

Секция «Актуальные проблемы психологии спорта и здорового образа жизни»
**Исследование мотивации достижения и локуса контроля студентов,
занимающихся спортом**

Чиванова Любовь Леонидовна

Студент (специалист)

Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова, Чебоксары, Россия

E-mail: lub.chivanova@yandex.ru

Достижение высокого результата, успеха необходимо при выполнении любой профессиональной деятельности. Здоровый образ жизни, занятия спортом повышают конкурентоспособность и целеустремленность человека, что является важным фактором в духовно-нравственном и профессиональном становлении личности [2, 5]. В современной системе образования, проектировании и внедрении инноваций в образовательный процесс проблематика формирования личностной конкурентоспособности особенно актуальна [3, 7].

Но особенно актуально достижение хороших результатов в спорте. Ряд психологов отмечают, что в процессе спортивной подготовки не всегда учитываются психологические особенности спортсменов. Для профессионального роста спортсмена, как начинающего, так и достигшего высоких достижений, знание тренера об особенностях его мотивации, его преобладающем локус-контроле может иметь особую значимость.

Мотивация (мотив достижения) - внутреннее относительно устойчивое стремление человека к успехам в различных видах деятельности. Является одним из важнейших среди совокупности факторов, определяющих мотивацию достижения - поведение человека, направленное на достижение успехов в жизни [6]. С.Ю. Головин определяет мотивацию достижения как потребность добиваться успехов в разного рода деятельности, особенно в ситуациях соревнования с другими людьми [1].

Локус контроля - это качество, характеризующее склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам (экстернальный, внешний локус контроля) либо собственным способностям и усилиям (интернальный, внутренний локус контроля) [4].

Изучение этих характеристик, а также выявление наличия взаимосвязи между ними, играет важную роль в формировании успешного человека, в становлении его как личности, как будущего профессионала в сфере спорта.

В проведенном исследовании приняли участие две группы студентов: студенты-спортсмены Чебоксарского среднего специального училища олимпийского резерва, в количестве 15 человек, среди них 7 девушек и 8 юношей в возрасте 18-19 лет, и студенты психологических специальностей Чувашского государственного университета имени И.Н. Ульянова в количестве 15 человек, среди них 7 девушек и 8 юношей в возрасте 18-19 лет.

Для исследования мотивации достижения и локуса контроля студентов-спортсменов использовались следующие методики: методика диагностики мотивации к успеху Т. Элерса; методика диагностики мотивации к избеганию неудач Т. Элерса; оценка уровня субъективного контроля Дж. Роттера в адаптации Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда.

По методике диагностики мотивации к успеху Т. Элерса было выявлено, что 11 студентов-спортсменов имеют умеренно высокий уровень мотивации достижения успеха, 4 студента-спортсмена имеют слишком высокий уровень мотивации. Среди студентов-психологов, не занимающихся спортом, были выявлены следующие результаты: 1 человек имеет низкий уровень мотивации достижения успеха, 6 человек имеют средний уровень, 7 студентов -

умеренно высокий и 1 студент - слишком высокий уровень мотивации достижения успеха. Исходя из полученных результатов, можно сказать, что студенты-спортсмены более мотивированы на достижение успеха, нежели студенты второй группы. И среди спортсменов нет таких, мотивация которых была бы ниже умеренно высокой. Другую картину можно увидеть у студентов второй группы. Их уровень мотивации на достижение успеха начинается с низкого, что говорит о меньшем стремлении к достижению поставленных целей.

С помощью методики диагностики избегания неудач Т. Элерса было выявлено, что 5 спортсменов имеют средний уровень мотивации к избеганию неудач, больше половины - высокий уровень, 1 спортсмен - очень высокий уровень мотивации избегания неудач. Во второй группе 3 студента имеют низкий уровень мотивации избегания неудач, 7 студентов - средний, 4 студента - высокий, один студент - очень высокий уровень мотивации избегания неудач. Исходя из результатов методики, можно сделать вывод, что студенты-спортсмены в несколько большей степени мотивированы на избегание неудач, чем студенты, не занимающиеся спортом. Также видно, что у спортсменов уровень мотивации на избегание неудач начинается со среднего, в то время как у студентов второй группы - с низкого. Возможно, это объясняется тем, что в спортивной деятельности важна не только победа в соревнованиях. Не менее важным фактором является избегание поражения, худшего результата.

Уровень мотивации достижения к успеху у двух выборок имеет значимые различия ($t=3,303$; $p \leq 0,01$).

Было выявлено, что и студенты-спортсмены и студенты, не занимающиеся спортом, имеют преобладающий интернальный локус-контроль, однако у студентов-спортсменов средний показатель интернальности выше (6,6), чем у студентов второй группы (3,3), что говорит о большей выраженности интернального локуса контроля: выявлено, что эти различия значимы ($t=6,69$; $p \leq 0,01$).

По результатам корреляционного анализа было выявлено, что существует взаимосвязь между мотивацией достижения успеха и интернальным локусом контроля студентов-спортсменов ($r=0,504$; $p \leq 0,01$).

Таким образом, можно сделать вывод о том, что студенты, занимающиеся спортом, более целеустремленные, для них характерно упорство и умение преодолевать трудности. Они считают, что происходящие с ними события зависят от их личностных качеств, таких как компетентность, целеустремленность и являются результатом их собственной деятельности.

Источники и литература

- 1) Головин С.Ю. Словарь практического психолога. Мн.: Харвест, М.: Аст, 2003. 800 с.
- 2) Дулина Г.С. Молодежь и современные проблемы духовно-нравственного здоровья российского общества // Социально-психологические проблемы улучшения экономической и духовно-нравственной жизни населения Приволжского федерального округа: материалы регион. науч.-практ. конф. отв. ред. В.П. Фоминых. Чебоксары. 2008. С. 250-252.
- 3) Дулина Г.С., Захарова А.Н. Проектирование инноваций в образовании // Кризис экономической системы как фактор нестабильности современного общества: материалы III междунар. науч.-практ. конф. Саратов, 2014. С. 58-60.
- 4) Елисеев О.П. Практикум по психологии личности. СПб.: Питер, 2003. 417 с.

- 5) Захарова А.Н. Прикладная психология профессиональной деятельности. Чебоксары: Изд-во Чуваш. унта, 2010. 192 с.
- 6) Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь. М.: Олма-Пресс, 2004. 672 с.
- 7) Aleksandrov A.Yu., Zakharova A.N., Nikolaev E.L. New Challenges in Engineering Education: Personal Advancement for Better Marketability of Future Professionals // Proceedings of 2015 International Conference on Interactive Collaborative Learning (ICL). 20-24 September 2015, Florence, Italy. P. 452-455.