

Психологические науки

УДК 596

ЛИЧНОСТЬ В СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ²⁴

И.А.Юров, Московский инновационный университет (Москва, Россия).

Аннотация. Традиционно в отечественной психологии под структурой личности понимается четырехкомпонентная модель, включающая в себя темперамент, характер, направленность личности, способности (П.А.Рудик, А.Ц.Пуни, Е.П.Ильин, А.В.Родионов и др.). В последнее время в современной психологии происходит интеграция, конвергенция различных парадигм теорий личности. Это позволяет представить следующую психологическую структуру и динамику личности, состоящих из трех основных блоков, представленных в данной статье.

Ключевые слова: личность, целеполагание, мотивация, уровень притязаний, эмоции, темперамент, характер.

PERSONALITY IN SPORTS PSYCHOLOGY

I.A. Yurov, Moscow innovative university (Moscow, Russia).

Abstract. Traditionally in domestic psychology the structure of the personality is understood as the four-component model including temperament, character, an orientation of the personality, ability (P.A.Rudik, A. Ts. Puni, E. P. Ilyin, A. V. Rodionov, etc.). Recently in modern psychology there is an integration, convergence of various paradigms of theories of the personality. It allows to present the following psychological structure and dynamics of the personality, consisting of three main units presented in this article.

Keywords: personality, goal-setting, motivation, level of claims,

²⁴ Материал рекомендовал А.С. Щукин, выпускающий соредактор номера (Санкт-Петербург, Россия). Рецензент к.псх.н. Л.Ф. Чупров (Черногорск, Россия).

emotions, temperament, character.

Традиционно в отечественной психологии под структурой личности понимается четырехкомпонентная модель, включающая в себя темперамент, характер, направленность личности, способности (П.А.Рудик, А.Ц.Пуни, Е.П.Ильин, А.В.Родионов и др.). Значительный ряд спортивных психологов, беря за основу трактовку понятия личности зарубежных авторов (например, Г.Оллпорта, А.Маслоу, Э.Берна и др.), тем не менее, содержание понятия и структуру личности раскрывают через представления отечественных психологов, которые в корне отличаются от зарубежных. В результате получается некая эклектика элементов, не связанная ни с теоретическими, ни с методологическими, ни с методическими позициями зарубежных и отечественных психологов. Раскрывать содержания понятия и структуру личности целесообразно в рамках единой научной концептуальной модели. Описание личности только по одной подструктуре или одному компоненту не является полной и комплексной и фактически ничего не дает ни для теории, ни для практики, в частности спорта. Личность рассматривается как особое качество человека, приобретаемое им в социокультурной среде в процессе совместной деятельности и общения (В.А. Петровский, А.Г. Асмолов). Человек, взятый в его социальном качестве, есть личность (Б.Г. Ананьев, В.А. Ядов). Но такое обобщенное понимание личности можно отнести к разным наукам, изучающим личность (философия, социология, педагогика, политология и др.). Общепсихологическое изучение личности – это исследование человека как носителя совокупности психических свойств и качеств, определяющих социально значимые формы деятельности и поведения (Е.В. Шорохова). С.Л. Рубинштейн писал, что в качестве собственно личностных свойств из всего многообразия свойств человека обычно выделяют те, которые обуславливают общественно значимое поведение или деятельность человека. Поэтому основное место в них занимает система мотивов и задач, которые ставит себе человек, свойства его характера, обуславливающие поступки людей (т.е. те их действия, которые реализуют или выражают отношения человека к другим людям), и способности человека, т.е. свойства, делающие его пригодным к исторически сложившимся формам общественно полезной деятельности. По мнению В.А. Ядова, здесь

подчеркивается: а) изучение внутренних, субъективных отношений и качеств человека, делающих его личностью, членом общества, мотивация его поведения и деятельности, т.е. осознанные побуждения к активности; б) отмечается, что речь идет о системе мотивов и вообще субъективных свойств человека, о структуре его социально обусловленных качеств как субъекта социальной деятельности [1, 2, 4, 8],

В отличие от других гуманитарных наук, общая психология исследует в личности главным образом ее субъектное начало, ее внутреннюю природу, обусловленную социальными условиями, которые сами по себе предметом изучения здесь не являются. Психолога интересует выявление опосредующей роли внутренних психических свойств и процессов в восприятии воздействий внешней социальной среды, изучение регулятивных функций в поведении личности именно этих внутренних ее свойств и качеств: темперамента, характера, задатков и способностей, мотивации (Е.В. Шорохова, В.А. Ядов). Б.Г. Ананьев считал, что строить структуру личности следует «не по одному, а по двум принципам одновременно: 1) субординационному, или иерархическому, при котором более сложные и более общие социальные свойства личности подчиняют себе более элементарные и частные социальные и психофизиологические свойства; 2) координационному, при котором взаимодействие осуществляется на паритетных началах, допускающих ряд степеней свободы для коррелируемых свойств, то есть относительную автономию каждого из них» [1].

К.К. Платонов в предложенной концепции динамической функциональной структуры личности выделил четыре подструктуры: 1) социально обусловленная подструктура; 2) опыт; 3) индивидуальные особенности различных психических процессов; 4) биологически обусловленная подструктура [2].

Итак, в отечественной психологии сложился целый ряд школ и направлений, в которых психические свойства личности (личностные свойства) исследуются в разных аспектах. Одни психологии рассматривают личность в связи с анализом ее деятельности (А.Н. Леонтьев), другие – с анализом психологических отношений личности (В.Н. Мясищев), третьи – установок (Д.Н. Узнадзе); четвертые – социальных позиций личности (Л.И. Божович); пятые – с анализом общения (Б.Ф. Ломов). По мнению

К.К. Платонова, личность – это человек как носитель сознания [2, 3, 4, 5, 8].

Между тем в последнее время в современной психологии происходит интеграция, конвергенция различных парадигм теорий личности. Это позволяет представить следующую психологическую структуру и динамику личности, состоящих из трех основных блоков.

Целеполагание – сознательный, осознанный план жизни (смысл жизни по А. Маслоу, В. Франклу, К. Роджерсу, жизненный план по Э. Эриксону, сценарий жизни по Э. Берну, генеральные, стержневые цели жизни по Б.Г. Ананьеву, жизненные цели личности по Б.Ф. Ломову, личностный смысл по А.Н. Леонтьеву). Целеполагание состоит из двух характеристик: цели и целеобразования. Цель – предвосхищение в сознании результата, на достижение которого направлены действия. Цель выражает активную сторону человеческого сознания и находится в соответствии с объективными законами, реальными возможностями окружающего мира и самого субъекта. Цель становится силой, изменяющей действительность только во взаимодействии с определенными средствами, необходимыми для ее практической реализации. Различают отдаленные, близкие и непосредственные, общие и частные, промежуточные и конечные цели. Целеобразование – процесс формирования целей личностью и в деятельности человека. О целеполагании, но в узком смысловом значении говорит Е.П. Ильин. Он считает, что целеполагание, то есть постановка конкретных целей на данное соревнование или на целый сезон, связано с таким психологическим феноменом, как уровень притязаний.

Б.Ф. Ломов считает, что потребностно-мотивационная сфера является исходным звеном, фундаментом жизненной цели личности. Он различает цель деятельности и жизненную цель: человеку приходится выполнять в течение жизни множество разнообразных деятельностей, в каждой из которых реализуется определенная цель. Но цель любой отдельной деятельности раскрывает лишь какую-то одну сторону направленности личности, проявляющуюся в данной деятельности. Жизненная цель выступает в роли общего интегратора всех частных целей, связанных с отдельными деятельностями. Реализация каждой из них вместе с тем есть частичная реализация (и в то же время развитие) общей жизненной цели личности.

Б.Ф. Ломов подчеркивает, что цель имеет два аспекта: один из них –

это идеальное представление будущего продукта деятельности, другой относится к намеченному личностью уровню достижения (например, в своем мастерстве). С жизненными целями, прежде всего, связан именно этот второй аспект. Когда деятельность завершена, ее цель (в первом аспекте) достигнута, деятельность превращается в покоящееся свойство ее продукта. В результате деятельности в зависимости от уровня достижения (второй аспект цели) статус личности в обществе либо упрочивается, либо становится неустойчивым. Если измерение статуса личности, возникшее в результате деятельности, существенно (благодаря успеху или неудаче), то это может изменить и саму ее направленность, в том числе мотивационную сферу и жизненные цели [3].

А.С. Макаренко отмечал, что человек, определяющий свое поведение самой близкой перспективой, есть человек очень слабый.

На общепсихологическом уровне план и сценарий жизни включает в себя следующие компоненты:

- 1) стратегический план и стратегический сценарий жизни (до 80-100 лет);
- 2) перспективный план и перспективный сценарий жизни (20 лет);
- 3) долгосрочный план и долгосрочный сценарий жизни (10-20 лет);
- 4) среднесрочный план и среднесрочный сценарий жизни (5-10 лет);
- 5) краткосрочный план и краткосрочный сценарий жизни (от 1 года до 5 лет);
- 6) текущий план и текущий сценарий жизни (1 год);
- 7) оперативный план и оперативный сценарий жизни (до 1 года).

В спортивной психологии план и сценарий спортивной жизни (карьеры) включает в себя следующие компоненты:

- 1) Перспективный план и долгосрочный (стратегический) сценарий спортивной жизни (карьеры) (16-32 года);
- 2) Среднесрочный план и среднесрочный сценарий спортивной жизни (4-16 лет);
- 3) Краткосрочный план и краткосрочный сценарий спортивной жизни (4 года);
- 4) Текущий план и текущий сценарий спортивной жизни (1год);
- 5) Оперативный план и оперативный сценарий спортивной жизни (участие в максимально значимом соревновании).

Спортивная жизнь (спортивная карьера) – это многолетние занятия человека спортом, нацеленные на высокие достижения и связанные с постоянным самосовершенствованием спортсмена в избранном виде спорта. Выделяют четыре этапа спортивной карьеры: подготовку, старт, кульминацию и финиш. Подготовка включает выбор вида спорта, старт – начало занятий спортом, кульминация – достижение пика результатов, финиш – завершение спортивной карьеры, прекращение занятий спортом. Особенности спортивной карьеры по сравнению с другими видами деятельности и профессий является ее раннее начало, ранние специализация и кульминация и раннее окончание. В среднем длительность спортивной карьеры составляет 10,5 лет (Н.Б. Стамбулова).

Конкретно на психологическом уровне план и сценарий спортивной жизни осуществляется через уровень притязаний и уровень ожидания.

Человек, приступая к деятельности, ставит перед собой конкретную цель: он хочет и стремится достичь определенного уровня результатов. Это и есть уровень притязаний: то, к реализации чего человек стремится (Ф. Хоппе). Соотношением между уровнем притязаний и фактическим уровнем исполнения и определяется качественная оценка результатов деятельности, то есть успех или неуспех деятельности (А. Ребер) [8].

Уровень притязаний – одна из характеристик личности, поскольку в нем отражено существенное для личности соотношение ее «потенций и тенденций» (Б.Г. Ананьев), ее возможностей и стремлений (В.С. Мерлин), потребности личности сохранить свои достижения (Б.А. Вяткин), уровень трудностей выбираемой человеком цели (В.Г. Гербачевский), стремление к достижению целей той степени сложности, на которую человек считает себя способным (В.П. Зинченко и Б.Г. Мещеряков), конкретный результат, который собираются получить, приступая к деятельности, уровень трудности задач, которые выбирает человек, на осуществление которых он претендует (Н.Н. Обозов, А.Г. Маклаков), мера трудности цели, которую ставит перед собой команда или отдельный спортсмен (Е.П. Ильин), желаемый уровень самооценки личности (уровень образа «Я»), проявляющийся в степени трудности цели, которую индивид ставит перед собой (А.В. Петровский) [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8].

В спортивной психологии уровень притязаний понимают как косвенно выраженную самооценку спортсмена в виде требования к количественной и

качественной сторонам спортивной деятельности, а потребность в достижении успеха можно рассматривать по двум параметрам: высокий или низкий уровень и степень гомогенности. Результатом осуществления этой самооценки являются психические состояния (ощущения удачи или неудачи), которые имеют огромное мотивационное значение для дальнейшей деятельности человека. Если после достигнутого результата у человека вновь возникают притязания определенного уровня, то на их степень влияет предшествующее достигнутое целевое несогласие. После достижения очередного уровня притязаний обыкновенно он повышается, после недостижения – понижается. Уровень притязания создается в рамках антиципации результата деятельности и считается частью воли и мотивации. Цель не может быть достигнута и уровень притязаний не может быть реализован без мотивации (побуждения к деятельности). Мотивация – совокупность факторов, мотивов, механизмов, побуждений к деятельности, поддерживающих, направляющих и определяющих поведение и деятельность, динамический процесс формирования мотива (К. Мадсен, Ж. Годфруа, К.К. Платонов, И.А. Джидарьян, Е.П. Ильин, А.Г. Маклаков). В качестве понятия «мотив» называются самые различные психологические феномены: установки (Д.Н. Узнадзе), желания, хотения, привычки, мысли и чувство долга (П.А. Рудик), представления и идеи, чувства и переживания (Л.И. Божович), морально-политические установки и помыслы (А.Г. Ковалев), предметы внешнего мира (А.Н. Леонтьев), психические процессы, состояния и свойства личности (К.К. Платонов), потребности и влечения, побуждения и склонности (Х. Хекхаузен), условия существования (К.К. Вилюнас), устойчивые образования мотивационной сферы в виде опредмеченных потребностей (В.А. Иванников), функциональные структуры личности, отражающие социальную значимость явлений объективного мира в форме личностного смысла (А.В. Родионов) [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8].

Выделяют внутреннеорганизованную и внешнеорганизованную мотивацию. Направленность включена в мотивацию как одно из ее функций.

Эмоции – психическое отражение в форме непосредственного переживания жизненного смысла явлений и ситуаций, обусловленного их связью с удовлетворениями потребностей человека.

Эмоции характеризуются знаком (положительные или отрицательные переживания), влиянием на поведение и деятельность (стимулирующее или

тормозящее), интенсивностью (глубина переживаний и величина физиологических сдвигов), длительностью протекания (кратковременные или длительные), предметностью (степень осознанности и связи с конкретным объектом), реактивностью (быстрота возникновения или изменения) (В.К. Вилюнас, Е.П. Ильин).

Воля – это способность человека совершать преднамеренные действия, направленные на достижение поставленных целей, и сознательно регулировать свою деятельность. Регулирующую роль воли отмечали Е.П. Ильин, А.Ц. Пуни, П.А. Рудик, В.И. Селиванов, Б.Н. Смирнов и др. [4, 5, 6].

Р. Мэй характеризовал волю как категорию, определяющую способность личности организовывать свое поведение таким образом, чтобы совершалось движение к заданной цели, в заданном направлении. В отличие от желания, воля подразумевает возможность выбора, несет в себе черты личностной зрелости и требует развитого самосознания.

С.Л. Рубинштейн в волевом действии выделил четыре стадии: 1) актуализация побуждения и постановка цели; 2) обсуждение и борьба мотивов; 3) решение о действии; 4) исполнение действия [2].

Блок II. Дж. Гилфорд предложил сжатую формулу: «личность индивида есть специфическое созвездие черт». Это определение, по мнению Р. Мейли, отражает общепринятое мнение: описать личность можно только, указав ее характерные черты. Исходное количество черт личности больше, чем их входит в структуру характера. Установлено, что результаты исследования черт личности, получаемые с помощью методики Р. Кеттелла, чрезвычайно надежны. С помощью методики Р. Кеттелла выявлено, что спортсмены с высокими показателями «мягкости характера» и в то же время обладающие незаурядными физическими качествами, тем не менее, также могут добиться высоких результатов, если при работе с ними учитывать их особенности. Оказалось, что уровень «интеллектуальных притязаний» у хороших спортсменов выше. Неустойчивые индивидуумы часто испытывают утомление даже при отсутствии значительных физических нагрузок. Подобный «синдром усилий» часто наблюдается у невротичных субъектов (Б. Кретти) [5, 6].

Характер (от греч. *charakter* – отпечаток; черта, признак, особенность) – индивидуальное сочетание устойчивых психических особенностей

человека, обуславливающих типичный для данного субъекта способ поведения в определенных жизненных условиях и обстоятельствах, основанный на закрепленных чертах личности.

Характер тесно связан с темпераментом – свойством человека, проявляющимся в особенностях динамических характеристик психической деятельности. Темперамент выступает как условие образования индивидуальных свойств характера. Темперамент биологически детерминирован гуморальной, гормональной и свойствами нервной системы.

Третий блок. Компетентность – наличие знаний, умений, навыков и опыта, необходимых для эффективной деятельности в заданной предметной области. Критерием истинной компетентности является конечный результат. Компетентность является более широким понятием, чем способности, т.е. индивидуально-психологические особенности человека, являющиеся *условием* успешного овладения и выполнения какой-либо деятельности.

Интеллект – общая способность человека мыслить рационально, действовать целесообразно и эффективно функционировать в окружающей среде. Креативность – творческие возможности, продукты деятельности человека, процесс их создания (К. Торренс) [8]. Задатки – врожденные анатомо-физиологические особенности человека составляющие природную основу развития способностей. Общая схема свойств личности:

Блок I: Целеполагание → Уровень притязаний → Мотивация → Эмоции → Воля.

Блок II: Черты личности → Характер → Темперамент → Физиологические основы темперамента.

Блок III: Компетентность → Способности → Интеллект → Креативность → Задатки.

В данной схеме подструктуры личности связаны и с анализом ее деятельности, и с анализом психологических отношений, и с ее социальными позициями, смыслообразующими факторами, что, в конечном счете, представляет собой интегральную системно-комплексную структуру личности. При задании описания личности спортсмена необходимо исследовать все взаимосвязанные подструктуры личности, только это позволит иметь представление о достаточных, объективных и адекватных

характеристиках спортсмена. Полученные данные способствуют выбору форм и методом индивидуализированного психологического сопровождения спортсмена по критериям квалификационной, возрастной и гендерной дифференциации.

Литература:

1. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания. М.: Наука, 2001.
2. Большой психологический словарь /под ред. Б.Г.Мещерякова, В.П.Зинченко. – М.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с.
3. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984.
4. Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь. – СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003.- 512.
5. Мельников В.М., Юров И.А. Теоретические подходы к построению психологической модели «идеального» спортсмена // Спортивный психолог. 2013. – №3. – С.18–21.
6. Мельников В.М., Юров И.А. Проблема индивидуальности в спортивной психологии // Спортивный психолог. 2014. – №3. – С.20–23.
7. Мельников В.М., Юров И.А. Структура личности в отечественной психологии / Известия Сочинского государственного университета. 2014. № 4-2 (33). С.158–162.
8. Ребер А. Большой толковый психологический словарь / А.Ребер. – Т.1. –М.: Вече-АСТ, 2003. – 592 с.; Т.2. – М.: Вече-АСТ,2003. – 600 с.

References:

1. Anan'ev B.G. O problemah sovremennogo chelovekoznanija. M.: Nauka, 2001.
2. Bol'shoj psihologicheskij slovar' /pod red. B.G.Meshherjakova, V.P.Zinchenko. – M.: Prajm-EVROZNAK, 2003. – 672 s.
3. Lomov B.F. Metodologicheskie i teoreticheskie problemy psi-hologii. M.: Nauka, 1984.

4. Kondakov I.M. Psihologija. Illjustrirovannyj slovar'. – SPb.: «Prajm-EVROZNAK», 2003.- 512.

5. Mel'nikov V.M., Jurov I.A. Teoreticheskie podhody k postroeniju psihologicheskoj modeli «ideal'nogo» sportsmena // Sportivnyj psiholog. 2013. – №3. – S.18–21.

6. Mel'nikov V.M., Jurov I.A. Problema individual'nosti v sportivnoj psihologii // Sportivnyj psiholog. 2014. – №3. – S.20–23.

7. Mel'nikov V.M., Jurov I.A. Struktura lichnosti v otechestvennoj psihologii / Izvestija Sochinskogo gosudarstvennogo universiteta. 2014. № 4-2 (33). S.158–162.

8. Reber A. Bol'shoj tolkovyj psihologicheskij slovar' / A.Reber. – T.1. –M.: Veche-AST, 2003. – 592 s.; T.2. – M.: Veche-AST,2003. – 600 s.

— ● —

Сведения об авторе



Игорь Александрович **Юров**, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии физической культуры, Московский инновационный университет (Москва, Россия).