

ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ВЗАЄМОДІЇ ГРАВЦІВ СТУДЕНТСЬКОЇ БАСКЕТБОЛЬНОЇ КОМАНДИ УРАХОВУЮЧИ ПСИХОЛОГІЧНУ СУМІСНІСТЬ

У статті наведено результати дослідження ефективності взаємодії студентської баскетбольної команди на основі використання моделі психологічної сумісності гравців.

Ключові слова: психологічна сумісність, командна взаємодія, студентський баскетбол.

Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень і публікацій. Успіх практично будь-якої спортивної команди залежить переважно від того, наскільки ефективно взаємодіють між собою гравці.

Коли спостерігається командна невизначеність, прийняття гравцями рішень, які заперечують один одному, коли партнери починають обговорювати в роздягальнях, що не розуміють один одного, задоволені одними і незадоволені іншими, то корінь проблеми лежить в їхній психологічній несумісності [1, 5, 7]. Це завжди призводить до конфліктної ситуації всередині команди і відбивається на результатах її діяльності, а особливо в процесі змагань, коли підкреслюється рівень нестандартності і стресовості [3, 4].

Можна впевнено стверджувати про те, що поразка більшості спортивних команд залежить, передусім, від неефективної взаємодії спортсменів (гравців) [2].

Психологічна сумісність спортсменів дозволяє вирішити проблему підвищення ефективності командної взаємодії. Знання особистісних якостей спортсменів, що визначають сумісність й усунення недоліків, які заважають досягненню гармонії у взаєминах і взаємодії, дозволяє коригувати систему підготовки команди відповідно до моделі психологічної сумісності спортсменів.

Мета дослідження

Емпірично обґрунтувати використання моделі психологічної сумісності гравців для підвищення ефективності командної взаємодії.

Методи дослідження

У дослідженні взяла участь збірна команда університету з баскетболу, яка виступає у студентській баскетбольній лізі України. Опитування спортсменів проводилося за методикою "Система збалансованих індикаторів психологічного клімату спортивної команди" (СЗПК) [5]. Для опрацювання отриманих даних використовувалися методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу дослідження

У результаті проведеного емпіричного дослідження, а також використання математичних розрахунків, було отримано соціометричні показники психологічної сумісності та особистісні якості спортсменів, які є стійкими і можуть змінюватися лише за допомогою цілеспрямованої корекції. Їх потрібно враховувати в педагогічній роботі зі спортсменами, у процесі формування позитивних стосунків, прогнозування можливих проблем у стосунках один з одним [2]. Таким чином, було побудовано модель психологічної сумісності спортсменів в команді.

Для спрощення розуміння та структурування моделі ми розподілили її на три рівні, на основі яких відбувається аналіз психологічної сумісності спортсменів у команді.

Перший рівень – високий рівень психологічної сумісності. Це рівень дружби і комфортності. Він виявляє високий ступінь задоволеності спортсменів один одним, відчуття комфорту, що проявляється в дружніх стосунках. Спортсмени характеризуються високою експансивністю, бажанням на вищому рівні взаємодіяти з партнерами в команді. Вони отримують велику кількість позитивних оцінок від них, що показує їхній високий статус в команді.

Другий рівень – середній рівень психологічної сумісності. Він об'єднує такі характеристики особистості спортсмена: виховання, схожість і відмінності в мотивації діяльності, ставлення до прийняття рішень тощо. Саме в рамках даного рівня концентруються спортсмени, які намагаються завоювати авторитет серед своїх партнерів. Таких спортсменів у команді небагато. Це в основному спортсмени-новачки, які, зрештою, або отримують досить високу оцінку з боку партнерів, або не намагаються взаємодіяти з командою, отримуючи низький статус у команді. Варто зазначити, що до даного рівня входять спортсмени, які мають достатній змагальний досвід, володіють високою технічною, тактичною, фізичною підготовленістю, неординарними здібностями (творчими, інтелектуальними, здоровим почуттям гумору тощо). Однак самі ці люди не виявляють активності у взаємодії з партнерами, маючи обмежене коло друзів.

Третій рівень – низький рівень психологічної сумісності. Це рівень, при якому спортсмени не прагнуть до широких контактів із партнерами в команді і вони відповідають їм тим самим. Це найскладніший рівень психологічної сумісності, перенасичений конфліктними стосунками між спортсменами, які відчувають, як правило, "самотність у команді" і вже не шукають взаєморозуміння, не прагнуть до встановлення дружніх стосунків із партнерами. В них переважають серйозні емоційні перевантаження, пов'язані із соціально-психологічною дезадаптованістю в команді і будь-яка додаткова нестандартність і стресовість навчально-тренувальної та змагальної діяльності можуть привести їх до зривів і неадекватних дій.

Таким чином, психологічна сумісність спортсменів на рівні **I** характеризується:

- переважанням I та III типу сумісності;
- переважанням дружніх стосунків між спортсменами в команді;
- наявністю таких домінуючих факторів психологічної сумісності, як адаптивність, незалежність, дипломатичність, практична спрямованість, суворість;
- відповідними особистісними якостями спортсменів.

Взаємодія спортсменів відбувається:

– за поєднання спортсменів з однаковим статусом та різною експансивністю. Вибираючи друзів, високостатусні гравці команди, до яких належать представники першого типу, орієнтуються також на високостатусних (типи 1 і 3). Дані спортсмени характеризуються взаємною психологічною сумісністю як по "вертикалі", так і "по горизонталі". З одного боку як представники одного статусу здатні до високого рівня взаємопорозуміння, з іншого, як особистості з різним рівнем експансивності, здатні до ієрархічного структурування стосунків;

- за взаємопорозуміння та задоволення партнерів діями один одного;
- за сприйняття точки зору один одного, прагненні бути корисними один одному, взаємному пошуку вирішення проблеми;

– під час допомоги один одному, навіть якщо це не приносить особистої користі;

– під час виникнення симпатії один до одного і комфорту. Якщо спортсмени сумісні на рівні симпатії та комфорту, то це означає, що вони завжди зрозуміють і підтримають один одного;

– за наявності гравців-дипломатів, які можуть брати на себе функцію як домінуючих, так і підлеглих.

Психологічна сумісність спортсменів на рівні **II** характеризується:

- наявністю першого, другого, третього та четвертого типів сумісності;
- переважанням дружніх стосунків між спортсменами, однак значне місце займають також конфліктні та різнопланові стосунки;
- наявністю таких домінуючих факторів психологічної сумісності, як конформна адаптивність, залежність, просоціальна спрямованість, феміність, соціальна комфортність;
- відповідними особистісними якостями спортсменів.

Взаємодія спортсменів відбувається:

– за наявності поряд із дружніми стосунками деяких непорозумінь, конфліктних ситуацій, що призводить до зниження ефективності взаємодії гравців;

– за спрямованості першого типу на ефективну взаємодію, прагнення до її реалізації і суперництва гравців четвертого типу, які бачать у своїх успішних партнерах передусім джерело небезпеки;

– під час намагання другого типу до активної співпраці і за неадекватного відповідного бажання до конкуренції гравців третього типу;

– за наявності безініціативних, неуважних гравців, які залежать від інших через несамостійність, невпевненість, недосвідченість та наївність;

– за різнопланових стосунків, які виникають через бажання "слабких" гравців ухилитися від активної взаємодії із "сильнішими" гравцями, відчуваючи нерівність "вагових категорій" і передбачаючи можливі втрати для себе.

Психологічна сумісність спортсменів на рівні **III** характеризується:

– переважанням четвертого та другого типів, а також незначною наявністю першого та третього типів сумісності;

– переважанням конфліктних стосунків спортсменів першого типу з спортсменами четвертого типу, спортсменів третього типу з спортсменами четвертого типу та спортсменів другого типу з спортсменами того ж четвертого типу;

– наявністю таких домінуючих факторів психологічної сумісності, як дезадаптивність, деструктивність, неадекватність, соціальна нормативність, ригідність;

– відповідними особистісними якостями спортсменів.

Взаємодія спортсменів відбувається:

- за значної кількості конфліктних стосунків;

– у боротьбі, що розгорається між спортсменами рівних за експансивністю типів. Якщо представники високостатусного типу 3 орієнтовані на збереження сформованих соціальних норм і стосунків у команді, то представники четвертого типу намагаються змінити ситуацію "під себе". Оскільки зазначені типи різняться між собою статусами, вони не мають однакових можливостей для впливу на інших гравців команди. Однак, навіть програючи в боротьбі за встановлення "вигідних" соціальних норм, гравці соціально дезадаптивного четвертого типу не здатні прийняти сталий порядок у команді. У цьому напрямі і виникає протидія;

– за відсутності розуміння мотивів поведінки партнера у взаємодії, емпатії у стосунках і, в цілому, під час порушення такої важливої соціальної функції як узгодженість, причому, як по горизонталі, так і по вертикалі;

– за поєднанням тривожності–адаптивності;

– за різної здатності до соціальної та професійної адаптації.

Усі перераховані вище характеристики виступали для нас орієнтирами в підвищенні рівня психологічної сумісності спортсменів, що має бути досягнуто у команді з метою покращення ефективності її взаємодії.

Для покращення командної взаємодії урахувавши психологічну сумісність спортсменів у команді було проведено формуючий експеримент. У ході формуючого експерименту тренерам в тренувальному процесі пропонувалося комплектувати склади атакуючих та захисних зв'язок і ланок за рахунок психологічно сумісних спортсменів. Комплектуючи ігрові ланки нападу та захисту, тренеру було рекомендовано підбирати таких спортсменів, котрі взаємодоповнювали один одного за такими поєднаннями особистісних якостей як "домінантність–конформність", "збудженість–терпимість", "ведучий–ведений" та були схожими за такими особистісними якостями як "проникливість–проникливість", "працездатність–працездатність", "надійність–надійність", а також характеризувалися стосунками дружби та симпатії, що виступало важливою умовою. Так, ігрові ланки було укомплектовано спортсменами, котрі характеризувалися дружніми стосунками за таким поєднаннями особистісних якостей.

Перша трійка спортсменів комплектувалася наступним чином:

– правий нападаючий (гравець 3 номеру) – характеризувався перевагою працездатності, гнучкості;

– центровий (гравець 5 номеру) – працездатності, доміантності, надійності;

– лівий нападаючий (гравець 4 номеру) – працездатності, підлеглості, надійності.

Друга трійка спортсменів комплектувалася наступним чином:

– центровий (гравець 5 номеру) – характеризувався перевагою практичності, мужності, хитрості;

– захисник (гравець 2 номеру) – наївності, добросовісності, вольових якостей;

– захисник (гравець 1 номеру) – практичності, доміантності, комунікативності.

Третя трійка спортсменів комплектувалася з урахуванням наступного:

– центровий (гравець 5 номеру) – характеризувався перевагою добросовісності, надійності, товариськості;

– правий нападаючий (гравець 3 номеру) – спрямованості на командну думку, обережності, раціональності;

– захисник (гравець 1 номеру) – лідерства, працездатності, терпимості.

Четверту трійку було укомплектовано спортсменами за наведеними ігровими амплуа і вони характеризувалися стосунками симпатії з наступним поєднанням особистісних якостей:

– захисник (гравець 2 номеру) – закритість, обережність, м'якість;

– лівий нападаючий (гравець 4 номеру) – товариськість, мужність, суворість;

– правий нападаючий (гравець 3 номеру) – надійність, добросовісність, гнучкість.

Для перевірки ефективності взаємодії команди, після внесення рекомендацій у роботу зі спортсменами та процес їх підготовки, було проведено повторний аналіз змагальної діяльності.

Встановлено, що спортсмени в команді діяли більш впевнено, злагоджено як в захисті, так і в нападі. Тому відсоток браку техніко-тактичних показників, таких як передачі вперед, назад, поперек, довгі передачі, ведення, обведення, відбирання, перехоплення, кидки в кільце, знизився ($p < 0,05$) (табл. 1).

Таблиця 1

Зміни техніко-тактичних дій після запропонованих коректив у збірній команді університету з баскетболу (у %)

Техніко-тактичні дії		Досліджувана команда	
		\bar{x}	S
Передача вперед	до	25	0,56
	після	19	0,45
	p	< 0,05	

Передача назад	до	19	0,63
	після	18	0,75
	<i>p</i>	> 0,05	
Передача поперек	до	20	0,31
	після	19	0,45
	<i>p</i>	> 0,05	
Передача довга	до	31	0,81
	після	23,5	0,47
	<i>p</i>	< 0,05	
Ведення	до	21	0,52
	після	20	0,71
	<i>p</i>	> 0,05	
Обведення	до	26	0,48
	після	20,8	1,56
	<i>p</i>	< 0,05	
Відбирання	до	19	0,89
	після	17,3	0,25
	<i>p</i>	< 0,05	
Перехоплення	до	23	0,57
	після	18,5	0,34
	<i>p</i>	< 0,05	
Кидки в кільце	до	25	1,06
	після	20	0,51
	<i>p</i>	< 0,05	

Так, в команді відсоток браку змінився: передачі вперед – від 25 % до 19 %, назад – від 19 % до 18 %, в поперек майданчика – від 20 % до 19 %, довгі передачі – від 31 % до 23,5 %, ведення – від 21 % до 20 %, обведення – від 26 % до 20,8 %, відбирання – від 19 % до 17,5 %, перехоплення – від 23 % до 18,5 %, кидки в кільце – від 25 % до 20 %.

Поряд із зниженням відсотка браку техніко-тактичних дій, спостерігаються зміни і в ефективності атакуючих та захисних дій представленої команди. Показники ЕАД і ЕЗД після змін наведено в таблиці 2.

Таблиця 2

Оцінка зміщень показників ефективності атакуючих і захисних дій після запропонованих коректив

Команда	ЕАД (%)				t	p	ЕЗД (%)				t	p
	до		після				до		після			
	\bar{x}	S	\bar{x}	S			\bar{x}	S	\bar{x}	S		
Збірна команда університету з баскетболу	57	0,32	61	0,85	6,38	< 0,05*	67	0,33	64	0,65	-3,24	> 0,05

Примітка. * – вірогідне розходження при $p < 0,05$

Як видно із таблиці 2, ріст ефективності дій в атаці і захисті збільшився ($p < 0,05$). Так, відсоток ефективності атакуючих дій досліджуваної команди зріс від 57 % до 61 % і вважається "відмінним", а відсоток ефективності захисних дій знизився з 67 % до 64 % ($p > 0,05$), проте, характеризує командні дії в захисті як "відмінні" (відмінно 50 % і вище).

Висновок і перспективи подальших досліджень

Таким чином, зниження браку за більшістю техніко-тактичних дій та підвищення ефективності атакуючих і захисних дій у команді, що досліджувалася, засвідчують про необхідність врахування психологічної сумісності спортсменів, у результаті чого тренер отримує інформацію про задоволеність гравців один одним про те, які особистісні якості гравців потрібно брати до уваги для сприятливого протікання стосунків, для уникнення нищівних конфліктних ситуацій, що, у кінцевому результаті, робить процес підготовки команди більш детальнішим, а виступи на змаганнях більш плідними, узгодженими, злагодженими.

Использованные источники

1. Бузник А. И. Психология взаимодействия в системе "тренер-спортсмен" / А. И. Бузник, Н. Ю. Волянюк, Н. Н. Дорошенко. – К. : ГНИИФКС, 2003. – 60 с.
2. Воробьев М. И. Роль личностных качеств в прогнозировании психологической совместимости спортсменов в командах / М. И. Воробьев, С. С. Брынзак // Спортивный психолог. – 2009. – № 2 (17). – С. 19–23.
3. Ложкин Г. В. Интерперсональные конфликты в спортивной команде / Г. В. Ложкин // Человек в мире спорта: новые идеи, технологии, перспективы. – М. : РГАФК, 2000. – С. 379–381.
4. Ложкин Г. В. Инновационный метод оценки взаимоотношений в спортивной команде / Г. В. Ложкин, Н. Ю. Волянюк, С. С. Брынзак // Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти : зб. наук. праць. – Рівне, 2007. – Вип. 38. – С. 9–12.
5. Ложкін Г.В., Воробйов М.І., Бринзак С.С. "Система збалансованих індикаторів психологічного клімату спортивної команди" : навч.-метод. посіб. для студентів інститутів та факультетів фізичного виховання та спорту / Г.В. Ложкін, М.І. Воробйов, С.С. Бринзак. – Вінниця: ВДПУ імені М. Коцюбинського, 2007. – 171 с.
6. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / Рубинштейн С. Л. – СПб. : Питер, 2007. – 713 с.
7. Burton D. Sport psychology for coaches / D. Burton, T. D. Raedeke. – Champaign : Human kinetics, 2009. – 292 p.

Brynzak S.S., Krasnov V.P.

**IMPROVING THE EFFICIENCY OF INTERACTION BETWEEN STUDENTS'
BASKETBALL TEAM PLAYERS GIVEN
THE PSYCHOLOGICAL COMPATIBILITY**

In article results of empirical research of command interaction in basketball team, using model of psychological compatibility of athletes.

Key words: *psychological compatibility, command interaction, student's basketball.*

Стаття надійшла до редакції 12.09.2013 р.

