

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**Взаимосвязь креативности и саморегуляции студентов-
спортсменов и студентов-психологов**

АВТОРЕФЕРАТ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 441 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
профиля «Психология образования»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Зименковой Олеси Анатольевны

Научный руководитель
канд. пед. наук, доцент _____ Т.В.Хуторянская

Зав. кафедрой
доктор психол. наук, профессор _____ Р.М.Шамионов

Саратов 2019

Введение. Актуальность темы исследования. Актуализация взаимосвязи креативности и саморегуляции студентов-спортсменов и студентов-психологов требует комплексного изучения в связи с личностными характеристиками студентов. На данный момент роль взаимосвязи креативности и саморегуляции студентов-спортсменов и студентов-психологов является не достаточно изученной. Актуальность темы дипломного исследования детерминирована теоретической неразработанностью, а также практической значимостью изучаемой проблемы.

Степень научной разработанности. Теоретические и методологические предпосылки научного исследования развития креативности людей были заложены выдающимися представителями философской мысли И. Кантом, Л. Фейербахом, А. Бергсоном, Н.А. Бердяевым, исследовавшими сущность творчества, особенности творческих способностей, факторы и мотивы творческой активности личности. Значительную роль в развитии современных представлений о творчестве и творческих способностях сыграло исследование феноменов творческой активности личности в рамках эстетики, прежде всего, Ф Шеллингом, рассматривавшим творческую деятельность личности в культурно-историческом контексте. Немалый вклад в выявление социальной природы творческой активности личности внесли специалисты в области филологии А.А. Потебня и Ф.И. Буслаев, исследовавшие влияние культуры и языка на личность субъекта творчества. Значимый вклад в исследование творчества и творческих способностей внесли представители социологической мысли: В. Парето, выявивший роль ряда социокультурных факторов в развитии творческих личностей, Р. К. Мак-Айвер, особо подчеркнувший экспансивно творческий характер жизни выдающихся личностей, В.И. Смирнов, рассматривающий творчество как средство достижения социальной значимости личности, Л.Г. Костюченко и Ю.М. Резник, исследовавшие

влияние социокультурных факторов на деятельность личности - в том числе, ее творческую деятельность. Психологическая наука, обратившись к исследованию феномена саморегуляции сравнительно недавно, располагает на сегодняшний день сведениями о сущности, природе и роли сознательной активности субъекта в интеллектуальной деятельности (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, И.Б. Котова, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, и др.); сложности и интегративности её механизмов (О.А. Конопкин, Б.Ф. Ломов и др.); роли специальной организации учебной деятельности в её формировании (Ю.П. Ветров, Г.М. Гогиберидзе, В.В. Давыдов, Н.П. Клушина, А.К. Маркова, В.П. Намчук, А.В. Непомнящий, В.П. Озеров, В.В. Репкин, О.В. Соловьева, Д.Б. Эльконин и др.). Проблемы целеполагания и планирования учебной деятельности школьниками разных возрастных категорий представлены в исследованиях В.П. Беспалько, П.Я. Гальперина, Г.М. Гогиберидзе, В.А. Гусева, Д.А. Китовой, В.М. Монахова, В.П. Намчука, А.В. Непомнящего, Д. Пойа, Н.Ф. Талызиной, В.К. Шаповалова и др. Вопросы развития произвольного контроля в учебной деятельности поднимаются в работах В.В. Давыдова, В.А. Далингера, Л.В. Занкова, С.Г. Манвелова, А.Г. Мордковича, Н.В. Репкиной, В.И. Рыжика, П.М. Эрдниева, А.Я. Хинчина и др.

Объект исследования: креативность и саморегуляция у студентов.

Предмет исследования: взаимосвязь креативности и саморегуляции студентов-спортсменов и студентов-психологов.

Цель исследования: выявить взаимосвязь креативности и саморегуляции студентов-спортсменов и студентов-психологов.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь между креативностью и саморегуляцией у студентов-спортсменов и студентов-психологов.

Задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать социальную и психолого-педагогическую литературу по теме исследования;

2. Определить особенности креативности и саморегуляции студентов-спортсменов и студентов-психологов;

3. Установить значимость различий в особенностях креативности и саморегуляции у студентов-психологов и студентов-спортсменов;

4. Выявить корреляционные взаимосвязи между креативностью и саморегуляцией в каждой представленной выборке.

Практическая значимость исследования. Возможность использования результатов психологами и другими специалистами в практической работе.

Структура работы. Бакалаврская работа объемом 101 страница состоит из введения, 2 глав, заключения, списка использованных источников и приложений. Дипломная работа содержит 12 таблиц и 6 рисунков.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Во введении обоснована актуальность выбранной темы, определены объект, предмет эмпирического исследования, сформулированы цель, гипотеза и задачи, выделены психолого-педагогические методы исследования, практическая значимость.

В первой главе **«Теоретические подходы к проблеме изучения взаимосвязи креативности и саморегуляции студентов-спортсменов и студентов-психологов»** было рассмотрено современное состояние изученности заявленной темы исследования.

1. *Сущность понятия «креативность» и различные подходы в его рассмотрении* показала, что процесс исследования проблемы креативности начался довольно давно. Огромное количество времени данная психологическая характеристика считалась спорной, многие психологи и исследователи полностью отрицали ее ценность. Мы выявили, что на данный момент существует большое количество различных определений и интерпретаций данного явления. Стоит отметить, что, несмотря на довольно

серьезную проработанность проблемы креативности и определения ее структурных особенностей при помощи разного рода подходов, данный вопрос по-прежнему является противоречивым. Многие авторы по-своему определяют креативность, некоторые могут рассматривать ее как психический когнитивный процесс, кто-то рассматривает это явление, подразумевая под ним тип личности, а кто-то объединяет эти два подхода.

2. Креативность в юношеском возрасте. Юношеский возраст – это один из ключевых этапов развития креативности и творческого мышления. Все это связано с тем, что перед человеком в данном возрасте остро встают задачи самоопределения как личностного, так и профессионального. Стоит рассмотреть возможный вариант, по которому происходит развитие креативности в юношеском возрасте:

- во-первых, образуется определенная система мотивов и личностных свойств;

- формируется данная система на основании общей одаренности подростка под влиянием микросреды;

- общая одаренность преобразуется в актуальную креативность, т.е. происходит слияние одаренности и некоторой структуры личности.

3. Современные подходы к пониманию методов саморегуляции. Очень часто говорят о том, насколько большую роль в становлении характера человека играет спорт. Занятия любым видом спорта требуют развития у человека каких-либо определенных черт характера. Большое количество исследователей в своих работах пытались установить связь между некоторыми чертами характера и успешностью соревновательной деятельности спортсмена. Принято считать, что спорт положительно влияет на формирование и развитие личности. Отмечалось, что участие в спортивных соревнованиях способствует воспитанию упорства, ценных моральных и волевых качеств, мужественности и т. п.

Во второй главе «Эмпирическое исследование взаимосвязи креативности и саморегуляции студентов-спортсменов и студентов-психологов» мы рассмотрели организацию и краткую характеристику методов исследования, а также произвели анализ и интерпретацию результатов исследования.

Методическое обоснование исследования. Исследование проходило на базе Саратовского национального исследовательского государственного университета им. Н.Г. Чернышевского. Выборку исследования составили студенты дневной формы обучения факультета психолого-педагогического и специального образования и факультета физической культуры и спорта. Общее количество принявших участие студентов в исследовании – 100 человек.

Методика «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик), опросник «Стиль саморегуляции поведения» (В.И. Моросанова), методика «Базовые стремления» (О.И. Мотков), методика «Опросник для определения креативного потенциала» (С.И. Макшанов), методика «Невербальный тест креативности» (Э.Торренс), методика «Диагностика личностной креативности» (Е.Е. Туник). Данные психодиагностические методики, которые позволили:

-изучить креативность у студентов высшего учебного заведения. По результатам данного этапа, мы подробно описали полученные данные.

-мы изучить саморегуляцию у студентов высшего учебного заведения. В ходе данного этапа нам удалось выявить представления студентов о себе, о воздействии индивидов на свою психику, о регулировке своей активности, о мотивах, о работе их психических процессов.

-выявить значимые различия между выборками с помощью t-критерия Стьюдента.

-определить с помощью корреляционного анализа существенные корреляционные взаимосвязи креативности и саморегуляции студентов-спортсменов и студентов-психологов.

Результаты эмпирического исследования. В ходе исследования было выявлено:

По результатам методики «Индекс жизненного стиля» мы делаем вывод, что для студентов-спортсменов и студентов-психологов характерны такие механизмы психологической защиты, как отрицание (ср. значения: студенты-психологи 7,36; студенты-спортсмены 7,34), регрессия (ср. значения:

студенты-психологи 8,4; студенты-спортсмены 8,3), проекция (ср. значения: студенты-психологи 7,54; студенты-спортсмены 7,22). Мы предполагаем, результаты могут означать, что студенты обеих групп предпочитают упрощать сложные действия, проецируют свои подавленные эмоции и чувства на других людях.

Средние результаты методики «Стиль саморегуляции поведения» позволяют сделать вывод, что для студентов-психологов важно моделировать какие-либо ситуации в подробностях, а также оценивать себя и поступки как свои, так и чужие (ср. значения: моделирование=6,64; оценивание=5,64). А для студентов-спортсменов важным является планирование действий (ср. значения =6,38). Чем подробнее они распланируют деятельность, тем комфортнее будет ситуация.

По методике «Базовые стремления» у обеих групп высокие средние значения по шкале «Сила личности» (студенты-психологи 48,24; студенты-спортсмены 47,56), что может означать сформированную самооценку, адекватным оцениванием своей деятельности. У студентов-психологов высокие средние значения по шкале «Позитивная установка» (61,86), мы интерпретируем это, как позитивное отношение ко всем своим действиям и ситуациям, неудачи воспринимаются как опыт.

«Опросник для определения креативного потенциала» позволяет увидеть:

По шкале «Моя рабочая среда» высокие баллы у студентов-спортсменов (54,56). Интерпретировать можно как временные трудности с

креативностью в рабочей сфере. Для развития креативности можно использовать рекомендации параграфа 2.3.

Методика «Невербальный тест креативности» (Э.Торренс).

На основе полученных данных можно заключить, что творческий потенциал более свойственен для респондентов 1 группы. В таблице 5 мы видим, что все показатели выше у студентов-психологов, за исключением шкалы «Беглость». В интерпретации Торренса «Беглость» указывает на количество рисунков, но не оригинальность. Это позволяет сделать вывод, что студенты-спортсмены быстро реагируют на установку, но не на уникальность выполнения.

Интерпретация результатов по методике «Диагностика личностной креативности».

Высокие показатели средних значений обеих выборок (студенты-психологи-9,34; студенты-спортсмены-8,14) по шкале «Сложность» позволяют сделать вывод, что студенты склонны ставить перед собой сложные задачи, предпочитают узнавать новое без чьей-либо помощи, настойчивы в достижении цели.

«Склонность к риску» студентов-спортсменов (9,14) предпочитают рисковать ради интереса, отстаивают свои идеи и взгляды, не обращая внимание на мнение окружающих, позволяют себе ошибаться, но при этом ставят высокие цели.

Проведенное исследование позволило выявить ряд закономерностей и разработать *психолого-педагогические рекомендации*:

Рекомендации по развитию креативности:

1. Не бойтесь мыслить не так как все.

Чем ярче и интересней будет идея, тем лучше. Главное это преодоление страха перед неизвестностью. Большинство людей реагирует на что-то кардинально новое так же, как и на инородный белок, т. е. отторгает это. Важно самому перешагнуть через этот барьер. Пользователи все равно привыкнут к удобному и полезному сервису, как привыкли к автомобилям.

2. Тренируйтесь!

Решайте задачи, требующие нестандартного мышления. Пусть будет сложно, но чем больше у вас будет практики, тем легче будет даваться генерация идей.

3. Нестандартные способы для нестандартных идей.

Ищите нестандартные идеи нестандартно. Сидеть на диване и гадать в большинстве случаев не получится. Нужно вдохновение.

4. Живите ярко.

Гуляйте, общайтесь. Старайтесь посещать выставки и галереи. Чем ярче будет ваша жизнь, тем больше эмоций, а эмоции это ключ к вдохновению. Так же активный образ жизни сильно расширит ваш кругозор, что тоже благоприятно скажется на творческой деятельности.

5. Учитесь у лучших.

Почитайте биографии известных людей, почитайте их книги или блоги и попытайтесь понять, как мыслит этот человек, чем руководствуется. Это поможет вам встать на творческий путь. Посещайте платные и бесплатные тренинги и семинары, где вы получите не только теоретические, но и практические знания.

6. Не следуйте за другими.

Не пытайтесь быть на кого-то похожим. Ищите свой стиль, свою нишу, свои идеи. Чем новее и оригинальнее идея, тем лучше. Не получится быть оригинальным, копируя пусть даже самого оригинального человека, и вы уже второй.

7. Наслаждайтесь процессом!

Чем больше вам нравится сам процесс, тем лучше будет результат. Если вам не нравится то, что вы делаете, то, как вы сможете убедить других в том, что это хороший продукт, идея или результат.

8. Смотрите на привычные вещи с другой стороны.

Новое это хорошо забытое старое. Привычные вещи порой таят в себе сюрпризы, надо лишь их обнаружить. Даже из самой обыденной и серой вещи можно сделать что-то необычное.

9. Не сомневайтесь.

Придумав действительно отличный проект или статью, не сомневайтесь. Сомнение часто губит идеи. Скажите себе, что у вас все получится, чем больше позитива и уверенности, тем лучше.

10. Не бойтесь ошибок.

Ошибаться это нормально, ошибаясь, человек тоже накапливает опыт, со временем ошибок станет все меньше и меньше. А опыт, который вы получите, бесценен.

11. Не забывайте о практической стороне проекта.

Вот уже проект создан, идея оригинальна и интересна. Но если проект сделан не для людей, если есть куча ошибок и недоработок, все положительные стороны утонут в море негативных. Важно достигнуть баланса между креативностью и удобством. Проект должен быть оригинальным, но и в тоже время удобным и практичным.

Рекомендации по развитию саморегуляции:

1. Конкретно определить задачу самовоспитания. Очень часто студенты, говоря о воспитании воли, сами не знают, чего хотят. И именно потому у них ничего не получается. Просто так, без конкретных задач, волю не воспитаешь. Начните с того, что сформулируйте себе конкретную цель, например, четко выполнять установленный режим дня, куда входит: ежедневно делать зарядку, вовремя садиться за приготовление уроков, вставать по звонку будильника и т. д.

2. Нужно иметь план работы, конкретно определить, чего, когда и как вы хотите добиться. Уже говорилось, что развитие навыков саморегуляции – длительный и в некотором отношении бесконечный труд. И здесь, как и в любой серьезной работе, нужно составить четкий, конкретный план. Это

второе непереносимое условие. Составление плана возможно лишь после знакомства со всеми рекомендациями; вы получите примерный план работы для отдельной конкретной задачи самовоспитания. Это, конечно, не образец, а своего рода пример.

Бывают задачи, требующие для своего осуществления не одного - двух, а многих лет работы, но любая, самая большая и трудная цель начинается с овладения самим собой.

В заключении эмпирического исследования обобщены результаты, подведены итоги, позволившие подтвердить правомерность выдвинутой гипотезы и решение поставленных задач.

Теоретическое исследование взаимосвязи креативности и саморегуляции студентов-спортсменов и студентов-психологов показало:

На сегодняшний день очень актуальной является проблема социальной неопределенности, в связи с этим развитие и изучение феномена креативности является необходимым.

Развитие креативности зависит как от социальных факторов, так и от самой личности. Креативность как творческий потенциал помогает видеть жизнь более красочной, быть гибким в различных жизненных обстоятельствах.

Принято считать, что спорт положительно влияет на формирование и развитие личности. Отмечалось, что участие в спортивных соревнованиях способствует воспитанию упорства, ценных моральных и волевых качеств, мужественности и т. п.

В процессе эмпирического исследования, проведенного на базе Саратовского национального исследовательского государственного университета им. Н.Г. Чернышевского, выборку исследования составили студенты дневной формы обучения факультета психолого-педагогического и специального образования и факультета физической культуры и спорта. Общее количество принявших участие студентов в исследовании – 100 человек.

Таким образом, проведенная эмпирическая работа позволяет утверждать, что задачи, которые мы ставили в своем исследовании, были достигнуты, а выдвинутая нами гипотеза подтвердилась.