

## ГЛАВА 3

### МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНЫЕ РЕСУРСЫ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ

#### 1.3.1 Проблема мотивации спортивной деятельности в современном научном дискурсе: систематический обзор

Мотив в спортивной психологии Е.П. Ильин определяет «как сложное психологическое образование, являющееся с содержательной стороны основанием (обоснованием для самого себя) действия и поступка, деятельности и поведения, а с энергетической стороны – побуждением к достижению выбранной цели<sup>66</sup>.

В.Г. Асеев отмечает, что мотивация является ведущим компонентом структуры личности, пронизывая все ее образования – направленность, характер, способности, эмоции, психические процессы<sup>67</sup>.

Мотивация характеризует личность как субъекта деятельности, раскрывает истоки, сущность и содержание активности, регулятивные и адаптационные возможности. Мотивация отражает связь субъекта с выполняемой деятельностью. В совокупности внешних и внутренних отношений между личностью и системой, составленных из различных объектов действительности, мотивация проявляется как системное свойство личности<sup>68</sup>, как состояние личности<sup>69</sup>.

В психологии управления теория постановки и достижения целей исходит из того, что поведение человека определяется теми целями, которые он ставит перед собой, так как именно ради достижения поставленных перед собой целей (в том числе целей поставленных под влиянием внешнего окружения) он осуществляет определенные действия.

При этом предполагается, что постановка целей – это сознательный процесс, а осознанные цели и намерения – это то, что лежит в основе определения поведения человека. Корни этой теории уходят в разработки Ф. Тейлора, однако ведущим разработчиком этой теории является Эдвин Покок. Первым основополагающим трудом по теории постановки целей считается опубликованная в 1968 г.

---

<sup>66</sup> Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб., 2009

<sup>67</sup> Асеев В. Г. Мотивация поведения и формирование личности. – М., 1976.

<sup>68</sup> Петков А. Мотивация как системное качество личности // Актуальные вопросы психологии. – М., 1988

<sup>69</sup> Пилюян Р.А. Мотивация спортивной деятельности. – М., 1984

Эдвином Покком статья «О теории мотивирования и стимулирования целями».

В спортивной психологии сопровождение процесса двигательной активности человека связано с анализом механизмов двигательной активности, которая рассматривается как деятельность или поведение человека в различных по значимости и степени экстремальности ситуациях, а ее исходным компонентом, имеющим побудительную силу, является мотивация. Именно с точки зрения мотивации можно говорить о нацеленности личности на формирование активности в процессе двигательной деятельности, связанной с установками на поддержание здоровья или двигательной активности, направленной на максимальный спортивный результат. Спортивная деятельность с ее интенсивной тренировочной и соревновательной работой, постоянным риском для жизни, является тем полигоном, где мотивация проявляется очень ярко, и результаты спортсмена в первую очередь зависят от его мотивации. Хотя мотивация сама по себе еще не обеспечивает успеха, добиться чего-либо без нее невозможно.

Проблемой мотивации спортивной деятельности занимались достаточно серьезно как отечественные, так и зарубежные психологи.

Впервые слово «мотивация» употребил А. Шопенгауэр в статье «Четыре принципа достаточной причины» (1900-1910). В настоящее время мотивация как психическое явление трактуется по-разному. В одном случае — как совокупность факторов, поддерживающих и направляющих, т.е. определяющих поведение (К. Мадсен, K. Madsen, 1959; Ж. Годфруа, 1992), в другом случае — как совокупность мотивов (К. К. Платонов, 1986), в третьем — как побуждение, вызывающее активность организма и определяющее ее направленность. Несмотря на своеобразие спортивной деятельности, к ее анализу применимы все категории, характеризующие психологическую структуру любого вида деятельности — мотивация (потребности, мотивы, цели), средства, способы, условия и результаты деятельности.

В изучении мотивации спортивной деятельности можно условно выделить следующие направления:

- мотивация начала занятий спортом;
- динамика мотивации на протяжении спортивной карьеры;
- классификация мотивов спортивной деятельности;
- мотивация в психологической структуре спортивной деятельности;
- формирование спортивной направленности личности и др.

Первые работы по изучению мотивации начала занятий спортом проведены А.Ц. Пуни<sup>70</sup> и П.А. Рудиком<sup>71</sup>. В них отмечается рождение первичных мотивов приобщения к занятиям физическими упражнениями или каким-либо видом спорта из потребности в движении, эмоциональной привлекательности физических упражнений, переживания удовольствия от самого процесса занятий<sup>72</sup>,

Проблему мотивации начала занятий спортом рассматривает Г.Д. Горбунов.<sup>73</sup> Он выделяет следующий комплекс потребностей, реализуемых в спортивной деятельности:

- потребность в деятельности; активности;
- потребность в движении; п
- потребность в реализации рефлекса цели и свободы (по И.П. Павлову);
- потребность в соперничестве; соревновании;
- потребность в самоутверждении;
- потребность быть в группе; общаться;
- потребность в новых впечатлениях и др.

Изучению динамики мотивов спортом посвящены исследования А.Ц. Пуни, В. Гошека, Н.Л. Ильиной и других авторов.

А.Ц. Пуни описал динамику развития мотивов спортивной деятельности, связывая их с различными этапами занятий спортом. Начальный этап занятий спортом часто связан с первыми попытками включиться в спортивную деятельность. Спортивная мотивация на этом этапе характеризуется:

- а) диффузностью интересов к физическим упражнениям (юные спортсмены пробуют себя в разных видах спорта);
- б) непосредственностью («занимаюсь потому, что люблю физическую культуру»);
- в) связью с условиями среды, благоприятствующими занятиям данным видом спорта;
- г) наличием элементов долженствования<sup>74</sup>.

На этапе специализации в избранном виде спорта преобладают побуждения, связанные с развитием и укреплением интереса к определенному виду спорта расширением специальных занятий совершенствованием спортивной техники, приобретением более высокой степени тренированности и да.

---

<sup>70</sup> Пуни А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте. – М., 1969

<sup>71</sup> Рудик П.А. Психологические аспекты спортивной деятельности // Психология и современный спорт.- М.,1973

<sup>72</sup> Пуни А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте. – М., 1969

<sup>73</sup> Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. – М., 1986

<sup>74</sup> Пуни А.Ц. Проблема личности в психологии спорта. – М., 1980

На этапе спортивного мастерства основными мотивами спортивной деятельности становятся: стремление поддержать свое спортивное мастерство на высоком уровне и добиться еще больших успехов, стремление служить своими достижениями Родине, поддерживать ее спортивную славу на международных соревнованиях, завоевывать для нее мировые рекорды, содействовать развитию вида спорта, обогащению и совершенствованию его техники и тактики. Таким образом, мотивация спортсменов на данном этапе характеризуется ярко выраженной социальной направленностью<sup>75</sup>.

Аналогичная периодизация формирования спортивной мотивации предложена В. Гошеком с соавторами. Ими выделено четыре основных этапа:

- 1) генерализация мотивов,
- 2) дифференциация мотивов,
- 3) стабилизация мотивов,
- 4) инволюция мотивационной структуры спортсмена<sup>76</sup>.

Три первых этапа в значительной степени идентичны с описанными А.Ц. Пуни. Этап инволюции спортивной мотивации совпадает со снижением спортивных результатов при приближении к финишу спортивных занятий, когда мотивационная структура постепенно перестраивается: мотивы соревнования и достижения высоких результатов отступают на второй план, а доминирующее положение вновь занимают непосредственные процессуальные мотивы.

Динамику спортивной мотивации на протяжении спортивной карьеры представителей различных видов спорта (волейболистов, гребцов) изучала Н.Л. Ильина.

В результате проведенного исследования были выявлены общие линии развития мотивации, обусловленные общей логикой овладения спортивной деятельностью и особенные, обусловленные спецификой вида спорта. Динамика выраженности конкретных мотивов на протяжении четырех изучавшихся этапах спортивной карьеры характеризуется, по мнению Н.Л. Ильиной, неравномерностью и гетерохронностью. Общий пик мотивации достигается на этапе спортивного совершенствования; на этом этапе обнаружена и наибо-

---

<sup>75</sup> Пуни А.Ц. Проблема личности в психологии спорта. – М., 1980

<sup>76</sup> Гошек В., Ванек М., Свобода Б. Успех как мотивационный фактор спортивной деятельности // Психология и современный спорт / Сб. научных трудов психологов спорта. – М., 1973. – С.100-121

лее консолидированная структура мотивов спортсмена. На всех этапах спортивной карьеры обнаружены связи мотивов и уровня спортивных достижений<sup>77</sup>.

В работах Р.Н. Сингера также указывается, что между уровнем притязаний спортсмена и мотивацией существует взаимосвязь.

На уровень притязаний влияют прошлые успехи спортсмена и неудачи, а также способность реалистично оценивать настоящую ситуацию. Уровень притязания может устанавливаться не только самим спортсменом (что не всегда может быть реальным), но и другими людьми – тренером, товарищами по команде. Так, тренер может более точно поставить цель перед спортсменом, ориентируясь на его возможности, подготовленность, способности. В зависимости от прошлого опыта и ожиданий в настоящем перед каждым спортсменом ставится определенная цель (достижимая), которая должна меняться после каждого выступления спортсмена. Показано, что если посторонний человек специально поставит перед исполнителем определенную цель, то это будет более эффективным средством мотивации, чем просто общие призывы типа: «постараться сделать все, что нужно для победы». Общие подходы играют определенную роль, но для достижения спортсменом высоких результатов необходимо применять конкретные приемы, действующие для данного спортсмена<sup>78</sup>.

Исследованием мотивации занятий спортом учащихся спортивных школ занималась Т.С. Сусикова. Результаты показали, что мотивация у начинающих спортсменов и спортсменов низкой квалификации более разнообразна, чем у спортсменов высокой квалификации. Специфическими особенностями мотивов, отмеченных спортсменами высокой квалификации, являлась их социальная направленность. Для начинающих спортсменов это не являлось характерным. В спортивной мотивации мальчиков и девочек существенных различий не обнаружено<sup>79</sup>.

Многие авторы пытались классифицировать мотивы занятий спортом на основе разных критериев.

Многолетние исследования личностных особенностей спортсменов рядом авторов, позволили им выделить пять уровней регуляции психической деятельности, представляющих собой пути совершенствования психических и личностных качеств. К пятому уровню

---

<sup>77</sup> Ильина Н.Л. Динамика мотивации на протяжении спортивной карьеры: Автореф. дисс. канд. психол. наук. – СПб, 1998

<sup>78</sup> Сингер Р.Н. Мифы и реальность в психологии спорта. – М., 1980

<sup>79</sup> Вяткин Б.А. Роль темперамента в спортивной деятельности. – М., 1978

относят мотивационные механизмы и, прежде всего, мотивы деятельности, которые образуют систему, характеризующуюся строгой иерархией и тем самым усиливающую значение волевого контроля<sup>80</sup>.

В спортивной деятельности принято выделять два вида мотивации: мотивация достижения успеха и мотивация избегания неудачи. Х Хекхаузен считает, что для того, чтобы осуществлялась мотивация достижения успеха, деятельность и состояния субъекта должны отвечать следующим требованиям:

1. Деятельность должна оставлять после себя осязаемый результат.
2. Этот результат должен оцениваться качественно и количественно.
3. Требования к оцениваемой деятельности не должны быть ни слишком высокими, ни слишком низкими.
4. Для оценки результатов должна быть определённая шкала и в рамках этой шкалы некий нормативный уровень, считающийся обязательным, так что достижение этого уровня (или недостижение) может вызвать гордость или соответственно разочарование.
5. Деятельность должна быть желанной для субъекта, и её результат должен быть получен им самим<sup>81</sup>.

По мнению Б.А. Вяткина, стремление к успеху или избеганию неудачи может зависеть от некоторых свойств темперамента. У высокотревожных и интровертированных людей преобладает стремление избегать неудачи, у низкотревожных и экстравертированных преобладает стремление к успеху<sup>82</sup>.

Мотивы занятий физической культурой и спортом могут быть связаны с процессом деятельности или с результатом. По постоянству проявления мотивы разделяются на ситуативные и постоянные.

Американский психолог Б. Кретти, исследуя вопросы мотивации в спорте выделил следующие мотивы: стремление к стрессу и его преодолению; стремление к совершенству; повышение социального статуса; потребность быть членом спортивной команды, группы, быть частью коллектива; различные виды материальных поощрений.

О.В. Дашкевич и В.А. Зобков, рассматривая деловую и личностную направленность спортсменов в спортивной деятельности, под-

---

<sup>80</sup> Родионов А.В. Психолого-педагогические методы повышения эффективности оперативной деятельности в спорте : дис. ... д-ра пед. наук .- М., 1990

<sup>81</sup> Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность: В 2-х т. – М., 1986

<sup>82</sup> Вяткин Б.А. Роль темперамента в спортивной деятельности. – М., 1978

разделяют мотивы занятий спортом на две группы: группу, характеризующуюся спортивно-деловой мотивацией и адекватной самооценкой; группу, характеризующуюся доминированием личностно-престижных мотивов и неадекватной самооценкой<sup>83</sup>.

Этого же мнения придерживается и Е.Г. Знаменская. Спортсмены со спортивно-деловой мотивацией проявляют большую увлеченность занятиями спортом. Спортсмены, у которых доминирует личностно-престижная мотивация, чрезмерно ориентированы на оценку своих спортивных результатов, проявляя постоянную озабоченность личным самоутверждением, они недостаточно хорошо представляют себе средства достижения трудных спортивных целей. Все это приводит к неадекватно самооценке, к эмоциональной неустойчивости в экстремальных ситуациях соревнований<sup>84</sup>.

Описанные особенности поведения и деятельности ярко прослеживаются при обследовании в лабораторных условиях с помощью мотивационно-результативных методик.

Наблюдения показывают, что у определенной части юных спортсменов уровень спортивно-деловой мотивации недостаточно высок, и перед тренерами стоит сложная психолого-педагогическая задача ее формирования и закрепления.

Исследования особенностей мотивации в психологической структуре спортивной деятельности показывают, что деятельность большинства юных гимнасток побуждается не одним, а несколькими мотивами, среди которых выделяется основной, ведущий. В основном преобладают мотивы стремления развивать свои физические и духовные качества, укреплять здоровье, быть такими, как известные гимнастки, старшие товарищи. Возникновению мотивов, непосредственно порождаемых самим процессом занятий, способствует субъективная готовность детей данного возраста к выполнению сложных занятий, проявляющееся у них желание утвердить себя в качестве взрослого человека. Но неумение бороться и встречающиеся трудности на пути к овладению гимнастическими упражнениями так же иногда приводят к стремлению некоторых юных гимнасток самоустраниться от занятий.

Результаты исследования Е.А. Калинина и Ю.А. Кирюшина свидетельствуют о связи тревожности с показателями мотивации: тревожность находится во взаимосвязи с потребностью достижения

---

<sup>83</sup> Дашкевич О.В., Зобков В.А. Личностные факторы психической готовности юного спортсмена к спортивной деятельности. – М., 1982

<sup>84</sup> Знаменская Е. Г. Некоторые социальные мотивации, воздействующие на результаты двигательной деятельности // Труды ВНИИФК – М., 1980. – С. 23-26

успеха, общим уровнем мотивации и потребностью в избегании неуспеха. Потребность в избегании неудачи ухудшает результативность в высокозначимой деятельности и улучшает в малозначимой, а в деятельности умеренной значимости приводит к наихудшим результатам. Другая тенденция (достичь успеха) влияет на результативность в обратном отношении. На основании этого делается вывод о том, что для достижения максимальных результатов в сложной деятельности оптимальными являются средний уровень мотивации и умеренно выраженная тревожность<sup>85</sup>.

Л.П. Дмитриенкова, на основе изучения гимнасток, имеющих высокие оценки мотивации достижения успеха, заключает, что они имеют хорошо осознанные цели и не только стремятся достичь высоких результатов, утвердить себя как лидера, но и обладают хорошо развитым чувством долга и ответственности перед тренером и товарищами. Для гимнасток с низкой потребностью достижения успеха, наоборот, типично отсутствие четко поставленных целей. В связи с этим у них преобладают более опосредованные мотивы занятий спортом: любовь к избранному виду спорта, эстетическое наслаждение, получаемое в процессе занятий и т.д. Она также делает вывод о том, что у высококвалифицированных спортсменов мотив достижения успеха развит сильнее, чем у спортсменов средней квалификации<sup>86</sup>.

В.И. Тропников в результате исследования структуры и динамики мотивации в спортивной деятельности делает вывод, что содержание и условия спортивной деятельности, а так же формы взаимодействия членов спортивной команды являются важнейшим фактором формирования мотивационной сферы личности спортсмена<sup>87</sup>.

Мотивационная сфера личности по мере роста мастерства спортсменов претерпевает как качественные, так и количественные изменения. Качественные изменения затрагивают, прежде всего, группу мотивов первого уровня (удовлетворение потребности в двигательной деятельности, удовлетворение потребности в самореали-

---

<sup>85</sup> Калинин Е. А., Кирюшин Ю. Я. Исследование особенностей мотивации достижения у высококвалифицированных спортсменов // Вопросы спортивной психологии. – М., 1975.- Вып. 3.

<sup>86</sup> Дмитриенкова Л.П. Сравнительная характеристика мотивов достижения в различных видах спорта: Психологические аспекты подготовки спортсменов. – Смоленск, 1980

<sup>87</sup> Тропников В.И. Структура и динамика мотивов спортивной деятельности // Автореф. дис...канд. психол. наук. – М.,1978



зации и др.) и, отчасти, – группу обобщенных результативных мотивов занятий спортом, структурированность которых увеличивается, а в структурах появляются новые элементы. Количественные изменения выраженности отдельных элементов и связей между ними, наблюдаемые в группе обобщенных процессуальных мотивов занятий спортом, свидетельствуют об уменьшении активирующей роли этой группы мотивов по мере роста мастерства спортсменов.

Роль конкретных мотивов на протяжении занятий спортом в стимулировании активности спортсмена меняется, и для каждого этапа спортивного пути характерны свои доминирующие мотивы.

Психологический принцип поведения, сформулированный много лет назад и получивший название «закон Йеркса – Додсона», вооружает тренеров эффективной стратегией: существует оптимальный уровень мотивации для каждой задачи и каждого исполнителя. И все же в спорте есть множество ситуаций, когда максимальный уровень мотивации желателен для достижения высокой результативности. Результативность в видах спорта, требующих проявления большой выносливости, силы и быстроты, будет выше при максимальной мотивации.

Эту зависимость Р.Н. Сингер пояснил следующей схемой: деятельность – простая, умеренная, сложная; желаемая мотивация – максимальная, умеренная, низкая<sup>88</sup>. Такое соотношение деятельности и мотивации позволяет тренеру управлять уровнем мотивации спортсмена для достижения результативности. Это положение имеет важное значение для тренеров при подготовке спортсменов к соревнованию – формировать необходимый оптимальный уровень мотивации для каждого спортсмена.

Помимо этого, спортивное соревнование является сильнейшим источником мотивации в спорте. Соревновательные ситуации способствуют достижению более высоких результатов, чем на тренировках.

В.Л. Марищук<sup>89</sup>, изучив соотношения мотивации и результативности деятельности, сформулированных в законе Йеркса-Додсона считает, что имеется определенный уровень мотивации, при котором спортсмен показывает наивысшие результаты. При дальнейшем повышении мотивации результативность спортсмена снижается<sup>90</sup>.

---

<sup>88</sup> Сингер Р.Н. Мифы и реальность в психологии спорта. – М., 1980

<sup>89</sup> Марищук В.Л. Психологические основы формирования профессионально значимых качеств. – Автореф. дисс. докт. психол. наук. – Л., 1982

<sup>90</sup> Там же

Другим источником мотивации является информация, или обратная связь, обеспечиваемая тренером. Возможны различные виды информации и способы подачи их спортсменам. Источником мотивации спортсмена является также подкрепление, в качестве которого может выступать любое событие, способное повысить вероятность правильной реакции. Важнейшей ролью тренера является роль мотиватора спортсмена.

На основании результатов исследований многих спортивных психологов выделяются основные факторы, влияющие на возникновение мотивации к спортивным занятиям. Из-за возникающих разногласий о степени воздействия этих факторов на мотивацию, судить о них однозначно трудно. Однако можно отметить, что более значимыми являются такие, как: советы родителей, преподавателей, школы и тренеров, друзей, товарищей, сознание необходимости занятий, воздействие средств массовой информации, организация проведения соревнований, постановка спортивной работы по месту учебы или работы.

А.В. Шаболтас, изучая мотивы занятий спортом высших достижений в юношеском возрасте, пришла к выводу, что здесь предпочтительность мотивов складывается из внешних (особенность вида спорта) и внутренних (личностные качества, самооценка спортивных возможностей) факторов<sup>91</sup>. Данное исследование показало, что структурирование мотивов наблюдается после двух-трех лет занятий спортом, при этом наблюдается возрастная динамика предпочтительности мотивов, где выделяются две стадии. Первая – «принятие» социально-постулируемых, одобряемых социальным окружением целей – для чего следует заниматься спортом. И вторая – формирование отношения к спорту, личностного смысла – почему спортсмен занимается спортом<sup>92</sup>.

Таким образом, анализируя исследования, посвященные мотивации как исходного компонента двигательной активности человека, можно отметить, что работы в этом направлении разрозненны, часто ведутся без должного теоретического обоснования и без теоретически обоснованной диагностики механизмов достижения необходимых результатов; не сформулированы принципы системного научно-организованного подхода. В этой связи можно считать перспективными дальнейшие исследования, направленные на ком-

---

<sup>91</sup> Шаболтас А. В. Мотивы занятия спортом. высших достижений в юношеском возрасте: Автореф. дис. канд. психол. наук – СПб., 1998

<sup>92</sup> Там же

плексное системное изучение проблемы психологического сопровождения процесса двигательной активности человека, в частности в сфере физической культуры и спорте высших достижений.

Результаты авторских исследований, проведенных с 1996 по 2023 годы совместно со студентами, магистрантами и аспирантами, свидетельствуют о следующей динамике проявления мотивации на этапах спортивной карьеры: от формирования и развития физического образа Я, к реализации социального образа Я и достижение духовного образа Я.

Таким образом, точки зрения на структуру мотивационной сферы спортсменов, освещенные в литературе, отличаются разнообразием научных подходов. Так, одни авторы предлагают теоретические структуры мотивационной сферы, не подкрепляя их эмпирическими обоснованиями, другие основываются только на данных своих исследований, а проблема проявления мотивации в спортивной деятельности остается актуальной проблемой, требующей своего разрешения.

### **1.3.2 Особенности мотивационно-ценностной сферы личности спортсменов с разными спортивными достижениями**

Исследование включало в себя несколько серий, проведенных в период с 2000 по 2020 годы.

Первая серия эмпирических исследований была ориентирована на выявление особенностей мотивационно-ценностной сферы личности юных спортсменов.

Сравнивались показатели двух исследовательских групп:

Первую группу составили 160 спортсменов – юных футболистов в возрасте 15-16 лет, воспитывающиеся в условиях школы-интерната, и те, кто проживает в семьях – дома.

Вторая группа включала в себя 160 школьников-неспортсменов в возрасте 15-16 лет.

Исследование осуществлялось с помощью следующих опросников:

- «Смысложизненные ориентации» (СЖО) (Д.А. Леонтьев);
- «Мотивационно-смысловые образования личности»;
- тест Локус-контроля (по Роттеру) ад. Е.Ф.Бажина, А.М.Эт-кинда

Были получены следующие результаты.

Данные теста «Смыслоразностные ориентации» позволили выявить следующее: цели ( $p < 0,01$ ), направленные на будущее, связанное с окончанием ДЮСШ и трудоустройством; результативность-удовлетворенность самореализацией ( $p < 0,05$ ), т.е. тем, что заработано и приобретено в течение одиннадцати лет занятий в спортивной школе, дающее возможность реализовать свой потенциал, а также веру в собственную способность осуществлять самостоятельный контроль, представленную категорией «локус контроля -Я» ( $p < 0,05$ ). Проявление интереса к своей деятельности, к настоящему и будущему своей жизни представлены практически одинаково во всех группах, значимых различий нет.

Осознание смысла своего действующего «Я» выше у юного спортсмена, чем неспортсмена (таблица 1.3).

Дальнейший анализ количественных данных показал, что удовлетворенность самореализацией в 1-й группе составляет 93,7% при 100% достижении цели, в 2-й группе – 62,5% при 81,2% достижения цели. Наблюдаемое расхождение, особенно во 2-й группе, между удовлетворенностью самореализацией и достижением цели объясняется самими же участниками эксперимента (в процессе собеседования): в вузы поступили все, но некоторые не в те, в которые было намечено.

Таблица 1.3 — Смыслоразностные ориентации личности юного спортсмена

Наименование шкалы теста	1 подгруппа		2 подгруппа		Уровень значимости (p)
	М	δ	М	δ	
Общий показатель	118,9	11,9	109,6	9,9	$p < 0,01$
Цели	44,0	3,8	32,33	5,7	$p < 0,01$
Процесс	34,8	3,4	33,4	6,71	
Результат	29,6	3,9	23,28	6,82	$p < 0,05$
Локус контроля – Я	31,1	3,2	24,44	5,33	$p < 0,05$
Локус контроля-жизнь	31,6	4,7	29,3	7,25	

Большое значение для личности подростка как субъекта деятельности имеют мотивационно-смысловые образования, так как именно они позволяют выдерживать многолетние ежедневные физические и психические нагрузки. И если потребности являются источником активности, то мотивы придают этой активности определенное направление и способствуют удержанию подростка в рамках выбранного им пути (таблица 1.4).

Результаты теста «Мотивационно-смысловые образования личности» показали, что по пяти видам симптоматики существуют

различия между юными спортсменами и неспортсменами. У членов команды, по сравнению с неспортсменами, заметен общий рост выраженности потребности: достижения ( $p < 0,01$ ), аффилиации ( $p < 0,01$ ) и доминирования ( $p < 0,05$ ). Удовлетворенность футболистов 1-й группы более выражена в достижении ( $p < 0,01$ ), что говорит о реализованной потребности, соотношенной с продуктивностью на спортивных соревнованиях и познании ( $p < 0,05$ ), как относительно спортивной деятельности, так и учебной, связанной с поступлением в вузы.

Таблица 1.4 — Мотивационно–смысловые образования личности юных спортсменов

Наименование шкалы теста	1 группа		2 группа		Уровень значимости (p)
	М	δ	М	δ	
Достижение-потребность	9,7	1,18	8,6	1,24	$p < 0,01$
Достижение-удовлетворенность	7,3	1,09	5,8	1,13	$p < 0,01$
Познание-потребность	8,3	1,86	8,4	1,29	
Познание-удовлетворенность	6,8	1,33	5,7	0,83	$p < 0,05$
Аффилиация-потребность	10,6	2,06	8,7	1,52	$p < 0,01$
Аффилиация-удовлетворенность	7,2	1,39	6,2	1,48	
Доминирование-потребность	11,7	2,18	9,6	1,24	$p < 0,05$
Доминирование-удовлетворенность	5,9	1,12	6,7	1,18	

При количественном анализе было выявлено следующее: показатели «удовлетворенности» по всем параметрам преобладали по сравнению с показателями «потребности». В 1-й группе наиболее высокий уровень удовлетворенности в достижении (92,5%), аффилиации (88,7%), во 2-й группе в познании и доминировании (по 82,5%). Можно предположить, что рост потребности произойдет в процессе освоения новой роли студента.

Диагностика заключительного этапа исследования показала разную степень осознания смысла и удовлетворенности самореализацией членов 1-й и 2-й групп. Мотивационно-смысловая сфера футболистов отличается большей выраженностью, а также тем, что по окончании ДЮСШ сохраняются доминирующие тенденции по достижению поставленных целей.

Результаты исследования мотивации спортивной деятельности показали, что юные футболисты, проживающие в семьях, более устойчивы к стрессу, демонстрируют более уверенное поведение, лучше сориентированы в отношении жизненных целей.

Напротив, юные спортсмены из интерната при очень высокой мотивации достижения успеха имеют одновременно сильный мотив

избегания неудач, что приводит к ухудшению общих спортивных показателей. Можно предположить, что самым «слабым звеном» личности, воспитанной вне семьи, является мотивационный аспект.

В связи с этим особое значение приобретает осознанная психолого-педагогическая работа, развивающая мотивационный аспект личности подростка – юного спортсмена, воспитывающегося в условиях школы-интерната.

Следующая серия эмпирического исследования осуществлялась на выборке юных волейболистов.

Исследование проходило на базе специализированной ДЮСШОР по волейболу г. Серпухова, в нем приняли участие 37 человек: 19 юношей и 18 девушек, возраст юных волейболистов 15-17 лет во время учебно-тренировочных сборов по подготовке спортсменов к Чемпионату России. Первые 11 человек были отнесены нами к группе 1 «самоактуализирующиеся спортсмены», а последующие – к группе 2 «несамоактуализирующиеся спортсмены». В группе самоактуализирующихся испытуемых оказались наиболее успешные спортсмены, по мнению экспертов – члены сборной команды Москвы, Московской области, России по волейболу.

Для самоактуализирующихся юных спортсменов характерен (63,64%) умеренно высокий уровень выраженности мотивации к успеху, он выявлен у каждого двух из трех спортсменов. Оптимальным считается именно такой – умеренно высокий – уровень мотивации достижений. Они стремятся добиться успеха в своей деятельности, они смелы и решительны, рассчитывают получить одобрение за действия, направленные на достижение поставленных целей. Для них характерны мобилизация всех своих ресурсов и сосредоточенность внимания на достижении поставленных целей. Большинство (61,54%) несамоактуализирующихся юных спортсменов, показали более низкий – средний – уровень выраженности мотивации к успеху.

Все (100%) самоактуализирующиеся спортсмены продемонстрировали низкий уровень выраженности мотивации к избеганию неудач. Для несамоактуализирующихся спортсменов характерен более высокий уровень выраженности мотивации к избеганию неудач (средний уровень выявлен у 38,5% и высокий – у 30,8% спортсменов этой группы).

В поведении это проявляется в отборе лишь трудных или слишком лёгких целей, в повышенной тревожности, неуверенности в своих силах, тенденции избегать ситуаций соревновательности, конкуренции, не критичности в оценке достигнутого, ошибочности про-

гноза и т.п. Исследования показали, что спортсмены с более высоким показателем по данному тесту чаще попадают в неприятные ситуации, чем те, которые набрали низкие баллы. Такие спортсмены чаще срываются во время выступлений и, как правило, показывают лучший результат на тренировках, чем на соревнованиях.

Все (100%) самоактуализирующиеся спортсмены продемонстрировали преобладание мотивации стремления к успеху над стремлением к избеганию неудач и средний уровень выраженности готовности к риску. Т.е. для спортсменов не характерно ни избегание сложных ситуаций, ни стремление к ним, они демонстрируют «разумный» риск, расчётливость в значимых для себя ситуациях. В группе несамоактуализирующихся спортсменов наблюдается иная картина – примерно одинаковое число спортсменов показали и низкий (30,8%), и средний (38,5%), и высокий (30,8) уровень выраженности готовности к риску. При этом, естественно, и высокий, и низкий уровни готовности к риску неблагоприятно сказывается на результативности выступлений спортсмена.

В соответствии с целью нашего исследования, сочли возможным рассмотреть результаты по отдельным шкалам: общей интернальности (*Ио*), в области достижений (*Ид*), в области неудач (*Ин*), в производственных отношениях (*Ип*).

Все (100%) самоактуализирующиеся спортсмены 1-й группы продемонстрировали интернальный тип контроля над значимыми событиями (среди спортсменов 2-й группы, таковых – 15,4%). Они считают, что большинство всяких важных событий в их жизни было результатом их собственных действий и чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом. Субъективный контроль спортсменов этой группы сопровождается ощущением своей силы, достоинства, ответственности за происходящее, самоуважением, социальной зрелостью и самостоятельностью личности. Отметим, что во 2-й группе 84,6% спортсменов продемонстрировали экстернальный тип контроля, т.е. они не видят связи между своими действиями и значимыми для них событиями их жизни, не считают себя способными контролировать их развитие и полагают, что большинство их являют результатом случая или действий других людей.

В сфере производственных отношений абсолютное большинство (81,8%) 1-й группы спортсменов демонстрируют интернальность, т.е. они считают свои действия важным фактором в своей спортивной деятельности, в складывающихся отношениях в коллективе, в своих карьерных продвижениях (среди 2-й группы спортсменов таковых в четыре раза меньше – 19,23%).

В сфере неудач как самоактуализирующиеся, так и спортсмены демонстрируют в основном (54,6% и 73,1% соответственно) низкий уровень субъективного контроля (экстернальность).

Следующий этап эксперимента проводился с участием спортсменов-волейболистов (11 человек) с целью выявления взаимосвязи между ценностно-смысловыми образованиями и самореализацией.

Для проверки выдвинутой гипотезы, мы используем метод ранговой корреляции Спирмена, так как он позволяет определить силу и направление корреляционной связи между двумя признаками/профилями признаков.

В связи с тем, что основой работы стало изучение особенности мотивационно-смысловых образований спортсменов-волейболистов, для расчета корреляции мы сравним:

- 1) Самореализацию – с ценностью/доступностью; успешностью; мотивацией на успех; с общей интернальностью;
- 2) Успешность – с мотивацией на успех; общей осмысленностью жизни; с общей интернальностью;
- 3) Мотивацию на успех – с целями; результатами; процессом жизни; отношением к себе; отношением к жизни; с общей осмысленностью жизни (шкалы теста СЖО); с общей интернальностью.

Анализ результатов определенно указывает:

I. На существование статистической значимой зависимости:

1. Уровня самореализации:

- от удовлетворенности потребностей (ценности/доступности) ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ), (коэффициент корреляции Спирмена = 0,76);
- уровня успешности ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ), (коэффициент корреляции Спирмена = 0,76);
- от мотивации на успех и избегание неудач ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ), (коэффициент корреляции Спирмена = 0,78);

2. Успешности:

- от мотивации на успех и избегание неудач ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ), (коэффициент корреляции Спирмена = 0,91);
- от общей осмысленности жизни ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ), (коэффициент корреляции Спирмена = 0,79)

3. Мотивации:

- от целей в жизни ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ), (коэффициент корреляции Спирмена = 0,78 – шкала «Цели в жизни»); Цели в жизни придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу;
- от результативности жизни, удовлетворенности самореализацией ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ), (коэффициент корреляции Спирмена = 0,78 – шкала «Результат жизни»); Оценка пройденного отрезка жизни,



ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна ее прожитая часть;

- от Локус–контроля собственного Я ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ), (коэффициент корреляции Спирмена =  $0,79$  – шкала «ЛК-Я»); Соответствует представлению о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о смысле;

- от Локус контроля–жизнь (или управляемость жизни) ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ), (коэффициент корреляции Спирмена =  $0,79$  – шкала «ЛК-жизнь»); Убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь.

- от общего ОЖ ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ), (коэффициент корреляции Спирмена =  $0,77$  – шкала «ЛК-жизнь»); Общая осмысленность своей жизни;

II. На существование слабой статистической значимой зависимости:

- мотивации на успех от процесса жизни ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ;  $r=0,61$ ,  $\alpha=0,05$ ), (коэффициент корреляции Спирмена =  $0,62$  – шкала «Процесс жизни» – находится в нейтральной зоне);

- самореализации от общей интернальности ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ;  $r=0,61$ ,  $\alpha=0,05$ ), (коэффициент корреляции Спирмена =  $0,68$  – находится в нейтральной зоне);

- успешности от общей интернальности ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ;  $r=0,61$ ,  $\alpha=0,05$ ), (коэффициент корреляции Спирмена =  $0,72$  – находится в нейтральной зоне);

III. На отсутствие статистической значимой зависимости:

- мотивации на успех от общей интернальности ( $r=0,76$ ,  $\alpha=0,01$ ;  $r=0,61$ ,  $\alpha=0,05$ ), (коэффициент корреляции Спирмена =  $0,59$ ).

Рабочая гипотеза, что ценностно–смысловые образования спортсменов–волейболистов значимо связаны с уровнем их спортивной самореализации – подтверждена. Проведенное исследование позволило констатировать, что из 37 юных спортсменов-волейболистов, принимающих участие в исследовании, 11 испытуемых:

- сильно мотивированы на успех, достижения; имеют реалистичный уровень притязаний; имеют высокий уровень готовности к риску;

- ощущают себя активными субъектами собственной деятельности, считают, что большинство важных событий в их жизни является результатом их собственных действий, что они могут ими управлять, и, таким образом, они чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом;

– осознают себя людьми, обладающими достаточной свободой выбора, чтобы строить свою жизнь в соответствии с собственными представлениями о ее смысле – это может свидетельствовать в пользу положения о высокой смыслообразующей ориентации спортсменов;

– ощущают свою силу, достоинство, ответственность за происходящее, с самоуважением, социальной зрелостью и самостоятельностью личности.

– имеют доминирующие ценности личности: творчество (возможность творческой деятельности); счастливая семейная жизнь; свобода как независимость в поступках и действиях; познание (возможность расширения образования, кругозора, культуры); уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений); наличие хороших и верных друзей;

Качественный анализ смысловой сферы испытуемых показал:

– наличие в смысловом поле испытуемых категорий самореализации и самовыражения, самосовершенствования и совершенствования мира вокруг себя, что позволяет говорить о сформированной развитой потребности в самоактуализации;

– направленность в смысловых категориях испытуемых на активное изменение внешней среды и деятельностный подход в реализации собственного потенциала;

– эмоциональное переживание удовлетворенности собственной деятельностью и ее результатами;

– особенности интегрированности в социум – осознают собственную готовность что-либо делать для общества, не ищут помощи и защиты;

– особенности переживания свободы выбора и собственной ответственности за все, что происходит вокруг как экзистенциальной ценности.

Следующий этап исследования состоял в выявлении особенностей мотивации спортивной деятельности спортсменов разного уровня спортивной квалификации.

В исследовании приняты участие спортсмены, занимающиеся бобслеем и скелетоном (n=44). Они были разделены на три подгруппы:

– начинающие спортсмены и КМС (n=16) 17-21 год;

– члены сборной команды России, МС (n=15) 18 до 25 лет;

– МСМК и ЗМС (n=13) 20-31 год.

В результате анализа полученных данных исследования смысловых ориентаций у спортсменов различной квалификации

было выявлено следующее: показатели по шкалам «цели», «процесс», «результат», «ЛК-Я», «ЛК-жизнь», «Общий ОЖ» у КМС и МС в пределах нормы, а у МСМК выявлен высокий уровень.

Следовательно, полученные результаты подтверждает высокую значимость для спорта смысловых ориентаций по всем показателям на достоверном уровне значимости с повышением уровня мастерства.

В результате анализа полученных данных мотивации достижения была выявлена общая тенденция всех спортсменов вне зависимости от имеющейся у них спортивной квалификации – мотивация достижения успеха у всех 100% опрошенных участников.

В соответствии с особенностями мотивации и существующими целями, человек выстраивает структуру любой деятельности. Для определения ее специфики у спортсменов мы использовали опросник «Цель–Средство–Результат» (WCH) А.А. Карманова, в основу которой положен базис (цель – средство – результат), отражающий структуру деятельности человека. Помимо этого, опросник позволяет определить личностные свойства человека, связанные с выполняемой деятельностью.

Полученные результаты исследования позволяют говорить о недостаточно сформированной целенаправленности и целесообразности действий спортсменов всех квалификаций. Это подтверждается и результатами исследования, выполненного с помощью методики групповой мотивации достижений успеха И.Д. Ладанова, которая показала нам недостаточную осмысленность целей у спортсменов.

В выборе средств для достижения целей спортсмены первой и второй групп также испытывают затруднения. Это связано чаще всего с отсутствием четко сформированной цели и недостаточным умением самовыражения. Достаточно свободны в выборе средств только спортсмены третьей группы. Их личностные качества позволяют при этом находить компромисс в различных ситуациях, не испытывая негативизма и конформности.

Оптимальный результат показан спортсменами всех трех групп только в категории «Результат». Все спортсмены адекватно оценивают результаты своей деятельности, беспристрастны в оценках других людей.

Полученные в результате проведения данной методики результаты были подвергнуты математической обработке с помощью статистического t–критерия Стьюдента. В результате сравнения средних значения у трех групп спортсменов, статистически значимых различий выявлено не было.

Итак, результаты проведенного исследования показали необходимость развития функций целеполагания у спортсменов, большей ответственности за свои действия, выработку умений постановки и реализации поставленных целей, средств самовыражения.

В силу того, что бобслей является групповым видом спорта (выступления проходят в двойках и четверках), интересно было определить не только выраженность индивидуальность мотивации, но и групповой направленности спортсменов. С этой целью был использован *тест групповой мотивации достижения успеха И.Д. Ладанова*. Он позволяет определить уровень сплоченности команды, межличностных отношений, долю личной активности каждого члена команды в процессе принятия решений и др. Итоговым результатом является показатель групповой мотивации в каждой исследуемой нами группе.

Были получены следующие результаты.

Первая группа спортсменов характеризуется: низким уровнем сплоченности команды, недостаточной активностью членов команды, плохими межличностными отношениями, незначительная конфликтность в команде, низким уровнем групповой совместимости, недостаточным осмыслением спортсменами организационных целей, неприятием авторитета тренера, недостаточным признанием его компетентности и лидерства, отсутствием доверительным отношений членов команды с тренером, недостаточным участием в принятии решений членами команды, отсутствием условий для выражения творческого потенциала спортсмена в команде.

Второй группе спортсменов свойственны: средний уровень сплоченности команды, недостаточная активность ее членов, нормальный уровень межличностных отношений, отсутствие ярко выраженных конфликтов в команде, средний уровень совместимости, осмысления спортсменами организационных целей, низкий уровень признания авторитета тренера, неприятие его компетентности и лидерских качеств, недостаточная доверительность членов команды с тренером, достаточное участие членов команды в принятии решений и существующая возможность для выражения творческого потенциала отдельного спортсмена в команде.

Для третьей группы характерны: достаточный уровень сплоченности команды при активности ее членов, нормальный уровень межличностных отношений, отсутствие ярко выраженных конфликтов в команде, средний уровень совместимости, недостаточное осмысление спортсменами организационных целей, признание авторитета тренера, средний уровень признания его компетентности и лидерства, достаточно доверительные отношения между членами

команды и тренером, наличие возможности участия команды в процессе принятия решений и реализации творческого потенциала.

Общий показатель групповой мотивации к успеху в группах спортсменов различной квалификации выражается следующим образом:

1 группа – 28 баллов – слабая мотивация;

2 группа – 35 баллов – недостаточная мотивация на достижение успеха;

3 группа – 48 баллов – достаточная мотивация на достижение успеха.

Полученные данные были обработаны с помощью *t*-критерия *Стьюдента*, в результате чего были выявлены статистически значимые различия между показателями групповой мотивации к успеху у первой и третьей групп спортсменов ( $p \leq 0,05$ ).

Таким образом, мы видим, что уровень групповой мотивации возрастает в соответствии с уровнем квалификации спортсменов, однако остается недостаточно высоким. Следует проводить специальную работу по сплочению членов команды, их совместимости, оптимизации межличностных отношений в команде. Особое внимание необходимо уделить роли тренера в команде. Спортсмены первой и второй групп недостаточно оценивают его авторитет, компетентность, лидерские качества, вследствие чего отсутствуют доверительные отношения между спортсменами и тренером. Важным моментом является разъяснение для спортсменов организационных целей тренировочного процесса, что будет способствовать большему их осмыслению. Помимо этого в ходе тренировок необходимо повышать уровень активности спортсменов, давать им возможность участвовать в процессе принятия решений и реализовывать свой творческий потенциал. В конечном итоге это повысит уровень групповой мотивации к успеху в команде и позволит добиваться более высоких спортивных результатов.

Полученные показатели мотивационной сферы спортсменов (общее число выделенных признаков – 46) были подвергнуты обработке методом факторного анализа с целью определения факторов, объясняющих связи между переменными.

Выделенные факторы, описывающие структуру мотивационной сферы спортсменов, выглядят следующим образом:

**1. Первый фактор** объединил в себе такие показатели, как процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни (0,981), локус контроля – Я (0,967), общий показатель смысложизненных ориентаций (0,960), уровень квалификации спортсмена (0,948), локус контроля – жизнь или общая управляемость жизнью (0,947),

цели в жизни (0,860), результативность жизни или удовлетворенность самореализацией (0,714), закономерность результатов (0,542), самопривязанность (0,492), оценка потенциала (-0,455), мобильность усилий (-0,423), познавательный мотив (0,419), самоуважение (-0,419). В данный фактор вошли показатели процесса жизни и эмоциональной насыщенности жизни, который определяет удовлетворенность своей жизнью в настоящем, восприятие процесса своей жизни как интересного, эмоционально насыщенного и наполненного смыслом (смысл в том, чтобы жить); локуса контроля спортсменов своего Я и своей жизни, характеризующиеся представлением о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле, контролировать события собственной жизни (Я-концепция), убежденностью в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь; показатели уровня квалификации спортсмена как отражения возможности человека повышать (регулировать) спортивное мастерство; нацеленность на результативность жизни, деятельности и самореализацию. Исходя из анализа показателей, первый фактор можно охарактеризовать как *«процессуально-содержательная направленность на жизнь и самореализацию»*.

2. Во втором факторе наибольшим весом обладают показатели смены деятельности (0,817), сложности задач (0,656), внутреннего мотива (0,639), нацеленности на результат деятельности (0,618), мотивы избегания неудачи (0,600), познавательные мотивы (0,451), средства деятельности (-0,448), ожидаемого результата (0,438), самоуважения (0,420). На их основе мы определили данный фактор как *«процессуально-содержательная направленность на успешность деятельности»*.

3. Наиболее весомые показатели в третьем факторе: мотивация достижения успеха (0,869), волевые усилия (0,567), значимость результатов (0,480), цели в жизни (0,476), результативность жизни (-0,566). В данный фактор вошли показатели нацеленности личности на результативность деятельности, при этом важным является волевое усилие человека и успешность в результативности деятельности. В соответствии с этим мы назвали данный фактор *«направленность на достижение результата»*.

4. В четвертый фактор вошли следующие показатели: групповая мотивация (0,830), самопринятие (0,463), саморуководство (0,453). На этой основе мы определили этот фактор как *«групповое и личностное самопринятие»*.

Итак, проведенный факторный анализ позволил выделить основные мотивационные конструкты в личности спортсменов-бобслеистов. Они отражают ценность психологических механизмов удовлетворенностью жизнью, затрагивающую смысловые структуры сознания человека, определяют в качестве значимых направленность на успешность в деятельности и достижение результата, подчеркивают важность группового и личностного самопринятия личности в жизни и выполняемой деятельности.

Для описания психологических особенностей выделенных мотивационных факторов в группах спортсменов различной квалификации мы сравнили средние значения показателей, входящих в состав факторов начинающих спортсменов, кандидатов в мастера спорта (первой подгруппы) и мастеров спорта (второй подгруппы), а также показатели спортсменов первой группы и заслуженных мастеров спорта, мастеров спорта международного класса (третья подгруппа).

Различия между группами в исследуемых показателях подтверждены статистически с использованием *t*-критерия Стьюдента (таблица 1.5).

Таблица 1.5 — Сравнение средних значений показателей спортсменов различной квалификации

Признаки	Фактор	Начинающие спортсмены и КМС	МС	t-критерий	ЗМС и МСМК	t-критерий
Закономерность Результатов	1	11,33	11,78	0,63	13,89	0,19*
Самопривязанность	1	5,44	5,89	0,65	7,33	0,12*
Оценка потенциала	1	13,78	12,11	0,32*	11,11	0,09*
Мобильность усилий	1	14,89	15,89	0,127	13,89	0,14*
Смена деятельности	2	10,67	14,56	0,48*	14,33	0,47*
Сложность задач	2	8,56	10,44	0,50*	8,78	0,46*
Познавательный мотив	2	14,67	15,56	0,312	13,22	0,16*
Волевые усилия	3	12,11	14,89	0,08*	13,00	0,08*
Результативность Жизни	3	26,30	24,50	0,04*	28,30	0,01**
Групповая мотивация	4	29,11	34,78	0,18	43,00	0,31*

Примечание:

\* –  $p \leq 0,05$

\*\* –  $p \leq 0,01$

В спортивной деятельности (особенно на уровне высших достижений) проявляется совокупность ряда мотивов – стремление узнать свои физические и психические возможности, стремление утвердиться в глазах окружающих и в собственных глазах, стремление к успеху, что определяет специфическую мотивацию спортсмена. Главная составляющая мотива в спорте – это мотивация спортивных достижений.

В спорте высших достижений любая ситуация, которая усиливает надежды на спортивный успех, одновременно содержит в себе опасение неудачи. Бывает, что уровень мотивации достижений достаточно высокий, но преобладают мотивы избегания неудачи. На почве такого мотива возникает повышенная, хотя и скрытая, тревожность. Пока идет тренировочный процесс, она может не проявляться. Однако, чем ответственнее соревнование, тем вероятнее возможный срыв. Таким образом, наиболее характерной для спорта (как конкурентной деятельности) является альтернативная мотивация, выступающая в двух основных разновидностях: мотивация достижения успеха и мотивация избегания неудачи.

Мотивация достижения может быть определена как попытка увеличить или сохранить максимально высокими способности человека ко всем видам деятельности, к которым могут быть применены категории успешности и где выполнение подобной деятельности может привести к успеху или к неудаче.

Мотивация достижения направлена на определенный конечный результат, т.е. она ориентирована на цель. При этом предполагается четкая последовательность серии действий. Для мотивации характерен постоянный пересмотр целей, постоянное возвращение к прерванному заданию, возобновление основной направленности действий. Планирование становится необходимым для достижения упорядоченной последовательности и функциональной организации цепи действий.

В научной литературе (D.Johnson, R. Johnson) существуют многочисленные доказательства в поддержку использования моделей коллективного (группового) развития с целью улучшения познавательных процессов, эмоциональных и межличностных взаимодействий в группе.