

Взаимоотношения спортсмена и тренера как фактор успешности спортивной деятельности

Светлова А.А.,

аспирант кафедры теоретических основ социальной психологии факультета социальной психологии, ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия, a.svetlova@yandex.ru

Излагаются результаты теоретического анализа психологических оснований успешности спортсменов. Приводится обзор исследований, посвященных определению факторов, оказывающих влияние на успешность деятельности в спорте. Спортивная деятельность рассматривается как совместная деятельность спортсмена и тренера, на успешность которой влияют личностные качества и особенности взаимоотношений ее участников. Обобщаются основные подходы к изучению личностных и социально-психологических аспектов успешности спортсменов и тренеров. В качестве основных факторов успешности спортивной деятельности рассматриваются индивидуально-психологические характеристики спортсменов (мотивы, установки, способы поведения и реагирования) и социально-психологические особенности взаимодействия тренера и спортсмена (стиль руководства, характер межличностных отношений и ролевых ожиданий). Подчеркивается значимость взаимных ролевых ожиданий спортсмена и тренера для достижения высоких результатов спортивной деятельности.

Ключевые слова: спорт, успешность, спортивная деятельность, взаимодействие, межличностные отношения, субъект-субъектные отношения, спортсмен, тренер.

Для цитаты:

Светлова А.А. Взаимоотношения спортсмена и тренера как фактор успешности спортивной деятельности [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2014. №3. URL: <http://psyedu.ru/journal/2014/3/Svetlova.phtml> (дата обращения: дд.мм.гггг)

For citation:

Svetlova A.A. Athlete and coach relationship as a factor of the success in sports activities [Elektronnyi resurs] *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie PSYEDU.ru* [Psychological Science and Education PSYEDU.ru], 2014, no. 3. Available at: <http://psyedu.ru/journal/2014/3/Svetlova.phtml> (Accessed dd.mm.yyyy). (In Russ., Abstr. in Engl.)

На современном этапе развития спортивной психологии одной из актуальных проблем является изучение факторов, обеспечивающих успешность спортивной деятельности.

Успешность в различных видах деятельности рассматривалась в работах Ю.М. Орлова, С.В. Ковалева, А.Г. Харчева, С.И. Голода, В.Д. Шадрикова, Х. Хекхаузена (Heckhausen) и других исследователей. Как правило, феномен успешности изучается в контексте адаптации личности в процессе индивидуальной и совместной деятельности. В характеристике успешности деятельности понятия «успех» и «успешность» различаются. «Успех» рассматривается как лично значимое достижение и характеризуется наличием эффективных способов деятельности в процессе достижения цели. «Успешность» определяется как социально оцениваемое достижение [9].

Чаще всего исследователи сосредотачивают внимание на индивидуально-психологических факторах успешности в спортивной деятельности. Так, В.Д. Шадриков выделяет личностную значимость деятельности и отношение к ней со стороны спортсмена, а также успешность, определяющуюся качеством этой деятельности (результатом, который спортсмен показывает на соревнованиях) [19].

В исследованиях В.А. Бодрова, Е.П. Ильина, Т.В. Корниловой и других авторов установлено, что субъект деятельности можно описать совокупностью таких личностных характеристик, как мотивы, установки, способы поведения и реагирования, характерологические особенности, определяющие своеобразие индивидуально-психологических проявлений в деятельности.

А.В. Родионов [14] выделил восемь основных критериев успешности личности:

- эффективность в принятии решений;
- полная отдача собственных сил для реализации целей;
- собственная личностная позиция;
- ответственность за свои поступки;
- умение публично высказывать отличное от большинства мнение;
- честность перед собой;
- наличие глубоких эмоциональных переживаний;
- построение и поддержание длительных контактов с другими людьми.

Спортивная деятельность отличается ориентацией на предельный уровень достижений и высокими эмоциональными нагрузками, связанными с субъективной значимостью результатов деятельности, остротой соперничества и публичностью выступлений во время соревнований. Поэтому объектом ряда исследований успешности в области спорта стали следующие аспекты психической регуляции деятельности спортсменов:

целесолагание [16]; его возможные варианты анализируются по параметрам силы стимулирующего влияния и уровня деятельности, связанной с характером целей эмоциональной напряженности и направленной на их достижение;

анализ значимых условий деятельности [15], изучение субъективной картины спортивной деятельности, складывающейся у спортсменов и тренеров [13];

контроль и оценка результатов деятельности [16].

При анализе внутреннего плана действий спортсмена как блока психической регуляции деятельности рассматриваются следующие его особенности: степень детализированности, степень согласованности текущих и этапных целей, способность последовательно реализовывать план, полнота учета условий реализации плана, гибкость планирования, способность своевременно учитывать изменения ситуации деятельности [12]. Развитая способность к планированию, наряду с другими блоками психической регуляции деятельности, как показывают исследования высококвалифицированных спортсменов, обеспечивает достижение ими больших спортивных результатов [16]. К числу наиболее исследованных особенностей планирования спортсменом своей деятельности следует отнести ее контрольно-оценочный компонент. Выделяют два направления его изучения: 1) исследование самоконтроля двигательных действий, соотнесения их с внутренним планом действий, факторов надежности самоконтроля в экстремальных условиях путей его развития; 2) изучение каузальной атрибуции результатов деятельности [8].

Если первое направление обусловлено высокими требованиями к техническому мастерству спортсменов, то второе отражает значимость для них реалистичного и конструктивного отношения к успехам и неудачам.

С одной стороны, существует взаимосвязь успешности деятельности с личностными особенностями субъекта деятельности. С другой стороны, эффективность любого вида деятельности характеризуется реализацией целей субъектов деятельности и имеет

социально значимый аспект [19]. Как показывают результаты анализа научной литературы, успешность спортивной деятельности не только зависит от индивидуально-психологических особенностей ее участников, но и в значительной мере определяется характером взаимоотношений спортсмена и тренера, а также их социально-психологическими личностными характеристиками.

Спортивная деятельность является совместной деятельностью тренера и спортсмена. В рамках теоретического подхода к анализу совместной деятельности, представленного в работах Г.М. Андреевой, кооперация является одновременно решающим условием осуществления совместной деятельности и ее главной отличительной чертой. При этом сама кооперация понимается как своего рода слияние индивидуальных деятельностей в общественную, и поэтому в качестве важнейших ее признаков выделяются предметность и совместность [2].

В работах, определяющих структуру совместной деятельности и формы взаимодействия ее участников, акцентируется внимание на качестве взаимодействия в процессе совместного решения задач, определяются такие особенности, как выраженность взаимодействия и его содержательность, характер «вербального взаимодействия» [3]. В ряде исследований отмечается, что на эффективность совместной деятельности и на особенности «коммуникативного взаимодействия» оказывают влияние условия протекания и характеристики взаимодействия, четкость и гибкость распределения ролей [3; 11; 18 и др.].

В ряде исследований (Е.Р. Биспен, Л.П. Матвеев, А.В. Родионов, Ю.Л. Ханин и др.) делается акцент на том, что на успешность и результат деятельности спортсмена непосредственное влияние оказывают его взаимоотношения с тренером [4].

Анализ литературных источников (Л.П. Матвеев, А.В. Родионов, Ю.Л. Ханин, Дж. Кретти (Kretti), Е.П. Ильин и др.) позволяет выделить критерии взаимодействия спортсмена с тренером, влияющие на успешность их совместной деятельности [10; 17]:

- характер взаимодействия;
- стиль руководства тренера;
- эмоциональный фон взаимоотношений.

Отношение спортсменов к тренеру играет роль в росте спортивных результатов, так как влияет на отношение спортсменов к тренировочному процессу.

В исследовании Ю.А. Коломейцева зафиксирована положительная связь между отношением к тренеру и такими качествами, как дисциплинированность, настойчивость, старательность, исполнительность [6]. Отмечено, что спортсмены-разрядники считают наиболее значимыми коммуникативные качества тренера, в которых выражается отношение тренера к спортсмену (доброта, отзывчивость, справедливость, тактичность, общительность). Однако участники сборных команд страны в своей оценке тренера ориентируются, в первую очередь, на его профессионально-деловую подготовку (высокий уровень компетентности в вопросах методики тренировки и тактической подготовки, творческое отношение к работе, умение настроить спортсмена на борьбу и поддерживать дисциплину на сборах, требовательность).

Стиль руководства во многом определяет стремление спортсмена к общению с тренером. Если тренер служит для спортсмена примером, является для него авторитетом, привлекает своими человеческими качествами, то спортсмен в большей степени будет стремиться к всестороннему общению с ним, что является показателем благоприятных взаимоотношений между тренером и спортсменом. Немаловажным является и отношение тренера к спортсмену. Установлено, что в том случае, когда тренер видит негативное отношение к себе, низкую оценку своих профессиональных и личностных качеств со

стороны спортсменов, он, как правило, негативно и излишне строго относится к своим ученикам [5].

По-видимому, спортсмены тогда высоко оценивают профессиональные и личностные качества тренера, когда тренер создает благоприятные условия для удовлетворения ими своих соревновательных амбиций. Тренер, способствующий удовлетворению потребностей спортсменов, начинает пользоваться у своих учеников авторитетом и особым расположением.

Исследователи подчеркивают, что для достижения высокого уровня взаимодействия между тренером и спортсменом необходима реализация субъект-субъектных отношений. В работах В.И. Андреева и Е.А. Глуховской были определены условия реализации таких отношений [1]:

- обеспечение права каждого участника деятельности на собственное решение;
- создание и сохранение атмосферы творчества участниками взаимодействия;
- стимулирование индивидуального стиля творческой деятельности и самовыражения каждого из субъектов взаимодействия;
- постоянное развитие творческих возможностей педагога и его педагогического мастерства.

Установлено, что в том случае, когда спортсмен занимает субъектную позицию в ходе совместной учебно-тренировочной деятельности, у него развивается способность использовать освоенные способы действий в изменяющихся условиях, самостоятельно оценивать результат деятельности, ставить цели в ходе подготовки. При этом формируются такие личностные качества, как самостоятельность, ответственность, организованность, инициатива [1].

Анализ спортивной деятельности как системы нормативно одобренных поведенческих актов и поступков позволяет, на наш взгляд, проникнуть в генезис роли спортсмена и рассматривать ее в качестве функции ожиданий со стороны тренера и группы. Принятие ролей – сложный психологический процесс, которым можно управлять при условии знания его закономерностей. Личность, действующая в специфических условиях деятельности, обладает индивидуальными способностями и анализируется как совокупность социальных ролей, исполняемых ею [7]. Согласованность представлений спортсмена и тренера об их отношении друг к другу, разделение и согласованность функций и ролей в процессе осуществления совместной деятельности являются условиями повышения качества тренировочной деятельности.

Так, в процессе изучения ролевых позиций в совместной деятельности установлено следующее:

- четкая дифференциация ролей способствует повышению эффективности при совместном решении задач;
- формы организации совместной деятельности связаны с конкретными способами распределения ролей и обязанностей;
- эффективность ролевой дифференциации в совместной деятельности связана с согласованностью в ее выделении и гибкостью перестройки в процессе достижения цели [6].

Таким образом, спортивная деятельность включает в себя широкий спектр человеческих отношений и опосредуется ими. Характер взаимоотношений «тренер – спортсмен» оказывает влияние на успешность спортсмена. Критериальным содержанием спортивной деятельности является личностная значимость деятельности и отношение

к ней со стороны спортсмена, а также успешность, определяющаяся качеством этой деятельности, которая может сравниваться с продуктивностью [19].

Проведенный теоретический анализ существующих подходов к повышению успешности деятельности в спорте позволяет выделить основные социально-психологические факторы, влияющие на успешность спортивной деятельности: стиль руководства тренера, характер межличностных отношений и ролевых ожиданий в системе «спортсмен – тренер».

Ролевые ожидания спортсменов в индивидуальных и групповых видах спортивной деятельности характеризуют состояние их готовности к действию. Согласованность представлений о ролевых взаимосвязях в процессе взаимодействия тренера и спортсмена является фактором, отражающим уровень их взаимопонимания в ходе совместной деятельности. Для наиболее эффективного профессионального взаимодействия со спортсменами тренеру необходимо выбирать оптимальные формы руководства в зависимости от ролевых ожиданий спортсменов, и согласовывать их со своими ожиданиями.

Литература

1. *Андреев В.И.* Педагогика: учебный курс для творческого саморазвития: 2-е изд. Казань: Центр инновационных технологий, 2000. 124 с.
2. *Андреева Г.М.* Психология социального познания: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Аспект Пресс, 2000. 288с.
3. *Беляева А.В., Короткое В.Л., Тарабрина Н.В.* Личностный аспект вербального взаимодействия в диаде // Психологические исследования общения / Под ред. Б.Ф. Ломова. М.: Наука, 1985. С. 192–206.
4. *Биспен Е.Р.* Воспитание смелости и решительности в процессе спортивной тренировки футболистов 13–15 лет: Дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1991. 23 с.
5. *Ильин Е.П.* Психология спорта. СПб.: Питер, 2008. 352 с.
6. *Коломейцев Ю.А.* Исследование влияния межличностных отношений на эффективность спортивной деятельности: Автореф. дис. ...канд. психол. наук. Тарту, 1974. 45 с.
7. *Кон И.С.* Социология личности. М.: Изд-во политической литературы, 1967. 383 с.
8. *Кретти Дж.* Психология в современном спорте. М.: Физкультура и спорт, 1978. 222 с.
9. *Мартенс Р.* Социальная психология и спорт. М.: Физкультура и спорт, 1997. 176 с.
10. *Матвеев Л.П.* Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. Киев: Олимпийская литература, 1999. 320 с.
11. *Полуэктова Н.М., Тихонов Б.Л.* Влияние характера взаимодействия на эффективность совместной групповой мыслительной деятельности // Психологические исследования общения / Под ред. Б.Ф. Ломова. М., 1985. С. 273–285.
12. Психология спорта высших достижений: Учеб. пособие. М.: Физкультура и спорт, 1979. 144 с.
13. *Рогалева Л.Н.* Влияние спорта и установок тренера на личность юного спортсмена: Автореф. дис. ...канд. психол. наук. М., 1999. 20 с.
14. *Родионов А.В.* Влияние психологических факторов на спортивный результат. М.: Физкультура и спорт, 1987. 112 с.
15. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И.П. Волкова. СПб.: Питер, 2002. 384 с.
16. *Стамбулова М.Б.* Психология спортивной карьеры. СПб.: Центр карьеры, 1999. 367 с.
17. *Ханин Ю.Л.* Психология общения в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1980. 208 с.
18. *Шаболтас А.В.* Мотивы занятия спортом высших достижений в юношеском возрасте: Автореф. дис. ...канд. психол. наук. СПб., 1998. 21 с.

19. Шадриков В.Д. Психологический анализ деятельности как системы // Психологический журнал. 1980. Т. 1. № 3. С. 33–46.

Athlete and Coach Relationship as a Factor of the Success in Sports Activities

Svetlova A.A.,

Postgraduate Student, Chair of the Theoretical Foundations of the Social Psychology, Department of Social Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, a.svetlova@yml.com

We present the results of a theoretical analysis of the psychological bases of success of athletes. We provide an overview of studies of the factors influencing the success of the activities in the sport. Sports activities are considered as a joint activity of athlete and coach, the success of which is affected by the personal qualities and characteristics of the relationship of its members. We summarize the main approaches to the study of personality and social psychological aspects of successful athletes and coaches. As the main factors in the success of sports activities, we considered individual psychological characteristics of athletes (motives, attitudes, modes of behavior and response), and socio-psychological characteristics of the interaction of coach and athlete (leadership style, the nature of interpersonal relationships and role expectations). We emphasize the importance of mutual role expectations of athlete and coach to achieve high results of sports activity.

Keywords: sport, success, sports activities, interaction, interpersonal relationships, subject-subject relations, athlete, coach.

References

1. Andreev V.I. Pedagogika: uchebnyi kurs dlya tvorcheskogo samorazvitiya [Pedagogy: a training course for creative self-development]. 2-e izd. Kazan': Publ. Tsentr innovatsionnykh tekhnologii, 2000. 124 p.
2. Andreeva G.M. Psikhologiya sotsial'nogo poznaniya [Psychology of social cognition]. Ucheb.posobie dlya studentov vysshikh uchebnykh zavedenii. Moscow: Publ. Aspekt Press, 2000. 288 p.
3. Belyaeva A.V., Korotkoe V.L., Tarabrina N.V. Lichnostnyi aspekt verbal'nogo vzaimodeistviya v diade [The personal aspect of verbal interaction in the dyad]. In Lomov B.F. (ed.) *Psikhologicheskie issledovaniya obshcheniya* [Psychological studies of communication]. Moscow: Publ. Nauka, 1985, pp. 192–206.
4. Bispen E.R. Vospitanie smelosti i reshitel'nosti v protsesse sportivnoi trenirovki futbolistov 13-15 let: Diss. kand. psihol. Nauk [Education of courage and determination in the process of sports training players 13-15 years . Ph. D. (Psychology) diss.]. St. Petersburg, 1991. 23 p.
5. Il'in E.P. Psikhologiya sporta [Sports Psychology]. St. Petersburg: Publ. Piter, 2008. 352 p.
6. Kolomeitsev Yu.A. Issledovanie vliyaniya mezhlichnostnykh otnoshenii na effektivnost' sportivnoi deyatel'nosti: avtoref. dis. kand. nauk [Investigation of the influence of interpersonal relationships on the effectiveness of sports activities. Abstract Ph. D. (Psychology) diss.]. Tartu, 1974. 45 p.
7. Kon I.S. Sotsiologiya lichnosti. [Social identity]. Moscow: Publ. Politicheskoi literatury, 1967. 383 p.

8. Kretti Dzh. *Psikhologiya v sovremennom sporte* [Psychology in contemporary sport]. Moscow: Publ. Fizkul'tura i sport, 1978. 222 p.
9. Martens R. *Sotsial'naya psikhologiya i sport*. [Social psychology and sport]. Moscow: Publ. Fizkul'tura i sport, 1997. 176 p.
10. Matveev L.P. *Osnovy obshchei teorii sporta i sistemy podgotovki sportsmenov* [The general theory of sports and athletes training system]. Kiev: Publ. Olimpiiskaya literatura, 1999. 320 p.
11. Poluektova N.M., Tikhonov B.L. *Vliyanie kharaktera vzaimodeistviya na effektivnost' sovmestnoi gruppovoi myslitel'noi deyatel'nosti* [The influence of the nature of interaction on the efficiency of the joint group of mental activity]. In Lomov B.F. (ed.) *Psikhologicheskie issledovaniya obshcheniya*. Moscow, 1985, pp. 273 – 285.
12. *Psikhologiya sporta vysshikh dostizhenii* [Psychology of high performance sport]. Uchebnoe posobie. Moscow: Publ. Fizkul'tura i sport, 1979. 144 p.
13. Rogaleva L.N. *Vliyanie sporta i ustanovok trenera na lichnost' yunogo sportsmena: avtoref. dis. kand. nauk* [Influence of sports facilities and a coach on the personality of the young athlete. Ph. D. (Psychology) Thesis]. Moscow, 1999. 20 p.
14. Rodionov A.V. *Vliyanie psikhologicheskikh faktorov na sportivnyi rezul'tat* [The influence of psychological factors on athletic performance]. Moscow: Publ. Fizkul'tura i sport, 1987. 112 p.
15. Volkova I.P. (ed.) *Sportivnaya psikhologiya v trudakh otechestvennykh spetsialistov* [Sport psychology in the works of Russian specialists]. St. Petersburg: Publ. Piter, 2002. 384 p.
16. Stambulova M.B. *Psikhologiya sportivnoi kar'ery* [Psychology sports career]. St. Petersburg: Publ. Tsentr kar'ery, 1999. 367 p.
17. Khanin Yu.L. *Psikhologiya obshcheniya v sporte* [Communication psychology in sport]. Moscow: Publ. Fizkul'tura i sport, 1980. 208 p.
18. Shaboltas A.V. *Motivy zanyatiya sportom vysshikh dostizhenii v yunosheskom vozraste. avtoref. dis. kand. nauk* [Motives for engaging in high performance sport in adolescence. Ph. D. (Psychology) Thesis]. St. Petersburg, 1998. 21 p.
19. Shadrikov V.D. *Psikhologicheskii analiz deyatel'nosti kak sistemy* [Psychological analysis of activity how the system]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 1980. Vol.1, no. 3, pp. 33–46.