37-20-63	Домашня адреса: 10002 Житомир, вул. Гагаріна 18, кв.43 Тел. дом.: 8 (0412) 43 85 07 Тел. моб.: 8 (063) 292 64 04