

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра педагогической психологии и психодиагностики

**АДАПТИВНОСТЬ ЛИЧНОСТИ И МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ
ОТНОШЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ-САМБИСТОВ В ПРОЦЕССЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ К СОРЕВНОВАНИЯМ**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 2 курса 243 группы
направления 44.04.02 Психолого-педагогическое образование
профиля «Психолого-педагогическое обеспечение спортивной деятельности»
факультета психолого-педагогического и специального образования

КАЛУГИНОЙ ЯНЫ СЕРГЕЕВНЫ

Научный руководитель
канд. психол. наук, доцент

И.В. Малышев

Зав. кафедрой
доктор психол. наук, профессор

М.В. Григорьева

Саратов 2018

Введение

Актуальность исследования. В современных условиях динамичного развития общества проблема психологической адаптации и межличностных отношений продолжает актуализироваться. Динамизм общественных отношений обуславливает значительные изменения во всех сферах активности человека, в том числе и в спорте. Современный уровень развития спорта высших достижений требует использования комплекса психологических мероприятий по улучшению подготовки спортсменов. Проблема психологической и социально - психологической адаптации в современной психологии все более обращает на себя внимание исследователей: наполняется новым содержанием понятие «адаптация», психологическая адаптация представляется не как процесс пассивного приспособления к окружающей действительности, а как активный процесс преобразования и саморазвития, адаптация изучается в традициях субъектного, системного и комплексного подходов, экопсихологии развития [9].

Разработка организационно-педагогических условий адаптации спортсменов – самбистов требует уточнения вопроса феномена «адаптация». В определенные периоды адаптация выполняет функцию защиты от незнакомой социальной среды и ее роль сводится к формированию нормативной модели поведения в незнакомой среде.

Уровень высоких спортивных достижений зависит от работы тренера, от его подготовки спортсменов – самбистов к соревнованиям.

Организм спортсмена на стрессовые ситуации может влиять значительно меньше, если спортсмен – самбист находится в привычном ему социально – психологическом климате.

Регулирование межличностных отношений в спортивной команде является, в первую очередь, деятельностью тренера. Правильное формирование структуры межличностных отношений является обязательным условием

спортивной деятельности, важным элементом, гарантирующим достижение высоких спортивных результатов и достижением поставленной цели.

Цель исследования – изучение адаптивности личности и межличностных отношений спортсменов-самбистов, в процессе психологической подготовки к соревнованиям.

Объект исследования – адаптация личности и межличностных отношений спортсменов – самбистов.

Предмет исследования – адаптивность личности и межличностные отношения спортсменов-самбистов в процессе психологической подготовки к соревнованиям

Гипотезой исследования является адаптивность личности спортсменов – самбистов положительно связана с межличностными отношениями в группе.

Задачи исследования:

- 1) на основе литературных данных определить состояние изученности проблемы адаптивности и межличностных отношений спортсменов – самбистов.
- 2) изучить адаптационные возможности личности спортсменов - самбистов, межличностные отношения в группе
- 3) определить и проанализировать корреляционные связи между адаптивностью личности и межличностные отношения в группе спортсменов - самбистов.
- 4) разработать практические рекомендации в процессе подготовки спортсменов по улучшения межличностные отношений внутри группы и повышению их адаптационных возможностей.

Структура и объем работы: дипломная работа состоит из введения, двух глав: Глава 1. Теоретические основы изучения адаптации личности и межличностных отношений

Глава 2. Эмпирическое исследование взаимосвязи адаптивности и межличностных отношений спортсменов – самбистов, заключения, списка литературы, 4 таблиц, 3 рисунков, 3 приложений. Общий объем работы составляет 66 страниц.

Эмпирическая часть нашей работы составлена, исходя из понимания адаптивности личности и межличностных отношений спортсменов-самбистов в процессе психологической подготовки к соревнованиям.

Опираясь на определение адаптивности личности и межличностные отношения, нами была поставлена цель исследования: изучение адаптивности личности и межличностных отношений спортсменов-самбистов, в процессе психологической подготовки к соревнованиям.

Методы эмпирического исследования:

Для решения поставленных задач и проверки сформулированной гипотезы использовались следующие методы:

1. Теоретический анализ и обобщение литературных источников по проблеме исследования;
2. Методы сбора информации – тестирование;
3. Методы статистической обработки данных – проверка статистической взаимосвязи по критерию r -Пирсона;
4. Методы интерпретации полученных данных.

Для обработки полученных результатов использовались математические методы обработки данных в программе Microsoft Excel 2007.

Характеристика выборки. В исследовании приняли участие спортсмены-самбисты, в количестве 40 человек, средний возраст которых 24-28 лет, мужчины.

С целью изучения адаптивности личности и особенности межличностных отношений спортсменов-самбистов в процессе психологической подготовки к соревнованиям был подобран комплекс эмпирических методов. Проведено психодиагностическое исследование.

С целью изучения показателей адаптивности, нами были изучены средние значения по методике диагностики социально - психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда. Получены следующие результаты.

Таблица 1. Средние значения показателей социально-психологической адаптации спортсменов - самбистов

№	Шкалы	Средние значения
1	Адаптивность	112
2	Дезадаптивность	74
3	Лживость	25
4	Принятие себя	37
5	Непринятие себя	23
6	Принятие других	20
7	Непринятие других	23
8	Эмоциональный комфорт	20
9	Эмоциональный дискомфорт	14
10	Внутренний контроль	45
11	Внешний контроль	36
12	Доминирование	10
13	Ведомость	12
14	Эскапизм (уход от проблем)	10

В целом, выборка спортсменов – самбистов характеризуется умеренными значениями по шкалам адаптивность, принятие себя, непринятие других, эмоциональный комфорт, внутренний и внешний контроль. Что в целом характеризует их как гармоничных и согласованных личностей, направленных на интеграцию с внешней средой, социумом. В рамках общения с другими людьми, они готовы принимать других, имеют адекватную самооценку, принимают свои достоинства и недостатки. Обладают личностной зрелостью. Не используют в рамках тенденций,

приемы ухода или зависимые стратегии, готовы отвечать за совершенные поступки.



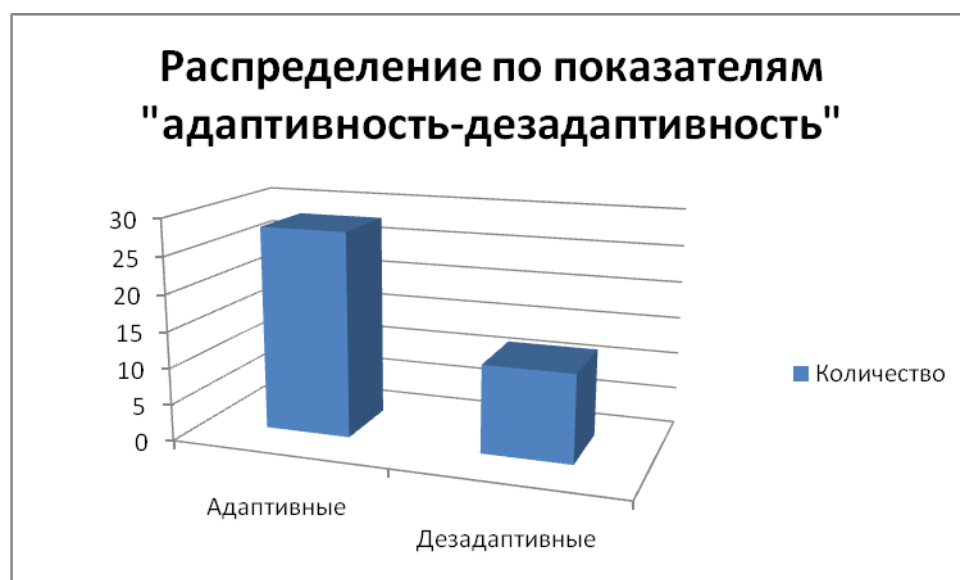
«Рис. 1 Средние значения показателей социально-психологической адаптации спортсменов – самбистов»

В последующей логике исследования были сформированы две группы спортсменов, которые отличались по шкалам адаптивность – дезадаптивность.

Последующий анализ психологических факторов проходил в рамках поперечного среза характеристик. В группе адаптивных оказались 28 человек от выборки, что составляет 70%, в группе дезадаптивных -12 человек, 30% от выборки спортсменов.

Таблица 2. Распределение выборки по показателям «адаптивность- дезадаптивность»

№	Группы	Количество	%
1	Адаптивные	28	70
2	Деадаптивные	12	30



«Рис 2 Распределение выборки по показателям «адаптивность-
дезадаптивность» »

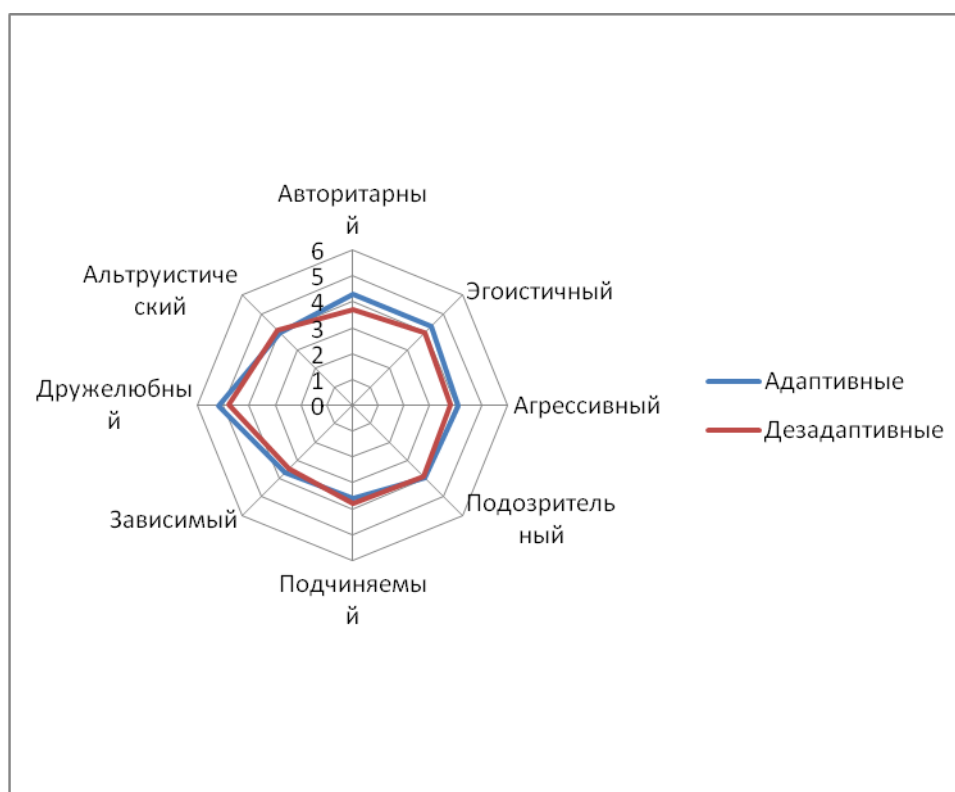
Были изучены особенности стратегий межличностных отношений в рамках двух эмпирических групп: адаптивных, дезадаптивных.

С целью установления значимых различий использовался t-критерий Стьюдента для несвязанных выборок.

Таблица 3. Сравнительный анализ стратегий межличностных отношений в группах адаптивных и дезадаптивных спортсменов

№	Шкалы	Адаптивные	Деадаптивные	t-критерий Стьюдента
1	Авторитарный	4,3	3,7	2,43*
2	Эгоистичный	4,3	4,0	0,61
3	Агрессивный	4,1	3,8	0,57
4	Подозрительный	4,0	3,9	0,33
5	Подчиняемый	3,6	3,8	-0,27
6	Зависимый	3,7	3,5	0,37
7	Дружелюбный	5,2	4,8	0,81
8	Альтруистический	4,0	4,1	-0,07

*p=0,05



«Рис. 3 Сравнительный анализ стратегий межличностных отношений в группах адаптивных и дезадаптивных спортсменов»

Средние баллы по всем шкалам находятся на низком уровне выраженности. Более высокие средние баллы выявлены по шкале Дружелюбный – 5,2 в группе адаптивных спортсменов и 4,8 у спортсменов с дезадаптацией.

Исходя из этого, можно сделать вывод, что все опрошенные спортсмены вне зависимости уровня адаптированности, склонны сотрудничать, кооперировать, идти на компромиссы при решении проблем и конфликтных ситуаций, стремятся к признанию и дружелюбны в отношениях. С ответственностью, деликатностью, мягкостью и добротой относятся к людям, способны сострадать, симпатизировать, заботиться, могут подбадривать и успокаивать окружающих, бескорыстны и отзывчивы.

Однако, следуя из данных, представленных в табл. 3. мы можем сделать вывод, что существуют статистически значимые различия в особенностях межличностных отношений у адаптированных и дезадаптивных самбистов по шкале «Авторитарный».

Авторитарность в большей степени выражена у дезадаптивных спортсменов, они в большей степени демонстрируют нормативные черты маскулинности: высокую соревновательность, агрессивность, ориентацию на собственное мнение и оценку при принятии решений, стремление к достижению и авторитарность.

Далее нами были проинтерпретированы результаты исследования по методике - «Оценка психологической атмосферы в коллективе» (по А.Ф. Фидлеру).

В нашем исследовании средний балл по данной методике у спортсменов с адаптивными тенденциями 44,9 балла. У спортсменов с дезадаптивными тенденциями составил 42,7 балла. Коэффициенты различий -0,09.

Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод о том, что в среднем спортсмены, как адаптивные, так и дезадаптивные, оценивают психологическую атмосферу в команде, коллективе как положительную. Однако у спортсменов с адаптивными тенденциями показатели несколько выше. То есть, у них ярче проявляется готовность к установлению, и поддержанию хороших межличностных взаимоотношений, более выражена поддержка членов своей группы.

Таким образом, статистический анализ результатов, полученных на двух выборках испытуемых, позволил выявить различия в особенностях межличностных отношений и особенностях психологического климата в коллективе, команде.

С целью проверки гипотезы, о существовании связи показателей адаптивности и особенностях межличностных отношений был проведен

корреляционный анализ по методу Спирмена. Корреляционный анализ был проведен по всей выборке спортсменов.

Таблица 4. Корреляционные взаимосвязи социально-психологических особенностей адаптивного поведения спортсменов-самбистов

№	Описание корреляционных связей	Коэффициент корреляции r
Между адаптивностью и		
1.	Зависимой стратегией поведения	0,47*
2.	Дружелюбной стратегией поведения	0,42*

Получены значимые взаимосвязи: между шкалой «адаптивность» и зависимой стратегией поведения, «дружелюбием».

Адаптация рассматривается как процесс гармоничного приспособления личности к условиям окружающей действительности. Так получается, что в результате процесса адаптации, личность видоизменяется сама, и изменяет социальную или окружающую среду, в процессе чего, преобразует мир вокруг себя. В этой связи, социально-психологическая адаптация личности связана с привлечением разнообразных средств по формированию личностных внутренних детерминант, становлению устойчивых форм мотивации и принятию ценностей той профессиональной деятельности.

Традиция исследования процесса адаптации имеет долгую историю исследования и соответственно разнообразные трактовки данного феномена. В рамках когнитивных теорий, рассматривается адаптация как когнитивный процесс, обеспечивающий интеллектуальные процессы индивида. Данный процесс является необходимым для сохранности целостности психики и выработки свойств адаптированности к изменениям эволюционного и онтогенетического характера.

В рамках существующих исследований поднимался вопрос о конечности и статичности данного процесса – адаптации, учеными установлено, что в процессе адаптации, возникают условия, в результате которых процесс адаптации выступает процессом бесконечным, не

прекращающимся, и возможности личности в приспособлении к социальной среде является динамичным, который нельзя остановить.

Профессиональная деятельность спортсменов сопряжена с разнообразными вызовами, которые с разных сторон, иногда негативно влияют на формирование личностных особенностей спортсменов. В этой связи необходимы особые условия формирования социально-психологических показателей психологического климата, сплоченности, формирования конструктивных стратегий поведения.