

Психологические факторы эффективности соревновательной деятельности по профессиональному мастерству

Тымчиков Алексей Юрьевич

Технический директор, AuthorID: 1100066, e-mail: katorse@yandex.ru

Агентство развития профессионального мастерства (Ворлдскиллс Россия), г. Москва, Россия

Аннотация

Представлены результаты психологических исследований факторов эффективности соревновательной деятельности по профессиональному мастерству. Раскрыто психологическое содержание этой деятельности, ее связи с конкурсной деятельностью. Основным методом эмпирических исследований психологических факторов эффективности соревновательной деятельности по профессиональному мастерству являлся сравнительный анализ высоко- и малоэффективной деятельности, а также личностно-профессиональных качеств их субъектов. Для этой цели использовалось анкетирование победителей и призеров соревнований по профессиональному мастерству, а также тех участников, которые выступили неудачно. Выявлены главные психологические детерминанты, обеспечивающие успешное выступление на соревнованиях по профессиональному мастерству при высоком уровне инструментальной готовности. Определены основные психологические причины неудачных выступлений – излишняя самостоятельность при недостаточном опыте психологической подготовки; недостаточно хорошее владение психологическими технологиями самовоздействия; невысокая потребность в достижениях, размытый нечеткий образ «Я-победитель»; неадекватная (завышенная и заниженная) самооценка; непродуктивная рефлексия, невысокий уровень рефлексивной культуры; недостаточный уровень развития главных личностных и профессиональных качеств; неуверенность.

Ключевые слова

Соревнование, конкурс, профессиональное мастерство, конкурсная деятельность, личностно-профессиональные качества, психологические детерминанты, психологические факторы эффективности

Для цитирования: Тымчиков А.Ю. Психологические факторы эффективности соревновательной деятельности по профессиональному мастерству // Вестник университета. 2022. № 8. С. 220–226.

Psychological factors of the effectiveness of competitive activity in professional skills

Alexey Yu. Tymchikov

Deputy General Director – Technical Director

e-mail: katorse@yandex.ru

Professional Skills Development Agency (WorldSkills Russia), Moscow, Russia

Abstract

The results of psychological studies of the factors of the effectiveness of competitive activity in professional skills are presented. The psychological content of this activity, its connection with competitive activity is revealed. The main method of empirical research of psychological factors of the effectiveness of competitive activity in professional skills was a comparative analysis of highly and poorly effective activities, as well as personal and professional qualities of their subjects. For this purpose, the survey of winners and prize-winners of professional skills competitions, as well as those participants who performed unsuccessfully, was used. The main psychological determinants that ensure successful performance at professional skill competitions with a high level of instrumental readiness are identified. The main psychological reasons for unsuccessful performances are identified - excessive independence with insufficient experience of psychological training; insufficient command of psychological technologies of self-action; low need for achievements, blurred fuzzy image of "I am the winner"; inadequate (overestimated and understated) self-esteem; unproductive reflection, low level of reflective culture; insufficient level of development of the main personal and professional qualities; uncertainty.

Keywords

Competition, professional skills, competitive activity, personal and professional qualities, psychological determinants, psychological factors of effectiveness

For citation: Tymchikov A.Yu. (2022) Psychological factors of the effectiveness of competitive activity in professional skills. *Vestnik universiteta*, no. 8, pp. 220–226.



ВВЕДЕНИЕ

В психологических исследованиях проблема повышения эффективности профессиональной деятельности имеет различные направления, связанные с ее решением. Одно из них – организация масштабных соревнований или конкурсов по профессиональному мастерству. Соревнование – непосредственное или опосредованное взаимодействие (или взаимовлияние) соревнующихся, при котором каждый стремится к одной и той же цели – достигнуть превосходства и результата, победить [1].

Соревнование по профессиональному мастерству является особым видом деятельности, в которой участвующие стремятся превзойти друг друга в мастерстве. Оно является мощным мотивирующим фактором, значимым для субъекта профессиональной деятельности. Высокая публичная оценка, даваемая победителям соревнований по профессиональному мастерству, повышает их статус самооценку, и тем самым стимулирует дальнейшее личностно-профессиональное развитие, повышает эффективность профессиональной деятельности.

Соревнование всегда связано с борьбой, конкуренцией, влиянием различного рода помех, что обуславливает возникновение сильной напряженности, часто больших физических и психических перегрузок. Вследствие этого условия осуществления соревновательной деятельности являются особыми и экстремальными [2]. В связи с этим для победы в соревнованиях, помимо профессионального мастерства, необходимо обладание специальными личностными и профессиональными качествами, позволяющими эффективно действовать в сложных условиях соревнований, а также специальная психологическая подготовка к ним.

Следует отметить, что психологические исследования соревнований по профессиональному мастерству, психологической готовности к ним, несмотря на их актуальность и значимость, проводятся ограниченно.

КРАТКИЙ ОБЗОР ИССЛЕДОВАНИЙ

Психологические исследования соревновательной деятельности проводятся, главным образом, в спортивной психологии [3–9]. В ней отмечается, что сущностью соревновательной деятельности является противоборство, конкуренция, стремление к личной победе. Предметом в них является человек (спортсмен) как субъект и объект соревновательной деятельности. Ее продуктом являются спортивные достижения. В то же время сама соревновательная деятельность направлена не только на достижения, но самосовершенствование и воспитание. Данная деятельность, как отмечалось, связана с большими физическими и психическими нагрузками. Существуют и другие отличительные особенности соревновательной деятельности: публичная оценка, большая значимость для ее субъекта, ограниченность числа зачетных попыток (нет возможности исправить) и времени, вариативность мест проведения, то есть непривычность условий [5].

В психологии труда и педагогической психологии исследовался особенный вид соревновательной деятельности – конкурсы (А.Г. Асмолов, И.В. Григорьевская, М.В. Малина, В.В. Мороз, Л.А. Руденко и др.).

Конкурс – состязание нескольких или многих участников в области науки, искусства и прочих с целью выявить сильнейших из них и наилучшие работы [1]. Конкурсная деятельность – это сложное социокультурное взаимодействие, которое выполняет функции сохранения и обновления культурных традиций, процесс системной передачи нормативно-ценностного и творческого опыта, способ саморазвития и самореализации личности. Конкурсное взаимодействие основано на принципе состязательности.

Отличием конкурса от соревнования является наличие материального продукта или качества работы, на основании которых присуждается победа. В связи с этим соревнования по профессиональному мастерству, вообще говоря, являются конкурсами. В то же время сложилась традиция отождествлять понятия «соревнование» и «конкурс», когда речь идет о профессиональном мастерстве.

В психологии так же исследовались личностно-профессиональные качества специалистов в профессиональной сфере. Определенный набор психологических качеств у специалистов, например: самостоятельность, целеустремленность, самоконтроль и дисциплинированность, высокий уровень самооценки, аналитические способности и т.д., способствует развитию профессиональной мотивации, стимулирует у них желание добиваться поставленных целей, стремление к победе (И.В. Бабичев, М.А. Войтикова, И.В. Гайдамашко, В.Г. Зазыкин, Н.Г. Кондратюк, В.И. Моросанова и др.) [10; 11].

Психологические исследования эффективности конкурсной деятельности по профессиональному мастерству проводятся ограниченно.

ОСОБЕННОСТИ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Для определения психологических факторов эффективности соревновательной или конкурсной деятельности по профессиональному мастерству было проведено эмпирическое психологическое исследование.

Главной гипотезой исследования являлось предположение о том, что наиболее значимые или сильно выраженные личностно-профессиональные качества победителей и призеров соревнований по профессиональному мастерству, применяемые ими психологические технологии, приоритеты в стратегии являются основными психологическими факторами эффективности соревновательной деятельности (конкурсов) по профессиональному мастерству. Их объединение в систему позволяет достичь высокой результативности, победы в данных соревнованиях.

Объект исследования – победители и призеры соревнований (конкурсов) профессионального мастерства (мужчины и женщины), их личностные и профессиональные качества, особенности психологической готовности к соревнованиям, применяемые психотехнологии самовоздействия.

Кроме того, другими объектами исследования стали участники соревнований по профессиональному мастерству, не добившиеся высоких результатов.

Основным методом исследований являлся сравнительный анализ высокопродуктивной и малопродуктивной деятельности, а также уровень развития личностных и профессиональных качеств субъектов таких видов деятельности, широко применяемый при психологическом изучении профессионализма [1; 7; 12].

Данный метод был реализован в исследовании с помощью анкетирования. Для этого была разработана анкета, прошедшая апробацию и рецензирование. Анкета состояла из десяти пунктов (вопросы, утверждения, задания на самооценку путем ранжирования). Пункты 1–4 позволяли выявить особенности психологической подготовки к соревнованиям, формирования готовности и настроения. Пункты 5 и 6 позволяли выявить особенности рефлексивной организации соревновательной деятельности. Пункт 7 – выявление роли психологической поддержки, воодушевляющего общения. Пункт 8 – обоснованность выбора соревновательной стратегии. Пункт 9 – самооценка своих личностно-профессиональных качеств (всего 14), их ранжирование. Пункт 10 – внешняя оценка своих личностно-профессиональных качеств, соотнесение с самооценкой.

Всего в анкетировании приняло участие 102 человека. Из них 52 человека – победители и призеры соревнований-конкурсов (женщин – 17 человек, мужчин – 35 человек), имеющих разный опыт профессиональной деятельности. В анкетировании участвовали 50 человек, выступивших в соревнованиях-конкурсах неудачно (женщин – 8 человек, мужчин – 42 человека). Данные совокупности сопоставимы и позволяли выявить устойчивые отношения и тенденции.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анкетирование позволило получить значимые психологические результаты особенностей соревновательной деятельности участников – мужчин, женщин, имеющих разный стаж профессиональной деятельности, успешных и неуспешных. В соответствии с поставленной задачей остановимся на психологических факторах эффективности соревновательной деятельности по профессиональному мастерству на примере победителей и тех, кто выступил неудачно («неудачники»). Раскроем их психологическое содержание.

Как показало анкетирование, «неудачники» соревнований проявили существенно большую самостоятельность при подготовке к соревнованиям, чем победители и призеры – 88 % против 61,5 % (ответы «да» и «в значительной мере»). Разница в 26,5 % весьма велика. Подчеркнем, что 23 % победителей и призеров соревнований отметили постоянную действенную помощь в психологической подготовке к соревнованиям, «неудачники» о такой помощи говорили меньше. Таким образом, излишняя самостоятельность при недостаточном опыте психологической подготовки и владении психотехнологии самовоздействия сыграли свою отрицательную роль. Отмечены случаи самоуверенности у участников соревнований, их значение отмечено в публикациях [9].

В процессе подготовки к соревнованиям участники часто применяют вербальные психологические установки, самоприказы типа «Я должен победить». Это весьма эффективные психологические технологии при умелом их использовании. Большинство победителей и призеров соревнований по профессиональному мастерству успешно их применяли для формирования своей психологической готовности –

61,5 % (ответы «да» и в «значительной мере»), 15,4 % их использовали не систематизировано, мало использовали 11,5 % и практически не использовали так же 11,5 %. «Неудачники» соревнований их использовали существенно больше – 80 % (ответы «да» и в «значительной мере»), 12 % их использовали не систематизировано. Иными словами, использовали больше, а результата не достигли. Углубленное исследование показало, что «неудачники» соревнований недостаточно хорошо владели этими психологическими технологиями психологического настроя, они не сумели точно сформулировать установки и самоприказы, транслировать их в соответствующей тональности. В свою очередь это отрицательно сказалось на мотивации достижений, которая в соревнованиях играет большую роль [5; 7].

У победителей и призеров соревнований были достаточно высокие показатели силы личности, поэтому уровень тревожности у них не был высоким. Вследствие чего психологическая технология на снижение уровня тревожности применялась ограниченно. Активно ее применяли лишь 17,3 % победителей и призеров соревнований, 23,1 % ею пользовались, но не тотально, 15,4 % не использовали вообще и 25 % использовали эпизодически. «Неудачники» соревнований данную психологическую технологию настроя применяли намного больше – 56% (ответы «да» и «в значительной мере»), 12 % ее использовали эпизодически. Судя по полученным результатам, «неудачники» соревнований недостаточно хорошо владели и этой психологической технологией. Не исключено, что у «неудачников» соревнований в силу недостаточного опыта участия в них, мог быть к тому же и высокий уровень ситуативной тревожности, которую они не сумели компенсировать.

Психологическую технологию формирования образа «Я-победитель» активно применяли 21,2 % победителей и призеров соревнований по профессиональному мастерству, 36,5 % ее использовали по мере необходимости, 7,7 % – редко и 19,2 % – от случая к случаю, 15,4 % не использовали ее вообще. Вероятно, она также помогла достичь высокого результата. Напомним, данная психологическая технология весьма действенна, если у человека хорошее воображение и сила его регуляторного влияния. Образы «Я-победитель» должны быть четкими, яркими, реалистичными и контролируемыми. Необходима так же активность мечты и вера в реальность образа «Я-победитель» [2]. «Неудачники» соревнований применяли ее несколько активнее – 62 % (36 %; 26 %), не использовали только 8 %, мало использовали 14 %, 16 % участников применяли ее от случая к случаю. Таким образом, «неудачники» соревнований недостаточно хорошо владели и этой психологической технологией.

Половина победителей и призеров соревнований по профессиональному мастерству активно и целенаправленно осуществляла анализ сильных и слабых сторон своих соперников, участвующих в соревновании, учитывали его в своем выступлении – 40,4 % (25 %; 15,4 %), 26,9 %, делали это эпизодически, в зависимости от ситуации, 19,2 % – редко. 13,4 % не осуществляли вообще. Более половины «неудачников» соревнований имели весьма активную рефлекссию – 60 % (38 %; 22 %), 18 % ориентировались на сильные и слабые стороны соперников эпизодически, остальные (8 % и 18 %) их практически не учитывали. Причиной неудачного выступления, вероятно, была недостаточная продуктивность рефлексии и рефлексорного анализа, вследствие психологических ошибок при учете сильных и слабых сторон соперников, вызванных как избыточной уверенностью в собственных силах, так и неуверенностью в них. Возможно, для этого не было необходимой информации или участники не умели с ней работать.

Многие участники соревнований по профессиональному мастерству и призеры таких соревнований отмечали важность ободряющего, поддерживающего и воодушевляющего общения, которое способствовало повышению у них уверенности: 75,3 % (58 % и 17,3 %) победителей и призеров соревнований подчеркнули его положительное влияние. Правда, 17,3 % отметили ситуативность его положительного влияния. В то же время 75 % (63 % и 12 %) «неудачников» соревнований подчеркнули положительное влияние поддерживающего, воодушевляющего общения, которое способствовало у них повышению уверенности, 16 % отметили, что оно было необходимо не во всех соревновательных ситуациях, а 8 % в ней практически не нуждались, на них она не оказывала положительного влияния. Иными словами, данный психологический фактор не являлся значимым.

Практически все победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству главное внимание уделяли своей инструментальной, то есть технической готовности – 99,9 % (88,4 % ответов «да» и 11,5 % ответов «в значительной мере»), то есть оттачивали свои профессиональные навыки и умения, стремились к профессиональному творчеству. Такая подготовка являлась приоритетной в соревновательной стратегии,

которая во многих случаях себя оправдывает при условии высокого уровня развития личностно-профессиональных качеств, психической устойчивости и продуктивной рефлексии. «Неудачники» соревнований по профессиональному мастерству чуть меньше внимания уделяли своей инструментальной готовности – 96 % (68 % ответов «да» и 28 % ответов «в значительной мере»), то есть оттачивали свои профессиональные навыки и умения, стремились к профессиональному творчеству. Такая подготовка являлась главной в соревновательной стратегии, которая во многих случаях себя оправдывает при условии высокого уровня развития личностно-профессиональных качеств, психической устойчивости и продуктивной рефлексии. И данный психологический фактор не являлся значимым.

Победители, призеры и другие участники соревнований по профессиональному мастерству осуществили самооценку своих личностных и профессиональных качеств и свойств, которые могли способствовать успеху. Оценили они их довольно высоко. У победителей и призеров – средний балл по десятибалльной шкале – 8,26, у потерпевших неудачу – 7,59, то есть разница около 10 %, что весьма существенно. Данная самооценка может вполне быть реалистичной, так как в международных соревнованиях такого уровня участвуют очень сильные мастера, прошедшие специальный отбор, профессионализм которых обеспечивается развитостью личностных и профессиональных качеств и свойств.

Полученные результаты свидетельствуют, что одной из причин неудачного выступления мог стать недостаточный уровень развития личностных и профессиональных качеств.

Отметим, какие качества у победителей и призеров более развиты, чем у других участников соревнований:

- профессиональные способности (8,15 и 6,9; разница 1,25 балла, то есть более 15 %);
- уровень профессионального мышления (8,7 и 7,7; разница 1 балл);
- все волевые качества: воля, решительность, упорство, настойчивость, способность к концентрации (8,9 и 7,4; разница 1,5 балла);
- способность к обучению, освоению опыта других (8,8 и 7,8; разница 1 балл);
- потребность в достижениях (8,9 и 7,5; разница 1,4 балла);
- сила личности (8,45 и 7,3; разница 1,15 балла);
- уверенность (8,15 и 7,15; разница 1 балл).

Таким образом, недостаточный уровень развития базовых личностных и профессиональных качеств, не позволили ряду конкурсантов выступить успешнее на соревнованиях по профессиональному мастерству.

ВЫВОДЫ

Проведенные исследования, первичный анализ полученных результатов позволили выявить главные психологические детерминанты, обеспечивающие успешное выступление на соревнованиях по профессиональному мастерству при высоком уровне инструментальной готовности:

- сила личности;
- уверенность;
- потребность в достижениях, победах;
- адекватная самооценка;
- высокий уровень рефлексивной культуры;
- владение психологическими технологиями самовоздействия;
- высокий уровень развития личностно-профессиональных качеств;
- рациональная самостоятельность в подготовке.

Сравнительный анализ результатов анкетирования участников соревнований, позволил выявить основные психологические причины неудачных выступлений:

- излишняя самостоятельность при недостаточном опыте психологической подготовки;
- недостаточно хорошее владение психологическими технологиями самовоздействия;
- невысокая потребность в достижениях, размытый нечеткий образ «Я-победитель»;
- неадекватная (завышенная и заниженная) самооценка;
- недостаточная рефлексивная организация соревновательной деятельности; непродуктивная рефлексия, невысокий уровень рефлексивной культуры;
- недостаточный уровень развития главных личностных и профессиональных качеств;
- неуверенность.

Устранение данных психологических причин за счет улучшения качества психологической подготовки позволило бы «неудачникам» соревнований выступить лучше.

Таким образом, успех в соревновательной деятельности по профессиональному мастерству во многом обуславливается психологическими причинами.

Библиографический список

1. Ожегов С.И. *Словарь русского языка*. М.: Русский язык; 1981. 815 с.
2. Деркач А.А., Зазыкин В.Г. *Профессионализм деятельности в особых и экстремальных условиях*. М.: РАГС; 2003. 156 с.
3. Алексеев А.В. *Преодолей себя! Психологическая подготовка в спорте*. Ростов н/Д.: Феникс; 2006. 352 с.
4. Бабичев И.В., Гайдамашко И.В. Модель психологического сопровождения подготовки юных спортсменов. *Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России*. 2022;(2):203–209. <https://doi.org/10.35750/2071-8284-2022-2-203-209>
5. Ильин Е.П. *Психология спорта*. СПб.: Питер; 2008. 352 с.
6. Загайнов Р.М. *Психологическое мастерство тренера и спортсмена*. М.: Советский спорт; 2006. 256 с.
7. Посохова А.В. Психологическая готовность к предпринимательской деятельности как условие конкурентоспособности. *Экономические и социально-гуманитарные исследования*. 2015;(1):85–90.
8. Байковский Ю.В. (ред.) *Рудиковские чтения-2021: материалы XII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 3–4 июня 2021 г.* М.: Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма; 2021. 197 с.
9. Стишенок И.В. *Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей*. СПб.: Речь; 2008. 230 с.
10. Войткова М.А., Гайдамашко И.В. *Прикладная психологическая диагностика для специалистов кадровых служб: учебное пособие*. Москва : ОнтоП, 2021. – 272 с.
11. Моросанова В.И., Кондратюк Н.Г., Гайдамашко И.В. Надежность осознанной саморегуляции как ресурс достижения целей в профессиях высокого риска. *Вестник Московского университета. Серия 14: Психология*. 2020;(1):77–95. <https://doi.org/10.11621/vsp.2020.01.05>
12. Фетисова Е.В. Штрихи к психологическому портрету артиста балета (почему они не стали «звездами»). *Психологический журнал*. 1991;12(1):108–116.

References

1. Ozhegov S.I. *Dictionary of the Russian language*. Moscow: Russian language; 1981. (In Russian).
2. Derkach A.A., Zazykin V.G. *Professionalism of activity in special and extreme conditions*. Moscow: RAGS; 2003. (In Russian).
3. Alekseev A.V. *Overcome yourself! Psychological training in sports*. Rostov on Don: Phoenix; 2006. (In Russian).
4. Babichev I.V., Gaydamashko I.V. Model of psychological support for the training of young athletes. *Bulletin of the St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia*. 2022;(2):203–209. <https://doi.org/10.35750/2071-8284-2022-2-203-209>
5. Ilyin E.P. *Psychology of sports*. St. Petersburg: Piter; 2008. (In Russian).
6. Zagainov R.M. *Psychological skills of a coach and an athlete*. Moscow: Soviet sport; 2006. (In Russian).
7. Posokhova A.V. Psychological readiness for entrepreneurial activity as a condition of competitiveness. *Economic and socio-humanitarian studies*. 2015;(1):85–90.
8. Baykovsky Yu.V. *Rudikov readings-2021: proceedings of the 17th All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation, Moscow, 3–4 June 2021*. Moscow: Russian State University of Physical Culture, Sport, Youth and Tourism; 2021. (In Russian).
9. Stishenok I.V. *Self-confidence training: development and realization of new opportunities*. St. Petersburg: Rech; 2008. (In Russian).
10. Voitikova M.A., Gaidamashko I.V. *Applied psychological diagnostics for personnel services specialists: textbook*. Moscow: OntoP, 2021. – 272 p.
11. Gaidamashko I.V., Kondratyuk N.G., Morosanova V.I. Reliability of conscious self-regulation as a resource for achieving goals in high-risk professions. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14: Psihologiya*. 2020;(1):77–95. <https://doi.org/10.11621/vsp.2020.01.05>
12. Fetisova E.V. Touches to the psychological portrait of the ballet dancer (why they did not become “stars”). *Psychological Journal*. 1991;12(1):108–116.