

Сергеева А.А. Особенности самореализации личности в спортивной деятельности // *Психологический журнал* Международного университета природы, общества и человека «Дубна». – 2011. – № 1. <http://www.psyanima.ru>.

Особенности самореализации личности в спортивной деятельности

А. А. Сергеева

Целью статьи является определение роли спортивной деятельности в развитии и самореализации личности, а также определение характера взаимосвязи самореализации с мотивацией и ценностными ориентациями спортсменов. Исходя из поставленных задач, в работе рассмотрены психологические теории самореализации, дается характеристика спорта как вида деятельности, рассматриваются подходы к изучению спортивной мотивации. Проведено эмпирическое исследование со спортсменами разного уровня мастерства (N = 28) и сделаны выводы относительно взаимосвязи самореализации с мотивацией спортивной деятельности, самооценкой и ценностными ориентациями спортсменов.

Ключевые слова: самореализация, мотивация спортивной деятельности, потребность в достижении, квалификация спортсмена, ценностные ориентации.

В современном мире человек все больше внимания уделяет своему развитию, поэтому вопрос самореализации личности занимает одну из ведущих позиций по своей актуальности. В основе самореализации лежат индивидуальные особенности и способности человека, его знания и умения, моральные и физические качества, а также направленность личности. Источником самореализации является противоречие между возможностями, включая способности человека, и тем, насколько он может реализовать их в своей деятельности.

Истоки представлений о самореализации личности в отечественных психологических теориях можно усмотреть, начиная с введения в обращение понятия «личность» и изучения движущих сил ее развития. Существующие подходы к проблеме развития личности достаточно разнообразны и зависят от научной школы и концепции, в рамках которой эти явления изучаются. В отечественной психологии чаще используется понятие «формирование личности», что характеризует этот подход как ориентированный на изначальную взаимосвязь психического развития и развития личности.

Одним из первых в отечественной психологии проблему уровня развития личности затрагивает в своих работах В.Н. Мясищев [3]. Он выделяет группу параметров личности, которые характеризуют психический уровень человека, или уровень его развития. Этот уровень включает в себя два других: уровень желаний человека и уровень его достижений. Определить психический уровень человека – «значит ответить на вопросы: чего достиг человек, каковы его возможности, какой след он оставил в жизни общества, иначе говоря, каково историческое значение личности. Богатство личности определяется богатством ее опыта и, выражая уровень ее развития, неразрывно связано с ее сознательностью и ее самосознанием, под которым подразумевается способность личности правильно отражать действительность в ее настоящем и прошлом, а также предвидеть будущее, правильно оценивать себя самого и свое место в действительности» [3, с. 50].

Не менее глубоко и подробно о личностном развитии говорит П.М. Якобсон, который вводит понятие личностной зрелости и выделяет психологические компоненты и критерии становления зрелой личности [5].

Наиболее близкими к понятию «самореализация» являются понятия «самоактуализация» и «самоосуществление». Понятие «самоактуализация», как правило, описывается в психологической литературе со ссылкой на работы А. Маслоу [2]. Он отмечает, что человек обладает врожденными потребностями, способностями. Некоторые из

них индивидуально уникальны. Здоровое, нормальное и желательное развитие заключается в актуализации этой природы, в реализации этих возможностей. Внутренняя природа, на его взгляд, «слаба, хрупка, тонка, легко одолевается привычкой, давлением культуры, неправильным к ней отношением. Но она вряд ли исчезает у здорового человека — а быть может, и у больного. Даже отвергаясь, она продолжает подпольное существование, вечно стремясь к актуализации» [2, с. 4].

В зарубежных психологических и философских словарях термин «самоосуществление» (self-fulfillment) чаще трактуется как свершившийся, конечный результат самореализации, полная реализация возможностей личности. Концепция самореализации, как и близкие ей концепции самоактуализации тесно связаны с развитием гуманистической психологии на Западе во 2-й половине XX столетия, прежде всего в трудах таких зарубежных психологов гуманистического направления, как К. Роджерс, Э. Фромм, А. Маслоу и т.д. Представления о самореализации личности в зарубежных психологических теориях в большей степени носят описательный (феноменологический) характер и базируются на гуманистическом подходе. Следует отметить, что они опираются на философские представления о самореализации и не обозначают собственно психологическую сущность представлений о самореализации, характерных для уровня современной психологической науки. В них отсутствуют психологические категориальные построения, так как не ставилась задача создания теоретико-методологических разработок. Всем им свойственно понимание самореализации (самоактуализации) как врожденного свойства человека.

Реализовать себя человек может в разных областях, в науке, в профессиональной деятельности, в творчестве, в спорте. Спорт – это особая деятельность, свойственная только человеку. Е.П. Ильин дает следующее определение спорта: «Спорт – это специфический вид человеческой деятельности и в то же время – социальное явление, способствующее поднятию престижа не только отдельных личностей, но и целых общностей, в том числе и государства» [1, с. 17]. Важной особенностью, которая отличает спортивную деятельность от любой другой является то, что в ней нет четкой границы субъективного и объективного. Сам спортсмен является и объектом, и субъектом, потому что в процессе деятельности он совершенствует сам себя, узнает различные аспекты функционирования своего организма, его возможности и перспективы развития. Спортсмен развивает свои умения быстро и точно двигаться, рассчитывает свою силу и выносливость. Получается, что сам спортсмен является объектом и средством достижения цели.

Спортивная деятельность связана с максимальным выявлением физических и духовных сил, специальных умений и навыков, развитием моторных способностей, постоянным поддержанием их на высоком уровне, а также с резко выраженным сознательным характером, что объясняется чувством большой ответственности и стремлением достигнуть наиболее эффективного результата. В условиях высокой конкуренции спортивная деятельность имеет четкие критерии оценки результатов и обладает сильнейшей мотивацией. Соревнование – особая часть спортивной деятельности, в соревнованиях спортсмен вступает в борьбу не только с соперником, но и с самим собой, преодолевает себя, открывает новые возможности для саморазвития.

Мотивация, побуждающая человека заниматься спортом, занимает особое место в психологическом обеспечении спортивной деятельности. Блок мотивации образуют потребности, мотивы и цели спортивной деятельности. Потребность, или ощущение человеком нужды в чем-либо, означает нарушение равновесия с окружающей средой. Психологически это всегда связано с возникновением внутреннего напряжения, более или менее выраженного дискомфорта, от которого можно избавиться, лишь удовлетворив соответствующую нужду. Именно поэтому любая потребность пробуждает так называемую поисковую активность, направленную на поиск способа ее удовлетворения. Любая

потребность может быть удовлетворена разными способами. Человек может выбрать любой способ из тех, которые он знает, но реально сфера его выбора ограничена конкретными условиями жизни. Иногда сами жизненные обстоятельства подталкивают к выбору определенного пути, тогда выбор происходит как бы сам собой, без ясного осознания процесса. Часто именно так, спонтанно, происходит выбор спортивной деятельности как способа удовлетворения сначала, может быть, только одной, а затем – целого комплекса потребностей. Мотивация спортивной деятельности определяется как внутренними, так и внешними факторами, меняющими свое значение на протяжении спортивной карьеры.

Р.А. Пилюян определяет мотивацию спортивной деятельности как «особое состояние личности спортсмена, служащее основой для постановки и осуществления целей, направленных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата» [4, с. 13]. Мотивация влияет на характер всех процессов спортивной деятельности (реакция на нагрузку, восстановление, усвоение нового, воля и многое другое). Важной особенностью спортивной мотивации является ее прямое влияние на соревновательный результат.

Недостаточная разработка проблемы мотивации спортивной деятельности, отсутствие единства и четкости в определении сущности этого явления наложили отпечаток и на методологические подходы исследования мотивов. Многие авторы пытались упорядочить разнообразные мотивы занятий спортом, классифицировать их на основе разных критериев, но единой классификации до сих пор нет.

Опираясь на существующие в литературе представления о самореализации, мотивации и некоторые факты, мы выдвинули и эмпирически проверяли следующие **гипотезы**:

1. уровень самореализации и потребность в достижении и будет выше у спортсменов высокой квалификации, чем у спортсменов – любителей;
2. группы мастеров спорта (МС), кандидатов в мастера спорта (КМС) и спортсменов – любителей будут различаться ведущими мотивами спортивной деятельности;
3. группы мастеров спорта (МС), кандидатов в мастера спорта (КМС) и спортсменов – любителей будут различаться ценностными ориентациями.

Метод

Участники

В исследовании принимали участие юноши и девушки от 20 до 30 лет, занимающиеся спортом. Выбор данного возрастного периода обусловлен тем, что на него чаще всего приходится пик спортивной карьеры и максимальные достижения спортсменов. Мы поделили участников исследования на три группы в зависимости от их степени успешности в спортивной деятельности: мастера спорта (МС), кандидаты в мастера спорта (КМС) и спортсмены-любители. В исследовании приняли участие 28 человек (22 юноши и 6 девушек), из которых 8 МС, 10 КМС и 10 спортсменов – любителей. Мы выбрали спортсменов из разных видов спорта, для того чтобы результаты исследования были более репрезентативны.

Используемые методики:

- 1) тест Рокича «Ценностные ориентации»;
- 2) методика изучения мотивов спортивной деятельности В.И. Тропникова;
- 3) методика определения потребности в достижении Ю.М. Орлова;
- 4) интервью со спортсменами и тренерами.

Процедура

Исследование проводилось индивидуально с каждым участником, методики предоставлялись в указанном порядке. Для каждой методики были предоставлены

индивидуальные бланки ответов, интервью записывалось на диктофон. Объективный уровень самореализации определялся при помощи экспертной оценки спортивных достижений. Для этого проводилось интервью с тренером и/или коллегами спортсмена, в котором оценивался уровень достижений спортсмена. Тренера и/или коллег мы также просили оценить уровень достижений спортсмена по 100-балльной шкале. Субъективный уровень самореализации – оценка самим спортсменом своих достижений и успехов в области спорта по той же 100-балльной шкале.

В среднем, проведение опросов со спортсменами длилось 1 – 1,5 часа.

Результаты и их обсуждение

Корреляция между субъективными и объективными оценками самореализации спортсменов в целом по всей выборке является высокосignificantной и положительной: $r = 0,816$ ($N = 28$, $p < 0,001$). Средние групповые значения субъективных и объективных оценок представлены на рис. 1.

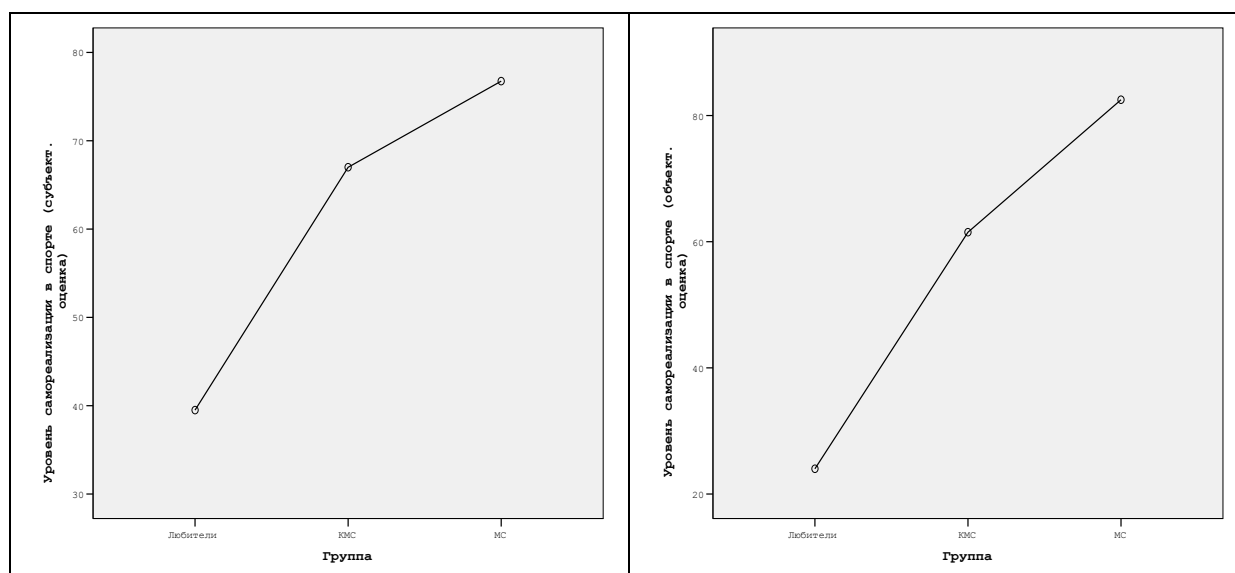


Рис. 1. Средние значения двух типов оценок самореализации в спорте в трех группах: слева – субъективные оценки, справа – объективные оценки

Для проверки различий между среднегрупповыми значениями оценок самореализации (субъективных и объективных) проведены однофакторные дисперсионные анализы с группой в качестве межгруппового фактора. В обоих случаях этот фактор был значимым (см. табл. 1).

Таблица 1.

**Результаты однофакторных дисперсионных анализов
влияния фактора группа на субъективные и объективные оценки
самореализации в спорте**

		Сумма квадратов	Ст. св.	Средний квадрат	F	Знч.
Субъективная оценка	Между группами	6936.964	2	3468.482	13.690	.000
	Внутри групп	6334.000	25	253.360		
	Итого	13270.964	27			
Объективная оценка	Между группами	16060.179	2	8030.089	71.890	.000
	Внутри групп	2792.500	25	111.700		
	Итого	18852.679	27			

Дополнительная проверка попарных различий (с помощью критерия наименьшей значимой разности, LSD) выявила следующие значимые различия: самооценки (субъективные оценки самореализации) в группах КМС и МС существенно выше, чем у любителей (в обоих случаях уровни значимости $p < 0,001$), но группы КМС и МС друг от друга значимо не отличаются. По объективной оценке все группы значимо отличаются друг от друга (для всех трех пар различий уровни значимости $p < 0,001$). Эти результаты в целом согласуются с гипотезой о том, что уровень самореализации у спортсменов высокой квалификации (мастеров и кандидатов в мастера) должен быть выше, чем у любителей. Более того, по объективным оценкам самореализации мы получили, что этот показатель у мастеров спорта выше, чем у кандидатов в мастера спорта.

Подводя итоги по этой методике, мы можем сказать, что оценка самореализации спортсмена вполне закономерно повышается вместе с уровнем мастерства: самая низкая у спортсменов – любителей, средняя в группе КМС и самая высокая у МС. При этом можно отметить такую особенность – если у МС и КМС оценка своей реализации основывается скорее на достижениях и успехах, то у спортсменов – любителей больше на удовлетворенности своим положением в спорте. Тренерская оценка учитывает не только достижения спортсмена и его положение в спорте, но и потенциал дальнейшего развития.

Полученные индивидуальные оценки уровня потребности в достижении (методика Ю.М. Орлова) были подвергнуты однофакторному дисперсионному анализу, который обнаружил значимость фактора группа ($F = 4,426$, $p < 0,05$). На рис. 2 можно видеть средние значения уровня потребности в достижении у трех групп спортсменов. Очевидно, что между любителями и кандидатами в мастера спорта различий в уровне этой потребности нет, но он значительно выше у мастеров спорта, что и подтвердил апостериорный тест (критерий наименьшей значимой разности, LSD, $p < 0,05$). В данном случае наши ожидания подтвердились лишь частично.

Существует ли связь между самореализацией и потребностью в достижении? На этот вопрос можно дать положительный ответ, так как коэффициенты корреляции (Пирсона) между потребностью в достижении и субъективными и объективными оценками самореализации были значимыми: $r = 0,383$ и $r = 0,455$ ($N=28$, $p < 0,05$), соответственно. Это означает, что данная потребность играет немалую роль в развитии спортивной карьеры.

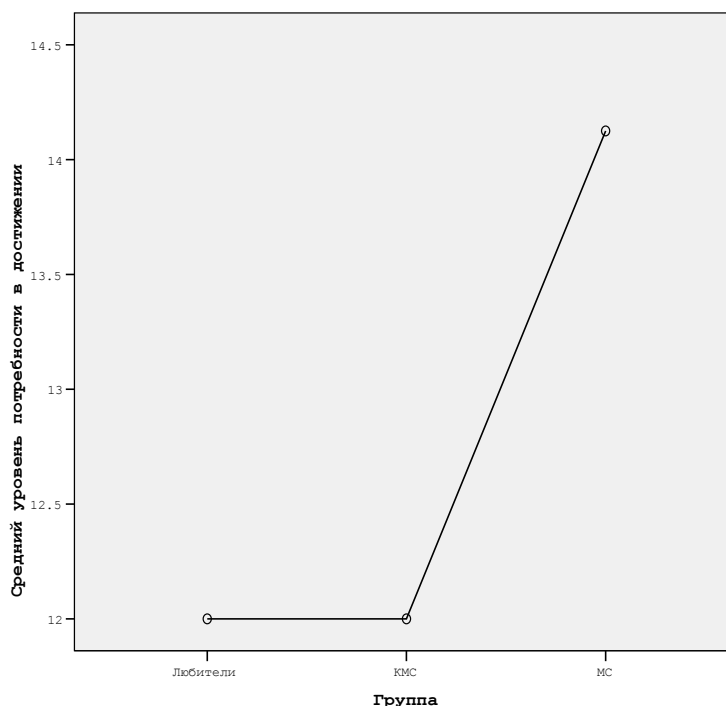


Рис. 2. Средние уровни потребности в достижении у трех групп спортсменов

Рассмотрим результаты, касающиеся степени выраженности разных мотивов спортивной деятельности. На рис. 3 представлены мотивационные профили спортсменов трех исследованных групп. Эти профили, как показывает рис. 3, имеют значительное сходство между собой; в то же время нетрудно заметить и некоторые достаточно сильные различия, например, по мотивам «престиж» и «коллективистическая направленность». Оценивая сходство между профилями с помощью коэффициентов корреляции Спирмена, можно сделать вывод о том, что наиболее похожи друг на друга профили МС и КМС ($r = 0,81$, $p < 0,01$), далее следует сходство профилей КМС и любителей ($r = 0,67$, $p < 0,05$) и наименее похожи профили МС и любителей.

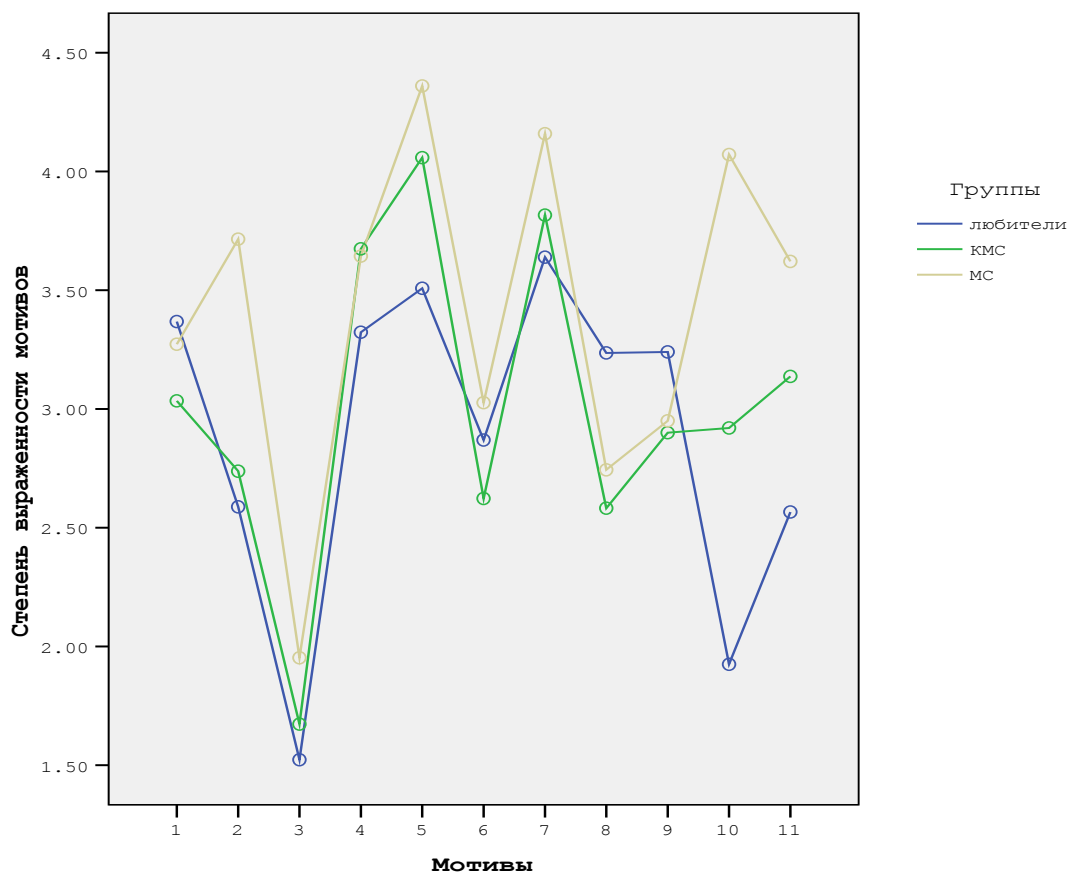


Рис. 3. Мотивационные профили в трех группах спортсменов:

1 – общение, 2 – познание, 3 – материальные блага, 4 – развитие характера и психических качеств, 5 - физическое совершенство, 6 – улучшение самочувствия и здоровья, 7 – эстетическое удовольствие и острые ощущения, 8 – приобретение полезных для жизни умений и знаний и навыков, 9 – потребность в одобрении, 10 – повышение престижа, желание славы, 11 – коллективистическая направленность

С помощью дисперсионного анализа были выявлены мотивы, выраженность которых зависит от фактора «группа» (см. табл. 2). Такими мотивами являются «познание» ($p < 0,05$), «физическое совершенство» ($p < 0,05$), «повышение престижа, желание славы» ($p < 0,001$).

Таблица 2.

**Результаты однофакторных дисперсионных анализов
влияния фактора группа на выраженность мотивов занятий спортом**

		Сумма квадратов	Ст. св.	Средний квадрат	F	Знч.
Общение	Между группами	.587	2	.293	.823	.450
	Внутри групп	8.911	25	.356		
	Итого	9.498	27			
Познание	Между группами	6.437	2	3.218	4.709	.018
	Внутри групп	17.085	25	.683		
	Итого	23.521	27			
Материальные блага	Между группами	.831	2	.415	1.284	.295
	Внутри групп	8.087	25	.323		
	Итого	8.918	27			
Развитие характера и психических качеств	Между группами	.737	2	.368	.522	.600
	Внутри групп	17.629	25	.705		
	Итого	18.366	27			
Физическое совершенство	Между группами	3.415	2	1.707	4.242	.026
	Внутри групп	10.062	25	.402		
	Итого	13.477	27			
Улучшение самочувствия	Между группами	.751	2	.376	1.828	.182
	Внутри групп	5.139	25	.206		
	Итого	5.890	27			
Эстетическое удовольствие и острые ощущения	Между группами	1.219	2	.610	1.154	.332
	Внутри групп	13.209	25	.528		
	Итого	14.429	27			
Полезные знания, умения и навыки	Между группами	2.295	2	1.147	2.403	.111
	Внутри групп	11.935	25	.477		
	Итого	14.229	27			
Потребность в одобрении	Между группами	.660	2	.330	.622	.545
	Внутри групп	13.264	25	.531		
	Итого	13.924	27			
Повышение престижа, желание славы	Между группами	20.484	2	10.242	21.757	.000
	Внутри групп	11.769	25	.471		
	Итого	32.252	27			
Коллективистическая направленность	Между группами	5.016	2	2.508	2.897	.074
	Внутри групп	21.647	25	.866		
	Итого	26.663	27			

Проверка попарных различий (с помощью критерия наименьшей значимой разности, LSD) выявила восемь значимых различий между группами (см. табл. 3): у мастеров по сравнению с двумя другими группами сильнее выражены такие два мотива, как «познание» и «престиж», кроме того, у мастеров более сильной по сравнению с группой любителей являются мотивы «физическое совершенство» и «коллективистическая направленность». Между любителями и группой КМС имеется лишь одно различие: у любителей существенно сильнее выражено стремление к получению полезных знаний и навыков.

Таблица 3.

Мотивы, для которых выявлены попарные различия между группами

Зависимая переменная	(I) группа	(J) группа	Разность средних (I-J)	Знч.
Познание	МС	любители	1.127**	.008
		КМС	.977*	.020
Физ. совершенство	МС	любители	.852**	.009
		КМС	.654*	.044
Полезные знания, умения и навыки	любители	КМС	.654*	.044
		любители	2.146***	.000
Престиж	МС	любители	2.146***	.000
		КМС	1.151**	.002
Коллективистическая направленность	КМС	любители	.995**	.003
		МС	1.055*	.025

Уровни значимости: * $p < .05$, ** $p < .01$, $p < .001$.

Для выявления ведущих мотивов мы использовали двойной критерий: 1) степень выраженности мотивов должна превышать 3,50 балла и 2) ведущие мотивы статистически не различаются по своей выраженности, т.е. образуют единую группу. По этому критерию у любителей в группу ведущих мотивов вошли: «эстетическое удовольствие и острые ощущения», «физическое совершенство»; у КМС: «физическое совершенство», «эстетическое удовольствие и острые ощущения» и «развитие характера и психических качеств», у МС: «физическое совершенство», «эстетическое удовольствие и острые ощущения», «повышение престижа, желание славы», «познание» и «коллективистическая направленность». Эти результаты согласуются с выдвинутой гипотезой о различиях ведущих мотивов. Таким образом, на протяжении спортивной карьеры мы можем наблюдать смену доминирующих мотивов спортивной деятельности, однако некоторые мотивы остаются постоянными («эстетическое удовольствие и острые ощущения», «физическое совершенство»). От этих мотивов на последующих уровнях квалификации у спортсменов добавляются новые мотивы: у КМС – «развитие характера и психических качеств»), а у МС – «повышение престижа, желание славы», «познание» и «коллективистическая направленность».

Следует отметить, что динамика мотивов не происходит сама собой. Человек приходит в спорт с целью удовлетворить определенные потребности, и, очевидно, от мотивационно-потребностной сферы конкретного человека тоже будет зависеть, как в дальнейшем сложится его спортивная карьера. Если развитие ведущей мотивации происходит по мере развития мастерства, то спортивная карьера складывается, а если спортсмен удовлетворяет в спорте только часть своих потребностей, например потребность в общении, а остальные потребности он может удовлетворить в других сферах жизни (работа, творчество и т.д.), то, вероятно, у спортсмена не возникает потребности в высоких достижениях именно в спорте, так как его вполне устраивает, например, развлекательная функция спорта.

Наконец, рассмотрим результаты относительно ценностных ориентаций спортсменов. По индивидуальным ранжированиям 18 ценностей вычислялись среднегрупповые ранги каждой ценности. На рис. 4 представлены профили этих значений для трех групп спортсменов (напомним, что чем ниже ранг, тем выше по значимости ценность). По внешнему виду три профиля являются похожими, что подтверждается и коэффициентами корреляции Спирмена между ними (все значимы на уровне $p < 0,001$): наиболее похожи друг на друга профили ценностей любителей и КМС ($r = 0,93$), наименее похожи профили любителей и МС ($r = 0,80$), сходство между КМС и МС занимает промежуточное положение ($r = 0,82$).

Как и в случае с мотивами, для ценностей проводились однофакторные дисперсионные анализы с целью выявления различий между группами. Парные межгрупповые различия оценивались с помощью критерия наименьшей значимой разности (LSD).

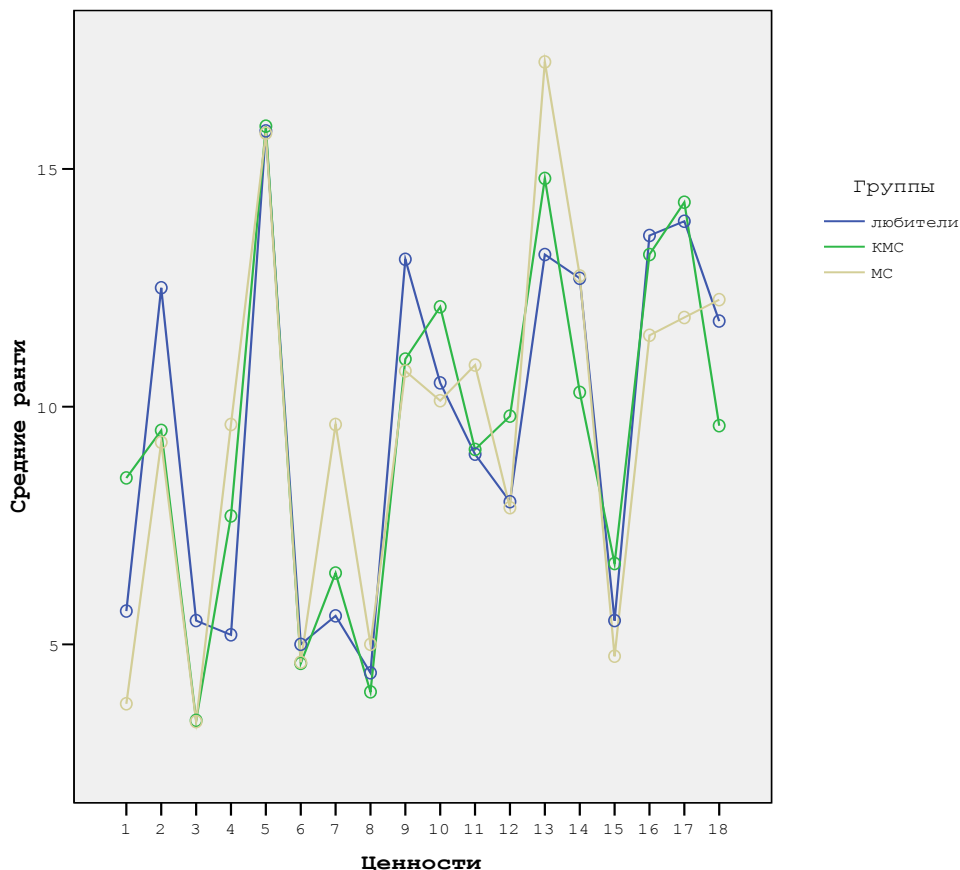


Рис. 4. Ценностные профили в трех группах спортсменов:

1 – активная деятельная жизнь, 2 – жизненная мудрость, 3 – здоровье, 4 – интересная работа, 5 – красота природы и искусства, 6 – любовь, 7 – материально обеспеченная жизнь, 8 – наличие друзей, 9 – общественное призвание, 10 – познание, 11 – продуктивная жизнь, 12 – развитие, 13 – развлечения, 14 – свобода, 15 – счастливая семейная жизнь, 16 – счастье других, 17 – творчество, 18 – уверенность в себе.

В таблице 4 приводятся итоговые ранги каждой ценности для трех групп спортсменов, которые определялись по среднегрупповым значениям индивидуальных рангов. В этой же таблице можно видеть результаты статистической оценки различий среднегрупповых значений: уровни значимости (p) указаны для случаев, когда $p < 0,10$, т.е. когда различия являются значимыми или близкими к уровню значимости (на уровне тенденции). Таких различий выявлено немного, но они есть: так, можно говорить о том, что мастера спорта значительно выше оценивают важность активной деятельной жизни, чем кандидаты в мастера спорта; мастера спорта выше ставят жизненную мудрость, чем любители, но ниже интересную работу и развлечения; кандидаты в мастера спорта больше, чем спортсмены других групп ценят свободу. Таким образом, подтверждает и третья гипотеза о различиях ценностных ориентаций спортсменов трех групп.

Таблица 4.

**Ранг каждой ценности для трех групп спортсменов
(упорядочены по возрастанию ранга для группы мастеров)
и значимость межгрупповых различий средних рангов**

Ценности	Любители	КМС	МС	Значимость различий (p)		
				Любит/ КМС	Любит/ МС	КМС/ МС
Здоровье	4.5	1	1	нз	нз	нз
Активная деятельная жизнь	7	7	2	нз	нз	.012
Любовь	2	3	3	нз	нз	нз
Счастливая семейная жизнь	4.5	5	4	нз	нз	нз
Наличие друзей	1	2	5	нз	нз	нз
Развитие	8	11	6	нз	нз	нз
Жизненная мудрость	12	9	7	нз	.099	нз
Интересная работа	3	6	8.5	нз	.033	нз
Материально обеспеченная жизнь	6	4	8.5	нз	нз	нз
Познание	10	14	10	нз	нз	нз
Общественное призвание	14	13	11	нз	нз	нз
Продуктивная жизнь	9	8	12	нз	нз	нз
Счастье других	16	15	13	нз	нз	нз
Творчество	17	16	14	нз	нз	нз
Уверенность в себе	11	10	15	нз	нз	нз
Свобода	13	12	16	.074	нз	.085
Красота природы и искусства	18	18	17	нз	нз	нз
Развлечения	15	17	18	нз	.018	нз

Мы видим, что во всех группах наиболее значимыми являются такие ценности как здоровье, любовь, счастливая семейная жизнь и наличие друзей. Эти ценности отметили в качестве наиболее значимых (первая пятерка) большинство респондентов. Еще одна ценность, которую отмечают спортсмены во всех группах – активная деятельная жизнь, причем более выражена она в группе МС. Интересно, что ценность «материально обеспеченная жизнь» не входит в число первых пяти ценностей у групп МС и спортсменов – любителей. Похожая ситуация и с ценностью «интересная работа», которая вошла число первых пяти ценностей только в группе спортсменов – любителей.

Среди наименее значимых ценностей (последняя пятерка) оказались такие ценности как развлечения, красота природы и искусства, творчество, счастье других и свобода (самостоятельность).

Заключение

Оценка самореализации спортсмена вполне закономерно повышается вместе с уровнем мастерства: самая низкая у спортсменов – любителей, средняя в группе КМС и самая высокая у МС. Для каждой группы спортсменов (МС, КМС, спортсмены – любители) характерны свои доминирующие мотивы. Уровень потребности в достижении и уровень самореализации в спорте действительно зависят от уровня мастерства спортсменов. Динамика мотивации определяет успешность спортивной карьеры и, как следствие, влияет на самореализацию человека в спорте. Чем выше спортивный статус, тем выше потребность в достижении и субъективный уровень самореализации. Обнаружены некоторые различия ценностных ориентаций между группами спортсменов разной квалификации и с разным уровнем самореализации: например, мастера спорта значительно выше оценивают важность активной деятельной жизни, чем кандидаты в мастера спорта; мастера спорта выше ставят

жизненную мудрость, чем любители, но ниже интересную работу и развлечения; кандидаты в мастера спорта больше, чем спортсмены других групп ценят свободу.

Полученные данные позволяют точнее представить взаимосвязи между процессом самореализации личности в спортивной деятельности и мотивационно-потребностной сферой личности, включая собственно мотивы и ценностные ориентации спортсменов.

Благодарности

Хочу выразить благодарность научному руководителю работы – Айламазьян Аиде Меликовне за помощь в разработке темы, а также Мещерякову Борису Гурьевичу за активное содействие в написании статьи.

Литература:

1. Ильин Е.П. Психология спорта. – Питер, 2008. – 352 с.
2. Маслоу А. По направлению к психологии бытия. М.: Эксмо, 2002. – 272 с.
3. Мясищев В.Н. Психология отношений. Москва-Воронеж, 1995. – 356 с.
4. Пилюян Р.А. Мотивация спортивной деятельности. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 216 с.
5. Якобсон П.М. Психологические компоненты и критерии становления зрелой личности // Психологический журнал, 1981. - № 4.

Поступила в редакцию: 09.06.2011 г.

Сведения об авторе

А.А. Сергеева – магистр психологии Международного университета природы, общества и человека «Дубна».

E-mail: altezza@hotmail.ru