

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. Т. 27, № 1. С. 108-112. ISSN 2073-1426
Vestnik of Kostroma State University, 2021, vol. 27, № 1, pp. 108-112. ISSN 2073-1426
Научная статья
УДК 159.922.1:796
<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-1-108-112>

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА И МОТИВАЦИИ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ-ШАХМАТИСТОВ

Несветайло Анжелика Викторовна, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар, Россия, angesik@rambler.ru

Аннотация. В статье описываются результаты исследования перфекционизма и мотивации у спортсменов-шахматистов в возрасте от 11 до 15 лет. Всего в тестировании приняли участие 74 спортсмена, из них 23 девочки и 51 мальчик. Исследование перфекционизма проводилось с помощью шкалы измерения перфекционизма для детей и подростков Р. О'Коннора и Д. Диксон, успешно прошедшей адаптацию на российской выборке спортсменов-шахматистов. Исследование мотивации – с помощью методики «Почему я занимаюсь спортом», разработанной на основе теории самодетерминации Э. Деси и Р. Райана. Результаты исследования выявили тесную взаимосвязь перфекционизма с мотивацией, показав особенность взаимосвязи перфекционизма с внутренней и внешней мотивацией у юных шахматистов.

Ключевые слова: перфекционизм, мотивация, спорт, шахматисты, теории самодетерминации

Для цитирования: Несветайло А.В. Особенности взаимосвязи перфекционизма и мотивации у юных спортсменов-шахматистов // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. Т. 27, № 1. С. 108-112. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-1-108-112>

Research Article

FEATURES OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PERFECTIONISM AND MOTIVATION IN YOUNG CHESS PLAYERS

Anzhelika V. Nesvetaylo, Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Krasnodar, Russia, angesik@rambler.ru

Abstract. This article describes the results of a study of perfectionism on motivation in chess players aged 11 to 15. A total of 74 sportsmen took part in the testing, of which 23 were girls and 51 were boys. The study of perfectionism was carried out using Rory C. O'Connor and Diane Dixon scale for measuring perfectionism for children and adolescents, which was successfully adapted to a Russian sample of chess players. The study of motivation – using the methodology «Why I go in for sports», developed on the basis of the theory of self-determination by Richard M. Ryan and Edward L. Deci. The results of the study revealed a good relationship between perfectionism and motivation, thereby showing the peculiarity of the relationship between perfectionism and internal and external motivation among young chess players

Keywords: perfectionism, motivation, sports, chess

For citation: Nesvetaylo A.V. Features of the relationship between perfectionism and motivation in young chess players. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2021, vol. 27, № 1, pp. 108-112 (In Russ.). <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-1-108-112>

В последнее время перфекционизм стал центром внимания в спортивной психологии. И от изначального понимания перфекционизма как чего-то целостного и негативного, будучи связанного с депрессиями и расстройствами, пришли к пониманию того, что перфекционизм имеет многомерную структуру, и некоторые его компоненты могут иметь положительное влияние, а некоторые – отрицательное. В то время как негативные компоненты перфекционизма имеют высокие корреляции с тревогой, депрессиями и др. психологическими дезадаптивными состояниями, положительные компоненты связывают с мотивацией, уверенностью, стремлением к победе и другими положительными и важными психологическими качествами и состояниями.

Если у взрослых спортсменов проявления перфекционизма уже изучены во многих направлениях, то исследование его у подростков и у более юных спортсменов малочисленны. Это в определенной степени связано с дефицитом методик для исследования перфекционизма именно у юных спортсменов.

Спорт подразумевает стремление к максимальным достижениям, а в подростковом возрасте помимо этого усиливается потребность ещё и в самоутверждении. Поэтому важно установить степень взаимосвязи перфекционизма и мотивации. Усиление мотивации увеличивает психическую напряженность, но в то же время стремление к максимальным результатам может усилить такое важное качество для самого спортсмена, как стремление к самосовершенствованию, которое отражается во внутренней мотивации.

Разные авторы выделяют различные компоненты перфекционизма, но наиболее популярными являются модели перфекционизма Фроста, Хьюитта и Флетта, на основе которых разработаны методики его диагностики [Фрост, Мартин; Хьюитт, Флетт]. Шкала Фроста, адаптированная В.А. Ясной и С.Н. Ениколоповым на российской выборке [Ясная, Ениколопов], содержит четыре компонента перфекционизма: обеспокоенность ошибками, организованность, родительская критика и сомнения в действиях, личные стандарты и родительские ожидания. Из них обеспокоенность ошибками и родительская критика и сомнения в действиях считаются негативными компонентами перфекционизма, а организованность, личные стандарты и родительские ожидания – положительными. Шкала Хьюитта и Флетта, адаптированная на российской выборке И.И. Грачевой [Грачева], содержит три компонента: перфекционизм, ориентированный на себя, перфекционизм, ориентированный на других, социально предписанный перфекционизм.

На основе вышеперечисленного ученые Р. О'Коннор и Д. Диксон разработали детско-подростковую шкалу для диагностики перфекциониз-

ма у детей и подростков [Коннор, Диксон]. Она содержит три компонента: перфекционизм, ориентированный на себя, – «критика», перфекционизм, ориентированный на себя, – «стремления» и социально предписанный перфекционизм. После адаптации на российской выборке спортсменов-шахматистов [Несветаило 2018; Несветаило 2019] два компонента перфекционизма, ориентированного на себя, – «критика» и «стремления» – были объединены в один.

Изучение мотивации также характеризуется разнообразием подходов. Однако в последние годы большинство исследований мотивации проводится на основе теории самодетерминации Э.Л. Деси и Р.М. Райана [Деси, Райн]. Ее важной стороной является определение специфики влияния на деятельность внутренних и внешних мотивов, а также определение условий поддержания внутренних мотивов, способствующих достижению компетентности и готовности к самосовершенствованию, что значимо для спортсменов.

В данной работе исследование мотивации проводилось с помощью опросника, разработанного на основе теории самодетерминации.

Теория самодетерминации предполагает, что люди мотивированы на рост и развитие тремя врожденными и универсальными психологическими потребностями. И они могут стать способными к самоопределению, когда их потребности в компетентности, связи и автономии удовлетворяются.

Концепция внутренней мотивации или участия в деятельности ради награды, присущей самому поведению, играет важную роль в теории самодетерминации.

Автономная мотивация важна. В то время как людей часто побуждают к действию внешние мотивы, теория самодетерминации фокусируется в первую очередь на внутренних источниках мотивации, таких как потребность в получении знаний или независимости (внутренняя мотивация).

Согласно теории самодетерминации, для достижения психологического роста необходимы некоторые немаловажные факторы, которые должны присутствовать в самом человеке, а именно: компетентность, связь или родство, автономия.

Компетентность – это качество человека, обладающего всесторонними знаниями в любой определенной области. Это готовность решать проблемы, обновлять знания, владеть новой информацией. Быть компетентным означает быть успешным и уметь стремиться к этому, проявлять знания и навыки в той или иной сфере.

Связь или родство – это необходимость испытывать чувство принадлежности и привязанности к другим людям.

Автономия – это чувство контроля над своим поведением и успех в достижении своих целей. Это чувство способно действовать напрямую, что впоследствии приводит к реальным изменениям, игра-

ет важную роль в том, чтобы помочь людям почувствовать себя самостоятельно определяющими цели и средства их достижения.

На основе теории самодетерминации был разработан опросник для спортсменов «Почему я занимаюсь спортом» [Методика], адаптированный С.О. Скачковой [Скачкова]. Он содержит семь показателей мотивации: знания, компетентность, новые впечатления, идентификация, внешняя мотивация, интроекция и амотивация.

Знания (внутренняя мотивация) – стремление к получению новых положительных результатов (знаний).

Компетентность – стремление к успеху, к знаниям. В данном случае – в шахматной игре.

Новые впечатления – получать удовольствие от новых идей, новых впечатлений, стремление к победе через игру в шахматы.

Идентификация (внешняя мотивация) – получение пользы от той или иной деятельности и определенной личностной значимости.

Внешняя мотивация рассмотрена как включение в деятельность той или иной личности под влиянием внешних факторов, рассматриваемых личностью как давление.

Интроекция – давление на личность под влиянием внешних факторов, чувство ответственности перед значимыми другими, а также присутствие страха за недостиженные цели.

Амотивация рассматривается как феномен, имеющий множественную детерминацию. Причиной амотивации у спортсменов может быть низкая самооценка, беспомощность от отсутствия желаемых результатов, неготовность прилагать усилия для достижения целей ввиду видения их как чрезмерных, неверие в правильность подготовки и прочее.

Целью излагаемого в статье исследования явилось установление особенностей и взаимосвязей показателей перфекционизма с показателями вну-

тренних и внешних мотивов, а также с показателем амотивации у юных шахматистов подросткового возраста.

Развивая понимание взаимосвязей между перфекционизмом и мотивацией у юных спортсменов, мы можем уточнить представления о становлении их мотивационной сферы, а также сделать более целенаправленными практически действия по психологическому сопровождению подготовки юных спортсменов.

В исследовании приняли участие 74 спортсмена-шахматиста в возрасте от 11 до 15 лет, из них 23 девочки и 51 мальчик. Для получения информации каждому из них были предоставлены для заполнения два опросника:

1. Детско-подростковая шкала перфекционизма О’Коннора и Диксона, успешно адаптированная на российской выборке спортсменов-шахматистов, в результате которой получают сведения по социально предписанному перфекционизму и перфекционизму, ориентированному на себя.

2. Методика «Почему я занимаюсь спортом», по результатам которой получают данные по семи показателям: три показателя внутренней мотивации (знания, компетентность и новые впечатления), внешняя мотивация, интроекция, идентификация и амотивация.

Ниже описываются результаты исследования, представленные в трех таблицах.

Средние показатели перфекционизма представлены в таблице 1.

Как видно из таблицы 1, все значения попадают в средние показатели методики. После расчёта статистической достоверности различий показателей у девочек и мальчиков и группы в целом выяснилось, что оба показателя перфекционизма у девочек и мальчиков достоверно не различаются.

В целом по группе показатели по перфекционизму, ориентированному на себя, на 2,47 балла

Таблица 1

Средние показатели перфекционизма юных шахматистов разного пола (баллы)

Группы шахматистов	Социально предписанный перфекционизм	Перфекционизм, ориентированный на себя
Девочки	21,43	24,74
Мальчики	21,98	24,08
Группа в целом	21,81	24,28

Таблица 2

Средние показатели по мотивации юных шахматистов разного пола (баллы)

Показатели мотивации	Девочки	Мальчики	Всего
Внутренняя мотивация (знания)	19,04	19,63	19,45
Внутренняя мотивация (компетентность)	20,83	20,80	20,81
Внутренняя мотивация (новые впечатления)	20,57	19,51	19,84
Идентификация	19,57	18,04	18,51
Интроекция	15,22	16,78	16,30
Внешняя мотивация	16,04	17,00	16,70
Амотивация	11,30	12,04	11,81

Корреляционные связи перфекционизма и мотивации (n = 74)

Показатели мотивации	Перфекционизм, ориентированный на себя	Социально предписанный перфекционизм
Внутренняя мотивация (знания)	0,46**	0,33**
Внутренняя мотивация (компетентность)	0,53**	0,30**
Внутренняя мотивация (новые впечатления)	0,41**	0,20
Идентификация	0,35**	0,35**
Интроекция	0,48**	0,43**
Внешняя мотивация	0,45**	0,45**
Амотивация	0,07	0,19

Примечание: ** – обозначены корреляции $p < 0,01$.

больше, чем по социально предписанному перфекционизму, но оба эти значения попадают в средние значения методики. Следовательно, юным спортсменам одинаково важны и внутренние стремления к достижению успеха, и те требования, которые к ним предъявляет социальное окружение. Но в то же время показатели по перфекционизму, ориентированному на себя, немного выше, чем по социально предписанному, что показывает начало формирования преобладания личностных установок над внешними.

Средние показатели мотивации юных спортсменов представлены в таблице 2.

Как видно из таблицы 2, средние показатели по мотивации у мальчиков и девочек мало различаются. Статистически достоверных различий по мотивации между мальчиками и девочками, занимающимися шахматами, не выявлено. Но заслуживает внимания факт, что и у девочек, и у мальчиков показатели внутренней мотивации несколько выше показателей внешней мотивации.

Так как не выявилось статистически достоверных различий в показателях перфекционизма и мотивации у мальчиков и девочек, в дальнейшем исследование взаимосвязей перфекционизма и мотивации проводится без разделения по половому признаку, а в целом по всей выборке. Корреляционные связи перфекционизма и мотивации показаны в таблице 3.

Как видно из таблицы 3, перфекционизм, ориентированный на себя, показал сильные взаимосвязи с показателями внутренней мотивации: «стремление к знаниям», «стремление к компетентности», «заинтересованность новыми впечатлениями»; с показателями идентификации и интроекции, рассматриваемыми как промежуточные между внутренней и внешней мотивацией, и с показателем внешней мотивации. Социально предписанный перфекционизм показал сильные связи с показателями внутренней мотивации: «стремление к знаниям», «стремление к компетентности»; с показателями идентификации, интроекции и внешней мотивации. Практически все виды мотивации показали сильные взаимосвязи с перфек-

ционизмом – как с социально предписанным, так и с перфекционизмом, ориентированным на себя. Только у показателя амотивация не выявлено связей ни с одним видом перфекционизма.

Проведенное исследование ещё раз обращает внимание на многогранность проявлений перфекционизма и важность более детального его изучения, особенно в сочетании с мотивацией у юных спортсменов. И то, что в некоторых исследованиях у взрослых спортсменов социально предписанный перфекционизм выступает в роли негативного компонента перфекционизма, не связанного с мотивацией (или связанного с мотивацией на «избегание неудачи» или «внешней мотивацией»), а перфекционизм, ориентированный на себя, – в роли положительного компонента перфекционизма, связанного с мотивацией (в целом и, в частности, с мотивацией «на достижение успеха» и «внутренней мотивацией»), в данном исследовании у юных спортсменов подтвердить не удалось.

У юных спортсменов в отличие от взрослых оба компонента перфекционизма показали сильные взаимосвязи практически со всеми видами мотивации. Это говорит о специфике возраста, о том, что самосознание у юных спортсменов-шахматистов только формируется. И хотя средние показатели по перфекционизму, ориентированному на себя, выше средних показателей по социально предписанному перфекционизму, ориентация на социальное окружение у юных спортсменов достаточно сильная.

В этом возрасте любое воздействие, как внешнее, так и внутреннее, достаточно сильно сказывается на стремлении к высоким достижениям и предъявлении перфекционистских требований. У юных спортсменов ещё нет сильных различий между взаимосвязями внутренних и внешних мотивов с разными показателями перфекционизма. Они ещё не дифференцируют то, что сами хотят, от того, что хотят от них другие. Внутренние и внешние мотивы действуют одинаково.

Возрастные особенности подростков проявляются в том, что в силу личностной незрелости юные спортсмены, с одной стороны, стремятся к са-

мостоятельности и самоутверждению, а с другой стороны, они очень сильно зависят от окружения, чувствительны к чужому мнению. Поэтому внутренние и внешние мотивы оказываются для спортсменов-подростков одинаково значимыми.

Проведенное исследование показало отличия подрастающих спортсменов от взрослых спортсменов, касающиеся взаимосвязи внутренней и внешней мотивации и перфекционизма. Оно свидетельствует о необходимости продолжать исследования для обоснования построения тренировочного процесса юных спортсменов с учетом этих отличий.

Список литературы

Грачева И.И. Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма» П. Хьюитта и Г. Флетта // Психологический журнал. 2006. № 6. С. 73–89.

Несветайло А.В. Надежность и валидность методики диагностики перфекционизма у юных спортсменов-шахматистов и футболистов // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации: материалы VIII Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (28–30 ноября 2018 г., Краснодар). Краснодар: КГУФКСТ, 2018. С. 175–177.

Несветайло А.В. Стандартизация методики диагностики перфекционизма на спортсменах – шахматистах 10–15 лет и футболистах 10–17 лет // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: материалы междунар. науч.-практ. конф. (11 февраля 2019 г.). Краснодар: КГУФКСТ, 2019. С. 126–128.

Скачкова С.О. Адаптация опросников по определению мотивации самодетерминации в образовательной и спортивной деятельности // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. Краснодар, 2008. Т. 10. С. 157–164.

Ясная В.А., Ениколопов С.Н. Апробация шкал измерения перфекционизма на российской выборке // Психологическая диагностика. 2009. № 1. С. 101–120.

Deci E.L., Ryan R.M. Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 2008, 49 (3), pp. 182–185.

Frost R.O., Marten P.A., Lahart C., Rosenblate R. The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 1990, vol. 14, № 5, pp. 449–468.

Hewitt P.L., Flett G.L. The Multidimensional Perfectionism Scale: Reliability, Validity, and Psychometric Properties in Psychiatric Samples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1991, vol. 3, № 3, pp. 464–468.

O'Connor R.C., Dixon D. The Structure and Temporal Stability of the Child and Adolescent Perfectionism Scale. *Psychological Assessment*, American Psychological Association, 2009, vol. 21, № 3, pp. 437–443.

Pelletier L.G., Fortier M.S., Vallerand R.J., Tuson K.M., Briere N.M., Blais M.R. Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sport: the sport motivation scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1995, 17, pp. 35–53.

References

Gracheva I.I. *Adaptacija metodiki «Mnogomernaja shkala perfekcionizma» P. Hjuitta i G. Fletta* [Adaptation of the methodology “Multidimensional scale of perfectionism” by P. Hewitt and G. Flett]. *Psichologičeskij zhurnal* [Psychological journal], 2006, № 6, pp. 73–89. (In Russ.)

Nesvetajlo A.V. *Nadezhnost' i validnost' metodiki diagnostiki perfekcionizma u junyh sportsmenov – shahmatistov i futbolistov* [Reliability and validity of methods for diagnosing perfectionism in young athletes – chess players and football players]: *Resursy konkurentosposobnosti sportsmenov: teorija i praktika realizacii: materialy VIII Vseros. nauch.-prakt. konf. s mezhdunar. uchastiem (28-30 nojabrja 2018 g., Krasnodar)* [Resources of the competitiveness of athletes: theory and practice of implementation: materials of the VIII All-Russian scientific and practical conference with international participation (November 28-30, 2018, Krasnodar)]. Krasnodar, KGUFKST Publ., 2018, pp. 175–177. (In Russ.)

Nesvetajlo A.V. *Standartizacija metodiki diagnostiki perfekcionizma na sportsmenah – shahmatistah 10–15 let i futbolistah 10–17 let* [Standardization of the perfectionism diagnostics technique in athletes – chess players 10-15 years old and football players 10-17 years old]. *Fizicheskaja kul'tura i sport. Olimpijskoe obrazovanie: materialy mezhdunarodnoj nauchno-praktičeskoj konferencii (11 fevralja 2019 g.)* [Physical Culture and sport. Olympic education: materials of the international scientific and practical conference (February 11, 2019)]. Krasnodar, KGUFKST Publ., 2019, pp. 126–128. (In Russ.)

Skachkova S.O. *Adaptacija oprosnikov po opredeleniju motivacii samodeterminacii v obrazovatel'noj i sportivnoj dejatel'nosti*. [Adaptation of questionnaires to determine the motivation of self-determination in educational and sports activities]. *Aktual'nye voprosy fizicheskoi kul'tury i sporta* [Topical issues of physical culture and sports]. Krasnodar, 2008, vol. 10, pp. 157–164. (In Russ.)

Jasnaja V.A., Enikolopov S.N. *Aprobacija shkal izmerenija perfekcionizma na rossijskoj vyborke* [Approbation of scales for measuring perfectionism in the Russian sample]. *Psichologičeskaja diagnostika* [Psychological diagnostics], 2009, № 1, pp. 101–120. (In Russ.)

Статья поступила в редакцию 02.12.2020; одобрена после рецензирования 28.12.2020; принята к публикации 26.02.2021.

The article was submitted 02.12.2020; approved after reviewing 28.12.2020; accepted for publication 26.02.2021.