

Секция «Психология»

Психология личности подростков и успешность спортивно-танцевальной деятельности

Новицкая Маргарита Сергеевна

Аспирант

Современная Гуманитарная Академия, Факультет психологии, Москва, Россия

E-mail: crystal_comp@mail.ru

Актуальность исследования взаимосвязи личностных характеристик и успешности танцевально-спортивной деятельности юниоров (подростков 12-15 лет) определяется социально значимыми задачами разработки эффективных методов психологического сопровождения жизнедеятельности. Психология личности подростка характеризуется интенсивной и противоречивой перестройкой интеллектуальной, ценностно-смысловой, эмоционально-волевой и коммуникативной сфер [1, 2, 4]. Кризис подросткового возраста является одним из самых драматичных в онтогенезе. Чувство взрослости как центральное новообразование психологического развития подростков, в основе которого — способность к самопознанию и рефлексии социальных контактов — формируется в условиях продуктивного общения со сверстниками и взрослыми, выполнения различных видов общественно-полезной деятельности [3, 8].

В работах Б.А. Вяткина, Р.М. Загайнова, И.Б. Лебедева, А.В. Родионова, П.А. Рудика, В.Ф. Сопова и др. обоснованы фундаментальные положения о психологической структуре и содержании различных видов спортивной деятельности [5], о методах психологической подготовки с учетом специфики спортивных соревнований [6, 7]. Однако система психологического обеспечения спортивно-танцевальной деятельности еще не сложилась.

Гипотеза нашего исследования: сформированные способности к самопознанию, рефлексии партнерских отношений, ориентация на занятия спортом как на конкретно-практическую деятельность коррелируют с высокими турнирными показателями.

Разработана методика квазиэксперимента, основанного на сравнительном анализе психологических особенностей спортсменов-танцоров, отличающихся по критерию «успешность турнирной деятельности», другие показатели — эквивалентны. В ходе исследования применялись методы наблюдения за процессом спортивных тренировок, тестирования (рисуночный тест «Автопортрет» Р. Бернса), опроса, анализа продуктов спортивно-танцевальной деятельности. Испытуемые — спортивно-танцевальные пары возрастной категории «Юниоры-2» (14-15 лет). По итогам результативности начала сезона 2013-2014 гг. отобраны 5 пар с высокими показателями турнирной деятельности («высокорейтинговые» пары) и 5 пар с низкими показателями («низкорейтинговые» пары).

Рисуночный тест «Автопортрет» измеряет особенности самопознания, самоотношения, самооценки испытуемых. Мы использовали модификацию данного теста, допускающую рисунок не только себя, но и значимого другого человека, т.е. в нашем исследовании — танцевального партнера или партнерши.

Зафиксирована следующая тенденция — испытуемые из «низкорейтинговых» пар рисовали статичные позы с полуопущенными руками, в 100% случаев размещали себя и своих партнеров на большой дистанции друг от друга, партнеры зачастую изоб-

ражали партнерш «бесполоыми человечками с длинными волосами». Испытуемые из «высокорейтинговых» пар рисовали себя и партнера в динамике, символизирующую танцевальные движения, в танцевальных костюмах (разной степени детализации), на близкой дистанции (взявшись за руки, под руку, держащими вместе кубок).

Опрос испытуемых на тему «Чем для тебя является танцевальный спорт» выявил следующий феномен: «высокорейтинговые» пары считают, что танцевальный спорт — это «дело всей жизни», «работа для достижения высоких результатов»; «низкорейтинговые» пары — «счастье», «половина жизни», «главное занятие». Метод наблюдения позволил обнаружить поведенческие особенности испытуемых в процессе тренировок. Так, межличностное общение «низкорейтинговых» пар отличается недостатком вербальной и невербальной коммуникации, тогда как у «высокорейтинговых» пар коммуникация присутствует в избытке. Оба варианта социальной коммуникации вызывают эмоциональное напряжение, однако у «высокорейтинговых» пар это состояние продуктивно.

Полученные данные свидетельствуют о том, что танцевальный спорт является важным институтом социализации подростков, способствует становлению самосознания, целеполагания, обеспечивает социально-одобряемые формы самоутверждения и взросления. Регулярные тренировки формируют способность к самоорганизации, чувство ответственности перед танцевальным партнером и тренером. Однако успешность в турнирной деятельности характерна для тех юниоров, которые научились воспринимать себя в системе партнерских отношений, сформировали установку на танцевальный спорт с абстрактно-мировоззренческой на конкретно-практическую. Таким образом, имеет место значимая положительная корреляция между уровнем развития у подростков способности к самопознанию, рефлексии партнерских отношений, определенной ориентацией на занятия спортом и успешностью танцевально-спортивной деятельности.

Спортивные танцы могут служить ведущей деятельностью психологического развития подростков, т.к. в ходе спортивно-танцевальной подготовки и участия в турнирах удовлетворяются актуальные потребности в содержательных отношениях, интересах, переживаниях. Для достижения успеха, выраженного в результатах соревнований, необходимо целенаправленно формировать у юниоров способность к самопознанию в системе партнерских отношений, мотивацию достижения.

Литература

1. Драгунова Т.В. Подросток. М.: Педагогика, 1976.
2. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (развитие ребенка от рождения до 17 лет). М.: Академия, 2010.
3. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками. М.: Академия, 2003. 249 с.
4. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности. М., 1994.
5. Родионов А.В. Практическая психология физической культуры и спорта. Махачкала: Юпитер, 2002. 386 с.
6. Рубштейн Н.В. Что нужно знать, чтобы стать первым. Психология танцевального спорта. М., 2002. 138 с.

7. Сопов В.Ф. Психическая саморегуляция в физической культуре и реабилитации // Эмоциональная саморегуляция: теоретические основы и прикладные аспекты. Самара, 2002.
8. Фельдштейн Д.И. Психология развития личности в онтогенезе. М., 1995.