Мотивация достижения успеха и избегания неудач как движущий фактор в художественной гимнастике

Деятельность в спорте, особенно в спорте высших достижений, всегда связана с высоким психологическим напряжением, порождаемым несоответствием требований спортивной деятельности возможностям спортсмена и направленным на устранение этого несоответствия. По сравнению с другими видами деятельности, в спорте высокое психическое напряжение принципиально не устранимо, без него невозможно повышение спортивного мастерства. Чтобы достичь его высот, основные цели, мотивы и интересы спортсменов должны быть направлены на победу, на достижение высоких спортивных результатов, а не на самосовершенствование (укрепление здоровья, физическое развитие). Современная художественная гимнастика не является исключением. Однако в течение спортивной жизни у гимнасток, как и у других спортсменов, формируются не только мотивы достижения успеха, но и мотивы избегания неудачи. Любая ситуация, которая актуализирует мотив достижения успеха, одновременно порождает и опасения неудачи. Какой мотив возникает – зависит от субъективных оценок вероятности достижения цели, которые складываются под влиянием соревновательного и жизненного опыта. Таким образом, формируется устойчиво доминирующий тип мотивации деятельности.

Спортсменки, у которых доминирует мотив достижения успеха, характеризуются низкой тревожностью, настойчивостью в достижении поставленных целей, уверенностью в правильности своих действий на соревнованиях, независимостью, активностью, стремлением к соперничеству, постановкой перед собой трудных задач и умением прилагать большие волевые усилия для их решения. Гимнастки, у которых преобладает мотив избегания неудач, тревожны и не уверенны в себе, склонны сдерживать свою активность в достижении цели, что, на наш взгляд, является негативным фактором в условиях соревновательной деятельности, тем более в таком виде спорта, как художественная гимнастика, которая характеризуется, в первую очередь, необходимостью в ограниченный интервал времени показать максимум своих возможностей.

Таким образом, логично предположить, что мотив достижения успеха у спортсменов высокой квалификации выражен значительно сильнее, чем мотив избегания неудач. Это способствует высокой продуктивности и устойчивости их деятельности. Формирование той или иной мотивации у спортсменов разного возраста зависит от ряда факторов, таких как особенности периода раннего детства ребенка, влияния структуры семьи, социальной среды и т.п.

Кроме того, очевидно, что «между мотивацией и свойствами личности имеется обоюдосторонняя связь: свойства личности влияют на особенности мотивации, а особенности мотивации, закрепившись, становятся свойствами личности». Поэтому преобладание одной из тенденций качественно меняет всю стратегию поведения личности. Мотивированные на успех, в противоположность мотивированным на неудачу, сводят успех скорее к способности (таланту) и большому старанию (усилию). Неудача, с другой стороны, списывается мотивированными на успех на недостаточность приложенных усилий, а у мотивированных на неудачу - на недостаток способностей. Но успешность или не успешность деятельности зависит не только от способностей, но и в большой мере от такой личностной характеристики, как уровень притязаний и тесно связанной с ним самооценки. Успех и неудача оказывают регулирующее и формирующее влияние на самооценку личности, уровень притязаний, мотивацию, атрибуцию результатов и т. д., но и они в свою очередь оказывают обратное влияние на процесс саморегуляции активности индивида.

Уровень притязаний как личностная характеристика не является врожденным, а развивается на протяжении всей жизнедеятельности человека, изменяясь на основе происходящих событий. В частности, уровень притязаний индивида изменяется в зависимости от его успехов и неудач, который затем, в свою очередь, будет влиять на дальнейшее поведение. Уровень притязаний не является первопричиной успехов, но «по уровню притязаний можно сделать вывод о доминирующей мотивационной тенденции индивида (мотивация стремления к успеху или мотивация избегания неудачи)». По сути, мотивационная стратегия будет являться промежуточным звеном между самооценкой личности и ее актуальным поведением.

Таким образом, можно предположить, что, если уровень притязаний формируется в течение жизни под влиянием внешних ее условий и в результате активной деятельности человека, в частности спортсмена, то, оказывая определенное влияние на формирование самооценки и уровня притязаний личности, мы можем влиять на доминирующую мотивационную тенденцию и, следовательно, на поведение личности в целом. Однако в данный момент мы не ставим себе подобной задачи, для нас в первую очередь представляет интерес выяснить, существует ли подобная связь уровня притязаний и мотивации достижения личности в действительности.