

ИНТУИЦИЯТА В СПОРТНИТЕ ИГРИ: КАК ДА РАЗПОЗНАЕМ ИГРАЧИТЕ-ИНТУИТИВИСТИ

Живка Желязкова-Койнова

Национална спортна академия „Васил Левски“,
катедра „Психология, педагогика и социология“

ORCID 

Zshivka Zsheliaskova-Koynova – <https://orcid.org/0000-0001-7309-1378>

РЕЗЮМЕ

Интуицията е несъзнаван процес на преценка на ситуацията и вземане на решение въз основа на непосредствено разбиране или възприятие, без използване на съзнателен анализ или логически разсъждения. В статията се разглеждат особеностите на интуицията в спортните игри и начините за разпознаване на играчите-интуитивисти. Целта на експлоративното изследване е създаване и апробация на психологическия инструмент „Скала за изследване на спортната интуиция“. Предмет на изследването са психометричните показатели на първия вариант на скалата, а обект – 46 спортисти (16 жени и 30 мъже), 16–36 г. Представят се резултатите от описателната статистика, корелационния анализ и айтем-анализа на скалата. Отчита се добра вътрешна консистентност на всички скали: Алфа на Кронбах варира между 0,84 и 0,86. При колективните спортове междуличностната интуиция е съществен компонент на спортната интуиция, докато при изследваните индивидуални спортове тя не корелира значимо с останалите 4 скали на теста. Предвид положителния резултат от апробацията на теста се препоръчва по-нататъшното му усъвършенстване.

Ключови думи: интуиция, вземане на решение, спортни игри, интуитивист, логик

INTUITION IN SPORTS GAMES: HOW TO RECOGNIZE INTUITIVE PLAYERS

Zshivka Zsheliaskova-Koynova

Department of Psychology, Pedagogy and Sociology

ABSTRACT

Intuition is the unconscious process of judging situations and making decisions based on immediate understanding or perception without using conscious analysis or logical reasoning. The paper discusses the features of intuition in sports games, with a central focus on how to identify intuitive players. The aim of the exploratory research was the creation and validation of the psychological tool "Sports Intuition Scale" (SIS). The objective of the study was the psychometric characteristics of the first version of SIS, and the subjects - 46 athletes (16 females and 30 males), 16-36 years old. The results of descriptive statistics, correlation analysis and

item analysis of SIS are presented. Good internal consistency of all scales was reported: Cronbach's alpha varied between 0.84 and 0.86. In team sports, interpersonal intuition represents a significant component of sport intuition, whereas in the individual sports it did not correlate significantly with the other 4 scales of the test. Given the positive result of the test's approbation, further development and elaboration is recommended.

Keywords: *Intuition, decision making, sport games, intuitive players, analytic players*

ВЪВЕДЕНИЕ

Какво е интуицията?

Според Българския тълковен речник интуицията е: „Усет, способност за несъзнателно проникване в същността на явленията; прозрение“. Психологическите дефиниции на термина са доста сходни: „Способността ни за директно знание, за непосредствено разбиране без наблюдение или разсъждение“ (Myers, 2002). Според Hogarth (2001) „същността на интуицията или интуитивните отговори е, че те се постигат с малко видимо усилие и обикновено без осъзнаване. Те включват малко или никакво съзнателно обмисляне“. Epstein (2010) предлага парадоксалната дефиниция: „Интуиция е чувството, че знаете, без да знаете откъде знаете“, като отбелязва, че и тази дефиниция не е истинска дефиниция, тъй като посочва какво интуицията не е и как не работи. Затова той предлага и втора дефиниция: „Интуицията е чувство за знание, основано на несъзнателна обработка на информацията“.

Dane & Pratt (2007) предлагат четири характеристики на интуицията: (1) несъзнателен процес (2) включващ холистични асоциации (3) които се създават бързо, което (4) води до афективно натоварени преценки. Inbar et al. (2010, цит. по Bradburry et al., 2017) характеризират интуицията като афективна, автоматична, без усилие, емпирична, холистична, идиосинкретична, неточна и спонтанна; в крайна сметка – ирационална. Lieberman (2000) добавя, че интуицията не е логически подход, а се смята за поведенческа реакция, предчувствие, импулс, подтик, преценка, шесто чувство или резултат от обработката на информация. В обобщение, най-важните особености на интуицията, посочвани от изследователите, са: 1. Несъзнаван характер – само крайното решение се появява в съзнанието; 2. Голяма бързина – автоматично протичане без усилие; 3. Връзка с емоциите; 4. Холистичност (цялостност); 5. Основава се на предишен индивидуален опит.

В съвременната когнитивна наука се смята, че интуицията представлява част от имплицитната система за обработка на информация, която е еволюционно по-стара, несъзнавана, обща за човека и животните, оперираща със сетивни образи, свързана с емоциите. Логическото мислене пък е част от характерната само за човека съзнателна експлицитна

система, оперираща с думи и символи. Двете системи обработват информацията едновременно, но имплицитната система обикновено дава отговора си първа поради голямата скорост на паралелната обработка на информацията в нейните подсистеми. Втората система е по-бавна, но по-точна (Канеман, 2012; Stanovich & West, 2000). Следователно, когато сме притиснати от времето, информацията за вземане на решение е недостатъчно и ситуацията е сложна (както например по време на важни мачове), а ние имаме експертни знания и умения в съответната област, е по-добре да разчитаме на интуицията. Логическият анализ с разсъждения и умозаклучения е по-добре да се извършва в моменти, когато разполагаме с повече време (напр. при теоретичния анализ на срещата).

Интуицията в спортните игри

Има ли значение дали решенията в спортните игри се вземат интуитивно или логически – както от играчите, така и от треньорите? Каква е връзката на интуицията с представянето?

Според данни на Macquet (2020) 60–81% от решенията на експертите – спортисти, треньори и спортни съдии – са интуитивни. Bossard et al. (2022) обясняват тези резултати с влиянието на времеви натиск в игровите ситуации. Според систематичния обзор на Ashford et al. (2021) използването на интуитивния или аналитичния подход в спортните игри зависи в най-голяма степен от наличното време – когато времето е малко, интуитивните процеси са по-точни в сравнение със съзнателната обработка на информацията. В изследването на Raab & Laborde (2011) играчите-интуитивисти извършват по-бързи и по-добри избори от аналитичните играчи. Играчите с най-висока квалификация в изследването имат по-силно предпочитание към използване на интуиция. Резултатите от изследването на Kinrade et al. (2015) показват, че склонността към съзнателен контрол и рефлексивно мислене при баскетболисти е негативно свързана с представянето в сложни спортни ситуации под напрежение, но води до по-бързи и по-добри решения, когато ситуацията е проста. Basevitch et al. (2020) представят резултати от изследване, според което успешното използване на интуитивния процес зависи от наличното време: когато наличното време е малко, интуитивните процеси са по-точни от логиката. Накрая, представянето на интуитивистите значително по-малко се влошава под напрежение (Ashford et al., 2021).

Bradbury & Forsyth (2012) провеждат проучване на процедурите за селекция на спортисти от треньорите. Макар треньорите да разполагат с обективни критерии, в 83% от случаите те използват и някаква форма на интуиция при вземането на решения за подбор.

В обобщение, представянето в спортните игри е по-добро при интуитивистите, когато има ситуации на голямо напрежение, ограничения във времето, сложни ситуации с голяма неопределеност. Когато ситуацията са по-елементарни и типични, има по-продължително време за вземане на решения и няма голямо напрежение, тогава относително по-голямо преимущество ще имат аналитичните играчи.

Как да разпознаем интуитивните играчи?

В дисертацията си „Интелект и дейност на спортиста. Спортен интелект“ В. Янев (1997) се спира на три основни типа играчи: 1. „**Логик**“ – системно-последователен: първо мисли и построява модел и после на тази база действа. Използва предимно заучени комбинации. Този тип, според Янев (1997), обхваща около 30% от играчите. 2. „**Интуитивист**“ – действа и мисли едновременно. Използва основно предвиждащи и импровизиращи технико-тактически действия. Оценката на относителния дял на интуитивистите сред българските представители на спортните игри е също около 30% от играчите. 3. „**Хаотик**“ – подходът му към играта е ситуативно-случаен – не мисли, а действа с голяма енергия. Спортистът, без да анализира конкретно постъпващата информация, търси решението на проблемната ситуация, която разрешава случайно в хода на дейността си. Схемата на дейността при този тип е: първо се извършва дейност и после се анализира какво е постигнато, като се пропуска как точно е извършвано. Според преценката на В. Янев около 40 % от българските играчи са хаотици.

Следното описание, взето от интервю с млад футболист, може да илюстрира начина, по който интуитивистите виждат интуицията си в действие: *„Когато изляза на голова позиция, идва решение: една картинка – как да преодоля защитата. Винаги знам как да мина защитника или да излъжа вратаря, самó ми се появява (наричам го „футболна фантазия“). Понякога ме питат – как го правиш? – а аз казвам: не мога да го обясня. Мигновено ми излиза вярното решение. Аз съм против теориите във футбола, теориите от учебниците. Критикуват ме, че не ги използвам“.*

Най-лесно можем да разпознаем интуитивните играчи **в процеса на решаване на различни експериментални задачи** за изследване на оперативното мислене (напр. Тест „Тройка“ – Янев, 1997). Интуитивистите започват да действат и едновременно с това да мислят как да решат проблемната ситуация. Това довежда до малко повече от оптималния брой ходове, които се компенсират с много бързи действия. Често показват по-добри резултати при решаване на сложните ситуации, отколкото при решаването на простите ситуации. Логиците пък отделят малко време в началото, за да обмислят задачата: замислят за части от секундата, преди да започнат да действат (независимо че инструкцията

изисква едновременно мислене и действие). За това кратко време те съставят визуален модел на ситуацията, като така постигат голяма точност при решаването ѝ.

Втори начин за разпознаване на интуитивните играчи е чрез **наблюдение в процеса на тренировките и състезанията**. Трябва да се следи за следните характеристики и признаци на поведението при интуитивните играчи (не всички от тях се проявяват винаги при всеки):

1. **Трудно обясняват своите решения и действия**. Когато ги запитат защо са направили нещо, те се затрудняват да посочат логическа причина. Казват нещо от сорта на „просто почувствах, че е правилно“, „така го усетих“. Интуицията е имплицитно (неявно) знание, което обикновено е трудно да се вербализира.

2. **Бързо вземат решения под напрежение**. Интуитивните играчи вземат бързи и ефективни решения за части от секундата в ситуации на високо напрежение.

3. Имат отлична **антиципация и позициониране**. Интуитивните играчи често са на правилното място в правилния момент, без някой да ги е учил на това. Добре „четат“ играта и предвиждат ходовете на съперника, като заемат оптималните игрови позиции.

4. Отличават се с **креативност, импровизация, иновативност в играта и кураж** да ги използват и да поемат **рискове**, да опитват нови неща.

5. **Увереност в „усета“ и „инстинкта“ си в играта**. Вярват в себе си дори когато другите (и дори треньорът) не вярва в тях.

6. **Спонтанност, непредсказуемост, неконвенционалност в играта**. Тези особености на интуитивистите създават големи проблеми за защитата на съперниците. Интуитивните играчи често извършват неочаквани действия или стрелят от неочаквани ъгли и разстояния, което хваща съперника неподготвен.

7. **Адаптивни** са, лесно нагаждат играта си към различни съперници и ситуации. Изменят стила си въз основа на текущите събития в играта. Внезапно променят тактиката си, защото така им е хрумвало изведнъж. Бързо разпознават и използват слабостите на съперниците.

8. **Комуникират ефективно** със съотборниците си както вербално, така и невербално. Постоянно споделят информация, адаптирайки играта си според обратната връзка от съотборниците и адаптирайки се към нуждите на отбора. Усещат емоциите на отбора си и „хващат“ сигнали, които другите пропускат.

Трети начин за разпознаване на интуитивистите е чрез **прилагане на психологически тестове**. Съществуват два теста за изследване на интуицията, като вторият се ба-

зира до голяма степен на айтеми от първия. Това са Предпочитание към интуиция/обмисляне (PID – Präferenz für Intuition und Deliberation – Betsch, 2004) и Домейн-специфични предпочитания към интуиция/обмисляне (Domain-specific preferences for intuition and deliberation in decision making – Pachur & Spaar, 2015). Въпреки че PID е използван за целите на изследване в спорта (Raab & Laborde (2011), трябва да се отбележи, че всъщност и двата въпросника не са спортноспецифични. В първия се съдържат въпроси като: „Харесват ми емоционални ситуации, дискусии и филми“, „Предпочитам емоционалните хора“ – айтеми, които определено не се отнасят до спорта. Вторият въпросник пък се отнася до избора и планирането на ваканция. Именно липсата на спортноспецифичен тест за изследване на интуицията в спорта ни мотивира за създаването на първия подобен въпросник.

МЕТОДИКА

Целта на изследването е създаване и апробация на психологическия инструмент „Скала за изследване на спортната интуиция“. Предмет на изследването са психометричните показатели на първия вариант на скалата; обект – 46 спортисти (16 жени и 30 мъже), 16–36 г. Формулираната въз основа на литературния обзор скала съдържа 30 твърдения, разпределени в 5 скали по 6 айтема във всяка и 5-степенна Ликертова скала за оценка от 1 – Въобще не се отнася за мен до 5 – Изцяло се отнася до мен. Скалите на въпросника са:

1. **Тактическа интуиция** – напр. Обикновено знам какво да направя в дадена спортна ситуация, защото го чувствам като правилно.
2. **Интуиция за вземане на решение** – напр. Често вземам правилни решения, без да е необходимо да ги обмислям.
3. **Антиципираща интуиция** – напр. Често мога да предвидя следващия ход на съперника, без да полагам съзнателни усилия.
4. **Креативна интуиция** – напр. Интуицията ми помага да мисля нестандартно, когато съм изправен пред предизвикателства в играта.
5. **Междоличностна интуиция** – напр. Умея бързо да долавям емоционалното състояние на съперниците си.

На първия етап от валидирането на въпросника е извършена апробация върху 46 изследвани лица – 16 жени и 30 мъже на възраст от 16 до 36 г., от които 16 представители на колективни спортове (волейбол, футбол) и 30 представители на индивидуални спортове (бокс, кикбокс, таекуондо, карате, самбо, ММА). Само 6 от изследваните са състезатели на клубно равнище, 24 са състезатели на национално равнище (медалисти от националните

шампионати) и 16 от изследваните лица са печелили медали и призови места на европейски и световни шампионати. Изследването не е анонимно, спортистите посочват имената си и предоставят информация за своя пол, възраст, спорт, посочват кое е най-доброто им състезателно постижение. Участието в изследването е доброволно. Изследваните лица са поканени за участие в проучването от своите треньори или спортни психолози.

Проучването е проведено с помощта на онлайн базиран въпросник. Статистическата обработка на данните е извършена с помощта на статистическия софтуерен пакет SPSS 21 – програмите за описателна статистика, корелационен анализ и айтем-анализ.

РЕЗУЛТАТИ И ДИСКУСИЯ

В Таблица 1 са представени резултатите от айтем-анализа на отделните скали.

Таблица 1. *Резултати от айтем анализа*

Скала	Брой айтеми	Алфа на Кронбах
Тактическа интуиция	6	,843
Интуиция при вземане на решение	5	,861
Антиципираща интуиция	5	,857
Креативна интуиция	5	,841
Междупличностна интуиция	6	,862

Забележка: *Точките пред десетичните запетаи са пропуснати.*

Коефициентите Алфа на Кронбах за всички скали са добри, между 0,8 и 0,9. Това означава, че се регистрира добра вътрешна консистентност (дори при положение, че скалите са относително къси), без да се стига до тавтология. При три от скалите се наложи да отпаднат айтеми (по 1 в скала) поради по-слаба корелация между съответните айтеми и общия бал по скалата, като при това вътрешната консистентност на скалата се подобрява, когато се извади съответният айтем. Може да се направи изводът, че всяка от скалите във въпросника вече е надеждна в смисъл на еквивалентност на елементите в рамките на съответния конструкт.

В Таблица 2 са представени корелациите между отделните подскали.

Таблица 2. *Корелации между отделните подскали*

Скала	ТИ	ИВР	АИ	КИ
Тактическа интуиция				
Интуиция при вземане на решение	,786**			
Антиципираща интуиция	,839**	,760**		
Креативна интуиция	,675**	,774**	,661**	
Междупличностна интуиция	,112	,232	,213	,179

Забележка: *Корелацията е значима при $p < 0,01$. Точките пред десетичните запетаи са пропуснати.*

Подскалите на Скалата за спортна интуиция корелират силно помежду си, с изключение на скалата Междуличностна интуиция, която има слаба връзка с останалите четири скали. Този резултат може да се тълкува в смисъл, че междуличностната интуиция в действителност не е част от спортната интуиция (или поне не и в български условия). Същевременно обаче тази слаба връзка би могло да отразява преобладаващия в извадката относителен дял на състезатели от единоборствата в сравнение с колективните спортове (в които междуличностната интуиция би могла да бъде от по-голямо значение за спортната надпревара). За проверката на второто предположение е извършена корелация между отделните скали отделно в подгрупата на състезателите от спортните игри и в подгрупата на състезателите от спортните единоборства. В Таблица 3 проследяваме корелациите между междуличностната интуиция и останалите подскали в двете подгрупи. (Останалите показатели не се представят, тъй като и в двете групи показват силна взаимовръзка).

Таблица 3. Корелации между Междуличностната интуиция и останалите подскали в подгрупите на състезателите от единоборствата и от спортните игри

Скала	Вид спорт	ТИ	ИВР	АИ	КИ
Междуличностна интуиция	Единоборства (N=30)	-,029	,114	,062	,116
	Игри (N=16)	,758**	,707**	,811**	,630**

Забележка: Корелацията е значима при $p < 0,01$. Точките пред десетичните запетай са пропуснати.

И наистина, в подгрупата на състезателите от единоборствата междуличностната интуиция няма връзка с останалите 4 скали, докато при представителите на спортните игри тя има силна взаимовръзка с всяка една от тях. Това показва, че в спортните игри междуличностната интуиция, базирана на емпатия, явно е съществена част от спортната интуиция, докато при изследваните представители на индивидуалните спортове тя не се свързва с останалите изследвани компоненти на спортната интуиция. Това е важен извод относно валидността на Скалата за спортна интуиция, който трябва да се има предвид при по-нататъшното ѝ разработване и при последващото интерпретиране на резултатите.

Резултатите от дескриптивната статистика са представени в Таблица 4.

Таблица 4. Резултати от дескриптивната статистика

Скала	Mean	SD	Range	Min	Max
Тактическа интуиция	3,86	0,70	3,00	2,00	5,00
Интуиция при вземане на решение	3,82	0,81	3,40	1,60	5,00
Антиципираща интуиция	3,80	0,77	2,80	2,20	5,00
Креативна интуиция	3,77	0,85	3,60	1,40	5,00
Междуличностна интуиция	3,81	0,97	4,00	1,00	5,00

Прави впечатление, че средните стойности по всички скали варират в много близък диапазон, от 3,77 (за скалата Креативна интуиция) до 3,86 (за скалата тактическа интуиция) – тоест изследваните спортисти дават относително най-висока оценка на тактическата си интуиция, а последна поставят креативната си интуиция. Важно е да се посочи, че скалите не са добре центрирани в близост до средната стойност на скалата (3), а разпределенията са изтеглени вдясно, към по-високите скалови стойности. Това може да се обясни с факта, че по наша молба треньорите и спортните психолози са предложили участие в изследването на състезатели, преценени от тях като интуитивисти. По този начин резултатите от изследването с теста в значителна степен съответстват на експертната оценка на специалистите.

В обобщение, апробацията на Скалата за спортна интуиция демонстрира положителни резултати по отношение на вътрешната консистентност на скалите и съдържателната валидност. Регистрираната на този етап слаба взаимовръзка на междуличностната интуиция с останалите измерители на спортната интуиция е неочакван резултат, който обясняваме с типа на спорта: единоборства или спортни игри – в колективните спортове междуличностната интуиция е важна част от спортната интуиция, но не и в единоборствата.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Литературният обзор демонстрира значението на интуицията в спорта и оттам – важността на опитите да се изследват проявите на тази „иррационална“ част от психиката в спорта и влиянието ѝ върху спортното постижение. За пръв път в спортната психология е формулиран въпросник за изследване на спортната интуиция. Получените на този първи етап от експлоративното изследване резултати от прилагането на самооценъчния инструмент свидетелстват, че има смисъл да се продължат проучванията в тази област и да се усъвършенства психологическият въпросник, като се изследва факторната структура на скалата, критериалната ѝ валидност и други психометрични показатели.

ЛИТЕРАТУРА

Канеман, Д. (2012). *Мисленето*. Изток-Запад, С. // Kaneman, D. (2012). *Misleneto*. Iztok-Zapad, S.

Янев, В. (1997). Интелект и дейност на спортиста. Спортен интелект. Дисертация, НСА. // Yanev, B. Intelpekt i deinost na sportista. Sporten intelekt. Disertaziya, NSA.

Ashford M., Abraham A., Poolton J. (2021). Understanding a player's decision-making process in team sports: a systematic review of empirical evidence. *Sports*, 9, 65.

Basevitch, I., Tenenbaum, G., Razon, S., Boiangin, N., & Ward, P. (2020). Anticipation and situation-assessment skills in soccer under varying degrees of informational constraint. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 42(1), 59-69.

Betsch, C. (2004). Präferenz für Intuition und Deliberation. Inventar zur Erfassung von affekt- und kognitionsbasiertem Entscheiden [Preference for intuition and deliberation (PID). An inventory for assessing affect- and cognition-based decision-making]. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 25,179–197.

Bossard, C., Kérivel, T., Dugény, S., Bagot, P., Fontaine, T., & Kermarrec, G. (2022). Naturalistic Decision-Making in Sport: How Current Advances Into Recognition Primed Decision Model Offer Insights for Future Research in Sport Settings? *Frontiers in Psychology*, 13.

Bradbury, T., & Forsyth, D. (2012). You're in, you're out: Selection practices of coaches. *Sport, Business and Management: An International Journal*, 2 (1), 7-20.

Dane, E. & Pratt, M. G. (2007). Exploring intuition and its role in managerial decision making. *Academy of Management Review*, 32(1), 33-54

Epstein, S. (2010). Demystifying intuition: What it is, what it does, and how it does it. *Psychological Inquiry*, 21(4), 295-312.

Hogarth, R. M. (2001). *Educating intuition*. University of Chicago Press.

Inbar, Y., Cone, J., & Gilovich, T. (2010). People's intuitions about intuitive insight and intuitive choice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(2), 232-247.

Kinrade N.P., Jackson R.C., Ashford K.J. (2015). Reinvestment, task complexity and decision making under pressure in basketball. *Psychology of Sport and Exercise*, 20, 11–19.

Lieberman, M. D. (2000). Intuition: A social cognitive neuroscience approach. *Psychological Bulletin*, 126(1), 109-137.

Macquet A.-C. (2020). Decision-making in sport: looking at and beyond the recognition-primed decision model, in *Human Factors and Ergonomics in Sport*, 1st Edn (Boca Raton, FL: CRC Press; 135–154.

Myers, D. G., & Myers, D. G. (2002). *Intuition: Its powers and perils*. Yale University Press.

Pachur, T., & Spaar, M. (2015). Domain-specific preferences for intuition and deliberation in decision making. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, 4(3), 303-311.

Raab, M., & Laborde, S. (2011). When to blink and when to think: preference for intuitive decisions results in faster and better tactical choices. *Research quarterly for exercise and sport*, 82(1), 89-98.

Stanovich, K.E. & West, R.F. (2000). Individual Differences in Reasoning: Implications for the Rationality Debate. *Behavioural and Brain Sciences*, 23, 645-665

Автор за кореспонденция:

Живка Желязкова-Койнова

Национална спортна академия „Васил Левски“,
катедра „Психология, педагогика и социология“

E-mail: zshivka@gmail.com