

УДК 796.011:159.928.23

САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ КАК ВЫСШИЙ МОТИВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТЕННИСИСТА ВЫСОКОГО КЛАССА

А.О. Светова, О.Р. Нестерова

В спорте высших достижений характеристики самоактуализирующейся личности могут обеспечить бесконечную и самодостаточную мотивацию в достижении профессиональных вершин. В проведенном исследовании анализируется стремление к самоактуализации спортсменов высокого класса как основной мотив профессиональной деятельности в спорте высших достижений.

Ключевые слова: самоактуализация, мотивация, спорт высших достижений.

Направленность личности на саморазвитие, самосовершенствование определяется стремлением человека к полному раскрытию своего потенциала: способностей, возможностей, потенций в процессе жизнедеятельности. Вопросы саморазвития и мотивации являются одними из наиболее актуальных в современных социальных науках. Исследование этих аспектов занимает важное место во многих психологических и педагогических концепциях о человеке: И.П. Павлов, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Э.Л. Торндайк, К. Левин, В. Штерн, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Э. Фромм и др.

Исследование мотивации в спорте начали проводиться еще в середине прошлого века Д.С. Мак-Клеландом. Позже вопросами мотивации занимались такие видные ученые, как Дж. Аткинсон, Н. Физер, Х. Хекхаузен, Э. Жирод и др. В отечественной психологии различные аспекты мотивации исследовали Р.А. Пилоян, Ю.А. Коломейцев, Е.Н. Гогунев, Н.В. Станбулова, М.В. Мельников и др.

Одним из наиболее актуальных в спорте высших достижений является вопрос формирования мотивации достижения успеха у спортсменов высокого класса в спорте высших достижений. За последние годы возрос профессиональный уровень и мастерство спортсменов, значительно повысилась конкуренция. В прошлом рекорд

мог держатися годами, в зв'язи з різницею в підготовці атлетів, в нашіє часи таке різниця практично відсутнє, і багато спортсмени в світі мають височайшим рівнем спортивної підготовки. В зв'язи з цим фактор знаходження вищого мотива стає одним з основних закладів успіху в сучасному професійному спорті.

Ціль дослідження – вивчити теоретичні аспекти самоактуалізації в спорті; провести аналіз результативності ведучих теннісистів світу (кількість виграних турнірів Великого Шлема за певний період); розглянути самоактуалізацію як ведучий мотив діяльності спортсменів екстра-класу; визначити фактори, впливаючі на формування прагнення теннісистів до самоактуалізації.

Абрахам Гарольд Маслоу в своїй книжці «Мотивація і особистість» виступає проти будь-якої класифікації мотивів, по ряду причин він вважає такі переліки «теоретично ненадійними». Потреби так тісно переплетені між собою, що відокремити одну від іншої практично неможливо. Маслоу створив розумну фундаментальну класифікацію мотивів. Потреби нижчих рівнів він називає потребами, а вищих – потребами зростання. Кожен індивід має потреби зростання, тобто потреби розвивати свої задатки і здібності. Метамотивація стосується поведінки, викликаного потребами і цінностями зростання. По Маслоу, такого роду мотивація найбільш притаманна «самоактуалізованим» людям, у яких задоволені більш низькі потреби.

Самоактуалізація – це прагнення людини «стати тим, ким він може стати». Людина, досягнувши цього вищого рівня, здобувається повного використання своїх талантів, здібностей і потенціалу особистості. Самоактуалізуватися – значить досягти вершини свого потенціалу. Говорячи словами Маслоу: «Музиканти повинні грати музику, художники повинні малювати, поети повинні писати вірші, якщо вони, в кінці кінців, хочуть бути в світі з самими собою. Люди повинні бути вірні своїй природі». Самоактуалізація необов'язково повинна приймати форму творчих зусиль, виражених в створенні творчих виробів мистецтва. Родитель, спортсмен, студент, викладач або робітник у цеху – всі можуть актуалізувати свій потенціал, виконуючи найкращим чином те, що вони роблять;

специфические формы самоактуализации очень разнообразны. Маслоу пришел к заключению, что побуждение к реализации наших потенциалов естественно и необходимо. И все же только некоторые, как правило, одаренные люди достигают ее (меньше чем 1% всего населения по оценке исследователя).

Мотив саморазвития побуждает индивида много работать и самосовершенствоваться. По мнению [Абрахама Маслоу](#), это стремление к полной реализации своих способностей и желание ощущать свою компетентность. Саморазвитие, движение вперед часто сопровождаются внутри личностным конфликтом, но не являются насилием над собой. Движение вперед— это ожидание, предвидение новых приятных ощущений и впечатлений.

Одной из центральных проблем в спорте высших достижений является мотивация. Положительная мотивация спортсмена (актуальная мотивация достижения во время соревнований) зависит не только от особенностей и силы его мотивов, но и от многих ситуативных факторов (установок тренера, турнирной ситуации, ожиданий со стороны других людей, «командного духа» и т.д.). Мотивация в современном спорте – это интегративная величина. В процессе жизнедеятельности и накопления опыта в спортивной сфере ценности спортсмена существенно изменяются и определенные мотивационные компоненты могут иметь разную значимость в различные периоды жизни. К росту мотивации приводит актуализация как можно большего количества мотивов, детерминирующих деятельность спортсменов, увеличение их побудительной силы, моделирование благоприятных ситуационных факторов.

Если рассматривать мотивационную пирамиду Маслоу в качестве инструмента для анализа степени удовлетворения у спортсменов высшего класса потребностей, то можно сделать вывод, что у игроков высокого уровня в целом удовлетворены следующие потребности: физиологические, в безопасности, социальные. Высока вероятность, что спортсмены, достигшие мировой известности, удовлетворили свои потребности в престиже: имеют высокий уровень самоуважения, пользуются уважением со стороны других, достигли признания, успеха и высокой оценки своего профессионального уровня.

В многочисленных публикациях по коучингу пишут, что основное в работе коуча – это содействие в полном раскрытии

потенциала человека через профессиональную поддержку и мотивацию. На уровне спорта высших достижений мотивация – один из важнейших моментов в работе тренера. Как найти подход к игроку, который имеет публичное признание и высочайшие гонорары (удовлетворены все дефицитарные потребности), и побудить его выполнять большие объемы работы и стремиться к новым достижениям? Как добиться наивысшей производительности от спортсменов высокого уровня на протяжении длительного времени?

Если рассматривать спорт как путь от приза к призу, от достижения к достижению, то, в силу специфики деятельности, на этом пути ждут частые разочарования и поражения. И, если только приз или победа – цель, то невозможно побудить спортсменов из соображений дефицита (материальные достижения, социальные аспекты) многие годы преодолевать трудности и стремиться к высочайшим рекордам.

Высшими ступенями пирамиды Маслоу являются компоненты мотивации, соответствующие высшим духовным и морально-нравственным проявлениям личности, к которым человек стремится в процессе самоактуализации. Основная задача тренера, работающего в спорте высших достижений, подвести игрока к тому, чтобы ведущим мотивом его деятельности стала самоактуализация. Когда удается пробудить у человека мотив саморазвития, невероятно увеличивается сила его стремления к деятельности. В этом случае мотивация спортсмена превращается в самодостаточную и безграничную.

Рассмотрим высказывания выдающихся спортсменов, достигших высот в профессиональном спорте, о мотивах их деятельности.

Джимми Коннорс (на протяжении более десятка лет сильнейший теннисист мира) на вопрос: «Сегодня, когда выходите на корт, Вы испытываете, как и в прежние годы, непреодолимое желание победить?» –

ответил: «Разумеется. А какие могут быть сомнения? Я был и остаюсь человеком, запрограммированным на победу во всём. А уж в теннисе тем более. Я в каждой встрече выкладываюсь полностью – иначе уже не могу. Только не подумайте, что я накручиваю себя специально перед игрой, я всё делаю в своё удовольствие».

Юрий Власов (олимпийский чемпион и пятикратный чемпион мира в штанге): «Что скрывать, именно победы связывают тебя со

спортом. Ведь нет месяца, чтобы они не приснились. Чтобы потом вспоминал. Вспоминал и был окрылённым...»

Джо Фрезера ставит в тупик, когда кто-то спрашивает его, зачем он сражается на ринге. «Я этим просто люблю заниматься. Я — боец, — говорит он. — Это моя работа. Я просто выполняю свою работу». Джо не отрицает привлекательности денег: «Кто же станет работать за так»? Но есть вещи, которые имеют большую важность, чем деньги: «Мне не надо быть какой-то там звездой, потому что мне не надо блистать. Но мне действительно надо быть боксером, потому что именно в этом моя суть. Вот и все — это так просто».

Мика Хаккинен (чемпион мира в «Формуле-1») на вопрос: «Отсутствие победы – это то единственное, что отравляет Вам жизнь?» – ответил: «Да, это то, что меня сильно задевает. Я хочу побеждать и я буду побеждать!»

Гарри Каспаров (бывший в течение 15 лет бессменным чемпионом мира по шахматам): «Перед решающими партиями в матчах против Карпова я просил у Бога о том, чтобы Он укоротил мне жизнь. На год за каждую победу. Тогда победа была важнее».

Анатолий Карпов (чемпион мира в течение 11 лет): «На уровне моих инстинктов, моего подсознания поражения и смерть очень близки по своей природе. А победа, наоборот, близка к жизни. Без победы и жизнь ничего не стоит ... для меня. Один я знаю, чего мне стоила потеря звания чемпиона мира. Хотя это ненормально – сейчас я осознал это. Это патологическая философия, но такова судьба таких людей, как я».

Анализируя высказывания чемпионов, можно сделать вывод, что их деятельность определяется не дефицитарными мотивами, а стремлением к саморазвитию, полному раскрытию своего потенциала. Спортсмены-чемпионы принципиально отличаются от основной массы атлетов, в том числе высококвалифицированных. Индивидуальная цель здесь, как правило, подчинена главной, сверхиндивидуальной цели. Данную категорию спортсменов можно смело назвать уникальными личностями, познавшими некую тайну самопознания, самоорганизации, самоуправления, всего того, что входит в понятие «самореализация». Таким идеалом в теннисе, реальным и осуществленным становятся лучшие игроки, которые добиваются вершин в своей теннисной карьере. Наиболее значимое достижение в

професійної кар'єри теннісиста – перемога на турнірах Великого Шлема. І люди, які неодноразово піднімаються на вищу ступінь п'єдестала на Відкритому Чемпіонаті Австралії, Відкритому Чемпіонаті Франції, Уімблдоні, Відкритому Чемпіонаті США входять в історію світового тенніса.

Таблиця 1.

**Лучшие теннисисты мира в истории тенниса
(обладатели турниров Большого Шлема)**

№	Ф.И.О.	Годы	Австралия	Франция	Уимблдон	США	Всего
Мужчины							
1.	Федерер Роджер	2003- 2012	4	1	7	5	17
2.	Сампрас Пит	1990- 2002	2	0	7	5	14
3.	Эмерсон Рой	1961- 1967	6	2	2	2	12
4.	Рафаэль Надаль	2005- 2012	1	7	2	1	11
5.	Борг Бьорн	1974- 1981	0	6	5	0	11
6.	Лэйвер Род	1960- 1969	3	2	4	2	11
7.	Гилден Билл	1920- 1930	0	0	3	7	10
8.	Агаси Андре	1992- 2003	4	1	1	2	8
9.	Коннорс Джимми	1974- 1983	1	0	2	5	8
10.	Лендл Иван	1984- 1990	2	0	3	3	8
11.	Перри Фред	1933- 1936	1	1	3	3	8
12.	Розуэлл Кен	1953- 1972	4	0	2	2	8
Женщины							
1.	Смит-Корт	1960-1973	11	6	3	6	26

	Маргарет						
2.	Штеффи Граф	1986-1999	4	6	7	5	22
3.	Уиллс-Муди Хелен	1921-1938	0	4	8	7	19
4.	Навратилова Мартина	1973-2004	3	2	9	4	18
5.	Эвэрт Крис	1971-1986	2	7	3	6	18
6.	Уильямс Серена	1999-2012	5	1	5	4	15
7.	Ленглен Сюзан	1914-1926	0	6	6	0	12
8.	Селеш Моника	1990-1996	4	3	0	2	9
9.	Энен Жюстин	1998-2008	1	4	0	2	7
10.	Уильямс Винус	2000-2009	0	0	5	2	7
11.	Гулагонг- Коули Ивонн	1971-1980	4	1	2	0	7
12.	Хингис Мартина	1995-2007	3	0	1	1	5

Анализируя данные, приведенные в табл. 1, можно заметить, что на протяжении длительного периода времени 10-15 лет игроки выступают на высочайшем уровне, при этом демонстрируют максимальный уровень достижений. Именно эти игроки становятся идеалом самоактуализации в теннисе и примером для подражания для миллионов спортсменов во всем мире.

Возникает вопрос, существует ли какой-нибудь систематизированный подход к тому, чтобы подводить людей к самоактуализации?

По мнению Маслоу, «чтобы создать условия для развития и самоактуализации, необходимо понять, что способности, органы, организм в целом жаждут функционирования и самовыражения, они требуют, чтобы их использовали и применяли по назначению. Использование приносит им удовлетворение, а бездействие раздражает. Мускулистому человеку хочется использовать свои мускулы, более

того, он должен использовать их, чтобы "чувствовать себя хорошо" и обрести субъективное чувство гармоничного, успешного, свободного функционирования (спонтанности), которое представляет собой важнейший аспект хорошего развития и психологического здоровья. То же самое можно сказать об умственных способностях, о матке, о глазах, о способности любить. Способности требуют, чтобы их использовали, и прекращают требовать только тогда, когда их используют достаточно хорошо. То есть способности являются также и потребностями. Использовать свои способности не только интересно, но и необходимо для развития. Простаивающая без дела способность и незадействованный орган могут стать источником болезни или атрофироваться, тем самым обедняя личность».

Спорт остается одним из немногих социальных институтов, эффективно решающих задачи развития и формирования духовных идеалов личности. Становление личности в сфере спорта, «сжатой модели жизни», наиболее продуктивно благодаря ограниченным срокам спортивной карьеры, ранней профессионализации, возможности объективного анализа приобретений, полученных в результате освоения конкретного вида спорта. В большинстве случаев спорт рассматривается как микромодель общества, которая формирует определенное отношение и типовое поведение. Благодаря занятиям спортом, общественные ценности присваиваются индивидом, интериоризируются как личностные.

Необходимо определить условия развития теннисистов высокого уровня, которые позволят стремиться к самоактуализации как главному мотиву профессиональной деятельности. При определении оптимальных условий будем исходить из положения о том, что человек – творец своей жизни, развивается по своим внутренним законам, что только его субъектная деятельность формирует стремление к осмысленным действиям, сознательному выбору позиций, к поступку и ответственности за него. Отсюда становятся важными идеи развития духовности, самобытности, неповторимости личности в условиях свободы и творчества. Необходимо осознать, что источник, ресурсы развития и самосовершенствования человека заложены в самой личности.

При этом два фактора будут способствовать раскрытию духовных и нравственных качеств спортсмена: хорошая среда и влияние личности тренера.

Хорошая среда способствует развитию гармоничной личности, но эта взаимосвязь не абсолютна. Благоприятная среда – это не только условия материально-экономического характера, но и духовный уклад общества, психологический климат в нем.

В процессе взаимодействия тренера и игрока происходит имплицитная обучаемость спортсмена, обусловленная доминированием бессознательной активности психики. Наблюдается определенное сходство между имплицитным обучением и подражанием, которое является неосознанным, помимо воли человека протекающим "научением".

Деятельность тренера в определенном смысле – это духовное наставничество. Тренер помогает спортсмену получить осознание своего потенциала, своих возможностей, тех вариантов, которые у него есть. Оказывает ему самую разнообразную поддержку и мотивирует на дальнейшие достижения. И от уровня нравственной воспитанности, духовности во многом зависит результат педагогического воздействия. Это связано, прежде всего, с тем, что воспитательный процесс осуществляется не за счет передачи знаний, а в основном за счет влияния образа самого учителя на учеников. Воздействие образа всегда первично. Наш знаменитый педагог К.Д. Ушинский писал: «...влияние личности воспитателя на молодую душу составляет ту воспитательную силу, которую нельзя заменить ни учебниками, ни моральными сентенциями, ни системой наказаний и поощрений».

Хороший тренер помогает своему спортсмену увидеть, познать себя. Такая помощь предполагает невмешательство, уважение к чужой индивидуальности, непосягательство на то, чтобы поставить себя выше спортсмена, внушать ему какие-либо идеи или пытаться слепить из игрока свое подобие. Если тренер с уважением относится к внутреннему миру своего спортсмена, к его возможностям, к тому, что составляет саму сущность его ученика, он укажет спортсмену путь к более полному использованию имеющихся у игрока ресурсов, в направлении более полного его предназначения. В этом случае самоактуализация может стать бесконечным и самодостаточным

мотивом професійної спортивної діяльності в спорті вищих досягнень в течение многих лет.

На основании вышеизложенного можно сделать следующие выводы: в исследовании рассмотрены теоретические аспекты самоактуализации в спорте, проведен анализ результативности ведущих теннисистов мира (обладателей титулов турниров Большого Шлема). На основании теории мотивации А.Г. Маслоу проанализирована степень удовлетворенности базовых потребностей ведущих спортсменов и обоснована гипотеза, что самоактуализация является высшим мотивом профессиональной деятельности, который обеспечивает бесконечную и самодостаточную мотивацию в спорте высших достижений. Определены условия, способствующие формированию стремления спортсмена к самоактуализации: внутренний потенциал личности, хорошая среда и влияние тренера.

В перспективе по избранной теме планируется детально изучить имплицитные методы обучения и влияние уровня развития нравственной воспитанности и духовности тренера на формирование гармоничной личности спортсмена.

Литература

1. Гогунев Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов высш. пед. учеб заведений/ Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.П. — М.: Издательский центр «Академия», 2002.— 228 с.
2. Маслоу А. Г. Мотивация и личность/ Маслоу А.Г.— СПб.: Евразия, 1999. — 478 с.
3. Маслоу А.Г. Дальние пределы человеческой психики/Маслоу А.Г. — СПб.: Евразия, 1999. — 432 с.
4. Мельников М.В. Психология: учебник для институтов физической культуры / М.В. Мельников. — М.: «Физкультура и спорт», 1987. — 336с.
5. Станбулова Н.В. Психология спортивной карьеры: учебник для институтов физической культуры/ Н.В. Станбулова— М.: «Физкультура и спорт», 2005.— 63с.
6. Соломатин С. А. Структура и особенности мотивации в спорте высших достижений / С.А. Соломатин // Психология в России иза рубежом: материалы междунар. заоч. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, октябрь 2011 г.). — СПб.: Реноме, 2011. — С. 89-93.
7. Уэйнберг Р.С. Спортивная психология: учебник для вузов/Р.С. Уэйнберг, Д. Гоулд. — М.: Физкультура и спорт, 2005.— 338 с.
8. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения / Х. Хекхаузен.— СПб.: Речь, 2001.— 99 с.

9. Пилюян Р.А. Мотивация спортивной деятельности: /Пилюян Р.А. — М.: Физкультура и спорт,1984. —108 с.
10. Коломейцев Ю.А. Социальная психология спорта: учеб.– метод.пособие/ Ю.А. Коломейцев. — Мн.:БГПУ,2004.—292с.

У спорті вищих досягнень характеристики особистості, що самоактуалізується,можутьзабезпечитинескінченнуісамодостатнюмотиваціювдосягненніпрофесійнихвершин. У проведеному дослідженні аналізується прагнення до самоактуалізації спортсменів високого класу як основний мотив професійної діяльності у спорті вищих досягнень.

Ключові слова: самоактуалізація; мотивація; спорт вищих досягнень.

In the sphere of highest achievements sports the characteristics of self-actualizing personality can provide endless and self-sufficient motivation in achievement of professional heights. The author of the article examines high-class athletes' aspiration for self-actualization as the main motive of their professional career.

Keywords: self-actualization, motivation, professional sport.

Светова О.О.- кандидат педагогічних наук доцент кафедри фізичного виховання і спорту Донецького національного університету (м. Донецьк, Україна)

Нестерова О.Р.- здобувач кафедри педагогіки Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля (м. Луганськ, Україна)

Рецензент – доктор педагогічних наук, професор В.В. Червонецький

УДК 378.034+378.036

ВИХОВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ НАДБАНЬ ТРАДИЦІЙ НАРОДНОЇ КУЛЬТУРИ

Н.В. Сергєєва

Стаття присвячена питанням використання традицій народної культури в морально-естетичному вихованні молоді. Зазначена необхідність пізнання та розуміння величі народно-традиційної культури, її одвічного гуманізму, самобутньої краси задля вдосконалення думок,вчинків та забезпечення душевної рівноваги.

Ключові слова: традиції, культура, народна педагогіка, архетип, виховання.