

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**
(Н И У « Б е л Г У »)

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

КАФЕДРА ВОЗРАСТНОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**ЛИЧНОСТНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ УСПЕШНОСТИ ПОДРОСТКОВ В
ТАНЦЕВАЛЬНЫХ КОЛЛЕКТИВАХ**

Магистерская диссертация

обучающегося по направлению подготовки 44.04.02

Психолого-педагогическое образование

(магистерская программа Психология педагогической деятельности)

очной формы обучения, группы 02061707

Зайцевой Анны Викторовны

Научный руководитель:
канд. психол. наук,
доцент кафедры возрастной
и социальной психологии
Шкилев С.В.

Рецензент
Канд. психол. наук,
Зав. Каф. психологии и
дефектологии ОГАОУ ДПО
«БелИРО»
Гуськова Е.А.

БЕЛГОРОД 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	
Глава 1. Теоретические основы изучения личностных факторов успешности подростков в танцевальных коллективах	
1.1. Психологические особенности подросткового возраста.....	
1.2. Личностные факторы успешности подростков, занимающихся в танцевальных коллективах.....	
1.3. Значение хореографии в формировании эстетического развития и самореализации личности.....	
Глава 2. Эмпирическое изучение личностных факторов успешности подростков в танцевальных коллективах	
2.1. Организация и методы исследования.....	
2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования.....	
2.3. Программа тренинга по развитию эмоционально-волевой сферы.....	
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	
Приложение 1. Диагностические методики в порядке их предъявления.....	
Приложение 2. Сводные таблицы полученных данных.....	
Приложение 3. Результаты математико-статистической обработки данных.....	
Приложение 4. Программа тренинга.....	

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы исследования. В этой связи одним из приоритетных направлений деятельности спортивных организаций является приобщение подростков к массовому спорту и спорту высших достижений. Спортивная деятельность способна обеспечить подросткам развитие способности к самопознанию, рефлексии социальных контактов, удовлетворение потребности в самоутверждении на основе продуктивного общения со сверстниками и значимыми взрослыми.

С учетом того, что в России танцевальный спорт приобретает все большую популярность, необходимо использовать психологические факторы развития подростков, танцевальной подготовки и участия в турнирах удовлетворяются актуальные потребности в содержательных отношениях, переживаниях [30].

Специфика танцевальной деятельности не предполагает жесткий отбор по физическим и психофизиологическим данным, позволяет каждой развивать свое мастерство в соответствии с целями спортивной карьеры [40].

Исследования детерминант становления личности, особенностей формирования ее внутреннего мира осуществлены в трудах А.Н. Леонтьева, Д.А. Леонтьева, А.В. Петровского, К.А. Абульхановой, А.Г. Асмолова, И.С. Кона, Т.Н. Березиной, А.К. Марковой, В.В. Столина, Н.Д. Лысакова, Б.С.Братуся, Л.Н. Кулешовой, зарубежных авторов: А. Маслоу, А. Бандуры, Э.Фромма, Э. Эриксона. Личность подростков – предмет исследований многих поколений отечественных психологов: Л.С. Выготского, Л.И. Божович, Д.И. Фельдштейна, А.В. Соруна, А.А. Никитина, Н.М. Евлашкина, И.В. Пономарева, А.А. Антоненко [35]. Изучены феномены подростничества, закономерности психологического развития на данном этапе онтогенеза, определены условия эффективного преодоления подросткового кризиса. В межпредметной области психологии личности, спортивной психологии и

психологии подростков исследованы различные аспекты успешности участников в зависимости от специализации на основе методологии гуманистической, глубинной психологии, бихевиоризма, деятельностного подхода. В работах А.В. Родионова, В.А. Родионова, Г.Б. Горской, Л.Г. Уляевой, Н.Ф. Сингиной, Н.В. Рубштейн, В.П. Танаева, Е.В. Силич, Е.В. Мельник, А.Н. Лысаковой дано обоснование актуальных проблем психологии сложно координационных видов спорта, в том числе, танцевальной деятельности – хореографии. Однако система психологического обеспечения танцевальной деятельности с учетом возрастных, гендерных, индивидуальных особенностей находится на первоначальном этапе формирования, требует специальных исследований и внедрения их результатов в практику танцевально-спортивных коллективах. Выявление личностных факторов успешности подростков в танцевальном направлении – вклад в разработку данного вопроса.

Проблема исследования: каковы личностные факторы успешности подростков в танцевальных коллективах?

Объект исследования: личностная сфера подростков.

Предмет исследования: личностные факторы успешности подростков в танцевальных коллективах.

Цель исследования: выявление личностных факторов успешности подростков в танцевальных коллективах.

Гипотеза исследования: к личностным детерминантам успешности подростков, занимающихся в танцевальных коллективах и являющихся солистами можно отнести наличие высокой эмоциональной направленности на других, на переживание успеха, стремление преодолевать опасности и достигать высоких результатов, а также стремление к успеху своей команды, улучшению личных спортивных результатов, к спортивному самосовершенствованию для поддержания престижа своего коллектива, упорство и выдержка.

В соответствии с целью и гипотезой нами были поставлены следующие **задачи:**

1. Изучить психологические особенности подростков, занимающихся в танцевальных коллективах.
2. Раскрыть понятие успешности в психологии.
3. Выявить личностные детерминанты успешности подростков в танцевальных коллективах.
4. Провести математико-статистический анализ полученных результатов.
5. Составить программу тренинга.

Для достижения цели и поставленных задач, были использованы следующие **методы:**

1. Организационные – сравнительный;
2. Методы сбора эмпирических данных – опросный метод, тестирование;
3. Методы обработки данных – количественный и качественный анализ данных U-Манна Уитни.

Методики исследования:

1. Методика «Определение общей эмоциональной направленности личности» (Б.И. Додонов) [54];
2. Опросник «Опросник структуры темперамента» - ОСТ (В.М. Русалов) [55];
3. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» - ССП-98 (В.И. Моросанова) [56];
4. Методика «Мотивы занятий спортом» (А.В. Шаболтас) [57];
5. Методка «Самооценка волевых качеств» (Н.Е. Стамбулова) [58].

База и выборка исследования. Исследование проводилось на базе «Молодежного культурного центра» НИУ «БелГУ». Участие в исследовании

прияли коллективы: студия современного танца «Dance Хаос» в количестве 60 человек: 29 подростки-солистов, 31 подростки – несолисты.

Положения, выносимые на защиту:

1. Успешность юных спортсменов характеризуется соотношением таких личностных свойств, как развитая воля, мотивация достижения, целеустремленность, раннее профессиональное самоопределение.

2. Танцевальная деятельность создает благоприятные условия для формирования личности подростков при отсутствии жестких нормативов по физическим параметрам, общения со сверстниками и ограничения возможностей обучения в общеобразовательной школе.

3. Личностными детерминантами успешности подростков в танцевальном коллективе являются: 1. Мотивация занятий танцами; 2. Темперамент личности; 3. Саморегуляция поведения; 4. Волевые качества личности; 5. Эмоциональную направленность личности.

Структура и объем работы: Выпускная магистерская работа состоит из введения, двух глав, программы развития, заключения, 58 используемых источников, 4-х приложений. Общее количество страниц без приложения – 59.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ ФАКТОРОВ УСПЕШНОСТИ ПОДРОСТКОВ В ТАНЦЕВАЛЬНЫХ КОЛЛЕКТИВАХ

1.1. Психологические особенности подросткового возраста

Подростковый возраст считают переходным, критическим и переломным периодом жизни. Возникновение такого понятия, как «подростковый возраст» произошло сравнительно недавно в связи с усложнением жизни в обществе. В настоящее время рамки возрастного периода увеличились почти в десять раз от 11 лет до 20 лет.

В своей работе мы опираемся на определение Л.С. Выготского, подростковый возраст – это самый неустойчивый и изменчивый период, который отсутствует у дикарей и при неблагоприятных условиях имеет тенденцию несколько сокращаться, составляя часто едва приметную полоску между окончанием полового созревания и наступлении. Границы возраста (от 11-12 до окончательной зрелости (16-17 лет) [7].

На сегодня мы имеем целый ряд исследований, гипотез и теорий, относящихся к возникновению и проявлению подросткового периода в жизни человека. К первым теориям мы можем отнести – биологические теории. В данных теориях главное: биологические изменения и факт полового созревания. В исследованиях биологических теориях говорится о том, что этот возраст является критическим для становления личности, и развития ее самосознания. К теории также можно отнести теорию пубертатного периода. Пубертатный период заключается в созревании, а точнее в состоянии неполной зрелости, при этом физический рост человека продолжается еще некоторое время [42].

Разделяется негативный и позитивный период пубертатного возраста. Негативные фазы теории: повышенная чувствительность и раздражительность, беспокойное и легко возбудимое состояние, а также физическое и душевное недомогание. Капризность, драчливость, непослушание являются особенно притягательными в данный период возраста. В завершении негативной стороны пубертатного периода происходит завершение физического созревания. После негативной фазы начинается позитивная фаза. Позитивный период наступает постепенно и начинается с того, что перед подростком открываются новые источники радости, к которым он до этого времени не был восприимчив [48].

Следующую теорию мы рассмотрим первой половины XX века: культурно-психологическую теорию, которая берет за основу психологические изменения, которые происходят с ребенком в этом возрасте. Данная теория принадлежит Э. Шпрангеру, он рассматривал подростковый возраст как часть юношеского и определял его границы 13-19 годами у девушек, 14-20 годами у юношей. Данный возрастной период Э. Шпрангер выделял, как вступление в культуру. Три основных признака подросткового возраста данной теории: первое – это открытие своего «Я», проявляется в пик отрочества; второе – постепенно возникает жизненный план; третье – возрастание в отдельные жизненные области и сферы культуры [11].

Л.С. Выготский выдвинул гипотезу трех точек созревания. Он различал эти периоды подросткового возраста: органического, полового и социального. Эти точки были сравнимы с развитием шимпанзе. В точки органического и полового созревания совпадают, примерно в пять лет, когда у человекообразных обезьян завершается детство [7]. У человека же точки полового и социального совпали, и это отмечается инициацией, когда органическое созревание наступает обычно еще через несколько лет. У современного ребенка все линии развития разошлись. И теперь наблюдается сначала половое созревание, затем органическое, и только через некоторое

время социальное. Это расхождение и обусловило возникновение подросткового возраста [6].

Д.Б. Эльконин рассматривал подростковый возраст как стабильный и говорил о том, что характерной чертой его проявления можно считать возникновение чувства взрослости. Оно формируется в процессе усвоения определенных морально-эстетических норм и образцов взрослого поведения.. Усвоение происходит в практике отношений не только с взрослыми, но и с товарищами [53].

Л.И. Божович подростковый возраст – возраст полового созревания относит к критическому периоду. Для этого возраста она выделяет две возрастные фазы: 12-15 лет, 15-17 лет. Формирование самоопределение приходится на конец возрастного периода. Это говорит о сложившихся интересах и стремлении субъекта, характеризующихся учетом своих возможностей и внешних обстоятельств и это связано с выбором профессии. В этот период изменяется мотивационная сфера. С данной сферой тесно связано нравственное развитие подростка, которое существенным образом изменяется в период подросткового возраста [3].

Подростковый возраст активно связан с формированием мировоззрения. Это обозначает взгляд на мир в целом, на систему общих принципов и на философских основ человека, его знания. Становление личности протекает при становлении устойчивого образа «Я» - это является сложным психологическим явлением, не ограниченное простым осознанием своих качеств и самооценок [35].

Этот период нередко ведет к мучительным переживаниям подростка, которые обусловлены тем, что уровень его физического и физиологического развития отличается от такового у большинства сверстников. В этом возрасте чаще всего встречаются самое большое количество так называемых "трудных" детей. Даже совершенно спокойные и уравновешенные дети в подростковый период бывают совершенно несдержанны, отличаются неустойчивостью поведения, настроения, имеют постоянные колебания

самооценки, резкую смену самочувствия, ранимость, неадекватность. Этот возраст настолько богат конфликтами, что некоторые психологи склонны рассматривать его как один сплошной затянувшийся конфликт, то есть, как "нормальную патологию". В подростковом возрасте могут впервые возникать или незаметно обостряться разного рода патологические реакции, связанные с развитием психических заболеваний и затруднениями процесса формирования личности [12].

Главная характеристика подросткового возраста, она основная – это самоопределение: профессиональное. Для подростка престиж – главное свойство выпора профессиональной деятельности, но все таки формирование познавательных интересов и склонности личности к профессиональной деятельности служат основой для адекватного выбора [48].

Общий рост личности подростка, расширение круга его интересов, развитие самосознания, новый опыт общения со сверстниками – все это ведет к интенсивному росту социально ценных побуждений и переживаний, таких как сочувствие чужому горю, способность к бескорыстному самопожертвованию и т.д. [42].

Рассмотрим этапы в процессе становления и развития интересов. В возрасте 13 лет интересы сменяются и это не связано с психологическими особенностями личности. В возрасте 15 лет отмечается, что повышается интерес, их интеграция. В 17 лет повышается интеграция процессов, с помощью чего происходит объединение познавательных и профессиональных интересов. Самыми важными психологическими предпосылками успешного профессионального самоопределения является интеллектуальный потенциал, эмоциональная зрелость и адекватная самооценка [47].

В психологии отмечается черта, которая характеризует личность подростка – устойчивая самооценка и образ «Я». Главным и важным содержанием самосознания в подростковом возрасте является – образ физического «Я», что представляет свой телесный облик, происходит

сравнение себя с точки зрения эталонов « мужественности» и «женственности» [15].

И к завершению, хочется выделить ведущий мотив поведения в подростковом возрасте – потребность в общении со сверстниками. При отсутствии общения со сверстниками может привести: к социальной неадаптированности и правонарушениям. Оценки товарищей начинают приобретать большее значение, чем оценки взрослых. В этот период подросток чувствителен влиянию группы, ее ценностей. У подростка возникает беспокойство быть непопулярным среди сверстников. Чтобы утвердиться в группе ищет сферу, имеющую социальную значимость среди сверстников [23].

Следует сделать вывод, что подростковый период – это время активного формирования личности, преломления социального опыта через собственную активную деятельность индивида по преобразованию своей личности, становление своего «Я». Центральным новообразованием личности подростка, в этот период, является формирование чувств взрослости, развитие самосознания.

Таким образом, подростковый период является очень ответственным, потому что он зачастую определяет дальнейшую жизнь человека. Утверждение независимости, формирование личности, определение планов на будущее – все это формируется именно в подростковом возрасте.

1.2. Значение хореографии в формировании самореализации личности

На предыдущем этапе мы рассмотрели психическое развитие ребенка в подростковом возрасте. И как мы можем отнести накую периодизацию к развитию личности ребенка в подростковом возрасте. Следует отметить, что

до сих пор нет единого подхода к определению сущности понятия личности человека.

Подходов к проблеме личности множество, но соединить разные подходы личности предпринял Б.Ф. Ломов. По его работам видно, что рассмотрев все подходы он пришел к выводу, что их объединяет ее ведущая характеристика – направленность. В разных концепциях эта характеристика раскрывается по-разному как динамическая тенденция - С.Л. Рубинштейн; смыслообразующий мотив – А.Н. Леонтьев; формирующее отношение – В.Н. Мясищев; основная жизненная направленность – Б.Г. Ананьев [5].

Главное, что нужно отметить это то, что направленность прежде всего, связана с мотивационной сферой человека, так отмечал С.Л. Рубинштейн: проблема направленности – это мотив, определяющий деятельность человека своими целями и задачами [50].

Л.И. Божович занималась изучением процесса формирования личности в детском возрасте, она обхватила возрастную категорию от одного года до семнадцати лет. Для подросткового возраста она такое образование, как способность ориентироваться на цели, а для юношеского возраста от 15-17 лет – осознание своего места в будущем, своей «жизненной перспективы» [3].

Определить понятие «личность» трудно, что было отмечено еще самим А.Н. Леонтьевым, который говорил, что трудность возникает только при нужде определить, что подразумевается в научной психологии под термином «личность» [35].

Основная потребность в подростковом возрасте как личности – потребность создания мира и самого себя. В связи с этим можно утверждать, что личностный уровень психологической организации индивида – это способность совпадения со своим будущим, при помощи творческих действий [39].

Работа с детьми – это самый тяжелый труд, что означает ежечасно, ежедневно, из года в год отдавать ребенку свой опыт, формируя из него

развитую всестороннюю и гармоничную личность – в этом и заключается долг каждого, кто посвятил себя работе с детьми. Данная работа включает в себя и образование, и воспитание в семье и школе, и конечно, художественное воспитание ребенка. [40].

Приобщение ребенка к миру танца приходится на ранний возрастной период для того, чтобы привить с самых ранних лет хороший вкус, закладывая основы, которые вырасти наполненным чувством прекрасного. Чья душа будет открыта навстречу всем проявлениям творческого таланта – задача чрезвычайно важная, и столь же сложная.

Эстетическое воспитание ребенка начинается с момента его рождения. На эстетическое поведение большой вклад внес В.А. Сухомлинский, который говорил, что восприимчивость к красоте и чуткость приходится на период детского возраста несравненно глубже, чем в поздние периоды развития личности [33].

Также В.А. Сухомлинский говорит о культуре поведения, в которую включает культуру общения: общение в детском коллективе. Это переживание « себя среди людей », стремление занять желаемое положение среди них, что является внутренним стимулом формирования личности. Самореализация личности происходит под воздействием воспитания, что является основной частью общего психологического развития.

В систему социальной самореализации по мнению Э.Фромма входят потребность в общении, связях с людьми, потребность в самоутверждении, привязанностях, потребность обладать самосознанием, потребность в системе ориентации и необходимость иметь предмет поклонения. Поиск содержания своего "Я", собственной идентичности, стремление к сохранению традиций есть глубинная и фундаментальная потребность личности осознавать себя, свою экзистенциальную ситуацию. Корни свободы духа, полагает Фромм, в человеческом самопознании, преодолении нашей ограниченности. Приспосабливаясь к социальным условиям, человек

развивает в себе те черты характера, которые побуждают его хотеть действовать именно так, как ему приходится действовать [24].

С точки зрения С. Сулеймановой к внешним условиям творческой самореализации подростков в танцевальном коллективе относятся: благоприятный психологический климат, наличие широкого поля возможностей самореализации, оказание педагогически целесообразной помощи и поддержки в реализации своего творческого потенциала, обучение способам деятельности. Внутренне обусловленными условиями самореализации автор считает систему ценностей, целей, мотивацию, свободу выбора, ощущение безопасности, принятие подростком себя, своего и чужого опыта, а также овладение способами деятельности.

Таким образом, выявляя педагогические условия, обеспечивающие эффективную самореализацию учащихся в танцевальной деятельности, мы опирались на изучение внешних воздействий и личностных условий.

Хореография, является искусством, которое гармонично развивает ребенка и формирует его художественное «Я». Основы хореографии – это воспитание и образование, развивает много способностей: чувство ритма, координацию, пластику, грацию, а также главное – укрепляет волю. Что помогает воспитывать в себе организованность, целеустремленность, сильный характер и чувство долга. Способствует физическому развитию организма, что безусловно отражается на положительном здоровье детей [28].

Цель обучения хореографии – эстетическое развитие ребенка, самореализация его не только в рамках коллектива, но и в социуме. Задача педагога-хореографа – создать такие педагогические условия, при которых участники коллектива смогут полнее развернуть свою индивидуальность, показать свои возможности [41].

1.3. Личностные факторы успешности подростков, занимающихся в танцевальных коллективах

Проблема успешности в психологии заключается в определении ее детерминант, показателей и областей проявления. Так, Э. Фромм считал конфликт между стремлением к свободе и стремлением к безопасности наиболее мощной мотивационной силой в жизни человека [31].

В теории социального научения А. Бандуры одно из центральных мест занимает понятие самоэффективности, которое понимается как умение людей осознавать свои способности выстраивать поведение, соответствующее специфической задаче или ситуации. Концепция А. Маслоу построена на утверждении, что человек, достигший уровня самоактуализации, добивается полного использования своих талантов, способностей и потенциала личности [29].

Л.И. Анцыферова считает, что развитие личности, ее деятельности и высших психических функций нельзя моделировать по образцу онтогенеза как инвариантного развертывания изначально заданных качеств (1989). А.Г. Асмолов рассматривает вопрос успешности через призму степени продуктивности проявлений личности как субъекта деятельности. Мерой успешности и эффективности деятельности выступают способности. По Д.А. Леонтьеву становление свободы и ответственности создает предпосылки успешности личности (1993). Другой аспект успешности человека рассмотрен И.С. Коном (1984), предложившим формулу свободы и самовоспитания: чтобы состояться как личность, человек должен мочь, смочь и уметь выбирать свой путь и принимать на себя ответственность [31].

Новицкая М.С. в своей работе опиралась на авторов, которые рассматривали проблему успешности в спорте для всех видов спорта и видов спортивной деятельности [29]. А.В. Родионов считает, что спортивный рекорд открывает новые направления совершенствования физических и моральных сил, развивает чувство удовлетворения от спортивных побед,

патриотизма, поскольку это критерий спортивного, культурного, социального развития страны. Изучая вопрос о личностном профиле успеха в спорте, В.Э. Мильман утверждает, что существенных результатов в определенном виде спорта могут достичь спортсмены с самыми различными общеличностными проявлениями, отчетливых профилей успеха не существует. Скорее, можно найти различия в типизированных профилях личности спортсменов и не спортсменов [22].

Подростки, занимающие в танцевальных коллективах характеризуются как общими для всех подростков, так и специфическими чертами. Спортивная деятельность обеспечивает особенности, прежде всего, социального и личностного развития подростков – волевых качеств, мотивации достижения, целеустремленности, создает условия для раннего профессионального самоопределения [18].

Внимание специалистов также привлекают особые патологические паттерны поведения: сильная зависимость самооценки юного спортсмена от успеха или неуспеха на соревнованиях, постоянная подверженность стрессу из-за бремени ответственности и жестких ограничений в тех видах деятельности, которые являются основными для ребенка: игра, общение, учение, вероятность эксплуатации и жестокости со стороны значимых взрослых. В этой связи танцевальный спорт обладает рядом преимуществ: отсутствием строгих критериев отбора по физическим данным, наличием свободного графика подготовки в танцевально-спортивных клубах [38].

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ФАКТОРОВ УСПЕШНОСТИ ПОДРОСТКОВ В ТАНЦЕВАЛЬНЫХ КОЛЛЕКТИВАХ

2.1. Организация и методы исследования

Теоретические положения, описанные в первой главе, мы использовали при организации исследования на тему личностные детерминанты успешности подростков в танцевальных коллективах.

В данном параграфе описана логика исследования, выборка испытуемых, обоснованы методы исследования, способы обработки эмпирического материала.

Целью эмпирического исследования является проверка гипотезы: к личностным факторам успешности подростков, занимающихся в танцевальных коллективах и являющихся солистами можно отнести наличие высокой эмоциональной направленности на других, на переживание успеха, стремление преодолевать опасности и достигать высоких результатов, а также стремление к успеху своей команды, улучшению личных спортивных результатов, к спортивному самосовершенствованию для поддержания престижа своего коллектива, упорство и выдержка.

Задачи эмпирического исследования:

1. Изучить психологические особенности подростков, занимающихся в танцевальных коллективах.
2. Выявить личностные факторы успешности юниоров в спортивно-танцевальной деятельности.
3. Провести математико-статистический анализ полученных результатов.

В исследовании нами было выделено несколько этапов:

1)Подготовительный этап, на котором производился выбор группы испытуемых, подбор диагностических методик для исследования, подготовка раздаточного материала.

2)Основной этап на данном этапе были проведены диагностические исследования и реализована программа тренинга.

3) Заключительный этап, на котором проводился подсчет данных исследования, их математическая обработка и анализ. Статистическая обработка данных проводилась на основе пакета статистических программ «SPSS 23».

Исследование проводилось на базе Студии Современного Танца «Dance Хаос» Молодежного Культурного Центра НИУ «БелГУ». В нем приняли участие участники студии в количестве 60 человек, в возрасте 14-17 лет.

Для исследования факторов личностной успешности подростков нами были использованы следующие методики:

1. Методика «Определение общей эмоциональной направленности личности» (Б.И. Додонов) [54];
2. Опросник« Опросник структуры темперамента» - ОСТ (В.М. Русалов) [55];
3. Опросник« Стиль саморегуляции поведения» - ССП-98 (В.И. Моросанова) [56];
4. Методика «Мотивы занятий спортом» (А.В. Шаболтас) [57];
5. Методка «Самооценка волевых качеств» (Н.Е. Стамбулова) [58].

С целью определить, насколько значимы различия личностных характеристиках у подростков, являющихся солистами и не солистами нами был использован статистический непараметрический критерий U- Манна-Уитни. Статистическая обработка данных проводилась на основе пакета статистических программ «SPSS 23».

2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования

На первом этапе нашего исследования мы рассмотрим результаты первичного исследования эмоциональной направленности подростков занимающихся в танцевальных коллективах (рис. 2.2.1.).

Рис.2.2.1. Выраженность показателей эмоциональной направленности подростков-солистов в танцевальных коллективах (%)

Из графика видно, что у подростков выявлены высокие показатели по эмоциональной направленности, а именно альтруистической, коммуникативной, глорической, практической, романтической.

По данным результатам, у подростков-солистов высокие результаты имеют составляет средний уровень гностической направленности (72,4), это говорит нам о том, что испытуемый получает удовольствие от процесса получения знаний. В эту группу вошли подростки, которые занимаются танцами на протяжении 5 лет (от 3 и выше).

Также у солистов средний уровень по показатель эстетической направленности имеет высокие результаты (72,4), это свидетельствует о том, что потребность в восприятии прекрасного выражается ярко. Воспринимая прекрасное, респондент переживает сильные чувства, которые в современной практической психологии называются ресурсными.

Стоит отметить низкий уровень по показателям: пугническая направленность (3,4), это говорит о том, что ярко выражена потребность в безопасности и формирующаяся на основе этой потребности осторожность, так как солисты должны беречь свое здоровье и его контролировать, на них идет большой объем нагрузки, при этом участники должны контролировать свое здоровье и применять в своей профессиональной деятельности профилактику; альтруистическая направленность (3,4), это свидетельствует о том, что направленности на себя, потребности брать, получать. Участники коллектива, которые занимаются больше 3-х лет уже на том уровне, которые отдают, и их потребность направлена на отдавать для других, не для себя –

им важен зритель; коммуникативная направленность (10,3), это говорит о том, что более выражена потребность в уединении. Данные результаты могут быть такими, так как личность солиста требует большого контроля над собой и в каких-то моментах соревновательных при уединении в ходит в гармонию с собой и подготавливает себя на процесс, и высокие результаты деятельности; практическая направленность (10,3), это свидетельствует о том, что данный процент участников коллектива имеют пассивное отношение к деятельности.

Теперь перейдем к рассмотрению показателей эмоциональной направленности подростков-не солистов (рис. 2.2.2.).

Рис.2.2.2. Выраженность показателей эмоциональной направленности подростков-несолистов в танцевальных коллективах (%)

Из таблицы видно, что высокий балл имеют показатели со средним уровнем: практическая направленность (71), пугническая направленность (61,3), альтруистическая направленность (58,1), акизитивная направленность (58,1), и имеется направленность с высоким уровнем – коммуникативная (58,1).

Рассмотрим показатели высокого уровня: альтруистические эмоции (22,6), высокие результаты по первой шкале говорят в том, что у испытуемого ярко выражена потребность отдавать, делиться, содействовать, помогать. Направленность на других проявляется у него ярко; коммуникативные эмоции (58,1), высокие результаты по этой шкале говорят о ярко выраженной потребности в общении; глорические эмоции (42), высокие результаты говорят о том, что испытуемый имеет ярко выраженную потребность в славе, переживании успеха на виду у других людей, в известности; практические эмоции (13) высокий результат говорит о потребности активно действовать, достигать поставленной цели, добиваться желаемых результатов; пугнические эмоции (38,7), эти эмоции связаны с потребностью рисковать, преодолевать опасности. При высоких баллах эта потребность выражается у респондента ярко; романтические эмоции (32,3),

при высоких баллах у испытуемого ярко выражено стремление к необычному, таинственному; гностические эмоции (29,03) — эмоции, связанные с потребностью в получении знаний о новом, неизвестном. При ярко выраженной потребности (высокие баллы) испытуемый получает удовольствие от процесса получения знаний.; эстетические эмоции (48,4), при высоких баллах — потребность в восприятии прекрасного выражается ярко. Воспринимая прекрасное, респондент переживает сильные чувства, которые в современной практической психологии называются ресурсными; гедонистические эмоции (48,4) — эмоции, связанные с удовлетворением потребности в телесном и душевном комфорте. При высоких баллах эта потребность выражена ярко. Комфортные условия для такого человека являются очень важными, а достижение комфорта является мощным мотивом деятельности. В психотерапии есть соответствующий термин: гедонистическая установка; акизитивные эмоции выявлено не было.

Рассмотрим низкий уровень эмоциональной направленности подростков-не спортсменов: альтруистические эмоции (16,1) низкий результат говорит о направленности на себя, потребности брать, получать; коммуникативные эмоции (6,5) низкие результаты говорят о том, что более выражена потребность в уединении; глорические эмоции (6,5), низкий результат говорит о желании быть незаметным; практические эмоции (16,1), низкие баллы говорят о пассивном отношении к деятельности. Иногда это проявляется в склонности больше размышлять, чем действовать, иногда — в ярко выраженной потребности в расслаблении; пугнические эмоции отсутствуют у подростков-не солистов; романтические эмоции (22,6) при низких — наоборот: проявляется тенденция к полезным вещам, на основе которой формируется прагматизм, как черта характера; гностические эмоции (16,1) при низких баллах эта потребность недостаточно развита; эстетические эмоции и гедонистические эмоции отсутствуют; акизитивные эмоции (41,9) при низких - такая потребность не проявляется.

На втором этапе исследования мы рассмотрим результаты первичного

исследования темперамента направленности подростков – солистов занимающихся в танцевальных коллективах(рис. 2.2.3.).

Рис.2.2.3. Выраженность показателей темперамента подростков - солистов в танцевальных коллективах (%)

Из рисунка видно, что у подростков обнаружены высокие показатели по шкалам темперамента: предметная эргичность (62,1), это говорит о том, что солист высокоактивен, работоспособен, полон энергии. Предпочитает деятельность, требующую полного напряжения сил и способностей. Инициативен в поисках сфер приложения своей энергии. Способен долго и продуктивно заниматься делом, не чувствуя усталости. Сохраняет работоспособность и после продолжительной деятельности. Жажда деятельности подталкивает к работе даже во время отдыха. Настойчив в достижении цели и в поисках путей преодоления препятствий.; темп (55,2), это свидетельствует о том, что высокий темп поведения, высокая скорость выполнения операций при осуществлении предметной деятельности, моторно-двигательная быстрота, высокая психическая скорость при выполнении конкретных заданий.

Также из графика видно средние показатели по шкалам: социальный темп (72,4), это говорит о том, что высокий темп поведения, высокая скорость выполнения операций при осуществлении предметной деятельности , моторно-двигательная быстрота, высокая психическая скорость при выполнении конкретных заданий; пластичность (51,7), свидетельствует о том, что легкость переключения с одного вида деятельности на другой, быстрый переход с одних форм мышления на другие в процессе взаимодействия с предметной средой, стремление к разнообразию форм предметной деятельности.

И обратимся к результатам по низким значениям показателей: социальная эмоциональность (55,2), это говорит о том, что низкая эмоциональность в коммуникативной сфере, нечувствительность к оценкам товарищей, отсутствие чувствительности к неудачам в общении, уверенность

в себе и ситуациях общения; контрольная шкала (75,9), это свидетельствует о том, что у солистов адекватное восприятие своего поведения.

Рассмотрим результаты первичного исследования темперамента направленности подростков – несолистов занимающихся в танцевальных коллективах (рис. 2.2.4.).

Рис.2.2.4. Выраженность показателей темперамента подростков-несолистов в танцевальных коллективах (%)

Из таблицы видно, что высокий средний балл имеют средние показатели по шкалам социальная пластичность (80,6), это говорит о том, что широкий набор коммуникативных программ, автоматическое включение в социальные связи, легкость вступления в социальные контакты, легкость переключения в процессе общения, наличие большого количества коммуникативных заготовок, коммуникативная импульсивность; социальный темп (80,6), свидетельствует о том, что речедвигательная быстрота, быстрота говорения, высокие скорости и возможности речедвигательного аппарата.

Рассмотрим высокие баллы показателей темперамента подростков-несолистов. Шкала предметная эргичность (54,8) это говорит о том, что подросток, занимающий статус – солиста высокоактивен, работоспособен, полон энергии. Предпочитает деятельность, требующую полного напряжения сил и способностей. Инициативен в поисках сфер приложения своей энергии. Способен долго и продуктивно заниматься делом, не чувствуя усталости. Сохраняет работоспособность и после продолжительной деятельности. Жажда деятельности подталкивает к работе даже во время отдыха. Настойчив в достижении цели и в поисках путей преодоления препятствий. Шкала социальная эргичность (58,1), это говорит о том, что человек часто испытывает потребность в людях. Имеет широкий круг общения. Инициативен, быстро и легко устанавливает контакты с разными людьми. Сохраняет обычный стиль общения в кругу незнакомых людей. Спокоен, уверен в себе при общении с авторитетными людьми, большой аудиторией, а также с лицами противоположного пола. Любит бывать в компаниях,

стремится занять лидирующее положение в группе. Высоко ценит собственную точку зрения. Критические замечания не мешают ее отстаивать. Социально активен, часто участвует в общественных мероприятиях, охотно выступает на семинарах, собраниях, участвует в дискуссиях. Эффективно работает в коллективе, менее эффективен, если приходится работать индивидуально. Легко срабатывается с партнерами по совместной работе.

Шкала пластичность (38,7), это свидетельствует о том, что легкость переключения с одного вида деятельности на другой, быстрый переход с одних форм мышления на другие в процессе взаимодействия с предметной средой, стремление к разнообразию форм предметной деятельности.

Шкала социальная пластичность (12,9), это говорит о том, что у подростков-несолистов имеется широкий набор коммуникативных программ, автоматическое включение в социальные связи, легкость вступления в социальные контакты, легкость переключения в процессе общения, наличие большого количества коммуникативных заготовок, коммуникативная импульсивность.

Шкала темп (19,4), это говорит о том, что у не у солистов высокий темп поведения, высокая скорость выполнения операций при осуществлении предметной деятельности, моторно-двигательная быстрота, высокая психическая скорость при выполнении конкретных заданий. Это может говорить о том, что в данную группу не солистов вошли подростки, которые занимаются первый год обучения и они должны быстро войти в темп коллектива.

Социальный темп (6,5), это говорит о речедвигательной быстроте, быстрота говорения, высокие скорости и возможности речедвигательного аппарата.

Эмоциональность (12,9), это свидетельствует о высокой чувствительности к расхождению между задуманным и ожидаемым, планируемым и результатами реального действия, ощущения неуверенности, тревоги, неполноценности, высокое беспокойство по поводу работы,

чувствительность к неудачам, к несовпадению между задуманным, ожидаемым, планируемым и результатами реального действия.

Социальная эмоциональность (29,03), это говорит о высокой эмоциональности в коммуникативной сфере, высокая чувствительность к неудачам в общении. Это важный показатель для подростков-несолистов, так как коммуникативная сфера залог хорошей команды, нужна чувствительность к каждому их партнеров в танцевальном коллективе.

Контрольная шкала (22,6), данной шкалой мы проверяем социально-желательный ответ, который включает вопросы на откровенность и искренность высказываний. Это говорит о адекватное восприятие своего поведения.

Таким образом можно отметить, что для подростков-солистов характерно проявления направленности темперамента в таких показателях как: социальный темп, предметная эргичность, социальная пластичность, социальная эмоциональность; для подростков-несолистов характерны следующие показатели: социальная пластичность, социальный темп, эмоциональность и социальная эргичность.

Третий этап нашей работы был в рассмотрении мотивов занятий спортом (рис.2.2.5.).

Рис.2.2.5. Выраженность показателей мотивации подростков-солистов в танцевальных коллективах (%)

Анализ особенностей проявления мотивов в подростковом возрасте показал, что по данным результатом было выявлено: подростки-солисты имеют высокие результаты по показателям социально-моральный мотив (82,8) стремление к спортивным событиям ввиду их высокой эмоциональности, неформальности общения, социальной и эмоциональной раскованности. Ему соответствует суждение:« Мне нравятся занятия спортом , потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований»; мотив достижения успеха (67) стремление к достижению успеха, улучшению личных спортивных

результатов. Ему соответствует суждение: «Я регулярно тренируюсь, чтобы поддерживать и повышать достигнутые результаты, чтобы добиваться поставленной передо мной (мною) цели»; гражданско-патриотический мотив (79,3) стремление к спортивному совершенствованию для успешного выступления на соревнованиях, для поддержания престижа коллектива, города, страны. Ему соответствует суждение: «Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показывать высокие спортивные результаты, защищать честь своего коллектива, спортивного общества, нашей страны»; социально-эмоциональный мотив (72,4) стремление к спортивным событиям ввиду их высокой эмоциональности, неформальности общения, социальной и эмоциональной раскованности. Ему соответствует суждение: «Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований», а для подростков-не солистов высокий показатель выявлен по мотиву физического самоутверждения (42) стремление к физическому развитию, становлению характера. Ему соответствует следующее суждение: «Я активно занимаюсь спортом, потому что хочу развиваться физически и закалить свой характер. Не хочу потолстеть и стать ленивым, хочу быть здоровым»; социально-моральный мотив (67,7) стремление к успеху своей команды, ради которого надо тренироваться, иметь хороший контакт с партнерами, тренером. Ему соответствует суждение: «Моя спортивная команда должна занимать лидирующее положение. Я хочу внести свой вклад в это дело. Я не хочу подводить своего тренера и товарищей, это заставляет меня больше тренироваться»; социально-эмоциональный мотив (48,4) стремление к спортивным событиям ввиду их высокой эмоциональности, неформальности общения, социальной и эмоциональной раскованности. Ему соответствует суждение: «Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований».

Четвертым этапом мы рассмотрели уровень саморегуляции подростков в

танцевальном коллективе, занимающих статус подростков-солистов и подростков-не солистов (рис.2.2.6.).

Рис.2.2.6. Выраженность показателей саморегуляции подростков-солистов в танцевальных коллективах (%)

Рассмотрев рис.2.2.6. мы видим, что высокие результаты имеют показатели с высоким уровнем: планирование (65,2) способны выделять значимые условия достижения целей как в текущей ситуации, так и в перспективном будущем, что проявляется в соответствии программ действий планам деятельности, соответствии получаемых результатов принятым целям; программирование (69,6), это говорит о сформировавшейся у человека потребности продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей, о детализированности и развернутости разрабатываемых программ. Программы разрабатываются самостоятельно, они гибко изменяются в новых обстоятельствах и устойчивы в ситуации помех. При несоответствии полученных результатов целям производится коррекция программы действий до получения приемлемого для человека результата. Также из таблицы мы видим высокие показатели среднего уровня : моделирование (82,6) способны выделять значимые условия достижения целей как в текущей ситуации, так и в перспективном будущем, что проявляется в соответствии программ действий планам деятельности, соответствии получаемых результатов принятым целям; гибкость (73,9) демонстрируют пластичность всех регуляторных процессов. При возникновении непредвиденных обстоятельств такие испытуемые легко перестраивают планы и программы исполнительских действий и поведения, способны быстро оценить изменение значимых условий и перестроить программу действий. При возникновении рассогласования полученных результатов с принятой целью своевременно оценивают сам факт рассогласования и вносят соответствующую коррекцию. Гибкость регуляторики позволяет адекватно реагировать на быстрое изменение событий и успешно решать поставленную задачу в ситуации риска;

самостоятельность (78,3), это свидетельствует об автономности в организации активности человека, его способности самостоятельно планировать деятельность и поведение, организовывать работу по достижению выдвинутой цели, контролировать ход ее выполнения, анализировать и оценивать как промежуточные, так и конечные результаты деятельности.

Следующим этапом было рассмотрение результатов саморегуляции подростков-не солистов (рис.2.2.7.).

Рис.2.2.7. Выраженность показателей саморегуляции подростков-несолистов в танцевальных коллективах (%)

Из рис.2.2.7. видно, что высокие показатели пришлись на средний уровень: самостоятельность (58,1), это свидетельствует об автономности в организации активности человека, его способности самостоятельно планировать деятельность и поведение, организовывать работу по достижению выдвинутой цели, контролировать ход ее выполнения, анализировать и оценивать как промежуточные, так и конечные результаты деятельности; гибкость (51,6) демонстрируют пластичность всех регуляторных процессов. При возникновении непредвиденных обстоятельств такие испытуемые легко перестраивают планы и программы исполнительских действий и поведения, способны быстро оценить изменение значимых условий и перестроить программу действий. При возникновении рассогласования полученных результатов с принятой целью своевременно оценивают сам факт рассогласования и вносят соответствующую коррекцию. Гибкость регуляторики позволяет адекватно реагировать на быстрое изменение событий и успешно решать поставленную задачу в ситуации риска.; моделирование (51,6) ,это говорит о том, что подростки способны выделять значимые условия достижения целей как в текущей ситуации, так и в перспективном будущем, что проявляется в соответствии программ действий планам деятельности, соответствии получаемых результатов принятым целям. Пятым заключительным этапом мы рассмотрели показатели волевых качеств подростков, занимающихся в танцевальном коллективе (рис. 2.2.8.).Рис.2.2.8. Выраженность показателей саморегуляции подростков – солистов в танцевальных коллективах (%)

Из таблицы видно, что высокие показатели имеют следующие показатели: целеустремленность (58,6) способность подчинять свое поведение устойчивой жизненной цели, готовность и решимость отдать все силы для ее достижения, планомерное, неуклонное ее осуществление; смелость и **Ошибка!** и самостоятельность (65,5), **Ошибка! Ошибка!** о умение **Ошибка!** и легко взяться за дело по собственному почину, склонность к формированию новых идей и планов; подчинение поведения собственным взглядам и убеждениям, критичность к чужим советам, умение противостоять им в случае надобности.

Перейдем к рассмотрению волевых качеств подростков-не спортсменолов (рис.2.2.9.).

Рис.2.2.9. Выраженность показателей саморегуляции подростков-несолов в танцевальных коллективах (%)

Рассмотрев таблицу мы свое внимание обращаем на высокие результаты: настойчивость и упорство (61,3), тенденция доводить до конца принятые решения, достигать поставленной цели, преодолевая всякие препятствия и затруднения на пути к ней; инициативность и самостоятельность (61.3), это говорит о умение хорошо и легко взяться за дело по собственному почину, склонность к формированию новых идей и планов; подчинение поведения собственным взглядам и убеждениям, критичность к чужим советам, умение противостоять им в случае надобности.

Чтобы определить, насколько значимы различия личностных характеристиках у танцоров, являющихся соловями и не соловями нами был использован статистический непараметрический критерий U-Манна-Уитни.

Рассмотрим результаты, свидетельствующие о различиях в показателях общей эмоциональной направленности у танцоров, являющихся соловями и несоловами. Результаты представлены в таблице 2.2.1.

Различия в показателях общей эмоциональной направленности у танцоров, являющихся солистами и несололистами

Из таблицы видно, что значимые различия на высоком уровне значимости обнаружены по показателям альтруистической направленности ($U=0,004$, $p \leq 0,01$), у солистов этот показатель выше, это говорит нам о том, что у испытуемого ярко выражена потребность отдавать, делиться, содействовать, помогать. В эту группу вошли испытуемые, которые занимаются более 6 лет. Потребность в помощи в коллективе воспитывается с самого начала в ходе в него. Это основное правило – помогать, делиться. Дети, которые занимаются больше трех лет, на них уже ответственность помогать, содействовать новым участникам. Направленность на других проявляется у него ярко.

Также значимые различия выявлены по показателю глорической направленности ($U=0,001$, $p \leq 0,01$) у солистов этот показатель так же выше, это нам свидетельствует о том, что испытуемый имеет ярко выраженную потребность в славе, переживании успеха на виду у других людей, в известности. Данная потребность соответствует солистом, так как они находятся на другом уровне, чем другие участники. При сольном выступлении потребность быть увиденным, понятым, получить одобрение от зрителя.

На высоком уровне значимости существуют различия в показателях практической направленности ($U=0,000$, $p \leq 0,01$), этот тип направленности тоже более выражен у солистов, высокий результат говорит о потребности активно действовать, достигать поставленной цели, добиваться желаемых результатов. Без данной направленности солист не сможет достигать высоких результатов в соревнованиях, тренировочном процессе.

По показателю пугнической направленности также выявлены статистически значимые различия ($U=0,016$, $p \leq 0,05$), данный показатель выше у танцоров, которые не являются солистами, это там свидетельствует о

том, что потребность выражается у респондента ярко, при низких — ярко выражена потребность в безопасности и формирующаяся на основе этой потребности осторожность. Эти эмоции связаны с потребностью рисковать, преодолевать опасности. Данная группа не солистов, включает себя испытуемых, которые пришли, в течение года. И они встречаются с разными сложностями, которые преодолевают с каждым приходом в зал.

Статистически значимые различия выявлены по показателю эстетической эмоциональной направленности ($U=0,059$, $p \leq 0,1$), данный показатель выше у не солистов, это нам может сказать о том, что воспринимая прекрасное, респондент переживает сильные чувства, которые в современной практической психологии называются ресурсными. При высоких баллах — потребность в восприятии прекрасного выражается ярко. Данная группа состоит из людей, которые пришли в течение учебного года, и погружаются в мир хореографии, которая очень насыщена и участник коллектива пытается это все воспринимать в полном объеме.

Таким образом группа солистов имеет высокие результаты по показателям: альтруистическая направленность, глорическая направленность и практическая направленность, данные личностные показатели соответствуют личности солиста, так как без какой-либо данной направленности образ солиста теряется и не имеет выраженного лидера.

Далее рассмотрим различия в показателях структуры темперамента, у танцоров, являющихся солистами и подростками не являющихся солистами. Результаты представлены в таблице 2.2.2.,

Таблица 2.2.2.

Различия в показателях структуры темперамента у танцоров,
являющихся солистами и несолистами

Статистически значимые различия выявлены только по показателю социальной эргичности ($U=0,059$, $p \leq 0,1$), у несолистов это показатель выше, это говорит о том, что связана с потребностью в социальном контакте, с желанием исследовать социальные формы деятельности, со стремлением к

лидерству, общению, к приобретению высокого ранга при освоении мира через коммуникацию. Человек часто испытывает потребность в людях. Имеет широкий круг общения. Инициативен, быстро и легко устанавливает контакты с разными людьми. Сохраняет обычный стиль общения в кругу незнакомых людей. Спокоен, уверен в себе при общении с авторитетными людьми, большой аудиторией, а также с лицами противоположного пола. Любит бывать в компаниях, стремится занять лидирующее положение в группе. Высоко ценит собственную точку зрения. Критические замечания не мешают ее отстаивать. Социально активен, часто участвует в общественных мероприятиях, охотно выступает на семинарах, собраниях, участвует в дискуссиях. Эффективно работает в коллективе, менее эффективен, если приходится работать индивидуально. Легко срабатывается с партнерами по совместной работе.

По остальным компонентам статистических различий выявлено не было, так как особенности темперамента зависят не от социальных факторов, а прежде всего от типа высшей нервной деятельности человека .

Далее рассмотрим различия в показателях стиля саморегуляции у танцоров, являющихся солистами и несолистами. Результаты представлены в таблице 2.2.3.

Таблица 2.2.3.

Различия в показателях стиля саморегуляции у танцоров, являющихся солистами и несолистами

Из таблицы видно, что значимые различия по показателям планирование ($U=0,115$, $p \leq 0,1$), у солистов этот показатель выше, это говорит о том, что у испытуемых сформирована потребность в осознанном планировании деятельности, планы в этом случае реалистичны, детализированы, иерархичны, действенны и устойчивы, цели деятельности выдвигаются самостоятельно.

На высоком уровне значимости существуют различия в показателях оценивание результатов ($U=0,025$, $p \leq 0,05$), у солистов говорит о развитости и

адекватности самооценки, сформированности и устойчивости субъективных критериев оценки успешности достижения результатов. Солист адекватно оценивает как сам факт рассогласования полученных результатов с целью деятельности, так и приведшие к нем причины, гибко адаптируясь к изменению условий.

Также значимые различия выявлены по показателю гибкость ($U=0,032$, $p \leq 0,05$), у солистов это говорит о том, что испытуемые вошедшие в категорию солистов демонстрируют пластичность всех регуляторных процессов. При возникновении непредвиденных обстоятельств солисты легко перестраивают планы и программы исполнительских действий и поведения, способны быстро оценить изменение значимых условий и перестроить программу действий.

Статистически значимые различия выявлены по показателю общий уровень саморегуляции ($U=0,088$, $p \leq 0,1$), данный показатель выше у солистов, это нам может сказать о том, что осознанность и взаимосвязанность в общей структуре индивидуальной регуляции регуляторных звеньев. Солисты самостоятельны, гибко и адекватно реагируют на изменение условий, выдвижение и достижение цели у них в большой степени осознанно. При высокой мотивации достижения они способны формировать такой стиль саморегуляции, который позволяет компенсировать влияние личностных, характерологических особенностей, препятствующих достижению цели. Чем выше общий уровень осознанной саморегуляции, тем легче солист овладевает новыми видами активности, увереннее чувствует себя в незнакомых ситуациях, тем стабильнее его успехи в привычных видах деятельности.

Рассмотрим различия в мотивах занятия спортом у танцоров, являющихся солистами и не солистами. Результаты представлены в таблице 2.2.4.

Таблица 2.2.4.

Различия в мотивах занятия спортом у танцоров, являющихся солистами и несолистами

Из таблицы видно, что значимые различия на высоком уровне значимости обнаружены по показателям социально-моральный мотив ($U=0,032$, $p\leq 0,05$), у солистов этот показатель выше, это нам свидетельствует о том, что стремление к спортивным событиям ввиду их высокой эмоциональности, неформальности общения, социальной и эмоциональной раскованности. Ему соответствует суждение: "Мне нравятся занятия спортом, потому что соревноваться очень интересно, потому что радуют достигнутые успехи. Я люблю атмосферу соревнований". Данные значения присущи группе солистов, они имеют большой опыт в соревновательной, выездной деятельности. Это основной этап к чему их готовят. И поэтому различия имеют данные показатели.

Статистические значимые различия выявлены по показателям мотивация достижения успеха в спорте ($U=0,001$, $p\leq 0,01$), у солистов этот показатель также выше, это нам говорит о том, что стремление к достижению успеха, улучшению личных спортивных результатов. Ему соответствует суждение: "Я регулярно тренируюсь, чтобы поддерживать и повышать достигнутые результаты, чтобы добиться поставленной передо мной (мною) цели".

Также значимые результаты выявлены по показателю рационально-волевой мотив ($U=0,045$, $p\leq 0,05$), данный показатель выше у солистов, это нам может сказать о том, что желание заниматься спортом для компенсации дефицита двигательной активности при умственной (сидячей) работе. Ему соответствует суждение: «Я занимаюсь спортом, чтобы отдохнуть от работы, чтобы получить прилив сил, поэтому спорт для меня - хобби. Спортивные результаты интересуют меня в меньшей степени».

Статистически значимые различия выявлены по показателю мотив подготовки к профессиональной деятельности ($U=0,001$, $p\leq 0,01$), у солистов этот мотив также выше, это нам говорит о том, что стремление заниматься

спортом для подготовки к требованиям избранной профессиональной деятельности. Ему соответствует суждение: «Достичь хороших результатов в учебе и работе возможно, только если я буду здоров и физически развит. Этому содействует спорт».

Также значимые различия выявлены по показателю гражданско-патриотический мотив ($U=0,000$, $p\leq 0,01$), данный показатель выше у солистов, это свидетельствует тому, что стремление к спортивному совершенствованию для успешного выступления на соревнованиях, для поддержания престижа коллектива, города, страны. Ему у соответствует суждение: "Если я буду регулярно тренироваться, то смогу показывать высокие спортивные результаты, защищать честь своего коллектива, спортивного общества, нашей страны".

Рассмотрим различия в показателях самооценки волевых качеств у танцоров, являющихся солистами и не солистами. Результаты представлены в таблице 2.2.5.

Таблица 2.2.5.

Различия в показателях самооценки волевых качеств, у танцоров
являющихся солистами и несолистами

Рассмотрев таблицу видно, что значимые различия на высоком уровне значимости обнаружены по показателям настойчивость и упорство ($U=0,000$, $p\leq 0,01$), у солистов этот показатель выше, это нам говорит о том, что у испытуемых – солистов выражена средняя самооценка. Также выявлено, что у них средне выраженная тенденция доводить до конца принятые решения, достигать поставленной цели, преодолевая всякие препятствия и затруднения на пути к ней. Солисты часто ставят перед собой цели, которые нужно достичь и они за частую связаны: стоять на пьедестале, завоевать призовое место и т.д.

Также значимые различия выявлены по показателю самообладание и выдержка ($U=0,000$, $p\leq 0,01$), данный показатель выше у солистов, это нам может сказать о том, что у солистов выявлена средняя самооценка. Также

показатели говорят о том, что выражена средняя тенденция постоянно контролировать свое поведение, воздерживаться от действий, которые осознаются как ненужные или вредные в данных условиях, сохранять хладнокровие даже в сложных трудных обстоятельствах. Хореографическое искусство воспитывает выдержку, спокойствие, умение справиться с сложной ситуацией при этом выглядит достойно – это умение воспитывается с самых начальных этапов занятиями хореографий.

2.3. Программа тренинга по развитию эмоционально-волевой сферы

Пояснительная записка

Общение играет предельно необходимую роль в формировании многих важных характеристик психических процессов, состояний и свойств на протяжении всей жизни человека.

Характеризуя общение как особый вид деятельности, необходимо также понимать, что без него не может происходить полноценное развитие человека и как личности, и как субъекта деятельности, и как индивидуальности.

Воспитательное значение общения заключается в том, что оно является обязательным условием формирования общего интеллекта человека и, прежде всего многих его перцептивных, мнемических и мыслительных характеристик [1].

Не меньшее значение общение как деятельность имеет и для развития эмоциональной сферы человека, для формирования его чувств. Какие переживания по преимуществу провоцируют общающиеся с человеком люди, оценивая его дела и облик, откликаясь так или иначе на его обращение к ним, и т. п., какие чувства появляются у него, когда он видит их дела, их поступки, – всё это оказывает сильнейшее влияние на выработку в его личности устойчивых форм эмоциональных ответов на воздействие

определённых сторон действительности – явлений природы, социальных событий, групп людей и пр. [37]

Столь же значимое влияние оказывает общение и на волевое развитие человека. Привыкает ли он быть собранным, настойчивым, решительным, смелым, целеустремлённым или у него будут преобладать противоположные качества – всё это в очень большой мере определяется тем, насколько благоприятствуют выработке указанных качеств те конкретные ситуации общения, в которых человек изо дня в день оказывается [51].

Цель программы тренинга: развитие социального общения, повышение уровня сформированности эмоционально-волевой сферы.

Задачи:

1. Развитие эмоциональной сферы личности: развитие эмпатийности, снижение тревожности, застенчивости;
2. Развитие волевых качеств личности;
3. Формирование в личности направленности на человека, что способствует успешности общения;
4. Освоение адекватных способов коммуникации;
5. Отработка навыков активного слушания.

Данная программа тренинга основывается на следующих принципах:

1. Принцип активности.
2. Принцип исследовательской (творческой) позиции.
3. Принцип партнёрского (субъект-субъектного) общения.

Правила работы в группе:

- Конфиденциальность;
- Распорядок групповых занятий;
- Искренность и открытость;
- «Здесь и теперь»;
- Не оценивать и не давать советов;
- Право сказать «стоп»;

- Обращаться друг к другу по имени и на «ты».

Количество человек в тренинговой группе -10-12.

Количество встреч или занятий – 5-6.

Продолжительность встречи – 4 часа.

Общее время, отведённое на данную коррекционную программу, – 30 час.

Тематический план тренинговых занятий

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты проведенного исследования, целью которого было выявить статистически значимые связи между личностными детерминантами и успешностью подростков в танцевальных коллективах, позволяют сделать следующие выводы:

1. За основу нашей работы мы берем определение, которым пользовалась в своих работах М.С. Новицкая, успешность – это характеристика деятельности, процесса, умения, потребности личности [31].

2. Успешность подростков, занимающихся в танцевальных коллективах определяется соотношением личностных свойств. Личностными детерминантами успешности подростков в танцевальных коллективах мы выделили: 1. Мотивацию занятий танцами; 2. Темперамент личности; 3. Саморегуляцию поведения; 4. Волевые качества личности; 5. Эмоциональную направленность личности.

3. Для выявления различий между двумя группами подростками, занимающих статус – солист, и подростками несолистами в танцевальных коллективах. Мы использовали U-критерий Манна-Уитни. Результаты корреляционного анализа представлены в приложении 3.

4. Опираясь на результаты корреляционного анализа, мы обнаружили, что между нашими показателями имеются различия: существуют различия между группами подросток-солист и подросток-несолист по показателю «Альтруистическая направленность». Из нашей таблицы 2.2.1. видно, что для подростков-солистов характерен высокий уровень альтруистической направленности $U_{эмп}=0,004$, $p \leq 0,01$; существуют различия по показателю «Глорическая направленность» подростков-солистов и подростков не являющихся солистами, а именно подростки, занимающие статус – солист имеют высокий уровень глорической направленности $U_{эмп}=0,001$, $p \leq 0,01$; существуют различия по показателю «Практическая направленность»

подростков-солистов подростков-несолистов, а именно подростки-солисты имеют высокий уровень практической направленности $U_{эмп}=0,00$, $p \leq 0,01$; существуют различия по показателю «Пугническая направленность» подростков, занимающих статус солист и несолист, а именно подростки-несолисты имеют высокий уровень пугнической направленности $U_{эмп}=0,016$, $p \leq 0,05$; существуют различия по показателю «Эстетическая направленность», которая характерна подросткам-несолистам $U_{эмп}=0,059$, $p \leq 0,1$.

5. Опираясь на результаты корреляционного анализа показателей структуры темперамента у танцоров мы обнаружили, что между нашими показателями имеются различия: существуют различия между группами подростки – солисты и подростки – несолисты по показателю «Социальная эргичность». Из таблицы 2.2.2 видно, что для подростков, не являющихся солистами коллектива характерен высокий уровень социальной эргичности $U_{эмп}=0,059$, $p \leq 0,1$.

6. Опираясь на следующие корреляционный анализ показателей саморегуляции подростков, занимающихся в коллективе мы обратили внимание на следующие показателя: существуют различия по показателю «Планирование». Из таблицы 2.2.3. видно, что подростки – солисты имеют высокий уровень по показателю планирование $U_{эмп}=0,115$, $p \leq 0,1$; существуют различия по показателю «Оценивание результатов», а именно подростки, занимающие статус – солист имеют высокий уровень показателя оценивание результатов $U_{эмп}=0,025$, $p \leq 0,05$; существуют различия по показателю «Гибкость», которая характерно для подростков – солистов $U_{эмп}=0,032$, $p \leq 0,05$; существуют различия по показателю «Общий уровень саморегуляции», а именно подростки – солисты имеют высокий уровень по показателю общий уровень саморегуляции $U_{эмп}=0,088$, $p \leq 0,1$.

7. Опираясь на результаты корреляционного анализа мы обнаружили, что между показателями мотивов занятий спортом имеются различия: существуют различия между группами подростков солистов и несолистов по

показателю «Социально-моральный мотив». Из таблицы 2.2.4. видно, что для подростков – солистов имеется высокий уровень по показателю социально-моральный мотив $U_{эмп}=0,032$, $p \leq 0,05$; существуют различия по показателю «Мотив достижения успеха в спорте», а именно подростки, занимающие статус – солист имеют высокий уровень по показателю мотив достижения успеха в спорте $U_{эмп}=0,001$, $p \leq 0,01$; существуют различия между группами подростки – солисты и подростки – несолисты по показателю «Рационально-волевой мотив», а именно подростки, не являющиеся солистами имеют высокий уровень по показателю рационально-волевой мотив $U_{эмп}=0,045$, $p \leq 0,05$; существуют различия между группами подростков по показателю «Мотив подготовки к профессиональной деятельности», а именно подростки, являющиеся солистами имеют высокий уровень по показателю мотив подготовки к профессиональной деятельности $U_{эмп}=0,001$, $p \leq 0,01$; существуют различия по показателю «Гражданско-патриотический мотив», а именно подростки – солисты имеют высокий уровень по показателю гражданско-патриотический мотив $U_{эмп}=0,000$, $p \leq 0,01$.

8. Опираясь на результаты корреляционного анализа волевых качеств мы получили следующие результаты. Рассмотрев таблицу 2.2.5 видно, что существуют различия между группами подростков по показателю «Настойчивость и упорство», а именно подростки – солисты имеют высокий уровень по показателю настойчивость и упорство $U_{эмп}=0,000$, $p \leq 0,01$; существуют различия по показателю «Самообладание и выдержка», а именно подростки – солисты имеют высокий уровень по показателю самообладание и выдержка $U_{эмп}=0,000$, $p \leq 0,01$.

9. По этим данным можно говорить, что наша гипотеза подтвердилась, а именно: к личностным факторам успешности подростков, занимающихся в танцевальных коллективах и являющихся солистами можно отнести наличие высокой эмоциональной направленности на других, на переживание успеха, стремление преодолевать опасности и достигать высоких результатов, а также стремление к успеху своей команды, улучшению личных спортивных

результатов, к спортивному самосовершенствованию для поддержания престижа своего коллектива, упорство и выдержка.

10. В результате проведенного исследования была создана программа – тренинг по развитию эмоционально-волевой сферы для подростков танцевальных коллективах.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аверин, В.А. Психология личности / В.А. Аверин. - СПб. : Питер, 2003. - 516 с.
2. Аникеева Н.П. Психологический климат в коллективе. М., 2003.-396с.
3. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. - М.: Просвещение, 2005. - 352 с.
4. Богомолов, А.М. Структурно-динамические характеристики системы психологической защиты личности Текст. / А.М. Богомолов. // Журнал прикладной психологии, 2004. № 2. - С. 2-6.
5. Буева Л. П. Социальная среда и сознание личности. 2005-350с.
6. Выготский, Л.С. Педагогическая психология Текст. / Л.С. Выготский // Под ред. В.В. Давыдова. М.: Педагогика, 1991.
7. Выготский, Л.С. Педология подростка Текст. / Л.С. Выготский // Собр. соч. М.: Педагогика, 1984. - Т.4.
8. Гордеева, Т.О. Мотивация достижения: теории, исследования, проблемы Текст. / Т.О. Гордеева. // Современная психология мотивации. // Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2003. - 343 с.
9. Гривцов А.Г. Тренинг креативности для старшеклассников и студентов. - СПб.: Питер, 2007.- 208 с.
10. Давыдов К.Д. Психологические особенности сплочённости коллектива. №4. 2005г.
11. Дубровина И.В., Лисина М.И. Возрастные особенности психического развития детей. - М.: ЮНИТИ, 2006. - 164 с.

12. Драгунова Т.В., Эльконин Д.Б. Возрастные и индивидуальные особенности подростков. - М.: Просвещение, 2007. - 156 с.
13. Евладова Е.Б. Дополнительное образование детей: Учебное пособие для студ. учреждений сред. проф. образования, обуч. по спец. 0317 «Педагогика дополнительного образования» / Е.Б. Евладова, Л.Г. Логинова, Н.Н. Михайлова, - М.: ВЛАДОС, 2002. – 352 с.
14. Зайцев Л. Г., Соколова М. И. Организационное поведение: учебник. - М.: Экономистъ, 2005.
15. Зельдович Б. З. Организационное поведение: Учеб. пособие для студентов вузов - М.: Аспект Пресс, 2008.
16. Ильин, Е.П. Психология физического воспитания / Е.П. Ильин. - М.: Просвещение, 2007. - 246 с.
17. Ильин, А.Б, Гордон С.М. Формирование профессиональных показателей личности спортсменов // Мир образования - образование в мире. - 2011. - № 1 (41). - С. 139-143. - Библиогр.: с. 142-143.
18. Ильин Е.П. Психология воли. - СПб.: Питер, 2000. - С. 39-43.
19. Кузьмин, М.А Взаимосвязь объективных и субъективных критериев адаптированности спортсменов к соревновательной деятельности // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2011. -№ 8 (78). -С. 107-110.
20. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Психология малой группы. М., 2001. - 320с.
21. Кричевский Р.Л., Рыжак М.М. Психология руководства и лидерства в спортивном коллективе, М., 2005.-320с.
22. Лях В.И. Координационные способности школьников//теория и практика физической культуры. №1, 2000. - 24 с.

23. Маслоу А. Мотивация и личность [Текст] / А. Маслоу. СПб., 2002. 480 с.

24. Маклаков А.В. Общая психология. - СПб.: Питер, 2006. - с. 113

25. Маликова, Т.В., Михайлов, Л.А., Соломин, В.П., Шатрова О.В.

Психологическая защита: направления и методы Текст. / Т.В. Маликова, Л.А. Михайлов, В.П. Соломин, О.В. Шатрова Учебное пособие. СПб.: Речь, 2008.

26. Мэриан, Т. Психология успеха: как добиться личного и профессионального успеха исключительно с помощью позитивного взгляда на мир Текст. / Т. Мэриан. Пер. с англ. М.: Астрель, АСТ, 2005. - 108 с.

27. Никольская, И.М., Грановская, Р.М. Психологическая защита у детей Текст / И.М. Никольская, Р.М. Грановская. СПб.: Речь, 2006. - 352 с.

28. Новицкая, М.С. Психологические особенности спортивно-танцевальной деятельности / М.С. Новицкая, А.Н. Лысакова // Вестник университета (ГУУ). — 2014. — №2. — С. 254-257 (0,4/0,2 п.л.).

29. Новицкая, М.С. Психологические аспекты танцевального спорта в системе спортивной подготовки / М.С. Новицкая // Психология обучения. — 2014. — №7. — С. 89-93 (0,4 п.л.).

30. Новицкая, М.С. Актуальные задачи психологической подготовки в танцевальном спорте / М.С. Новицкая // Инновации в образовании. — 2015. — №3. — С.120-128 (0,45 п.л.).

31. Новицкая, М.С. Психология личности подростков и успешность спортивно-танцевальной деятельности / М.С. Новицкая // Материалы Международного молодежного научного форума «Ломоносов-2014». — М.: МГУ им. М.В. Ломоносова, 2014. — С.1-3 (0,3 п.л.).

32. Новицкая, М.С. Психологические характеристики личности спортсменов - танцоров подросткового возраста / М.С. Новицкая // Материалы XXI Международной научно-практической конференции для студентов, аспирантов и молодых ученых «Теоретические и практические исследования в психологии и педагогике». — М.: Московский научный центр психологии и педагогики, 2014. — С.35-37 (0,35 п.л.).

33. Новицкая, М.С. Психологические аспекты танцевального спорта / М.С. Новицкая, А.Н. Лысакова // Физическое воспитание и детскоюношеский спорт. — 2014. — №1. — С.43-49 (0,4/0,2 п.л.).

34. Петрова, Н.П. Тренинг для победителя. Самоменеджмент эпохи Интернет Текст. / Н.П. Петрова. СПб.: «Речь», 2002. - 216 с.

35. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. - М.: Знание, 2007. - 179с.

36. Петровский В.В., Шпалинский В.В. Социальная психология коллектива. Учебное пособие для студентов пед. институтов. - М.: Просвещение, 2007.- 117 с.

37. Пуни, А.Ц. Проблема личности в психологии спорта / А.Ц. Пуни. - М.: Спорт, 2000. - 272 с.

38. Пуни, А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте / А.Ц. Пуни. - М.: Спорт, 2003. - 265 с.

39. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001. - 80 с.

40. Пуртурова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. - М.: Владос. - 2003. - 256 с.: ил.

41. Самосознание и защитные механизмы личности: Хрестоматия. - Самара: Изд. дом «БАХРАХ-М», 2000. 656 с.

42. Самыгин, С. И. Психология личности / С. И. Самыгин, Л. Д. Столяренко. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2009. - 575 с.
43. Серова, Л.К. Психология личности спортсмена / Л.К. Серова. - М.: Советский спорт, 2007. - 116 с.
44. Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки в психологии Текст. / Е.В. Сидоренко. СПб.: ООО Речь, 2000. - 350 с.
45. Соловьева, О.В. Психология лидерства Текст. / О.В. Соловьева: Учебное пособие. Ставрополь: Изд-во СГУ, 2008. - 284 с.
46. Тренинг развития жизненных целей Текст. // Под ред. Е.Г. Трошихиной. СПб.: Речь, 2002.
47. Фельдштейн Д.И. Психологические аспекты изучения современного подростка. М.: Вопросы психологии, 2005. - 32 с.
48. Фельдштейн Д.И. Психология современного подростка М.: Педагогика, 2005. - 114с.
49. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Определение индекса групповой сплоченности Сисшора / Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. - М., 2002. С.179-180.
50. Хекхаузен, Х. Психология мотивации достижения Текст. / Х. Хекхаузен. СПб.: Речь, 2001. - 240 с.
51. Хорхе Бернардо, С.З. Особенности психических ресурсов личности в раннем юношеском возрасте: копинг-стратегии, защитные механизмы, социальный интеллект и общий интеллект Текст. / С.З. Хорхе Бернардо. - Автореф. дисс. . канд. психол. наук. СПб., 2000.
52. Чикова, О.М. Психологические особенности спортивной деятельности и личности спортсмена : учеб. пособие для училищ Олимпийского резерва. -- Мн.: ИПП Госэкономплана РБ, 2003. - 235 с.
53. Эльконин Д.Б. Психология развития: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М., 2001.