

УДК 796.01

В. В. Пантік – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри здоров'я і фізичної культури Волинського національного університету імені Лесі Українки;

О. П. Митчик – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри здоров'я і фізичної культури Волинського національного університету імені Лесі Українки;

К. Ф. Жигун – старший викладач кафедри здоров'я і фізичної культури Волинського національного університету імені Лесі Українки

Психологічний клімат спортивної команди. Сумісність членів спортивної команди

Роботу виконано на кафедрі здоров'я і фізичної культури ВНУ ім. Лесі Українки

У статті висвітлено роль психологічного мікроклімату команди, взаємозв'язку між тренером команди й колективом, сумісність членів спортивної команди.

Ключові слова: психологічний клімат, психологічна сумісність, соціальна сумісність, психофізіологічна сумісність, міжособистісна сумісність, групова сумісність.

Пантік В. В., Митчик А. П., Жигун К. Ф. Психологический климат спортивной команды. Совместимость членов спортивной команды. В статье отражена роль психологического микроклимата команды, взаимосвязи между тренером команды и коллективом, совместимость членов спортивной команды.

Ключевые слова: психологический климат, психологическая совместимость, социальная совместимость, психофизиологическая совместимость, межличностная совместимость, групповая совместимость.

Pantik V. V., Mytchik A. P., Zhigun K. F. Psychological Climate of Sporting Command. Compatibility of Members of Sporting Command. The role of psychological microclimate of command is reflected in the article, to intercommunication between the trainer of command and by a collective, compatibility of members of sporting command.

Key words: psychological climate, psychological compatibility, social compatibility, психофизиологическая compatibility, interpersonality compatibility, group compatibility.

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми.

У філософському розумінні спосіб життя – це синтетична характеристика сукупності типових видів життєдіяльності людей (індивідів та соціальних утворень) у поєднанні з умовами життя суспільства. Спосіб життя охоплює всі сфери суспільства: працю й побут, суспільне життя та культуру, поведінку (стиль життя) людей і їхні духовні цінності. Тобто поведінка, або стиль життя, є одним із найважливіших елементів способу життя загалом, який не може відобразитися на колективі [2; 3; 4].

Правильно організовані контакти тренера з командою, а також з окремими спортсменами, уміле керування людьми допомагають згуртувати колектив, сформувані в ньому позитивний морально-психологічний клімат. Відомо, що він виникає в процесі спільної діяльності тренера та спортсменів, їх міжособистісної взаємодії, характеризується єдністю цілеспрямованих суспільно-психологічних явищ і створює середовище, у якому спілкуються спортсмени, реалізуються їхні індивідуальні особливості [1; 5; 6].

Мета дослідження – охарактеризувати психологічний мікроклімат команди, відносин у спортивній команді, сумісність членів спортивної команди.

Організація дослідження. Дослідження проводилося зі студентами групи підвищення спортивної майстерності з баскетболу 1 та 5 курсів Волинського національного університету імені Лесі Українки.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.

Психологічний клімат, порівняно зі згуртованістю, є найменш стійким, найбільш мінливою характеристикою спортивної команди. Він характеризує загальну групову атмосферу в команді та розглядається як певний її стан, як загальний настрій її членів. Основними показниками психологічного клімату є такі:

- наявність або відсутність конфліктів;

- постійність або зміна складу команди;
- задоволеність або незадоволеність справами в команді, заміна капітанів і керівництва команди;
- комфорт або напруження й недоброзичливість у відносинах членів команди.

Відомо, що психологічний клімат суттєво впливає на ефективність навчально-тренувального процесу та виступу спортсменів на змаганнях, на їх самопочуття й працездатність.

У психологічному кліматі виявляються емоційні стани групи й окремих спортсменів, міжособистісна сумісність, конфлікти між членами групи. Добрий психологічний клімат пов'язаний із цілеспрямованою діяльністю команди, продуктивним просуванням до досягнення загальної мети, із подоланням перешкод, різних труднощів, із тимчасовими невдачами, помилками, непередбаченими обставинами.

Потрібно зазначити, що кожен спортсмен робить свій внесок у психологічний клімат команди й відчуває на собі його вплив. У спортсменів залежно від ступеня задоволеності, положення в команді, взаємин із партнерами й тренером виникає переважно настрої, який впливає на загальний емоційний настрої інших членів команди.

Відомо, що в багатьох випадках емоційне життя команди залежить від особистості тренера, його вміння надихати, захищати, підбадьорювати, у міру радіти, заохочувати, засуджувати тощо.

Психологічний клімат – важливий показник сформованості команди як колективу. Однак, оцінюючи психологічний клімат команди, слід урахувувати не тільки емоційний бік життя, а й моральні норми та цінності, які існують у ньому. Наприклад, радість від перемоги, здобутої нечесним шляхом, не може свідчити про благоприємний психологічний клімат. Спортсмен повинен розуміти соціальне значення моральних норм, визнавати їх, прагнути у своїх діях і вчинках їм відповідати, переживати їх порушення. Норми спортивної команди визначаються нормами суспільства, його моральними принципами, але в кожній команді вони можуть мати певну своєрідність, обумовлену об'єктивними умовами її реального життя. Сукупність норм кожної команди характеризує її ціннісні орієнтації, особливості емоційних реакцій, рівень моральної вихованості її членів, адже емоційне життя спортивної команди надзвичайно багате.

Успіх, перемога, зазвичай, створюють у кожного спортсмена й у всієї команди стан задоволення, емоційне піднесення, впевненість у своїх силах і здібностях. Ці емоції несуть новий заряд енергії, підвищують бажання ще продуктивніше працювати для досягнення нових спортивних результатів.

Зазначимо, що стимулюючу роль можуть відігравати успіх і невдача. Вони також можуть викликати приплив енергії, спрямованої на аналіз причин поразки, пошук можливості й шляхів їх усунення. Відомо, що успіх та поразка інколи викликають і негативні стани спортсмена. У випадку перемоги це стан переоцінки своїх сил, самовпевненості, зазнайства; у випадку поразки – стан пригноблення, байдужості, негативного ставлення до подальших тренувальних занять, інколи навіть утрати віри у свої сили. Крім того, можуть виникати й конфліктні ситуації між членами команди. Цим станам підвладні як спортсмени, так і тренери. Звичайно, для кожного характерне своєрідне ставлення до успіхів і невдач.

Велике значення у формуванні психологічного клімату команди має система міжособистісних взаємин, які складаються між спортсменами в процесі їх діяльності й спілкування. Характер міжособистісних відносин суттєво пов'язаний із рівнем розвитку команди як колективу.

У системі міжособистісних взаємин прийнято виділяти ділові (формальні) й особистісні (неформальні, емоційні) стосунки.

За А. С. Макаренком, ділові відносини – це стосунки ділової залежності. Вони впливають із офіційних обов'язків кожного члена спортивної команди та об'єднують усіх членів на основі загальної цілеспрямованості процесу спортивної діяльності. Особистісні відносини виникають на основі симпатії, антипатії, ворожнечі, уподобань тощо. Ці відносини виникають мимоволі й виступають як один із видів безпосередніх стосунків.

Потрібно зазначити, що ділові й особистісні відносини існують в одній команді та тому впливають один на одного. Ступінь їх взаємного впливу визначається рівнем сформованості команди як спортивного колективу. Ділові взаємини в команді максимально злагоджені, чітко, забезпечують потрібну взаємодію всіх її членів.

Особистісні відносини, з одного боку, опосередковані діловими стосунками, з іншого – достатньо широкі, гуманні, характеризуються чуйністю й увагою членів команди один до одного. Будь-який спортсмен почуває себе часткою команди, задоволений своїм положенням у ній, готовий до самовідданості заради загальних інтересів.

На відміну від морального, психологічний клімат формується в результаті неформальних міжособистісних відносин.

Спортивна практика показує: щоб створити добрий психологічний клімат у спортивній команді необхідні велика майстерність тренера, складний, багатогранний і тривалий педагогічний процес. Насамперед він передбачає виховання високої ідейності в спортсменів, є основою, стрижнем усього світогляду особистості. Крім того, створення позитивного психологічного клімату в спортивній команді потребує взаємної підтримки та взаємної поваги всіх її членів.

Одним із важливих факторів, який впливає на згуртованість спортивної команди, є психологічна сумісність її членів.

Сумісність членів спортивної команди слід розглядати на трьох рівнях: соціальному, психологічному та психофізіологічному. У зв'язку з цим розрізняють соціальну, психологічну й психофізіологічну сумісність.

Соціальна сумісність – це однакове розуміння членами команди соціальних норм і установок, правил та вимог, єдність мети, мотивів і потреб.

Діяльність спортивної команди дуже залежить від психологічної сумісності всіх її членів. Проблема психологічної сумісності членів спортивної команди впливає із суті спортивної діяльності, яка постійно несе в собі багатогранні міжособистісні відносини. Однак, вступаючи в ці відносини, спортсмени можуть як досягати повної взаємодії, так і не досягати. Це залежить від внутрішньої суті процесу спілкування спортсменів, що виступає як їх узаємодія.

Психологічна сумісність – це здібність членів колективу до ефективної спільної діяльності внаслідок оптимального поєднання їх рис і характерів. Іншими словами, це схожість спортсменів за рівнем розвитку властивостей, уваги, мислення, пам'яті, інтелекту, емоційної рівноваженості й тривожності, екстраверсії – інтраверсії, а також низки інших психічних якостей. Вона є одним із визначних факторів у формуванні й підтримці соціально-психологічного клімату. Психологічна сумісність дає змогу встановити взаємозв'язок між членами спортивної команди, в основі якої – загальні ціннісні орієнтації, міцні відносини, обумовлені їх психологічними особливостями. Спільність ціннісних орієнтацій виявляється у ставленні до добра та зла, загальнолюдських норм моралі, збагачення тощо. Під час аналізу психологічної сумісності важливо враховувати типи комунікативної поведінки, які визначаються характерами спортсменів і їх психічними схильностями.

Психофізіологічна сумісність – це синхронність психологічних реакцій, однаковий руховий темп виконання дій, подібність членів команди за рівнем збудливості-гальмування, інертності-рухливості, сили-слабкості нервової системи. Іншими словами, вона включає в себе темперамент та типологічні особливості проявлення властивостей нервової системи. Окрім того, цей рівень сумісності залежить від низки факторів: це і чисто фізичні й фізіологічні особливості (ріст, сила, швидкість, витривалість, координація, здоров'я тощо), а також особливості пізнавальних психічних процесів.

Деякі психологи виділяють ще фізіологічну й біологічну сумісність, Правомірність існування цих видів сумісності не підлягає сумніву (навіть чи можна увявити собі успішний розвиток дитини в утробі матері без їх біологічної та фізіологічної сумісності). Однак їх потрібно віднести до медицини.

Міжособистісна сумісність розглядається як узаємне прийняття партнерів зі спілкування та спільної діяльності, яке ґрунтується на подібності чи взаємодії доповнюваності соціально-психологічних й індивідуально-психологічних характеристик: мотивів, інтересів, соціальних установок, характерів, темпераментів, ритму психологічних реакцій особистості тощо. Вона сприяє успішній взаємодії та співробітництву в навчально-тренувальному процесі й під час спортивних змагань. Критерієм її є суб'єктивна задоволеність параметрів процесом і результатом узаємодії, яка супроводжується взаємними симпатіями, узаєморозумінням, узаємоповагою.

Групова сумісність – це показник згуртованості спортивної команди. Вона виявляється в узгодженості дій у спільній діяльності як результаті сформованих позитивних узаємин між членами команди. Для ефективної групової спільної діяльності необхідна спрацьованість, яка є наслідком узаємодії членів спортивної команди.

Спортивна практика показує, що в умовах спортивної діяльності сумісність між членами команди виявляється зразу або формується після тривалих спільних дій і спілкування. Зазначимо, що природа виникнення сумісності в спортивних командах неоднакова. Швидке виявлення її за низкою соціальних, психологічних та психофізіологічних якостей у деяких членів команди свідчить про наявність у них однакових вроджених або раніше набутих сформованих якостей. Малознайомі члени команди після короткочасної спільної діяльності виявляють, що між ними є якась схожість, що в них є якості, які викликають односторонню або взаємну симпатію.

Відомо, що при першому враженні про людини фіксуються вік, зовнішній вигляд, емоційний стан і риси характеру. Як правило, висока оцінка зовнішнього виду має кореляцію з оцінкою психічних якостей та позитивним ставленням до особистості. Подальше спілкування й спільні дії

можуть вносити свої корективи у подальші враження про особистість спортсмена. Під час тренувальних занять і змагань члени команди починають відзначати один в одного риси в поведінці, які відповідають (не відповідають) їхнім нормам та уявленням, знаходять загальне в розумінні життєвих цінностей, виявляють єдність поглядів і інтересів.

Під час спілкування й взаємодії спортсменів відбувається аналіз під девізом: “Хто я і хто інші?” зіставлення та порівняння приводять до висновку, що в команді є однодумці, які викликають симпатію. Так, у команді виявляються спортсмени й підгрупи, між якими існує сумісність. Наведена ситуація – це приклад того, як виникає соціальна та психологічна сумісність у спортсменів-новачків або однакові особистісні якості, погляди, думки, інтереси, мета тощо. Зовсім по-іншому відбуваються спілкування й взаємодії членів команди, у яких немає спільних інтересів, низький рівень сформованості взаєморозуміння.

Що стосується психофізіологічної сумісності, то природжені якості нервової системи (наприклад швидкість рухової реакції, швидкість мислення тощо), на відміну від психічних якостей, мало піддаються тренуванню та перебудові. Звичайно, відмінність у цих властивостях призводить до неузгоджених дій, низької результативності поставлених завдань на тренувальних заняттях і змаганнях. Усе це часто супроводжується суперечками, конфліктами, критикою, які інколи переносяться за межі спортивної діяльності. Соціальна несумісність, а також антипатії, які її супроводжують, конфлікти можуть переноситися на результативність взаємодій.

Спортивна практика знає немало прикладів, коли несумісність у поглядах, мотивах, життєвих орієнтаціях двох або декількох спортсменів призводила до негативного впливу на продуктивність їх спільної діяльності, хоча психофізіологічні характеристики цих осіб були ідентичними.

Необхідно зазначити, що сумісність між спортсменами та тренером виникає на тих рівнях і розвивається тими шляхами, що й між спортсменами. Вона може виникнути незабаром після знайомства спортсмена з тренером, але може сформуватися й після тривалої “притирки” рис характеру, відмови спортсмена від деяких своїх поглядів і прийняти точку зору тренера.

Спортивна діяльність відзначається різноманітними непередбаченими ситуаціями, де то один, то інший вид сумісності виступає на перший план та обумовлює ефективність діяльності команди. Якщо, наприклад, виконуються тренувальні й змагальні завдання, то ця діяльність буде пред’являти завищені вимоги, передусім, до психологічної та психофізіологічної сумісності. Зазначимо, що це не означає, що вплив соціальної сумісності в цьому випадку повністю виключений.

Необхідно підкреслити, що очікувати сумісність за всіма факторами навряд чи реально. Крім того, потрібно мати на увазі, що ідеальної сумісності серед спортсменів будь-якої команди, а також кваліфікації немає. За одними факторами вона може бути, за іншими – ні.

Часто несумісність виникає внаслідок конкуренції спортсменів. Сама по собі конкуренція не є фактором, який призводить до конфліктів унаслідок несумісності спортсменів за параметром “яскраво виражена центрична спрямованість” (Є. П. Ільїн, 1983). Особливо виразно виявляється негативна роль конкуренції для згуртованості в командах-новачків. Якщо в команді багато претендентів на мале число вакантних місць, то згуртованість низька, а за стабілізації складу команди – підвищується.

Спортивна практика й наукові дослідження показують, що конкуренція в спортивній команді приводить як до позитивних, так і до негативних наслідків. Крім того, надзвичайна конкуренція, навіть на здоровій основі, може мати негативні наслідки. Нездорова конкуренція призводить до погіршення психологічного клімату в команді та зниження її спортивних результатів.

Відзначимо, що для досягнення максимальної сумісності серед спортсменів вищеназваних рівнів не обов’язкова умова доброзичливих взаємин у колективі.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Нормальний соціально-психологічний клімат у спортивній команді – необхідна умова її життєстійкості й цілеспрямованості. Крім того, він зумовлює самопочуття кожного члена команди, впливає на продуктивність спільної спортивної діяльності. Проблема психологічної сумісності в складі здорової спортивної команди розв’язується позитивно, якщо спортсмени психологічно доповнюють один одного, підносять гідність кожного спортсмена команди, відчувають виражену потребу в постійному діловому спілкуванні, вільно й невимушено поводяться між собою, допомагають один одному. Крім того, сумісність є показником згуртованості членів спортивної команди – ступінь міцності міжособистісних стосунків, їх стійкості щодо негативних чинників.

Отже, соціально-психологічний клімат у спортивній команді та сумісність її членів є перспективними щодо подальших досліджень.

Література

1. Алексюк А. М. Освітні технології навчання в сучасній вищій школі України: деякі питання теорії і практики (педагогічні та соціально-педагогічні аспекти) / А. М. Алексюк // Суспільствознавчі науки та відродження нації : зб. наук. пр. – Луцьк : [б. в.], 1997. – С. 107–111.
2. Бодалев А. А. Психологія личности / Бодалев А. А. – М. : Изд-во МГУ, 1988. – 188 с.
3. Божович Л. И. Воспитание как целенаправленное формирование личности / Л. И. Божович // Вопросы психологии. – 1974. – № 1. – С. 43.
4. Вашенко Г. Виховний ідеал / Вашенко Г. – Полтава: [б. в.], 1992. – 95 с.
5. Гуменюк Н. П. Психологія фізичного виховання і спорту / Н. П. Гуменюк, В. В. Клименко. – К. : Вища шк., 1985. – 311 с.
6. Заброцький М. М. Вікова психологія : навч. посіб. / Заброцький М. М. – К. : МАУП, 1998. – 92 с.

Адреса для листування:
43 024, Луцьк, просп. Молоді, 8а/812.
Тел. 8 (0332) 71-30-05.
E-mail: pantik@lutsk.uar.net

Статтю подано до редколегії
12.01.2010 р.