

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ
РОССИЙСКИХ СПОРТСМЕНОК-ГИМНАСТОК ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

DOI: 10.25629/НС.2018.11.12

ДОНЦОВ Д.А.¹, САГОВА З.А.¹, КУБАНОВА А.К.²¹Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова. Россия, Москва²Северо-Кавказская государственная гуманитарно-технологическая академия. Россия, Черкесск

Аннотация. В данной эмпирической статье приведено обширное исследование эмоционально-чувственной сферы девочек-подростков 11-13 лет, занимающихся художественной гимнастикой в течение 6-8 лет. Изучены следующие параметры личности гимнасток: физическая агрессия; вербальная агрессия; косвенная агрессия; негативизм; раздражительность; подозрительность; обидчивость; чувство вины; самооценка; уровень притязаний; невротичность; тревожность; эмоциональная устойчивость. Приведён системный анализ соотношения изученных личностных аспектов.

Ключевые слова: психология спорта; художественная гимнастика; девочки; подростки; 11-13 лет; личность; эмоциональная сфера; агрессия; негативизм; раздражительность; подозрительность; обидчивость; чувство вины; самооценка; уровень притязаний; невротичность; тревожность; эмоциональная устойчивость.

Введение

Эмоционально-чувственные особенности личности подростков характеризуются психосоциальными проявлениями эмоциональной возбудимости и нестабильности, вспыльчивостью, склонностью бурно проявлять свои чувства, тревожностью, неадекватностью самооценки и уровня притязаний, эмоциональной идентификацией с группой сверстников и мн. др. [5, 9, 10, 11, 12].

Художественная гимнастика представляет собою именно женский вид спорта, в котором спортсменки (часто – младшие и «средние» подростки по возрасту) соревнуются в выразительности исполнения сложных движений телом и в техническом акробатическом мастерстве, – в сочетании с особыми манипуляциями со специальными гимнастическими предметами (бубалы, лента, обруч, скакалка, мяч), что должно ещё осуществляться точно под музыку (как правило – быструю и «композиционную») [17].

Целью художественной гимнастики является всестороннее и гармоничное эмоциональное развитие личности спортсменок, совершенствование их двигательных способностей, волевой саморегуляции, общее укрепление здоровья, создание целостного благоприятного психологического состояния, развитие эстетического вкуса и т.д. [15, 17].

Психологическая подготовка спортсменок в художественной гимнастике направлена на развитие высокой активности гимнасток, памяти, мышления, воображения, музыкальных способностей, волевых и морально-нравственных качеств, эмоциональной устойчивости, способности к саморегуляции [13, 17].

Успешность в достижении результатов в художественной гимнастике зависит от развития целого ряда эмоционально-личностных характеристик: волевых качеств, способностей к самоанализу, эмоциональной устойчивости, общительности, настойчивости, упорства, дисциплинированности, целеустремленности, умения мобилизовать свои силы и т.д. [14, 17].

В процессе подготовки гимнасток отмечается необходимость учёта их мотивации и степени склонности включаться в те или иные негативные в спорте психологические состояния: тревоги, страха, монотонии, депрессии, атараксии, эмоциональной персеверации, экстаза, фрустрации и др. [16, 17]

Неблагоприятные последствия указанных состояний могут быть снижены путём принятия целого ряда мер психологической подготовки: аутогенная тренировка; воздействие на внешние проявления эмоций; метод отвлечения; регуляция дыхания; т.н. самоустановки/самоприказы; социально-психологические тренинги и другие формы психологического воздействия и психологической поддержки [14, 15, 16, 17], что не входит в эту статью.

Цель исследования

Целью данного эмпирического исследования являлось изучение специфики эмоционально-личностной сферы [1] девочек-подростков одиннадцати-тринадцати лет, непрерывно занимающихся художественной гимнастикой в течение шести-восьми лет. [16]

Гипотеза

Гипотеза эмпирического исследования: специфика эмоционально-чувственной сферы девочек-подростков в возрасте 11-13 лет, занимающихся художественной гимнастикой довольно длительное время, по 6-8 лет, – заключается в определённой выраженности и взаимосвязи таких личностных свойств как агрессия, тревожность, раздражительность, подозрительность, самооценка, притязания и т.п.

Задачи исследования

Основными задачами эмпирического исследования выступили следующие тематические практические вопросы:

1. Подобрать пакет диагностических методик, направленных на изучение личностной, эмоционально-чувственной сферы психики подростков;
2. Эмпирически изучить специфику эмоционально-чувственной сферы девочек-подростков 11-13 лет, занимающихся художественной гимнастикой: диагностически выявить у данного контингента такие особенности личности как физическая агрессия, косвенная агрессия, вербальная агрессия, раздражительность, негативизм, обидчивость, подозрительность, чувство вины, самооценка, уровень притязаний, невротичность, тревожность;
3. Произвести, на основе полученных эмпирических данных, анализ взаимосвязи разнообразных характеристик личностной сферы подростков-девочек 11-13 лет, занимающихся художественной гимнастикой не менее 6 лет [5, 8, 10, 11, 12].

Организация исследования

Эмпирическая часть исследования проводилась в период с ноября по декабрь 2017 года на базе комплексной специализированной детско-юношеской спортивной школы Олимпийского резерва (г. Одинцово, МО), и на базе детско-юношеской спортивной школы 127-го спортивного клуба Министерства обороны Российской Федерации (г. Власиха, МО) [1, 16].

Эмпирическая база (социальная выборка) исследования: 20-ть девочек-подростков, имеющих возраст 11–13 лет, непрерывно занимающиеся художественной гимнастикой в течение 6–8 лет, регулярно выступающие на официальных спортивных соревнованиях и т.п., и т.д. [2, 3, 4, 6, 7].

Психодиагностическое обследование испытуемых проводилось методом поперечных срезов. Была проведена психодиагностика всей выборки по следующим психодиагностическим тестовым методикам: 1) методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки, направленная на изучение агрессивности и враждебности как черт личности; 2) методика исследования самооценки Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан; 3) методика экспресс-диагностики невроза К. Хекка и Х. Хесса; 4) методика измерения уровня тревожности Тейлора, адаптация Т.А. Немчинова; 5) методика оценки уровня притязаний Ф. Хоппе [1, 2, 3, 4, 6, 7, 8].

Все респонденты были обследованы по всем пяти психодиагностическим методикам, применённым в нашем исследовании. Психодиагностическое обследование тестируемых производилось очным групповым методом, в светлое время суток, с добровольного согласия самих

обследуемых, которым объяснялась цель исследования. Все респонденты имели соответствующие индивидуальные бланки для ответов на вопросы методик. Всем респондентам досконально разъяснялась инструкция к психодиагностическим тестам-опросникам: а) методика Басса-Дарки, б) методика Тейлора, в) методика Хекка-Хесса; и тестам-заданиям: г) методика Дембо-Рубинштейн, д) методика Хоппе. Все, возникающие в ходе тестирования вопросы, были разъяснены. Испытуемые не были ограничены во времени ответов на вопросы тестов-опросников и выполнения тестов-заданий, так как это не входило в инструктивные требования применённых психодиагностических методик [1, 2, 3, 4, 6, 7, 8].

Результаты и обсуждение

1. Методика «Диагностика показателей и форм агрессии» А. Басса и А. Дарки.

Результаты диагностики по данной методике отображены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты по методике «Диагностика показателей и форм агрессии»

| Испытуемые | Фа | Ва | Ка | Н | Р | П | О | Чв |
|------------------|----|----|----|---|----|---|---|----|
| 1. Маша А. | 6 | 9 | 5 | 4 | 9 | 9 | 8 | 5 |
| 2. Евгения Б. | 3 | 6 | 4 | 4 | 5 | 6 | 4 | 8 |
| 3. Александра Б. | 3 | 11 | 7 | 4 | 9 | 6 | 7 | 7 |
| 4. Настя Ш. | 4 | 5 | 6 | 4 | 3 | 3 | 2 | 8 |
| 5. Даша Д. | 4 | 6 | 5 | 2 | 9 | 9 | 3 | 8 |
| 6. Вероника Л. | 1 | 7 | 2 | 1 | 3 | 5 | 4 | 2 |
| 7. Вика М. | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 8 | 8 | 9 |
| 8. Ира Б. | 5 | 7 | 7 | 1 | 6 | 6 | 0 | 7 |
| 9. Наташа Р. | 8 | 8 | 6 | 3 | 7 | 9 | 3 | 8 |
| 10. Алина С. | 4 | 8 | 4 | 4 | 9 | 5 | 7 | 5 |
| 11. Рита К. | 3 | 5 | 5 | 3 | 7 | 5 | 4 | 7 |
| 12. Маша Л. | 5 | 7 | 8 | 4 | 5 | 5 | 6 | 8 |
| 13. Люда К. | 7 | 8 | 5 | 5 | 7 | 8 | 6 | 6 |
| 14. Валя Ш. | 5 | 8 | 5 | 2 | 3 | 7 | 4 | 5 |
| 15. Аня В. | 5 | 8 | 4 | 3 | 4 | 7 | 4 | 4 |
| 16. Кира Т. | 5 | 6 | 3 | 2 | 4 | 5 | 6 | 6 |
| 17. Настя Ж. | 4 | 8 | 4 | 3 | 2 | 5 | 3 | 4 |
| 18. Ира Х. | 7 | 11 | 7 | 4 | 9 | 9 | 7 | 8 |
| 19. Лена П. | 5 | 6 | 3 | 3 | 6 | 6 | 4 | 6 |
| 20. Лена Ф. | 5 | 7 | 7 | 4 | 10 | 8 | 5 | 7 |

Примечание. «Фа» – физическая агрессия; «Ва» – вербальная агрессия; «Ка» – косвенная агрессия; «Н» – негативизм; «Р» – раздражительность; «П» – подозрительность; «О» – обидчивость; «Чв» – чувство вины.

Приведённые в таблице 1 данные доказывают, что высокий уровень физической агрессии проявляется только у 1 подростка-девочки (5%). Низкий и средний уровни выраженности данного вида агрессии были выявлены в ответах 9 (45%) и 10 (50%) девочек-подростков соответственно.

Высокие показатели по шкале диагностики вербальной агрессии имеются у 2 гимнасток (10%), – что у них проявляется довольно ярко. Существенно большая часть испытуемых-подростков продемонстрировала по этому фактору средний результат (17 человек – 85%). Низкий же уровень вербальной агрессии был выявлен всего у 1 подростка-девочки (5%).

По шкале «косвенная агрессия» высокое количество баллов набрали 5 спортсменок (25%). У 12 девочек были выявлены средние оценки (60%), а практически совсем не выражен данный вид агрессии у 3 подростков (15%).

Выраженный негативизм в отношениях присутствует у 9 девочек-подростков (45%). Низкие показатели по данному параметру были выявлены только у 5 подростков (25%), а средние – у 6 гимнасток (30%).

Раздражительность выше среднего свойственна 6 спортсменкам (30%). Низкие и средние показатели по данной шкале выявлены у 7 девочек (35%).

Подозрительность ярко выражена в ответах 7 человек (35%). Среднее количество оценок по этой шкале было выявлено у 12 девочек (60%), а низкое всего лишь у 1 подростка (5%).

Чувство обиды (обидчивость) явно выражено в эмоциональном состоянии 5 подростков (25%). У 13 подростков (65%) по данной шкале было выявлено среднее количество баллов, а почти не свойственно выраженное проявление этого чувства только 2 подросткам (10%).

Выраженное выше среднего чувство вины характерно для 9 девочек (45%). Средние и низкие баллы по этому фактору были выявлены у 10 (50%) и 1 (5%) подростков соответственно.

Таким образом, тестовые данные выявили, что для девочек-подростков в возрасте 11-13 лет, занимающихся художественной гимнастикой, свойственны проявления негативизма и чувства вины (соответственно, по 9 человек – 45%); подозрительности (7 человек – 35%); раздражительности (6 человек – 30%); обидчивости и косвенной агрессии (по 5 человек – 25%).

Физический (1 человек – 5%) и вербальный (2 человека – 10%) виды агрессии подавляющему большинству подростков-девочек этой группы социальной выборки оказались не свойственны. Предполагаем, что это – положительное личностное и эмоционально-чувственное качество как гимнасток в частности, так и спортсменов в целом [14, 15].

2. Методика исследования самооценки Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан.

Результаты исследования представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты по методике исследования самооценки Т.В. Дембо – С.Я. Прихожан

| Фамилия, Имя | Шкалы | Высота самооценки | Уровень притязаний | Значение расхождения |
|---------------------------------------|-------------------------|-------------------|--------------------|----------------------|
| 1. Маша А. | Характер | 65 | 98 | 33 |
| | Ум | 80 | 88 | 8 |
| | Способности | 93 | 97 | 4 |
| | Авторитет у сверстников | 89 | 98 | 9 |
| | Внешность | 71 | 98 | 27 |
| | Уверенность в себе | 80 | 87 | 7 |
| Средний показатель респондента | | 79,7 | 94,3 | |
| 2. Евгения Б. | Характер | 55 | 90 | 35 |
| | Ум | 42 | 87 | 45 |
| | Способности | 93 | 89 | -4 |
| | Авторитет у сверстников | 15 | 88 | 73 |
| | Внешность | 76 | 92 | 16 |
| | Уверенность в себе | 58 | 92 | 34 |

| | | | | |
|---------------------------------------|-------------------------|-------------|-------------|----|
| Средний показатель респондента | | 56,5 | 89,7 | |
| 3. Александра Б. | Характер | 93 | 93 | 0 |
| | Ум | 100 | 100 | 0 |
| | Способности | 100 | 100 | 0 |
| | Авторитет у сверстников | 100 | 100 | 0 |
| | Внешность | 100 | 100 | 0 |
| | Уверенность в себе | 92 | 100 | 8 |
| Средний показатель респондента | | 97,5 | 98,8 | |
| 4. Настя Ш. | Характер | 77 | 89 | 12 |
| | Ум | 46 | 89 | 43 |
| | Способности | 96 | 100 | 4 |
| | Авторитет у сверстников | 61 | 97 | 36 |
| | Внешность | 66 | 97 | 31 |
| | Уверенность в себе | 97 | 100 | 3 |
| Средний показатель респондента | | 31,7 | 97,3 | |
| 5. Даша Д. | Характер | 40 | 98 | 58 |
| | Ум | 19 | 99 | 80 |
| | Способности | 28 | 96 | 68 |
| | Авторитет у сверстников | 37 | 98 | 61 |
| | Внешность | 46 | 96 | 50 |
| | Уверенность в себе | 20 | 97 | 77 |
| Средний показатель респондента | | 73,8 | 95,3 | |
| 6. Вероника Л. | Характер | 51 | 95 | 44 |
| | Ум | 50 | 94 | 44 |
| | Способности | 81 | 95 | 14 |
| | Авторитет у сверстников | 93 | 93 | 0 |
| | Внешность | 47 | 95 | 48 |
| | Уверенность в себе | 97 | 93 | -4 |
| Средний показатель респондента | | 69,8 | 94,2 | |
| 7. Вика М. | Характер | 62 | 88 | 26 |
| | Ум | 45 | 85 | 40 |
| | Способности | 46 | 96 | 50 |
| | Авторитет у сверстников | 40 | 95 | 55 |
| | Внешность | 41 | 98 | 57 |
| | Уверенность в себе | 34 | 92 | 58 |
| Средний показатель респондента | | 44,7 | 92,3 | |
| 8. Ира Б. | Характер | 65 | 82 | 17 |
| | Ум | 62 | 80 | 22 |
| | Способности | 73 | 95 | 22 |
| | Авторитет у сверстников | 50 | 83 | 33 |
| | Внешность | 76 | 94 | 18 |
| | Уверенность в себе | 68 | 95 | 27 |
| Средний показатель респондента | | 65,7 | 88,2 | |
| 9. Наташа Р. | Характер | 93 | 93 | 0 |
| | Ум | 80 | 95 | 15 |
| | Способности | 92 | 100 | 8 |
| | Авторитет у сверстников | 91 | 96 | 5 |
| | Внешность | 88 | 100 | 12 |
| | Уверенность в себе | 82 | 100 | 18 |
| Средний показатель респондента | | 87,7 | 97,3 | |
| 10. Алина С. | Характер | 13 | 92 | 58 |
| | Ум | 20 | 90 | 80 |
| | Способности | 18 | 90 | 68 |

| | | | | |
|---------------------------------------|-------------------------|-------------|-------------|----|
| | Авторитет у сверстников | 33 | 94 | 61 |
| | Внешность | 49 | 95 | 50 |
| | Уверенность в себе | 24 | 90 | 77 |
| Средний показатель респондента | | 26,2 | 91,8 | |
| 11. Рита К. | Характер | 77 | 100 | 33 |
| | Ум | 66 | 94 | 28 |
| | Способности | 96 | 100 | 4 |
| | Авторитет у сверстников | 86 | 94 | 8 |
| | Внешность | 86 | 100 | 14 |
| | Уверенность в себе | 77 | 100 | 33 |
| Средний показатель респондента | | 81,3 | 98,0 | |
| 12. Маша Л. | Характер | 43 | 85 | 42 |
| | Ум | 40 | 84 | 44 |
| | Способности | 48 | 85 | 37 |
| | Авторитет у сверстников | 45 | 83 | 38 |
| | Внешность | 47 | 91 | 44 |
| | Уверенность в себе | 42 | 90 | 48 |
| Средний показатель респондента | | 44,2 | 86,3 | |
| 13. Люда К. | Характер | 65 | 94 | 29 |
| | Ум | 73 | 98 | 25 |
| | Способности | 89 | 95 | 6 |
| | Авторитет у сверстников | 55 | 95 | 40 |
| | Внешность | 79 | 95 | 16 |
| | Уверенность в себе | 75 | 97 | 22 |
| Средний показатель респондента | | 72,7 | 95,7 | |
| 14. Валя Ш. | Характер | 45 | 95 | 50 |
| | Ум | 42 | 88 | 46 |
| | Способности | 73 | 90 | 27 |
| | Авторитет у сверстников | 35 | 82 | 47 |
| | Внешность | 76 | 90 | 16 |
| | Уверенность в себе | 38 | 88 | 50 |
| Средний показатель респондента | | 51,5 | 88,8 | |
| 15. Аня В. | Характер | 73 | 97 | 24 |
| | Ум | 80 | 99 | 19 |
| | Способности | 85 | 99 | 14 |
| | Авторитет у сверстников | 80 | 98 | 18 |
| | Внешность | 80 | 99 | 19 |
| | Уверенность в себе | 92 | 99 | 7 |
| Средний показатель респондента | | 81,7 | 98,5 | |
| 16. Кира Т. | Характер | 50 | 88 | 38 |
| | Ум | 59 | 89 | 30 |
| | Способности | 58 | 86 | 28 |
| | Авторитет у сверстников | 57 | 88 | 31 |
| | Внешность | 56 | 86 | 30 |
| | Уверенность в себе | 50 | 87 | 37 |
| Средний показатель респондента | | 55,0 | 87,3 | |
| 17. Настя Ж. | Характер | 87 | 98 | 11 |
| | Ум | 76 | 98 | 22 |
| | Способности | 86 | 95 | 9 |
| | Авторитет у сверстников | 88 | 96 | 8 |
| | Внешность | 86 | 94 | 8 |
| | Уверенность в себе | 47 | 95 | 48 |
| Средний показатель респондента | | 78,3 | 96,0 | |

| | | | | |
|---------------------------------------|-------------------------|-------------|-------------|----|
| 18. Ира Х. | Характер | 41 | 97 | 56 |
| | Ум | 37 | 84 | 47 |
| | Способности | 31 | 99 | 68 |
| | Авторитет у сверстников | 43 | 83 | 40 |
| | Внешность | 47 | 99 | 52 |
| | Уверенность в себе | 47 | 99 | 52 |
| Средний показатель респондента | | 41,0 | 93,5 | |
| 19. Лена П. | Характер | 87 | 93 | 6 |
| | Ум | 76 | 93 | 17 |
| | Способности | 86 | 96 | 10 |
| | Авторитет у сверстников | 81 | 97 | 16 |
| | Внешность | 86 | 97 | 11 |
| | Уверенность в себе | 66 | 94 | 28 |
| Средний показатель респондента | | 80,3 | 95,0 | |
| 20. Лена Ф. | Характер | 41 | 89 | 48 |
| | Ум | 60 | 92 | 32 |
| | Способности | 61 | 92 | 31 |
| | Авторитет у сверстников | 33 | 90 | 57 |
| | Внешность | 37 | 95 | 58 |
| | Уверенность в себе | 27 | 99 | 72 |
| Средний показатель респондента | | 43,2 | 92,8 | |

Приведённые в таблице 2 данные показывают, что уровень самооценки у ряда испытуемых выражен высокими и низкими баллами: у 7 (35%) и 6 (30%) подростков соответственно. Адекватный, средний уровень самооценки оказался выявлен у 7 человек (35%). Получается по 1/3 группы.

При этом следует отметить, что наиболее завышенными является у девочек-подростков оценка своих способностей (11 человек – 55%); внешности (10 человек – 50%); авторитета у сверстников и уверенности в себе (по 8 человек – 40%). Занижена самооценка девочек-гимнасток по шкалам «авторитет у сверстников» (7 человек – 35%); «уверенность в себе» и «ум» (соответственно, по 6 человек – 30%); «характер» (5 человек – 25%). Средний уровень оценок наиболее выражен по шкалам оценки характера (9 человек – 45%); ума и внешности (по 8 человек – 40%); способностей (7 человек – 35%).

В целом, полученные данные свидетельствуют о том, что для девочек-гимнасток самооценка, прежде всего, складывается из оценки своих способностей, внешности, авторитета у сверстников, уверенности в себе, свойств характера. По шкале диагностики уровня притязаний высокие показатели были выявлены у 15 человек (75%), а средние – у 5 подростков (25%); а также, данные предвещают то, что по всем (!) шкалам тестирования, гимнасткам явно свойственен завышенный уровень притязаний: внешность (19 человек – 95%); способности, уверенность в себе (17 человек – 85%); характер, авторитет у сверстников (14 человек – 70%); ум (11 человек – 55%).

3. Методика «Экспресс-диагностика невроза» К. Хека – Х. Хесса

Результаты диагностики общей выборки по методике отображены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты по методике «Экспресс-диагностика невроза» К. Хека – Х. Хесса

| Уровни оценки | Количество человек | % |
|--------------------------|--------------------|----|
| 24 и более баллов | 9 | 45 |
| 0-23 балла | 11 | 55 |

Полученные данные свидетельствуют о том, что высокий уровень невротизации проявляется у 9 девочек (45%). Для этих подростков характерно проявление склонности к невротизации, выраженная эмоциональная возбудимость, сопровождающаяся негативными переживаниями (тревожностью, напряжённостью, беспокойством, раздражительностью, растерянностью). Также, именно для этих художественных гимнасток, могут быть лично характерны

проявления безынициативности, формирующей переживания, связанные с неудовлетворенностью желаний, эгоцентрической личностной направленностью, что иногда приводит к ипохондрической фиксации на соматических ощущениях и личностных недостатках, говорит о трудностях в общении, свидетельствует о социальной робости и зависимости.

У 11 подростков-девочек (55%), гимнасток, был выявлен низкий уровень невротизации личности, выражающийся в эмоциональной устойчивости, спокойствии, оптимизме, инициативности, чувстве собственного достоинства, независимости, социальной смелости, лёгкости в общении.

4. Методика измерения уровня тревожности Тейлора, адаптация Т.А. Немчинова.

Результаты по этой методике отображены в таблице 4.

Таблица 4 – «Результаты по методике измерения уровня тревожности»

| Уровни оценки | Количество человек | % |
|---|--------------------|----|
| Очень высокий уровень тревоги | 2 | 10 |
| Высокий уровень тревоги | 7 | 35 |
| Средний (с тенденцией к высокому) уровень тревоги | 6 | 30 |
| Средний (с тенденцией к низкому) уровень тревоги | 3 | 15 |
| Низкий уровень тревоги | 2 | 10 |

У опрашиваемых девочек-подростков очень высокий уровень тревоги оказался выражен у 2 человек (10%), высокий – у 7 респондентов (35%); средний (с тенденцией к высокому) уровень тревоги характерен для 6 испытуемых (30%). Средний (с тенденцией к низкому) уровень тревоги был выявлен у 3 человек (15%), а низкий – у 2 испытуемых (10%).

Обобщая полученные данные, мы можем сделать следующий вывод. У девочек, занимающихся художественной гимнастикой, уровень тревожности выражен достаточно сильно. Это так у явно большей части участниц нашего исследования: 15 человек – 75%. Это может быть связано как с особенностями развития личности в подростковом возрасте, так и с условиями спортивной деятельности гимнасток, носящей острый соревновательный характер.

5. Методика «Оценка уровня притязаний» Ф. Хоппе. Данные опроса девочек-подростков по этой методике зафиксированы в таблице 5.

Таблица 5 – Результаты по методике «Оценка уровня притязаний» Ф. Хоппе

| Испытуемые | Результат выполнения задания |
|------------------|------------------------------|
| 1. Маша А. | Эмоциональная неустойчивость |
| 2. Евгения Б. | Эмоциональная устойчивость |
| 3. Александра Б. | Эмоциональная неустойчивость |
| 4. Настя Ш. | Эмоциональная устойчивость |
| 5. Даша Д. | Эмоциональная неустойчивость |
| 6. Вероника Л. | Эмоциональная устойчивость |
| 7. Вика М. | Эмоциональная неустойчивость |
| 8. Ира Б. | Эмоциональная устойчивость |
| 9. Наташа Р. | Эмоциональная неустойчивость |
| 10. Алина С. | Эмоциональная неустойчивость |
| 11. Рита К. | Эмоциональная устойчивость |
| 12. Маша Л. | Эмоциональная неустойчивость |

| | |
|--------------|------------------------------|
| 13. Люда К. | Эмоциональная устойчивость |
| 14. Валя Ш. | Эмоциональная неустойчивость |
| 15. Аня В. | Эмоциональная устойчивость |
| 16. Кира Т. | Эмоциональная неустойчивость |
| 17. Настя Ж. | Эмоциональная устойчивость |
| 18. Ира Х. | Эмоциональная устойчивость |
| 19. Лена П. | Эмоциональная неустойчивость |
| 20. Лена Ф. | Эмоциональная неустойчивость |

Приведённые в таблице 5 данные показывают, что уровень эмоциональной устойчивости оказался оптимально выражен у 9 девочек (45%). У этих подростков колебания в выборе (переход к более лёгким задачам после неудач и к более сложным после успехов) носили плавный характер. Для 11 подростков (55%) характерно проявление эмоциональной неустойчивости. Во время выполнения задания они могли после небольшого успеха выбрать самую трудную задачу, а после однократной неудачи – самую лёгкую.

Для подтверждения/опровержения нашей гипотезы о том, что специфика эмоционально-чувственной сферы девочек-подростков в возрасте 11-13 лет, по 6-8 лет занимающихся художественной гимнастикой, заключается в проявлении взаимосвязи между такими характеристиками как тревожность, раздражительность, подозрительность, чрезмерно заниженный или завышенный уровень самооценки и др. Для математической проверки указанной эмпирической гипотезы, нами был использован коэффициент ранговой корреляции Ч. Спирмена (таблица 6). Данный коэффициент представляет собой меру линейной связи между случайными величинами. Корреляция Ч. Спирмена является ранговой, так как для оценки силы связи используются соответствующие ранги, а не численные значения.

Таблица 6 – Анализ данных респондентов по коэффициенту ранговой корреляции Ч. Спирмена

| Шкалы | Ур. трев. | Ур. невр. | Ур. самооц. | Ур. притяз. | Ур. эм. уст. | Фа | Ва | Ка | Н | Р | П | О | Чв |
|------------------------------------|-----------|-----------|-------------|-------------|--------------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Уровень тревожности | 1,000 | ,953** | -,332 | ,188 | -,709** | ,075 | ,147 | ,526* | ,461* | ,637** | ,584** | ,591** | ,470* |
| Уровень невротичности | ,953** | 1,000 | -,240 | ,290 | -,704** | ,069 | ,154 | ,498* | ,479* | ,675** | ,607** | ,651** | ,427 |
| Уровень самооценки | -,332 | -,240 | 1,000 | ,276 | ,120 | ,175 | ,150 | -,290 | -,358 | -,071 | -,036 | -,018 | -,336 |
| Уровень притязаний | ,188 | ,290 | ,276 | 1,000 | ,115 | -,237 | ,081 | -,103 | ,281 | ,244 | ,349 | ,356 | -,080 |
| Уровень эмоциональной устойчивости | -,709** | -,704** | ,120 | ,115 | 1,000 | -,147 | ,126 | -,158 | -,075 | -,303 | -,352 | -,432 | -,138 |
| Фа | ,075 | ,069 | ,175 | -,237 | -,147 | 1,000 | ,096 | ,137 | -,095 | ,073 | ,342 | -,131 | -,090 |
| Ва | ,147 | ,154 | ,150 | ,081 | ,126 | ,096 | 1,000 | ,419 | ,332 | ,492* | -,071 | ,215 | ,124 |
| Ка | ,526* | ,498* | -,290 | -,103 | -,158 | ,137 | ,419 | 1,000 | ,477* | ,511* | ,202 | ,121 | ,660** |
| Н | ,461* | ,479* | -,358 | ,281 | -,075 | -,095 | ,332 | ,477* | 1,000 | ,592** | ,192 | ,374 | ,330 |
| Р | ,637** | ,675** | -,071 | ,244 | -,303 | ,073 | ,492* | ,511* | ,592** | 1,000 | ,474* | ,451* | ,355 |
| П | ,584** | ,607** | -,036 | ,349 | -,352 | ,342 | -,071 | ,202 | ,192 | ,474* | 1,000 | ,446* | ,178 |
| О | ,591** | ,651** | -,018 | ,356 | -,432 | -,131 | ,215 | ,121 | ,374 | ,451* | ,446* | 1,000 | -,073 |
| Чв | ,470* | ,427 | -,336 | -,080 | -,138 | -,090 | ,124 | ,660** | ,330 | ,355 | ,178 | -,073 | 1,000 |

Примечание. Фа – физическая агрессия; Ва – вербальная агрессия; Ка – косвенная агрессия; Н – негативизм; Р – раздражительность; П – подозрительность; О – обидчивость; Чв – чувство вины.

Результаты применения коэффициента ранговой корреляции Ч. Спирмена показывают, что прямо пропорциональная зависимость выявлена между следующими показателями: 1) уровень тревожности – степень невротического состояния (0,953); 2) раздражительность (0,637), подозрительности (0,584), обидчивость (0,591); 3) степень невротического состояния – раздражительность (0,675); 4) подозрительность (0,607), обидчивость (0,651); 5) уровень косвенной агрессии и степень чувства вины (0,660). Также, безусловно, можно говорить о наличии определённой связи между следующими «псифакторами»: уровень тревожности – косвенная агрессия (0,526); негативизм (0,461); чувство вины (0,470); степень невротического состояния – косвенная агрессия (0,498); негативизм (0,479); уровень косвенной агрессии – негативизм (0,477) и раздражительность (0,511).

Обратно пропорциональная зависимость была выявлена между показателями уровня эмоциональной устойчивости и тревожности (–0,709), и степени невротического состояния (–0,704). Полученные данные подтвердили гипотезу о том, что специфика эмоционально-чувственной сферы девочек-подростков в возрасте 11-13 лет, довольно длительное время занимающихся художественной гимнастикой, заключается в определённой выраженности и проявлении взаимосвязи между такими личностными характеристиками, как тревожность, раздражительность, подозрительность, заниженный/завышенный уровень самооценки или уровень притязаний и т.п.

Корреляционный анализ данных несомненно подтвердил, что, чем выше уровень тревожности у девочек-гимнасток, тем выше степень невротического состояния, раздражительности, подозрительности, обидчивости; а чем выше уровень косвенной агрессии, тем выше проявление чувства вины. В тоже время, при высоких показателях эмоциональной устойчивости, у гимнасток снижен уровень тревожности и низка степень невротического состояния.

Заключение

Эмпирическое исследование, в котором приняли участие 20 девочек-подростков, в возрасте 11–13 лет, занимающихся художественной гимнастикой достаточно длительно, в течение шести-восьми лет, показало, что для них характерны проявления таких эмоционально-чувственных черт:

– негативизма и чувства вины (соответственно, по 9 человек, – 45%); подозрительности (7 человек – 35%); раздражительности (6 человек – 30%); обидчивости и косвенной агрессии (соответственно, по 5 человек – 25%);

– нижайший по общей выборке уровень физической агрессии (проявил выраженно 1 человек – 5%) и вербальной агрессии (выраженно проявили 2 человека – 10%). Предполагаем, что это положительное личностное и эмоционально-чувственное качество как гимнасток в частности, так и спортсменов в целом [14, 15], что нам видится очень важным диагностическим фактом; тем не менее, повсеместность этого феномена ещё нужно выявить;

– выраженность завышенной (7 человек – 35%) и заниженной (6 человек – 30%) самооценки. При этом было выявлено, что у девочек-гимнасток имеет место завышенная оценка своих способностей (11 человек – 55%); внешности (10 человек – 50%); авторитета у сверстников и уверенности в себе (соответственно, по 8 человек – 40%). Наряду с этим было выявлено, что у подростков-гимнасток психологически занижена оценка своего авторитета у сверстников (7 человек – 35%), а также занижена уверенность в себе и недооценивается свой ум (соответственно, по 6 человек – 30%); и занижена самооценка своего характера (5 человек – 25%);

– вместе с тем, по всем шести исследованным психологическим параметрам уровня притязаний, для гимнасток-подростков, в возрасте 11-13 лет, в общем характерна завышенная степень: внешность (19 человек – 95%); способности, уверенность в себе (по 17 человек – 85%); характер, авторитет у сверстников (по 14 человек – 70%); ум (11 человек – 55%). Нам этот диагностический факт представляется весьма значимым, и мы обоснованно предполагаем, что данный феномен будет иметь место и у других выборок гимнасток, а также и у большинства

спортсменов в целом. Нам представляется что данный феномен прямо связан с повышенной мотивацией на достижения, характерной для всех спортсменов, длительно занимающихся спортом [13, 14, 15], однако степень однозначности этой взаимосвязи ещё предстоит выявить;

– помимо этого, у гимнасток нередко наблюдается высокий уровень личностной невротизации (9 девочек – 45%);

– при этом, что подтверждают и другие данные [13] для гимнасток характерен высокий уровень личностной тревожности (15 человек – 75%);

– наряду с этим, у гимнасток часто выражен высокий уровень эмоциональной неустойчивости, что подтверждено и другими данными [14, 15], или, другими словами, зачастую имеется низкий (слабый) уровень эмоциональной устойчивости личности (11 человек – 55%).

Математический анализ полученных данных, проведённый посредством коэффициента ранговой корреляции Ч. Спирмена, позволил в целом подтвердить эмпирическую гипотезу о том, что специфика эмоционально-чувственной сферы девочек-подростков возраста 11-13 лет, непрерывно занимающихся художественной гимнастикой длительное время (в течение 6-8 лет), заключается в проявлении взаимосвязи между такими характеристиками личности этих гимнасток как: уровень тревожности и степень невротического состояния (0,953), раздражительность (0,637), подозрительность (0,584), обидчивость (0,591); степень невротического состояния и раздражительность (0,675); подозрительность (0,607), обидчивость (0,651); уровень косвенной агрессии и чувство вины (0,660).

Таким образом, было эмпирически выявлено и математически доказано то, что чем выше уровень тревожности, невротического состояния и косвенной агрессии у девочек-гимнасток, подростков 11-13 лет, то тем более высокие у них имеют место и проявления раздражительности, подозрительности, обидчивости, чувства вины, негативизма.

Все проанализированные результаты свидетельствуют о необходимости существенного усиления психолого-педагогической и психосоциальной работы с девочками-подростками, занимающимися художественной гимнастикой; а методы и способы такой работы – тема отдельной статьи.

Литература:

1. Донцов Д.А., Веракса А.Н. Неклассическая социометрическая и другая психосоциальная диагностика в спорте // Школьные технологии, № 2, 2018. С. 104-119.
2. Донцов Д.А., Леонов С.В. Социально-психологические параметры деятельности спортивного психолога. Часть 1 // Человеческий капитал. 2017. № 6 (102). С. 39-43.
3. Донцов Д.А., Леонов С.В. Социально-психологические параметры деятельности спортивного психолога. Часть 2 (окончание) // Человеческий капитал. 2017. № 7 (103). С. 76-81.
4. Донцов Д.А., Леонов С.В. Методика социо-референто-метрических исследований спортивных детских, подростковых и юношеских групп и коллективов // Инновационные ресурсы социальной психологии: теории, методы, практики: Сборник научных работ / Отв. ред. О.В. Соловьёва, Т.Г. Стефаненко. М., 2017. С. 307-316.
5. Донцов Д.А., Поляков Е.А. Специфика акцентуаций характера и личности в подростковом возрасте // Fundamental science and technology - promising developments X. Proceedings of the Conference. 12-13 декабря 2016 года. North Charleston, USA, Том 3. С. 66-83.
6. Донцов Д.А., Сагова З.А. Методики социально-психологической диагностики спортивных групп и коллективов младших школьников, подростков и лиц юношеского возраста // Школьные технологии, № 1, 2018. С. 89-102.
7. Донцов Д.А., Сагова З.А. Социально-психологическая диагностика спортивных детских, подростковых и юношеских групп и коллективов // Инновационные ресурсы социальной психологии: теории, методы, практики: Сборник научных работ / Отв. ред. О.В. Соловьёва, Т.Г. Стефаненко. М., 2017. С. 300-307.
8. Донцов Д.А., Сенкевич Л.В., Рыбакова А.И., Шагидаева А.Б. Психодиагностика. Практикум

по психодиагностике. Учебно-методическое комплексное пособие для студентов психолого-педагогических специальностей/направлений подготовки. 2-е изд. М.: РУСАЙНС, 2017. 176 с.

9. Донцов Д.А., Драчёва Н.Ю., Власова С.В., Тихолаз О.Е., Кочеткова Л.А., Сухих Е.В. Психосоциальное развитие личности в подростковом возрасте: научно-практическая методологическая психологическая оценка // Личность как объект психологического и педагогического воздействия: сборник статей Международной научно-практической конференции. В 2 частях. Ч. 1. Уфа, АЭТЕРНА, 2016. С. 108-135.

10. Донцов Д.А., Сенкевич Л.В., Рыбакова А.И. Психология личности. Учебное пособие для студентов психолого-педагогических специальностей/направлений подготовки. М.: РУСАЙНС, 2016. 302 с.

11. Петрова Е.А., Донцов Д.А., Поляков Е.А. Психология развития: детство, отрочество, юность. Учебное пособие. М.: АИМ, 2017. 234 с.

12. Куликов Л.В., Сенкевич Л.В., Донцов Д.А., Донцова М.В., Поляков Е.А., Шарагин В.И. Психология эмоций и чувств. Коллективная монография. Воронеж: Научная книга, 2014. 192 с.

13. Сагова З.А. Анализ неблагоприятных факторов в спортивной деятельности // Апробация, № 5 (20), 2014. С. 99-101.

14. Сагова З.А. Стрессовые ситуации в профессиональной деятельности спортивных тренеров // Безопасность и адаптация человека к экстремальным условиям среды и деятельности: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Челябинск: ЧелГУ, 2014. С. 198-202.

15. Сагова З.А. Эмоциональная напряжённость в профессиональной деятельности тренера // Proceedings of the 1st European Conference on Education and Applied Psychology. «East West» Association for Advanced Studies and Higher Education GmbH, Vienna, 2014. С. 95-100.

16. Сагова З.А., Донцов Д.А. Постановка и достижение целей как факторы спортивной эффективности // Вестник практической психологии образования, № 2 (51). 2017. С. 111-117.

17. Винер-Усманова И.А., Медведева Е.Е., Крючек Е.С. Художественная гимнастика. История, состояние и перспективы развития. М.: Человек, 2014. 216 с.

Донцов Дмитрий Александрович. E-mail: dontsov-junior@bk.ru

Сагова Зурида Айсовна. E-mail: zas-msu@mail.ru

Кубанова Альбина Казимировна. E-mail: albina-kub@mail.ru

Дата поступления 04.10.2018

Дата принятия к публикации 10.11.2018

**THE PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE EMOTIONAL SPHERE OF THE
PERSONALITY OF THE RUSSIAN SPORTSWOMEN-GYMNASTS ADOLESCENCE**

DOI: 10.25629/HC.2018.11.12

DONTSOV D.A.¹, SAGOVA Z. A.¹, KUBANOVA A.K.²

¹Lomonosov Moscow State University. Russia, Moscow

North Caucasus state Academy of Humanities and technology. Russia, Cherkessk

Abstract. In this empirical article presents an extensive study of emotional-sensual sphere of adolescent girls 11-13 years involved in rhythmic gymnastics for 6-8 years. Studied the following parameters of the individual gymnasts: physical aggression; verbal aggression; indirect aggression; negativism; irritability; suspicion; resentment; guilt; self-esteem; level of claims; the neurotic; anxiety; emotional stability. Given a systematic analysis of the correlation studied personality aspects.

Keywords: psychology of sport; artistic gymnastics; girls; teenagers; 11-13 years; personality; emotional sphere; aggression; negativism; irritability; suspicion; resentment; guilt; self-esteem; level of claims; the neurotic; anxiety; emotional stability.

References:

1. Dontsov D.A., Veraksa A.N. Neklassicheskaya sotsiometricheskaya i drugaya psikhosotsial'naya diagnostika v sporte [Non-classical sociometric and other psychosocial diagnostics in sports]. *Shkol'nye tekhnologii*, no. 2, 2018. P. 104-119. (In Russ.).
2. Dontsov D.A., Leonov S.V. Sotsial'no-psikhologicheskie parametry deyatelnosti spor-tivnogo psikhologa. Chast' 1 [Socio-psychological parameters of the sports psychologist. Part 1]. *Chelovecheskii kapital*. 2017. No. 6 (102). P. 39-43. (In Russ.).
3. Dontsov D.A., Leonov S.V. Sotsial'no-psikhologicheskie parametry deyatelnosti spor-tivnogo psikhologa. Chast' 2 (okonchanie) [Socio-psychological parameters of the sports psychologist. Part 2 (end)]. *Chelovecheskii kapital*. 2017. No. 7 (103). P. 76-81. (In Russ.).
4. Dontsov D.A., Leonov S.V. Metodika sotsio-referentno-metricheskikh issledovaniy sportivnykh detskikh, podrostkovykh i yunosheskikh grupp i kollektivov. *Innovatsionnye resursy sotsial'noi psikhologii: teorii, metody, praktiki: Sbornik nauchnykh rabot* [Methodology socio-referencematerials studies sports children, teenagers and youth groups and collectives. *Innovative resources for social psychology: theories, methods, practice: Collection of scientific works*]. In O.V. Solov'eva, T.G. Stefanenko (eds.). Moscow, 2017. P. 307-316.
5. Dontsov D.A., Polyakov E.A. Spetsifika aktsentuatsii kharaktera i lichnosti v podrostkovom vozraste [Specificity of character and personality accentuations in adolescence]. *Fundamental science and technology - promising developments X*. Proceedings of the Conference. 12-13 December 2016. North Charleston, USA, Vol 3. P. 66-83.
6. Dontsov D.A., Sagova Z.A. Metodiki sotsial'no-psikhologicheskoi diagnostiki spor-tivnykh grupp i kollektivov mladshikh shkol'nikov, podrostkov i lits yunosheskogo vozrasta [Methods of social-psychological diagnostics of sport teams and groups of Junior school children, teenagers and of teenagers]. *Shkol'nye tekhnologii*, No. 1, 2018. P. 89-102. (In Russ.).
7. Dontsov D.A., Sagova Z.A. Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika sportivnykh det-skikh, podrostkovykh i yunosheskikh grupp i kollektivov. *Innovatsionnye resursy sotsial'noi psikhologii: teorii, metody, praktiki: Sbornik nauchnykh rabot* [Socio-psychological diagnosis of sports children, adolescents and youth groups and groups. *Innovative resources of social psychology: theories, methods, practices: Collection of scientific works*]. In O.V. Solov'eva, T.G. Stefanenko (eds.). Moscow, 2017. P. 300-307.
8. Dontsov D.A., Senkevich L.V., Rybakova A.I., Shagidaeva A.B. Psikhodiagnostika. *Praktikum po psikhodiagnostike*. [Psychodiagnosics. Workshop on psychodiagnosics]. 2nd ed. Moscow: RU-SAINS, 2017. 176 p.

9. Dontsov D.A., Dracheva N.Yu., Vlasova S.V., Tikholaz O.E., Kochetkova L.A., Sukhikh E.V. Psikhosotsial'noe razvitiye lichnosti v podrostkovom vozraste: nauchno-prakticheskaya meto-dologicheskaya psikhologicheskaya otsenka. *Lichnost' kak ob"ekt psikhologicheskogo i pedagogicheskogo vozdeistviya*: sbornik statei Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii. V 2 chastyakh. Ch. 1. [Psychosocial development of personality in adolescence: scientific and practical methodological psychological assessment. *Personality as an object of psychological and pedagogical influence*: collection of articles of the International scientific and practical conference. In 2 parts. Part 1.]. Ufa, AETERNA, 2016. P. 108-135.

10. Dontsov D.A., Senkevich L.V., Rybakova A.I. *Psikhologiya lichnosti* [Personality psychology]. Moscow: RUSAINS, 2016. 302 p.

11. Petrova E.A., Dontsov D.A., Polyakov E.A. *Psikhologiya razvitiya: detstvo, otrochestvo, yunost'* [Psychology of development: childhood, adolescence, youth]. Moscow: AIM, 2017. 234 p.

12. Kulikov L.V., Senkevich L.V., Dontsov D.A., Dontsova M.V., Polyakov E.A., Sharagin V.I. *Psikhologiya emotsii i chuvstv* [Psychology of emotions and feelings]. Voronezh: Nauchnaya kniga, 2014. 192 p.

13. Sagova Z.A. Analiz neblagopriyatnykh faktorov v sportivnoi deyatel'nosti [Analysis of the adverse factors in the sports activities]. *Aprobatsiya*, No. 5 (20), 2014. P. 99-101. (In Russ.).

14. Sagova Z.A. Stressovye situatsii v professional'noi deyatel'nosti sportivnykh trenerov. *Bezopasnost' i adaptatsiya cheloveka k ekstremal'nym usloviyam srede i deyatel'nosti*: Sbornik materialov Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem [Stressful situations in the professional activity of sports coaches. *Safety and adaptation to extreme environmental conditions and activities*: Proceedings of the all-Russian scientific-practical conference with international participation]. Chelyabinsk: ChelSU, 2014. P. 198-202.

15. Sagova Z.A. *Emotsional'naya napryazhennost' v professional'noi deyatel'nosti trenera* [Emotional tension in the professional activity of the coach]. Proceedings of the 1st European Conference on Education and Applied Psychology. "East West" Association for Advanced Studies and Higher Education GmbH, Vienna, 2014. P. 95-100.

16. Sagova Z.A., Dontsov D.A. Postanovka i dostizhenie tselei kak faktory sportivnoi effektivnosti [Setting and achieving goals as factors of sports efficiency]. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya*, No. 2 (51). 2017. P. 111-117.

17. Viner-USmanova I.A., Medvedeva E.E., Kryuchek E.S. *Khudozhestvennaya gimnastika. Istoriya, sostoyanie i perspektivy razvitiya* [Rhythmic gymnastics. History, state and prospects of development]. Moscow: Chelovek, 2014. 216 p.

Dontsov Dmitry Aleksandrovich. E-mail: dontsov-junior@bk.ru

Sagova Zurida Aisovna. E-mail: zas-msu@mail.ru

Kubanov Albina Kazimirovna. E-mail: albina-kub@mail.ru

Date of receipt 04.10.2018

Date of acceptance 10.11.2018