

Но не стоит упускать из виду тот факт, что женщин с фемининным типом всего на 2 человека меньше, поэтому правомерно будет сказать, что в современном мире у женщин 20-30 лет, в основном, может наблюдаться и фемининный, и андрогинный гендерный тип личности. На данный момент в нашем исследовании всего две женщины с доминирующим маскулинным гендерным типом. Таким образом, наша гипотеза не подтвердилась.

Маскулинные характеристики у большинства женщин в нашем исследовании проявляются либо незначительно, либо же – в средней степени (что соответствует андрогинному типу), тем самым повышая адаптивные возможности современных женщин. Женщины нежны, заботливы, отзывчивы, эмоциональны, но вместе с тем сильны, решительны, целеустремленны, настойчивы, а также способны к лидерству и руководству.

Таким образом, помимо соответствия выраженных гендерных характеристик биологическому полу, в современном обществе присутствует тенденция к проявлению в женщинах и фемининных, и маскулинных качеств, то есть тенденция к сближению стандартов поведения мужчин и женщин, а значит сглаживается жесткое противопоставление полов и гендерных ролей. Конечно, несмотря на выраженность обоих показателей – маскулинности и фемининности, – имеются разные варианты их соотношения, и у кого-то больше выражены показатели маскулинности, а у кого-то – феминности, но тем не менее оба этих показателя «сочетаются» в одном человеке.

Как известно, мужские и женские модели поведения и идентичности опосредованы процессом социализации и характеризуют соответствующие культурные стандарты и идеологию, господствующую в обществе. Исходя из результатов нашего исследования, можно предположить, что женщины в современном мире стали больше и более открыто выражать свои маскулинные качества, чему могли способствовать демократизация общества, борьба за равноправие и свободу выбора. Сейчас многие женщины могут более свободно варьировать свое поведение в зависимости от ситуации, самовыражаться и реализовывать свои способности по сравнению с предшествующими веками. Как будет обстоять дело дальше, зависит от экономических, политических и социальных условий общества.

Список литературы:

1. Словарь гендерных терминов / под ред. А.А. Денисовой. М.: Информация – XXI век, 2002. 256 с.
2. Пятницкая О.А., Юров А.К. Сопоставительный анализ понятий гендерной и половой идентичности в зарубежной и отечественной психологии // Вестник Таганрогского института имени А. П. Чехова. 2009. № 2.
3. Берд Ш. Теоретизируя маскулинности: современные тенденции в социальных науках // Гендерные исследования. 2000. № 14. С. 5-33.

4. Гидденс Э. Социология / При участии К. Бердсоли; Пер. с англ. 2-е изд. полностью перераб. и доп. М: Едиториал УРСС, 2005. 632 с.

5. Севелова М.А. Маскулинность и фемининность как ключевые категории гендерной теории // Вестник КГУ. 2011. № 5-6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/maskulinnost-i-femininnost-kak-ključevye-kategorii-gendernoy-teorii> (дата обращения: 28.11.2021).

ВЛИЯНИЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОГО ПРОСЛУШИВАНИЯ МУЗЫКИ НА ПОКАЗАТЕЛИ ВНИМАНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Пахомова В.Б., Орлова А.В.

ФГБОУ ВО «Морской государственный университет им. адмирала Г.И. Невельского», Владивосток, e-mail: valeriatdenieve@mail.ru

Есть множество исследований влияния музыкального сопровождения в момент выполнения различных заданий, среди которых особое значение занимает воздействие функциональной музыки на состояние и работоспособность человека. Гораздо меньшую же популярность приобретают исследования влияния предварительного прослушивания музыки на выполнение какой-либо деятельности. Сейчас именно в подростковой среде больше всего распространено прослушивание музыки. Значительную роль в подростковом возрасте занимает учебная деятельность, и умение сосредоточиться и удерживать внимание на выполнении различных домашних или классных заданий является неотъемлемой частью жизни подростков, которое способствует успешному обучению. Зачастую подростки слушают музыку во время выполнения каких-либо действий, однако иногда это проблематично реализовать (например, при выполнении заданий в классе). А также есть люди, которым при выполнении определенной деятельности просто необходима тишина, поэтому прослушивание музыки может не столько улучшить продуктивность их работы, сколько ухудшить. Известно, что без внимания невозможно успешное выполнение деятельности. Поэтому нами было исследовано как предварительное прослушивание музыки влияет на показатели внимания.

Несмотря на разнообразие взглядов касательно внимания, тем не менее до сегодняшнего дня большинством психологов разделяется представление о внимании как определенной стороне активности субъекта, характеристике других психических процессов; а также то, что внимание не выступает изолированно от других феноменов и не имеет своего отдельного продукта, что подразумевает отрицание его как самостоятельной части психики.

Как познавательный психический процесс внимание тесно связано с направленностью личности, ее установками, интересами и потребностями. С.Л. Рубинштейн писал

о двусторонности взаимоотношений субъекта и объекта внимания, а именно, что внимание направляется на объект, но при этом и сам объект привлекает внимание. Причины внимания к объекту содержатся в « объекте, взятом в его отношении к субъекту, и в субъекте, в его отношении к объекту» [1]. К основным свойствам внимания обычно относят объем, избирательность, устойчивость, концентрацию, распределение и переключение. Неоднократно проводились и продолжают проводиться различные исследования влияния музыки определенных жанров на человека. В исследовании Л.В. Блиновой, Н.А. Шевченко, А.Е.Тарасовой [2], исследовавших влияние классической и рок-музыки на концентрацию и устойчивость внимания, было выявлено, что классическая музыка при выполнении счетных операций замедляла темп работы, рок-музыка же задавала быстрый темп, способствовала лучшему выполнению операций и меньшему количеству ошибок, чем при прослушивании классической музыки. При выполнении «Корректирующей пробы» у испытуемых при прослушивании рок-музыки отмечалось наивысшее среднее количество просмотренных строчек. Таким образом можно предположить, что предварительное прослушивание музыки также может оказывать достаточно сильное влияние на человека, изменяет его психофизиологические характеристики и способно повлиять на продуктивность его предстоящей деятельности, что и будет проверено в данном исследовании.

В эксперименте участвовало 30 подростков в равном количественном соотношении мальчиков и девочек, в качестве методики выступала «Корректирующая проба» с двумя параллельными формами. За несколько дней до эксперимента было ознакомление экспериментатора с группой, а также проведение письменного анонимного опроса, в результате которого была взята песня, которую выбрало большинство ребят, а именно песня «Believer» группы «Imagine Dragons», длительность которой составляет 3:24 минуты. После приветствия, как и было запланировано, испытуемые были опрошены касательно своего физического состояния на данный момент времени. Все испытуемые чувствовали себя в состоянии выполнять задания, отказы от участия в эксперименте отсутствовали.

Далее каждому испытуемому был выдан бланк «Корректирующей пробы». Инструкция звучала следующим образом: «На бланке напечатаны буквы русского алфавита. Последовательно просматривая каждую строчку, зачеркивайте буквы К и обводите кружком буквы Р. Если один бланк закончился, то не задерживаясь, продолжайте на обратной стороне листа. Когда я скажу слово «Черта» поставьте вертикальную черту там, где вы остановились, и продолжайте выполнять задание. Время работы 5 минут. Все понятно?». Некоторые ребята попросили повторить какие буквы вычеркивать и каким образом. После этого 5 минут испытуемые выполняли задание в полной тишине. После истечения 5 минут испытуемым было дано около минуты на отдых. Во время отдыха каждому испытуемому выдали второй бланк методики. Далее была предоставлена песня, во время прослушивания которой респондентам разрешалось принять любое удобное для них положение. После этого снова была предложена инструкция, идентичная инструкции к первому бланку, с единственным различием в том, что теперь следовало обводить кружком буквы В и зачеркивать буквы О. Время между окончанием прослушивания музыки и началом выполнения «Корректирующей пробы» составляло около минуты. После проведения участники были письменно опрошены относительно их эмоционального отношения к представляемой музыкальной композиции. Некоторых песня успокоила, некоторым придала сил, а у кого-то она, по словам подростков, вовсе не вызывала никаких эмоций.

Следует отметить, по окончании первой пробы испытуемые высказались, что под конец выполнения методики присутствует «боль в глазах после просмотра букв». Однако, по словам участников, после прослушивания музыки этот фактор уже не оказывал влияния на выполнение второй пробы, хотя под конец ее выполнения неприятные ощущения в глазах тоже присутствовали. С помощью полученных первичных данных нами были подсчитаны точность, продуктивность и устойчивость внимания. В дальнейшем был использован математический G-критерий знаков для подсчета количества положительных, отрицательных и нулевых реакций и исключение последних из рассмотрения, поэтому результаты получились достаточно достоверными на уровне 0,01.

Расчет количества положительных, отрицательных и нулевых сдвигов значений продуктивности, точности и устойчивости внимания до и после экспериментального воздействия

Сдвиги	Продуктивность(N)	Точность (A)	Устойчивость (S)
Положительные	30	3	30
Отрицательные	0	26	0
Нулевые	0	1	0

Из данной таблицы видно, что типичными являются положительные сдвиги для продуктивности и устойчивости внимания, для точности наиболее типичными являются отрицательные сдвиги. Так как отрицательных или нулевых сдвигов показателей продуктивности и устойчивости не отмечается, то можно и так утверждать, что сдвиг в сторону увеличения этих показателей внимания является достоверным. Интересным является то, что несмотря на эмоциональное отношение учеников к прослушиваемой музыке (15 человек отметили, что музыка понравилась, и 15 человек отметили, что не понравилась), у всех подростков отмечилось увеличение показателей продуктивности и устойчивости. Вероятно, это связано с темпом и ритмом прослушиваемой мелодии. Что же касается показателей точности, то положительные сдвиги можно обнаружить у респондентов № 9, 17, 18; эти респонденты высказались о том, что музыка им понравилась, улучшила настроение, нулевой сдвиг отмечается у респондента №26, который также сообщил о положительном отношении к прослушанной песне; что касается респондента №6, который неверно вычеркнул буквы после экспериментального воздействия, то он ответил, что прослушанная песня не понравилась и вызвала напряжение. Но этих данных все равно слишком мало и нельзя однозначно утверждать, что эмоциональное отношение к прослушанной музыкальной композиции как-то повлияло на показатели внимания.

В конечном счете, полученные результаты свидетельствуют о том, что прослушивание подростками рок-музыки повлияло на показатели внимания, а именно способствовало увеличению продуктивности и устойчивости внимания, однако снизило показатели точности. Можно предположить, что увеличение скорости выбора при просмотривании букв связано с жанром предлагаемой песни, отличающейся ритмичностью и быстрым темпом.

Можно предположить, что прослушивание энергичной и ритмичной музыки перед выполнением несложных видов деятельности, которые не требуют значительных умственных нагрузок, может положительно повлиять на скорость их выполнения, но негативно отразиться на точности, поэтому если в предстоящей деятельности требуется высокая точность выполнения, то перед ней такую музыку слушать не рекомендуется.

Список литературы

1. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2018. 713 с.
2. Блинова Л.В., Шевченко Н.А., Тарасова А.Е. Исследование влияния классической и рок-музыки на концентрацию и утомляемость внимания у студенток РНИМУ // Молодой ученый. 2018. № 1.1 (187.1). С. 7-10.
3. Габдулина Л.И. Подходы к исследованию внимания в отечественной и зарубежной психологии: учебное пособие. Ростов-на-Дону: ЮФУ, 2007. 50 с.

4. Психология внимания: хрестоматия / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. М.: ЧеРо, 2001. 858 с.

5. Кириллова А.В., Янцев А.В., Панова С.А. Сравнительный анализ психофизиологических показателей при звучании музыки разного жанра // Ученые записки Крымского федерального университета имени В.И. Вернадского. Биология, химия. 2016. Том 2 (68). № 1. С. 55-62.

САМООЦЕНКА У СПОРТСМЕНОВ ГРЕБЦОВ

Петрова Е.О., Бойко А.В.

*Морской государственный университет
им. адмирала Г.И. Невельского, Владивосток,
e-mail: kravtysz@mail.ru, an.boyko@inbox.ru*

Самооценка как психологическое явление заняла особое место среди изучения наиболее актуальных проблем. Как предмет научного исследования самооценка не имеет однозначной трактовки и часто рассматривается не как отдельный феномен, а как составная часть более широких концептуальных образований, таких как самосознание, «Я-Концепция», «Образ-Я» и др. Самооценка является важным свойством личности, так как играет роль регулятора деятельности обеспечивая тем самым наилучшую ее адаптацию к постепенно меняющимся условиям жизни. Проблема измерения адекватной самооценки достаточно сложна. Она всегда субъективна, поэтому нет точных критериев, по которым можно судить об адекватности или неадекватности самооценки.

В спортивной психологии роль самооценки в спорте признается важной и существует необходимость более глубокого изучения этой проблемы. Самооценка играет важную роль в формировании механизмов саморегуляции и имеет большое значение для максимальной реализации возможностей спортсмена.

Целью нашего исследования было изучение самооценки у спортсменов-гребцов. Методики, которые были использованы: методика исследования самооценки личности С.А. Будасси и проективная методика «Человек».

В работах зарубежных и отечественных психологов Л.И. Божович, И.С. Кона, Р. Бернса, К. Роджерса и других поднимается проблема развития самооценки. В различных исследованиях понятие самооценка интерпретируется по-разному: как личностное образование, непосредственно участвующее в регуляции поведения и деятельности человека, как автономная характеристика человека, его центральный компонент, отражающий своеобразие внутреннего мира человека и настраиваемый при их активном участии.

Р. Бернс рассматривает самооценку в структуре «Я-концепции», которая связана с самооценкой как совокупность установок по отношению к самому себе и представляет собой сумму всех представлений индивида о себе и определяется как набор всех представлений человека