



ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ НА АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА РАБОТНИКОВ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ СФЕРЫ

INFLUENCE OF SPORTS ACTIVITIES ON ACCENTUATION OF CHARACTER OF WORKERS OF THE ECONOMIC SPHERE



Быстрицкая Елена Витальевна – канд. пед. наук, профессор кафедры общей и социальной педагогики Нижегородского государственного педагогического университета им. Козьмы Минина, Нижний Новгород, Россия, oldlady@mail.ru

Bystritskaya Elena – PhD, Professor of the Department of General and social pedagogy at

the Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after Kozma Minin, Nizhny Novgorod, Russia



Седов Иван Александрович – преподаватель кафедры физической культуры Нижегородского государственного педагогического университета им. Козьмы Минина, Нижний Новгород, Россия, ivansedof@yandex.ru

Sedov Ivan – Lecturer of the Department of physical education at the Nizhny Novgorod State

Pedagogical University named after Kozma Minin, Nizhny Novgorod, Russia

Ключевые слова: акцентуации характера, физическая культура, спортивная деятельность, конкурентоспособность.

Аннотация. Определены признаки акцентуаций характера у взрослых людей. Указана взаимосвязь акцентуаций характера сотрудников экономической сферы и успешности их профессиональной деятельности, их способности к профессиональному карьерному росту. Приведена зависимость способа организации физической активности у сотрудников банковской сферы и профессионально важных личностных качеств, формирующихся в этом процессе. Выявлены преобладающие виды акцентуаций у работников экономической сферы и методы их коррекции средствами физической культуры. Указана роль в этой деятельности инструктора по физической культуре – спортивного психолога.

Keywords: character accentuation, physical culture, sports activity, competitiveness.

Abstract. Signs of aktsentuation of character at adults are defined. The interrelation of aktsentuation of character of employees of the economic sphere and success of their professional activity, their ability to professional career development is specified. Dependence of a way of the organization of physical activity at the employees of the bank sphere and professionally important personal qualities which are formed in this process is given. The prevailing types of aktsentuation at workers of the economic sphere and methods of their correction are revealed by means of physical culture. The role in this activity of the instructor on physical culture – the sports psychologist is specified.

Актуальность исследования состоит в том, что существует зависимость достижения профессионального «акме» специалиста от наличия или отсутствия акцентуированных качеств личности [4]. И эта зависимость неоднозначна. Так, наличие ярко проявляющихся лидерских качеств, организаторских способностей, аккуратности и ответственности сотрудников может способствовать их профессиональному росту. Эти качества сродни

свойствам личности, формирующимся у спортсменов при участии в соревновательной деятельности. Это обуславливает актуальность рассматриваемой проблемы, которую можно сформулировать как необходимость выяснить, каким образом занятия спортом, организованные спортивным инструктором организации или предприятия под патронажем спортивного психолога влияют на акцентуации характера работников?



Цель исследования – определить влияние занятий спортом на акцентуации характера работников на примере экономической сферы.

По заключению психологов, служащие экономической сферы осуществляют постоянное взаимодействие с коллегами и клиентами в условиях социально-экономической нестабильности. Как указывают исследователи, таким работникам постоянно нужно осуществлять выбор управленческого решения, а также «...определять оптимальную стратегию поведения и деятельности при дефиците времени, при неполной или противоречивой информации, при ролевой неопределенности, что заставляет сотрудника банковской сферы и его работодателя искать новые потенциальные возможности улучшения его состояния и деятельности, чтобы служебные обязанности он мог выполнять качественно и в полном объеме» [3, 5, 8]. Профессионалы обращаются к специалистам-психологам лишь в случае сбоев и проблем, т.к. их служба носит стрессогенный характер [4, 6, 8]. В этих же случаях они идут в спортивные залы организации к тренеру-инструктору – снять напряжение.

Работа специалиста над собой означает, что признаки надвигающегося выгорания и акцентуированные, заостренные качества личности известны самому работнику, также, что он уже представляет собой «веер путей» выходя из этой ситуации, и сделал прогностический выбор тех, которые соответствуют его психотипу. Мало, кто из специалистов экономической сферы, за исключением, разве что топ-менеджеров, могут сколь угодно часто прибегать к услугам психологов и психоаналитиков. А это означает, что весь процесс профилактики профессионального выгорания и его преодоления человек должен спроектировать и реализовать самостоятельно или под руководством тренера и спортивного психолога.

Чистый тип акцентуаций встречается довольно редко. Чаще всего акцентуируются некие пограничные, смешанные состояния. Некоторые авторы указывают также на наличие «амальгамных типов, в которых происходит напластование новых черт характера на его сложившуюся структуру, образующиеся по определенным законам» [5]. Следует отметить, что задачей психолога и тренера-инструктора является не преодоление и снижение выраженности акцентуированных качеств личности сотрудника, а выбор таких видов спортивной деятельности, которые будут выполнены сотрудником именно с таким психотипом наиболее успешно и, что важно,

которые не будут усугублять акцентуацию, и не приведут к профессиональному выгоранию.

Организация исследования. В нашем исследовании спортивным психологом-инструктором по физической культуре Нижегородского филиала банка «ВТБ 24» была выделена категория лиц, имеющих признаки выгорания на фоне акцентуаций характера. К ним, как оказалось, относятся самые успешные, как считается, в социально-экономическом плане люди, а именно менеджеры среднего звена. В эксперименте приняла участие группа в составе 128 человек.

Результаты исследования и их обсуждение. На первом этапе констатирующего исследования был определен состав экспериментальной группы по результатам предварительного обследования 216 сотрудников банка. На данном этапе было установлено, что:

1. Практически все респонденты имеют те или иные акцентуированные качества личности, которые наносят вред эмоциональному строю личности. Например, «работоголики», личную жизнь строят по принципам и с учетом первостепенности трудовой деятельности. Таковых оказалось 37%.

2. Среди работников существует ряд лиц, которые стараются не проявлять свои акцентуированные качества. Однако в стрессовой ситуации они ярко проявляют свои акцентуации и либо впадают в «ступор», либо становятся непродуктивно активными и суетливыми. Их количество около 22% от общего числа респондентов.

3. Ряд сотрудников (около 12%) обладают акцентуированными чертами характера, которые являются противопоказанием к выполнению профессиональных обязанностей. Они имеют высокую степень возбудимости и гипертимности, а также тревожности и дистимности. Время их работы в экономической сфере, как правило, не более года.

4. Менеджеры по-разному воспринимают наличие у их сотрудников акцентуированных качеств личности. В этом смысле управленцы подразделяются на две группы. Первую составляют менеджеры стабилизационного типа. Они предпочитают организовывать работу сотрудников коллектива, которые не обладают выраженными акцентуациями характера. Другой тип менеджеров, кризисные руководители, умеют использовать положительный потенциал работников, давая им задания, минимизирующие проявления акцентуаций. Таким образом, они не только приводят к успеху свое подразделение и создают в коллективе мотивацию достижения, но и осуществляют реальную

профилактику профессионального выгорания работников.

На основании результатов первого этапа констатирующего исследования выводов, была сформирована экспериментальная группа сотрудников банка, обладающих наиболее выраженными проявлениями акцентуаций характера, которые представляют собой признак профессионального выгорания.

На втором этапе констатирующего эксперимента было осуществлено определение ведущих акцентуаций характера сотрудников экономической сферы. Превалирующие акцентуации оказались биполярными. С одной стороны высокий уровень эмоциональной выраженности, а именно эмотивный и экзальтированный типы, с другой – педантичный и застревающий типы, характеризующиеся низким уровнем эмоциональности, как показано на рисунке 1.

На третьем этапе исследования нами был проведен опрос, целью которого было выявить в экспериментальной группе лиц, которые регулярно занимаются физической культурой «для себя» и тех, кто участвует в соревнованиях на любительском уровне или в рамках соревнований ветеранов. Оказалось, что около 95% о числа респондентов занимаются физической культурой и спортом, что является неременным требованием руководства, изложенным в трудовом

соглашении. Большинство членов экспериментальной группы занимаются в Фитнесс-центре «X-Fit». Из них 54 человека постоянно участвуют в спортивных состязаниях, в соревнованиях по группе «любители» и «ветераны» по различным видам спорта. Именуем и «спортсмены». Другие 74 человека занимаются физической культурой, тренируясь в группах и индивидуально, и не участвуют в соревнованиях. Назовем их «физкультурники». На данном этапе предстояло также исследовать «спортсменов» и «физкультурников» отдельно и выявить влияние занятий спортом на проявление акцентуированных черт личности этих работников.

Оказалось, что «физкультурники» обладают следующими чертами характера:

- ригидность, долгое переживание травмирующих событий;
- стойкость аффекта со склонностью к формированию сверхценных и навязчивых идей;
- фиксация на мрачных сторонах жизни, идеомоторная заторможенность;
- большой диапазон эмоциональных состояний, глубина переживаний в области духовной жизни.

Напротив, «спортсмены» обладают акцентуацией тех свойств личности, которые связаны со стремлением достичь преимущества в спортивной борьбе, противостоять напряженности этой борьбы. Среди таких качеств:

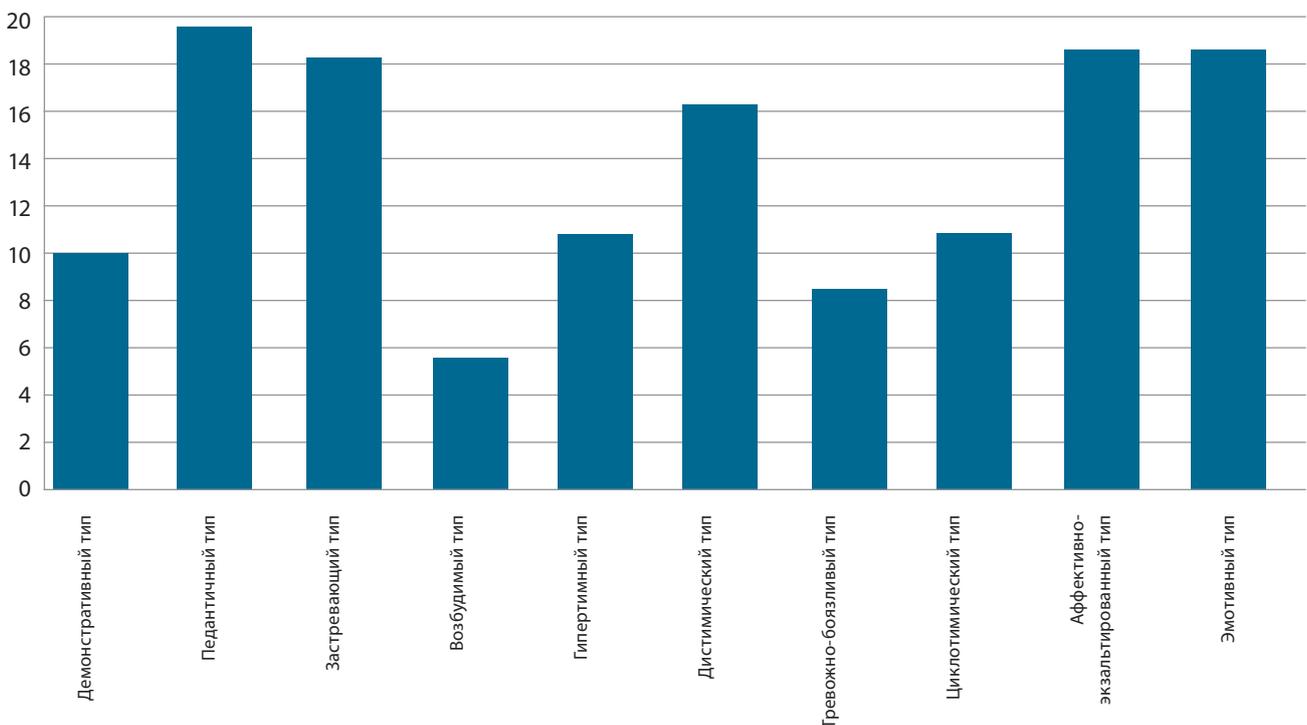


Рисунок 1 – Акцентуации характера работников банка

Таблица 3 – Реабилитационные мероприятия, проведенные в экспериментальной группе

Подгруппа «спортсмены»	Подгруппа «физкультурники»	Совместные мероприятия
1. Самоотчет	1. Спарринги	1. Совместные тренировки
2. Тренинги толерантности	2. Тренинги лидерских качеств	2. Межгрупповое наставничество
3. Индивидуальная тренировка	3. Превалирование групповых упражнений	3. Разработка и реализация программы подготовки к соревнованиям Открытой Спартакиады
4. Физкультурно-оздоровительный флеш-моб	4. Дневник спортивного совершенствования	4. Разработка стратегии выступлений выбор и назначение наставников
5. Показательные выступления как представителей своих видов спорта	5. Учебные соревнования в группе	5. Метод проб
6. Мастер-классы по видам спорта и мини-классы по видам двигательных действий	6. Товарищеские соревнования с представителями других филиалов	6. Метод «рефлексивное зеркало»
7. Практики релаксации	7. Тренинги стрессоустойчивости	7. Аутотренинг
8. Взаимомониторинг готовности к соревнованиям	8. Практики профилактики эмоционального выгорания	8. Медико-педагогический контроль
		9. Спортивно-оздоровительный поход с веревочным курсом
		10. Спорт-квест

– властность, стремление к доминированию даже в тех вопросах, где уровень компетентности ниже, чем у оппонента;

– стремление производить хорошее впечатление на окружающих любой ценой;

– стремление добиться высокого социального статуса, в том числе и в открытом противостоянии с конкурентами;

– настойчивость в достижении особенно тех целей, где их роль максимально значима;

– самоуважение и самоуверенность, приводящее к нивелированию аргументов, высказанных другими людьми, особенно подчиненными.

Напомним, что представители обеих групп проявляют акцентуированные качества личности в той степени, которая позволяет заключить, что они испытывают эмоциональное профессиональное выгорание.

В формирующем эксперименте авторами было предложено в течение января-апреля 2017 года провести отдельные реабилитационные мероприятия для двух «физкультурников» и «спортсменов», как представлено в таблице 3, и по завершению реабилитационных процедур создать группу наставников над «физкультурниками» из числа «спортсменов». Этот эксперимент был организован в рамках подготовки коллектива филиалов банка к выступлениям на открытой Спартакиаде, проводимой в Нижегородской области в рамках Всемирного экономического форума.

В программе состязаний Спартакиады были как обязательные соревнования, показательные выступления, кросс-фит, так и мероприятия, которые проводят сами организации участники. Спортсмены принимали участие во внешних

мероприятиях, причем не только соревновательного типа, но и неконкурентного. Физкультурники участвовали в соревнованиях как внутреннего, так и внешнего плана. На время Спартакиады было решено создать группу начинающих соревнующихся, и для них организовать отдельные призовые состязания.

Такая работа принесла положительные плоды. Команда банка поднялась на 3 место в общем зачете Спартакиады после 8-го в прошлом году, при том же составе команд-участниц, хотя победа в общекомандном зачете не была основной задачей проводимого эксперимента. Тем не менее, она свидетельствует о повышении уровня конкурентоспособности как качества личности сотрудников экономической сферы.

Спортсмены, участвуя в подготовке вчерашних физкультурников к состязаниям и болея за них, стали проявлять сочувствие, сострадание, пунктуальность, сдержанность. Физкультурники же, участвуя в состязаниях, значительно повысили уровень экстраверсии, стали проявлять большую настойчивость, целеустремленность. В экспериментальной группе достоверно (на 17%) уменьшилось проявление акцентуаций. Снижился уровень возбудимости, который чаще проявляли «спортсмены», и уровень застревающего типа акцентуации, которым обладали в основном, физкультурники.

Заключение. Таким образом, грамотно подобранная форма организации досуговой деятельности сотрудников банковской сферы с применением физической активности может значительно повлиять на снижение уровня акцентуированных качеств, которые вызывают профессиональное выгорание специалистов.

Литература

1. Аксенов, С.И. Функции полипозиционного подхода в создании оптимизирующей молодежной среды вуза / С.И. Аксенов, Р.У. Ариффулина, Е.А. Белова, Е.В. Быстрицкая, Д.А. Занозин, Е.С. Киселева // Вестник Мининского университета. – 2013. – №4(4). – С. 8.

2. Аксенов, С.И., Научно-технологические подходы в педагогическом образовании / С.И. Аксенов, Р.У. Ариффулина, Е.В. Быстрицкая, Д.А. Занозин, Ж.А. Потравко // Вестник Мининского университета. – 2014. – №1(5). – С. 12.

3. Дмитриев, С.В. В поисках механизмов самоактуализации личности и деятельности студента: антропный принцип в технологии профессионального образования / С.В. Дмитриев, С.Д. Неверкович, Д.И. Воронин, Е.В. Быстрицкая // Вестник Мининского университета. – 2015. – №3(11). – С. 16.

4. Камнева, Е.В. Акцентуации характера в контексте профессиональной деформации государственных гражданских служащих / Е.В. Камнева // Сборник: Психология развития человека как субъекта труда. Развитие творческого наследия: материалы Международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 539-542.

5. Миронова, О.И. Влияние акцентуации характера работников на стиль конфликтного поведения в организации / О.И. Миронова // Сборник: Акмеологические аспекты развития личности в профессиональной деятельности Сборник научных трудов. Федеральное агентство по образованию. – Тамбов, 2005. – С. 100-101.

Literature

1. Aksenov, S.I. Functions of the polypositional approach in creating an optimizing youth environment of the university / S.I. Aksenov, R.U. Arifulina, E.A. Belova, E.V. Bystritskaya, D.A. Zanozin, E.S. Kiseleva // Bulletin of the University of Minin. – 2013. – №4 (4). – P. 8.

2. Aksenov, S.I. Scientific and technological approaches in pedagogical education / S.I. Aksenov, R.U. Arifulina, E.V. Bystritskaya, D.A. Zanozin, J.A. Potravko // Bulletin of the Mininsky University. – 2014. – №1 (5). – P. 12.

3. Dmitriev, S.V. In search of self-actualization mechanisms of personality and student activity: the anthropic principle in vocational education technology / S.V. Dmitriev, S.D. Neverskovich, D.I. Voronin, E.V. Bystritskaya // Bulletin of the University of Minin. – 2015. – №3(11). – P. 16.

4. Kamneva, E.V. Accentuation of character in the context of professional deformation of state civil servants / E.V. Kamneva // Collection: Psychology of Human Development as a Subject of Labor. Development of the creative heritage: materials of the International Scientific and Practical Conference. – 2016. – P. 539-542.

5. Mironova, O.I. The influence of the accentuation of the nature of workers on the style of conflict behavior in organizations / O.I. Mironova // Collection: Akmeologicheskie aspects of the development of personality in professional activity Collection of scientific works. Federal Agency for Education. – Tambov, 2005. – P. 100-101.

