

УДК 796.015.5

ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ ГРУППЫ**Марков К.К.***Иркутский национальный исследовательский технический университет,
Иркутск, e-mail: k_markov@mail.ru*

Рассмотрены социально-психологические проблемы спортивной группы в обеспечении спортсменами успешной деятельности друг друга и команды. Отмечено, что специфика спортивной группы заключается в большой значимости конечного результата за счет совместной деятельности отдельных личностей с определенной целевой направленностью и обязательностью поведения и действий. Подчеркнуто, что спортивная группа – динамичная система с долговременной динамикой и краткосрочными изменениями при вариации ее спортивного мастерства. Групповое единство является абсолютно необходимым условием успешности спортивной группы, а ее мастерство скорее ведет к групповому сплочению. Эффекты группового сплочения состоят в улучшении выполнения задач за счет увеличения усилий, прилагаемых спортсменами в достижении целей поставленных командой, стабильности группы, росте доверия, улучшении взаимоотношений и коммуникации, росте позитивной оценки внутригрупповых процессов. Наибольшее значение в решении специфических задач командной работы имеют типологические характеристики личности спортсмена, а также уровни развития его психомоторных качеств и возможности их совершенствования с учетом специфики вида спорта.

Ключевые слова: спортивная группа, групповое единство, типология личности, психомоторные качества

PROBLEMS OF SPORT GROUP PSYCHOLOGY**Markov K.K.***Irkutsk National Research Technical University, Irkutsk, e-mail: k_markov@mail.ru*

Reviewed socio-psychological problems of sports groups in ensuring athletes successful activity of each other and the team. Noted that the specificity of sport group is of great importance for the final result through the joint work of individuals with a certain target orientation and mandatory conduct and actions. Stressed that sports group is a dynamic system with long-term dynamics and short-term changes in variation of its sportsmanship. Group cohesion is absolutely essential condition for the success of a sports team, and soon her skill leads to group cohesion. Effects of group cohesion consists in improving the implementation of the tasks due to increased efforts by athletes in achieving the goals set by the team, stability group, increased confidence, improving relationships and communication, growth positive assessment of intra-group processes. The greatest value in addressing the specific challenges of teamwork are typological characteristics of the individual athlete, as well as the levels of development of its emotional qualities and possibilities for their improvement, taking into account the specificity of sport.

Keywords: sport group, group unity, typology of personality, psychomotor quality

В общем, проблема группы заключается прежде всего в социально-психологических аспектах, которые возникают, когда ее члены должны обеспечивать успешную деятельность друг друга. В этом смысле о группе нельзя говорить, как о «свободном» собрании личностей. Так, люди, случайно встретившиеся в лифте, не будут группой до тех пор, пока лифт не застрянет между этажами, и люди совместно не поставят себе задачу найти выход. Это может быть названо группой, только если есть общая цель и распределение задач. Таким образом, говорить о действительной группе можно только, если по крайней мере два человека объединяются друг с другом и намереваются достигнуть цели, если они зависят друг от друга и знают, что каждый из них часть группы. Спортивная группа является не просто «свободным» собранием технически, физически и психологически наилучших спортсменов. Ее специфика заключается прежде всего в очень большой значимости конечного результата в спорте.

И в этом плане представляется, что ни в одном виде деятельности человека (при всей значимости «командной работы» в любых ее проявлениях) нет такой жесткой зависимости спортивного результата от эффективности групповых взаимодействий, как в командных и групповых видах спорта. Между последними двумя спортивными понятиями – различие чисто терминологическое, традиционно связанное со сложившимися принципами в отдельных видах спорта. По существу, это всегда совместная деятельность отдельных личностей с определенной целевой направленностью и жесткой обязательностью поведения и действий [5; 13–15].

Так, традиционно термин «командный» используется в спортивных играх (футбол, волейбол, баскетбол и др.), в которых взаимодействия спортсменов носят наиболее разнообразный и вариативный характер: двигательный, психологический, социальный. Во многих отдельных спортивных дисциплинах рядов видов спорта совместная деятельность спортсменов носит более

локальный, узко групповой характер (гребля, синхронное плавание и прыжки в воду, групповые упражнения в художественной гимнастике, эстафеты в легкой атлетике, биатлоне, парное фигурное катание и др.).

Спортивная группа – динамичная система. Наряду с долговременной динамикой, спортивная группа претерпевает краткосрочные изменения, когда она в том же самом составе вырывается вперед в мастерстве. Другими словами, структура группы является действительно постоянным субъектом для изменений, разумеется, группе, ее руководству и, прежде всего, тренерскому составу невозможно почивать на лаврах.

Характеристики спортивной группы

Группа является собранием людей (как минимум двух), которые выполняют задачу вместе, с общим обеспечением интересов. Группа не может рассматриваться как простая сумма отдельно составляющих качеств, ее следует считать по крайней мере отличным сочетанием этих частей, поэтому редко можно предсказать мастерство команды на основе индивидуальных качеств ее членов. Иногда группа работает лучше, чем ожидалось, но часто бывает наоборот, когда группа может сыграть хуже, чем любой из ее членов в отдельности. Наиболее важный вопрос здесь, является ли мастерство причиной или следствием единства в группе. Рассматривается также жизнь спортивной группы, процесс, который она проходит от своего рождения до ее (неизбежной) «смерти», которая откладывается введением новой крови и освобождением от «мертвого леса». Является ли случайным стечением обстоятельств или должно всегда рассматриваться как факт то, что изменение ситуации отражается на мастерстве? Отдельно следует рассматривать характеристики и аспекты группы, роль места и функции спортсменов в новой группе, проблемы лидерства в спортивной группе, принимая во внимание в этой ситуации адаптацию не только технического содержания новых задач в группе, но также социальную позицию в ней, динамику группы и социальные роли. В общем, проблемы личности в группе должны быть важным разделом работы тренера как одного из лидеров спортивной группы.

Особенностью «командной» работы людей в группе является наличие тенденции в их поведении скрывать кое-что в их действиях, прикладывая меньше усилий, чем они могут. И спортивная группа, к сожалению, не является исключением. Вероятно, это является результатом мысли, что невозможно увидеть, прикладывает ли каждый

наибольшие усилия. Против такого явления эффективным средством является установление действительного уровня мастерства исполнения. При увеличении состава группы, естественно, увеличивается индивидуальное «бездельничанье», что является существенной проблемой для тренера.

Является ли команда особенной, если ее члены – друзья?

Реальна ли ситуация, когда люди в группе скрывают свои способности, если ее члены будут друзьями? Или, в общем виде, является ли команда друзей особой группой для достижения оптимального выполнения? Психологи установили, что группа с сильными групповыми связями и внутренней интеграцией, более продуктивна, чем группа с сильной общей конкуренцией. Рабочие внутренние конфликты не столь серьезные, чтобы сильно повлиять на спортивную деятельность. Эти конфликты не должны иметь отношения к стратегии команды.

Можно отметить, что не всегда корректно заключение, что общая конкуренция в группе приводит к лучшему выступлению. Нельзя утверждать, что общее соревнование внутри группы является подходящим способом заставить спортсменов резко улучшать эффективность своих действий в интересах команды. Конечно, такая конкуренция полезна, если она имеет целью улучшение собственного мастерства и, следовательно, не ведет к подрыву командной деятельности, нанося ущерб интересам товарищей и команде в целом [1–3].

Виды спорта и спортивные задачи

В социально-психологических исследованиях спортивных групп взаимоотношения между единством группы и ее выступлением выходят на передний план. Для определения влияния группового единства на групповое мастерство необходимо принять во внимание тип решаемой задачи. Виды спорта различаются степенью прямой зависимости членов группы друг от друга для решения их задач.

Так например, волейбол отличается сильной общей зависимостью, взаимодействием задач. Члены группы полностью зависят друг от друга во время выполнения их собственных задач (максимум 3 касания, кратковременные касания, плотность игроков на площадке) при жестких временных и пространственных ограничениях, и это отражается на связи мастерства и единства группы, когда групповое сплочение становится решающим. Эффективные действия в таких спортивных задачах, очевидно, определяются общей адаптацией членов группы. Здесь **групповое единство**

абсолютно необходимо, поскольку потеря эффективности ведет к снижению продуктивности. Только когда члены группы могут достичь оптимального мастерства с общей адаптацией, групповое единство становится фундаментальным фактором и значительно важнее взаимодействие между членами групп независимо от пола, уровня и класса команды. В волейболе, где игроки полностью зависят друг от друга в успешном выступлении, соперничество внутри команды наносит ущерб ее интересам [1; 3; 4].

Успех ведет к сплочению

Сплочение, общность группы являются ситуацией, в которой члены группы работают вместе, поддерживают друг друга в выполнении задачи. Сплочение как общая сила притяжения, групповая близость, чувство групповой солидарности, следовательно, должно рассматриваться как цемент группы. Учитывая значение сплочения для успеха команды, важно установить, является ли мастерство, успешное выполнение задачи следствием сплочения, единства или наоборот, успешное выполнение задач, мастерство ведет к сплочению команды. Исследования [2; 5; 13–15], проведенные на разных группах в различных видах спорта, позволяют сделать вывод о том, что **мастерство ведет к групповому сплочению скорее, чем групповое единство к мастерству**. Этот вывод должен вести к пониманию того, что факторы успеха следует искать более близко к реальной действительности.

Практическая деятельность по разрешению задач в малых группах ведет к обучению навыкам совместной работы, к самообразованию (например, умению правильно интерпретировать сигналы, поступающие от партнера) и оценке других членов команды и, вследствие этого, к взаимному доверию. В дальнейшем для достижения спортивного мастерства группы ее единство не является отправной точкой, а в большей степени – следствием.

С точки зрения этой перспективы более важным представляется достижение успехов в решении спортивных специальных задач, поскольку, как только успех достигнут, единство группы будет расти само по себе. Следовательно, испытанным способом сплочения группы являются хорошие командные выступления; успех затем автоматически приведет ее к единению. Важным практическим вопросом будет: является ли групповое единство необходимым для успешного выступления команды. Считают, что сплоченность группы не является решающей в этом смысле.

Если точкой отчета становится мастерство команды, групповое единство не кажется столь важным. Конечно, сплоченность группы является важной, и она хороша сама по себе. Определенный минимум общего взаимодействия является необходимым, чтобы группа могла быть эффективной как спортивная команда, а не группа людей, отдыхающих на пляже и для разнообразия играющих в кружок в волейбол. С этой точки зрения эффекты группового сплочения состоят [2; 3; 5]:

- в улучшении выполнения задач, увеличении усилий, прилагаемых спортсменами в достижении целей, поставленных командой;
- стабильности группы, росте доверия, лояльности и устойчивости против разделения команды на мелкие группировки, уменьшении уклонения от участия в общей работе;
- улучшении взаимоотношений и коммуникации;
- росте позитивной оценки внутригрупповых процессов и отдельных членов команды (иногда даже ошибочной) и, с другой стороны, негативной оценки других команд, также не всегда адекватной.

Спортивная команда действует с более ясной ориентацией на достижение групповой цели, она более стабильна и лучше сопротивляется негативным влияниям обстановки. Это сопротивление разрушению группы не может проявляться достаточно ярко внешне – обычно группа становится более близкой внутренне и способна действовать более сильно против внешнего соперника. Не следует также забывать, что влияние уровня команды на сплоченность группы повышает удовлетворение каждого ее члена от деятельности, ориентированной на результат, и стабилизирует организацию и структуру команды.

При этом большая определенность каждого спортсмена относительно его личной роли в команде и ролей других ее членов ведет к спокойной и продуктивной работе над главной задачей команды. По многим причинам нельзя недооценивать значение групповой сплоченности и в долговременном плане. Тренер команды, несомненно, является руководителем такого сплочения [5]. Единство ранее было описано как цемент группы. Однако цемент не должен становиться камнем, иначе появятся трещины. Сплоченность следует рассматривать как динамический процесс, в котором все его участники должны работать для создания и сохранения единства команды. С практической точки зрения для этого наиболее важно, чтобы:

- подчеркивались общие правила и цели;
- не открывались старые проблемы;

● доминировала атмосфера спокойствия и уверенности;

● подчеркивались позитивные аспекты жизни и деятельности команды, а негативные аспекты (ошибки, эмоции) смягчались и уходили на второй план;

● с одной стороны, нормы группового поведения адаптировались к индивидуальным особенностям спортсменов, а с другой, принимались каждым членом команды.

Сплоченность, единство команды достигается без особых дополнительных целей, как результат хорошего выступления, как дополнительный фактор успешного выполнения групповой задачи. Динамичный, изменчивый характер сплоченности группы, однако, может вызвать ее быстрое снижение (например, группировка спортсменов, претендующих на слишком большую роль в общем успехе, может легко подорвать единство команды). Так что поддержанию должного уровня сплоченности команды следует уделять постоянное внимание [2; 3; 5].

Сплоченность группы: практическое внедрение

Сплоченность группы – это динамичный процесс, который выражается в ее стремлении совместно достичь групповой цели. Сплоченность, следовательно, представляет силу обязательность между членами группы. Постановка на первое место индивидуального интереса прямо вредит сплоченности группы. Если члены группы начинают разделяться и образовывать группировки, это обычно напрямую вредит эффективности команды. Практика показывает, что такие группировки образуются очень легко, и лучше постараться избежать таких ситуаций, чем потом пытаться разрешить их.

Если кого-то в команде делают «козлом отпущения», виновником единственной, но последней и решающей ошибки (из-за которой якобы и проиграла команда), нормальной реакцией на это является попытка поддержать его. Аналогичной должна быть реакция на исключительно негативную критику. Обычно трудно предсказать, как затем возникает сплоченность: в команде со значительным числом молодых спортсменов они обычно нуждаются в общей поддержке против старых игроков, которые успешно критикуют одного из них.

«Материалом» для группировок служат спортсмены, чей статус в команде по каким-либо объективным причинам изменился. И если эти изменения не были поняты и приняты несколькими спортсменами, возникает атмосфера, в которой группиров-

ки обиженных или не понятых появляются очень легко. Например:

– старший, опытный спортсмен потерял «форму»;

– молодой спортсмен не оправдал ожиданий (болельщики, плохая «пресса»);

– молодой спортсмен, вызванный в молодежную или национальную сборную;

– опытный спортсмен, отчисленный из сборной страны;

– молодой спортсмен, заменивший в составе из-за травмы более опытного;

– новый член команды, приглашенный со стороны в состав на новый сезон.

С молодыми спортсменами разумно персональное закрепление за ними опытных игроков команды в качестве наставников («нянька», «дядька»). Это позволяет в ряде случаев поднять их статус в команде и защитить от необоснованной критики. С другой стороны, дополнительная ответственность за адаптацию такого спортсмена в команде и дальнейшее его совершенствование, укрепляя статус ведущих членов команды, также стабилизируют ситуацию.

Для групповой сплоченности важны индивидуальные способности спортсмена как основание для его включения в команду. Несомненно, что в команду должны отбираться самые способные и талантливые личности, чей индивидуальный игровой и человеческий потенциал должен раскрыться именно в данной команде, параллельно развивая ее потенциал в направлении групповой цели. На этом пути, к сожалению, много «подводных камней», и от решения двух важных вопросов: подходит ли именно этот спортсмен команде и подходит ли ему эта команда для развития его таланта, во многом зависит сплочение группы. Очень хороший спортсмен, который как «звезда» подрывает сплоченность группы, редко может рассматриваться группой как приобретение.

В итоге следует, прежде всего, сказать, что, с одной стороны, разнообразие в спортивной группе является необходимым (не каждый в равной степени эффективен для исполнения различных аспектов задачи). С другой стороны, общего согласия не всегда так легко достигнуть, а то, что легко достигается, часто лежит в области низкой эффективности и худшего исполнения. Все спортсмены не должны быть друзьями со всеми, чтобы достигнуть хорошего мастерства, но и пренебрегать этим элементом в реальной спортивной команде не следует.

Одна из сложных проблем тренера в командных видах спорта состоит в учете индивидуальных особенностей спортсменов

и рациональном их использовании в решении групповых задач. Часто тренер команды не особенно интересуется личностными особенностями спортсменов, не хочет или не умеет это делать, а узкие специалисты-психологи в командных видах спорта обычно успеха не приносят. Наибольшее значение в решении специфических задач командной работы имеют типологические характеристики личности спортсмена [2; 5], а также уровни развития его психомоторных качеств [2; 5–7] и возможности их совершенствования с учетом специфики вида спорта, спортивного амплуа спортсмена в команде и особенностей сложившихся технико-тактических взаимодействий в соревновательной практике, общей командной культуры, языковых и национальных традиций различных спортсменов.

В ряде работ эти вопросы рассмотрены в общетеоретическом и методическом плане [2; 5–7] и в некоторых конкретных видах спорта, таких как волейбол [1; 3; 4; 8–10], отдельные виды легкой атлетики, кикбоксинг и рукопашный бой [11; 12], сноуборд и экстремальные виды спорта [2]. В большинстве этих исследований не ставилась задача интеграции отдельных индивидуальных характеристик личности спортсменов в групповую спортивную деятельность в сложную командную структуру. Их использование в реальном избранном виде спорта представляет сложную творческую задачу для тренера спортивной группы-команды [2; 5].

Спортсмен экстракласса способен адаптироваться в новой команде, даже если многие из его прежних функций и ролей не могут быть прямо использованы в новой команде. Более сложен в этой ситуации вопрос, сможет ли такой более опытный спортсмен автоматически сыграть роль лидера, если по каким-либо причинам прежний лидер команды покинет ее. При сильной взаимосвязи отдельных личностей друг с другом это, с одной стороны, имеет позитивное значение, так как кто-то один, очень сильный лидер может тянуть всю команду вперед. С другой стороны, влияние такого фактора может быть и негативным, когда команда низкого класса затыгивает в свою среду спортсмена, снижая его мастерство. Хотя сплоченность спортивной группы не

стоит в ряду основных, необходимых условий для выступления, она является фундаментальной характеристикой, служащей источником информации о том, как члены команды объединены друг с другом в их попытке достигнуть общей цели.

Список литературы

1. Клещев Ю.Н., Марков К.К. Волейбол. Книга тренера. Ч. 2. – Иркутск: ИрИИТ, 2000. – 168 с.
2. Марков К.К. Психолого-педагогические основы тренерской деятельности: монография. – Красноярск: КГПУ, 2007. – 200 с.
3. Марков К.К. Руководство тренера по волейболу. – Иркутск: ИрИИТ, 1999. – 276 с.
4. Марков К.К. Содержание соревновательной деятельности в волейболе и методика функциональной подготовки спортсменов: методическое пособие. – Иркутск: ИрГТУ, 1994. – 48 с.
5. Марков К.К. Тренер – педагог и психолог. – Иркутск: ИрИИТ, 1999. – 236 с.
6. Марков К.К., Кудрявцев М.Д., Николаева О.О. Проблемы оценки и формирования психомоторных качеств спортсменов в сложно-координированных видах спорта // Международный журнал экспериментального образования. – 2013. – № 10–1. – С. 121–125.
7. Марков К.К., Николаева О.О. Формирование психомоторных качеств в современном спорте: теоретические и методологические проблемы // Фундаментальные исследования. – 2013. – № 8–4. – С. 943–947.
8. Марков К.К., Николаева О.О. Совершенствование качеств внимания игроков в современном волейболе // Фундаментальные исследования. – 2013. – № 6–1. – С. 164–168.
9. Марков К.К., Пашкова Н.В. Инновационные подходы к обучению двигательным действиям в волейболе на основе теории учебной деятельности // Восток-Россия-Запад. Современные процессы развития физической культуры, спорта и туризма. Состояние и перспективы формирования здорового образа жизни: материалы международного симпозиума. – Красноярск, 2008. – С. 150–156.
10. Марков К.К., Пашкова Н.В. Проблемы совершенствования методики двигательного обучения в волейболе // Подготовка специалистов по физической культуре и спорту в современных условиях: материалы региональной научно-практической конференции, посвященной 50-летию ФФКиС. – 2007. – С. 113–116.
11. Марков К.К., Сивохов В.Л., Чечев И.С. Экспериментальные исследования уровня психомоторных качеств высококвалифицированных кикбоксеров // Вестник ИрГТУ. – 2013. – № 5 (76). – С. 269–274.
12. Марков К.К., Чечев И.С., Николаева О.О. Экспериментальные исследования дифференцирования силовых характеристик ударных действий в кикбоксинге // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 4. – URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=9778>.
13. Carron A.V. Social psychology of sport. – Ithaca (New York): Movement Publications, 1980.
14. Russel G.V. The social psychology of sport. – New York: Springer Verlag, 1993.
15. Rossum J., Murphy P. The sporting group. – VolleyTech, 1994. – № 4.