

это самовыражение в самостоятельности, в творчестве, в успехе. Так возникает возможность приобретения иного (более высокого) социального статуса и иной социальной роли в малой группе. Доказательством этих утверждений является стихийно сформировавшаяся корпорация постоянных участников конкурса «Екатеринбург – город будущего». Это – руководители конкурсных проектов (от 26 до 30 человек) – педагоги общеобразовательных школ и вузов города.

Так, в процессе участия в конкурсе «Екатеринбург – город будущего» избыточная энергия личности педагогов сублимируется в социально одобряемые действия. Результатом реализации столь адекватного механизма психологической защиты является профилактика профессиональной деформации личности педагогов.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ГРУППОВОЙ СПЛОЧЕННОСТИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СОВМЕСТИМОСТИ В СПОРТЕ

В.П. Прядин, И.Ю. Сазонов

Спорт, являясь специфическим видом деятельности, предъявляет особые требования к групповой сплоченности и психологической совместимости. В большей мере это относится к игровым видам спорта с относительно небольшим количеством игроков (стартовый, основной состав). Основной состав это, как правило, наиболее сыгранные игроки, понимающие друг друга с полуслова (способные оценить ситуацию на площадке и действовать с учетом индивидуальных особенностей других игроков). Вместе с тем, они не вечны (утомление, усталость, возраст, временная потеря физических кондиций и т.п.), с необходимостью наступает момент их замены. Здесь впервые звенит тревожный звонок, предупреждающий о возможном нарушении групповой сплоченности. Безусловно, определяющим является сыгранность основного состава и «скамейки». Это проблема не только техническая (уровень индивидуального мастерства игрока вышедшего на замену, владение нангранными комбинациями и связками), но и психологическая. Многое зависит от того, как игрок «впишется» в основной состав, как проявит себя в экстремальной ситуации соревнований. Адаптации игрока в основном составе может в значительной мере способствовать психологическая совместимость, доброжелательные взаимоотношения между игроками, умение прощать промахи. Речь идет именно об отдельных недочетах, а не ошибках, которые влияют на исход игры. Если посмотреть на игроков высшего дивизиона, то они всегда исполняют необходимые действия-ритуалы одобрения или поддержки в виде своеобразных похлопываний о руки, проявляя тем самым эмпатию к коллегам. Данный ритуал вызван необходимостью снятия стресса

в процессе игры или подтверждением готовности решительно продолжать (начать) игру (например, постукивание клюшками о лед в хоккее).

Сделаем необходимое отступление. Сплоченность в спорте и производительном труде имеют как общие моменты, так и существенно отличается друг от друга. Сплоченность трудового коллектива (группы), определяется, как правило, единично выполняемыми операциями (действиями) которые постепенно, без срывов, ведут к достижению какого-либо результата. Другими словами – это спланированное, размеренное взаимодействие отдельных членов коллектива. Отступление от графика, рассматривается как чрезвычайное происшествие. Сплоченность в спорте, реализуется в соревнованиях. Это почти всегда экстремальный вид деятельности направленный на достижение результата (победы) в ограниченный промежуток времени и связанный с максимальным напряжением психики и физических возможностей спортсменов. Этим, во многом, определяется то, что зрители приходят на соревнование – получить в кровь необходимую порцию адреналина, посмотреть на бои спортивных «гладиаторов», поболеть за команду, посмотреть на любимого спортсмена, т.е. посмотреть на то, чего они лишены в своей обыденной жизни.

Многое в спорте определяется не только индивидуальным мастерством, но и коллективным, контактным взаимодействием которое направлено на достижение результата (очки, голы, секунды) и оказанием противодействия сопернику. В этом плане спорт, некоторым образом, можно соотнести с действиями спецназа. Единственное отличие, что от согласованных, сплоченных действий последних зависит судьба и жизни людей. Не случайно, что в спецназ отбираются бывшие и настоящие спортсмены. Единичные действия игроков также оцениваются с позиции надежности, умения адекватно действовать в экстремальных условиях соревнований, а не на тренировках (которые как раз и можно отдаленно соотнести с рутинной деятельности простого труженика). Отдаленно потому, что многие тренировки проходят с максимальным напряжением всех сил и возможностей организма. Этим во многом и объясняется, что большой спорт не всегда согласуется со здоровьем (физкультура – да).

При отсутствии экстремальных условий и непосредственной (контактной) зависимости одного труженика от другого, на одно из первых мест в условиях простого производства выходит психологическая совместимость в малых группах (отношения симпатии – антипатии, производственный климат и т.п.). Доброжелательные отношения в нем поддерживаются за счет неформальных отношений, наличия традиций, совместного проведения праздников, отмечания дней рождения, и т.п. Эти взаимоотношения надо заимствовать и спортивным командам. Достаточно много известно случаев, когда физически и тактически менее подготовленная команда за счет сплоченности, психологической настроенности на победу одерживала победу над командой с большим уровнем спортивного

мастерства (однако подчеркнем, что только случаи, но не закономерности). Происходит это потому, что команда пытается одержать победу над заведомо слабым противником так называемой «малой кровью», а те, почувствовав «слабинку» и поймав кураж, «прыгают выше головы». Перейти в данном случае от состояния самоуспокоенности к активным действиям, как правило, не получается или вообще, или до тех пор, пока не появится лидер вдохновитель.

В психологической литературе групповая, психологическая совместимость рассматривается в контексте групповой сплоченности /1,3,4/. Однако, следует заметить, что рассмотрение данного соотношения во многом остается декларативным. Оно, несмотря на ряд попыток, остается не проработанным ни на методологическом ни на методическом уровнях.

Под групповой сплоченностью обычно понимается единство группы, базирующееся на общности социальных установок, норм, взглядов, ценностей и проявляющееся в согласованных действиях по достижению общих целей /2/. Вместе с тем, многокомпонентность, определяющая групповую сплоченность, изначально таит в себе большое количество элементов противоположного полюса – разобщенности. Инженеры, техники, конструкторы давно знают, чем сложнее установка, агрегат, чем больше он включает в себя систем, блоков, деталей (элементов), тем менее он надежен. Повышение надежности осуществляется за счет введения дублирующих систем, что ведет к очередному витку усложнения агрегата. Попробуем разобраться в элементах определяющих сплоченность.

Социальная установка – это устойчивая сознательная или бессознательная преднастройка субъекта к объектам предстоящего взаимодействия. В контексте рассматриваемой проблемы (сплоченности) это то, что непосредственно влияет на поведение каждого члена группы при достижении цели, т.е. речь идет о целевой установке. Например, в спорте она может быть одноразовой (первичной), направленной на реализацию определенных тактических действий. Данная установка, как правило, дается непосредственно перед игрой или в процессе игровой ситуации возникшей на спортивной площадке и сразу же исчезает после выполнения задания, поведенческого акта, двигательного действия. Так игрок, вышедший на замену с конкретным заданием, выполнив свою функцию, может быть возвращен на скамейку запасных (волейбол, баскетбол). При возникновении аналогичной ситуации игрок может быть вновь выпущен на площадку (для выполнения блока или подачи). Другими словами, речь уже идет о вторичной или фиксированной установке, когда спортсмен может неоднократно выполнять одни и те же действия. Как правило, это игроки одного амплуа, в совершенстве овладевшие каким-то одним, двумя навыками. В легкой атлетике это может быть бегун, специально разгоняющий группу, задающий темп для установления высокого результата. В футболе игрок вышедший на замену, в другой игре может выполнять другую задачу. Он забывает о

предыдущей установке и реализует новую установку. Установка может быть и операциональной, когда игрок в зависимости от ситуации, возникшей на площадке должен самостоятельно выбрать один из возможных путей продолжения развития ситуации определенных ранее тренером. Это с одной стороны говорит о многофункциональных возможностях игрока, а с другой – о достаточно высоких требованиях предъявляемых к прогностическим возможностям игрока и тренера, знанием тренером индивидуальных психофизиологических особенностей членов спортивной команды (*гностический или коммуникативный компонент установки – знания объекта установки*).

Игрок, выпущенный на замену в критический момент развития ситуации на спортивной площадке может не оправдать надежд тренера, если он не обладает достаточной стрессоустойчивостью, силой нервной системы, если он в экстремальной ситуации, по сравнению с тренировкой, «теряет голову». Задача тренера в данной ситуации – настроить спортсмена на выполнение данной работы, ввести его в оптимальное эмоциональное состояние, состояние боевой готовности (*чувственный или эмоциональный компонент установки к спортсмену*.)

Смена установок в процессе игры требует от спортсменов проявления лабильности нервной системы. Так, например, замысел, установка тренера будут сорваны, результат не достигнут, если один или несколько игроков не смогут быстро перейти от зонной защиты в баскетболе к персональному держанию игроков или наоборот. На площадке возникнет хаос, который, безусловно, не будет способствовать ни сплоченности, ни совместимости.

Установка, даваемая тренером на достижение цели, во многом зависит не только от функциональной готовности спортсменов, но и от мотивов отдельных игроков по ее достижению, насколько они актуализированы, насколько важны и значимы для субъекта в данный момент – т.е. имеют личностный смысл. А.Г. Асмолов обозначил данную установку как смысловую. Так, для одних игроков – это очередная встреча, проходная игра, которая может закончиться удачно или не удачно, а для других она может быть последним шансом для того, чтобы остаться в основном составе команды или быть отобранным в сборную. Вместе с тем, регулярная актуализация мотивов (победа любой ценой) с одной стороны ведет к их обесцениванию, а с другой - при постоянном проявлении волевых усилий, происходит психонергетическое «обезвоживание» организма, когда просьбы, убеждения и даже приказы не могут быть выполнены. Они имеют личностный смысл, но не могут быть реализованы. Аналогичное эмоциональное «выгорание» может произойти при ожидании от спортсменов только победы (регулярном напоминании важности, значимости результата не только для него, но и для команды и страны в целом). Таким образом, объектом социальной установки может быть как отдельный спортсмен, так и спортивная команда, спортивный коллектив. При этом многое зависит от тех

действии, которые предпринимает тренер в отношении субъектов деятельности (*деятельностный или поведенческий компонент установки*).

Обобщая различные виды и компоненты установки можно подытожить, что они во многом определяют групповую сплоченность. Так, незнание личности спортсмена, неумение найти и задеть нужную эмоциональную «струнку» в его организме приведет к тому, что он будет действовать не синхронно с остальными членами группы (команды). Поэтому, сплоченного хора голосов никогда не получится, они никогда не запоят в унисон – команда не буде сплоченной.

Другим моментом, который влияет на групповую сплоченность и психологическую совместимость в команде является норма. *Норма* – установленная мера, средняя величина чего – либо. У разных субъектов она может значительно колебаться. У спортсменов – объем выполняемой тренировочной нагрузки, ее продолжительность, калорийность пищи, продолжительность восстановительного периода и т.п.

Групповая норма – единство требований и правил поведения для всей общности данной группы лиц. При этом, как правило, существует закон – кто не с нами, тот против нас.

Социальная норма – принятые в конкретном обществе или группе правила поведения, регулируемые взаимоотношения людей /6/. Хорошо известен пример, когда шведскому профессиональному хоккеисту пришлось покинуть НХЛ, после шутки над своими коллегами – поменял ночью места их вставные зубные протезы и в полной мере ощутил однозначное реагирование остальных членов группы на свое поведение. В основе социальной нормы лежит нравственность – поведение (установка) в соответствии с моральным кодексом общества.

Единство взглядов и ценностей, на наш взгляд, на фоне совместно достигаемого результата не имеет определяющего значения, т.е. мы не настаиваем на полной идентичности членов группы, более того, у каждого должна быть соответствующая, свойственная только ему «изюминка». Групповая сплоченность – это не действие безличных запрограммированных роботов, а взаимодействие на основе психологической совместимости. При ее наличии группе не будут мешать различный рост, вес, возраст и т.д., главное, чтобы не возникало чувство антипатии. Более того, как отмечает Е.П. Ильин, «в соревновательной ситуации, когда речь идет о победе в состязаниях, игровые взаимоотношения редко разрушаются, так как личная неприязнь между спортсменами отходит на задний план» /1, с.150/. Другими словами, психологическая несовместимость не является определяющим фактором в групповой сплоченности. Безусловно, фактором желательным, но не обязательным. Так, например, существуют многие профессиональные команды, игроки которых общаются только на тренировках и соревнованиях, игроки с различным мировоззрением с различными социальными установками. Так уживаются две «звезды» «в одной берлоге» (команде) если

каждый из них «не тянет одеяло на себя». Однако, если у игроков в спортивной команде различный уровень спортивного мастерства, или наблюдается достаточно большой разрыв между физическими кондициями (скорость реакции, выносливость и т.п.), и эти различия мешают достижению результата, то можно говорить о функциональной несовместимости влияющей на групповую сплоченность. Вместе с тем, команда может быть сплоченной и при разумном сочетании опытных (но утративших физические кондиции) и молодых (но не имеющих опыта) игроков. При отсутствии «дедовщины» в таких командах (коллективах) наблюдается и психологическая совместимость.

Под *психологической совместимостью* мы понимаем длительное бесконфликтное взаимодействие двух и более субъектов при достижении совместных целей. Бесконфликтность в данном случае понимается как синоним эмпатии и удовлетворенности от общения при совместной деятельности. Только при длительном общении в обычных условиях могут быть выяснены тонкие, специфические особенности темперамента, характера и отношение к ним окружающих. Не каждому могут понравиться те «изюминки», о которых мы говорили выше. К одной из характеристик эмпатии, на наш взгляд, относится и умение прощать. Исходя из амбифлекторной природы психического, более или менее регулярного отклонения от нормы связанного с колебательными процессами, такое умение (прощать) может являться одной из характеристик психологической совместимости. Не случайно, что даже в сплоченной команде некоторые спортсмены на сборах или в предсоревновательный период предпочитают жить в комнате в одиночку, или строго с определенным человеком. Уточним, жить, неформально общаться – не означает, что аналогичный выбор будет при игровом взаимодействии. Игроки могут быть психологически совместимы, а функционально нет. Особенно остро этот вопрос встает при длительно выполняемой совместной работе в замкнутых пространствах, без возможности найти разрядку в социуме (длительные сборы на спортивных базах со строго регламентируемым режимом, космонавтика). При психологической несовместимости происходит постепенное накопление отрицательных эмоций, человек начинает невольно истолковывать даже правильные действия напарника как провокационные, имеющие тайный смысл, как действия с подвохом. В конечном итоге может произойти эмоциональный «взрыв», после которого сплоченность будет относительной, призрачной. Человек будет выполнять свои функциональные обязанности но, не замечая присутствия других (пустое место), время от времени подавляя ненависть к ним и считая минуты, когда он освободится от такого сообщества. Нечто аналогичное произошло с командой, осуществившей пробег на собаках по побережью Северного ледовитого океана. В конечном итоге они разбились по одиночке и стали передвигаться так, чтобы в пределах видимости не смог бы оказаться кто-нибудь другой.

Диагностика психологической совместности, сплоченности достаточно затруднена из-за большого разрыва между реальными условиями деятельности и моделируемыми ситуациями. Поэтому, полученные данные и вычисляемые коэффициенты носят вспомогательный характер. Приведем один из них. При проведении социометрической методики Н.В. Бахарева предложил вычислять коэффициент сплоченности. Он равен частному от разницы взаимных положительных и взаимных отрицательных выборов (числитель), и величиной $n(n-1):2$ (знаменатель), где n – число членов группы. Коэффициент сплоченности (а не сплоченность как таковая при реальной деятельности) тем больше, чем ближе он приближается к единице, т.е. чем больше в группе взаимных положительных выборов (во-первых и во-вторых) и меньше взаимных отрицательных оцениваемых, соответственно оцениваемых в -1 и -2 балла. Не стоит забывать и о том, что коэффициент может быть различным, в зависимости от эмоционального или делового выбора. Социометрический опрос, как вспомогательный инструментальный, мы применяем в методике «Картонный домику».

В психологических экспериментах сплоченность группы исследовалась, как правило, при совместной работе на гомеостате. Один из вариантов предполагает прохождение какой-либо кривой линии за счет вращения ручек каждым игроком находящимся изолированно от других. Успешное прохождение зависит от согласованности действий каждого испытуемого с другими. Близок по содержанию и другой вариант (также как и предыдущий – без реального общения испытуемых). Успех в нем достигается только за счет выполнения лидирующих функций только одним испытуемым. Следующий вариант – это так называемый вариант душевых кабин с подводкой к ним труб с горячей и холодной водой разного диаметра. Возможность принять душ при нормальной температуре воды появляется только при варианте вращения кранов одним испытуемым (как и в предыдущем случае). Естественно судить в этих вариантах о психологической совместности не приходится. Можно лишь косвенно судить о большей настойчивости или упорстве (зачастую тупом) одного из испытуемых. Исследователи дают рекомендации, что двух таких упорных испытуемых (лидеров ?) лучше не ставить в один космический полет. Более интересен эксперимент, по своему психологическому содержанию, был проведен на гомеостате в лаборатории А.В. Петровского между асоциальными (трудными) субъектами и между лицами с высокими нравственными установками. В первой серии при совершении ошибки одним испытуемым наказывались разрядом электрического тока все члены группы. Во второй серии за допущенную ошибку получал наказание только провинившийся испытуемый. Интересен тот факт, что при наказании током только одного испытуемого за ошибки совершенные всеми, «нравственные» снижали скорость прохождения кривой по сравнению с распределенным наказанием (каждый получал наказание только за свои ошибки). Трудных

мало волновала судьба наказуемого за совершаемые им ошибки. Они увеличивали скорость совместных действий по сравнению с серией распределения наказания на всех. Существенный недостаток всех перечисленных методик – это отсутствие напрямую фиксируемых психологических параметров, а без таковых говорить о психологической совместимости не приходится. Преодолеть эту ситуацию нам удалось при выполнении серии методик разработанных в 1986 году /5/. Ниже мы обратимся к одной из них. Это методика «Карточный домик», которая, как и многие другие, не требует создания серьезной аппаратуры и предполагает выполнение психомоторных действий как с удобной для игроков скоростью, так и в ограниченное экспериментатором время.

Определенное представление о психологической совместимости можно получить при проведении теннисного шарика (за две нитки пронизывающего его) четырьмя испытуемыми по коридору из двух петляющих и имеющих прямолинейное направленных линий. Равенство пути, за правильность которого отвечал каждый испытуемый или пара испытуемых, рассчитывалось с помощью курвиметра. Перед испытуемыми ставилась задача по более быстрому и безошибочному (не выхождение за пределы отведенного коридора) проведению шарика от одной точки к другой. Испытание можно было проводить в виде игры «Забей гол», когда за ведущее направление (в сторону ворот соперника) поочередно отвечало по два игрока. Данный вариант проверки психологической совместимости был разработан совместно с профессором А.И. Крупновым.

Методика «Карточный домик». Данная методика, в зависимости от задач исследования, имеет три возможных варианта исполнения или три последовательные серии и может носить как уточняющий характер проверки совместимости отдельных игроков, так и быть и основным вариантом исследования по диагностике психологической совместимости.

1 вариант (серия), предполагает выявление эмоционального реагирования на действия одного игрока, каждым из трех игроков в четверке.

Инструкция: вам предлагается на время, поочередной постановкой двух или одной карты (которая кладется на перекрытие), построить максимально высокий домик из карт (дом должен располагаться на одной линии, а не быть, допустим, в форме квадрата). О времени завершения задания вам будет сообщено дополнительно. Если при очередной попытке установки карт домик развалится, то можете возобновить строительство без дополнительной команды, а если будет целиком использована одна колода, то попросите следующую колоду. Давайте определимся, кто начнет строительство домика. Хорошо. Все остальные последовательно, по часовой стрелке, будут устанавливать свои карты. Начали.

При серийном выполнении задания, перед началом выполнения второй серии рекомендуется провести социометрический опрос - «С кем из игроков ты бы хотел участвовать в совместном строительстве домика в первую, во

вторую и в третью очередь»? Игрокам сообщается, что их выбор будет учитываться, но не будет решающим, из-за условий проведения второй серии. Говорится также, что их выбор не будет озвучен для других игроков.

2 вариант (серия) предполагает, при строительстве максимально высокого домика *на время*, установление игроком только одной карты. При этом каждому игроку приходится последовательно устанавливать карту как с другим партнером, так и в одиночку (перекрытие).

Перед началом третьей серией вновь проводится социометрический опрос, результаты которого реализуются в 3 серии (игрок выполняет действия с напарником, с которым бы он хотел работать в последнюю очередь (в – третьих). В серии 3а учитываются взаимные положительные выборы игроков (после очередного социометрического опроса). Результаты выбора также не сообщаются.

3 вариант (серия) предполагает строительство домика только строго зафиксированными парами (например, с разными или одинаковыми темпераментами, равностоящими в спортивном отношении или опытного спортсмена и новобранца, «карьериста» и простого исполнителя, лидера и аутсайдера и т.д.). При этом каждая пара (кроме установки первой пары карт) совместно устанавливая букву « \wedge » (каждый свой элемент) должна совместно установить одну карту и в виде перекрытия. В инструкции также сообщается, что будет фиксироваться не только общее время выполнения работы, но и кто выполнит свои операции быстрее и совершит меньше ошибок (падение двух карт или разрушение домика целиком). Решение о завершении строительства домика испытуемые могут принять самостоятельно (при возникновении конфликтной ситуации), до команды экспериментатора.

Вариант 3а (серия) предполагает продолжить строительство нового домика, но пары формируются по желанию игроков. Этот вариант может стать основным, в зависимости от целей исследования.

Напомним, что для отслеживания всех возможных вариантов взаимодействия игроков, рекомендуется последовательно провести все три серии (1, 2, 3 и 3а) с записью на видеомэгафон и появлением экспериментатора (или помощника, которого вызывают специальным сигналом) только для подачи следующей инструкции.

Проведя комплекса заданий по выявлению психологической совместимости мы пришли к следующим выводам:

1. эмоциональная несдержанность может послужить причиной смены партнера при выполнении очередной серии задания;
2. попеременное лидирование двух игроков при позитивном отношении друг к другу не нарушает групповой сплоченности;
3. претензии двух испытуемых на роль лидера ведут к дезорганизации групповой сплоченности и психологической совместимости;

4. исполнительные испытуемые пытаются строго следить за ходом выполнения задания и соблюдением инструкций;
5. отрицательные оценочные высказывания снижают эффективность совместно решаемой задачи и могут привести к конфликту и вербальной агрессии (особенно при отсутствии экспериментатора);
6. методика «Карточный домик» позволяет выбрать психологически совместимого партнера по выполнению задания;
7. участие в игре вышестоящего лица или начальника сдерживает проявление эмоций и вербальные реакции;
8. по отчетам испытуемых полученная картина в процессе проведения эксперимента, во многом соответствует той, которая наблюдается в жизни;
9. отсутствие экспериментатора приводит к меньшей требовательности в высказываниях игроков, но не меняет истинной картины взаимоотношений и психологической совместимости;
10. конфликт, возникший во время игры может продолжаться и по ее окончанию, поэтому в конце эксперимента необходимо сделать акцент на то, что это всего лишь игра.

Библиографический список

1. Ильин Е.П. Глава X. Сплоченность команды и ее влияние на успешность деятельности // Психология физического воспитания: (факторы влияющие на эффективность спортивной деятельности) – М.: Просвещение, 1983. С. 150-157.
2. Немов Р.С. Психология: Словарь справочник: В 2 ч. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – Ч. 2. – 352 с.
3. Психологический словарь / Под ред. В.В. Давыдова, а.в. Запорожца, Б.Ф. Ломова и др. – М.: Педагогика, 1983. – С. 346.
4. Психология. Проблема психологической совместимости членов спортивного коллектива // Учебник для ин-тов физич. культ. / Под ред. Рудика П.А. – М.: ФизС, 1974. С. 388-390.
5. Прыдеин В.П. Совместная деятельность и групповая совместимость при решении комбинаторных мыслительных задач // Актуальные проблемы психологии в свете современных требований общественной практики: Тез. докл. 23-24 мая 1986г. / Перм. гос. пед ин-т. Пермь, 1986. С.110-111.
6. Словарь практического психолога / Сост. С.Ю. Головин. – Минск: Харвест, 1977. – 8000с.