

РАЗВИТИЕ МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОСТИ

А.Н. Королевич, К.А. Пархоменко

Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь, a-lisa08@mail.ru

Преподаватели, тренеры и инструкторы по физической подготовке часто задаются вопросом, почему одни занимающиеся характеризуются высоким уровнем мотивации и постоянно стремятся к успеху, тогда как другие, кажется, совсем не имеют мотивации и избегают состязаний. Мотива-

ция достижения – это ориентация человека на стремление к успешному выполнению задания, настойчивость перед лицом неудач и испытывание чувства гордости за выполнение (Gill, 1986).

Не удивительно, что мотивация достижения интересует и преподавателей, и тренеров, и инструкторов по физической подготовке: это – точные характеристики, которые позволяют спортсменам достичь совершенства, занимающимся – высоких уровней физической подготовленности, а студентам – максимально повысить процесс усвоения знаний.

Поскольку мотивацию достижения считают личностным фактором, спортивные психологи рассматривали ее, постепенно переходя от модели, которая подчеркивает цели достижения, а также их влияние на ситуацию и влияние ситуационных факторов на них [1]. В спортивном мире мотивацию достижения обычно называют соревновательностью.

Считается, что развитие мотивации достижения и соревновательности происходит в три последовательных этапа. Не каждый достигает заключительного этапа, а возраст, в котором достигают того или иного этапа, значительно колеблется.

1. Этап автономной компетентности. На этом этапе, который предположительно, продолжается до 4-летнего возраста, ребенок концентрирует свое внимание на своем окружении и самооценке.

2. Этап социального сравнения. На этом этапе, который начинается приблизительно в 5-летнем возрасте, ребенок главным образом сопоставляет свой уровень деятельности с уровнями деятельности других. Это этап «кто быстрее, больше, привлекательнее и сильнее».

3. Интегрированный этап. Представляет собой сочетание двух предыдущих. Человек, который достаточно полно осуществляет такую интеграцию, знает, когда наступает подходящий момент для состязания и сравнения себя с другими, а когда следует использовать для сравнения свои предыдущие результаты [2].

Этот этап, интегрирующий компоненты двух предыдущих этапов, является наиболее подходящим для достижения. Люди достигают этого этапа в разном возрасте.

Определение этапов развития мотивации достижения и соревновательности помогает лучше понять поведение людей, с которыми предстоит работать специалисту в области спорта, и особенно детей. Поэтому можно не удивляться тому, если дошкольник потеряет интерес к состязаниям, а у ученика 4–5 класса он вдруг появится. Следует подчеркнуть необходимость развития интегрированной ориентации достижения; очень важно научить детей, когда целесообразно или нецелесообразно соревноваться и сравнивать себя с другими.

Социальная среда, в которой находится человек, имеет большое значение для мотивации достижения и соревновательности. Значимые другие могут сыграть важную роль в создании как положительного, так и отрицательного климата. Особенно важную роль играют родители, преподаватели и тренеры. Преподаватели и тренеры непосредственно и косвенно создают мотивационный климат. Они определяют задания и игры как соревновательные или кооперативные, соответствующим образом группируют детей и дифференцированно отмечают цели задания и результата [1].

Стимулирование ориентации достижения и соревновательности заключается в следующем:

- учет влияния взаимодействия личностных факторов на поведение достижения;
- акцент на нацеленность на задание;
- контроль и изменение атрибутивной обратной связи;
- оценка и коррекция неправильных атрибуций (признаков) занимающегося;
- помощь в определении, когда следует соревноваться, а когда – обратить внимание на индивидуальное развитие [2].

Существует ряд способов предотвратить тенденции плохо адаптируемого достижения или откорректировать усвоенные состояния беспомощности. Главный из них помочь людям выработать цели на задание, снизив при этом нацеленность на результат. Последнее не так легко осуществить, поскольку общество акцентирует внимание на спортивных результатах и успеваемости учащихся. Однако, специалисты в области психологии спорта и физической культуры имеют богатый опыт в установке целей.

Помимо акцентирования внимания на задании и снижения нацеленности на результат крайне важно осознание атрибуций в процессе осуществления обратной связи. Для преподавателей, тренеров и инструкторов по физической подготовке весьма характерна передача, казалось бы, незначительных, но мощных сообщений посредством атрибуций, которые сопровождают обратную связь. Взрослые влияют на интерпретацию ребенком своего успеха, а также на последующую мотивацию тем, как они реализуют обратную связь.

Естественно, что не следует делать нереальных атрибуций (например, говорить занимающейся, что регулярно тренируясь и прилагая должные усилия, она станет настоящей моделью, когда в действительности ее соматотип делает это практически невозможным). Главное – это акцент на задании с целью индивидуального совершенствования с последующим соединением атрибуций с данными целями.

При работе с детьми приписывание неудачного выступления недостаточному усилию может быть эффективным только в том случае, если они уверены в том, что имеют данные для выполнения определенного задания. При работе с детьми в возрасте до 9 лет их следует уверить в том, что у них есть способности выполнить задание.

Очень важно контролировать и корректировать несоответствующие или плохо адаптируемые атрибуции занимающихся. Многие занимающиеся, которые терпят неудачу объясняют это низкими способностями. Обучение детей в условиях класса с целью заменить атрибуции отсутствия способности на атрибуции отсутствия усилий способствует сокращению степени снижения результатов после неудачного выступления и оказывается даже более эффективным, чем действительный успех. Если вы слышите, что занимающиеся неверно объясняют свой успех, утверждая, что им просто повезло (несоответствующая атрибуция), объясните им, что успех был достигнут благодаря упорному труду и регулярным тренировкам. Тренер должен помочь занимающимся использовать атрибуции, способствующие мотивации достижения.

Также необходимо помочь занимающимся определить, когда целесообразно соревноваться, а когда просто акцентировать внимание на индивидуальном совершенствовании. Соревнование иногда является необходимостью (например, когда необходимо отобрать спортсменов для команды или поступить в престижное учебное заведение). Вместе с тем, иногда соревнование с другими приводит к обратным результатам. Так, например, вы вряд ли будете советовать баскетболисту не отдавать пас свои товарищам по команде, находящимся в более выгодной ситуации для броска по кольцу.

Основным моментом является выработка правильной оценки. Беседуя с занимающимися, студентами, спортсменами, необходимо помочь им принять правильные решения. Общество акцентирует внимание на социальной оценке и соревновательных результатах, поэтому необходимо противопоставлять им ориентацию на задание. Чтобы обеспечить адекватную оценку целесообразности состязания, необходимы постоянные, настойчивые усилия.

Таким образом, успешных и неуспешных людей можно определить по тому, какие задания они выбирают для оценки, какие усилия прилагают во время соревнования, а также по их настойчивости и результату. Первые, как правило, характеризуются ориентацией на задание. Они приписывают успех стабильным и внутренним факторам, таким как способности, тогда как неуспех – нестабильным, контролируемым факторам, например, усилиям. Неуспешные люди ориентированы больше на результат и приписывают успех удаче или легкости задания (внешние, неконтролируемые факторы), а неудачу – низким способностям (внутренний стабильный фактор).

Литература:

1. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 288 с.
2. Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. – Киев: Олимпийская литература, 2001. – 336 с.