

ОСОБЕННОСТИ ЛОКУСА КОНТРОЛЯ ХОККЕИСТОВ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП

Т.В. Огородова, В.Б. Токарева

Ярославский государственный университет им. П.Г.Демидова

г.Ярославль, Россия

tokarka@bk.ru

Аннотация. В статье представлены данные эмпирического исследования локуса контроля спортсменов-хоккеистов, выделены особенности проявления интернальности в зависимости от возраста, раскрываются взаимосвязи личностных качеств и локуса контроля.

Ключевые слова: локус контроля, экстернальность, интернальность, ответственность, личность.

Актуальность. В наши дни физическая культура и спорт пользуются большой популярностью. О спорте пишут статьи, книги, ему посвящаются спектакли, кинофильмы, на изучение его проблем все чаще обращают внимание социологи, медики, историки, педагоги и специалисты других направлений. Все это не просто дань моде, а отображение того места в современном обществе, которое заняли в нем физическая культура и спорт.

Состояние в науке и практике. Спортивное совершенствование, достижение высоких результатов определяются многими условиями: способностями, мотивацией, развитием волевых качеств спортсмена и др. Одним из условий роста спортивного мастерства, по нашему мнению, является локус контроля. Локус контроля (лат. locus – место, местоположение и франц. contrôle – проверка) – качество, характеризующее склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам, либо собственным способностям и усилиям [2]. Локус контроля спортсмена определяет эффективность самоанализа результатов соревнований, тренировки – успехов и неудач, это уровень принятия ответственности за свои достижения и поражения. Важно отметить, что принятие ответственности проявляется не только в ситуациях «последствия», но и как антиципация результата. Сознательная организация и саморегуляция человеком своего поведения, направленная на преодоление трудностей при достижении поставленных целей, является важнейшей характеристикой личности необходимой в реализации задач спортивной деятельности [3].

Быть ответственным – означает откликаться на самую сильную потребность контекста, то есть положительно или отрицательно реагировать на внешний стимул. Понятие ответственности несовместимо с догмами и законами. Понятие ответственности получает смысл только в пространстве таких понятий, как разум, выбор, свобода воли, поступок. Так, всякое действие (осознанно, рефлексивно или неосознанно) связано с выбором, т.е. сознательным (и бессознательным) предпочтением одного из возможных в данной ситуации актов. Результатом действия, совершаемого на основе сознательного, рефлексивного выбора одной из ряда возможностей, является поступок. Совершая выбор, субъект вынужден принимать решение того, какое из полагаемых им благ (пользы) имеет для него большую ценность. Выбор предполагает способность субъекта оценить различные виды блага. Поэтому выбор возможен только для субъекта, обладающего разумом, имеющего ценностные ориентиры.

Каждый человек определяет свою и чужую надёжность по мере своих возможностей, чаще всего «на глазок». Несомненно, что одним из критериев в выборе надёжного человека может послужить его ответственность. У того, кто пользуется славой «безответственного» человека, скорее всего, будут проблемы с доверием к нему других людей. Таким образом, ответственность является важным критерием для принятия самых различных решений во всех сферах человеческой деятельности. Психологическая наука не оста-

вила этот феномен без внимания, появилась целая отрасль – психология ответственности. Отечественная психология накопила солидную теоретическую базу по вопросам ответственности. В то же время на западе многочисленные исследования проводились в рамках теории локуса контроля Дж. Роттера. В человеке должны быть равным образом развиты, как внешний, так и внутренний локусы, дабы достичь гармонии в человеческой личности. И на развитие локуса контроля в первую очередь влияет воспитание человека в семье. Что вполне естественно, ведь какие-то особые личностные качества начинают прививать уже с самого юного возраста.

Спортсмен в своей деятельности должен не только правильно оценить сложившуюся ситуацию, но и так же правильно среагировать на нее [4]. Для хоккеиста, как и любого другого спортсмена, можно выделить два уровня настроения или отношения к ситуации: только я сам (команда) могу и сделаю все возможное для победы, либо «если повезет, то все будет хорошо». В первом случае мы имеем дело с проявлением интернального локуса контроля – уверенностью, что источник управления находится внутри самого человека, что он сам может осуществлять высокий уровень личного контроля. Второй случай отражает проявление экстернального локуса – веры, что жизнью человека в большой степени управляют внешние силы, такие как случай, судьба или поведение других людей.

Рассматривая хоккеистов с точки зрения локуса контроля, можно сделать вывод о том, что хоккеисты-экстерналы считают, что велико влияние случая, тренировки важны, но не настолько, чтобы отдаваться им полностью. При опасных моментах у ворот противника они с большой степенью вероятности будут действовать хаотично, например, подставлять клюшку лишь бы забить (попадет – не попадет). Хоккеисты-интерналы уверены в себе, своих силах, победы и поражения воспринимают как результат собственных действий. При опасных моментах у ворот противника будут руководствоваться своими умениями и навыками. При неблагоприятном счете продолжают бороться, а не пускают все на самотек.

Мы считаем важным использования локуса контроля в качестве своеобразного ключа в изучении феноменологии и прогнозировании мотивации поведения спортсмена в различных ситуациях.

Методология. Методика исследования. Целью нашего исследования было изучение уровня субъективного контроля у хоккеистов различных возрастных групп. Диагностический аппарат исследования составили: методика «УСК» Е.Ф. Бажина (адаптированная для спортивной деятельности) и личностный опросник Р. Кеттелла 16 PF. Определение достоверности различий выборочных средних проводилось по U-критерию Манна-Уитни для независимых выборок, взаимосвязи между факторами устанавливались при помощи коэффициента корреляции Ч. Спирмена.

Организация исследования. В исследовании приняли участие: хоккеисты команды Локо (в возрасте 17–19 лет) – всего 25 человек; хоккеисты команды Локомотив 97 и Локомотив 95 (обучающиеся СДЮШОР г. Ярославль, возраст 12 и 15 лет соответственно) – всего 45 человек.

Хоккейная команда Локо является фарм-клубом ХК Локомотив и состоит из игроков, прошедших серьезный отбор для попадания в состав команды. «Хоккейный стаж» игроков составляет 10–12 лет, многие ребята иногородние и уже несколько лет живут на учебно-тренировочной базе. Практически все юноши – игроки команды связывают свое профессиональное будущее с хоккеем.

Хоккейная команда Локомотив 97 состоит из воспитанников СДЮШОР Локомотив, мальчиков 1997г. (12 лет). Ребята занимаются хоккеем 5 лет, большинство учится в спортивных классах средней школы № 9. Команда тренируется 6 дней в неделю, участвует в турнирах и регулярном чемпионате России среди команд 97 года рождения.

Сравнение психологических портретов представленных хоккейных команд, исследование личностных характеристик игроков, позволяет, на наш взгляд, выделить не только

специфические особенности каждой команды, но и обозначить возможные направления психологической работы с командой Локомотив 97, которую мы осуществляем уже несколько лет. Качества спортивного характера у старших хоккеистов, могут рассматриваться как возможная модель личностного развития молодых игроков.

Результаты исследования и их обсуждение. В результате исследования выявлено, что показатели интернальности игроков команды Локо выше, чем игроков Локомотива 95 (общая интернальность ($U=23$, $p=0,001$); интернальность достижения ($U=61,5$, $p=0,001$), интернальность неудач ($U=164$, $p=0,001$), интернальность семейных отношений ($U=53$, $p=0,001$), интернальность спортивной деятельности ($U=171$, $p=0,01$), интернальность межличностных отношений ($U=98$, $p=0,001$), различия не достоверны только по показателю интернальность здоровья ($U=218$, $p=0,01$).

Игроки молодежной команды Локо (19 лет) старше и опытнее, в таком возрасте ответственность является важной составляющей, компонентом личностной зрелости. Развитие чувства «профессиональной» (спортивной) компетентности является центральным возрастным новообразованием этого периода. Формирование ответственности у игроков молодежной команды идет рука об руку с развитием автономности личности и обеспечением свободы принятия решений относительно самого себя.

Установлена обратная связь показателя общей интернальности (Ио) и показателя фактора чувства вины «О» ($r=-0,521$, $p=0,001$). Чем выше уровень общей интернальности, тем меньше выражена склонность к чувству вины и наоборот. Спортсмены с высоким показателем общей интернальности (Ио) уверены, что источник управления находятся внутри них самих и что они могут осуществлять высокий уровень личного контроля, повлиять на развитие ситуации. Такая позиция, как показывает корреляционный анализ, присуща спортсменам, уверенным в себе, достаточно легко переживающим жизненные трудности, энергичным (имеющим невысокие показатели по фактору «О»). В исследовании, проведенном нами ранее, было установлено, что высокие показатели склонности к чувству вины (высокий «О») у хоккеистов являются фактором, тормозящим профессиональный рост спортсмена, создающим значительные трудности самоанализа неблагоприятных ситуаций (длительное отсутствие личного успеха, поражение команды и т.д.). Следовательно, высокая общая интернальность является благоприятным фактором профессионального и личностного развития спортсмена. Также установлена связь показателя интернальности в области неудач (Ин) и показателя фактора доминантности «Е» ($r=0,589$, $p=0,001$). Спортсмен с высокими показателями по фактору «Е» характеризуется стремлением к самоутверждению, доминированию, превосходству, ему нравится принимать вызовы, действовать смело, агрессивно и, как показывают результаты корреляционного анализа, такой спортсмен имеет развитое чувство субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, что проявляется в склонности искать в себе причину неудач. На наш взгляд, доминантность в сочетании с интернальностью неудач и выраженными коммуникативными качествами характеризуют спортсменов, способных стать лидерами в команде. Активность, напористость, азартность, готовность высказать свое мнение, и в тоже время, способность к анализу ситуации, позиция реального воздействия на ситуацию являются значимыми характеристиками лидера – капитана команды.

Установлена связь показателя интернальности межличностных отношений (Им) и показателей «теплоты в общении» «А» ($r=0,527$, $p=0,001$). Для спортсменов-интерналов в межличностных контактах характерно богатство и яркость эмоциональных проявлений, открытость и готовность к сотрудничеству в команде. Экстернал склонен к ригидности в деятельности и личных установках, холодности, скептицизму и отчужденности.

Необходимо отметить взаимосвязи показателя интернальности в области неудач, фактора чувствительности «I» ($r=-0,742$, $p=0,001$) и фактор «N» прямолинейность ($r=-0,519$, $p=0,001$). Следовательно, чем выше показатель интернальности, тем ниже фактор чувствительность, таким образом, спортсмены с интернальностью и низким показателем по

этому фактору будут мужественными, независимыми. При поражениях будут руководствоваться реальными возникающими моментами (здесь надо было правильно встать, здесь надо было подставить клюшку). Руководя, командой такой игрок будет, заставляет работать коллектив на практической и реалистической основе. Экстернальный спортсмен и с высоким показателем по фактору «I» чаще проявляет слабость, мечтательность, капризность. При поражении будет винить внешние факторы (случайность, судьбу). Будет склонен замедлять деятельность группы и нарушать ее моральное состояние нереалистическим копанием в мелочах, деталях. Также чем выше показатель интернальности, тем ниже фактор «N», такие спортсмены медлительны, консервативны, препятствуют принятию решения командой.

Отмечая позитивную роль интернального локуса контроля в личностном развитии и спортивном совершенствовании, необходимо подчеркнуть, что крайние его проявления (максимальная выраженность) несут в себе определенную опасность. Представление о том, что все в жизни спортсмена зависит от него самого, имеет негативные последствия, поскольку спортсмен, который перманентно берет на себя ответственность за все неудачи, провалы и промахи, подвержен серьезному риску дезадаптации, эмоционального истощения. Такая ориентация на всеобъемлющую ответственность в случае серьезных и многочисленных неудач (как собственных, так и командных) является основательной почвой для возникновения комплекса вины. Она является фактором риска, грозя обернуться психоэмоциональной нестабильностью, дискомфортом, напряженностью.

Выводы: В результате проведенного исследования установлены взаимосвязи локуса контроля и личных особенностей спортсменов-хоккеистов, что говорит о значении локуса контроля для личностного и «профессионального» развития спортсмена. Также в заключении необходимо отметить, что на основе данных исследования нами была организована индивидуальная работа с игроками.

Литература

1. Огородова, Т.В. Проявление личностной и ситуативной тревожности у молодых хоккеистов / Т.В. Огородова // Материалы V Международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта «Рудиковские чтения». – М.: Анита Пресс, 2009. – С.260–263.

2. Огородова, Т.В. Локус контроля и волевая саморегуляция у спортсменов разных возрастных групп / Т.В. Огородова, В.Б. Токарева // Сборник тезисов седьмой Международной научно-практической конференции молодых ученых «Психология 21 века». – СПб.: ЛГУ им. А.С. Пушкина, 2011. – С. 139–142.

3. Реан, А.А. Психология изучения личности / А.А. Реан. – СПб.: Изд-во Михайлова, 1999. – С. 93–112.

4. Токарева, В.Б. Изучения локуса контроля и волевой саморегуляции у спортсменов / В.Б. Токарева / Материалы V съезда Общероссийской общественной организации «Российское психологическое общество». Материалы участников съезда. – М.: Российское психологическое общество, 2012. – С. 394–395.

Synopsis. *The article deals with the data obtained through an empiric research of locus of control of ice-hockey players, stresses out the peculiarities of internality manifestation depending on age, shows the interrelationship between personal qualities and locus of control.*

Key words: *locus of control, externality, internality, responsibility, personality.*

Работа выполнена в рамках государственного задания Министерства образования и науки РФ, проект 6.4569.2011