



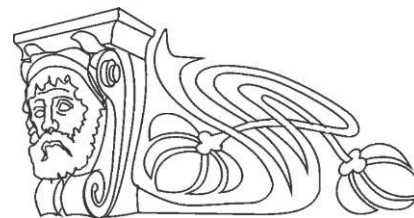
- ⁹ См.: Скрицкая Т. В. Указ. соч. ; Шамарина Е. В. Культурный смысл материнства в западноевропейской и отечественной философской мысли : автореф. ... канд. философ. наук. Барнаул, 2008. 24 с.
- ¹⁰ См.: Бадинтер Э. Мужская сущность / пер. с англ. И. О. Крупичевой, Е. Б. Шевченко. М., 1995. 196 с.
- ¹¹ См.: Кон И. С. Указ. соч. С. 41.
- ¹² См.: Мошкова И. Н. Укрепление семьи - общецерковная задача // В начале пути : сб. материалов. М., 2002. С. 49.
- ¹³ См.: Овчарова Р. В. Указ. соч. С. 41 ; Рамих В. А. Материнство как социокультурный феномен : дис. ... д-ра психол. наук. Ростов н/Д, 1997. С. 124 ; Кон И. С. Указ. соч.
- ¹⁴ См.: Гурко Т. А. Указ. соч. С. 22.
- ¹⁵ См.: Михеева А. Р. Указ. соч. С. 62.
- ¹⁶ См.: Дружинин В. Н. Психологические типы семьи в европейской культуре. М., 1995. С. 52.
- ¹⁷ См.: Белогай К. Н. Культурные модели материнства и отцовства как факторы формирования родительского отношения : материалы Первой науч.-практ. интернет-конференции «Психология и семья». URL: <http://papaland.ru/library/explorers/psychology/69.html> (дата обращения: 30.06.2012).
- ¹⁸ См.: Девярых С. Ю. Особенности представлений о родителстве в юношеском возрасте (анализ гендерных различий) : автореф. ... канд. психол. наук. М., 2006. С. 19.
- ¹⁹ См.: Лопин Р. А. Кризис современной российской семьи как фактор отказа от традиционной системы нравственных ценностей // Семья - культура - образование в изменяющейся России. Саратов, 2009. С. 45-47.
- ²⁰ См.: Овчарова Р. В. Указ. соч. С. 254.
- ²¹ См.: Дружинин В. Н. Психологические типы семьи в европейской культуре. М., 1995. С. 57-61.

УДК 159.9:796

ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ СПОРТА

М. С. Ткачева

Саратовский государственный университет
E-mail: tkachevam@mail.ru



В статье анализируются взгляды отечественных и зарубежных исследователей в области психологии спорта, касающиеся функционирования познавательных психических процессов спортсмена в зависимости от особенностей вида спорта. Подчеркивается единство восприятия, внимания и мышления в деятельности спортсмена.

Ключевые слова: спорт, познавательные психические процессы, восприятие, внимание, мышление.

Peculiarities of Functioning Cognitive Psychic's Processes in Sport's Different Kinds

M. S. Tkacheva

In the article there is analysis of Russian and foreign sports' psychology researchers' points of view about functioning of cognitive psychic's processes in dependence from features of sport's kind. The unity of perception, attention and thinking in athlete's activity is accented.

Key words: sport, cognitive psychic's processes, perception, attention, thinking.

Данная статья посвящена анализу познавательных психических процессов в спорте через призму теории помеховлияний. Психологическая теория спортивной деятельности как единства двух противоположных начал - помеховлияния и помехоустойчивости - разрабатывается сара-

товскими психологами с 1975 г. (В. И. Страхов, А. В. Милехин, М. С. Ткачева и др.). Существенное место в ней занимает рассмотрение внимания спортсмена к помеховлияниям различного происхождения (от действий соперников, партнеров по команде и тренера, зрителей, внешних условий соревнований, самого спортсмена), разной продолжительности и силы действия. Кроме того, внимание квалифицируется основателем данной теории спортивно-соревновательной деятельности В. И. Страховым как психологическая основа помехоустойчивости: центральным звеном последней является антиципирующая направленность внимания, способствующая предвидению возникновения помеховлияния, быстрый анализ его вероятных последствий и оперативность принятия решения о способах преодоления его негативного действия¹. Данные умения складываются у спортсмена, в первую очередь, на основе анализа разнообразных соревновательных ситуаций, в том числе собственного опыта, что предполагает необходимость развития у него и возвратной формы интеллектуального внимания. Таким образом, высокий уровень сформированности интеллектуального внимания является одним из профессионально важных качеств спортсмена.

Исследования познавательных процессов в спортивной деятельности проводили как отечественные, так и зарубежные ученые, в результате создана единая картина функционирования у спортсменов важнейших психических процессов - восприятия, внимания и мышления.

Видный отечественный исследователь в области психологии спорта А. В. Родионов пишет: «Из всех видов восприятия в спорте особенно важно восприятие пространственно-временных отношений, без чего немислимы любой анализ движения, и сложные специализированные мышечно-двигательные восприятия. К ним относят "чувство мяча" <...>, "чувство дистанции" у боксера и фехтовальщика, "чувство ковра" у борца, "чувство железа" (т.е. клинка) у фехтовальщика»². Восприятие спортсменом пространственных и временных показателей своих и чужих соревновательных действий, помимо его индивидуальных психологических особенностей, важно для достижения результата в определенном виде спорта. К примеру, в циклических дисциплинах (бег, лыжные гонки, велосипедный спорт, гребля и т.п.) взаимосвязь между темпоральными характеристиками выполнения спортивных действий и занимаемым итоговым местом абсолютно однозначна, а расположение соперников относительно друг друга является, скорее, вторичным показателем. Представители этих спортивных специализаций отличаются развитым умением дифференцировать интервалы времени различной продолжительности.

В других видах спорта временные показатели имеют не столь первостепенное значение, но эти виды (командные игры, единоборства, «эстетические» дисциплины) характеризуются гораздо большим разнообразием возникающих во время соревнования ситуаций, что определяет восприятие спортсменом движений скорее через пространственные характеристики - расстояние, взаимное расположение объектов, - влияющие на время, которое необходимо затратить на выполнение определенного действия. Таким образом, перед нами встает вопрос о пропорциях представленности в восприятии спортсменов пространственных и временных характеристик спортивных действий в зависимости от специфики вида спорта.

Наличие упомянутых выше специализированных чувств А. В. Родионов увязывает с реакцией спортсмена на определенные ситуации и особенное внимание уделяет сложным реакциям, при которых «в одном случае спортсмен должен знать о возможности появления нескольких стимулов (вместе или порознь), и на любой из них у него имеется способ реагирования определенным действием <...> В другом случае на один или несколько стимулов, называемых положительными, должна быть реакция

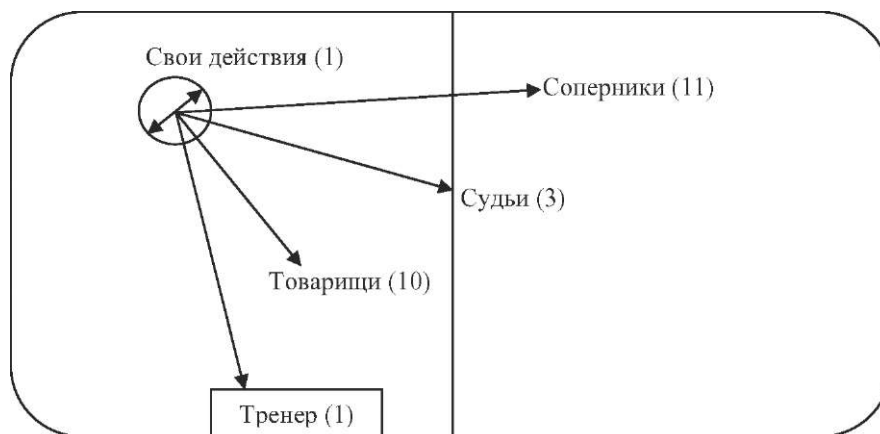
действием, а на другой или другие, называемые тормозными или отрицательными, реакции быть не должно»³. В качестве одной из важных сторон этого процесса выделяется необходимость не реагировать на ложные действия противника, хотя это «отсутствие реакции» весьма относительно: «даже в абсолютно статичном положении не прекращается реакция умственных процессов. Теоретически можно считать, что почти на любое ложное движение противника спортсмен реагирует, хотя старается и не показать этого. Но в большинстве случаев он стремится как можно меньше обращать внимание на финты, т.е. относит их к классу тех явлений, которые в инженерной психологии называют "шумами"»⁴. По сути, здесь идет речь о таком механизме восприятия, как выделение фигуры (истинного атакующего маневра соперника) и фона (ложных движений). Более того, мы полагаем, что подобную схему можно «наложить» и на проявления других помеховлияний (по В. И. Страхову). Например, присутствие и поведение зрителей на соревнованиях по-разному влияет на состояние и успешность выступлений каждого спортсмена, и целенаправленная выработка устойчивости к действию таких помех будет иметь следующий результат: спортсмен специально избирательно фиксирует в своем внимании те факты поведения зрителей, о позитивном влиянии которых на себя он знает по собственному опыту, а «шумами», «фоном» для него станет то, что в принципе, если обращать на это внимание, оказывается помеховлиянием. Еще более действенным такой подход, с нашей точки зрения, станет в случае с восприятием спортсменом поведения по отношению к нему тренера и товарищей по команде, поскольку оно существенно влияет на эффективность его деятельности, но во многих случаях бывает обусловлено не ею, а другими, подчас не имеющими отношения к тренировочной и соревновательной деятельности причинами.

Кроме общих закономерностей, в психолого-спортивной литературе широко представлен анализ различия свойств внимания в разных видах спорта. В частности, к его устойчивости, как пишет А.В. Родионов, в большинстве спортивных игр предъявляются не очень высокие требования, но «в боксе, борьбе <...> фехтовании время, в течение которого спортсмену практически нельзя ни на мгновение переключать внимание на другие объекты, достаточно велико. В этих видах спорта часто даже применяются специально отвлекающие тактические маневры, чтобы как-то воздействовать на устойчивость внимания противника»⁵. Таким образом, наибольшие требования к концентрации и устойчивости внимания предъявляют виды спорта, относящиеся к единоборствам: объект внимания в них фактически один - соперник и его движения.



Также А. В. Родионов выделяет виды спорта, в которых повышенные требования предъявляются к распределению внимания, причисляя к ним спортивные игры, причем не только командные, но и теннис. И действительно, в одиночном теннисном матче игрок должен одновременно удерживать в поле внимания минимум четыре объекта: передвижения соперника, полет мяча, собственную ракетку и границу площадки. В

командных же играх количество таких объектов возрастает многократно: к ним относятся собственные действия, действия товарищей по команде, соперников, судей, тренера. Например, для футболиста количество объектов, на каждом из которых он во время матча должен в различной степени сосредоточивать свое внимание и одновременно переключать его между ними, равняется, по меньшей мере, двадцати шести (рисунок).



Распределение внимания футболиста: в скобках – количество объектов

Такое разнообразие требований к свойствам внимания в различных видах спорта приводит к необходимости специальных мер по развитию этих свойств в рамках тренировочной деятельности. Применительно к одному из видов спорта - спортивной гимнастике - В. И. Страховым (1964) проведено исследование воспитывающего влияния тренера на внимание школьников-гимнастов. Он пишет: «Одним из основных психологических условий развития внимания школьников-гимнастов является их активная мыслительная деятельность < . > С целью побуждения активности учащихся в процессе спортивных занятий преподаватель обращается к гимнастам с предложением дать оценку только что выполненного упражнения»⁶. Описываемые вопросы-задания тренера гимнастам касаются как общей оценки выполненного упражнения («Правильно ли Н. выполнила задание?», «Понравилось ли вам новое упражнение?»), так и внимания к отдельным сторонам («Кто скажет, какие ошибки допустила Н.?») или элементам («А голову как надо держать?», «А руки?»). Таким образом, тренерские задания различны по глубине анализа упражнения и способствуют развитию различных видов и форм внимания.

Среди форм В. И. Страхов особо выделяет «специфическое проявление сосредоточения с установкой на познание», обозначаемое им термином «интеллектуальное внимание», развитие которого он считает одной из основных педагогических задач:

«Сосредоточение с установкой на познание, воспитанное до уровня стойкой привычки, значительно повысит эффективность тренировки. Первоначально интеллектуальное внимание стимулируется преподавателем, впоследствии же учащиеся начинают анализировать упражнения по собственной инициативе, обосновывая правильное их выполнение»⁷. Вначале такое внимание связано с анализом элементарных показателей качества выполнения задания, по мере же спортивного совершенствования учащиеся овладевают целенаправленным регулированием интеллектуального внимания: возрастает не только сложность анализа, но и его объем - все более пространному обсуждению подвергаются сложные для непосредственного восприятия частные показатели упражнений, такие как ритм, плавность и др.

Американский исследователь Р. М. Найдиффер приводит свою классификацию типов внимания в спортивной деятельности, основанную на двух критериях: объеме внимания (широком или узком) и его направленности (внешней или внутренней). Соответственно им выделяются четыре типа внимания, проявляющихся у спортсмена в различные моменты:

1) широкое с внутренней сосредоточенностью: под его контролем находится в основном внутренний мир атлета - ощущения, чувства, мысли; преобладание такого типа внимания, по мнению учёного, неблагоприятно, так как нарушается контроль над внешними объектами;

2) широкое с внешней сосредоточенностью: тип, благоприятный для спортсменов, которым необходимо принимать быстрые решения с учетом целого ряда внешних факторов, в первую очередь, представителей командных спортивных игр;

3) узкое с внешней сосредоточенностью: незаменимо в тех случаях, когда нужно реагировать всего на несколько объектов или движений, но принимать решения очень быстро, - во всех видах единоборств, в индивидуальных играх, особенно в теннисе;

4) узкое с внутренней сосредоточенностью: имеет большое значение в видах спорта циклического характера с преимущественным проявлением выносливости, где важно уметь точно оценивать свое физическое состояние и в соответствии с ним регулировать темп прохождения дистанции, - стайерский бег, лыжные гонки, биатлон.

У каждого из перечисленных типов внимания автор обнаруживает достоинства и недостатки для определенных спортивных специализаций и высказывает предположение, что у спортсмена высокого класса специфика его спортивной деятельности будет накладывать существенный отпечаток на развитие именно тех особенностей внимания, которые необходимы для достижения успеха в избранном виде спорта⁸. Однако в данной классификации остается неясным, относится ли экипировка спортсмена к объектам внешнего или внутреннего сосредоточения. Говоря о внутренней сосредоточенности, Р. М. Найдиффер в первом случае указывает на мысли и чувства спортсмена, во втором - на его физическое состояние, но ни разу не упоминает о качестве инвентаря, хотя данное обстоятельство оказывает существенное влияние как на моторную, так и на эмоциональную сферу спортсмена, в том числе и в указанных автором «видах спорта циклического характера с преимущественным проявлением выносливости». Приведем в качестве примера лыжные гонки: физическое состояние спортсмена во время преодоления дистанции не в последнюю очередь зависит от того, правильно ли подобрана лыжная мазь и, соответственно, сколько сил он затрачивает на каждый шаг, может ли в полной мере реализовать свою техническую подготовленность. В свою очередь, оценка спортсменом своих возможностей напрямую влияет на его психическое состояние - «мысли и чувства» по Р. М. Найдифферу. С другой стороны, среди приведенных им примеров видов спорта, где требуется в основном внешняя сосредоточенность, также присутствуют дисциплины, в которых качество экипировки играет не последнюю роль: хоккей, бейсбол, фехтование, теннис и другие. Поэтому вопрос о том, к какой из двух сфер внимания отнести инвентарь спортсмена, требует дополнительного изучения.

Мышление спортсмена изучалось в различных проявлениях. А. В. Родионов, рассуждая об

особенностях его разных видов в спорте, разводит и даже в какой-то мере противопоставляет мышление творческое и оперативное. Он пишет: «Творческое мышление в спорте проявляется тогда, когда спортсмен обдумывает тактику предстоящего поединка, создает новые тактические приемы, вырабатывает новую стратегию <...> Но когда спортсмен выходит на <...> площадку, творческое мышление уступает ведущую роль оперативному. Непосредственно в единоборстве спортсмен не столько творит, созидает новое, сколько решает задачи с использованием всего арсенала ранее разученных тактических приемов < . > Выбор решения из имеющихся "под рукой" вариантов - сфера действия оперативного мышления»⁹. Столь жесткое разведение этих видов несколько обедняет картину мышления спортсмена во время выступления. Элемент творчества должен присутствовать и в выборе используемых приемов, в частности, в ситуациях, считающихся в принципе неподходящими для данного технико-тактического действия. Например, когда футболист, двигаясь с мячом в направлении ворот противника, вследствие борьбы с защитниками оказывается практически в самом углу поля, напрашивающимся вариантом продолжения атаки становится передача мяча партнеру, находящемуся в объективно более удобном для удара по воротам положении: ближе к центру штрафной площади, под менее острым углом к воротам. Но в матчах высокого уровня - высших дивизионах национальных чемпионатов и в международных встречах, где задействованы наиболее техничные футболисты, - можно наблюдать, как в такой ситуации игрок с мячом наносит «крученный» удар по мячу с таким расчетом, чтобы он в полете изменил траекторию и в итоге попал в створ ворот. Также бывают ситуации, когда футболист пытается «закрутить» мяч в ворота непосредственно с углового удара. Обычно такого варианта развития атаки ожидают в последнюю очередь, поскольку для его удачного исполнения необходима весьма серьезная техническая подготовка, и при отсутствии соответствующей установки вратарю команды соперника бывает сложно отразить такой мяч.

Также А. В. Родионов отмечает еще две особенности мышления в спорте: оно в основном наглядно-действенное и его процесс жестко ограничен во времени¹⁰. Говоря о формировании оперативного мышления, исследователь фактически объединяет его с вниманием, что сближает его точку зрения с подходом В. И. Страхова: «Центральным звеном мыслительного процесса в игре является активный выбор, поиск информации. Важно < . > какая именно информация воспринимается. Будет обнаружена та, которая дает верную картину тактической обстановки, выбрать правильный ход опытному спортсмену не так уж трудно < . > Хороший тренер, понимая

это, бездну времени тратит на то, чтобы научить своего подопечного искать нужную информацию в поединке. "Смотри в оба, будь внимателен!" - вот распространенное напутствие перед стартом»¹¹. Это наглядно показывает, что восприятие, внимание и мышление в спорте функционируют в неразрывном единстве, и выделение одного из этих компонентов для изолированного рассмотрения производится, скорее, условно.

Таким образом, одним из главных условий повышения уровня подготовленности и достижения успехов в соревнованиях является сохранение спортсменом интеллектуального сосредоточения в напряженных ситуациях соревновательной борьбы; при этом познавательные психические процессы развиваются и функционируют в единстве, но важно также осознавать закономерности действия каждого из них в отдельности.

Примечания

- ¹ См.: *Страхов В. И.* Спортивная самоидентификация. Саратов, 2008. 160 с.
- ² *Родионов А. В.* Психология спортивного поединка. М., 1968. С. 12.
- ³ Там же. С. 17.
- ⁴ Там же. С. 22.
- ⁵ Там же. С. 37.
- ⁶ *Страхов В. И.* Воспитание внимания школьников-гимнастов. Саратов, 1964. С. 7.
- ⁷ Там же. С. 24.
- ⁸ См.: *Найдиффер Р. М.* Психология соревнующегося спортсмена. М., 1979. С. 39-41.
- ⁹ См.: *Родионов А. В.* Указ. соч. С. 47-48.
- ¹⁰ Там же. С. 48-49.
- ¹¹ Там же. С. 96.

УДК 159.922; 159.9.07

ПРОЕКТИВНАЯ МЕТОДИКА «РИСУНОК УСПЕШНОЙ ЖЕНЩИНЫ И УСПЕШНОГО МУЖЧИНЫ» В ДИАГНОСТИКЕ ГЕНДЕРНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ СУБЪЕКТИВНОГО ОБРАЗА «УСПЕШНОЙ ЛИЧНОСТИ»

О. Г. Лопухова, Э. И. Беглова

Казанский (Приволжский) федеральный университет
E-mail: olopuhova@rambler.ru

В статье представлены результаты валидации проективной методики «Рисунок успешной женщины и успешного мужчины», предназначенной для диагностики тендерных особенностей субъективного образа «успешной личности».

Ключевые слова: образ «успешной личности», тендерные различия, проективная диагностика.

**«The Image of Successful Woman and Successful Man»
Projective Technique with in Diagnosis on Gender
Characteristics of «Successful Person» Subjective Image**

O. G. Lopukhova, E. I. Beglova

The results of validation of «The image of successful woman and successful man» projective technique, which is designed for diagnosis on gender characteristics of «successful person» subjective image, are introduced in the article.

Key words: image of «successful person», gender differences, projective technique.

Субъективный образ «успешной личности» представляет собой устойчивую подструктуру Я-концепции, вариант образа идеального Я. Он включает когнитивный компонент - осознаваемые и декларируемые представления о типичных

особенностях успешного человека, и эмоционально-оценочный - отношение к образу успешной личности, не всегда осознанные ассоциации с ним, как позитивного, так и негативного характера. В современном обществе обостряется интерес к вопросам содержания представлений об успешности личности и отношения к образу успеха, их функциональной роли в адаптации человека к новым стандартам жизни. При этом можно выделить противоречивые тенденции в позициях отечественных и зарубежных исследователей: с одной стороны, указывается, что содержание представлений об успехе, восприятие себя как «успешной» или «неуспешной» личности оказывают регулирующее и направляющее действие в личностном самоопределении, восприятии своей жизненной ситуации¹. С другой стороны, стремление к образу успешности в Я-концепции личности соотносится с феноменами нарциссизма и соответствующего ему перфекционизма, которые рассматриваются как «социокультурная патология» идентичности, приводящая к распространенности в современном обществе различных вариантов «распада самости» и деструктивности². С третьей стороны, в