**Психологическая совместимость и срабатываемость в различных видах спортивной деятельности**

Доктор педагогических наук, профессор Г.Д. Бабушкин

Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск

Проблема совместимости и срабатываемости в спортивной деятельности - одна из актуальных в психологии спорта и в то же время недостаточно разработанная. Поскольку каждый вид спорта имеет свои специфические особенности, то совместимость и срабатываемость партнеров будут зависеть от конкретных индивидуально-психологических и социально-психологических особенностей личности спортсмена. Исследования, направленные на выявление критериев совместимости и срабатываемости, проведены лишь в некоторых видах спорта [2, 3, 5, 9, 10]. Из-за отсутствия научно-методических разработок по этой проблеме в спортивной практике комплектование спортивных звеньев, групп, составов зачастую осуществляется тренером интуитивно, без учета психологической совместимости спортсменов. При этом тренеры в основном учитывают уровень спортивной подготовленности спортсменов. Отсюда возникают различные негативные явления в совместно выполняемой спортивной деятельности: непонимание партнера, конфликты, неудовлетворенность действиями партнера, длительное разучивание совместных спортивных упражнений и нестабильность их выполнения [2, 7, 9 и др.]. Так, проведенный нами опрос высококвалифицированных баскетболистов показал, что основная помеха для них в соревнованиях - непонимание при взаимодействии с партнером (70%) и неблагоприятные взаимоотношения (100%). На наш взгляд, подобные явления обусловлены в первую очередь несовместимостью игроков.

Совместимость лежит в основе формирования взаимопонимания, межличностного взаимодействия, взаимоотношений и срабатываемости взаимодействующих спортсменов [1, 2, 5 и др.]. Сочетание личностных характеристик, положительно влияющих на результаты совместной деятельности, определяется как совместимость. Основной компонент совместимости - субъективная удовлетворенность взаимодействующих людей [2, 4 и др.].

Срабатываемость определяется как единство (оптимальность) взаимодействующих людей при выполнении совместной деятельности. В качестве признаков срабатываемости выступают: высокая продуктивность членов группы, точность и согласованность действий, благоприятные межличностные взаимоотношения, надежность коллективной работы, быстрота овладения новыми совместными действиями, стабильность их выполнения [2, 4, 9 и др.].

Психологическая совместимость рассматривается как феномен, включающий межличностные отношения, и предполагает следующее [2]:

1. Комплиментарность потребностей, подразумевающую дополнение к проявлению потребностей. Например, когда один из субъектов проявляет сильное стремление к лидерству, а другой - потребность в повиновении.

2. Конгруэнтность потребностей, когда оба субъекта (партнеры) обладают сходными потребностями, удовлетворяемыми одними и теми же межличностными отношениями.

3. Комплиментарность навыков, предполагающую компенсацию недостаточно развитых у одного субъекта способностей другим (партнером).

4. Комплиментарность знаний, когда оба партнера обладают неперекрещивающимися знаниями, так что каждый из них может учиться у другого.

5. Общность ценностей, когда партнеры по совместной деятельности имеют общую систему ценностей и правила поведения.

При разработке проблемы совместимости и срабатываемости в спортивной деятельности изучаемые психические характеристики не могут быть достаточно полно раскрыты без получения знаний о механизмах индивидуального и группового поведения спортсменов, закономерностях формирования стереотипов поведения в различных ситуациях, привычек, установок, ценностных ориентаций, без изучения настроений, чувств, эмоций, психологического климата, мотивов, межличностных отношений, индивидуально-психологических особенностей и т.п. На основе изучения этих характеристик и их учета и должен строиться учебно-тренировочный процесс в совместно выполняемой спортивной деятельности.

Эффективность совместной деятельности и формирование оптимальных межличностных взаимоотношений обусловлены тремя видами совместимости - социальной, психологической и психофизиологической [8]. Они проявляются во всех разновидностях деятельности, в том числе и спортивной. Для срабатываемости членов группы необязательно наличие всех трех видов совместимости. Полная совместимость членов группы предполагает оптимальное сочетание всех ее видов и наличие определенного соотношения между ними, их взаимодополняемость. В различных видах спортивной деятельности тот или иной вид совместимости выступает на первый план, становится ведущим и обуславливает эффективность совместно выполняемой спортивной деятельности. Значимость вида совместимости будет определяться особенностями спортивной деятельности, ее задачами, требованиями к личности.

Когда встает вопрос о комплектовании спортивных групп, составов, звеньев, экипажей и т.п., важный момент для тренера - знание и учет особенностей совместно выполняемой спортивной деятельности, организации взаимодействия партнеров, их индивидуально - психологических особенностей, на основе которых и осуществляется поиск критериев совместимости, обусловливающих срабатываемость взаимодействующих спортсменов.

В литературе предлагаются два вида организации совместно выполняемой спортивной деятельности [9, 10]. Так, А.П. Травина [10] выделяет следующие виды совместной спортивной деятельности:

1) совместно-последовательная деятельность, характерная для эстафет в легкой атлетике, плавании и т.п.;

2) совместная одновременно-параллельная деятельность (гребля, парное фигурное катание и т.п.);

3) совместно-взаимосвязанная деятельность (баскетбол, хоккей, волейбол и т.п.).

На наш взгляд, данная классификация недостаточно точно и полно отражает сущность совместимости и срабатываемости в процессе групповой спортивной деятельности. Нами [2] выделено три вида совместной деятельности в спорте:

1) последовательно выполняемая совместная деятельность, характерная для спортивных игр (командных и парных) и других видов спорта;

2) синхронно выполняемая совместная деятельность (бесконтактная). Этот вид деятельности характерен для отдельных элементов парного фигурного катания, спортивной акробатики; художественной гимнастики (командные упражнения), синхронного плавания, синхронных прыжков на батуте, командной гребли и т.п.;

3) одновременно выполняемая совместная деятельность (контактная). Этот вид деятельности имеет место в спортивной акробатике (пары, тройки, четверки), в отдельных элементах фигурного катания (поддержки, броски).

Каждый из этих видов, а также каждый вид спорта, включающий эти виды, имеет свои специфические особенности. Поэтому критерии совместимости для каждого из этих видов совместной деятельности будут существенно различаться. С учетом этого необходимы поиск критериев совместимости для каждого конкретного вида спортивной деятельности и на этой основе комплектование спортивных групп.

Существенное значение в совместимости и срабатываемости, особенно для командно-игровых видов спорта, имеет структура ролевых взаимоотношений в команде. В спортивных командах выделяются различные роли: социальная, межличностная, функциональная. Более существенна для срабатываемости в спортивной команде функциональная роль игрока, которая проявляется в том поведении, которое ожидается от спортсмена другими участниками команды в соответствии с распределением соревновательных функций (нападающий, защитник, разыгрывающий и т.д.). Важный момент в срабатываемости - то, чтобы эта роль была принята и усвоена игроком. В противном случае возможно проявление конфликтного поведения со стороны этого игрока. Правильное распределение ролевых функций, основанное на учете индивидуальности игрока, его подготовленности, ряде личностных качеств, обусловливает эффективность групповой деятельности.

Важный фактор при дифференциации ролевых функций, а также для эффективности групповой деятельности - лидерство. Лидерство выступает как способ и средство организации групповой деятельности. В то же время оно может рассматриваться и как определенный механизм, извлекающий дополнительные скрытые возможности в команде. Оптимальное развитие процесса лидерства и определенные сочетания в системе лидер-исполнитель рассматривается как фактор совместимости и срабатываемости членов спортивной группы. Это показано в исследовании акробатических и баскетбольных игровых составов, туристских групп, в построении тактических линий в футболе [2, 3, 9]. Так, наиболее оптимальное сочетание в перечисленных выше спортивных коллективах - сочетание лидер-исполнитель. Отсутствие лидера в группе или наличие в ней двух и более лидеров считается неблагоприятным фактором для срабатываемости партнеров.

При решении проблемы психологической совместимости и срабатываемости и комплектовании спортивных групп на основе этого мы исходим из следующих положений: 1) совместимость и срабатываемость спортсменов - два взаимообусловливающих процесса; 2) влияние индивидуально-психологических особенностей личности спортсмена и психических функций на совместимость и срабатываемость в группе; 3) тому или иному виду совместно выполняемой спортивной деятельности (спортивная групповая акробатика, туризм, баскетбол и др.) соответствует свой комплекс критериев совместимости, обусловливающий срабатываемость партнеров в группе.

Для спортивной науки важно обоснование подходов к решению проблемы совместимости и срабатываемости в спортивной деятельности. Этапы решения проблемы совместимости и срабатываемости в том или ином виде спорта и обоснование критериев совместимости представляются нам таким образом: первое - исследование срабатываемости спортивных групп при выполнении совместной деятельности (лабораторной, спортивной); второе - выявление критериев совместимости на основе сравнительного анализа личностных особенностей спортсменов срабатывающихся и слабо срабатывающихся спортивных групп; третье - предварительная экспериментальная проверка срабатываемости скомплектованных спортивных групп на основе выявленных критериев совместимости; четвертое - теоретическое и экспериментальное обоснование методики комплектования спортивных групп на основе исследования совместимости и срабатываемости спортсменов в соревновательных условиях.

Проведенные под нашим руководством исследования по данной проблеме позволили установить критерии совместимости и обосновать методику комплектования спортивных групп в акробатике [9]. Анализ результатов предлагаемой спортивным группам деятельности (выполнение совместных физических упражнений) позволил выявить критерии психологической совместимости партнеров. Так, при комплектовании акробатических составов (двоек, троек, четверок) в качестве критериев, обусловливающих совместимость и срабатываемость, выступают следующие: адекватные сочетания свойств нервных процессов при среднем уровне их проявления; различные сочетания умеренных и низких показателей личностной тревожности; сочетание соционических функций "экстраверт-интроверт", "рациональность - иррациональность"; сочетание лидерских функций "лидер-ведомый(ые)"; идентичное восприятие времени. На основе выявленных критериев совместимости для проведения эксперимента было скомплектовано восемь акробатических составов. Результаты педагогического эксперимента показали эффективность учета совместимости при комплектовании акробатических составов: ускоряется процесс срабатываемости: совместные упражнения выполняются значительно быстрее (р < 0, 01), чем в контрольных составах; повышается уровень стабильности выполнения совместных упражнений (р < 0, 05). Экспериментально показано, что совместимость личностных особенностей партнеров способствует созданию благоприятного психологического климата в экспериментальных группах и улучшению эмоционального состояния взаимодействующих акробатов во время занятий.

В исследовании, проведенном совместно с А.С. Буфиусом, выявлены следующие критерии совместимости, обусловливающие срабатываемость членов туристской группы: 1) средняя степень выраженности силы и уравновешенности нервных процессов; 2) типы социального поведения в конфликте: сотрудничество, приспособление, компромисс; 3) средний уровень личностной тревожности; 4) сочетание соционических функций: "экстраверт - интроверт", "рациональность-рациональность", "логика-логика"; 5) сочетание членов группы "лидер-ведомые"; 6) высокий и средний уровни потребности в одобрении; 7) акцентуации характера: гипертимность, педантичность; 8) ряд личностных характеристик по методике Р. Кеттелла (конкретное мышление, эмоциональная устойчивость, серьезность, доверчивость, практичность, гибкость мышления, склонность к новаторству, уступчивость, самоконтроль). Проведенное нами комплектование туристских групп на основе выявленных критериев совместимости и проведение педагогического эксперимента показали следующее: повысилась сплоченность группы и улучшилась психологическая атмосфера; улучшились показатели самочувствия, активности, настроения членов группы, а также показатели срабатываемости и стабильности членов группы при выполнении совместных действий.

При анализе психологической совместимости и срабатываемости баскетболисток высокой квалификации [2, 3] установлено следующее. Критериями совместимости, обуславливающими срабатываемость игроков, являются такие сочетания индивидуально-психологических и личностных особенностей: 1) сочетание "экстраверт - экстраверт"; 2) сочетание "сенсорик-сенсорик"; 3) адекватное чувство времени (разница в восприятии не более 1, 26 с); 4) сочетание "рационал-иррационал"; 5) наличие в связке игрока с реалистическим типом мышления; 6) ролевые сочетания "лидер(-ы)-ведомый"; 7) подобие в избирательности и концентрации внимания; 8) подобие в уровне тактического мышления и интеллекта. На основе выявленных критериев были сформированы игровые составы баскетбольной команды СибГУФКа. Анализ выступлений команды на различных соревнованиях позволяет говорить о необходимости учета психологической совместимости игроков при комплектовании игрового состава. В экспериментальной группе по сравнению с контрольной баскетболистки действовали более уверенно, агрессивно как в защите, так и в нападении. Поэтому технико-тактические показатели, такие как перехват мяча, подбор на своём щите, количество забитых мячей, возросли (р < 0, 05) (перехваты 18, 5 - 23, 7, подбор на своем щите 19, 05 - 23, 3, забитые 78 - 88, 2), показатель пропущенных мячей снизился с 65, 9 очка в среднем за игру до 54, 2, количество подборов на чужом щите возросло с 18, 5 до 18, 9 за игру. По сравнению с прошлым сезоном процент реализации быстрого прорыва вырос с 65 до 72, 6% (р < 0, 05). Результаты выступления экспериментальной группы в Сибирской баскетбольной лиге в 2005 г. следующие: 1-й тур - второе место, 2-й тур - первое место.

Заключение. Психологическая совместимость взаимодействующих партнеров в совместно выполняемой спортивной деятельности выступает важным фактором, обусловливающим срабатываемость спортсменов, и проявляется в быстроте овладения новыми упражнениями, стабильности их выполнения, оптимизации игрового взаимодействия, повышении результативности соревновательной деятельности команды. В различных видах спорта, в силу их специфичности, критериями совместимости выступают те или иные индивидуально - психологические и личностные особенности спортсменов. Комплектование спортивных групп, игровых составов на основе учета психологической совместимости взаимодействующих спортсменов позволяет существенно повысить эффективность их совместной деятельности.

В статье рассматривались лишь психологические критерии совместимости спортсменов, с учетом которых рекомендуется комплектование звеньев, спортивных групп, игрового состава. При этом мы ни в коей мере не исключаем влияния и учета других критериев, обусловливающих совместимость и срабатываемость партнеров (физической, технической, тактической подготовленности; возраста, веса, роста и т.п.).

**Список литературы**

1. Андрушишин И.Ф. Методика совершенствования тактической подготовки высококвалифицированных волейболистов на основе межличностного функционального взаимодействия: Автореф. канд. дис. М., 1993. - 20 с.

2. Бабушкин Г.Д., Кулагина Е.В. Психологическая совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности. - Омск: СибГАФК, 2001. - 110 с.

3. Девяткина Е.Ю. Комплектование игрового состава команды высококвалифицированных баскетболисток с учетом психологической совместимости и срабатываемости игроков: Канд. дис. Омск, 2005. - 140 с.

4. Ершов А.А. Психологическая соактивность людей. - М.: Знание, 1992.- 31 с.

5. Казьмин В.И. Методы повышения эффективности группового взаимодействия волейболистов: Автореф. канд. дис. М., 1983. - 24 с.

6. Корнеева Т.В. Комплектование и особенности подготовки спортивных пар в теннисе: Автореф. канд. дис. М., 1985. - 24 с.

7. Маслякова О.С. Формирование игровой коммуникации в условиях неопределенности ситуаций у юных баскетболисток: Канд. дис. Тобольск, 2005. - 166 с.

8. Обозов Н.Н. Межличностные отношения. - Л.: ЛГУ, 1979. - 151 с.

9. Ратушина Е.В. Комплектование парно-групповых составов спортивной акробатики на основе учета совместимости индивидуально-психологических особенностей партнеров: Автореф. канд. дис. Омск, 1998. - 20 с.

10. Травина А.П. Особенности комплектования спортивных команд с различной формой организации совместной деятельности // Тез. докл. 10-й Всесоюзной науч.-практ. конф. психологов спорта. М., 1988, с. 54-55.