

Бакунович М.Ф., канд. психол. наук, доцент, Станкевич Н.Л.
(Белорусский государственный педагогический университет)

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ САМОУПРАВЛЕНИЯ УЧАЩИХСЯ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ

В статье описаны психологические особенности индивидуального самоуправления учащихся спортивных школ. Представлены результаты эмпирического исследования уровней способности самоуправления у учащихся спортивных школ. Показано, что умение детально планировать собственную деятельность, формулировать стратегический план, последовательно организовывать тактические действия является потенциалом для улучшения качества и результативности деятельности.

Psychological characteristics of individual self-government of sports schools students are described in the article. The results of an empirical research of the level of students' abilities to self-government are presented. It is shown that the ability to a detailed planning of their own activities, to formulate a strategic plan, and to organize tactical actions sequentially is the potential to activities quality and effectiveness improvement.

Социально-экономические процессы, происходящие в современном обществе, определяют необходимость изучения процессов самоуправления. Способность человека ориентироваться на самореализацию и саморазвитие, отвечать за результаты жизнедеятельности, определять способы достижения поставленных целей, стратегии сознательного управления поведением принадлежат к тем феноменам, которые изучаются в контексте субъектного подхода (С.Л. Рубинштейн, А.В. Брушлинский, К.А. Альбуханова-Славская и др.). Субъект деятельности находится на высшем уровне активности, стремится проявлять свою индивидуальность, ответственность и автономность. «Активность указывает на наличие у объекта способности к самостоятельному действию, а ответственность рассматривается как жизненная способность личности удерживать контроль за собой и всем происходящим, видеть скрытые стороны жизни, быть субъектом своей жизни и организатором жизни других людей» [1, с. 351].

В процессе деятельности субъект выбирает адекватные способы, позволяющие упорядочивать свой внутренний мир, а значит и собственную деятельность. С.Л. Рубинштейн полагал, что сама деятельность человека во многом является определяющей в формировании его субъектных качеств, так как в процессе ее выполнения формируется отношение человека к окружающему миру, развивается его

психика и личность, существенно изменяются характеристики психических процессов и свойств. Способность человека управлять собственной деятельностью проявляется в умении «упорядочивать и подчинять собственные действия и, таким образом, сохранять целостность, стандарт собственного (внутреннего) пространства, времени, степень гармонии, способы и пути адаптации под воздействием обстоятельств» [2, с. 11].

Проблема самоуправления широко рассматривается в современных психологических исследованиях по изучению особенностей управления личностью собственным поведением, деятельностью. Феномен «самоуправление» описывает индивидуальные особенности планирования, постановки целей, принятия решений, контроль за ходом выполнения действий и их коррекцию. В исследованиях отечественных авторов (Н.М. Пейсахова, Г.Ш. Габдреевой, Н.Д. Корчаловой, А.О. Прохорова, М.Н. Шевцова, Н.А. Вагаповой и др.) самоуправление рассматривается как совмещение функций объекта и субъекта управления, где индивидум по отношению к самому себе выполняет действия управления и подчинения. Н.Д. Корчалова утверждает, что самоуправление также выполняет функцию аутокоммуникации как «особой формы взаимодействия человека с самим собой, внутреннего диалога, в котором один коммуникатор будет выполнять по отношению к самому себе две комплиментарные роли: управления и подчинения» [3, с. 15].

Н.М. Пейсахов определял самоуправление как «целенаправленное изменение в процессе общения, поведения, деятельности в соответствии с целью, поставленной самим субъектом» [4, с. 4]. Управление собственным поведением и деятельностью должно проявиться в способности человека осознавать потребности, анализировать возможности, мотивировать поведение, выбирать цель и наилучший вариант ее достижения, закрепляя его соответствующим организационным решением или планом. В основе самоуправления находится потребность, выражающая у человека состояние неудовлетворенности ранее сложившимися способами поведения, общения, деятельности. Впоследствии человек начинает перебирать все возможные способы решения возникшей задачи, определять цель, рационально анализировать ситуацию, формировать критерии

эффективности, осуществлять контроль и, в случае необходимости, коррекцию результатов.

Процесс самоуправления имеет определенную структуру, элементы которой взаимосвязаны и оказывают существенное влияние на характер протекания деятельности. Полный цикл самоуправления, согласно Н.М. Пейсахову, состоит из: анализа противоречий, прогнозирования, целеполагания, планирования, формирования критериев оценки качества, принятия решения к действию, их контроля и коррекции. Одним из основных процессов, определяющих развитие самоуправляемой системы, является целеполагание. «Способность человека самостоятельно образовывать цели стимулирует активность и устремленность на реализацию предполагаемых действий, делает его независимым, умеющим противостоять давлению обстоятельств, что рассматривается как одна из ценностей личности» [2, с. 14].

Особый интерес представляет собой изучение самоуправления деятельностью в сфере физической культуры и спорта. Традиционно организация и управление спортивной деятельностью осуществляется тренером (календарь соревнований, график УТС, план микроцикла и т. д.). Такая модель взаимодействия тренера и спортсмена отражает доминирование внешнего контроля деятельности. Однако нас интересует форма индивидуального управления деятельностью (самоуправление), которая позволяет осуществлять внутренний контроль, сохранять устойчивую мотивационную направленность на достижение эффективного результата в спортивной деятельности. Согласно Н.А. Бернштейну, разработавшему концепцию физиологии активности, система управления поведением осваивается человеком в течение его жизни и закрепляется путем тренировки. При регулярном выполнении физических действий происходит так называемая кортикализация, т. е. передача мыслительных процессов под корковый контроль, что способствует формированию системы деятельности, организации действий [5, с. 396]. Способность личности управлять: формулировать план действий, ставить достижимые цели, контролировать, принимать решения, корректировать свои действия – оказывает влияние на успешность выполняемой деятельности спортсменов, в том числе в новых, нестандартных ситуациях.

А.В. Шишкова, ссылаясь на исследования И.М. Быховской, Л.Г. Уляевой, утверждает, что среди факторов, обеспечивающих формирование механизмов самоуправления и саморегуляции, одно из центральных мест принадлежит «образу Я» [6, с. 10]. Осознание собственных психических и телесных особенностей обеспечивает возникновение целостного представления человека о себе

как о субъекте деятельности. Именно поэтому актуальным является изучение характеристик самоуправления в подростковом и юношеском возрасте. В психологической теории и практике встречаются исследования процесса самоуправления у подростков, студентов (Е.В. Кулеш, Н.Д. Корчалова и др.), однако следует констатировать, что их недостаточно. Безусловно, в период раннего юношеского возраста (15–17 лет) самоуправление позволяет молодым людям действовать самостоятельно, принимать решения в процессе реализации потребности в социальном и личностном самоопределении, в ходе интеллектуального развития, становления самосознания и формирования устойчивого «образа Я».

Изучение процесса самоуправления в спортивной деятельности представляется достаточно сложным. Несмотря на имеющиеся результаты в разработке и создании диагностического инструментария (Е.И. Машбиц, 1987; Л.Г. Дикая, 1994; Ю.А. Миславский, 1991; Ю.С. Наживин, 1985; Р.Р. Сагиев, 1993 и др.), существует проблема экспериментального исследования самоуправления и саморегуляции. Необходимо также отметить, что большинство эмпирических методик позволяют выявлять представления человека о самоуправлении и саморегуляции.

Целью данного исследования было выявление психологических особенностей самоуправления учащихся спортивных школ.

Методологической основой исследования являются:

- субъектно-деятельностный подход (С.Л. Рубинштейн, А.В. Брушлинский, К.А. Альбуханова-Славская), сторонники которого рассматривают личность как активного субъекта, способного осуществлять управление собственной деятельностью в процессе самореализации и саморазвития;

- концепция самоуправления Н.М. Пейсахова, согласно которой самоуправление – это целенаправленное изменение: цель себе ставит человек, который сам управляет своими формами активности: общением, поведением, деятельностью и переживаниями.

Основными принципами исследования являются: принцип «человек – субъект деятельности» и принцип развития и формирования психики в деятельности.

Для изучения самоуправления учащихся спортивных школ были использованы эмпирические методы: тестирование (тест «Способность самоуправления» Н.М. Пейсахова), опрос (опросник стратегий достижения цели Н.П. Фетискина, анкета «Управление собой: целеполагание, планирование и организация времени» Г.А. Архангельского), методы математической статистики.

В исследовании приняли участие юноши и девушки 15–17 лет. Объем выборки – 60 испытуемых. Количество респондентов женского пола составляет 16 (27 %), мужского – 44 (73 % объема выборки). Среди них: 33 % спортсменов имеют 1-й взрослый разряд, 22 % являются кандидатами в мастера спорта, 18 % имеют 2-й взрослый разряд, 13 % – 1-й юношеский разряд, 7 % – 3-й взрослый разряд, 6 % являются мастерами спорта (в сумме 99 %). Выборка учащихся спортивных школ по видам спорта проиллюстрирована на рисунке.

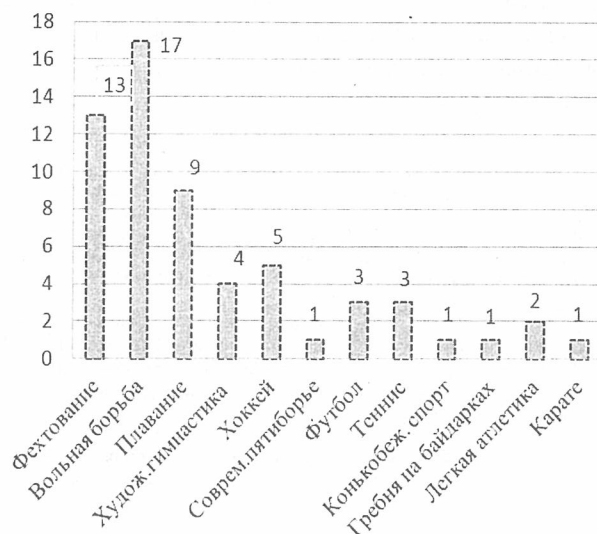


Рисунок – Описание выборки учащихся спортивных школ по видам спорта

Анализ полученных данных (по методике Н.М. Пейсахова) показывает, что большинство учащихся спортивных школ (68 %) демонстрируют способность к самоуправлению на среднем уровне. Это проявляется в способности быстро ориентироваться в ситуации и принимать решения, умении контролировать, критически относиться к качеству выполнения своих действий. 8 % учащихся указывают на способность к самоуправлению на уровне выше среднего. Для 22 % респондентов уровень способности к самоуправлению ниже среднего уровня (в сумме 98 %). Если способность к самоуправлению ниже среднего, то у учащихся в процессе деятельности могут возникнуть затруднения с анализом ситуации, точностью и адекватностью принимаемых решений, со способностью последовательно планировать действия, направленные на достижение цели, осуществлять прогностический контроль.

Описательная статистика этапов самоуправления учащихся спортивных школ представлена в таблице.

Таблица – Описательная статистика этапов самоуправления учащихся спортивных школ

Шкала	Среднее по выборке	Минимальное значение (по критерию опросника)	Максимальное значение (по критерию опросника)	Количество респондентов
Анализ противоречий	3,60	1,00	6,00	60
Прогнозирование	3,40	0,00	6,00	60
Целеполагание	3,65	1,00	6,00	60
Планирование	2,47	0,00	6,00	60
Критерий оценки качества	3,00	0,00	6,00	60
Принятие решений	3,10	0,00	6,00	60
Самоконтроль	2,80	0,00	5,00	60
Коррекция	3,58	1,00	6,00	60

Анализ средних, минимальных и максимальных значений свидетельствует о снижении показателей на этапе планирования и самоконтроля у учащихся спортивных школ. Вероятно, что недостаточная сформированность отдельных этапов планирования и самоконтроля может проявиться в тенденции к уменьшению выраженной способности у них точно определять порядок и сроки выполнения своих действий, четкую их последовательность для достижения результата.

По результатам анкеты «Управление собой: целеполагание, планирование и организация времени» Г.А. Архангельского выявлено, что преобладающее количество испытуемых (77 %) умеют прогнозировать свое будущее, ставить достижимые цели. Типичным для учащихся спортивных школ является постановка целей в таких сферах как спорт (35 %), учеба (21 %) и личностное развитие (20 %). Наличие у них способности самостоятельно образовывать цели свидетельствует о высокой активности и устремленности на реализацию предполагаемых действий.

Рассмотрение данных, полученных с помощью диагностики стратегий достижения целей, позволило определить, что для 39 % испытуемых свойственна активно-ригидная стратегия достижения целей. Им характерно повышенное стремление к первенству, лидерству, в ряде случаев проявление демонстративной самопрезентации. В процессе осуществления деятельности на тренировках и соревнованиях у респондентов данной группы наблюдается высокая активность, направленность на

достижение целей, ответственность и ориентация на решение существующих задач. Группа учащихся утверждает, что они осознают свои сильные личностные качества и обладают умением опираться на них в процессе тренировочной деятельности, а также на соревнованиях.

Активно-пластичная стратегия достижения целей характерна для 18 % испытуемых. Они способны ставить цели в соответствии со своими возможностями, находить способы их достижения. Для них характерна целенаправленность, уверенность в результатах спортивной деятельности в сочетании с коммуникативной дипломатичностью, умением найти компромисс.

21 % респондентов свойственна пассивная стратегия достижения целей. Им в большей степени характерны ориентация к внешнему контролю деятельности, снижение потребности в самоуправлении.

У 22 % испытуемых не выявлено выраженного доминирования одной из стратегий достижения целей.

Анализ умения планировать собственную деятельность показывает, что у испытуемых недостаточно сформировано умение самостоятельно выстраивать стратегический план, последовательно организовывать тактические действия, направленные на достижение целей. 54 % испытуемых указывают на то, что им не хватает времени на учебу из-за постоянных тренировок и занятий спортом. В целом данные, полученные в ходе исследования, свидетельствуют, что один из элементов самоуправления – планирование, проявляется в умении принимать посильное самостоятельное участие в организации процесса подготовки к соревновательной и тренировочной деятельности. Низкие показатели на этапе планирования могут не только затруднить переход к более высокому уровню самоуправления, но и снизить показатели деятельности в условиях нестандартной ситуации. Следует отметить, что 37 % испытуемых выказали стремление развивать умения организовывать собственную деятельность и планировать время.

В заключение необходимо отметить, что проведенное исследование позволяет диагностировать наличный уровень и качество процессов самоуправления у учащихся спортивных школ, а также дефекты в работе тех или иных звеньев процесса самоуправления. Выявлено, что способность самоуправления деятельностью у большинства испытуемых находится на среднем уровне. К числу возможных затруднений, возникающих в процессе самоуправления учебной, тренировочной и соревновательной деятельностью, следует отнести недостаточную сформированность четкого и детального планиро-

вания, что выражается в неумении правильно организовывать свое личное время, самостоятельно распределять ресурсы в процессе обучения, спортивных тренировок и соревнований. Планирование собственных действий выступает потенциалом улучшения качества и результативности деятельности. Отсюда появляется новая и перспективная возможность обучения учащихся спортивных школ навыкам самоуправления, т. е. правильной организации и рациональному использованию личного времени, точному определению порядка и сроков выполнения своих действий в соответствии с предъявленными тренером критериями оценки качества выполнения поставленных целей и задач, гибкости поведения в нестандартных ситуациях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Изд-во «Питер», 2000. – 712 с.
2. Кулеш, Е.В. Самоуправление подростков в контексте жизненной ситуации / Е.В. Кулеш // Вестник Костромского университета им. Н.А. Некрасова. – 2008. – № 14. – С. 188–192.
3. Корчалова, Н.Д. Проблемы студентов-психологов в процессе обучения и профессионального становления / Н.Д. Корчалова // Философия. Культура. Общество: тез. докл. студенческой науч. конф., Минск, 14 мая 1998 г. / Белорус. гос. ун-т; отв. ред. А.А. Легчилин. – Минск, 1999. – С. 103–105.
4. Пейсахов, Н.М. Психологическая служба в вузах и проблема самоуправления / Н.М. Пейсахов. – Казань: Изд-во Казанского ун-та, 1983. – 93 с.
5. Бернштейн, Н.А. Физиология движений и активность / А.Н. Бернштейн; под ред. О.Г. Газенко. – М.: Наука, 1990. – 492 с.
6. Шишкова, А.В. Содержание Я-физического в связи с личностными особенностями и стилевой саморегуляцией спортсменов и не спортсменов / А.В. Шишкова // Социально-гуманитарный вестник: науч. журнал. – 2011. – № 1. – С. 95–99.
7. Ямалетдинова, Г.А. Система критериев и показателей, характеризующих уровень самоуправления учебно-познавательной деятельностью студентов / Г.А. Ямалетдинова // Автономия и личность. – 2009. – № 1. – С. 25–31.
8. Васильев, И.А. Влияние различных типов мотивации и самоуправления на продуктивность мыслительной деятельности / И.А. Васильев, О.В. Митина, В.В. Кобанов // Психологический журнал. – 2006. – № 4. – С. 38–49.

30.04.2012