

ПОТРЕБИ ТА МОТИВИ СПОРТСМЕНІВ-ЛЕГКОАТЛЕТІВ ЯК ПРОВІДНІ КОМПОНЕНТИ СПРЯМОВАНOSTІ ЇХ ОСОБИСТОСТІ

Валентина Воронова, Олена Куц, Вікторія Ковальчук

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотації:

Актуальність теми дослідження. У роботі викладено результати експериментального дослідження потребо-мотиваційних складових підструктури особистості спортсменів-легкоатлетів, які є визначальним, соціально обумовленим надбанням кожної особистості, які в основному залежать від середовища, в якому виховувався спортсмен як індивід. Показано, що провідним мотивом в спортивній діяльності легкоатлетів є мотивація на досягнення успіху, показники якої відрізняються у спортсменів-легкоатлетів різних курсів навчання. **Мета дослідження:** визначити провідні компоненти спрямованості особистості (потреби, мотиви) та їх значущість у спортсменів-легкоатлетів протягом особистісного вдосконалення під час навчання у ЗВО. **Методи дослідження:** аналіз та узагальнення науково-методичної літератури та даних мережі Інтернет; методи психодіагностики (потреба в досягненні мети, спрямованість особистості на досягнення успіху, уникнення невдачі та інші); методи математичної статистики. **Результати дослідження.** Мотивація регулює поведінку, що є наслідком потреб чи бажань спортсмена досягти певної мети, відіграє головну роль у професійному самовизначенні та самовдосконаленні, а також виступає неодмінною умовою формування індивідуального стилю діяльності. Визначальним фактором досягнень в спорті є мотивація на досягнення успіху: спортсмени першого курсу навчання мали здебільшого досить високий (41,7 %) і занадто високий (41,7 %) рівень мотивації до успіху, середній рівень мотивації на уникнення невдач та прагнення до самозахисту (41,7 %), а третьокурсники – досить високу мотивацію до успіху (58,3 %) й середній рівень мотивації на уникнення невдач (67,7 %). **Висновки.** Вивчення компонентів спрямованості особистості спортсмена є важливою складовою процесу його особистісного та професійного зростання, а також успішності у спортивній діяльності, оскільки вона об'єднує настанови й позиції, світогляд, переконання, інтереси, цілі, рівень домагань, ідеали, що є соціально значущими для особистості спортсмена й певним чином впливають на процес спортивного вдосконалення та перебіг поза спортивної життєдіяльності.

Ключові слова:

професійне зростання, підструктури, особистість, студенти, досягнення успіху, уникнення невдачі.

The Needs and Motives of Athletes-athletes as Leading Components of Their Personality Orientation

Relevance of the research topic. The work presents the results of an experimental study of the need-motivational components of the substructure of the personality of athletes-athletes, which are a defining, socially determined property of each personality, which mainly depend on the environment in which the athlete was raised as an individual. It is shown that the leading motive in the sports activities of track and field athletes is the motivation to achieve success, the indicators of which differ in track and field athletes of different training courses. **The purpose** of the study: to determine the leading components of personality orientation (needs, motives) and their significance in track and field athletes during personal improvement while studying at a higher education institution. **Methods:** analysis and generalization of scientific and methodical literature and Internet data; methods of psychodiagnostics (the need to achieve a goal, the individual's orientation towards success, avoiding failure, and others); methods of mathematical statistics. **The results.** Motivation regulates behavior that is a consequence of an athlete's needs or desires to achieve a certain goal, plays a major role in professional self-determination and self-improvement, and is also an indispensable condition for the formation of an individual style of activity. The determining factor of achievements in sports is the motivation to achieve success: athletes of the first year of study mostly had a rather high (41.7%) and too high (41.7%) level of motivation for success, an average level of motivation to avoid failure and a desire for self-defense (41.7%), while third-year students have a rather high motivation to succeed (58.3%) and an average level of motivation to avoid failure (67.7%). **Conclusions.** The study of the components of an athlete's personality orientation is an important component of the process of his personal and professional growth, as well as success in sports activities, as it combines instructions and positions, worldview, beliefs, interests, goals, level of harassment, ideals that are socially significant for the individual athlete and in a certain way influence the process of sports improvement and the course of life outside of sports.

professional growth, substructures, personality, students, achieving success, avoiding failure.

Постановка проблеми. На сьогодні питання сфери психологічної підготовки спортсменів українськими та зарубіжними дослідниками розглядаються з точки зору дослідження її різноманітних аспектів: мотивація досягнення [4, 9, 10, 17], психічна готовність спортсмена до діяльності [6, 13, 16], психологічний клімат спортивної команди [8, 12], напрямки та зміст психологічного супроводу спортивної діяльності [5,13] тощо. Водночас слід виділити ряд досліджень, присвячених безпосередньо аналізу тих чи інших значущих психологічних особливостей особистості спортсмена [2, 6, 11, 16, 19, 20].

Компоненти підструктури спрямованості особистості спортсмена у процесі його багаторічної підготовки, зокрема домінуючі потреби, інтереси, настанови, ціннісні орієнтації, мотивація, самооцінка, є важливою складовою успішності для досягнення високих результатів, оскільки суттєво впливають на процес спортивного вдосконалення. Проте це питання дуже багатогранне, рівень сформованості і прояв компонентів

підструктури спрямованості особистості залежить від багатьох складових спортсмена (статі, віку, рівня освіченості, ступеню професійної майстерності, періоду підготовки, тощо). Тому аналіз наукової літератури щодо спрямованості особистості спортсмена дає підставу говорити про необхідність подальшого більш глибокого вивчення її складових, що і визначає актуальність даного дослідження.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Науковці відмічають, що мотивацію потрібно вважати провідною складовою структури особистості, так як від неї залежать багато інших – спрямованість, характер, здібності, емоції, психічні процеси та інші [1, 13, 20]. Мотивація є рушійною силою людської поведінки, відіграє головну роль у професійному самовизначенні та одночасно є неодмінною умовою формування індивідуального стилю діяльності [10]. Її можна віднести до функціонального, активного підґрунтя, яке забезпечує надійність діяльності спортсмена в процесі тренувань та змагань, оскільки процес і тренувальної, і змагальної діяльності відбувається завдяки тому, що спортсмен ставить перед собою певну мету і витримує значні фізичні та психічні навантаження заради її досягнення. Загальновідомо, що успіх людини у будь-якій сфері діяльності залежить не тільки від її здібностей і знань, але й від мотивації. Проте було б помилкою вважати, що тільки мотиваційні фактори визначають досягнення успіху спортсмена. Справа в тому, що структура особистості дуже складна та багатогранна, і тому кожен її компонент може суттєво впливати на прояв та перебіг інших. Наприклад, вважається, що чим вищий рівень мотивації буде у спортсмена, тим більше зусиль він схильний докладати, і тим кращого результату він може досягнути. Тобто високо мотивовані індивіди більше працюють і, як правило, досягають кращих результатів у діяльності. Проте якщо взяти до уваги перший закон мотивації Yerkes R. M., Dodson J. D. [23], дієвість якого експериментально встановлено ще в 1908 р., то стане очевидним, що бездумне підвищення рівня вмотивованості людини не завжди призводить до позитивних результатів, так як існує певний оптимальний, індивідуальний для кожної людини рівень мотивації, при якому ця людина здатна виконувати діяльність на високому рівні успішності. Тобто у кожного спортсмена під час змагань існує (повинен існувати) свій оптимальний рівень активації, нижче якого спортсмен не здатен реалізувати всі свої наявні можливості.

У свою чергу в змагальній діяльності спортсмена такий оптимальний, індивідуальний рівень мотивації, залежить від рівня його кваліфікації, набутого досвіду, самооцінки, рівня домагань і багато інших чинників, тобто не є постійною та сталою величиною. Така динамічність мотивації спортсмена забезпечує йому в процесі досягнення поставленої мети визначення та дотримання оптимальної індивідуальної стратегії поведінки в певних умовах змагальної діяльності. Проте необхідно визнати, що мотивація вважається в психології спорту одним із найважливіших факторів, що забезпечує успіх у певній діяльності, а у спорті вона займає провідне місце і є істотним чинником успішності як спортсмена, так і роботи тренера [9, 10, 11, 17].

Відомо, що мотив з'являється як рушійна сила реалізації потреби, яка виникла у людини і призводить до наміру, та бажання задовольнити таку потребу, особливо тоді, коли людина цього дуже хоче. Всередині цього процесу знаходиться проміжний етап мотиваційного процесу, коли особистість визначається стосовно вибору та способу задоволення потреби, тобто з'являється розуміння особистісного визначення.

Численні дослідження показали, що мотивація розглядається не тільки як стрижнева характеристика особистості, що веде спортсмена до поставленої цілі, але й впливає на особливості виникнення та перебігу усіх процесів, що протікають у його організмі в ході спортивної діяльності [9, 10, 14]. Велике соціальне значення спорту вищих досягнень для більшості спортсменів представляє собою один із найсильніших мотиваційних стимулів

[21]. Тому в психологів існують підстави для визначення мотивів, що спонукають спортсменів витратити багато часу і сил для досягнення високих спортивних результатів.

На початковому етапі занять переважає тренувальна мотивація, пов'язана в основному з прагненням дітей й підлітків поліпшити власні фізичні можливості. У міру підвищення якості спортивної діяльності зростає частка спортивної мотивації, яка починає бути провідною на етапі вищої спортивної майстерності [9,10,11].

На стадії спеціалізації, характерної для спортивних шкіл, у підлітка виникає стійкий інтерес до обраного виду спорту. Метою занять стає не тільки отримання задоволення від процесу, але й досягнення високих результатів. У віці 7–10 років мотиви до фізичної активності як правило ще не переростають у стійкі й усвідомлені інтереси до спорту, проте звички регламентують систематичність занять фізичними вправами і вже можуть бути досить стійкими. У підлітків 11–14 років мотиви систематичних занять спортом обумовлені становленням характеру і затвердженням себе в соціумі, тому тут переважають два основних мотиви занять спортом: прагнення поліпшити власні психофізичні можливості і досягти високих спортивних результатів. На даному етапі можна виділити наступні потреби, що визначають особливості мотивації: у престижі, самовдосконаленні; зберігати свій статус, долати невдачі; домінування над іншими; спілкування; участь в пізнавальному процесі. У юнацькому віці (15–17 років) найчастіше відбувається переоцінка цінностей і юнак чи дівчина можуть покинути спортивну секцію або спортивну школу [10, 11, 19].

Мотиваційну сферу особистості спортсмена також вважають визначальною в групі певних соціальних потреб, що характеризують відношення спортсмена до свого педагога і тренувального процесу в цілому [21, 22].

Мотив – внутрішнє спонукання, що визначає дію в кожному момент, сформований на базі домінуючої потреби [15]. У спортивній діяльності він утворюється на основі співвіднесення суб'єктом даної потреби зі своїми можливостями і з особливостями конкретного виду занять. У результаті такого співвіднесення формується та чи інша мотивація, що пояснює цілеспрямованість усіх дій, організованість і стійкість всієї діяльності, спрямованої на досягнення певної цілі. Ціль – це той безпосередньо усвідомлюваний результат, на який у даний момент спрямовано дії спортсмена, пов'язані з діяльністю, що задовольняє актуалізовану потребу суб'єкта. Наприклад, якщо згідно мотиваційній сфері спортсмена, його поведінці уявити подолання дистанції, на якій розгортається боротьба за призове місце, і допустити, що найбільш яскраво в даний момент на ній освітлено нагороду за перемогу, що має привертати до себе найбільшу увагу самого спортсмена, то це й буде метою. Психологічно мета – це той мотиваційно-спонукальний зміст свідомості, що сприймається спортсменом безпосередньо як бажаний результат його діяльності [10, 19].

Таким чином, спортивна діяльність спрямована на вдосконалення особистості за допомогою тренувального процесу, на задоволення інтересу до спорту і потреб, що виникають в процесі тренувальної і змагальної діяльності. Задоволення потреб під час занять є необхідною умовою постійності та тривалості спортивної діяльності.

Великою мірою специфіку механізмів спортивної мотивації визначає приналежність спортсмена до того чи іншого виду спорту. Іншими словами, відмінність у спортивних спеціалізаціях чинить серйозний вплив на формування особливостей мотивації [7,16,22].

Прояви особливостей можуть бути різними. Відомо, що представники єдиноборств (боксери, фехтувальники, борці) відрізняються сильною потребою в успіху, схильні до вираженого суперництва, люблять небезпечні ситуації [4,10,11]. Представники ігрових видів, наприклад, футболу нерідко відрізняються демонстративністю, хочуть перебувати в центрі уваги. Однак це визначається не особливістю даного виду спорту, а навпаки, наявністю певних психічних якостей, необхідних для успішного футболіста: швидкість

вибору рішення, здатність передбачати дії противника і партнера, здатність (за необхідності) змінити рішення в останній момент, тощо. Подібні якості притаманні лідерам і відповідно проявляються в поведінці спортсмена. Разом із тим неможливість проявити ці якості, наприклад, будучи тривалий час у статусі запасного гравця, що негативно позначається на подальшій мотивації. У схожих випадках гравець може піти зі спорту або змінити тренера і клуб [10, 12, 18].

Мета дослідження – визначити значущість провідних компонентів спрямованості (потреби, мотиви) у спортсменів-легкоатлетів протягом особистісного вдосконалення під час навчання у закладах вищої освіти (ЗВО).

Матеріал і методи дослідження. У процесі проведення даного дослідження, відповідно до поставлених задач, використано наступні методи: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури та даних мережі Інтернет; методи психодіагностики (потреба в досягненні мети, спрямованість особистості на досягнення успіху, уникнення невдачі та інші); методи математичної статистики.

У дослідженні взяло участь 24 респонденти: 12 спортсменів-легкоатлетів 1 курсу та 12 спортсменів-легкоатлетів 3 курсу навчання НУФВСУ (біг на короткі дистанції, середні й довгі дистанції, стрибкові види легкої атлетики). Вік – 17–21 рік; кваліфікація – I, II розряд – 14 осіб, КМС – 10 осіб; стать – 12 хлопців, 12 дівчат.

Результати дослідження. Специфічною особливістю потреб людини є їх динамічність: процес задоволення потреби може призвести до її подальшого розвитку, а це, в свою чергу стимулює людину до бажання пошуку та задоволення все більш складних та покращених потреб. Цей взаємовплив залежить від багатьох факторів: освіченості особистості, особливостей соціального оточення, в якому вона зростала та розвивалася, сформованих інтересів, наявних норм поведінки, зовнішніх умов життєдіяльності тощо.

Рівень задоволення потреб особистості детермінований багатьма особистісними психологічними властивостями особистості, зокрема рівнем самооцінки, рівнем домагань і формуванням потреби досягнення, яка стимулює бажання людини знаходити все нові шляхи та засоби досягнення все більш складних та кращих потреб.

Так в даному дослідженні аналіз результатів психологічної діагностики показав, що найбільша кількість спортсменів-легкоатлетів, студентів ЗВО як першого, так і третього курсів навчання, мають середній рівень потреби в досягненнях мети: 83,3%.

Це свідчить про те, що більшість легкоатлетів відрізняються не достатньо високою наполегливістю в досягненні своїх цілей, що може бути наслідком тимчасового задоволення результатами спортивної діяльності на даний момент чи, наприклад, недостатнім рівнем упевненості в собі. Хоча вони схильні захоплюватися тренуваннями та змагальною діяльністю для того, щоб отримувати від них задоволення, особистісний досвід їх ще не настільки об'ємний та усталений, щоб дати їм чітке розуміння того, до чого вони прагнуть та чого бажають.

Підвищена потреба в досягненні мети виявлена у 16,7% легкоатлетів-першокурсників, що дає підставу стверджувати, що ці спортсмени наполегливі в досягненні поставлених цілей, прагнуть тренуватися краще, ніж раніше, особливо, якщо вони починають займатися з новим тренером, відповідно, маючи надію на те, що зможуть значно вдосконалити свої попередні результати й, виконавши високі кваліфікаційні нормативи, потрапити до складу збірної команди, тощо. Виявлений рівень потреби в досягненні відрізняє даних випробуваних загальним прагненням до постійного пошуку способів поліпшення як якісних, так і кількісних показників їхньої діяльності.

На противагу вищезазначеному 16,7% спортсменів-студентів третього курсу навчання мали занижений рівень потреби в досягненнях мети. На наш погляд це може бути наслідком

того, що пріоритетними планами даних легкоатлетів є закінчення спортивної кар'єри через прагнення отримати кращі показники в навчанні, вищу освіту і знайти нові цілі в житті.

Мотивація має повсякчас високу значущість у будь-якій діяльності людини. Особливо вона необхідна у спорті, де в обмежені часові терміни потрібно досягти найкращого результату в ситуації жорсткої конкуренції з іншими спортсменами та/або спортивними командами. Спрямованість особистості у даній діяльності багато в чому зумовлена саме мотивацією вищих досягнень. Спортсмен відчуває потребу в граничних фізичних зусиллях, у переживанні стану сильної психічної напруженості, у подоланні суперника, а найголовніше потребу показати високий спортивний результат. Досягнення спортивного успіху соціально зумовлене і усвідомлюється як виконання завдання, поставленого суспільством. Тож вагоме значення має рівень розвитку в спортсмена мотивації на успіх та мотивації на уникнення невдачі, що будуть обумовлювати досягнення результат.

Отримані кількісні дані свідчать, що легкоатлети, що навчаються на першому курсу університету здебільшого мають помірно високий (41,7%) або занадто високий (41,7%) рівень мотивації до успіху. Це вказує на активне прагнення даних спортсменів підвищити свою кваліфікацію, зайняти позицію лідера, отримати визнання й славу. Але, чим вищу мотивацію до успіху має легкоатлет, тим нижчу готовність до ризику він демонструє. При цьому мотивація на успіх впливає й на надію на успіх. Тобто в осіб із занадто високою мотивацією переважають помірні надії на успіх.

Середній рівень мотивації до успіху показало 16,6% легкоатлетів-першокурсників, що вказує на недостатню їх упевненість у своїх можливостях, хоча вони готові до ризику й мають високі надії на успіх. При правильній побудові процесу їхньої психологічної підготовки такі спортсмени зможуть показати на змаганнях свої найкращі результати.

Легкоатлети-студенти третього курсу навчання показали дещо відмінні результати, де занадто високий рівень мотивації до успіху спостерігається у 25% спортсменів, помірно високий у 58,3% спортсменів, середній у 16,7% спортсменів. Пояснення того, що занадто високий рівень мотивації до успіху показало на 16,7 % легкоатлетів-студентів менше, ми вбачаємо у тому, що третьокурсники мають вищий рівень спортивної кваліфікації, ніж першокурсники-легкоатлети, тобто вони вже більш реально оцінюють свої можливості, досвідченіші у змагальній діяльності й більшою мірою готові до ризику, непередбачуваних ситуацій на змаганнях.

Разом із мотивацією на успіх у випробуваних було вивчено також мотивацію на уникнення невдач і прагнення до самозахисту, що покаже, чи є прагнення до досягнення нової, амбітної мети або ж, навпаки, перевага надається бажанню зберігати те, що вже досягнуто, утримувати раніше напрацьований рівень якнайдовше.

Отримані в ході проведеного дослідження дані свідчать, що 33,3 % першокурсників мають низьку мотивацію на уникнення невдач і прагнення до самозахисту, 41,7 % – середній рівень, хоча 25 % з них все ж таки продемонстрували високий рівень мотивації на уникнення невдач. Низький рівень мотивації легкоатлетів на уникнення невдач і прагнення до самозахисту можна пояснити тим, що ці спортсмени більш мотивовані до занять, мають високий рівень мотивації до успіху, упевнені у своїх можливостях, готові працювати над подальшим удосконаленням знань, умінь і навичок. Високий же рівень мотивації спортсменів на уникнення невдач пов'язаний із недостатньою їх фізичною, технічною, тактичною, психологічною підготовкою, боязню непередбачуваних ситуацій чи сильних суперників, малим досвідом участі у змаганнях, що безпосередньо перешкоджає досягненню головної мети.

На противагу вищевказаному більш досвідчені спортсмени-легкоатлети третього курсу навчання показали переважно середній рівень мотивації на уникнення невдач і прагнення до самозахисту (67,7 %). Скоріше за все це обумовлене тим, що вони вже досягли

IV. Науковий напрям

певного рівня спортивної майстерності й хотіли б його утримати або дещо вдосконалити, але без особливих ризиків втратити вже досягнуте. Високий рівень мотивації на уникнення невдач мають 8,3 %, низький – 25 % випробуваних, що також пов'язано з особистісним та професійним зростанням спортсменів.

Шляхом зіставлення нами розглядався вплив спеціалізації легкоатлетів на рівень їхньої потреби в досягненнях, мотивації до успіху та уникнення невдач (табл. 1).

Таблиця 1

Показники потреби в досягненні мети у спортсменів, які спеціалізуються в різних видах легкої атлетики

Спеціалізація	Низький рівень	Занижений рівень	Середній рівень	Підвищений рівень	Високий рівень
Короткі дистанції			8		
Середні та довгі дистанції		1	6	1	
Стрибкові види л/а		1	6	1	

Аналіз результатів даних таблиці засвідчив, що переважно спортсмени мають середній рівень досягнення мети (83,33 %), серед яких більшість легкоатлетів спеціалізуються в бігу на короткі дистанції.

Дослідження мотивації студентів до успіху та мотивації на уникнення невдач і прагнення до самозахисту (табл. 2) показало, що в легкоатлетів, незалежно від спеціалізації, переважає помірно високий рівень мотивації до успіху, хоча в тих, хто спеціалізується в бігу на середні та довгі дистанції, показники мотивації до успіху розподіляються рівномірно на помірно високий та високий рівні.

Таблиця 2

Показники мотивації спортсменів до успіху та до уникнення невдач, які спеціалізуються в різних видах легкої атлетики

Мотивація до успіху				
Короткі дистанції		1	4	3
Середні та довгі дистанції			4	4
Стрибкові види л/а		2	4	2
Мотивація на уникнення невдач і прагнення до самозахисту				
Спеціалізація	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень	Занадто високий рівень
Короткі дистанції	3	3	2	
Середні та довгі дистанції	3	4	1	
Стрибкові види л/а	1	6	1	

Аналіз діагностики мотивації спортсменів на уникнення невдач і прагнення до самозахисту показав, що більшість легкоатлетів має середній рівень даної мотивації. У групі бігунів на короткі дистанції результати рівномірно розподілилися між низьким, середнім та високим рівнями. У групі легкоатлетів, які спеціалізуються у стрибках переважна більшість спортсменів мають середній рівень мотивації на уникнення невдач, а низький і високий рівні поодинокі.

Таким чином, у більшості спортсменів-студентів переважає помірно високий рівень мотивації до успіху незалежно від їх спеціалізації. Мотивацію на уникнення невдач найбільш виражено продемонстрували на середньому рівні легкоатлети, які спеціалізуються у стрибкових видах.

Дискусія. У процесі вивчення проблем мотивації особистості в спортивній діяльності постає значне коло конкретних питань, вирішення яких необхідне виходячи з того, що мотивація вважається вагомим важелем стимулювання спортсмена: мотивація спортсменів

початківців; особливості зміни мотивації в процесі спортивного становлення; систематизація існуючих мотивів в залежності від віку, статі, етапу спортивного вдосконалення, виду спорту; місце мотивації в психологічній структурі спортивної діяльності; формування спортивної спрямованості у юних спортсменів, тощо.

Мотивація регулює поведінку, що є наслідком потреб чи бажань спортсмена досягти певної мети. Вона відіграє головну роль у професійному самовизначенні, самовдосконаленні, а також виступає неодмінною умовою формування індивідуального стилю діяльності. Наше дослідження підтвердило існуючі дані [2, 11, 13, 16], що визначальним фактором досягнень в спорті є мотивація на досягнення успіху. Зокрема спортсмени першого курсу навчання мали здебільшого помірно високий (41,7%) і занадто високий (41,7%) рівень мотивації до успіху, середній рівень мотивації на уникнення невдач та прагнення до самозахисту (41,7%), а третьокурсники – помірно високу мотивацію до успіху (58,3%) й середній рівень мотивації на уникнення невдач (67,7%).

Серцевину спорту складає мотивація досягнення успіху, оскільки кожна людина генетично запрограмована на конкурентну боротьбу за своє виживання.

Деякі дослідження свідчать, що для жінок властивий більш високий рівень мотивації досягнень за звичайних умов перебігу діяльності, без додаткового тиску на них і без екстремальності ситуації в якій вони знаходяться, а чоловіки, для підвищення рівня мотивації на досягнення успіху потребують спеціальної інтелектуально-лідерської стимуляції [3]. При цьому спортсмен змагається не тільки з суперниками, а й з самим собою, із природною стихією, часом і простором, вагою і невагомістю, тобто із зовнішніми перешкодами і внутрішніми труднощами. Кожен спортсмен, навіть не зайнявши призового місця на змаганнях, завжди орієнтується не тільки на перемогу над суперником, але й на свій особистий результат [14, 17].

Поряд із мотивом досягнення успіху виділяють ще мотив уникнення невдачі. У різних людей переважають якісь із цих мотивів. В успішних спортсменів високої кваліфікації потреба в досягненні успіху виражена помітно сильніше, ніж потреба уникнути невдачі і дослідження, проведені протягом останніх років українськими психологами, підтверджують дане твердження [5,6]. Таке співвідношення, з однієї сторони, спонукає їх проявляти високу активність для досягнення цілі, а з іншої – вживати заходи для попередження можливих невдач. У спортсменів, які успішно виступили на найбільш відповідальних змаганнях сезону, мотив уникнення невдачі виражений менше, ніж у тих, хто не зміг реалізувати усі свої можливості [6].

Отже, в успішних спортсменів рівень мотивації, спрямованої на досягнення успіху, завжди вищий спрямованості на уникнення невдачі. Зниження ж цього співвідношення свідчить про чинники, часто не пов'язані безпосередньо з спортивною діяльністю, але дуже визначають рівень успіху в ній: спортсмен думає про завершення кар'єри; система його цінностей змістилася не на користь спорту; у нього з'явилися якісь вагомі причини не ризикувати здоров'ям у даний момент часу; також може обмірковувати кращі пропозиції при переході в іншу команду, клуб [5].

Висновки. Вивчення компонентів спрямованості особистості спортсмена є важливою складовою процесу його особистісного та професійного зростання, а також успішності у спортивній діяльності, оскільки вона об'єднує настанови й позиції, світогляд, переконання, інтереси, цілі, рівень домагань, ідеали, що є соціально значущими для особистості спортсмена й певним чином впливають на процес спортивного вдосконалення та перебіг поза спортивної життєдіяльності.

Перспективою подальших досліджень буде вивчення динаміки компонентів структури спрямованості особистості спортсмена-легкоатлета в процесі підвищення спортивної майстерності.

Список літературних джерел

1. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирования личности. М.: Мысль; 1976. 158 с.
2. Байрачный О.В. Психологические показатели в определении спортивного амплуа футболистов [автореферат]. Киев: НУФВСУ; 2009. 210 с.
3. Бендас Т.В. Гендерная психология: Учебное пособие. СПб.: Питер; 2008. 431 с.
4. Бобровский А.В. Управление спортивной мотивацией борцов высокой квалификации на этапе непосредственной подготовки к соревнованиям (на примере дзюдо) [автореферат]. Омск; 2005. 24 с.
5. Воронова В.И. Психология спорта: [навчальний посібник] 3-тє вид. Київ: Олімпійська літ; 2019. 271 с.
6. Высочина Н.Л., Воронова В.И. Самооценка квалифицированных шахматистов и ее влияние на результат спортивной деятельности // Спортивный психолог, 2012 URL: <http://sportfiction.ru/articles/samotsenka-kvalifitsirovannykh-shahmatistov-i-ee-vliyanie-na-rezultat-sportivnoy-deyatelnosti/>
7. Герон Е., Мутаfoва-Заберска Ю. Мотивация при физическая дейност и спорта. Ч. 2. Видове мотивации. София: Авангард Прима; 2007. 406 с.
8. Загайнов Р.М. Психологическое мастерство тренера и спортсмена: метод. пособ. для олимпийцев. М.: Советский спорт; 2005. 106 с.
9. Занюк С. Психология мотивации. Теория и практика мотивирования. Мотивационный тренинг. М.: 2010. 117 с.
10. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер; 2006. 512 с.
11. Ильина Н.Л. Динамика мотивации на протяжении спортивной карьеры [автореферат]. СПб.; 1998. 21 с.
12. Калимуллина И.Р. Влияние мотивации на психические состояния спортсменов в тренировочно-соревновательном процессе [автореферат]. Казань; 2008. 162 с.
13. Киселев Ю.Я. Психическая готовность спортсмена: пути и средства достижения. М.: Советский спорт; 2009. 276 с.
14. Максименко С.Д. Загальна психологія : навч. посіб. 3-є вид., перероб. і доп. К.: Центр учбової ліри; 2008. 272 с.
15. Мерлин В.С. Лекции по психологии мотивов человека : учеб. пособ. Пермь: 1971. 120 с.
16. Михнов А.П. Определение игрового амплуа хоккеистов с учетом личностных параметров [автореферат]. Киев: НУФВСУ; 2017. 232 с.
17. Прохорова Н.Л. Психологические аспекты становления мотивации достижения: учеб. пособие. Череповец: ГОУ ВПО ЧГУ; 2006. 60 с.
18. Сафонов В.К. Психология спорта как направление психологической науки. Вестник СПбГУ. Сер. 6. 2012; (2): 42-9.
19. Соснина Н.А. Мотивационная сфера личности спортсмена : учеб.-метод. Пособие. Минск; 2000. 75 с.
20. Спесивих Е.А. Детерминанты успешности пар в спортивных танцах [автореферат]. Киев: НУФВСУ; 2013. 23 с.
21. Clancy, R.B., Herring, M.P., MacIntyre, T.E., and Campbell, M.J. (2016). A review of competitive sport motivation research. *Psychol. Sport Exerc.* 27, 232–242. doi: 10.1016/j.psychsport.2016.09.003

References

1. Aseev V.G. Motivaciya povedeniya i formirovanie lichnosti. M.: Mysl'; 1976. 158 s.
2. Bajrachnyj O.V. Psihologicheskie pokazateli v opredelenii sportivnogo amplua futbolistov [avtoreferat]. Kiev: NUFVSU; 2009. 210 s.
3. Bendas T.V. Gendernaya psihologiya: Uchebnoe posobie. SPb.: Piter; 2008. 431 s.
4. Bobrovskij A.V. Upravlenie sportivnoj motivaciej borcov vysokoj kvalifikacii na etape neposredstvennoj podgotovki k sorevnovaniyam (na primere dzyudo) [avtoreferat]. Omsk; 2005. 24 s.
5. Voronova V.I. Psykholohiia sportu: [navchalnyi posibnyk] 3-tie vyd. Kyiv: Olimpiiska lit; 2019. 271 s.
6. Vysochina N.L., Voronova V.I. Samoocenka kvalificirovannyh shahmatistov i ee vliyanie na rezul'tat sportivnoj deyatel'nosti // Sportivnyj psiholog, 2012 URL: <http://sportfiction.ru/articles/samotsenka-kvalifitsirovan-nykh-shahmatistov-i-ee-vliyanie-na-rezultat-sportivnoy-deyatelnosti/>
7. Geron E., Mutafova-Zaberska Y. Motivaciya pri fizicheskata dejnost i sporta. CH. 2. Vidove motivacii. Sofiya: Avangard Prima; 2007. 406 s.
8. Zagajnov R.M. Psihologicheskoe masterstvo trenera i sportsmena: metod. posob. dlya olimpijcev. M.: Sovetskij sport; 2005. 106 s.
9. Zanyuk S. Psihologiya motivacii. Teoriya i praktika motivirovaniya. Motivacionnyj trening. M.: 2010. 117 s.
10. Il'in E.P. Motivaciya i motivy. SPb.: Piter; 2006. 512 s.
11. Il'ina N.L. Dinamika motivacii na protyazhenii sportivnoj kar'ery [avtoreferat]. SPb.; 1998. 21 s.
12. Kalimullina I.R. Vliyanie motivacii na psichieskie sostoyaniya sportsmenov v trenirovochno-sorevnovatel'nom processe [avtoreferat]. Kazan'; 2008. 162 s.
13. Kiselev Y.Y. Psihicheskaya gotovnost' sportsmena: puti i sredstva dostizheniya. M.: Sovetskij sport; 2009. 276 s.
14. Maksimenko S.D. Zagal'na psihologiya : navch. posib. 3-e vid., pererob. i dop. K.: Centr uchbovoi li-ri; 2008. 272 s.
15. Merlin V.S. Lekcii po psihologii motivov cheloveka : ucheb. posob. Perm': 1971. 120 s.
16. Mihnov A.P. Opredelenie igrovogo amplua hokkeistov s uchetom lichnostnyh parametrov [avtoreferat]. Kiev: NUFVSU; 2017. 232 s.
17. Prohorova N.L. Psihologicheskie aspekty stanovleniya motivacii dostizheniya: ucheb. posobie. CHerepovec: GOU VPO CHGU; 2006. 60 s.
18. Safonov V.K. Psihologiya sporta kak napravlenie psihologicheskoy nauki. Vestnik SPbGU. Ser. 6. 2012; (2): 42-9.
19. Sosnina N.A. Motivacionnaya sfera lichnosti sportsmena : ucheb.-metod. Posobie. Minsk; 2000. 75 s.
20. Spesivih E.A. Determinanty uspešnosti par v sportivnyh tancach [avtoreferat]. Kiev: NUFVSU; 2013. 23 s.
21. Clancy, R.B., Herring, M.P., MacIntyre, T.E., and Campbell, M.J. (2016). A review of competitive sport motivation research. *Psychol. Sport Exerc.* 27, 232–242. doi: 10.1016/j.psychsport.2016.09.003

22. Van De Pol, P.K., Kavussanu, M. (2012). Achievement motivation across training and competition in individual and team sports. *Sport Exerc. Perform. Psychol.* 1, 91–105. doi: 10.1037/a0025967

23. Yerkes R.M., Dodson J.D. The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation // *Journal of comparative neurology and psychology*. 1908;18:459-82.

22. Van De Pol, P.K., Kavussanu, M. (2012). Achievement motivation across training and competition in individual and team sports. *Sport Exerc. Perform. Psychol.* 1, 91–105. doi: 10.1037/a0025967

23. Yerkes R.M., Dodson J.D. The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation // *Journal of comparative neurology and psychology*. 1908;18:459-82.

DOI: [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2022-14\(33\)-127-135](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2022-14(33)-127-135)

Відомості про авторів:

Воронова В. І.; orcid.org/0000-0002-5072-4184; professor.voronova@gmail.com; Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, Київ, 02000, Україна.

Куш О. О.; orcid.org/0000-0001-6547-5769; ekushch@ukr.net; Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, Київ, 02000, Україна.

Ковальчук В. І.; orcid.org/0000-0002-7969-3959; kovalchuk.v.i@ukr.net; Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, Київ, 02000, Україна.