

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ДЕМОТИВАТОРОВ И СТРУКТУРЫ МОТИВАЦИИ У СПОРТСМЕНОВ, ПРЕКРАТИВШИХ АКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ СПОРТОМ



**МНАЦАКАНЯН
Барегам Хачикович**

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва
Аспирант кафедры психологии,
e-mail. b-mnacakanyan@mail.ru,
тел. 8(915)391- 94-92

MNATSAKANYAN Baregam

Russian State University of Physical Culture, Sport, Youth and Tourism (GTSOLIFK), Moscow
Graduate Student of Psychology, e-mail. b-mnacakanyan@mail.ru,
tel. 8 (915) 391- 94-92

Ключевые слова: демотивация, мотив и мотивация, спортивная деятельность, прекращение активных занятий, модельные характеристики.

Аннотация. Актуальность данной темы вызвана интересом к изучению факторов мотивации, а особенно, к исследованию проблемы демотивации в спортивной деятельности. Предполагается, что мотивация бывших спортсменов, которые прекратили активные занятия спортом под влиянием демотивирующих факторов, находится на низком уровне.

SPECIAL FEATURES OF CORRELATION DEMOTIVATORY FACTORS AND STRUCTURE OF MOTIVATION OF ATHLETES WHICH STOP ACTIVE SPORTS

Keywords: demotivation, motive and motivation, sports activities, cessation of active sports, model characteristics.

Abstract. The relevance of this topic sparked by interest in the study of motivational factors, and especially to the study of problems of demotivation in sports activities. It is assumed that the motivation of former athletes who have ceased active sports under the influence of demotivating factors is low.

На всем протяжении спортивной деятельности мотивационная структура спортсменов претерпевает качественные и количественные изменения и носит неординарный и гетерохронный характер. При этом важно отметить, что мотивационная структура спортсменов различается в зависимости от вида спортивной деятельности, от стажа, возраста, пола и спортивной квалификации. Мотивации в спорте посвящены исследования многих авторов (А.Ц. Пуни, Т.Т. Джамгарова, Ю.Ю. Палайма, Б.А. Вяткина, Б. Кретти, Р. Найдиффера, Мартенса, Р.А. Пилояна,

С. Джексона, А.Л. Попова, Р. Уэйнберга, Д. Гоулда, Е. А. Калинина, В.Ф. Сопова и др.).

Поведение человека управляется различными мотивами, эта сфера изучена достаточно хорошо. Однако есть очевидная проблема, которая всё еще остаётся вне поля должного внимания учёных – снижение (потеря) мотивации на пути к достижению цели, т.е. проблема демотивации спортивной деятельности.

Демотивация – это резкое снижение эффективности и качества деятельности человека. Особенно резко это проявляется в спортивной

жизни, когда после долгих и изнурительных тренировок наступает момент, от которого зависит весь итог работы. И в этот решающий момент, когда функциональные и психологические качества вступают в противоречия, теряется смысл усилий – разрушаются все дальнейшие действия.

Демотивация, в основном объясняется отсутствием побуждения к действию; неспособностью человека к деятельности; нежеланием к деятельности; наличием альтернативной потребности; отсутствием положительного побудителя; отсутствием заинтересованности и др.

Цель исследования: определить уровень мотивации у спортсменов, прекративших активные занятия спортом при доминировании различных демотиваторов.

Объект исследования: спортсмен и состояние его мотивационной сферы.

Гипотеза: мотивация бывших спортсменов, которые прекратили активные занятия спортом под влиянием демотивирующих факторов, находится на низком уровне.

Методы исследования: анкетный опрос для выявления причин побудивших спортсменов прекратить активные занятия спортом, тест «Мотивы спортивной деятельности» Е.А. Калинина (МСД) для выявления особенностей структуры мотивации.

Характеристика выборки и организация исследования. В исследовании приняли участие 507 бывших спортсменов – студентов РГУФКСМиТ, имеющих различную спортивную квалификацию (от 3-го разряда до МСМК). Из них 268 мужчин и 239 женщин, средний возраст – 19,2 лет, средняя продолжительность занятий спортом – 9,4 года.

В результате исследования факторов демотивации в спортивной деятельности установлено 56 причин, которые наиболее часто побуждают спортсменов бросить спорт, перестраивая всю мотивационную структуру.

Основные причины снижения мотивации (демотиваторы), наиболее часто осознаваемые спортсменами: травмы полученные во время занятий спортом; нехватка финансовых средств; необходимость больше времени уделять учебе, а не спорту; отсутствие дальнейших перспектив; нехватка времени, загруженность в работе; потеря интереса к спортивной деятельности; отсутствие положительных эмоций для занятий спортом (разочарование); личная жизнь мешает спорту (влюбленность); семейные обстоятельства,

негативное отношение родителей к занятиям спортом своих детей; негативный фон в отношениях с коллегами; смена места жительства; нежелание заниматься «своим» видом спорта и переход в другой вид спорта; изменение приоритетов не в пользу спорта; смена тренера, негативные отношения с тренером; страх выступления на соревнованиях.

Для проверки гипотезы, о влиянии на снижение уровня мотивации у спортсменов во время спортивной деятельности, в группах с различными доминантными демотиваторами проводилось более углубленное изучение проблемы с помощью теста МСД Е. А. Калинина (1975).

Интерпретация выраженности отдельных мотивов и средней арифметической общего уровня мотивации в целом ведется в рамках закона Йеркса-Додсона для мотивации, который гласит: «Для достижения максимального результата необходим оптимальный уровень мотивации».

Базируясь на результатах данной методики, В. Ф. Соповым (2005) была сформирована модель мотивации личности спортсмена, которая является частью модели личности спортсмена высокого класса, включающей в себя профили граничных порогов черт личности по 5 сферам (мотивация, эмоциональная устойчивость, волевые процессы, интеллект, общение).

Результаты исследования показывают, что наиболее выражена потребность в достижении успеха. Согласно Ю.И. Портных (2002) успех в спортивной деятельности во многом зависит от выраженности мотивации в его достижении, т.к. потребность в борьбе генетически детерминирована в каждом человеке, и спортсмен в любом виде спортивной деятельности борется не только с соперником, но и с самим собой [4].

По результатам тестирования были выявлены 5 основных мотивов спортивной деятельности, уровень выраженности которых был выше средних значений: *потребность в достижении, в борьбе, в самосовершенствовании, в общении, в поощрении.*

Для сравнительного анализа нами было проведено исследование уровня выраженности каждого из отмеченных мотивов в каждой из исследуемых групп с доминированием одного из демотиваторов. Проведенное исследование выявило разные уровни 5 мотивационных компонентов.

Уровень всех 5 мотивов у бывших спортсменов ниже среднего. В то время как у действующих спортсменов высокого класса наблюдается

кардинально другая картина: уровень выраженности отмеченных мотивов высокий, лишь уровень фактора «потребность в общении» находится в пределах средних значений.

Необходимо отметить также, что фактор «потребность в достижении» у действующих спортсменов высокого класса имеет высокие показатели. Согласно Д. Мак-Клеланду, потребность в достижении характеризуется общим стремлением к постоянному поиску способов улучшения как качественных, так и количественных показателей.

По фактору «потребность в борьбе» также выявлены достоверные различия в группе действующих спортсменов высокого класса и бывших спортсменов. Так, выявлен высокий показатель мотива «потребности в борьбе» у высококлассных спортсменов (8–9 усл. ед.), в группе же бывших спортсменов уровень этого показателя колеблется в пределах низких и средних значений (3–5 усл. ед.).

По факторам «потребность в самосовершенствовании» и «потребность в общении» в двух группах исследуемых значимых различий не было обнаружено. В обеих группах показатели колеблются в пределах средних значений (4–7 усл. ед.). Полученные данные об отсутствии различий между профессионалами и непрофессионалами в спортивной деятельности, можно констатировать с точки зрения Ильина Е.П. – уже на начальных этапах спортивной деятельности доминируют такие мотивы, как потребность в самосовершенствовании, саморазвитии, самоутверждении и т.д. [2].

Потребность же в поощрении имеет высокие показатели в группе высококлассных спортсменов (8–9 усл. ед.), в то время как в группе бывших спортсменов показатели этого фактора колеблются в пределах средних значений (3–5 усл. ед.)

Анализ взаимосвязи компонентов мотивационной сферы – факторов демотивации и мотивов спортивной деятельности – показал наличие корреляционной связи только с показателями возраста прекращения занятий спортом, спортивной квалификации и стажа занятий спортом, подчеркивая их ключевую роль.

И для мужчин, и для женщин возраст прекращения занятий спортом равен $19,5 + 3$ г;

спортивная квалификация – КМС и МС; стаж занятий колеблется в диапазоне 5–9 лет.

Выводы. Обобщая полученное, можно утверждать, что у спортсменов, прекративших активные занятия спортом, в структуре мотивации наблюдается следующая картина:

- мотив «потребность в достижении» низкий;
- мотив «потребность в борьбе» понижен;
- мотив «потребность в самосовершенствовании» понижен;
- мотив «потребность в общении» понижен;
- мотив «потребность в поощрении» понижен.

Это резко отличается от модельных характеристик спортсмена высокого класса и говорит о том, что у этих спортсменов уровень мотивации не является оптимальным для преодоления барьеров, которые возникают во время спортивной деятельности.

Из полученных результатов следует, что у спортсменов, прекративших активные занятия спортом, уровень мотивации снижается до ниже среднего. Это подтверждает выдвинутую гипотезу.

Литература

1. Зейгарник Б. В. Теория личности К. Левина / Б. В. Зейгарник. – К. Левина. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1981.
2. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб.: Изд-во «Питер», 2000. – 512 с.
3. Леонтьев А. Н. Потребность, мотивы и эмоции / А. Н. Леонтьев/ Конспект лекций. – М., 1971.
4. Портных Ю. И. Воспитательное влияние психологии побед и поражений в спорте / Ю. И. Портных // Хрестоматия: Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. – СПб.: Питер, 2002.
5. Психология физической культуры и спорт: учебник для студ. высш. учеб. заведений / А. В. Родионов, В. Ф. Сопов, В. Н. Непопалов и др.; под ред. А. В. Родионова. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 368 с.
6. Пуни А. Ц. Состояние психической готовности и психологическая подготовка к соревнованиям в спорте / А. Ц. Пуни // Вопросы психологи спорта. – Л.: ГДОИФК, 1975.
7. Сопов В. Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности / В. Ф. Сопов. – М.: Академич. проект 2005. – 120 с.
8. Сопов В. Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте: методические рекомендации / В. Ф. Сопов. – М.: МКПЦН, 2010.

