

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
УКРАЇНИ**

КАФЕДРА ІСТОРІЇ ТА ТЕОРІЇ ОЛІМПІЙСЬКОГО РУХУ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня магістра
за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт»,

освітньою програмою «Олімпійський спорт і освіта»

на тему: **Психологічна сумісність танцювального дуету як
передумова успішної змагальної діяльності**

здобувача вищої освіти

другого (магістерського) рівня

Лаврова Александра Руслановича

Науковий керівник:

Доктор педагогічних наук, доцент

Фольварочний Ігор Васильович

Рецензент

Кандидат наук з фізичного
виховання і спорту

Соронович Ігор Михайлович

Рекомендовано до захисту на засіданні
кафедри історії та теорії олімпійського
спорту (протокол № 5 від 1 грудня 2020 р.)

Завідувач кафедри: Павленко Ю.О.

д.фіз.вих., професор

КИЇВ – 2020

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ.....	4
ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ. 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СУМІСНОСТІ СПОРТСМЕНІВ У ТАНЦЮВАЛЬНОМУ ДУЕТІ.....	8
1.1. Психологічні особливості організації ефективного співробітництва та взаємодії партнерів у танцювальному дуеті.....	8
1.2. Класифікація конфліктних ситуацій танцювального дуету у передзмагальний та змагальний періоди.....	21
1.3. Психологічні комбінації взаємодії різних типів темпераменту в танцювальних дуетах Швеції та України.....	27
1.4. Реакція на конфлікт та методи психологічної корекції конфліктних ситуацій у спортивних танцях.....	29
Висновки до розділу.....	33
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИКА ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	35
2.1. Методи дослідження. Тест на виявлення типу темпераменту спортсмена та соціальний тест: «Реакція людей на конфлікт».....	35
2.2. Організація дослідження.....	36
РОЗДІЛ 3. КОРЕКЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СУМІСНОСТІ ТАНЦЮВАЛЬНИХ ПАР У ПЕРЕДЗМАГАЛЬНИЙ ТА ЗМАГАЛЬНИЙ ПЕРІОДИ.....	37
3.1. Дослідження темпераменту спортсменів в спортивних танцях у Швеції та Україні.....	37
3.2. Корекція психологічної сумісності спортсменів у танцювальному дуеті.....	39
3.3. Комбінації видів темпераменту.....	44
3.4. Аналіз анонімного анкетування танцювальних дуетів.....	48
Висновки до розділу.....	56
ВИСНОВКИ.....	58
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ.....	60

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

1. С – холерик (Choleric)
2. S – сангвінік (Sanguine)
3. F – флегматик (Phlegmatic person)
4. М – меланхолік (Melanchol)
5. «+» - та
6. «=>» - у результаті
7. Ukraine – Україна
8. Sweden – Швеція
9. НПВА – непрямая вербальна агресія
10. ПВА – пряма вербальна агресія
11. НПФА – непрямая фізична агресія
12. ПФА – пряма фізична агресія
13. * = хороший результат
14. ІЗА - індекс загальної активності
15. ІЗЕ - індекс загальної емоційності

Вступ

Актуальність. Зараз спортивні танці - один із найпопулярніших видів спорту, в якому спортсменів називають королями паркету. Спортивні танці - це на диво гармонійне поєднання мистецтва і спорту, духовного та фізичного розвитку. Заняття спортивними танцями сприяють розвитку правильної та гарної постави, гармонійному і всебічному розвитку дитини, допомагають розкриттю її творчих здібностей та формуванню спортивного характеру. Важливо і те, що з ранніх років діти вчаться спілкуватися з протилежною статтю, і пізніше у них не виникає труднощів при спілкуванні.

Виникає питання: як же досягти високих результатів в танцях? Чи є якісь інші аспекти крім, як критеріїв оцінювання (техніка роботи ніг і стопи, лінії корпусу, динаміка, музичність, основний ритм і темп танцювального руху, акторська майстерність)? Ми вважаємо, що психологічна сумісність партнерів в спортивних танцях один з найвпливовіших компонентів, який впливає на досягнення високих результатів. Саме тому ми вирішили вивчити психологічну сумісність танцювального дуету як передумову успішної змагальної діяльності. Спортивні танці - парний вид спорту і результат залежить від обох спортсменів. Партнери повинні бути, як одна команда, якщо є якісь розбіжності, тоді з'являться конфлікти і в гіршому випадку пара просто припинить своє існування.

Актуальність нашого дослідження полягає в недостатній дослідженості проблеми психологічної сумісності танцювального дуету як передумови успішної змагальної діяльності у спортивних танцях, як іноземними дослідниками так і вітчизняними науковцями. Практично не досліджено питання про вплив рівня взаємозв'язку і поєднання релевантної діяльності індивідуально-психологічних властивостей партнерів на їх психологічну сумісність. В ідеальному випадку партнери доповнюють і підтримують один одного. Уникають боротьби за лідерство в парі.

Під час тренувань кожен з них розкривається з іншого боку, буває, зовсім несподівано. Загальне напруження посилюється навантаженнями на тренуваннях,

особистими переживаннями, змаганнями або виступами. Набагато легше такі періоди проходять, якщо викладачеві вдалося грамотно підібрати партнерів.

Мета: на основі аналізу досвіду підготовки та участі у змаганнях танцювальних пар з України та Швеції визначити особливості ефективної взаємодії партнерів танцювального дуету як передумову подальшого розвитку їхньої психологічної сумісності.

Завдання:

1. Здійснити порівняльне дослідження чинників, що впливають на розвиток психологічної взаємодії танцювальних пар України та Швеції.
2. Охарактеризувати проблему психологічної сумісності партнерів у танцях як передумову успішної спортивної самореалізації.
3. Виявити переважаючі типи психологічної сумісності у танцювальних дуетах, враховуючи особливості темпераментів партнерів.
4. Конкретизувати напрями запобігання та психологічної корекції конфліктних ситуацій танцювальних пар в процесі підготовки до змагань.

Об'єкт дослідження: психологічна сумісність партнерів у танцях як передумова успішної самореалізації.

Предмет дослідження: психологічна сумісність партнерів у танцях як чинник розвитку психологічної взаємодії.

Методи дослідження:

- використання психологічно-педагогічних методик з діагностики психологічної сумісності та ефективності взаємодії партнерів танцювального дуету;
- онлайн-опитування спортсменів;
- індивідуальне опитування танцівників;
- проведення інтерв'ю із учасниками дослідження;
- тестування;
- моніторинг результатів та діяльності спортсменів-танцівників збірної України та Швеції.

Новизна: вперше здійснено порівняльне дослідження чинників, що впливають на розвиток психологічної взаємодії танцювальних пар України та Швеції в процесі підготовки до змагань. На підставі здійсненого моніторингу психологічної сумісності темпераментів спортсменів-танцівників збірної України та Швеції виявлені індикатори психологічної взаємодії та розроблені рекомендації стосовно діагностики психологічної сумісності.

Структура роботи: дана робота складається з переліку умовних скорочень, вступу, трьох розділів, висновків та списку літератури.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СУМІСНОСТІ СПОРТСМЕНІВ У ТАНЦЮВАЛЬНОМУ ДУЕТІ

1.1. Психологічні особливості організації ефективного співробітництва та взаємодії партнерів у танцювальному дуеті

Психологічний клімат – це якісний аспект міжособистісних стосунків, що виявляється у сукупності психологічних умов, які сприяють або перешкоджають продуктивній спільній діяльності і всебічному розвитку особистості у групі [83, с. 1].

Психологічна сумісність – це характеристика тривалої взаємодії поміж двома та більше особистостями, коли прояви рис характеру не призводять до істотних протиріч, які неможливо вирішити без зовнішнього втручання [20].

Р. Ю. Айзенк вивчав психологічну сумісність у своїй гіпотезі про сумісність темпераментів. Головні проблеми, які пов'язані із створенням теорії психологічної сумісності:

- відсутність загальновизнаних критеріїв об'єктивного вимірювання сумісності;
- нерідко «сумісність» називають «подібністю», але це два різних поняття;
- нерішучість статусу (соціальна психологія чи психологія особистості);
- Чи існують «більш сумісні» або «менш сумісні» психологічні види [81]?

Постає питання: чи існує психологічна сумісність двох людей спочатку чи цю сумісність можна створити в процесі взаємовідносин.

Кожен з психологів описує темперамент по-різному і, напевно, включають в себе достатню кількість різноманітних факторів. Однак результати лише частково сумісні один з одним. Спроби зіставити теорію темпераментів з усіма відомими психологічними типологіями, в тому числі з точки зору методів визначення даних типів. Компоненти темпераменту ділять на 2 групи: «Активність» поведінки і «Емоційність». Активна поведінка характеризується ступенем енергійності, стрімкості, швидкості, або навпаки, повільності і інертності. Емоційність

характеризується емоційними процесами, визначаючи знак (позитивний або негативний) і модальність (радість, гнів, страх, та ін.) [82].

За кордоном темперамент дорослих пов'язаний із поняттям особистості. (Cattell, 1965 [74].) Такий зв'язок не рекомендується, тому що особистість відноситься до особистого досвіду, цінностей, соціо-культурних процесів, самооцінці і взаємовідносин людей один з одним, а темперамент відноситься до нейро-хімічного балансу організму.

У сучасній психологічній науці спостерігається кількісне зростання емпіричних досліджень. Більшість дослідників визнають, що ні один з тренувальних методів не піде на користь і не дасть бажаних результатів, якщо не враховані індивідуальні психологічні особливості спортсмена.

Під час процесу взаємодії людські стосунки складаються в реальних життєвих обставинах, під час їх спільної діяльності. На розвиток відносин чимало сприяють різноманітні об'єктивні фактори, що позитивно впливають на контакти або ускладнюють їх формування. Комфортні умови співпраці створюють сприятливі умови для взаємодії людей, що забезпечує необхідні умови праці та чітку організацію праці [72, с. 49-60].

Психологічні чинники мають значний вплив на ефективність взаємодії: відношення людей один до одного та до інших, практична та психологічна готовність до співробітництва, іноді – індивідуальні психологічні особливості людей [5, с. 269].

В сумісності людей проявляється суб'єктивний характер взаємовідносин. Сумісність — це чудове поєднання рис окремих людей у процесі взаємодії, що слугує вдалому виконанню сукупної діяльності. У нашому випадку, спільна діяльність – партнерство у спортивних танцях [84, с. 1].

Види сумісності в психології: фізична, психологічна, психофізіологічна, соціально-психологічна та функціональна сумісність. Рівень функціональної сумісності зумовлюється оперативністю процесів сприйняття, мислення і колективних дій. Значні розбіжності якісних і кількісних показників цих процесів лишає спортсменів-танцівників можливості досягти успіху в спільній діяльності,

оскільки, наприклад, один партнер переганятиме другого, а другий може перегнати його в організації тактичних дій [39, с. 115].

Успішна адаптація партнерів потребує чимало часу і відповідної інформаційної структури оптимальних спільних дій з урахуванням психологічних здібностей кожного [22].

Психофізіологічній сумісності притаманні єдність та взаємозалежність особливостей аналізаторних систем та якостей нервової системи людей під час діяльності. Цей варіант сумісності визначає успіх у взаємодії людей у тих видах діяльності, де чутливість у межах тієї чи іншої аналізаторної системи є вирішальним чинником [57, с. 227].

Психофізіологічна сумісність передбачає схожим ступенем підготовленості, виявом характеру, темпераменту і здібностей. Завдяки такій сумісності успіх парної діяльності залежить не тільки від індивідуального внеску, скільки якістю взаємодії та взаємного сприяння [73, с. 104-111].

Фізична сумісність проявляється в сприятливому поєднанні фізичних якостей танцювальної пари. Якщо фізична робота має максимальну продуктивність, тоді коли ті, хто разом її виконує, не поступаються один одному за силою і витривалістю [22].

У танцювальному спорті поняття психічного стану тісно пов'язані з індивідуальними особливостями особистості, тобто психічні стани та індивідуальні особливості дають індивідуальну і синтетичну характеристику психічної діяльності, а не просто характеристику її окремих елементів, функцій або сторін [63].

Танцювальний досвід свідчить, що контакти виникають скоріше і виявляються більше в спортсменів-танцівників, риси характеру яких доповнюють один одного: це поєднання імпульсивного і запального з спокійним; теоретичного з практичним, тощо. Тобто найбільш вдалі комбінації. Але це не означає, що люди з протилежним характером – сумісні один з одним. Сумісними можуть бути також люди, які мають однакові риси характеру, але ймовірність порушення спільності вища за таких обставин [72, с. 48-60].

Спортивні бальні танці, як в організаційному плані, так і за складністю підготовки конкурсних танцювальних пар, безумовно, є високопрофесійною діяльністю і з боку педагогічного складу, і з боку самих танцюристів. Для успішного конкурсного виступу необхідно всебічне забезпечення підготовки, спортсмена, в тому числі й психологічне.

Якщо у партнерів спільні погляди, переконання, точки зору, соціальні та моральні установки, цінності та відносини, то таку сумісність можна називати психологічною. Психологічна сумісність, яка має всі ці якості – це вищий інтегральний міра сумісності танцювального дуету, що розкривається змістовними, глибокими аспектами взаємодії й обумовлює можливість їх діяльності [67, с. 159].

Особливість досягнення результату в спортивних бальних танцях полягає в тому, що техніка виконання знаходиться у великій залежності від психічного стану танцювальної пари. Навіть у дуже досвідчених танцюристів результат конкурсних виступів схильний до впливу емоційного стану.

Відсутність сумісності у танцювальній парі, що виконують важливу для особистості діяльність, за певних обставин може стати передумовою сутічок. [85, с. 1].

Дослідження свідчать про те, що успіх в танцювальному спорті, як і в інших видах діяльності людини, залежить від цілого ряду умов, в тому числі та від особливостей процесів навчання, виховання, тренування і підготовки до змагань [63]. На думку авторів, ці процеси необхідно будувати та здійснювати не тільки на підставі загальних психолого-педагогічних закономірностей, а й з урахуванням конкретних, психологічно обґрунтованих методів і прийомів педагогічного впливу, способів організації діяльності, пристосованих до індивідуальних властивостей нервової системи та темпераменту спортсменів.

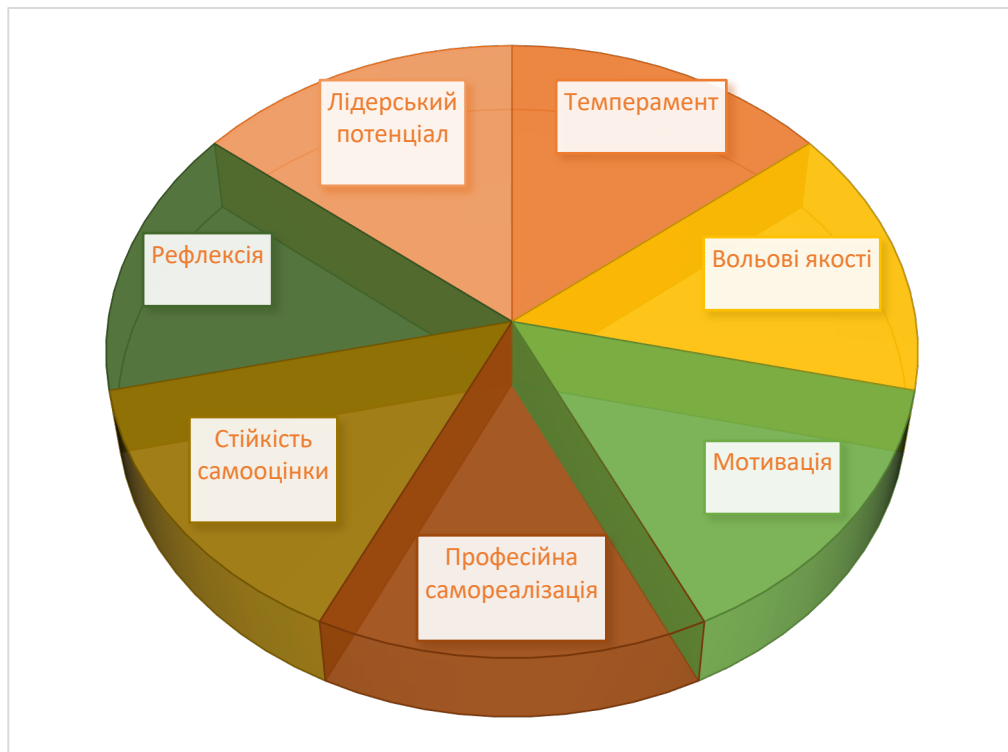


Рис. 1.1. Незалежні змінні, які впливають на психологічну сумісність в танцювальному дуєті.

До незалежних змінних ми відносимо: темперамент, вольові якості, мотивацію, професійну самореалізацію, стійкість самооцінки, рефлексію. Залежною змінною у нашому дослідженні виступає психологічна сумісність в танцювальному дуєті у спортивних танцях.

Вольові якості включають в собі: мужність, впевненість, дисциплінованість, сміливість, цілеспрямованість, самостійність, рішучість, наполегливість. Навіть якщо заняття в танцювальній студії проходять кілька разів на тиждень, необхідно щодня робити вправи вдома і виконувати завдання тренерів. Спочатку буде важко, але незабаром щоденні заняття входять до звички. Спортсмен звикає до того, що ретельної роботи вимагає кожен елемент танцю. Потрібно відвідувати заняття навіть тоді, коли буде лінь і не захочеться виходити з дому.

Деякі танцювальні вправи фізично важко виконати, адже відточування кожного руху вимагає чималих зусиль. Також необхідно виконувати вправи, які зміцнюють м'язи. Можна простежити залежність напруженості від рівня мотивації діяльності. Якщо ставиться завдання подолання труднощів, доведення роботи до кінця, виникає інтенсивна напруженість. У разі відмови від діяльності показники

напруженості різко послаблюються, мають значення якості підготовки до діяльності і особливості темпераменту.

"...Найпростіше правило, що дозволяє відстежити різницю між мотивованим танцюристом і невмотивованим - це відома приказка «Хто хоче - той шукає можливості, хто не хоче - той шукає причини» [76].

Існує кілька чинників, які впливають на бажання спортсмена-танцівника тренуватися:

- результати практик та змагань;
- відношення батьків до спортивних танців;
- взаємовідносини із партнером та одноклубниками;
- методи, які використовує тренер;
- індивідуальний характер спортсмена.

Показники	Групи танцівників				t-значення	p
	«Сумісні»		«Несумісні»			
	М	σ	М	σ		
A (Товариськість)	8,10	2,07	8,23	2,03	-0,27	0,79
B (Інтелект)	4,15	1,31	3,85	1,37	1,00	0,32
C (Емоційна стійкість)	8,45	1,55	7,43	2,29	2,35	0,02
E (Домінантність)	6,23	2,20	6,33	1,87	-0,22	0,83
F (Безпечність)	4,88	2,09	5,10	2,33	-0,45	0,65
G (Нормативність поведінки)	9,88	1,81	8,63	2,32	2,69	0,01
H (Сміливість)	7,23	2,17	7,20	2,93	0,04	0,97
I (Емоційна чутливість)	5,77	2,29	5,63	2,05	0,31	0,76
L (Підозрілість)	4,35	2,08	4,48	2,54	-,24	0,81
M (Мрійливість)	6,43	1,72	5,95	1,91	1,17	0,25
N (Проникливість)	5,98	2,13	6,20	2,16	-0,47	0,64
O (Тривожність)	6,23	2,64	7,35	2,12	-2,10	0,04

Q1 (Радикалізм)	6,53	2,69	7,20	2,14	-1,24	0,22
Q2 (Конформізм)	4,72	1,72	5,37	1,51	-1,79	0,08
Q3 (Самоконтроль)	7,45	2,16	6,40	1,96	2,28	0,03
Q4 (Напруженість)	4,25	2,29	5,40	2,19	-2,29	0,03
Ex (Екстраверсія)	13,20	3,88	13,15	3,46	0,06	0,95
Ne (Нейротизм)	9,87	4,66	12,38	4,09	-2,55	0,01
LK (Локус контролю)	28,23	5,10	24,10	4,60	3,80	0,001

Табл. 1.1.

Порівняльна характеристика показників властивостей особистості танцюристів різного рівня сумісності (Сігал Н.С., Александров Ю.В., Хоменко О.В.)

«Сумісні» спортсмени відрізнялися високими вольовими якостями, високою стабільністю і наполегливістю в досягненні поставлених цілей, розвиненим почуттям боргу та відповідальності, усвідомленим дотриманням загальноприйнятих правил і норм, високим самоконтролем емоцій і поведінки, меншою схильністю до переживання почуття провини і тривожності.

Порівнюючи «несумісних» танцівників до «сумісних» можна сказати, що у них більш низький показник контролю своїх емоцій та поведінки. Вони більш схильні до впливу почуттів, випадку та обставин.

Цим танцюристам притаманні занепокоєння, заклопотаність, невпевненість в собі, схильність до передчуттям, підвищена чутливість до схвалення оточуючих, почуття провини. Більш низькі оцінки за шкалою загальної інтегральності у цієї групи танцюристів свідчили про те, що вони не сприймають себе причиною власних спортивних досягнень.

Показники	Фактори				
	1	2	3	4	5
Тривожність (O)	0,803				
Нейротизм (Ne)	0,797				
Напруженість (Q4)	0,737				

Конформізм (Q2)		-0,822			
Підозрілість (L)	0,472	-2,687			
Товариськість (A)		-0,557			
Сміливість (H)		0,505			
Безпечність (F)			0,773		
Проникливість (N)			-0,561		
Екстраверсія (Ex)			0,559		
Домінантність (E)			0,527	0,402	
Інтелект (B)			-0,434		
Емоційна стійкість (C)				0,720	
Самоконтроль (Q3)				0,656	
Нормативність поведінки (G)		0,439		0,538	
Емоційна чутливість (I)					0,627
Практичність (M)				-0,401	0,564
Радикалізм (Q1)					0,515
Сума дисперсії	2,69	2,21	2,02	1,87	1,70
% дисперсії	14,96	12,29	11,23	10,41	9,47

Табл. 1.2. Факторне відображення (після обертання) особистісних показників у «сумісних» партнерів спортивних танцювальних пар

Показники	Фактори				
	1	2	3	4	5
Безпечність (F)	0,836				
Проникливість (N)	-0,725				
Екстраверсія (Ex)	0,650				
Сміливість (H)	0,424		0,401		
Нейротизм (Ne)		0,797			
Тривожність (O)		0,569			
Напруженість (Q4)		0,507		-0,426	

Емоційна стійкість (C)			0,405		
Нормативність поведінки (G)			0,724		
Самоконтроль (Q3)			0,682		
Підозрілість (L)		0,467	-0,544		
Конформізм (Q2)	-0,418				
Практичність (M)				-0,734	
Товариськість (A)				0,728	
Домінантність (E)				0,568	
Радикалізм (Q1)					0,747
Інтелект (B)					0,646
Емоційна чутливість (I)					0,625
Сума дисперсії	3,53	2,478	1,79	1,56	1,40
% дисперсії	19,62	13,71	9,95	8,65	7,80

Табл. 1.3. факторний відображення (після обертання) особистісних показників у «несумісних» танцюристів

Рівень психологічної сумісності спортивної танцювальної пари залежить не тільки особистісних особливостей кожного з учасників, але і від певного поєднання цих особливостей у партнерів. Для виявлення особливостей поєднання особистісних властивостей танцюристів по кожній властивості особистості розраховувався коефіцієнт подібності (КС) [67, с. 159].

Як відомо, результати опитування Г. Айзенка можна уявити «точкою» в просторі двох осей: інтроверсії D екстраверсії та емоційної стабільності (нейротизму). Відрізок, який з'єднав цю «точку» з перетином осей, отримав назву "вектор темпераментів", якщо на колі Айзенка помістити «точки» двох танцюристів, то їх вектори темпераментів утворюють кут, який отримав назву «кут асиметрії». Як видно на малюнку 1.2. «кут асиметрії» майже наближається до 180 °. Відомо, чим більше «кут асиметрії», тим вище психофізіологічна

сумісність темпераментів. У нашому випадку партнери доповнюють один одного. Деяка вибуховість темпераменту партнера гаситься спокоєм партнерки.

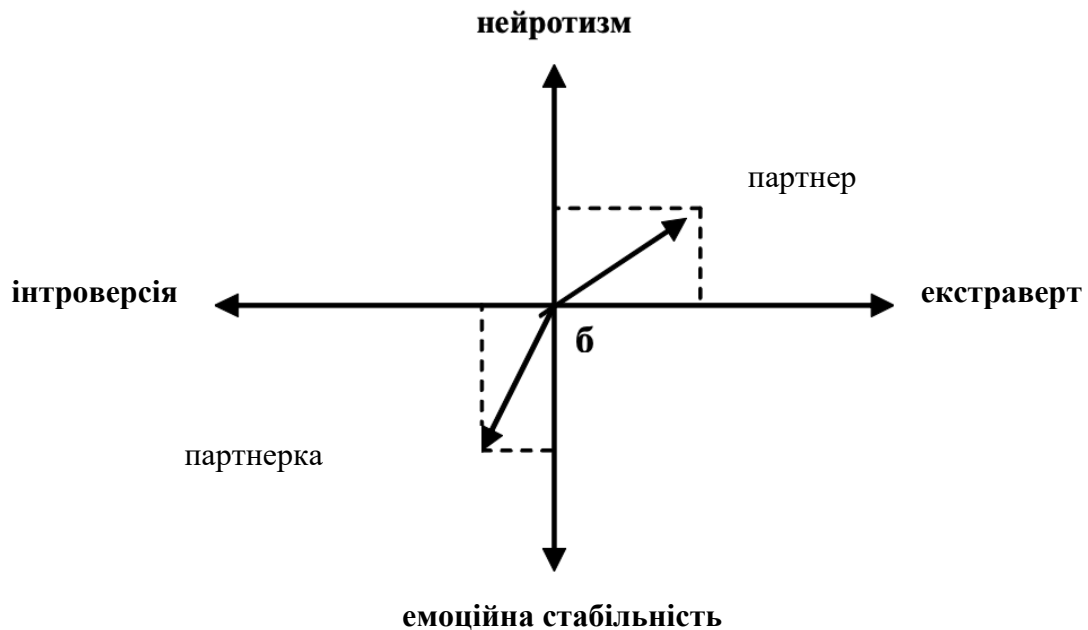


Рис. 1.2. Кут асиметрії (б)

Неадекватна самооцінка (висока або низька в однаковій мірі) сприяє виникненню надмірного збудження. Наявність високого рівня домагань при слабкій підготовленості або низької самооцінки веде до невпевненості в собі. Підвищений самолюбство обумовлює чутливість до неуспіху. У цьому ж напрямку надають негативну дію і недоліки вольових якостей особистості танцюриста: слабкість волі, нерішучість, безініціативність.

Особливості поєднання особистісних рис (профілі особистості) у цій танцювальній парі представлена на малюнку 1.3.

Професійна самореалізація – це складний комплекс дій, які мають місце у внутрішньому світі індивіда й спрямовані на створення та формування, конструювання й побудову, творення свого способу, шляху власного професійного майбутнього та життя [53, с. 78].

Поняття «професійна самореалізація» Н. Пилипенко розуміє як соціалізований шлях гармонійного розвитку особистості, поєднаний зі здобуттям духовного та професійно-практичного досвіду в процесі отримання кваліфікації

спеціаліста в період первинного професійного становлення та вдосконалення фахового зростання в процесі виконання професійних ролей та обов'язків, що є невід'ємним атрибутом розкриття й здійснення особистісного професійного потенціалу [54, с. 72-79].

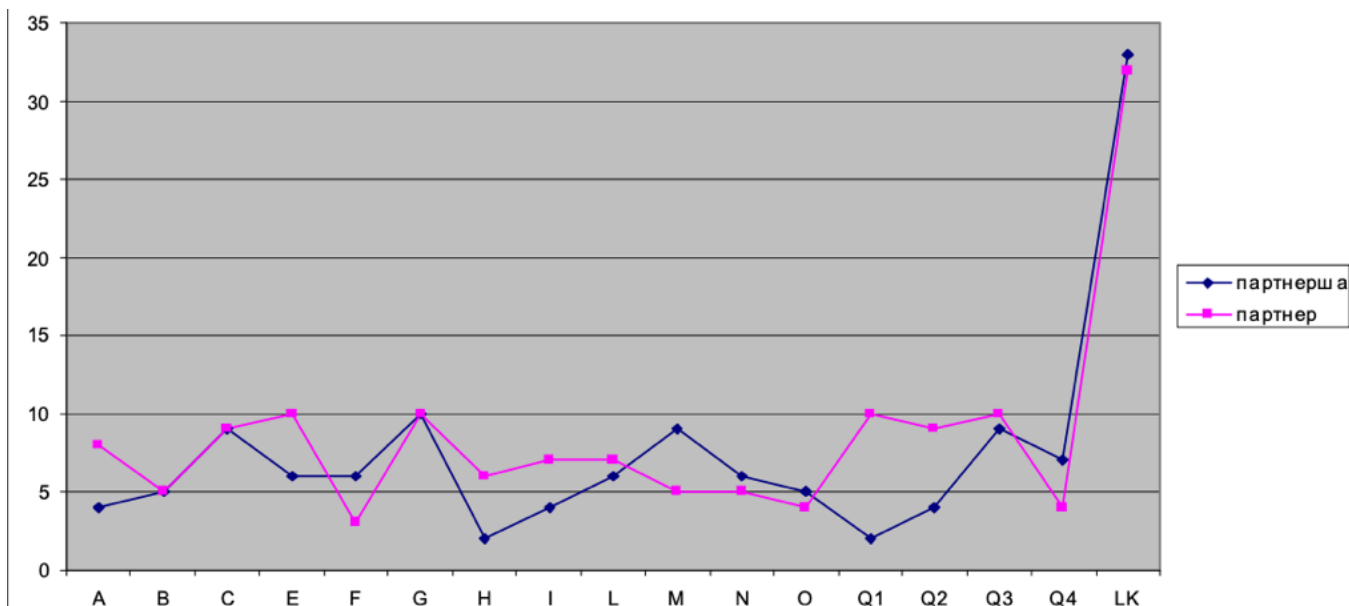


Рис. 1.3. Особливості поєднання особистісних рис.

Професійну самореалізацію особистості Л. Мітіна розглядає як дворівневу інтегральну особливість суб'єкта діяльності й особистості, яка в моделі професійного розвитку складає важливу завершальну стадію поряд зі стадіями самовизначення та самовираження. Для неї характерні формування життєвої філософії, осмислення себе як професіонала, осмислення сенсу життя; у такий спосіб досягається не тільки професійна майстерність, а й гармонійно відбувається розвиток особистості [69, с. 207-210].

Водночас професійний розвиток, який відбувається впродовж життя, визначається суперечностями між Я-чинним, Я-дзеркальним та Я-творчим кожного професіонала. Вектором професійної самореалізації стає Я-творче [42, с. 28-38].

На думку О. Артемової, професійна самореалізація як процес соціалізації має два рівні: репродуктивний і творчий. На репродуктивному рівні суб'єкт пробує ігнорувати ті стандарти, мотиви й необхідності, які б спрямують його на

професійну перспективу в аспекті нових умінь, навичок та знань, що допомогли б вирішити нові професійні завдання. На творчому рівні відбувається реалізація суб'єктом накопиченого інтелектуального досвіду в межах професійного потенціалу та подальше формування професійної майстерності й компетентності [7].

В. Журавчик стверджує, що професійна самореалізація особистості має, перш за все, індивідуальний характер. Особливості особистості (цінності, установки, інтереси і т. і.) безпосередньо впливають на продуктивність процесу самореалізації [30, с. 68].

На думку В.А. Болотова та В.В. Серікова професійна компетентність полягає в тому, що вона, будучи продуктом навчання, не прямо впливає з нього, а скоріше є результатом його самостійного розвитку, не стільки технологічною складовою, скільки компонентом особистісного зростання, наслідком самоорганізації й узагальнення діяльнісного та особистісного досвіду [53, с. 78].

За твердженням І. Д. Беха, керівництво формування професійної компетенції тільки тоді може дати позитивний результат, коли воно буде впливати на особистість не прямо, а через розгортання внутрішньої активності, через організацію її мотиваційних сил, що визначають поведінку. Конкретні механізми професійного розвитку є індивідуально-своєрідними й відповідають вихідним індивідуальним особливостям [12, с. 9-21].

Система готовності представлена чотирма блоками:

- 1.Спрямованість – мотиви та потреби творчості.
- 2.Ставлення до себе.
- 3.Творчі здібності особистості, творче ставлення до себе.
- 4.Операційна система, інструментарій, що сприяє реалізації потреб у творчості й самоактуалізації. При цьому під саморозвитком розуміється не будь-який розвиток особистості, а лише той, що передбачає високу ініціативність суб'єкта навіть у несприятливих соціальних умовах. Якщо ж активності суб'єкта невістачає, але потужний вплив соціального середовища, то формування особистості при цьому відбувається за принципом адаптації [71, с. 40; 25, с. 126-138].

Серед сучасних західних авторів проблемі рефлексії в спортивних танцях приділяли увагу J. Friedman, J. Hanna, F. Sparshott і ін. Російські вчені, які вивчали феном танцю у філософії: Р. Е. Воронін [18], І. А. Герасимова [23; 24], Є. К. Лугова [38], Л. П. Морина [44], Н. В. Осинцева [49; 50]. У меншій мірі ця тема привертає увагу українських авторів, серед яких окремі аспекти заявленої проблеми розглядаються в працях О. Ю. Грітчака [26], Т. Павлюк [51], Т. Г. Полухтович [59], Т. М. Пригоди [56].

Танцювальні практики мають своє коріння з епохи палеоліту, а вже в період античності вони стали предметом філософської рефлексії. «За яких умов утворився танець?», «Чому в народній культурі виникли танці?», «Як генезис танцю пов'язаний із первісним міфом, ритуалом, магією?»- онтологічно-генетичними питання у філософії [10, с. 28].

До сих пір мають прихильників і зберігають свою актуальність такі концепції походження танцю:

- теологічна (танець як божественне творіння);
- космологічна (танець як результат впливу космічних ритмів);
- біологічна (витоки танцю в тваринному світі);
- природна (витоки танцю в природному середовищі);
- соціологічна (танці пов'язані з соціальним структуруванням людських колективів);
- психологічна (витоки танцю в психологічних станах і реакціях людини) [26].

За твердженням російського автора Р.Е. Вороніна, «сміслова універсалія танцю» розкриваються психологічні та розвиваючі, виховні та моральні, навчальні та моральні функції [21, с. 10]. Сучасний український дослідник Т. Павлюк називає цілий ряд важливих соціальних функцій, які виконує хореографічне мистецтво: естетичну, пізнавальну, інформаційну, комунікативну, регулятивну, рекреаційно-оздоровчу та виховну [51, с. 80].

Спортивні танці не для всіх і справа не тільки у фінансових можливостях, існує дуже багато інших факторів, таких як фанатизм, як основна передумова успіху у професійному спорті. Але якщо один з партнерів танцювального дуету –

не фанат, то звідси і впливає психологічний конфлікт. Один з партнерів хоче працювати, а інший виконує базовий мінімум.

1.2. Класифікація конфліктних ситуацій танцювального дуету у передзмагальний та змагальний періоди

Темперамент – це стійкий комплекс індивідуальних психологічних та фізіологічних особливостей індивіда, які пов'язані з динамічними, а не змістовними факторами діяльності. Темперамент становить основу формування і розвитку характеру. Якщо поглянути на темперамент з фізіологічної точки зору, то він обумовлений типом вищої нервової діяльності людини і проявляється в характері поведінки людини, в ступені його життєвої активності [73, с. 104-111].

Тип темпераменту впливає на поведінку спортсмена, а також на спортивний результат. І на процес змагальної діяльності [29, с. 55]. С.Л. Рубінштейн визначає темперамент як динамічну характеристику особистості у всіх її дієвих проявах і чуттєва основа характеру [63].

Холерики, сангвініки: Для спортсменів-танцюристів з даними типами темпераменту характерні такі властивості як реактивність, невірноваженість, сенситивність. Для них важливо позбутися зайвої напруги, урівноважити свій психічний стан, навчитися гальмувати зайві імпульси, саме тому їм корисно виконувати вправи на релаксацію або фізичне розслаблення.



Рис. 1.4. Чотири види темпераменту, зліва направо, зверху вниз: сангвінік, флегматик, холерик, меланхолік (гравюра Йоганна Лафатера, XVIII століття)

Конкурсні танцюристи даної групи часто кваплять хід подій, виявляють нетерпіння, ставлять перед собою завищені цілі, що може викликати зайве збудження, неадекватні емоційні реакції, а іноді і нервові зриви. Індивідуальний стиль діяльності переробити важко, але по можливості вищевказаної категорії танцюристів необхідно намагатися виконувати робочі рухи трохи повільніше, ніж хотілося б. Також важливим є контроль за темпом мови і мімікою.

Меланхоліки: Для меланхоліків найбільш характерним є поєднання невротичності, тривожності, помисливості і емоційної нестійкості. Головне, що визначає поведінку і настрій представників даної групи - це тривожність. Вона порушує самоконтроль, не дає танцюристу проявити себе в повній мірі його потенційних можливостей. Незнання результату діяльності і боязнь того, що він не буде відповідати очікуваному, виводять з рівноваги.

Флегматики: У спортсменів даної типологічної групи відзначаються такі властивості темпераменту, як емоційна стійкість, резистентність, інертність, ригідність. До особливостей цієї групи можна віднести повільну спрацьованість, несвоєчасне перемикавання при швидкій або несподіваній зміні обстановці, але при цьому ж стабільність і стійкість. Загальновідомо, що змінити генетично закладені психодинамічні властивості (такі як, наприклад, інертність нервових процесів) практично неможливо. Але при цьому даної категорії Конкурсних танцюристів рекомендується пристосовувати до своєї індивідуальності потрібний стиль - виробляти тактику попереджувальних дій у відповідь на зміну обстановки, починати період впрацьовування задовго до початку діяльності, привчати себе знаходити найменші ознаки ситуації, що змінюється.

Найбільш корисними з психологічних впливів в даному випадку будуть вправи на вдосконалення різних властивостей уваги, моделювання різноманітних і непередбачуваних ситуацій з вибором ефективного вирішення і ідеомоторна тренування з різноманітними вправами, як по рухової структурі, так і по швидкості про силу виконання.

Сучасні дослідники визнають темперамент фактором, багато в чому визначає успішність спортивної діяльності в танцювальному спорті, властивості якого

роблять значний вплив на динаміку передстартових станів, в тому числі і на стан ситуаційної емоційної стійкості [63].

Сумісність темпераментів у танцювальному дуєті

1. Флегматик + флегматик = повне взаєморозуміння один одного та спокійне партнерство. Але згодом партнери втомлюються від пасивності і безпечності [67, с. 159].
2. Флегматик + сангвінік. У соціумі сангвініки активні, раціональні та практичні. Вони з легкістю підтримають флегматика, якщо це потрібно. Якщо сангвінік домінуючий, тоді взаємовідносини у такої комбінації спокійні та дружні. Вони проявляють тепло, емоційність та розуміння. S + M - це найпоширеніша комбінація [67, с. 159]. Коли флегматик домінуючий, тоді дует виконує монотонну роботу, але потребує змін протягом дня. В такому танцювальному дуєті присутня вірність, послідовність та надійність. Вони не можуть відмовити, завжди хочуть допомогти.
3. Флегматик + холерик. Якщо у парі немає домінанта, тоді холерик насолоджується компанією незворушного флегматика, а флегматик радіє, що холерик бере на себе всю відповідальність. Сильний і активний холерик може вирішити проблеми самостійно, без участі флегматика. Холерик готовий справлятися з будь-якими труднощами і включити навіть найпасивнішу людину. Але згодом холерик втомлюється від цього і шукає собі подібних «Живчиків». Так що цей союз можливий, і хороший, але не на довгий час.

При домінації холерика у комбінації С + F, природно, що вони будуть орієнтовані на результат, рішучі, бездоганні і цілеспрямові. Такий танцювальний дует має сильну, наполегливу волю, незалежність та індивідуалістичність. Ця комбінація зустрічається найрідше.

Коли флегматик – домінуючий у танцювальному дуєті. F + S вважають краще за все бути у колі сім'ї, ніж у колі друзів. Танцювальний дует рішучий і послідовно виконує поставлені завдання. Партнери такого союзу працелюбні та незалежні, спокійні, стійкі та наполегливі. В них присутній сарказм, впертість та низький рівень емпатії. Якщо вони щось розпочали, вони це неодмінно завершать. Ця комбінація зустрічається не часто.

4. Флегматик + меланхолік = інертна і пасивна пара. Флегматик не вміє висловити свої почуття, тому меланхолік вважає, що партнер байдужий до нього. Вони не суперники один одному, але всі ці дрібні непорозуміння можуть накопичуватися і врешті можуть стати причиною припинення партнерства.

М + F мають природне вміння аналізувати все, що вони роблять, і все, що відбувається в їхньому житті. Вони не активні соціально і вважають, що краще за все бути з родиною або кількома близькими друзями. М + F - це приємна пара, яка потребує увесь час уваги до деталей. Вони завжди систематичні та точні. Дует має сильне відчуття справедливості (що правильно і неправильно). У цього дуету часто близьким другом виступає сангвінік, тому що їм подобається їх приваблива природа і безтурботне ставлення. Ця комбінація зустрічається доволі часто.

5. Сангвінік + сангвінік. Доволі добре розуміють один одного, мають спільні інтереси та погляди. Вони обидва активні та розумні, можуть підлаштовуватися під настрій свого партнера і завжди знайдуть собі заняття. А в рішенні проблем їх об'єднаним зусиллям ніщо не може протистояти.

6. Сангвінік + холерик. Коли немає домінуючого партнера, тоді взаємодопомога і взаємопідтримка в такій парі гарантовані. Холерик подає ідеї, а сангвінік їх реалізовує. Але в рішенні загальних проблем і прийнятті рішень можуть виникнути конфлікти, так як жоден не хоче поступитися лідерством, обидва-вперті та рішучі. Суперництво в парі постійне. З одного боку, це хороший двигун, з іншого - втомлююча карусель. Зрештою, сангвінік може вирішити, що з нього досить, і може піти до флегматика або сангвініка, де він буде або лідером у відносинах, або хоча б не суперником у танцювальному дуеті [2, с. 45].

C + S природно хочуть отримати результати як найшвидше. Вони дратівливі, коли хтось не прислухається до їх вказівок, але вони швидко заспокоюються. Вони виглядають сердитими, але це не так. Вони нетерплячі та спонукають інших до отримання результатів та продуктивності. Якщо вони не отримують бажаного результату, їм легше змінити вид діяльності, ніж довести справу до кінця. В них багато енергії, і саме тому вони дуже активні. Їм не потрібно багато часу для сну, 4-6 годин достатньо [67, с. 159].

Коли холерик головний у танцювальному дуєті, тоді він «двигун», мотиватор у парі. Але холерик нетерплячий і часто ризикує, як то кажуть «пан або пропав». Холерик любить виступати домінантом і стоять на своєму до кінця. Вони не люблять слабкості.

Коли Сангвінік домінуючий у парі. S + C більш напористі, ніж інші комбінації сангвініків. Вони дуже переконливі та сваряться доволі часто та сильно! Вони дуже енергійні і працьовиті. Вони прагнуть вести бізнес дружнім шляхом, намагаючись досягти своїх цілей. Вони демонструють упевненість у більшості ситуацій, особливо в соціальних подіях. S + C = поширене поєднання.

7. Сангвінік + меланхолік. Танцювальний союз може бути довготривалим. Меланхолік може поступитися сангвініку лідерством.

Сангвінік здатний радувати меланхоліка, але тільки в тому випадку, якщо він не буде на нього тиснути і вимагати поклоніння. Інакше ці протилежності навряд чи зможуть мирно доповнювати один одного. Вони чутливі та сумлінні.

8. Холерик + холерик = галасливий і бурхливий союз багатий радості, конфліктів, сварок, багатослівності та сліз.

Взаємодопомога буде мінімальна, так як холерик звик робити все сам і ніколи не попросить допомогти у партнера. Адже в обох однакові слабкі місця. Постійні суперечки через вирішення питання, хто буде лідером у парі. Навіть якщо такі відносини будуть влаштовувати обидві сторони, то вони явно не будуть влаштовувати оточуючих. Однак партнерство може бути дуже міцним, особливо якщо є спільні цілі, або пов'язують спільні інтереси.

9. Холерик + меланхолік. Коли немає домінуючого партнера.

Тихий меланхолік просто не витримає напруги холерика. Можливо, спочатку він буде в захваті від активності партнера, але незабаром почнуться образи і непорозуміння. Холерик не сильно піклується про почуття меланхоліка і може довести його до істерики та сліз. Допомогати постійно слабкому холерик не захоче, так що швидше за все відносини приречені на невдачу.

Їх легко вивести з себе, але вони також швидко заспокоюються. C + M = така комбінація зустрічається доволі часто.

10. Меланхолік + меланхолік. У меланхоліків все тихо та спокійно. Однак цей спокій лише тимчасовий, адже на зміну придуть дратівливість, уразливість і неспокійність. Найменша незручність викликає бурю емоцій. Так що взаємопідтримки не варто чекати від партнера-меланхоліка. Часті суперечки, які будуть починатися з дрібноти, закінчаться тим, що пара не зможе співіснувати і далі.

Темперамент людини може впливати на те, яких результатів досягне він при занятті танцями. Але питання це все одно залишається досить складним і суперечливим [18, с. 26]. Кілька років тому вчені безуспішно намагалися визначити генетичний тип чемпіона. Важливо враховувати роботу викладача, особисту роботу кожного танцюриста, спільну роботу пари, характер і комунікативні якості кожного учасника тренувань. Безліч чинників, які можуть вплинути на результат. Проте, необхідно враховувати тип темпераменту партнерів [58].

Обчислення загального типу темпераменту проводяться аналогічно обчисленню диференціального типу. Для цього на осі координат відкласти значення ІЗА (індексу загальної активності), а на осі абсцис значення ІЗЕ (індексу загальної емоційності). Назви типів ті ж, що і при визначенні диференціальних типів [43, с. 32].

Якщо обидва значення вище норми - "холерик", якщо обидва значення нижче норми - "флегматик". Якщо за шкалою загальної активності значення вище норми, а за шкалою загальної емоційності нижче норми - "сангвінік". Якщо загальна активність нижче норми, а загальна емоційність вище норми - "меланхолік". Якщо обидва значення в межах норми - "невизначений" тип.

Якщо по активності значення в межах норми, а по загальній емоційності вище норми, то - "змішаний високо емоційний" тип. Якщо по активності значення в межах норми, а по загальній емоційності нижче норми, то - "змішаний низько емоційний" тип. Якщо за шкалою загальної активності значення вище норми, а по загальній емоційності в межах норми, то - "змішаний високо активний" тип. Якщо за шкалою загальної активності значення нижче норми, а по загальній емоційності в межах норми, то - "змішаний низько активний" тип [64, с. 720].

1.3. Психологічні комбінації взаємодії різних типів темпераменту в танцювальних дуетах Швеції та України

Тривожність – це негативний емоційний стан, який відзначається нервозністю, хвилюванням й тривогою в поєднанні з активізацією та збудженням організму. Отже тривожність охоплює розумовий компонент, який називається когнітивною тривожністю. Вона також охоплює компонент соматичної тривожності, що становить собою ступінь відчутної фізіологічної активізації [41, с. 115].



Рис. 1.5. Процес стресу

Стрес з'являється тоді, коли баланс між фізіологічними і психологічними потребами порушується. Стан тривоги становить собою тимчасовий, постійно змінюваний емоційний стан із суб'єктивним, свідомо сприйнятими відчуттями тривоги та напруження, пов'язаними з активізацією автономної нервової системи [41, с. 115].

Чим важливіша подія, тим більший стрес вона спричиняє. Особиста тривожність – поведінкова (біхевіористична) схильність сприймати об'єктивно безпечні обставини як загрозові та реагувати на них диспропорційним станом тривоги [35, с. 3].



Рис. 1.6. Стани тривоги

Ми зможемо переконатися в потенційно негативному впливі суперництва, якщо розглянемо взаємозв'язок між суперництвом і результатами. Джонсони (1985) ретельно проаналізували 122 дослідження, здійснені з 1924 по 1981 роки, аби встановити вплив відносин змагальності та суперництва на результати. Матеріали 65 досліджень показали, що співробітництво забезпечує більш високі досягнення та результати, ніж суперництво, і тільки у 8 дослідженнях було зафіксовано зворотне. До того ж у 108 дослідженнях співробітництво зумовило вищі досягнення, ніж незалежна або індивідуальна діяльність, а зворотне відзначено лише в 6 дослідженнях. Перевага співробітництва проявлялась у різноманітних завданнях через підвищення якості, точності та швидкості діяльності.

1.4. Реакція на конфлікт та методи психологічної корекції конфліктних ситуацій у спортивних танцях

Конфліктологія – це система знання закономірностей і механізмів виникнення і розвитку конфліктів, а також принципи і технології управління ними.

Конфлікти класифікують по-різному, перш за все в залежності від предмета конфлікту. Наявність різноманітних причин конфліктів в повсякденному житті пояснює таку кількість класифікацій.

Класифікувати конфлікти можна виходячи з того, хто є конфліктуючими сторонами: міжіндивідуальні конфлікти, міжгрупові конфлікти, які поділяються на: а) етнонаціонального характеру;

б) групи інтересів;

в) групи соціального формування, конфлікти між культурами і типами культур, конфлікти між федераціями, партіями, внутрішньо- і міжінституціональні конфлікти, конфлікти між групами суспільного поділу праці, конфлікти між державними або приватними закладами.

Інші перспективні класифікації:

- класифікація щодо способу вирішення конфлікту - насильницький та ненасильницький;

- щодо природи його виникнення - політичні, соціальні, економічні;
- щодо рівня його прояву – прямий та непрямий;
- залежно від можливих функцій конфлікту - функціональний та дисфункціональний;
- залежно від потреб, через які він виник – погляди та інтереси.

Класифікувати конфлікти також можна за кількістю учасників:

- внутрішньо-особисті конфлікти;
- міжособистісні конфлікти;
- міжгрупові конфлікти, які також можна поділити на внутрішньо-групові конфлікти та конфлікти між особистістю і групою.

Внутрішньо-особистісний конфлікт відбувається за рахунок того, що людина має суперечності в середині себе, тобто знаходиться у стані вибору, у стані «за» та «проти». Особливо в спортивній діяльності багато моментів, де ми вагаємося та вирішуємо для себе найбільш сприятливу стратегію. Конфлікти відбуваються на основі боротьби потреб та інтересів, ціннісних орієнтирів, з якими не може самостійно справитися та вибрати для себе пріоритети поведінки з ними. Кінцевий вибір визначається балансом бажань та можливостями, необхідністю та потребою.

Німецький психолог Курт Левін, який визначив такий конфлікт, як ситуацію, в якій на індивіда одночасно діють протилежно направлені сили рівної величини [48].

Характеристика внутрішньо-особистісних конфліктів:

- сторонами внутрішньо-особистісної колізії виступають існуючі в структурі особистості, які мають різні плани та суперечливі інтереси, неоднакові цілі, розбіжності в мотивах і бажаннях;
- діючий на особистість вплив є рівновеликими.
- фактично будь-який внутрішньо-особистісний конфлікт супроводжується негативними емоціями;
- основою будь-якого внутрішньо-особистісного конфлікту є суперечністю сторін і протилежність мотивів, цілей та інтересів; Істотною проблемою може стати для

особистості неможливість виключити перешкоду на своєму шляху в досягненні необхідної потреби.

Різноманітність особистості людини позначилася і на проблемі класифікації внутрішньо-особистісних конфліктів. Спираючись на психологічний аспект внутрішньо-особистісних конфліктів, виділяють три їх види.

Конфлікт потреб. Наші потреби спонукають до різних дій. Конфлікт між бажаннями і необхідністю поводитися по іншому. Конфлікт між потребою і соціальними нормами. Сильна потреба зустрічається усередині нас із примусовим імперативом. Незалежно від його результату, ситуація прийме форму конфліктного характеру. Конфлікт соціальних норм - рівнозначний тиск двох протилежних соціальних норм. Більш повну класифікацію внутрішньо-особистісних конфліктів пропонують у своїх роботах соціологи, які беруть за основу ціннісно-мотиваційну сферу особистості.

Мотиваційний конфлікт - конфлікт, породжений мотиваційними спрямуваннями - несвідомим прагненням, прагненням до влади, альтернативності між двома позитивними тенденціями. Моральний конфлікт - конфлікт, який викликаний в результаті розбіжностей моральних принципів й особистісною прихильністю.

Конфлікт комплексу неповноцінності (нереалізованого бажання). Конфлікт подібного виду формується з появою розриву між бажаннями особистості і реальністю, що може блокувати їхню реалізацію. Рольовий конфлікт - утворюється при неможливості для особистості реалізуватися в декількох аспектах (міжрольовий внутрішньо-особистісний конфлікт), а також при різноманітному розумінні вимог до даної ролі (внутрішньо- рольовий конфлікт).

Адаптаційний конфлікт - розуміється як дефект рівноваги між суб'єктом і навколишнім середовищем, порушення процесу соціальної або професійної адаптації. Конфлікт неадекватної самооцінки - це самостійний вид конфлікту, що може проявлятися через особистісну переоцінку своїх претензій і недооцінки своїх шансів.

Невротичний конфлікт зазвичай породжений тривалим періодом перебування особистості в стані внутрішньо-особистісного конфлікту, високим рівнем напруги,

роздвоєністю і сумнів у собі. Існують інші класифікації, які залежать від інших критеріїв [36].

Людина як сегмент суспільства не може існувати поза цінностями системи суперечних громадських відносин, що обумовлює її свідомість, структуру особистості, весь її внутрішній світ. З цього випливає, що всі підстави внутрішньо-особистісного конфлікту можна розділити на три види:

- внутрішні причини, що починаються в суперечностях самої особистості;
- зовнішні причини, зумовлені принципами особистості в певній соціальній групі;
- явні причини, зумовлені положенням особистості в спільноті.

Розглядаючи мотиви конфліктів, потрібно звернути увагу, що їх необхідно розглядати взаємозалежно, а подібний розподіл є досить умовним.

Перебуваючи у взаємозв'язку з очікуваною загрозою для виживання і особистого блага, конфлікти залишаються з людиною до такої нагоди, поки він не знайде їм вірне рішення. Реакція людини на конфлікт залежить від сприймання ситуації. Але таке сприйняття не завжди носить об'єктивний характер. На сприйняття впливає життєвий досвід, система переконань і цінностей. Авжеж, конфлікт викликає в людині негативні емоції. І якщо ви не досить добре знаєте силу своїх емоцій або не навчилися самоконтролю, то вам буде важко вирішувати конфлікти успішно. І навпаки, якщо ви маєте навичку успішного розв'язання конфліктів, то з боку інших людей це додасть довіри до вас. Ви і самі будете більше довіряти собі. Безумовно, від цього ви почнете відчувати себе у повній безпеці. Важливим є те, що будь-який конфлікт спонукає людину відчувати більшу загрозу, ніж це є у дійсності. Тому і бояться люди конфліктів, жадаючи їх за любую ціну уникнути. Деякі люди будь-який конфлікт сприймають як щось дике і загрозливе. Конфлікт для них завжди виступає вагомою підставою для тривоги.

Якщо людина раніше зустрічалася з тим, що не могла взяти в свої руки "гарячі" емоції або відчуває власне безсилля, то будь-який новий конфлікт для неї неминуче ставатиме душевною травмою. Здоровою реакцією людини на конфлікт, коли вона розпізнавати і належним чином відповідати за те, що для іншої людини є важливим. Реакція при цьому повинна бути шановною і тихомирною. Здорова реакція завжди передбачає в людині готовність забути про конфлікт, залишити

його в минулому. Здорову реакцію також вважається, коли людина здатна прийти до компромісу без образ.

Висновки до розділу

Можна зазначити, що існує багато теорій та наукових робіт, які присвячені даній проблемі. Але вивчення психологічної сумісності спортсменів-танцівників на міжнародному рівні (на прикладі Швеції та України) вивчається вперше.

Конфлікти – невід’ємна частина будь-яких взаємовідносин, але важливо правильно вирішувати їх. Існує такий вислів: «Конфлікт - двигун прогресу», але це не завжди. Якщо конфлікт не вирішується, то у більшості випадків, танцювальні пари перестають існувати як союз партнерів. Іноді стається так, що після того як партнери перестають танцювати один з іншим, у них виникає питання про заняття спортивними танцями взагалі.

На власному досвіді, ми знаємо достатню кількість спортсменів, які не змогли повернутися до спорту після конфліктів зі своїми партнерами. З цього випливає, що важливість сумісності партнерів полягає не тільки в досягненні високих результатів у спорті, а й у продовженні спортивної кар’єри.

Ми виявили переважаючі типи психологічної сумісності у танцювальних дуетах такі, як темперамент, мотивація, стійкість самооцінки, лідерський потенціал, вольові якості, професійна самореалізація та рефлексія. На нашу думку, темперамент – рушійний чинник психологічної сумісності танцювальної пари, але він не може розглядатися окремо. Навіть, якщо він і домінуючий, він взаємопов’язаний із іншими чинниками, які мають вплив на психологічну сумісність танцювального дуету і не може існувати самотійно.

Проблема порівняльного дослідження психологічної сумісності спортсменів зі спортивних танців полягає у тому, що учасники нашого дослідження мають різний менталітет, досвід, погляд на спортивні танці, як на професійну реалізацію або просто хобі. Спорт в Україні та Швеції розвивається по-різному, адже ці дві країни дуже різні. Перш за все, фінансування та підтримка державою даного виду спорту. Інтенсивність та схема тренувань у обох країнах відрізняються один від

одного. Тобто якщо розглядати проблему психологічної сумісності у спортивних танцях на міжнародному рівні, на прикладі України та Швеції, то ми можемо побачити велику різницю між цими країнами, а саме між підходами до поставленої проблеми.

Збудження та стан тривоги звужують поле уваги, ускладнюють «відстеження» навколишніх умов та змушують використовувати домінуючий стиль уваги, а також концентрувати увагу на непотрібних об'єктах.

Те, як спортсмен інтерпретує збудження, може вплинути на рівень його рухової активності. Підвищене збудження і стан тривоги призводять до підвищення м'язового напруження та можуть справляти негативний вплив на координацію.

Тренери повинні використовувати комбіновану модель мотивації, аби допомогти своїм підопічним навчитися опановувати збудження та стан тривоги. Ефективним методом контролювання стресу є також створення позитивного тренувального середовища.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження. Тест на виявлення типу темпераменту спортсмена та соціальний тест: «Реакція людей на конфлікт»

Аналіз теоретичних даних, літератури та наукових робіт. В даній роботі було проаналізовано та узагальнено результати теоретичних даних, щодо визначення рівня психологічної сумісності танцювального дуету як передумови успішної змагальної діяльності. Багато науковців вивчало дану проблему у спортивних танцях, але з різних точок зору.

Тест на виявлення типу темпераменту спортсмена. Опитування проводилося в Україні, місті Києві та у Швеції, місті Гетеборг. Об'єктами тестування були спортсмени віком від 12 до 30 років. Усі спортсмени-танцівники, які брали участь у нашій науковій роботі мали досвід у танцювальному спорті, як найменше 2 роки. Ми використовували психологічно-педагогічні методи для отримання доцільної та достовірної інформації для нашого дослідження.

Анкетування, анонімне онлайн-опитування та інтерв'ю для українців було проведено на українській мові. Відкрите колективне, дуетне та індивідуальне опитування у Швеції проводилося на англійській мові. У учасників дослідження не виникали питання, усе було зрозумілим і ми отримали повноцінні відповіді. Спортсмени-танцівники були зацікавлені у нашому дослідженні та охоче допомагали нам.

Моніторинг результатів та діяльності спортсменів-танцівників збірної України та Швеції. Ми використовували інтернет-базу результатів змагань для кожного з учасників нашого дослідження. Це єдина база даних, де висвітлюються результати змагань з усіх куточків світу, незалежно від федерації або організації.

У соціальному тесті: «Реакція людей на конфлікт» приймали участь 20 осіб, десять з яких були громадяни Швеції, а інші десять громадяни України. Реакції людей на конфлікт були різні, на прикладі трьох анонімних відгуків з кожної країни ми розберемо найбільш цікаві реакції. Дізнаємося різницю у менталітеті та

світогляді обох країн щодо конфліктних ситуацій у спортивних танцях. Як європейські та вітчизняні глядачі сприймають конфлікт у спортивних танцях. Висвітлені проблеми прямої і непрямой вербальної агресії, а також прямої і непрямой фізичної агресії.

2.2. Організація дослідження

Спочатку ми проаналізували літературу та наукові роботи таких авторів, як Алекс Мур [5], Guy Howard [75], Walter Laird [80] у вересні та жовтні 2019 року. Дослідження було проведено в Україні у місті Києві у клубі «Танцювальний центр Максимум» у грудні 2019 року та у Швеції у місті Гетеборг у клубі «Erik Bohlin Art & Science AB» у січні 2020 року.

У експерименті приймало участь 28 шведських спортсменів та 28 українських спортсменів. У січні ми провели онлайн-тест на виявлення типу темпераменту спортсмена за методом Айзенка. У тесті 57 питань, на які передбачається відповіді «Так» або «Ні». 24 - присвячені інтроверсії / екстраверсії, ще 24 - нейротизму і 9 - шкала брехні. Ця шкала покаже, наскільки чесні опитувані були самі з собою, відповідаючи на питання тесту.

У цьому ж місяці 2020 р. ми провели методику діагностики темпераменту Яна Стреляу (тест-особистісний опитувальник вивчення темпераменту). Пропоновані питання відносяться до різних властивостей темпераменту. Відповіді на ці питання не можуть бути добрими чи поганими, так як кожен темперамент має свої позитивні та негативні сторони. Цей тест опитувальник налічує 134 питання і на кожне з цих питань потрібно було дати одну з трьох відповідей: «так», «ні», або «не знаю». Відповідь «не знаю» слід давати тоді, коли важко вирішити «так» або «ні».

У лютому ми провели методику «Агресивна поведінка» (Е.П. Ільїн, П.А. Ковальов, 2011). Ця методика призначена для виявлення схильності респондента до певного типу агресивної поведінки (Пряма вербальна агресія, непряма вербальна агресія, пряма фізична агресія, непряма агресія). Методика складається з 40 питань на які потрібно відповісти, наскільки ви згодні з кожним

ствердженням. Якщо учасник даного експерименту згоден з твердженням, він вибрав відповідь: «Так», якщо не згоден - «Ні».

Також у лютому ми провели методику діагностики емпатійних здібностей (В.В. Бойко). Дана методика діагностує рівень емоційного вигорання, що дозволяє діагностувати механізм психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій у відповідь на вибрані психотравмуючі впливи. На 84 питання потрібно відповісти менше, ніж за 9 хвилин, відповідаючи на них «так» або «ні».

Методика «Агресивна поведінка» (Е.П. Ільїн, П.А. Ковальов, 2011) та методика діагностики емпатійних здібностей (В.В. Бойко) допомогли нам у організації та обробці результатів соціального тесту: «Реакція людей на конфлікт», який був створений нами.

Пізніше, у березні 2020 р. було проведено анкетування та аналіз спортивних танцювальних дуетів в Україні та Швеції. Анонімне анкетування було складено нами. Ми роздали бланки анкетування кожному спортсмену-учаснику нашого дослідження. Анкетування тривало 15 хвилин. Якщо спортсмен закінчив раніше, він залишав свій заповнений бланк та міг бути вільним. Коли час закінчився, ми зібрали бланки для подальшого вивчення. У квітні 2020 р. було проведено анонімне онлайн-опитування спортсменів про специфіку комунікації із партнером. Були опитані жіноча та чоловіча аудиторії незалежно один від одного.

Дослідження проводилося неодноразово, щоб отримані дані були достовірні та актуальні. Зазвичай відкрите колективне, дуетне та індивідуальне опитування проводилися після групових занять задля того, щоб можна було отримати більше даних та варіацій. У липні 2020 р. ми провели моніторинг результатів та діяльності спортсменів-танцівників збірної України та Швеції. У вересні 2020 р. ми провели інтерв'ю із учасниками дослідження. Вступ та перший розділ ми почали писати у травні, а другий та третій розділи, а також висновки у червні. Корегування даної роботи відбулося у листопаді 2020 року.

РОЗДІЛ 3

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ ТА ПРОБЛЕМ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СУМІЖНОСТІ СПОРТСМЕНІВ У ТАНЦЮВАЛЬНОМУ ДУЕТІ

3.1. Темперамент спортсменів в спортивних танцях у Швеції та Україні

В експерименті приймало участь 28 шведських спортсменів, з них 12 сангвініків, 4 холерика, 4 меланхоліка та 8 флегматиків.

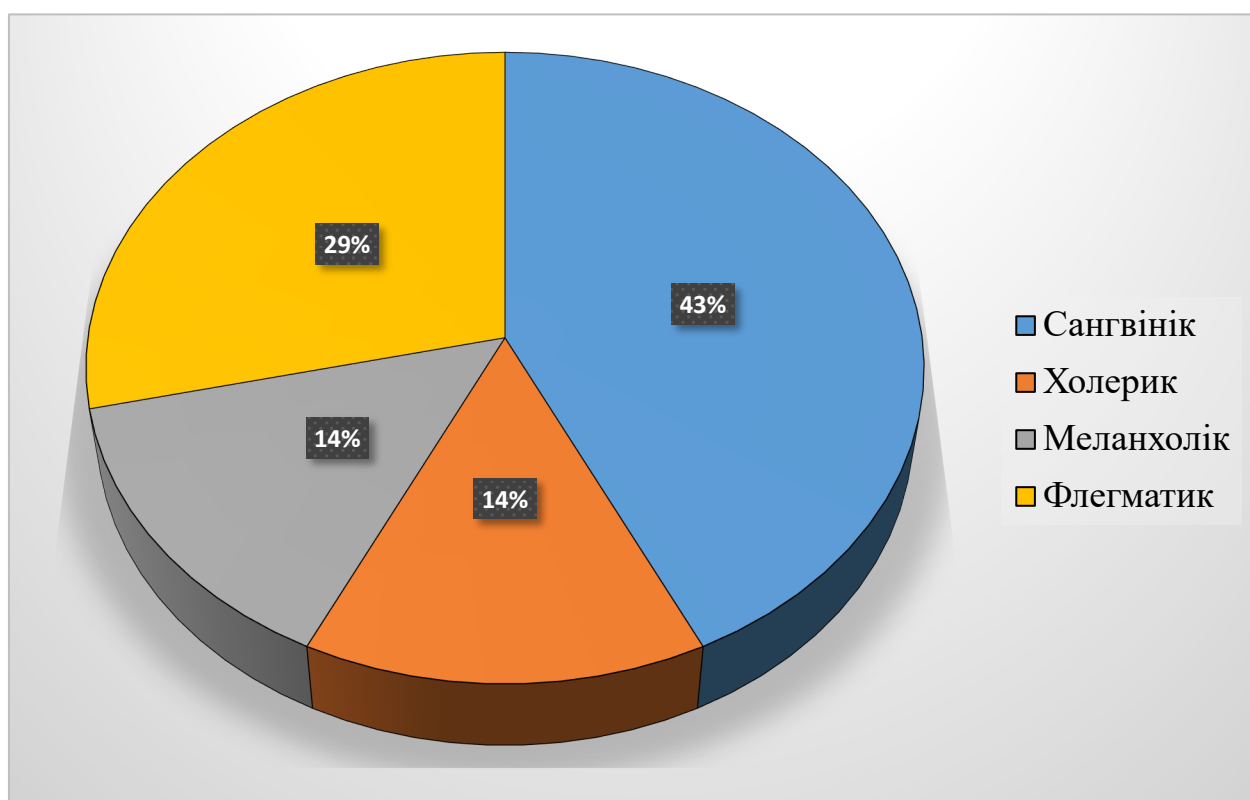


Рис. 3.1. Темперамент спортсменів в танцювальному виді спорту у Швеції.

Якщо порівняти отримані результати, то можна зазначити, що домінуючий темперамент серед шведських спортсменів у танцювальному виді спорту – це сангвінік, а в Україні домінуючий темперамент – холерик. Різниця відсотку сангвіністичного темпераменту між Швецією та Україною складає 15%. Відсоткова різниця холерика складає 31%.

Результати анонімного тесту на темперамент шведських спортсменів: сангвініки – 43 %; холерики – 14 %; меланхоліки – 14 %; флегматики – 29%.

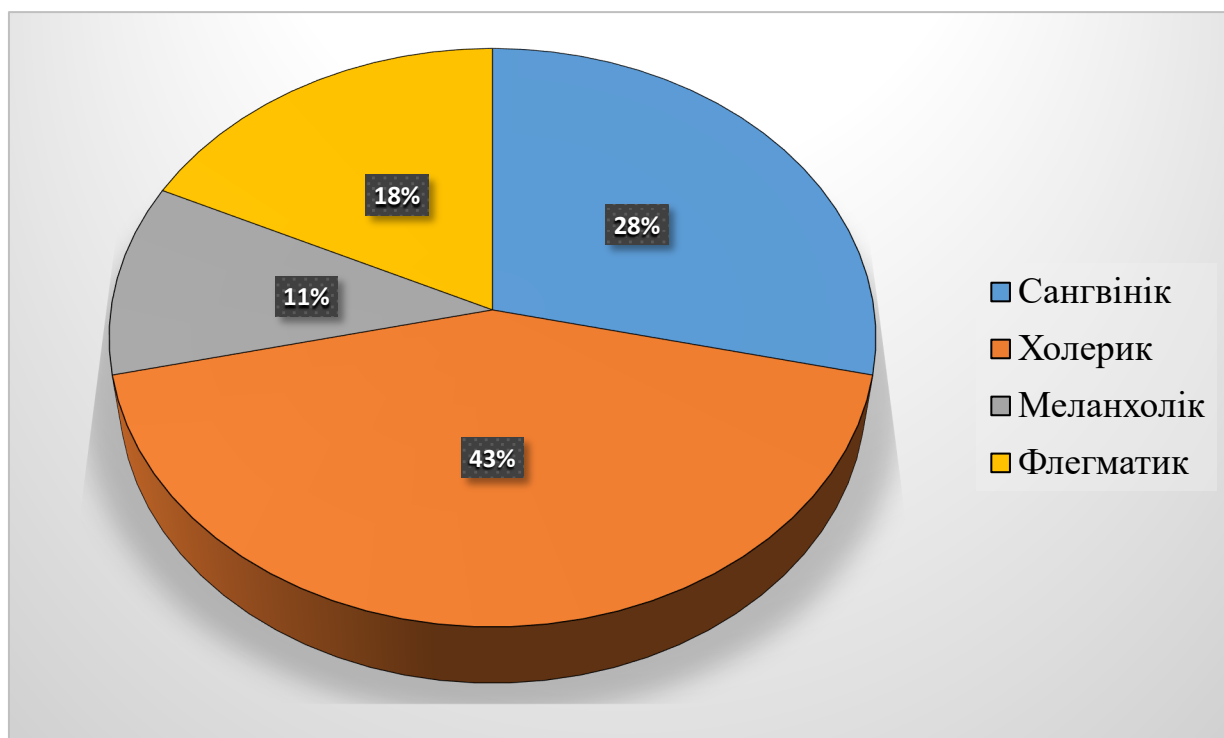


Рис. 3.2. Темперамент спортсменів у танцювальному виді спорту в Україні.

У експерименті приймало участь 28 українських спортсменів, з них 8 сангвініків, 12 холериків, 3 меланхоліка, 5 флегматиків.

Результати анонімного тесту на темперамент українських спортсменів: сангвініки – 28 %; холерики – 43 %; меланхоліки – 11 %; флегматики – 18%.

В загальному найпоширеніший темперамент за підсумками даного тесту – сангвінік (36%). Найменшу кількість відсотків набрав темперамент – меланхолік. На мою думку, це пояснюється тим, що це спортивні танці. У кожному виді спорту потрібна сила волі та характер, але нажаль меланхоліки не готові до такого. Якщо ж такі меланхоліки приймають участь у спортивних змаганнях, то не досягають максимальних результатів.

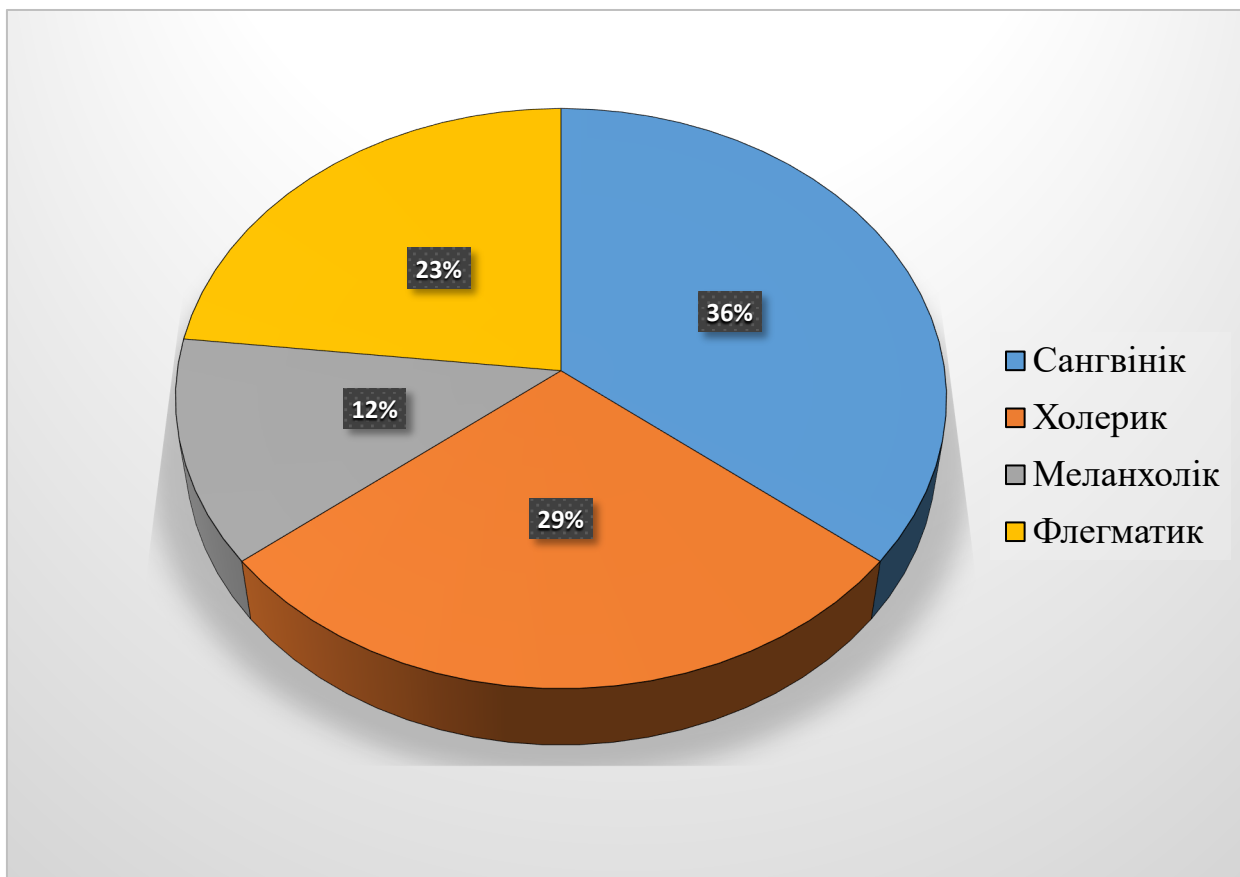


Рис. 3.3. Темперамент спортсменів у танцювальному виді спорту в Україні та Швеції.

3.2. Корекція психологічної сумісності спортсменів у танцювальному дуеті

Комбінації темпераментів, які зустрічалися у даному тесті: P + S, C + S, S + M, P + M, C + C, S + S, M + M, P + P, P + C, C + M.

У графіках представлена кількість комбінацій у таких країнах, як Швеція та Україна, у рамках проведеного дослідження.

У Швеції найпоширеніша комбінація холерика з сангвініком та флегматиком. Комбінації з меланхоліком та холериком у даному експерименті не зустрічалися.

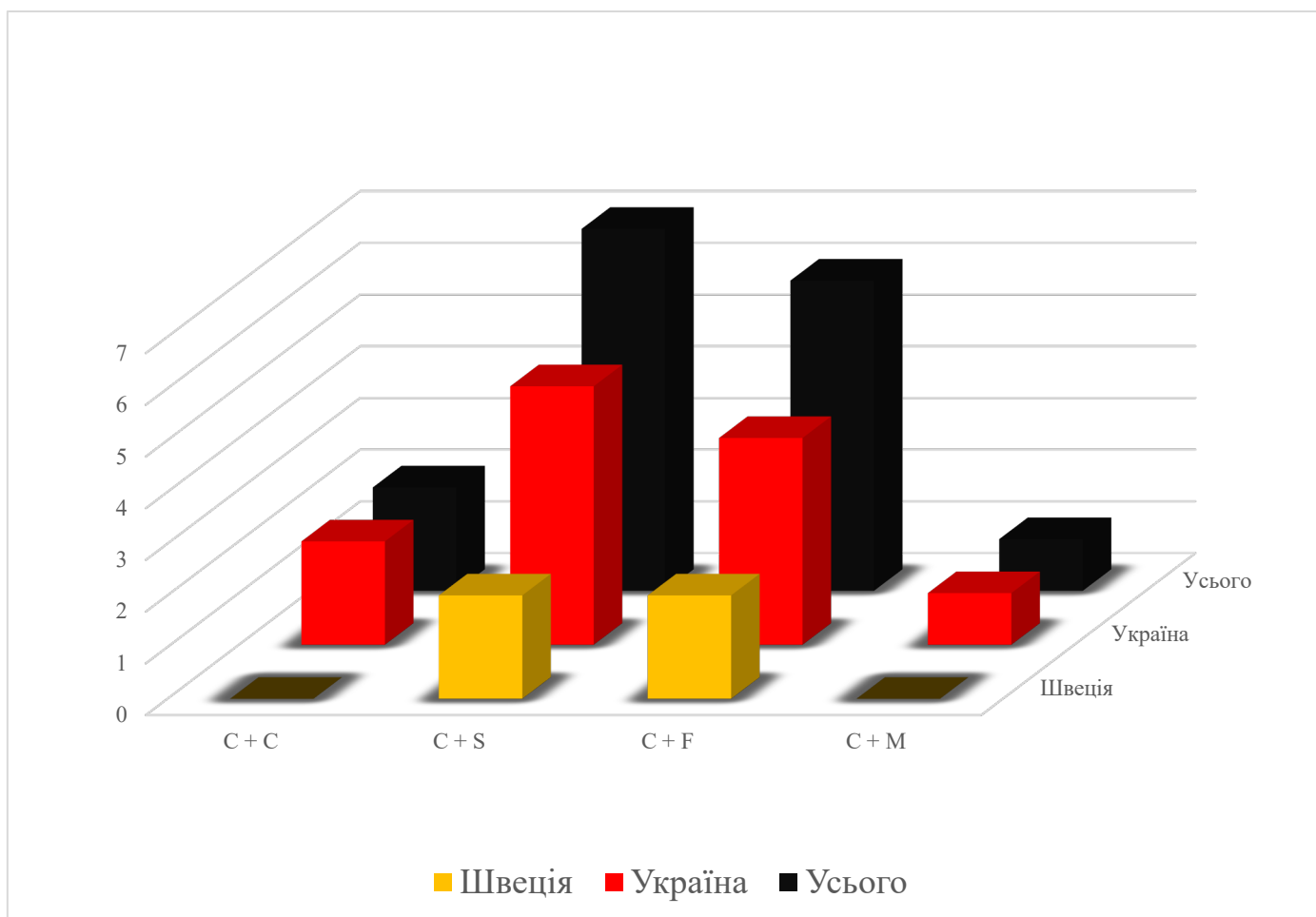


Рис. 3.4. Комбінації холериків.

Швеція: C + C = 0	Україна: C + C = 2	Усього: C + C = 2
C + S = 2	C + S = 5	C + S = 7
C + F = 2	C + F = 4	C + F = 6
C + M = 0	C + M = 1	C + M = 1

Щодо України, то дана історія подібна. За даними дослідження найпоширеніша комбінація холерика з сангвініком. Друге місце посідає комбінація холерика та флегматика. Після цього, на третьому місці комбінація холерика з холериком. А тоді вже комбінація холерика з меланхоліком.

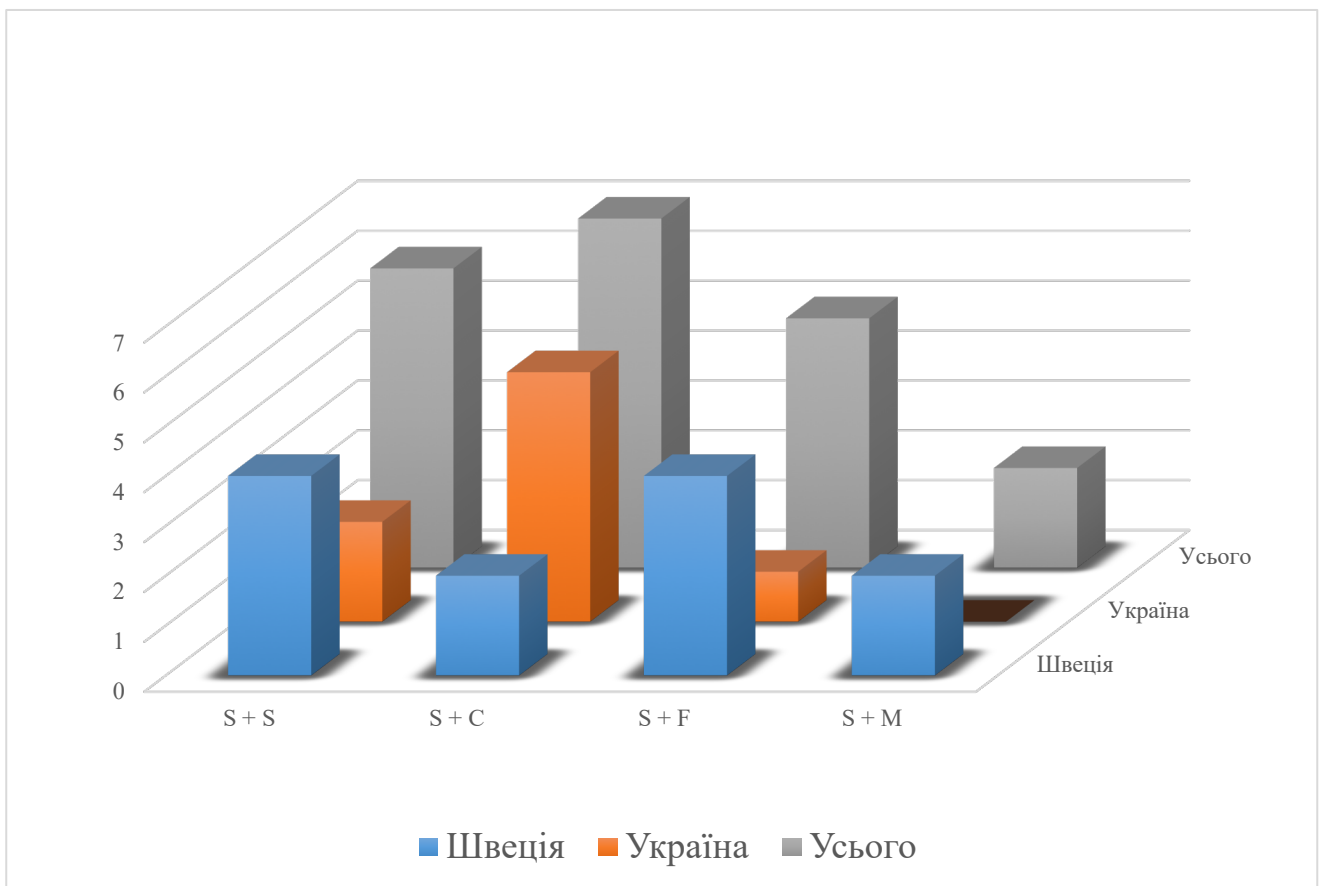


Рис. 3.5. Комбінації сангвініків.

Якщо проаналізувати результати даного дослідження щодо сангвіністичних комбінацій, то у Швеції домінує комбінація сангвініка з флегматиком або сангвініком. Після цього комбінації з холериком та меланхоліком знаходяться на однаковому рівні.

Швеція: S + S = 4	Україна: S + S = 2	Усього: S + S = 6
S + C = 2	S + C = 5	S + C = 7
S + F = 4	S + F = 1	S + F = 5
S + M = 2	S + M = 0	S + M = 2

В Україні переважає комбінація сангвініка із холериком. Не зустрічалось комбінації сангвініка з меланхоліком. Щодо комбінації сангвініка та сангвініка

було виявлено тільки у двох танцювальних дуетах. Комбінація сангвініка та флегматика була присутня тільки у однієї пари.

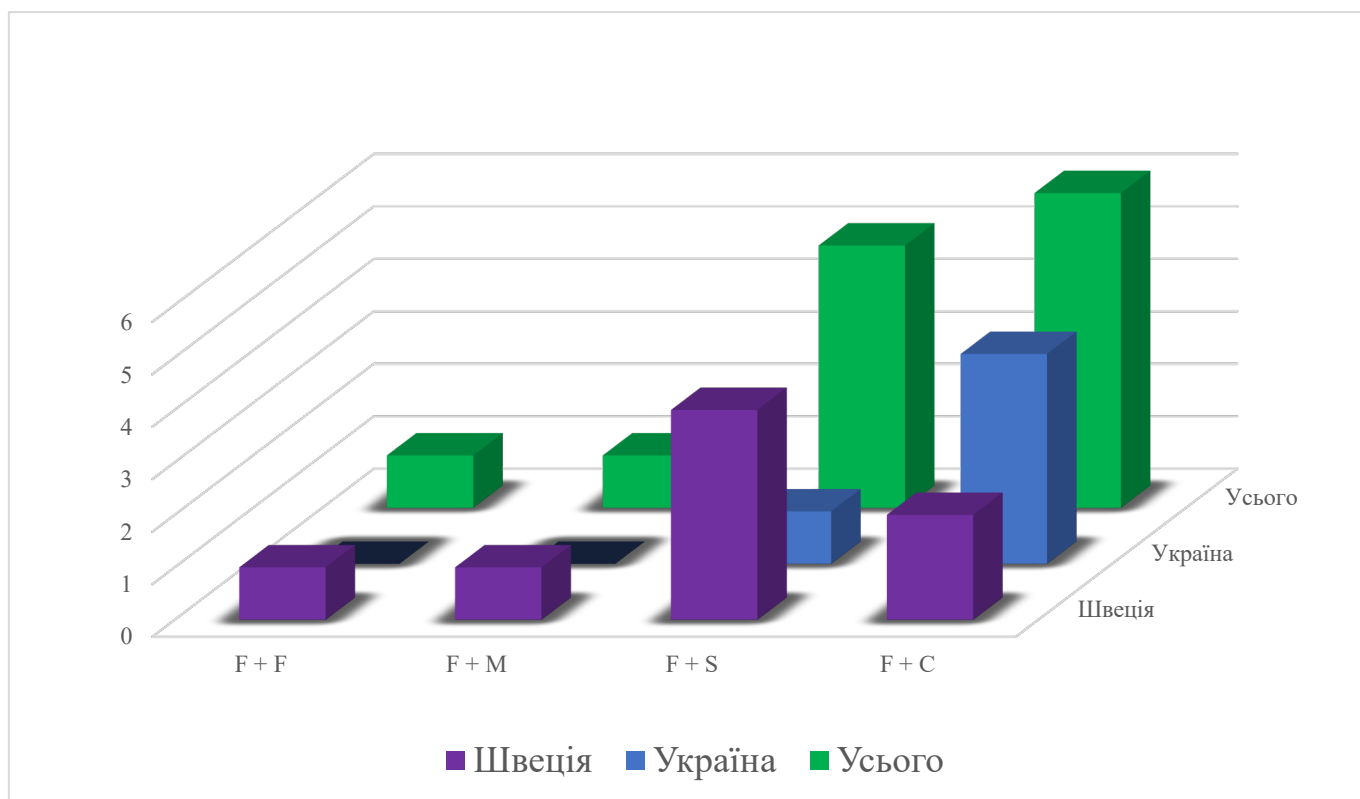


Рис. 3.6. Комбінації флегматиків.

У Швеції переважає комбінація флегматика та сангвініка. Також зустрічаються союзи між усіма видами темпераменту. З флегматиком – 1 танцювальний дует, з меланхоліком – 1 пара, з холериком – 2 пари.

Швеція: F + F = 1	Україна: F + F = 0	Усього: F + F = 1
F + M = 1	F + M = 0	F + M = 1
F + S = 4	F + S = 1	F + S = 5
F + C = 2	F + C = 4	F + C = 6

В Україні переважає об'єднання флегматика із холериком. Суміжності флегматиків між флегматиками та меланхоліками не зустрічались. Тільки один танцювальний дует продемонстрував суміжність флегматика із сангвініком.

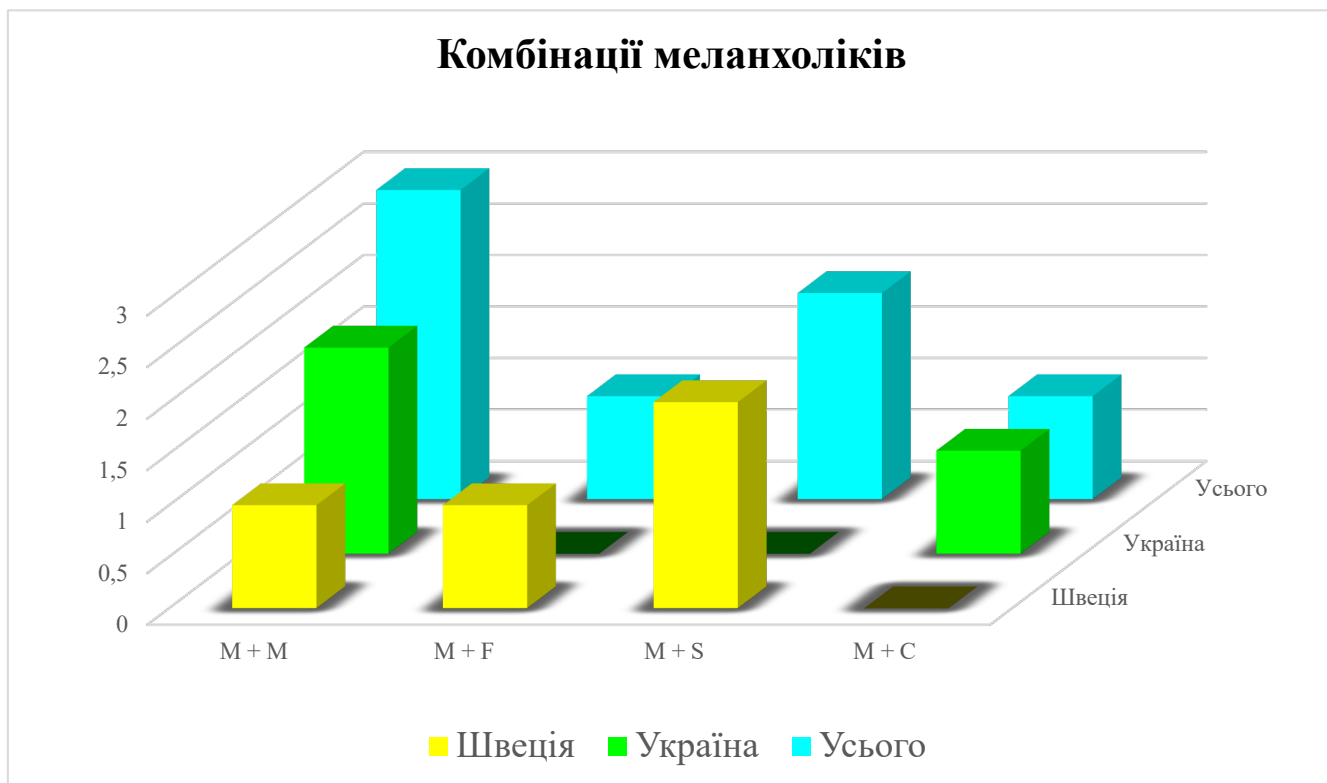


Рис. 3.7. Комбінації меланхоліків.

Швеція має такі комбінації, як меланхолік та сангвінік – 2 танцювальні пари, меланхолік та меланхолік – 1 танцювальний дует, меланхолік та флегматик – 1 танцювальний дует.

Швеція: $M + M = 1$ Україна: $M + M = 2$ Усього: $M + M = 3$

$M + F = 1$ $M + F = 0$ $M + F = 1$

$M + S = 2$ $M + S = 0$ $M + S = 2$

$M + C = 0$ $M + C = 1$ $M + C = 1$

Україна демонструє темпераментські союзи такі, як флегматик та флегматик – 2 пари, флегматик та холерик – 1 танцювальний дует.

3.3. Комбінації видів темпераменту

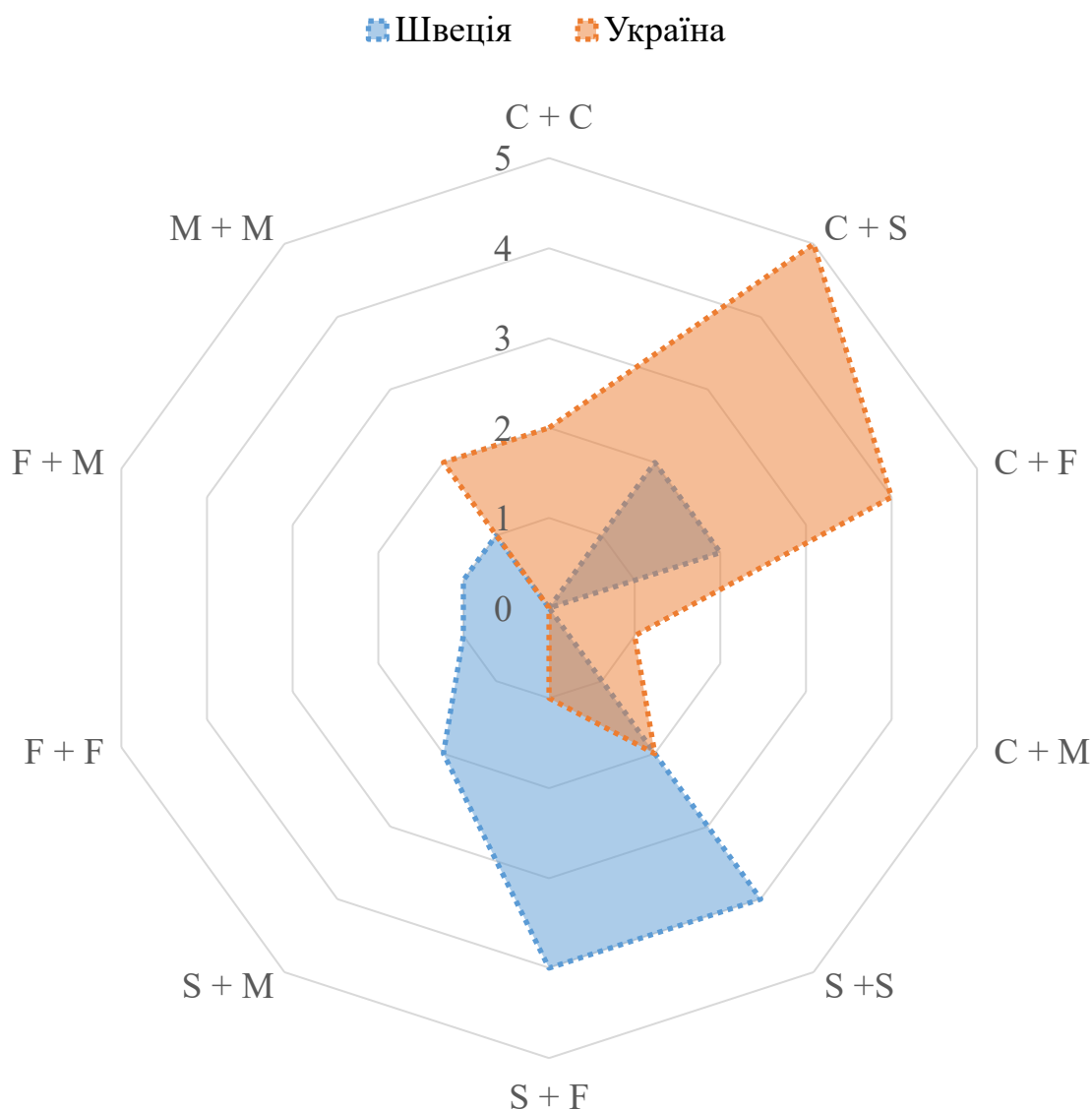


Рис. 3.8. Комбінації, які зустрілись у ході даного експерименту.

Комбінації видів темпераменту, які зустрілись у ході даного експерименту. Порівняння результатів українських та шведських спортсменів.

Результати темпераментних комбінацій у відсотковому еквіваленті у Швеції та Україні.

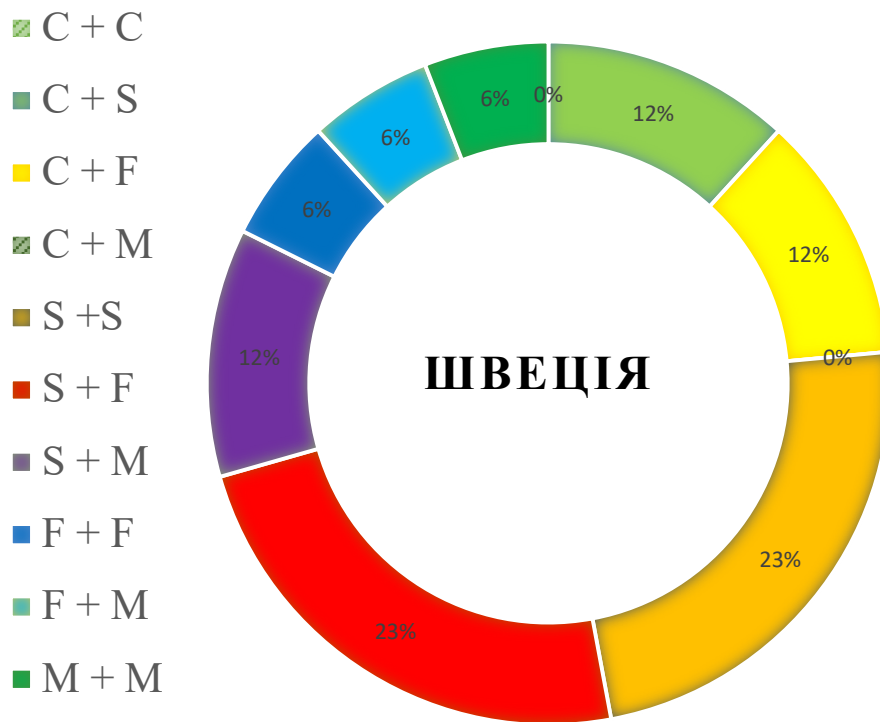


Рис. 3.9. Комбінації, які зустрілись у ході даного експерименту у Швеції.

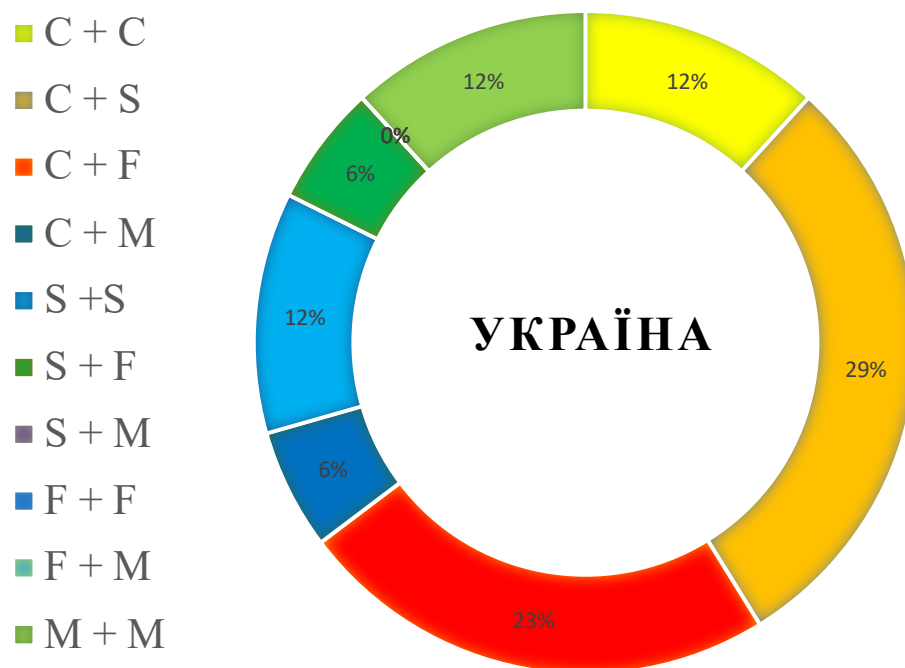


Рис. 3.10. Комбінації, які зустрілись у ході даного експерименту в Україні.

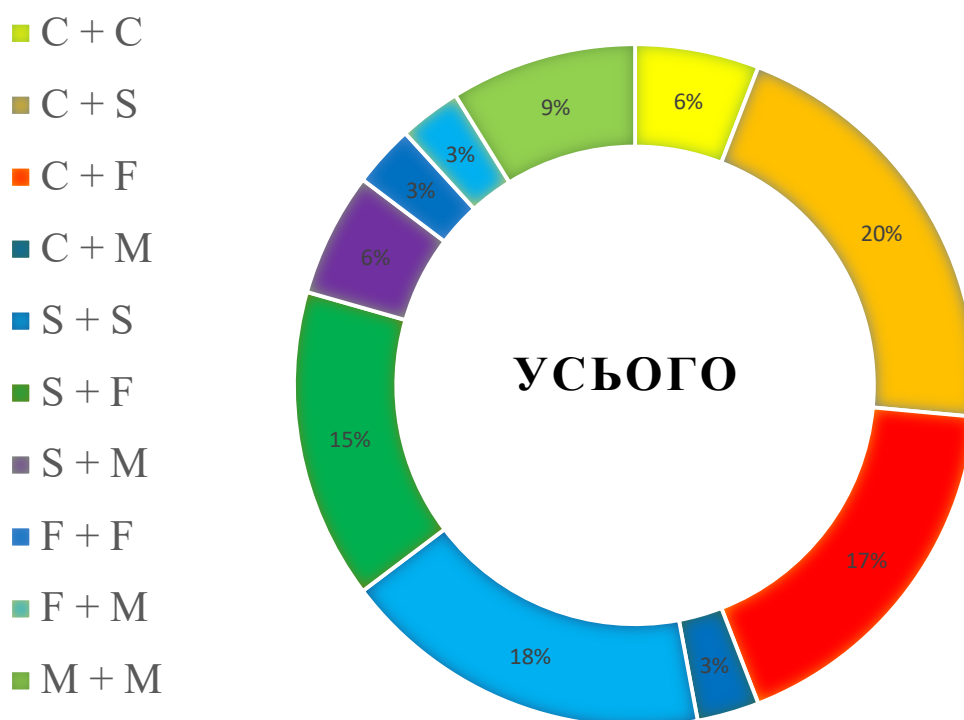


Рис. 3.11. Комбінації, які зустрілись у ході даного експерименту.

28 шведських спортсменів та 28 українських, 4 особистості S, C, M і F. В Україні S = 29%, К = 43%, М = 11%, F = 18% У Швеції S = 43%, C = 14%, М = 14%, F = 29%

Всього 10 комбінацій і 56 пар.

$C + C = 2, C + S = 7 *, C + F = 6 *, C + M = 1;$

$S + S = 6 *, S + C = 7, S + F = 5 *, S + M = 2;$

$F + M = 1, F + F = 2, F + S = 5, F + C = 6;$

$M + M = 3, M + F = 1, M + S = 2, M + C = 2.$

Яка ймовірність, того що ви успішно знайдете свого ідеального партнера?

Для F: $11/25 = 44\%$

Для C: $13/30 = 43\%$

Для M: $0/7 = 0\%$

Для S: $18/34 = 53\%$

Після цього ви бачите, що найкращий темперамент для танцювальної сумісності:

- 1.Сангвінік
- 2.Флегматичний
- 3.Холерик
- 4.Меланколік

Різниця між сангвініком та флегматиком лише 1%, тобто різниця невелика.

Порівняйте це число з випадковим отриманням хорошого партнера (з точки зору темпераменту):

$$F: 25/56 = 43\%$$

$$C: 30/56 = 54\%$$

$$M: 7/56 = 12\%$$

$$S: 34/56 = 61\%$$

ФОРМУЛА (для кожного виду темпераменту)

y = кількість хороших результатів (з урахуванням особистості)

x = кількість спроб

$$F: 0,44x = y$$

$$K: 0,43x = y$$

$$M: 0x = y$$

$$S: 0,53x = y$$

Приклад: Якщо танцюрист бажає три хороші сумісності темпераменту, скільки разів цій людині потрібно спробувати знайти трьох різних альтернативних партнерів?

$$F: 0,44x = 3 \Rightarrow x = 7 \text{ спроб}$$

$$K: 0,43x = 3 \Rightarrow x = 7 \text{ спроб}$$

$M = 0x = y$ неможливо знайти партнера

$$S: 0,53x = y \Rightarrow 5,5, \text{ що призводить до } 6 \text{ спроб}$$

Результат:

Тип особистості, якому найлегше знайти успішного партнера - це сангвінік. На другому місці - холерик і флегматик. Шанс для меланхоліка дуже низький, їм доведеться випробувати більше 56 разів.

3.4. Аналіз анонімного анкетування танцювальних дуетів

Анонімний відгук № 1 (переведений на українську мову) від шведського громадянина

Відкритий словесний конфлікт: якщо обидві особи в парі сердяться один на одного, тоді я думаю, що тут є проблеми у танцювальному дуеті, і вони можуть вирішити це самостійно, без втручання. Але якщо один з учасників конфлікту проявляє ПВА, яка направлена на іншого учасника, і ця людина засмучується, я гніваюсь на них. Якби я знав танцювальну пару особисто, я спробував би пояснити, що їм не потрібно сваритися і спробую допомогти їм вирішити конфлікт. Якщо вони мої учні, я б приділив додаткову увагу, щоб допомогти їм вирішити конфлікт. Якщо це пара, яку я взагалі не знаю, я б, мабуть, нічого не робив.

Прихований словесний конфлікт: чесно кажучи, я б, мабуть, нічого не робив, бо не зрозуміло чи присутній навіть конфлікт. Якщо це буде мій друг чи студент, і вони попросять поради у мене, я спробую допомогти їм вирішити конфлікт, але спочатку я повинен зрозуміти, чи це взагалі конфлікт.

Відкритий фізичний конфлікт: якби я побачив, як одна людина знущається над іншою людиною, це мене дуже розсердило б, і я б одразу пішов і сказав людині зупинитися, особливо якщо це хтось, кого я знаю. Хоча я не хочу піддавати себе небезпеці, тому можу сказати своєму партнеру чи комусь сильнішому за мене допомогти, бо він сильніший, і для нього це не так небезпечно, як для мене. Фізичне насильство над кимось є правопорушенням і не повинно залишатися непоміченим. Якщо обидва використовують ПФА до один одного, я б попросив, наприклад, охоронця розірвати їх, щоб вони зупинили бійку.

Приховане фізичне насильство: якщо справа стосується партнера, я спробую зрозуміти, чи він зробив це помилково, чи це було навмисно. Якщо це мій студент чи друг, я б сказав їм зупинитись у будь-якому випадку. Якщо це стосується іншої пари, я б, мабуть, просто ігнорував їх і залишив все як є. Якщо це стосується мене, мій партнер з танців прийшов би захистити мене від НПФА.

Анонімний відгук № 2 (переведений на українську мову) від шведського громадянина

Якщо я побачу пару в конфлікті, це залежить від того, знаю я цю пару чи ні.

1. ПВА. Якби я їх знав, я побачив би, чи вони в порядку, і, можливо, залишив би їх як є, або, можливо, запитав би їх згодом, що трапилося. Якщо я їх не знаю, я б їх не чіпав і запитав би про них свою доньку, яка танцює.

2. НПВА. Я б не реагував, знав я їх чи ні, я думаю, це щось загальне в танцювальній сфері діяльності, але це може відволікти мене від симпатії до їхнього танцю. Мені б, напевно, менше подобався їх танець. Якщо один учасник конфлікту злий до іншого і проявляє НПВА, а інший учасник засмучений, я можу сказати щось підбадьорююче засмученій людині, наприклад, "ти такий хороший танцюрист, ти така гарна, твоє плаття чудове", це траплялося багато разів. Протягом 10 роки я відвідую змагання зі спортивних танців і втішала багатьох танцюристів. Конфлікти, особливо НПВА, дуже поширені.

3. ПФА. Я б сказав їм прямо з надією. Якщо я боюся сказати їм, я б запитав про це свою дочку.

4. НПФА. Якби я їх знав, я б запитав їх про це, сказав би, що це не виглядало не гарно. Якщо я їх не знаю і не був поруч із ними на даний момент, я міг би поглянути на них сердито чи з сумнівним обличчям або пізніше запитати у своєї дочки. Я навчився взагалі не говорити про пари про інших у світі танцю, тому що велика конкуренції серед танцівників, і люди використовують це в поганих цілях.

Анонімний відгук № 3 (переведений на українську мову) від шведського громадянина

1. Відкритий словесний конфлікт. Якби я їх знав, я б прямо запитав би, ти в порядку? Якби я їх не знав, я б над ними сміявся і думав, що вони жалюгідні.

2. Прихований словесний: І, мабуть, цього не побачив би або не вважав би це нормальним у конкурентному світі. Мені дуже було боляче, тому я намагаюся взагалі не хвилюватись.

3. Відкритий фізичний: я сказав би їм безпосередньо, і якщо хлопчик б'є дівчину, я б захистив дівчинку і покарав поганця. Якби дівчина вдарила хлопчика, я б сказав, що ти робиш? Також я сміявся б, якби дівчина, вдарила хлопчика.

4. НПФА. Якби я їх знав, я б запитав їх про це, сказав би, що це не виглядало правильно, і сказав би їм зупинитись, якщо вони хочуть успіху у танцювальній кар'єрі. Якщо я їх не знав і був би поруч із ними на даний момент я міг би сердито поглянути на них. Я б ні з ким не говорив, якби це було щось серйозне. Я б не поважав це.

Анонімний відгук № 4 від громадянина України

НПВА: гляну на учасників конфлікту так, щоб вони засмутились. ПВА: я б зупинив це негайно. НПФА – я б здивувався, але б нічого не вдівав. ПФА - сказав би: «Що ви собі дозволяєте?» Я б сказав, що зараз піду до комісара і все розкажу, але б не зробив цього насправді. Дивлячись, яка ситуація. Якщо б ПФА була з фатальними наслідками, тоді б я подзвонив до швидкої допомоги, звернувся до комісара, тощо.

Анонімний відгук № 5 від громадянина України

НПВА – не звернув би уваги, якщо це не знайомі мені люди. Але якщо я їх знаю, авжеж, втрутився би у конфлікт. ПВА – такі ж самі дії, як із непрямою вербальною агресією. Для мене важливо до якої людини це було направлено, важливий вік та стать. НПФА – якщо це не навмисно, то це нормально в спортивній діяльності. Але якщо це було ціленаправлено я б підійшов до судді і сказав. ПФА – я б втрутився та спробував би з'ясувати суть проблеми.

Анонімний відгук № 6 від громадянина України

НПВА – я б сповістив спортивному комісару анонімно. Я б не зміг підійти до злочинника. ПВА – я б зробив все теж саме. НПФА – я б спробував зафіксувати даний акт фізичної агресії на відеокамеру, якщо є така можливість. ПФА – обов'язково сповістив би комісара та зафіксував би все на відео.

Аналізуючи анонімне анкетування можна сказати, що шведські спортсмени не відповіли на провокаційні питання № 14 (Хто головний в парі?) та № 15 (Хто активний у вашій парі?). Після анонімного опитування виявилось, що шведські спортсмени не хочуть відповідати на питання такого роду тому, що не хочуть образити свого партнера. Але ж це анонімне опитування. Їхня відповідь була така: якщо написати, навіть анонімно, щось, що може не сподобатись партнеру або

зможе засмутити вашого партнера, тоді можуть з'явитися конфлікти у реальному є житті.

Тобто, шведські спортсмени - танцівники мають на увазі, що вони б не наважилися написати, щось негативне або провокуюче про їхнього партнера. Шведських спортсменів вчать з самого початку, що немає домінуючого партнера у парі, кожен має рівні права та властивості. Шведські танцювальні дуети переймаються більше за відносини усередині пари, ніж за результат. Адже вони вважають, що якщо у вас гарні відносини у парі, то у вас і буде результат.

Щодо українських спортсменів, то вони відповіли абсолютно на усі питання, які були задані у даному анкетуванні, включаючи провокаційні. Цим можна зазначити, що українські спортсмени прямолінійні, логічні та цілеспрямовані. Авжеж вони також переймаються за стосунки у парі, адже від цього також залежить результат. Але вони не загострюють на цьому увагу. Українські танцювальні дуети вивчають 3 види взаємовідносин у парі: лідер – партнер, лідер – партнерка, партнери з однаковими правами. Після цього кожен вибирає свій шлях до успіху. За результатами анкетування в Україні 84 % опитуваних відповіли, що партнер – головний.

Якщо порівняти топ-3 танцювальні дуети у Швеції та топ – 3 в Україні, то це буде виглядати так:

Igor Reznik & Mariya Polischuk (Ukraine) – 1811 балів, у категорії "Дорослі стандарт" вони знаходяться на 2 місці у світі та 1 в Україні.

Artem Kuklin & Alike Dikaya (Ukraine) – 1773 балів, у категорії "Дорослі стандарт" вони знаходяться на 5 місці у світі та 2 в Україні.

Danil Dobrovolskiy & Anastasiya Malovana – 1707 балів, у категорії "Дорослі стандарт" вони зайняли 13 місце у світі та 3 в Україні.

Aliexandr Lavrov & Vilhelmina Bohlin (Sweden) – 1496 балів, у категорії «Дорослі стандарт» вони посягають 19 місце у світі та 1 у Швеції.

Axel Jehrlander & Ines Maria Stefanescu (Sweden) – 1406 балів, у категорії "Дорослі стандарт" вони займають 2 місце в Швеції.

Sam Ardekani & Fanny Sandegren (Sweden) – 1379 балів, у категорії "Дорослі стандарт" вони займають 3 місце у Швеції.

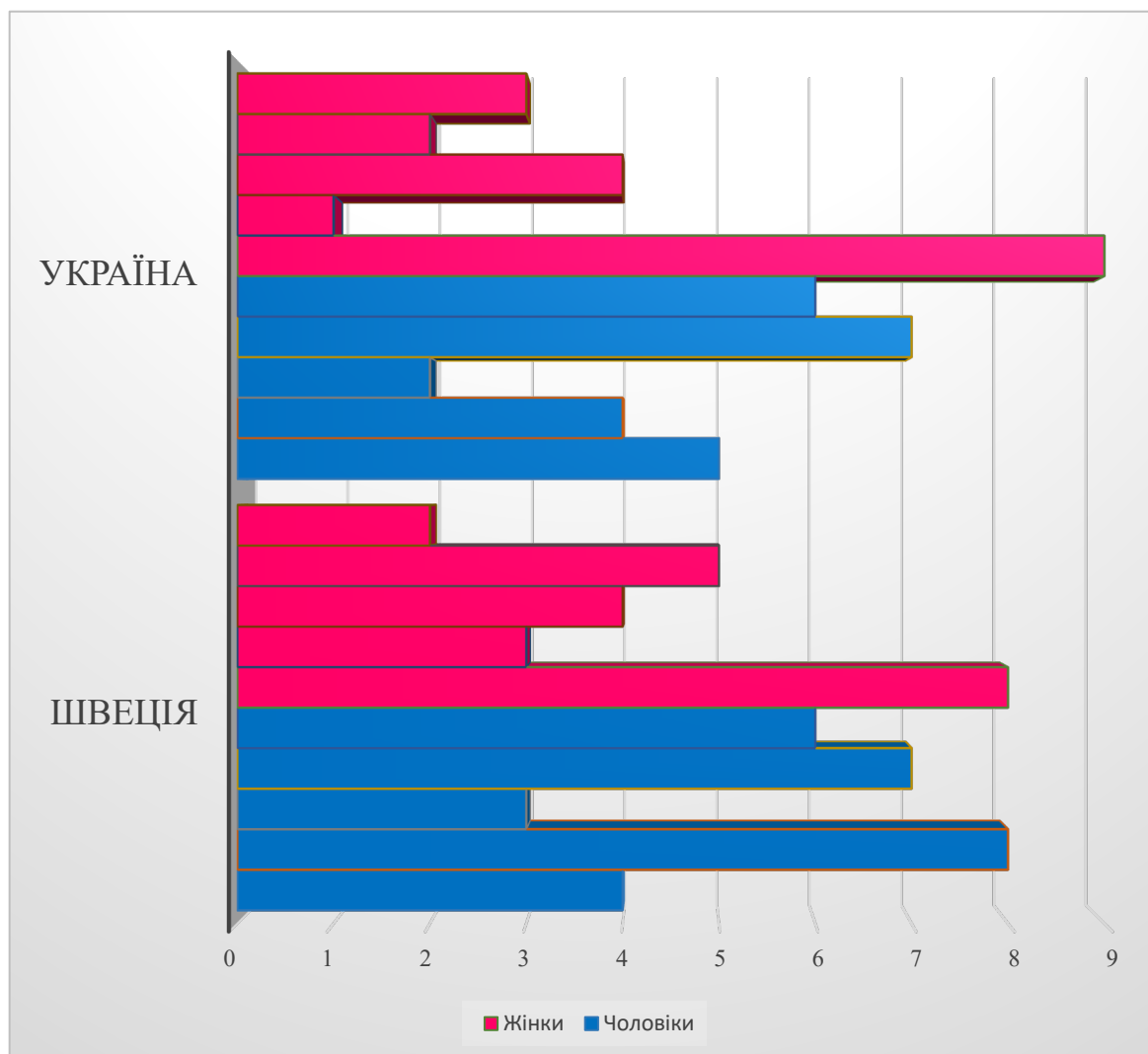


Рис. 3.12. Рівень конфліктів у парі за десятибальною шкалою.

Цим можна зазначити, що українська система успішніша за шведську, але діло не тільки у комунікації, відносинах або темпераменті, також є багато чинників, які впливають на успішність танцювальних дуетів на міжнародній арені. Можна з упевненістю сказати, що жінки оцінюють рівень конфліктності вище, ніж чоловіки. Перш за все це тому, що жінки більш емоціональні, ніж чоловіки. Чоловік мислить більш логічно. Жінка, навпаки, більше покладається на інтуїцію.

На рис. 3.12. зображений рівень конфліктів у парі за десятибальною шкалою, який базується на результатах індивідуального опитування танцівників. Українські та шведські спортсмени мають різний рівень конфліктів у парі. У

Швеції чоловіки оцінюють рівень конфліктів у танцювальному дуєті в середньому 5,6 балів за десятибальною шкалою, а жінки оцінюють в 4,4 бали. Щодо українських спортсменів, то середній показник серед чоловіків – 4,8 балів, серед жінок – 3,2. Сумарний рівень конфліктів у Швеції – 5 балів з 10-ти, а в Україні – 4 бали.

Негативним наслідком відмінностей в процесі мислення є у чоловіків надмірна прямолінійність, а у жінок - схильність до прояву емоцій. Це може стати причиною сварок у процесі взаємин. Чоловіки менш схильні до впливу оточення. Істинно чоловічими якостями в усі часи вважалися воля і рішучість. Також можна зазначити, що рівень контролю конфліктних ситуацій відображається по-різному у двох зазначених країнах.

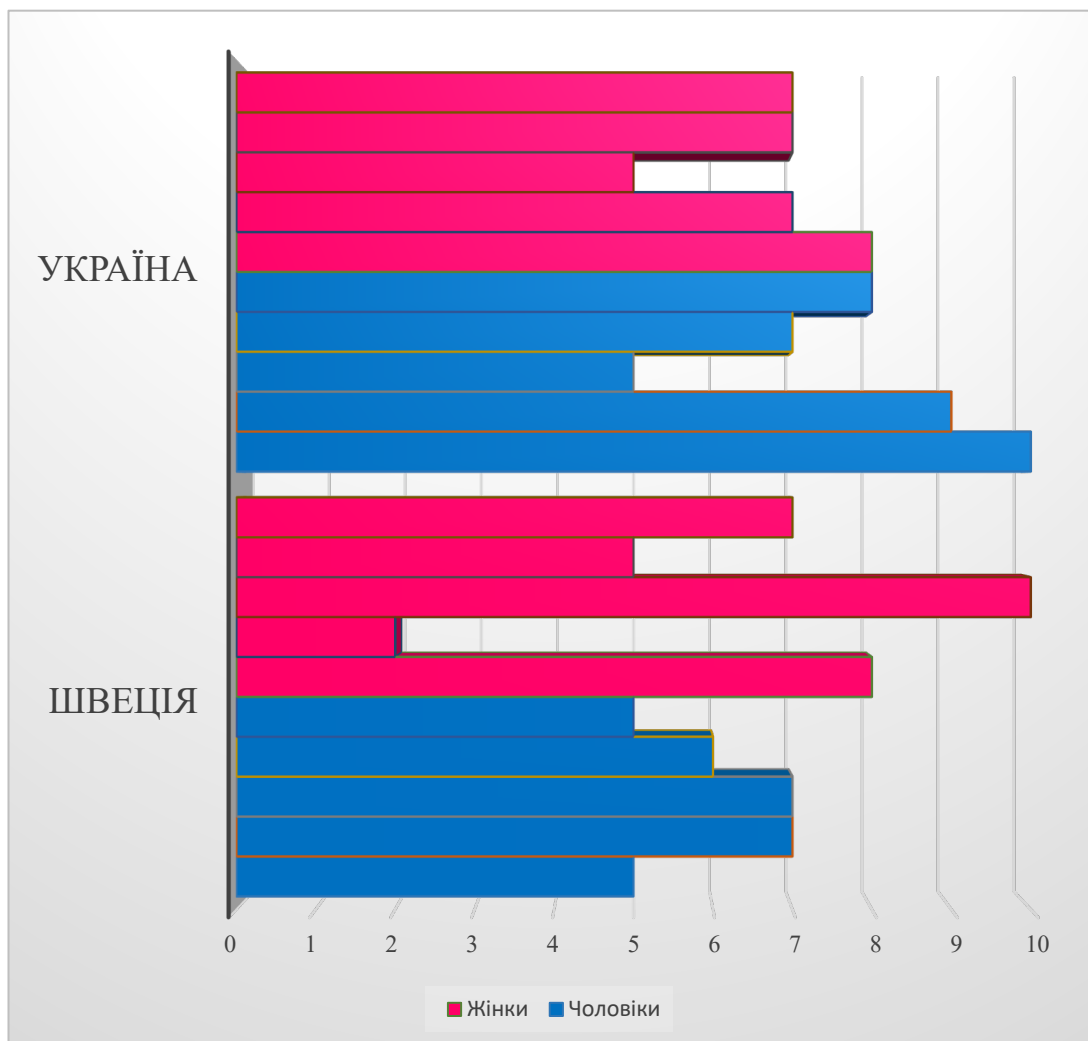


Рис. 3.13. Рівень контролю ситуації у танцювальному дуєті за десятибальною шкалою.

Також було проведено інтерв'ю, щодо рівня контролю ситуації у танцювальному дуеті (Рис. 3.13.). За даними дослідження, шведські спортсмени оцінюють рівень контролю ситуації у парі: чоловіки – 6 балів, жінки – 7,4 балів. Українські спортсмени вважають, що можуть тримати ситуації під контролем: чоловіки - 7,8 балів, жінки – 6,8 балів. Сумарний рівень контролю ситуації у танцювальній парі в Швеції – 6,7 балів, а в Україні – 7,3 бали. Тобто українські спортсмени вважають, що можуть тримати ситуацію під контролем. Система тренування шведських спортсменів не така інтенсивна, як в Україні. Тому у Швеції конфлікти виникають рідше. Вони не жертвують відносинами заради результату. Українські спортсмени встигають і тяжко працювати, і намагаються зберігати гарні відносини.

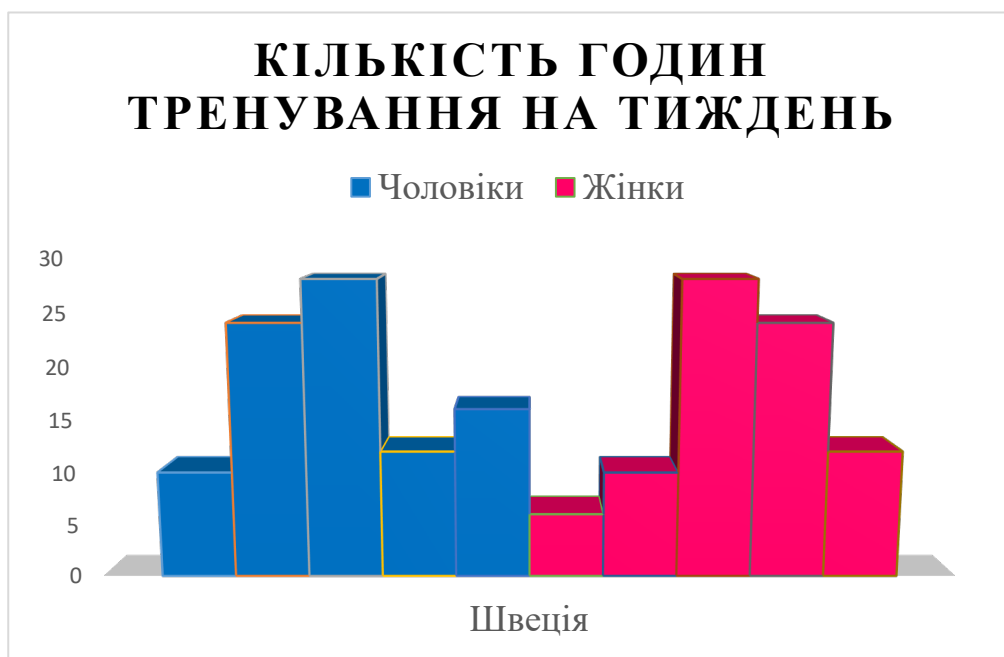


Рис. 3.14. Кількість годин тренування на тиждень у Швеції.

На рис. 3.14. зображено кількість годин тренування на тиждень у Швеції. Чоловіки тренуються приблизно 18 годин на тиждень, а жінки 16 годин на тиждень. За результатами моніторингу діяльності спортсменів-танцівників у Швеції, спортсмени тренуються 17 годин на тиждень. Якщо узяти комбіновані пари, які мають у собі представників різних країн. То вони витратимуть більше

часу тільки на комунікацію, не говорячи за регулярні практики. Для комбінованих танцювальних дуетів важко адаптуватися один до одного, але це можливо. Особливо, якщо партнери мають різні види тренувальної системи. В Україні більш жорсткий метод тренування, у Швеції не так.

На даних графіках (рис. 3.14., рис. 3.15.) ми можемо побачити, що українські спортсмени тренуються більше, ніж шведські спортсмени. Завдяки цьому Україна посягає перше місце у багатьох категоріях міжнародного рівня. Тобто українці – працююча та наполеглива нація.

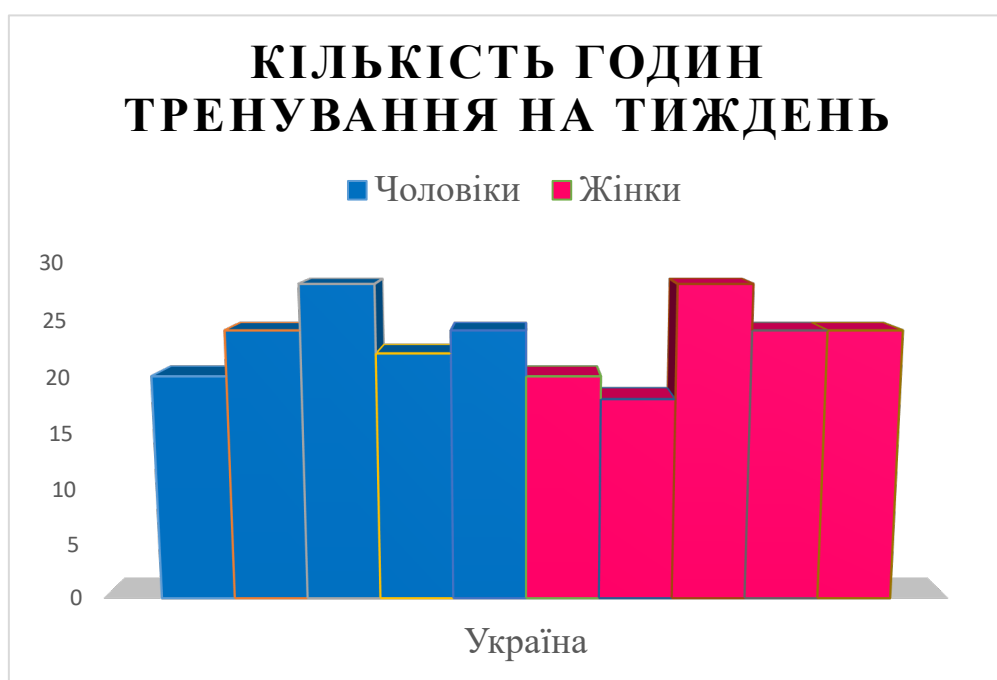


Рис. 3.15. Кількість годин тренування на тиждень в Україні.

Українські спортсмени тренуються: чоловіки - 23,6 годин на тиждень, жінки – 22,8 годин на тиждень. Українські танцівники тренуються приблизно 23,2 годин на тиждень. Наприклад: якщо українські спортсмени мають поганий день, не мають настрою, вони все одно наполегливо та продуктивно тренуються. У Швеції навпаки, танцівники тренуються тільки тоді, коли почувають себе добре духовно, фізично та психологічно.

Висновки до розділу

Правильний підбір сумісних темпераментів партнерів може виступати напрямом психологічної корекції конфліктних ситуацій танцювальних пар. Щоб у партнерів не виникали труднощі один з одним, щоб не було конфліктів, потрібно, щоб усі зазначенні критерії (темперамент, вольові якості, мотивація, професійна самореалізація, стійкість самооцінки, рефлексія, лідерський потенціал) були сумісні із танцювальним партнером. Танцювальний дует – як «пазл», кожен компонент важливий, якщо чогось бракує або не відповідає вимогам, тоді картина не закінчена і не повноцінна. Але це не значить, що така пара немає права на існування, авжеж бувають винятки. Якщо працювати над стосунками у парі, тоді з часом пара може стати «сумісною», але це залежить від інтересу партнерів до взаємовідносин у парі. Усе можливо у нашому житті, якщо працювати над цим і це також відноситься до психологічної сумісності танцювальних дуетів у спортивних танцях. Над взаємовідносинами у танцювальному дуеті потрібно працювати і потрібно корегувати у випадку конфліктних ситуацій.

Опитувані спортсмени відповідали чесно та достовірно. Була забезпечена анонімність кожного учасника наукового дослідження. Учасники нашого наукового дослідження відносяться до різних вікових груп, статі, національностей та походження. Ми хотіли показати широкий спектр учасників, щоб забезпечити результат для всіх, а не лише для окремих груп.

Спортсмени-танцівники виконали тест на виявлення типу темпераменту спортсмена, тест відбувся у формі анкетування. Кожен отримав бланк питань на які потрібно відповісти. Після цього були проаналізовані результати тесту, створені діаграми та графіки.

Реакція шведських спортсменів та українських на соціальний тест: «Реакція людей на конфлікт», як і передбачалося, була різною. Загальновідомо, що між Швецією та Україною існують великі культурні відмінності. Українські спортсмени мають «іммунітет» до конфліктів, адже вони зустрічаються з ними доволі часто у повсякденному житті. Українці можуть ігнорувати конфлікти. Шведи завжди шукають комфорту і тому, намагаються уникнути конфліктів або

ж намагаються вирішити їх як найшвидше. Вони дуже сенситивні до конфліктних ситуацій. Шведські спортсмени не утворюють конфліктів і не дають іншим вступати до конфліктних ситуацій. У кожної з націй є свої особливості, кожен має негативні та позитивні сторони.

Партнерки схильні прислухатися до думки оточуючих і схильні вагатися при прийнятті рішень. Характер жінок часто буває мінливий під впливом різних факторів. При цьому вони більш відповідальні і дисципліновані.

Якщо порівняти результати анонімного опитування, щодо контролю ситуації у танцювальному дуеті, між українськими та шведськими партнерами, то можна зазначити, що представники України контролюють ситуацію усередині пари більше, ніж шведські спортсмени.

Партнери більше схильні до аналітичного мислення. Чоловік в будь-якій ситуації, як правило, мислить раціонально і орієнтований на досягнення результату. У партнерок переважає вербальне мислення. Саме тому вони чимало часу приділяють перемовинам та комунікації. При оцінці ситуації, жінки спортсменки часто піддаються емоціям і на їх основі приймають відповідальні рішення. Жіноча емоційність пов'язана з гормональним циклом.

Спортсмен чоловічої статі в критичній ситуації здатний швидко мобілізуватися і потрібним чином реагувати на них. Чоловіки більш агресивні, імпульсивні. Різні перешкоди у виконанні завдань, здатні вивести їх з колії. Жінка швидше адаптується до нових умов, підлаштовуючись під обставини.

Не враховуючи дані відмінності, неможливо побудувати щасливі гармонійні стосунки. Танцювальному дуету необхідно навчитися розуміти особливості один одного і приймати партнера таким, яким він є, не намагаючись змінити його характер. Якщо намагатися вплинути на характер партнера, можуть початися конфлікти і дестабілізація танцювального дуету.

ВИСНОВКИ

У даній роботі було визначено особливості ефективної взаємодії партнерів танцювального дуету як передумову подальшого розвитку їхньої психологічної сумісності на основі аналізу досвіду підготовки та участі у змаганнях танцювальних пар з України та Швеції.

Здійснено порівняльний аналіз чинників, що впливають на розвиток психологічної взаємодії танцювальних пар України та Швеції і розроблено практичні рекомендації.

Охарактеризовано проблему психологічної сумісності партнерів у танцях як передумову успішної спортивної самореалізації.

Виявлено переважаючі типи психологічної сумісності у танцювальних дуетах, враховуючи особливості темпераментів партнерів.

Конкретизовано напрями запобігання та психологічної корекції конфліктних ситуацій танцювальних пар в процесі підготовки до змагань.

Були проведені дослідження психологічної сумісності партнерів у танцях як чинника розвитку психологічної взаємодії за обраними методиками.

Гіпотеза, що була висунута як робоча для проведення дослідження була перевірена та підтвердилася. Темперамент визначено рушійним чинником психологічної сумісності танцювальної пари. Було виявлено переважаючі типи психологічної сумісності у танцювальних дуетах. Тип особистості, якому простіше знайти успішного партнера - це сангвінік. На другому місці - холерик і флегматик. Шанс для меланхоліка дуже низький, їм доведеться випробувати більше 56 разів.

Отже, від темпераменту спортсменів, а саме від сумісності темпераментів партнерів, залежить їх результат у танцювальній кар'єрі, адже спортивні танці – це, перш за все, парний вид спорту і взаємодія спортсменів у танцювальному дуеті одна із пріоритетних аспектів даного виду спорту.

За допомогою отриманих даних та проведених робіт щодо психологічної сумісності танцювального дуету як передумови успішної змагальної діяльності можна скласти індивідуальну, гармонійну та успішну тренувальну програму для пари.

Тренери та спортсмени зможуть використовувати здобуті знання для досягнення максимально доступних результатів за короткий термін. Тренери повинні використовувати комбіновану модель мотивації, або допомогти своїм підопічним навчитися опановувати збудження та стан тривоги.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Абульханова - Славська КА. Діяльність і психологія особистості. 1980. 335 с.
2. Алекс Мур. Переглянута техніка європейських танців. 2002.
3. Андреева ГМ. Соціальна психологія. Вид-во Наука. 1994. 325 с.
4. Андреева ГМ. Актуальні проблеми соціальної психології. 1988. 109 с.
5. Андреева ГМ, Богомолова НН, Петровська ЛА. Сучасна соціальна психологія на Заході. Теоретичні орієнтації. МГУ. 1978. 269 с.
6. Арнольд З. «Сім питань сім відповідей - Спорт за кордоном», 1972, 14-15 с.
7. Артемова ОІ. Професійна самореалізація особистості в сучасних умовах. Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації. 2010. [Internet]. Available from: <http://social-science.com.ua/article/186> .
8. Бабушкін ГД, Кулагіна ОВ. Психологічна сумісність і спрацьовування в спортивній діяльності. 2001. Омськ. 110 с.
9. Баландін ВІ, Блудов ЮМ, Плахтієнко ВА. Прогнозування в спорті. Фізкультура і спорт. 1996. 192 с.
10. Баландіна НВ. Феномен танцю як об'єкт філософської рефлексії: ключові проблеми та основні питання. Питання духовної культури – Культурологія. 28 с.
11. Белоус ВВ. Математична модель взаємодії властивостей в структурі типу темпераменту. Експериментальні дослідження особистості і темпераменту. Перм. 1971.
12. Бех ІД. Категорія становлення в контексті розвитку «образу Я» особистості. Педагогіка і психологія. 1992. №3. 9-21 с.
13. Бешелев СД, Гуревич ФГ. Математично - статистичні методи експертних оцінок. Статистика. 1980. 263 с.
14. Богданова ДЯ, Амеліна ЛБ. Змагальна успішність і сумісність партнерів в парах фігурного катання. Психологічне забезпечення спортивної діяльності. 1998. 13-20 с.
15. Бойко ОВ, Северинчик ІГ. Вплив темпераменту на вибір партнера і взаємовідносини в парі. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2015. 13 с.

16. Вейнберг РС, Гоулд Д. Психологія спорту. 2014. Київ. 334 с.
17. Видавництво: Фізкультура і спорт. Стрес та тривога у спорті. 1983. Москва. 223 с.
18. Воронін РЕ. Філософсько-естетичні та художні аспекти танцювального мистецтва. Теорія та історія мистецтва. 2007. 26 с.
19. Вяткін БА. Роль темпераменту в спортивній діяльності. 1978. 135 с.
20. [Internet]. Available from: <https://uk.wikipedia.org/wiki/>
21. [Internet]. Available from: <https://kerchtt.ru/uk/sovmostimost-temperamentov-holerika-sangvinika/>
22. [Internet]. Available from: https://pidru4niki.com/14860110/psihologiya/sumisnist_lyudey
23. Герасимова ІА. Танець: еволюція кінестетичного мислення. Еволюція. Мова. Пізнання. 2000. 84-112 с.
24. Герасимова ІА. Філософське розуміння танцю. Питання філософії. 1998. 50-63 с.
25. Горностаї ПП. Готовність особистості до саморозвитку як психологічна проблема. Проблема саморозвитку особистості: методологія і практика. 2001. 126-138 с.
26. Гритчак ОЮ. До питання онтології танцю. [Internet]. Available from: http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/VMSU/mystetstvo/2010_1/gouyiu.htm
27. Дашкевич ОВ. Емоційна регуляція діяльності в екстремальних умовах. Дис. докт. псих.наук. 1985.
28. Донцов АІ. Проблеми групової згуртованості. Вид-во Моск. ун-ту. 2005. 128 с.
29. Єрмолаєва ЯС. Типологічні особливості нервової системи танцюристів в спортивних танцях, які впливають на формування емоційної стійкості. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2016. 55 с.
30. Журавчиков ВН. Формування готовності студентів освітніх установ середньої професійної освіти до професійної самореалізації. Педагогічна освіта і наука. 2008. 68 с.
31. Ільїн ЄП. Психологія спорту. 2011. Санкт-Петербург. 352 с.

32. Колупаєва АА, Данілавичюте ЕА, Литовченко СВ. Професійне співробітництво в інклюзивному навчальному закладі. Київ. 2012. [Internet]. Available from: www.ussf.kiev.ua
33. Косов ББ. Психологічні питання надійності спортивної діяльності. Психологічна надійність спортсменів високого класу і методи її вдосконалення. матеріали Міжнарод. науково-практ. Конф. 1977. 32-36 с.
34. Кричевський РЛ, Рижак ММ, Психологія керівництва і лідерства в спортивному колективі. Вид-во Моск. ун-ту. 1995. 224 с.
35. Кушнір В, Фотуйма О, Рівень тривожності молодших школярів, які займаються настільним тенісом. 2015. [Internet]. Available from: <http://194.44.187.5/bitstream/123456789/11762/1/Vasily%20Kushnir%2C%20Alexander%20Futuyma.pdf>
36. Лекція: Розвиток конфліктології як науки і навчальної дисципліни. 120 с. [Internet]. Available from: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/>
37. Лихачев БТ. Колективізм і індивідуалізм. Педагогіка. 1992.
38. Лугова ЕК. Філософія танцю. 2008. 131 с.
39. Максименко СД, Зайчук ВО, Клименко ВВ, Папуча МВ, Соловієнко ВО. Загальна психологія. Підручник для студентів вищих навчальних закладів, за загальною редакцією академіка С.Д. Максименка. 2-ге видання. Вінниця. 2004. 115 с.
40. Марішук В, Блудов ЮМ, Серова ВК. та ін. Методики психодіагностики в спорті. Просвітництво. 1986. 212 с.
41. Мельник АП. Особливості прояву тривожності перед випробуваннями у студентів педагогічного коледжу. Вісник Харківського національного університету. Серія Психологія. 2011. 115 с.
42. Мітіна ЛМ. Особистісний та професійний розвиток людини в нових соціально-економічних умовах. Питання психології. 1997. 28-38 с.
43. Моїсєєва ОЮ. Психодіагностика індивідуальних особливостей особистості. Морський державний університет ім. адмірала Г. І. Невельського. Владивосток. 2011.
44. Морина ЛП. Міфологія і феноменологія танцю. Теорія та історія культури. 2003. 20 с.

45. Некрасов ВП, Худадов НА, Піккенхайн Л, Фрестер Р. Психорегуляція в підготовці спортсменів. 1985. 176 с.
46. Немов РС. Соціально-психологічний аналіз ефективної групової діяльності колективу. Педагогіка. 2004. 200 с.
47. Обозів ММ. Міжособистісні відносини. 1989. 151 с.
48. Орлянський ВС. Класифікація конфліктів. Конфліктологія. [Internet]. Available from: <https://studfile.net/preview/5258533/>
49. Осинцева НВ. Причини походження танцю. Вісник Тюменського державного університету. 2006. 84-88 с.
50. Осинцева НВ. Танець в аспекті антропологічної онтології. Онтологія і теорія пізнання. Тюмень. 2006. 22 с.
51. Павлюк Т. Функціональний аспект бальної хореографії. Традиції та новації у вищій архітектурно-художній освіті. 2008. 79-82 с.
52. Палайма ЮЮ. Подолання негативних емоційних станів в спорті. Психологічна підготовка спортсмена. 1965.
53. Перегончук НВ. Професійна компетентність і професійна самореалізація майбутнього психолога в умовах трансформаційного суспільства. Науковий вісник Херсонського державного університету. 2016. 78 с.
54. Пилипенко НМ. Психологічні особливості самореалізації особистості в умовах професійної кризи. Соціальна психологія. 2005. 72–79 с.
55. Платонов ВН. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Загальна теорія і її практичні додатки: [підручник для студ. Вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту]. К.: Олімпійська література. 2004. 808 с.
56. Полухтович ТГ. Система виховання Платона. Науковий вісник Волинського національного університету ім. Лесі Українки. 2008. 157-161 с.
57. Попик ТВ, Буняк НА, Психологічна сумісність і конфлікт у міжособистісних стосунках. Матеріали IV Міжнародної науково-технічної конференції молодих учених та студентів. Актуальні задачі сучасних технологій – Тернопіль. 2015. 227 с.
58. Прасина Юлія, Взаємозв'язок темпераменту дитини з його досягненнями в спорті. 2014. [Internet]. Available from:

<https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/2014/01/27/issledovatelskaya-rabota-vzaimosvyaz-temperamenta-rebenka-s-ego>

59. Пригода ТМ. Про образ. Науковий вісник Волинського національного університету ім. Лесі Українки. 2008. 257-261 с.
60. Проблеми психології спорту. 1971. 62-67 с.
61. Пуні АЦ. Про вольових якостях спортсменів. 1960. 18-23 с.
62. Родіонов АВ. Вплив психологічних факторів на спортивний результат. 1983. 13-19 с.
63. Ронь ІМ. Проблеми емоційної стійкості в спортивній діяльності танцювальних пар. 2012. [Internet]. Available from: https://superinf.ru/view_helpstud.php?id=2519
64. Рубінштейн СП. Основи загальної психології. 1999. 720 с.
65. Румянцева ВІ. Діагностика психологічної сумісності в спортивних групах і командах. 1989. 19 с.
66. Русалов ВМ. Про взаємовідносини властивостей темпераменту і ефективності індивідуальної та групової діяльності. Психол. Журнал. 1982. 50-59 с.
67. Сігал НС, Александров ЮВ, Хоменко ОВ, Психологічна сумісність як фактор ефективності сумісної діяльності у спортивних танцях. 2008. 159 с.
68. Стреляу Я. Роль темпераменту в психічному розвитку. 1982. 231 с.
69. Твердохлебова НЄ. Професійна самореалізація особистості та її дослідженні в сучасній науці. Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України. Харків. 2018. 207-210 с.
70. Цуканова ЄБ. Психологічні проблеми міжособистісного спілкування. Київ 2005. 159 с.
71. Ямницький ВМ. Психологічні чинники розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці. 2005. 40 с.
72. Allison MT. Role conflict and the female athlete: Preoccupations with little grounding. Journal of Applied Sport Psychology. 1991. P. 49 - 60.
73. Anthrop J. & Allison M. Role Conflict and the high school female athlete. Research Quarterly. 1983. 104-111 с.
74. Cattell RB. Personality and Motivation: Structure and Measurement. 1957. P. 948.

75. Guy Howard. The Technique of Ballroom Dancing and Basic Principles. New edition. 2016.
76. Kalensky Agency. Мотивація в заняттях з хореографії. 2019. [Internet]. Available from: https://artantre.eu/ru/motyvatsiya_v_zanyattyakh_z_khoreohrafiyi/
77. Maslow AH. Motivation and Personality. N.Y. 1954. P. 411.
78. Messmer MA. Sports and male domination. Sociology of Sport Journal 5. 1988. 197-211 с.
79. Sheldon WH. The Varieties of Temperament. A Psychology of Constitutional Differences. N.Y. 1942. P. 620.
80. Walter Laird. The Laird Technique of Latin Dancing. Seventh edition. 2014.
81. Психологіс. Енциклопедія практичної психології. Психологічна сумісність. [Internet]. Available from: http://psychologis.com.ua/psihologicheskaya_sovmestimost.htm
82. Темперамент. [Internet]. Available from: <https://znaimo.com.ua/>
83. Психологія. Значення психологічного клімату в колективі. 2014. 1 с. [Internet]. Available from: <http://referatnik.com/all/psihologia/4064.html>
84. Максименко СД. Загальна психологія. Сумісність людей. 1 с. [Internet]. Available from: <http://pravoknigi.ru/psihologija/152-zagalna-psihologija-maksimenko-sd/4132-sumisnist-ljudej.html>
85. Конформізм, конформна поведінка, конформність. 1 с. [Internet]. Available from: <https://arhivinfo.ru/2-115484.html>

Анкета

1. Скільки вам років?
2. Стать.
3. Скільки років ви у танцях?
4. Як часто ви тренуєтеся в тиждень?
5. Скільки годин на день?
6. Чи виникають у вас конфлікти або розбіжності з партнером?
7. Оцініть за десятибальною шкалою рівень конфліктності в парі.
8. Як часто ви танцюєте фінали?
9. Як ви думаєте, чому виникають конфлікти у вашій парі?
10. Як ви бачите свої ідеальні тренування?
11. Чи існують конфлікти між вами і тренерами?
12. Чи існують конфлікти між вами і батьками, які впливають на рівень вашого танцювання?
13. Наскільки ви контролюєте ситуацію у вашій парі за десятибальною шкалою?
14. Хто головний в парі?
15. Хто активний у вашій парі?
16. Хто сильніший у вашій парі? (Рівень танцювання)
17. Хотіли б ви щось змінити у вашій парі?
18. Чи думали ви про те, щоб змінити вашого партнера?
19. Що вас зупинило? Чому ви залишились у партнерстві?
20. Чи були у вас конфлікти в парі на останньому тренуванні?