

## АНАЛІЗ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПОВЕДІНКИ АРМСПОРТСМЕНІВ

Вікторія ІЛЮШИНА

*Харківська державна академія фізичної культури*

**Мета роботи** – здійснити аналіз соціально-психологічних особливостей поведінки спортсменів, що займаються армспортом.

**Завдання роботи** – здійснити теоретичний аналіз літератури за проблемою соціально-психологічних особливостей поведінки армспортсменів та виявити особливості їхньої поведінки.

**Методи дослідження:**

1. Аналіз наукової і спеціальної літератури.
2. Методи спостереження, бесіди і анкетування.

**Анотація.** Роботу присвячено аналізу соціально-психологічних особливостей поведінки спортсменів, що займаються армспортом. У статті визначено, що армспорт є ситуаційним, тому що результат двобою залежить не тільки від силових якостей спортсмена, але і від ситуації, яка також впливає на поведінку спортсмена. Щоб зрозуміти поведінку, необхідно знати характерні риси людини і конкретну ситуацію, тому ми рекомендуємо розглядати поведінку армспортсменів з позицій взаємозв'язаного підходу.

**Ключові слова:** армспорт, сила, особистість, поведінка, підхід, психологічна підготовка, характерні особливості, ситуація.

**Постановка проблеми.** Виступи на змаганнях європейського та світового рівнів спортсменів, що займаються армспортом, вимагають від них всебічної підготовленості. Для успішності таких виступів необхідно збільшити ефективність їх підготовки. Велике значення у рішенні цієї задачі мають наукові дослідження.

Армспорт відрізняється від інших видів спорту своєю новизною, простотою, зручністю, хоча у психологічному контексті армспорт пред'являє високі вимоги до виховання у спортсменів особистісних якостей, розвитку емоційно-вольової сфери, прагнення до самоактуалізації. На сьогодні однією з актуальних і мало досліджених проблем є проблема соціально-психологічних особливостей поведінки армспортсменів.

Історія армрестлінга (армспорту) на території колишнього СРСР починається з серпня 1989 р. З 1992 році у Львові була створена українська асоціація армрестлінгу. На даний час розвитком армспорту у світі займається Всесвітня федерація армспорту (WAF), членом якої Україна є з 1994 року. У 1996 р. на конференції WAF було прийняте рішення про перейменування армрестлінгу в армспорт; це рішення зв'язане з тим, що при подачі WAF заявки на вступ у Міжнародний олімпійський комітет (МОК) представниками останнього було запропоновано змінити назву, тому що під словом «рестлінг» у класифікаторі олімпійських видів розуміється греко-римська боротьба [6].

За 14 років розвитку армспорту в Україні, на жаль, розроблено невелику кількість методичних програм тренувальному процесу.

Армспорт за своїми якостями є швидко-силовим видом спорту, а за роллю тактико-технічної підготовленості він наближується до боротьби [2]. За класифікацією рухів у спорті [11], армспорт багато в чому є ситуаційним, тому що результат двобою залежить не тільки від силових якостей спортсмена або його швидкісних здібностей, але і від ситуації, яка також впливає на поведінку спортсмена.

Розробка ефективних методів спортивного тренування неможлива без вивчення, з одного боку, характерних рис і закономірностей спортивної діяльності, а з іншого боку – особистості спортсмена як суб'єкта цієї діяльності. Якщо найсильніші спортсмени більш-менш зрівнюються за своїми можливостями у фізичній, технічній і тактичній підготовці, то перемаже той, хто має перевагу в психологічній підготовці [8].

Великі вимоги до змагальної діяльності спортсменів, довготривалий і творчий процес їх підготовки, екстремальність умов спортивної боротьби породжують складнощі психологічної

підготовки [3]. Від змісту характеристик особистості спортсмена залежить успішність його виступів на змаганнях і рівень його підготовленості до них [7]. Процес тренувального циклу протікає ефективніше, якщо опосередковується особистістю спортсмена.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** В науковій літературі є лише декілька публікацій щодо тренувальної й змагальної діяльності в армспорті [2, 4, 5, 6], при цьому не зачіпалися психологічні аспекти даної проблеми. Аналіз літератури свідчить, що дослідженню особистості спортсменів, які займаються єдиноборствами, присвячена достатня кількість робіт. У даній статті використані роботи Вяткіна Б.А., Рогова Є.І., Родіонова А.В., Романова В.А., Уейнберга Р. і Гоулда Д., Бандури А., Бауера К., Рашелла Б. і Сідентопа Д., Айзенка Х. і Айзенка С.

Найважливішими складовою психічної діяльності людини є її якості. Якості – це узагальнені, найбільш стійкі характеристики, що роблять вирішальний вплив на діяльність, а також поведінку. Якості залежать від особливостей характеру, структури особистості, її спрямованості, досвіду, здібностей, умов діяльності [9].

Проблемам моральних якостей спортсменів приділяють велику увагу багато авторів [7–10]. Можна виділити вольові якості у підготовці спортсменів до змагань, які використовуються безпосередньо в них. Але проблема соціально-психологічних особливостей армспортсменів і їх поведінки ще не зустрічалась у літературі, присвяченій даному виду спорту.

Оскільки спортсмен – це перш за все біосоціальна система, то його унікальність визначається природними особливостями, ціннісною культурою, а також впливом соціального середовища, в якому особистість спортсмена формувалась [1]. Після розкриття структури особистості армспортсменів можливо виявити підхід, який дасть змогу найкраще пояснити поведінку спортсменів. Психологи розглядають особистість з різних позицій [10]. Для вивчення особистості в спорті і фізичній культурі використовують три основних підходи:

1) *Підхід, заснований на характерних рисах особистості.* Даний підхід заснований на тому, що основні структурні одиниці особистості – її характерні риси – залишаються постійними в різних ситуаціях. На підставі цього підходу психологи роблять висновки, що причини поведінки людини знаходяться в ній самій. Характерні риси визначають модель дії спортсмена незалежно від ситуації чи обставин. Якщо спортсмен виступає в змаганнях, то він схильний до активної боротьби і до того, щоб цілком «викластися», незалежно від ситуації і результату. Схильність, однак, не означає, що спортсмен буде завжди так діяти; вона лише вказує на імовірність ведення боротьби в спортивних ситуаціях.

Реймонд Кеттелл розробив перелік характеристик особистості, який включає в себе 16 незалежних факторів особистості (16 ФЛ), які, на його думку, характеризують людину [14]. Айзенк Х. й Айзенк С. розглядають характерні особливості у взаємодії; дві найбільш значні особливості, які йдуть від інтроверсії до екстраверсії та від стабільності до емоційності [15]. На їх думку, особистість можна краще зрозуміти, якщо аналізувати характерні особливості, які є відносно стабільними й стійкими протягом якогось періоду часу.

2) *Згідно з ситуаційним підходом,* поведінка спортсменів визначається головним чином ситуацією або навколишнім середовищем. Такий підхід ґрунтується на теорії соціального навчання [12]. Вплив навколишнього середовища обумовлює модель поведінки, а роль характерних рис особистості є мінімальною. Різні ситуації вимагають виконання різних ролей. У той самий день спортсмен може виконувати роль студента, тренера, службовця і друга.

Рашелл Б. і Сідентоп Д. [16] вважають за можливе змінити поведінку в спорті і фізичному вихованні, змінюючи вплив середовища. Подібно підходу, заснованому на характерних рисах особистості, ситуаційний підхід не дозволяє точно прогнозувати поведінку. Ситуація може вплинути на поведінку, однак не усі спортсмени піддані впливу ситуацій.

3) *Згідно з взаємозалежним підходом,* ситуація і спортсмен — кодeterminанти поведінки, перемінні, які разом обумовлюють поведінку. Тобто, щоб її зрозуміти, необхідно знати характерні особливості спортсмена і конкретну ситуацію. Бауер К. прийшов до висновку, що взаємодія між людьми і ситуаціями може набагато краще пояснити поведінку, ніж характерні риси чи ситуації окремо [13]. У зв'язку з актуальністю проблеми і неповним її вирішенням в даній роботі сформульована наступна мета.

**Мета роботи.** Здійснити аналіз соціально-психологічних особливостей поведінки спортсменів, що займаються армспортом.

**Завдання роботи.**

1. Здійснити теоретичний аналіз літератури за проблемою соціально-психологічних особливостей поведінки армспортсменів.

2. Виявити особливості поведінки армспортсменів.

**Методи дослідження.**

1. Аналіз наукової і спеціальної літератури.

2. Методи спостереження, бесіди і анкетування.

Для встановлення соціально-психологічних особливостей поведінки армспортсменів були використані методи спостереження, бесіди і анкетування. Запропоновані питання щодо підходів розуміння їх поведінки під впливом різних ситуацій в тренувальній і змагальній діяльності. В дослідженні приймало участь 60 армспортсменів, з яких 20 – жінки. Згідно зі зрівняльними методами спостереження, анкетування і бесіди, думки чоловіків і жінок виявилися різними. Отримані дані дослідження зведено в табл. 1.

Таблиця 1

**Соціально-психологічні особливості поведінки армспортсменів в тренувальному й змагальному процесах**

№	Назва підходу	Особливості підходу	Результат спостереження за чоловіками		Результат анкетування чоловіків		Результат спостереження за жінками		Результат анкетування жінок	
			%	к-ть сп-нів	%	к-ть сп-нів	%	к-ть сп-нів	%	к-ть сп-нів
1	Підхід, заснований на характерних рисах особистості	Характерні риси є постійними в різних ситуаціях і визначають дію незалежно від ситуації	32,5	13	45	18	25	5	25	5
2	Ситуаційний підхід	Поведінка визначається ситуацією чи навколишнім середовищем	25	10	20	8	30	6	25	5
3	Взаємозалежний підхід	Ситуація і людина – перемінні, які спільно обумовлюють поведінку	42,5	17	35	14	45	9	50	10

**Результати дослідження.** За методом спостереження, згідно з підходом, який заснований на характерних рисах особистості, діяли 32,5 % чоловіків. Зрівнюючи результати спостереження з методами анкетування і бесіди з армспортсменами, ми отримали деякі розбіжності між словами та діями чоловіків. За результатами анкетування й бесіди (45 %), чоловіки – армспортсмени хотіли показати, що вони покладаються здебільшого на себе, на свій характер і свої можливості, ніж на випадковість або вдачу. Лише 5 жінок з 20 (25 %) впевнені, що вони самі впливають на тренувальні й змагальні ситуації. У їх відповідях нема розбіжності, виходячи із зрівняння показників за методами спостереження і анкетування.

За методом спостереження, згідно з ситуаційним підходом діяли 25 % чоловіків, і знову ми зіткнулися з деякою розбіжністю у результатах між методом спостереження і методами анкетування й бесіди, за якими вони відповідали, що їх поведінка й успішність на змаганнях більш залежать від них самих, ніж від середовища й ситуації (20 %). Менше всього чоловіки вірили у ситуаційний підхід (20 %), хоча метод спостереження показав, що інколи вони все ж таки діяли відповідно до ситуації, а не лише притримувались особистих принципів. Жінки не приховували того, що на них впливає їх особисте життя, особистий стан здоров'я, атмосфера у команді, поведінка й настрої тренера та обставини конкретної змагальної або тренувальної ситуації.

Виходячи з нашого спостереження, в одній ситуації майже всі армспортсмени діяли впевнено і раптом невпевнено – в інший, незалежно від їх характерних рис. Інтравертні скромні особистості, за нашим спостереженням, діяли наполегливо і навіть агресивно в умовах змагальної діяльності, яка потребувала рішучих і впевнених дій. Дії, у тому числі і спортивного характеру, багато в чому зв'язані з тим, як спортсмени відчують свій соціальний стан. Це так звана поведінка, яка обумовлена «роллю, що грається», – аспект особистості, що найбільш змінюється [10]. Поведінка змінюється зі зміною сприйняття спортсменами навколишнього середовища.

Менш розбіжностей у відповідях чоловіки проявили щодо *взаємозалежного підходу*, якому віддали перевагу 35 % армспортсменів. Більшість чоловіків вірили в самих себе та віддавали перевагу підходу, який заснований на характерних рисах особистості (45 %), але все ж таки не виключали впливу середовища, тому далі вони опиралися на взаємозалежний підхід.

Щоб зрозуміти поведінку, необхідно знати характерні риси людини і конкретну ситуацію, і з цим згодні більшість жінок – спортсменок (50 % – 10 з 20 жінок), тобто, в різних ситуаціях вони діють по-різному; в особистому житті м'які та спокійні, однак в умовах змагань вони здатні проявити твердість і навіть агресивність. Взаємозалежний підхід припускає вивчення індивідуального реагування спортсменів у певних умовах і дослідження показало, що жінки віддавали перевагу даному підходу.

### Висновки

1. Аналіз літератури свідчить про те, що замало уваги надано армспорту взагалі і зокрема психологічним аспектам тренувальної і змагальної діяльності армспортсменів. Наукових досліджень стосовно армспорту дуже мало (лише деякі фрагментарні повідомлення). Оскільки армспорт є молодим видом спорту, то різні його аспекти, у тому числі і соціально-психологічні особливості спортсменів, які ним займаються, потребують глибокого наукового дослідження.

2. Якості соціально-психологічних особливостей армспортсменів безпосередньо впливають на успішність занять армспортом. Але ми повинні враховувати те, що спорт відноситься до екстремальних видів діяльності, тому неможливо ігнорувати ситуаційний вплив на спортсмена. Тренувальні й змагальні ситуації й умови дуже впливають на стан, настрій і підготовку армспортсменів, тому можна рекомендувати розглядати їх поведінку з позицій взаємозв'язаного підходу.

### Література

1. *Афанасьев В.Г.* Человек в управлении обществом. – М., 1977. – 125 с.
2. *Бельский И.* Системы эффективной тренировки: армрестлинг, бодибилдинг, беч-пресс, пауэрлифтинг. – Минск: Вида-Н, 2003. – 351 с.
3. *Вяткин Б.А.* Роль темперамента в спортивной деятельности. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 144 с.
4. *Живора П.В., Рахманов А.И.* Армспорт: техника, тактика, методика обучения: Учеб. пособие для студ. высших пед. учебных заведений. – М.: Изд. центр «Академия», 2001. – 112 с.
5. Методичний посібник. Армспорт. Галашко М.І. – Харків, 2000. – 57 с
6. *Петренко В.А.* Железные руки. Учебно-методическое пособие по основам армспорта. – Харьков, 2000. – 83 с.
7. *Рогов Е. И.* Психология человека. – М.; Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 247с.
8. *Родионов А.В.* Психология физического воспитания и спорта. – М., 2004. – 576 с.
9. *Романов В.А.* Психологические особенности воспитания физических качеств спортсмена / Спортивный психолог. Спец. выпуск. – М.: РГУФК, 2003. – 256 с.
10. *Уэйнберг Р.С., Гоулд Д.* Основы психологии спорта и физической культуры. – Киев: Олимпийская литература, 1998. – 335 с.
11. *Фарфель В.С.* Управление движениями в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1975. – 208 с.
12. *Bandura A.* (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
13. *Bowers K.S.* (1973). Situationism in psychology: An analysis and a critique. *Psychological Review*, 80, 307-336.

14. *Cattell R.B.* (1965). *The scientific analysis of personality*. Baltimore: Penguin.
15. *Eysenck H.J. & Eysenck S.B.J.* (1968). *Eysenck Personality Inventory Manual*. London: University of London Press. – pp. 210-214.
16. *Rushall B., & Siedentop D.* (1972). *The development and control of behavior in sport and physical education*. Philadelphia: Lea and Febiger. – pp. 67-72.

## АНАЛИЗ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПОВЕДЕНИЯ АРМСПОРТСМЕНОВ

Виктория ИЛЮШИНА

*Харьковская государственная академия физической культуры*

**Цель работы** – осуществить анализ социально-психологических особенностей поведения спортсменов, занимающихся армспортом.

**Задачи работы:** осуществить теоретический анализ литературы по проблеме социально-психологических особенностей поведения армспортсменов, установить особенности их поведения.

**Методы исследования:** 1. Анализ научной и специальной литературы.

2. Методы наблюдения, беседы и анкетирования.

**Аннотация.** Работа посвящена анализу социально – психологических особенностей поведения армспортсменов. В статье определено, что армспорт является ситуационным, и результат поединка зависит не только от силовых качеств спортсмена, но и от ситуации, влияющей на поведение спортсмена. Чтобы лучше понять поведение, необходимо знать характерные особенности человека и конкретную ситуацию, поэтому мы рекомендуем рассматривать поведение армспортсменов с позиций взаимосвязанного подхода.

**Ключевые слова:** армспорт, сила, личность, поведение, подход, психологическая подготовка, характерные особенности, ситуация.

## THE ANALYSIS SOCIALLY-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF BEHAVIOUR THE SPORTSMAN OF ARMSPORT

Victoria ILYUSHINA

*The Kharkov State Academy of Physical Culture*

**The aim of work:** to carry out the analysis of social – psychological features of behaviour of the sportsmen engaged of armsport.

**The tasks of work:** to carry out the theoretical analysis of the literature on a problem of social – psychological features of behaviour the sportsman of armsport and to establish features of their behaviour.

**Methods of research:** 1. The analysis of the scientific and special literature.

2. Methods of supervision, conversation and questioning.

**Abstract.** In clause it is determined, that itself armsport is situational as the result of a duel depends not only on power qualities of the sportsman, but also from a situation which also influences behaviour of the sportsman. That it is better to understand behaviour, it is necessary to know prominent features of the person and a concrete situation, therefore we recommend to consider behaviour of the sportsman of armsport from positions of the interconnected approach.

**Key words:** armsport, force, person, behaviour, approach, psychological preparation, prominent features, situation.