

**Автономная некоммерческая организация высшего
образования «Поволжская академия образования и искусств имени
Святителя Алексия, митрополита Московского»**

Кафедра педагогики и психологии

Направление подготовки 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»,
Направленность (профиль) «Практическая педагогика и психология.
Инжиниринг развивающей среды»

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

на тему:

**«Музыкальный фольклор как средство самореализации личности
в юношеском возрасте»**

Выполнила студентка
2 курса группы Пм-201
очной формы обучения
Попенко Елена Андреевна

(подпись)

Научный руководитель
Денисова Елена Анатольевна,
зав. кафедрой педагогики и
психологии, кандидат
психологических наук, доцент

(подпись)

Допустить к защите:
Заведующий кафедрой
педагогики и психологии _____ Е.А. Денисова

«__» _____ 2024 г.

Тольятти
2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ СРЕДСТВАМИ МУЗЫКАЛЬНОГО НАРОДНОГО ТВОРЧЕСТВА (МУЗЫКАЛЬНОГО ФОЛЬКЛОРА)	9
1.1 Понятия «самореализация», «самовыражение» в зарубежной и отечественной психолого-педагогической науке	9
1.2 Музыкальный фольклор как средство самореализации	26
1.3 Психологические особенности в юношеском возрасте	31
Выводы по первой главе	38
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ СРЕДСТВАМИ МУЗЫКАЛЬНОГО ФОЛЬКЛОРА	39
2.1 Организация эксперимента и методы исследования	39
2.2 Описание полученных результатов	40
2.3 Сравнительный анализ результатов	51
2.4 Репертуарный список для юношей и девушек на развитие способности к самореализации	55
Выводы по второй главе	62
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	63
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	65
ПРИЛОЖЕНИЕ	73

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность

В нашем мире каждый человек испытывает необходимость в самореализации. Процессы самосовершенствования и саморазвития должны сопровождать человека на протяжении всей его жизни. В процессе самореализации происходит личностный и профессиональный рост, осознание себя и своего места в обществе. Юношеский возраст определяется как биологический и в зарубежной психологии относится к началу взрослой жизни. В отечественной психологии этот период описывается как переход к самостоятельности. Это время для самоопределения, достижения нового уровня самосознания и самоуважения. Период юности – это период активного формирования личности, поиска своего места в мире и планирования путей самореализации.

Многие исследователи утверждают, что самореализация является привилегией взрослых людей, однако ее зарождение начинается уже в подростковом возрасте. Это обусловлено тем, что именно в этот период человек начинает осознавать свои возможности и формировать свою личность. Таким образом, юность играет значительную роль в процессе самореализации. В этот период у человека больше энергии и трудоспособности, чем в более поздние годы жизни.

В связи с тем, что в настоящее время существует проблема воспитания духовно богатой личности, стоит обратить особое внимание на песенный фольклор как средство самореализации в юношеском возрасте.

Сегодня одной из ключевых задач является привлечение молодежи к традиционной народной культуре. Традиционная культура представляет собой идеальную среду для воспитания и развития человека. Синтетическая природа фольклора, основанная на единстве словесного, музыкального,

кинетического и изобразительного рядов, идеально соответствует формам самовыражения и коммуникации.

Приобщение молодежи к русской народной культуре является средством гуманного воспитания человека нового, открытого, помогает преодолеть разрыв, отчуждение и обособленности опыта, культуры, традиций разных поколений. Благоприятным фактором является то, что в последнее время интерес к народным семейно-бытовым традициям, народным песням и танцам, промыслам и ремеслам, народной педагогике сильно возрос.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют основополагающие принципы психологии: развития, системности, единства сознания и деятельности; положения субъектно-деятельностного подхода, разработанного Л.С. Выготским, С.Л. Рубинштейном. Также теоретические положения гуманистической психологии (А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Фромм); труды о роли народной песни в воспитании подрастающего поколения (Борец Т.Н. Бржезинская Н.А., Погонцева Д.В., Миршаев У.М., Маршаева Д.А.). В исследовании самореализации студентов были использованы теоретические положения, предложенные Абульхановой К.А., Ананьевым Б.Г., Байлук В.В., Леонтьевым Д.А., Слободчиковым В.И., Рубинштейном С.Л., Гольдштейном К., Коростылевой Л.А.. При изучении особенностей юношеского возраста были использованы концепции Выготского Л.С., Рубинштейна С.Л., Олпорта Г., Кагермазовой Л.Ц., Шпрангера Э., Роджерс К., Божович Л.И., Гинзбурга М.Р.

Цель данного исследования – теоретически обосновать и эмпирически выявить возможности музыкального (певческого) фольклора как средства самореализации личности в юношеском возрасте.

Объект исследования: самореализация личности в юношеском возрасте

Предмет исследования: музыкальный (певческий) фольклор как средство самореализации личности в юношеском возрасте

Гипотеза исследования:

Мы предполагаем,

- что существуют различия в уровне, преобладающих видах и особенностях проявления самореализации у студентов, обучающихся на отделении «Сольное и хоровое народное пение» и студентов гуманитарных направлений, увлекающихся народной песней.

- Так, более высокий уровень в целом, такие виды, как профессиональная и личностная самореализация более выражены у студентов творческих специальностей музыкального фольклора, в то время как у студентов гуманитарных профилей преобладает социальная самореализация.

- При выборе репертуара студенты колледжа искусств предположительно лучше реализуют себя в традиционном исполнительстве, в то время как студенты гуманитарных направлений будут предпочитать современную аранжировку народной песни, при этом учет индивидуально-типологических особенностей студентов при отборе репертуара повышает возможности самореализации.

Реализация цели исследования и проверка поставленной гипотезы осуществлялась в ходе решения следующих **задач** исследования:

1. Исследовать состояние проблемы самореализации личности в научной психолого-педагогической литературе.
2. Рассмотреть возможности музыкального (певческого) фольклора как средства самореализации личности на основе анализа существующих теоретико-методологических концепций и исследований.

3. Осуществить эмпирическое изучение уровня, видов и особенностей самореализации юношей и девушек, занимающихся музыкальным фольклором.
4. Отобрать и систематизировать репертуарный список, учитывающий индивидуально-типологические и возрастные особенности студентов и направленный на самореализацию личности средствами музыкального (певческого) фольклора.

Методы и методики исследования

Для решения поставленных задач и проверки исходных предположений был использован комплекс взаимодополняющих методов исследования:

1) Теоретические методы: анализ научной психологической, педагогической, философской литературы по теме исследования; сопоставление и обобщение научно-исследовательских работ по проблеме, анализ ранее выполненных диссертационных исследований;

2) Эмпирические методы: тест Айзенка «Определение типов темперамента»; «Самоактуализационный тест» (САТ), адаптированный сотрудниками кафедры социальной психологии МГУ (Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика, М.В. Кроз); Многомерный опросник самореализации личности (автор Кудинов);

3) Методы математико-статистической обработки данных (описательная статистика, сравнительный анализ).

Экспериментальная база: исследование проводилось на базе Тольяттинского колледжа искусств среди студентов отделения «Сольное и хоровое народное пение» и Гуманитарного колледжа. Выборка составила 47 человек.

Научная новизна заключается в следующем:

- Музыкальный фольклор исследован в новом ракурсе – как средство самореализации девушек и юношей во всех ее проявлениях;
- Проанализированы и описаны результаты самореализации студентов, обучающихся на направлении «Сольное и хоровое народное пение» в сравнении со студентами гуманитарного колледжа, увлекающихся народной песней.

Теоретическая и практическая значимость исследования состоит в выявлении возможностей народно-песенного искусства как средства самореализации в юношеском возрасте. Разработан и систематизирован репертуарный список, учитывающий индивидуально-типологические и возрастные особенности студентов и направленный на самореализацию личности средствами музыкального (певческого) фольклора. Результаты и выводы данной работы могут быть использованы для подготовки методических материалов по данной теме, а также в практической работе педагогов с целью раскрытия личностного потенциала студентов для профессиональной, личностной и социальной самореализации.

Апробация результатов магистерской диссертации

Теоретические и эмпирические материалы исследования по теме диссертации были представлены на международных научно-практических конференциях: IV Рождественских образовательных чтениях Тольяттинской Епархии «Глобальные вызовы современности и духовный выбор человека» (2022 год); V Рождественских образовательных чтениях Тольяттинской Епархии «Православие и отечественная культура: потери и приобретения минувшего, образ будущего» (2023 год). А также в следующих публикациях:

- Попенко, Е. А. Музыкальный фольклор как средство самопрезентации подростков и молодежи [Текст] / Е. А. Попенко // Поволжский вестник науки. — 2022. — № 3/2022. — С. 65-69.

- Попенко, Е. А. Музыкальный фольклор как средство самореализации в юношеском возрасте [Текст] / Е. А. Попенко // Научный электронный журнал «Академическая публицистика». — 2023. — № 12-1/2023. — С. 751-758.
- Попенко, Е. А. Значимость музыкального фольклора в юношеском возрасте как средства самореализации [Текст] / Е. А. Попенко // Педагогический форум. — 2024. — № 1(13).

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ СРЕДСТВАМИ МУЗЫКАЛЬНОГО НАРОДНОГО ТВОРЧЕСТВА (МУЗЫКАЛЬНОГО ФОЛЬКЛОРА)

1.1 Понятия «самореализация», «самовыражение» в зарубежной и отечественной психолого-педагогической науке

В нашем мире каждый человек испытывает необходимость в самореализации. Процессы самосовершенствования и саморазвития должны сопровождать человека на протяжении всей его жизни. Самореализация проявляется через работу, взаимодействие с другими людьми и профессиональную деятельность. Личностная самореализация направлена на изменение жизненной ситуации и представляет собой творческий поиск, который обеспечивает формирование Я-концепции в жизни и профессии. В процессе самореализации происходит личностный и профессиональный рост, осознание себя и своего места в обществе.

Феномен самореализации привлекает внимание специалистов различных наук. Чтобы более глубоко понять этот термин, стоит обратиться к его истории изучения. Первые упоминания о самореализации можно найти в трудах античных философов. Аристотель утверждал, что достижение высшего, безусловного счастья возможно только через реализацию своих талантов, независимо от того, врожденные они или приобретенные.

Позднее немецкий философ Гегель разработал основные идеи о самореализации личности, что послужило основой для более глубокого и детального изучения этого процесса.

В своих работах Гегель описывал самореализацию как основную, базовую потребность личности. Он считал, что каждый человек стремится реализовать эту потребность и получает удовлетворение от ее осуществления. При этом другие потребности возникают из осознания

внешнего и внутреннего мира как предмета, в котором происходит познание собственной сущности. Для Гегеля самореализация - это реализация духа или идеи [22].

Идея самореализации также присутствует в работах другого немецкого философа Фейербаха. Он полагает, что каждый человек имеет склонность к выполнению определенных действий, в которых проявляется его предназначение.

Реализация жизненных целей личности связана с ее предназначением. У каждого человека есть склонность к определенной деятельности, и выполнение этой деятельности является его предназначением. То или иное действие самореализации является в свою очередь и отрицанием иных всевозможных действий самореализации, поскольку реальное действие имеет односторонний характер и не может быть иным. [65, с. 89].

Изучение самореализации стало особенно актуальным в конце 80-х годов XX века в рамках социальной философии. Г.К. Чернявская в своей докторской диссертации определила самореализацию как воплощение человеком своих способностей, талантов, задатков и черт характера через определенную сферу социальной деятельности, приносящую пользу самому человеку, коллективу и обществу в целом.

Маслоу и Роджерс считают, что стремление к самоактуализации и самовыражению является основным источником человеческой деятельности. Человек всегда стремится постигать истинные ценности бытия и осуществлять их в практической деятельности, что является необходимым условием для полноценного развития личности [68, с. 19].

Проблемой самореализации зарубежные психологи занимаются длительное время и анализируют ее в контексте разных психологических школ и концептуальных подходов. В различных школах понятие «самореализация» наполняется различным содержанием, но, тем не менее,

выделяются определенные общие моменты, характерные для зарубежной психологии при изучении данного феномена. В научных подходах зарубежной психологии понятия «самореализация» и «самоактуализация» часто рассматриваются как родственные. Они представляются в виде потребности в высших духовных ценностях, процесса самореализации, выступающего синонимом понятию «целостность», а также как условие психологической зрелости.

Идея самореализации также присутствует в работах других зарубежных психологов, которые использовали термин «самоактуализация», предложенный Гольдштейном. Гольдштейн сам определял самоактуализацию как биологический процесс перестройки организма под воздействием травмы. Здоровый организм, по его мнению, это тот, в котором тенденция самоактуализации действует изнутри личности и способен преодолевать сложности, возникающие во взаимодействии с внешним миром, благодаря радости победы.

Маслоу, ученик Гольдштейна, разработал концепцию самоактуализации, которая стала широко известной. Он предложил иерархию потребностей, в которой самоактуализация располагается на вершине. По Маслоу, самоактуализирующийся человек - это личность, способная адекватно оценивать реальность, принимать себя, других, природу. Такой человек независим, сосредоточен на решении внешних проблем, а не на своем Эго, не имеет оборонительной позиции, умеет абстрагироваться от проблем и принимать адекватные решения, а также стремится к личностному росту.

Маслоу выделяет следующие пути самоактуализации:

- 1) Самоактуализация подразумевает полное, яркое, бескорыстное переживание с полной концентрацией и погруженностью, обеспечивающее максимальную ясность ума и восприятия.

2) Самоактуализация - это непрерывный процесс, который подразумевает множество выборов. В каждый момент человек сталкивается с выбором: двигаться вперед или отступить. Это может быть движение в сторону защиты или выбор роста, и именно второй вариант соответствует самоактуализации.

3) Слово «самоактуализация» подразумевает наличие «Я», которое может выразиться. Путь самоактуализации предполагает независимость в принятии решений, исходя из собственных убеждений, и дает возможность проявить свою индивидуальность.

4) Человек, стремящийся к самоактуализации, не может обойти вопрос принятия ответственности за свои действия. Это означает обращаться к самому себе, требуя ответа за свои поступки.

5) Путь самоактуализации подразумевает веру в себя и действия совершенные собственными убеждениями. Это означает отстаивание своих взглядов, не следуя за толпой, и быть смелым, не боясь рисковать.

6) Самоактуализация - это как конечное состояние, так и процесс реализации потенциала. Это может включать развитие умственных способностей через обучение и тренировку, а также прохождение через трудные периоды подготовки к достижению своих целей. Самоактуализация не обязательно связана с совершением чего-то выдающегося, она может быть просто упражнением пальцев на клавиатуре или любым другим трудом, направленным на достижение наивысшего качества в том, что человек хочет сделать. В конце концов, каждый человек всегда стремится быть первоклассным или настолько хорошим, насколько это возможно.

7) Важно понимать, что отказ от иллюзий, избавление от ложных представлений о себе и осознание своих потенциальностей также являются частью процесса самоактуализации. Это позволяет человеку раскрыть свою истинную сущность и понять, чем он действительно является.

8) Самоактуализация предполагает выявление и преодоление собственных психологических защит. В этом процессе человек может столкнуться с такими защитами, как деритуализация, которая описывается Маслоу. Деритуализация представляет собой снятие покрова святости с ценностей и добродетелей, более легкое отношение к ним. Однако, самоактуализация требует отказа от этого механизма защиты и принятия реритуализации, то есть желания видеть священное, вечное, символическое. Это означает, что человек должен быть готов увидеть глубину и значимость ценностей и добродетелей, которые являются основой его жизни.

Если рассматривать подходы к изучению явления самореализации личности в отечественных психологических исследованиях, то следует отметить, что основное внимание данному феномену уделяется только в конце XX века. Анализ научной литературы по данной проблеме показывает, что ее истоки лежат в контексте различных психологических подходов, изучающих личность в целом, мотивацию, смысл жизни, развитие личности и ее потенциал.

В основе эмпирического изучения самореализации лежат труды Ананьева. Он считал, что самореализация - это стремление к сознательной деятельности, которая является наиболее важной для формирования человека и использования его потенциала развития. Ананьев утверждал, что самореализация позволяет человеку реализовать свой потенциал и стать наиболее развитой и сознательной личностью.

Л.М. Митина в своих исследованиях отмечает, что человек способен прогнозировать свой личностный и профессиональный рост, когда он осознает свои потенциальные возможности и способности. Это осознание становится мотивацией для него, чтобы искать новые возможности, проявлять творчество и выбирать свой путь развития. Способность к самоопределению играет ключевую роль в этом процессе, поскольку позволяет человеку определить свои цели и направление развития, а также

принимать решения, соответствующие его потребностям и интересам [47, с. 5]. Самоопределение, в свою очередь, является одной из сторон самореализации, которая определяет выбор направления деятельности человека. Ведь самореализация отражает индивидуальность и воплощает потенциальные возможности человека.

Данную проблему в разные времена поднимали представители различных научных направлений, таких как психология, философия, педагогика, социология и др.

В педагогической науке синонимичным понятием «самореализация» является «самовыражение». Рассматривая это понятие, следует опираться на две основные категории - внешние проявления (самопрезентация) и раскрытие внутренних характеристик, определяемых чувствами, убеждениями, установками, способностями (самораскрытие). Соответственно в выражении себя существуют две стороны – внешняя и внутренняя, которые тесно связаны друг с другом и помогают личности полноценно жить, самореализовываясь и самораскрываясь [52, с 103].

Истоки самовыражения в педагогике можно отследить ещё со времён Античности. Тогда Сократ впервые высказал идею о том, что необходимо познавать самого себя. Эта идея впоследствии была развита многими отечественными педагогами конца XIX — начала XX века. Среди них К. Д. Ушинский, Л. Н. Толстой, В. П. Вахтеров, А. Ф. Блонский, В. В. Зеньковский. Их труды и практическая деятельность были направлены на то, чтобы раскрыть природу ребёнка, предоставить максимальные возможности для реализации его индивидуальных свойств, способствовать развитию его творческой самостоятельности [42, с. 64].

Исследования П. Ф. Каптерева, А. С. Макаренко, В. Н. Сорока-Росинского, С. Т. Шацкого и других педагогов, касающиеся проблемы самовыражения, основывались на признании самостоятельности личности

ребёнка, его индивидуальности и присущего ему творческого начала. Они рассматривали развитие как естественное стремление каждого ребёнка, а свободу — как его необходимое средство. Утверждая, что саморазвитие ученика, направляемое учителем, должно составлять внутреннюю сущность образовательного процесса, обеспечивающего самореализацию, они полагали, что именно такое обучение способствует полноценному развитию личности. [61, с. 38].

О.С. Газманов определяет самореализацию как реализация человеком своих сил и способностей, полноценное проживание жизни [21].

По мнению Л. А. Коростылевой, самореализация — это осуществление возможностей развития «Я» через собственные усилия, сотрудничество и взаимодействие с другими людьми, обществом и миром в целом [33].

Согласно позиции М. Ю. Коваленко и Т. Н. Розовой, самореализация учащихся — это непрерывный процесс и результат интеграции уникальной личности и окружающего мира, который достигается через различные виды образовательной деятельности. Знаменитый педагог В. А. Сухомлинский подчеркивал, что даже самые сложные методики воспитания окажутся бесполезными, если они не помогут подростку задуматься о своей жизни, взглянуть на себя со стороны и захотеть изменить себя через самореализацию и самосовершенствование. Он также отмечал важность повышения интеллекта и культуры подростков до такого уровня, чтобы работа над собой стала их внутренней потребностью и продолжалась без внешнего стимулирования.

Феномен самовыражения может быть рассмотрен как процесс, включающий деятельность, планируемую, организуемую и осуществляемую индивидом в ходе проявления себя. С педагогической точки зрения, эта деятельность происходит в рамках педагогического процесса, где создаются условия для раскрытия способностей человека, их демонстрации другим. Это

возможно даже в условиях обучения, несмотря на некоторые ограничения, которые оно накладывает на поведение обучающихся и обучающихся. Таким образом, все участники образовательного процесса (дошкольники, школьники, студенты, преподаватели, воспитатели) имеют возможность проявить свои индивидуальные способности, предпочтения, стремления и ценности. В этом случае самовыражение исследуется в контексте удовлетворенности или неудовлетворенности самореализацией.

Самовыражение имеет педагогический смысл как с точки зрения соответствия культуре и нормам жизни общества, так и с точки зрения соответствия личным потребностям, стремлениям и желаниям человека. Это процесс согласования с самим собой, который включает в себя формирование интегрированного представления о себе, самостоятельное оформление жизненной ситуации, учет внешних обстоятельств и способность принимать то, что не зависит от нас самих [10, с. 95].

В процессе самореализации человек, осмысляя окружающий мир, выделяет определенные жизненные события, которые, по его мнению, требуют решения на текущем этапе жизни в соответствии с общим смыслом жизни и реализацией конкретной программы или плана. Эти события могут противоречить предыдущему опыту, содержать неопределенность. Для разрешения возникающих противоречий выбираются соответствующие средства. Критерии самореализации определяют условия, которые могут способствовать эффективной самореализации. При выборе путей и средств самореализации человек сопоставляет свои желания («хочу») со своими возможностями («могу») и необходимостью («надо»), обусловленными ценностными ориентациями, смысложизненными установками и мотивационно-потребностной сферой. Блок «Хочу» включает интересы, желания и влечения, которые мотивируют активность и задают верхний предел возможностей самореализации. Блок «Могу» представлен самопознанием своих возможностей, самоотношением и самооценкой,

поскольку адекватное самоотношение и самооценка значительно влияют на представление о своих возможностях и уверенность в них. Блок «Надо» включает самоорганизацию, саморегуляцию с использованием особенностей конативной сферы, а также представление о социальном запросе к личности. Этот блок охватывает понятия свободы и контроля — важные составляющие самореализации. Здесь устанавливается компромисс между самоконтролем и социальным контролем. По мнению Г. С. Никифорова, самоконтроль заключается в установлении самим человеком адекватного контроля над своей деятельностью. [33, с. 12].

Эффективный выбор стратегии самореализации требует устойчивого баланса и гармонии между блоками «Хочу», «Могу» и «Надо». Однако содержание этих блоков может изменяться в зависимости от стадии жизненного пути и индивидуальных особенностей личности.

При принятии решения (блок «Принятие решения») на осуществление выбора и формировании плана сказывается влияние антиципации (предвосхищение, предугадывание событий) и апперцепции (осмысленное ощущение, воспринятый и идентифицированный образ). Прогнозирование событий, выдвижение и принятие гипотез, планирование (антиципация в структуре деятельности по Б.Ф. Ломову и Е.И. Суркову) в значительной мере обусловлены зависимостью от предшествующего опыта человека, от особенностей его психической деятельности (апперцепции).

Блок «Реализация» объединяет влияние всех блоков структурно-функциональной модели и одновременно, в зависимости от хода процесса самореализации и полученных результатов, оказывает обратное воздействие в виде корректировки. Результат принятого решения сравнивается с критериями самореализации, системой ценностей и затратами (интеллектуальными, эмоциональными, энергетическими, временными), необходимыми для его осуществления [33, с. 12].

Основой для определения уровней самореализации личности служат работы классиков психологической науки и результаты теоретических и эмпирических исследований самореализации личности в различных сферах жизнедеятельности, проведенных Л. А. Коростылевой. И. М. Сеченов заложил основу представлений о регулирующем характере протекания психических процессов. В работах последователей В. М. Бехтерева - А. Ф. Лазурского, М. Я. Басова, Б. Г. Ананьева, С. Л. Рубинштейна, В. Н. Мясищева - содержится множество научных разработок по вопросам самоуправления, саморегулирования и саморазвития в целом.

На сегодняшний момент существует четыре **уровня** самореализации личности:

1. Прimitивно-исполнительский (низкий уровень);
2. Индивидуально-исполнительский (средненизкий уровень);
3. Уровень реализации ролей и норм в социуме (с элементами духовного и личностного роста) (средневысокий);
4. Высокий уровень самореализации — уровень смысложизненной и ценностной реализации (реализации сущностной аутентичности).

В основе выявленных уровней самореализации личности лежит также выделение: наиболее характерных барьеров различных типов с учетом частоты встречаемости и особенностей их преодоления; характерных особенностей мотивационно-смысловых и личностно-ситуативных механизмов самореализации; присущих каждому из уровней стратегий самореализации.

На низком уровне самореализации основное влияние оказывают смысловые структуры с низким уровнем смысловой регуляции и соответствующие им мотивационно-смысловые механизмы. Это, главным образом, смысловые установки и мотивы. На средненизком уровне

преобладает диспозиция в смысловой регуляции. На средневысоком уровне доминирует детерминанта смыслового конструкта, а на высоком – ценностная. Было обнаружено, что детерминанты каждого уровня самореализации обладают своей психологической природой, которая определяется механизмами, определяющими её качественное своеобразие. Каждому уровню соответствуют свои стратегии и барьеры.

Формирование стратегии обусловлено, прежде всего, работой мотивационно-смыслового механизма, который включает в себя актуализацию соответствующих личностных образований. Эти образования базируются на системе личностных смыслов, которые содержат значимые жизненные темы и признаки их структурирования, приобретая тем самым направленные динамические характеристики.

Уровень самореализации в основном определяется степенью развития интегральных психических образований, степенью сформированности личностно-смысловых механизмов, которые актуализируют эти образования, и стратегиями самореализации, выбранными субъектом. Стратегии самореализации связаны с жизненными сценариями и определяют сложности и препятствия, с которыми сталкивается человек в основных сферах своей жизнедеятельности. Эти сложности и препятствия могут носить ситуативный или хронический характер. Результаты исследований показывают, что различия между ними обусловлены особенностями интегрально-личностных характеристик [33, с. 17].

Личность проходит два этапа для полной реализации своего потенциала:

1. На первом этапе происходит формирование общей системы самореализации. Это включает в себя процесс противопоставления индивидуализации и социализации, приобретение необходимых навыков и установку целей. Этот этап завершается, когда личность уже внесла свой вклад в общество.

2. На втором этапе сохраняется работа механизма самореализации и происходит его улучшение через самоконтроль и самопознание. Примером перехода от первого этапа ко второму может служить окончание обучения в университете и начало работы по специальности.

С.И. Кудинов выделяет три вида самореализации: социальную, профессиональную и личностную. Однако С.Л. Рубинштейн выделяет еще творческую самореализацию.

Социальная самореализация необходима для полноценной жизни личности, построения желаемых взаимоотношений в обществе. По мнению Маслоу, этот процесс является высшей ступенью развития личности. Он предполагает достижение определённого уровня социального успеха, который индивидуален для каждого человека. Социальная самореализация также тесно связана с выполнением гуманитарной функции, политическим и педагогическим призванием, а также любой другой социально значимой деятельностью. Люди, достигшие социальной самореализации, обладают такими качествами, как коммуникабельность, трудолюбие, уверенность в себе, ответственность, настойчивость, инициативность, нравственность, интеллектуальность и любознательность.

Многие из этих людей являются альтруистами и определяют себя через призму «Я для других». Социальная самореализация не всегда приводит к социальной успешности, которая может выражаться в карьерном росте, высоком доходе и популярности. Успех для таких личностей заключается в возможности делать что-то для других [41].

Профессиональная деятельность играет важную роль в жизни человека, будучи одним из ключевых аспектов его самореализации. Под самореализацией обычно понимают полное раскрытие потенциала и возможностей личности. Например, К. Роджерс определяет её как стремление к максимальному раскрытию и развитию своих способностей, а

А. Маслоу видит в ней стремление человека стать тем, кем он способен стать, достигнув самоактуализации. С. Ашвин утверждает, что полноценное самоощущение может возникнуть только при условии профессиональной самореализации, так как она способствует формированию чувства собственной значимости, востребованности и полезности для общества. Важно отметить, что независимо от характера работы и степени удовлетворения ею, она служит источником общения и поддержки.

Профессиональная самореализация личности на протяжении жизни включает несколько этапов, согласно исследованию Коростылевой Л.А.: выбор профессии, становление в выбранной области, профессиональный рост и развитие компетенций. Проблемы с самореализацией могут возникать на каждом этапе и имеют свои особенности в зависимости от профессии [33, с. 107].

В процессе профессионального становления могут возникать различные ситуации, которые влияют на ранее принятые решения о выборе профессии. Личность либо адаптируется и продолжает развиваться в рамках выбранной профессии, либо сталкивается с проблемой безработицы. На этапе профессионального роста происходит адаптация профессии к индивидуальным потребностям специалиста. Профессиональная самореализация возможна лишь при условии постоянного развития навыков и способностей, а также работы над собой. Для достижения успеха в этом направлении необходимо саморазвитие и совершенствование в трудовой деятельности.

Определение профессиональной деятельности и общее понимание самореализации человека служат основой для понимания связи между профессиональной деятельностью и самореализацией. В любой работе, которую человек выбирает, он неизбежно реализует себя. Однако профессиональная самореализация может быть преимущественно

продуктивной, положительной, отрицательной или сочетать в себе оба аспекта.

Продуктивную профессиональную самореализацию можно определить как деятельность, которая детерминируется истинными потребностями общества, истинными потребностями и возможностями личности, т. е. строится на позитивной ценностнонормативной базе, и соответствует требованиям к данному виду деятельности общества, требованиям к нему ее субъекта. Полная самореализация человека в профессиональной деятельности – это идеал. Байлук В.В. в своей статье «Профессиональная самореализация личности» выделяет следующие основные критерии продуктивной профессиональной самореализации человека:

- Производство общественно полезного продукта, соответствующего требованиям потребителей;
- Удовлетворённость работника процессом труда, его условиями, результатами и вознаграждением;
- Общественное признание значимости труда и достижений работника [9].

В реальности профессиональная самореализация людей может быть полной или неполной. В первом случае работник охватывает все аспекты своей профессии, адаптируется к новым требованиям общества и развивается в своей профессии. Во втором случае он ограничивается только функционированием в профессии.

Важную роль в профессиональной самореализации и в достижении успеха на работе играют такие качества, как желание развиваться, стремление к карьерному росту, творческий подход к делу и умение генерировать новые идеи. Это помогает преодолевать трудности, в том числе выгорание, и способствует быстрому трудоустройству при потере работы.

Роль психологических и психофизиологических характеристик человека, его способностей и интересов в профессиональной реализации изучается на уровне психологии. Педагогика занимается вопросами формирования у учащихся желания достичь успеха в выбранной области и развития необходимых для этого навыков. Для этого создаются специальные условия в учебных заведениях и за их пределами. Главная задача образовательной системы — подготовить учащихся к успешной профессиональной деятельности.

Творческое самовыражение — это самореализация человека через поиск и утверждение своего уникального стиля. Оно становится возможным благодаря процессу субъективного созидания, который включает глубокое понимание объективной реальности и её использование для создания чего-то нового, что выходит за рамки предыдущего опыта и знаний [32].

Исследование путей самореализации показывает, что личностное развитие может иметь как положительные, так и отрицательные стороны. Гинзбург М.Р. утверждает, что на позитивном уровне самореализация проявляется в творческом созидании, тогда как на негативном — в копировании уже существующего материала [23]. Самореализация играет ключевую роль в формировании личностных качеств, включая творчество. Исследователи подчеркивают, что самореализация базируется на творческом процессе, поскольку именно через него индивид достигает новых целей и задач. Тяга к креативности заложена природой, но её раскрытие зависит от окружающей среды. Через творческую деятельность человек полностью раскрывает свой потенциал, а итогом этого процесса становится самореализация личности.

Творческая самореализация человека — это использование его индивидуального творческого потенциала и развитие рефлексивного отношения к собственной личности. Через любой вид творчества происходит своеобразное становление личностного мировоззрения. Вследствие

приобретенного опыта через творческую деятельность у индивида происходит формирование отношения к собственной личности и к окружающей его действительности, эмоционально-ценностного отношения. Человек достигает определённой ступени творческой самореализации, используя свой творческий потенциал и выражая свою творческую суть.

Фромм утверждает, что позитивной формой утверждения среди людей является творчество. И если человек лишен такой возможности, то стремление реализовать себя проявляется через разрушение. В.И. Андреев и О.С. Газман определяли творческую самореализацию как ключевую категорию педагогики саморазвития, а мерилom ее эффективности - достижения личности и степень удовлетворенности ими. В полной мере освоенное творчество личностью означает, что она идет по пути развития духовной составляющей личностного роста. Базисным критерием духовно развитой личности считается ее овладение полным процессом творчества. По статистике, творческие люди добиваются большего успеха, чем те, кто действует стереотипно.

Леонтьев Д.А. считает творческую самореализацию ключевым мотивом для раскрытия потенциала человека. Он глубоко изучал источники и особенности проявления творческих способностей индивида. Творчество — это создание нового и средство развития личности. В психологии творчества особое внимание уделяется самому процессу, то есть изменениям в состоянии человека, создающего что-то новое. Исследования показывают, что главное в этом процессе — переход от визуального, слухового и сенсорного восприятия к логическому осмыслению. Важно отметить, что язык, точно описывающий процесс творчества, должен включать переходы от образного отражения явлений к их логическому осмыслению и логической интерпретации [40].

Абрахам Маслоу утверждал, что творческие идеи могут использоваться не только в искусстве и науке, но и в повседневной жизни. Самореализация

через творчество может быть достигнута различными путями, в зависимости от того, какая деятельность для человека наиболее важна. Стоит отметить, что только осознанная и соответствующая внутренним ценностям деятельность помогает человеку раскрыть свой потенциал. Творческая самореализация также служит мотивацией и целью для креативных людей. Творческие люди любознательны, способны интегрировать информацию из разных областей. Можно сказать, что творческая самореализация является одной из ключевых потребностей креативных личностей.

Самореализация так же выступает ведущим мотивом и предметом познания своей самости в творческом процессе. Многие посредством данной деятельности реализуют свои цели и возможности, познают свой внутренний мир. Первым об этом упоминал Г. Гегель, а А. Адлер видел в данном феномене движущую силу к развитию и самосовершенствованию. Многие психологи отмечают, что в процессе творческой самореализации достигается чувство вдохновения и радости. Небезызвестно, что в создании чего-то нового и креативного многим необходима муза. Такое состояние называют сверхсознанием, которое объединяет в себе бессознательное и подсознание, позволяя тем самым извлекать новую информацию.

Таким образом, творческую самореализацию можно назвать высшим уровнем самоактуализированной деятельности, которая может проявляться в разных направлениях.

Из всего вышесказанного следует, что феномен самореализации имеет междисциплинарный характер. Но нельзя отрицать, что самореализация под собой имеет именно психологическую основу. И поэтому основной пласт знаний об особенностях и закономерностях развития природы самореализации может быть получен только в рамках психологических исследований.

1.2 Музыкальный фольклор как средство самореализации

Современное общество претерпевает период экономических и политических изменений, что оказывает существенное влияние на формирование личности. Это проявляется в преобразовании культурной жизни молодёжи, работы образовательных учреждений, СМИ и других сфер. Однако стоит отметить, что реформы также привели к социальному расслоению, снижению качества жизни многих людей и другим отрицательным результатам.

На фоне текущих изменений в педагогической науке ведутся активные исследования для улучшения процесса воспитания. Одной из ключевых идей, лежащих в основе этих исследований, является представление о человеке как о развивающейся, самоопределяющейся и самореализующейся личности.

Роль искусства в воспитательном процессе была подробно изучена известными специалистами в области воспитания и развития личности через искусство, такими как Б.В. Асафьев, Д. Кабалевский, Б.М. Неменский и другими. Искусство играет важную роль в комплексном подходе к воспитанию творческой личности, охватывая широкий спектр вопросов, связанных с общекультурным и нравственным воспитанием. Единство философского, духовного и эстетического аспектов является необходимым условием гармоничного развития личности и её творческой самореализации.

Ценность творчества и его образовательный потенциал заключается не только в конечном результате, но и в самом процессе творчества, в овладении новыми способами деятельности. Это особенно актуально для музыкального фольклора и занятий музыкой. Музыкальные занятия способствуют развитию креативности человека, включая восприятие, исполнение, сочинение и импровизацию. Б.В. Асафьев подчеркивал воспитательную ценность музыки, утверждая, что человек, испытавший

радость творчества, даже в минимальной степени, обогащает свой жизненный опыт и меняется психологически. [7].

Таким образом, искусство и синтез процесса результата творчества являются ключевыми элементами всестороннего развития и воспитания личности.

К. Роджерс рассматривает творчество как усиление себя [57, с. 156]. Усиление себя, внутренних ресурсов, происходит благодаря развитию музыкально-творческого потенциала. Этот потенциал одновременно является предпосылкой и результатом творческой самореализации индивида. Достижения в творческой деятельности стимулируют активность личности в дальнейшем развитии и самореализации, основанной на внутренних мотивах и внешних влияниях.

В современных социальных условиях в нашей стране, где государственная политика направлена на возрождение духовных ценностей, обращение к народному творчеству приобретает особую актуальность. Народное творчество, отточенное веками и сохранившееся в памяти множества поколений, представляет собой одну из важнейших духовных ценностей русского народа, являясь основой его общекультурного и музыкального развития.

Музыкальный фольклор играет уникальную роль в воспитании молодого поколения. Он глубоко и разносторонне отображает весь жизненный путь человека, от рождения до смерти, раскрывая его внутреннюю красоту и богатство. В музыкальном фольклоре нашли отражение вековые стремления народа к добру и справедливости, к свету и счастью. Нравственные идеалы, заложенные в нём, формировали многие поколения. Они продолжают служить основой для воспитания подрастающего поколения.

Одной из важнейших задач современности является приобщение молодежи к традиционной народной культуре. Традиционная культура

представляет собой идеальную среду для воспитания и развития личности. Синкретический характер фольклора, основанный на изначальном единстве словесного, музыкального, кинетического и изобразительного рядов, оказывается чрезвычайно созвучным формам самовыражения и коммуникации.

Песня занимает особое положение среди форм народного творчества. Она сопровождает человека на протяжении всей его жизни, и каждому этапу соответствует свои песенные жанры. Через воздействие на эмоции человека песня одновременно влияет на его сознание и поведение. Поэтому её вполне обоснованно можно считать одним из комбинированных средств народной педагогики.

В песнях отражается история, вековой опыт и сокровенные мечты народа. Их роль в воспитании огромна и, пожалуй, несравненна. Песни уникальны своим музыкально-поэтическим выражением идей - этических, эстетических, педагогических.

Музыкальная деятельность, как и любая другая, является ключевым фактором развития личности, включая её ценностно-мотивационную и действенно-волевую сферы. Развитие музыкальных творческих способностей через музыкальную деятельность, основанную на песенном фольклоре, стимулирует стремление к проявлению инициативы, мотивацию к достижениям, желание создать что-то новое и лучшее, расширить свои познания в области народной музыкальной культуры.

Народное музыкальное творчество является хорошим средством самореализации. В фольклорной среде человек может развивать и демонстрировать свои творческие способности. Творческая самореализация проявляется здесь через выражение себя, своего внутреннего мира в песне, танце, игре на музыкальных инструментах. Импровизация в этом случае является наивысшей точкой самовыражения. Она лежит в основе русского

народного исполнительства, порождена образом музыкального мышления русского народа, коллективным характером творчества, практикой хорового пения без сопровождения. Импровизация имеет глубинные традиции и, благодаря ей, рождается множество вариантов одной и той же песни. Процесс импровизации происходит на основе накопленного интонационного багажа, когда человек способен привнести в произведение свое видение материала, но в рамках всех музыкально-стилистических особенностей (традиционный стиль, тональность, диалект, манера исполнения). Благодаря такому методу самовыражения появляются новые варианты песен, а человек полностью раскрывается как творец и исполнитель.

Концертная деятельность в этом случае может выступать как специфический вид деятельности и форма самовыражения, в которой люди проявляют себя через музыку, при этом данный вид деятельности может воплотить потребность в публичности.

Многожанровость музыкального фольклора и обилие разных певческих стилей позволяет каждому человеку найти и исполнять то, что ему подходит по темпераменту (меланхолики предпочитают лирические, протяжные песни, холерикам больше нравятся плясовые песни, частушки и т.д.), а также попробовать и проявить себя в совершенно разных манерах.

Одной из ключевых особенностей народного устного творчества является его коллективный характер. В фольклоре коллективное начало не противоречит индивидуальному. Фольклор характеризуется гармоничным сочетанием коллективного и индивидуального, при этом коллективность не препятствует проявлению индивидуальных способностей исполнителей.

Ученая Эйлунд Пирс занимается изучением социальной и эволюционной нейронауки в Оксфордском университете. Она отмечает, что совместное пение – один из лучших способов психологического сплочения.

Ансамблевое пение позволяет ощутить единство со всеми участниками коллектива одновременно, при этом нет необходимости специально выстраивать отношения с каждым отдельным человеком. Психология взаимоотношений между людьми в этом случае настолько объединяет их, что пение можно назвать самым социальным занятием из всех возможных.

Коллективное сознание наших предков нашло отражение в певческой культуре. Традиционная народная песня оказывала непосредственное влияние на социальное воспитание и формирование личности. Песни обычно исполнялись ансамблем, который по своей сути был подобен крепкой, дружной семье, где каждый важен и нужен, обладает яркой индивидуальностью и при этом придерживается общих семейных установок [54, с. 54]. Народные певцы признавали полноценным именно ансамблевое исполнение. Во время пения все участники коллектива были объединены общим состоянием, единым механизмом взаимодействия, готовностью поддержать то, что создается совместными усилиями.

Поэтому зачастую люди становятся участниками народных коллективов, чтобы восполнить свою потребность не только в творческом, но и в социальном плане.

Самореализация личности через народную культуру может быть не только творческой, но и профессиональной. Во многих профессиональных средних и высших учебных заведениях с творческим уклоном реализуется программа подготовки по специальности «Народное пение». Например, в таком как наш Тольяттинский колледж искусств имени Р.К. Щедрина. Выпускники отделения «Сольное и хоровое народное пение» могут занимать должности, такие как: преподаватель, артист-вокалист, руководитель народно-певческих коллективов, концертмейстер, хормейстер, этномузыковед.

Таким образом, фольклористы могут заниматься не только педагогической и концертной деятельностью, но и научной. Квалифицированные фольклористы могут возглавлять национальные культурные объединения и активно участвовать в общественной жизни того или иного региона, заниматься написанием монографий, статей, книг, посвящённых народной традиционной культуре.

Подводя итог можно сделать вывод, что музыкальный фольклор является не только хорошим педагогическим средством воспитания и развития личности, но еще и средством самореализации личности во всех ее проявлениях.

1.3 Психологические особенности в юношеском возрасте

Психологи в основном исследовали проблемы психологического развития детей. Юношеский возраст стал объектом изучения психологии сравнительно недавно. Его рассматривали как переходный этап от детства к зрелости и описывали как преимущественно решающий и критический период. Выготский первым исключил этот этап из детских возрастов, четко разделив детство и взрослость [20, с. 405]. Юность впервые была определена Выготским как начало взрослой жизни, в отличие от более ранних концепций, где она продолжала считаться частью детских возрастов. Эта идея впоследствии получила развитие в работах многих отечественных ученых.

Юношеский период развития является началом самостоятельной и взрослой жизни человека. Переход от детства к самостоятельности включает в себя завершение физического созревания, достижение социальной зрелости и период завершения первичной социализации в обществе. Ранняя юность отличается неопределенностью положения человека в обществе, когда он осознает, что уже не ребенок, но еще и не взрослый. Юность, по

определению Б.Г. Ананьева, представляет собой начальное звено зрелости. Период жизни человека от 17 до 25 лет имеет важное значение как завершающий этап формирования личности. К 17 годам у человека создаются оптимальные субъективные условия для формирования навыков самообразовательной деятельности.

Юношеский возраст, рассматриваемый с биологической точки зрения, может быть отнесен к ранней молодости. В зарубежной психологии он классифицируется как ранняя зрелость. В отечественной психологии этот период характеризуется как этап перехода к самостоятельности, время самоопределения, достижения нового уровня самосознания и самоуважения. В этот период происходит активное формирование личности, поиск своего места в мире и планирование способов самореализации.

В психологии границы юношеского возраста определяются по-разному. В западной периодизации этот возраст составляет от 14 до 17 лет и относится к завершению подросткового возраста. В других подходах он относится к юности. Границы между юношеским и подростковым возрастами достаточно условны и могут сильно варьироваться в зависимости от индивидуальных и социальных факторов. Особенно размыта верхняя граница, так как она подвержена индивидуальным изменениям и социальным влияниям.

Большинство авторов считают, что начало юношеского возраста приходится на 16–17 лет, когда происходит первичная социализация. Завершение этого процесса наступает к 22–23 годам. Период юношества можно разделить на три этапа: раннюю юность (16–17 лет), юность (17–21 год) и позднюю юность (22–23 года). У каждого этапа есть свои особенности, но все они имеют общие черты.

С.Л. Рубинштейн рассматривает юношеский возраст через призму развития умственных интересов. По его мнению, центральным вопросом этого периода является отношение человека к окружающему миру. Вопросы

«как и почему» отходят на второй план, уступая место вопросу «для чего». В этом возрасте особенно актуальной становится проблема смысла. По мнению С.Л. Рубинштейна, именно в юности формируется рефлексия как процесс ценностно-смыслового самоопределения и выбора жизненного пути [51].

Юность представляет собой пятую стадию жизненного цикла, которую выделил Эриксон. Этот период характеризуется обретением чувства собственной идентичности и уникальности. Эриксон вводит понятие «психологический мораторий» и использует его для описания кризисного периода перехода от юности к взрослой жизни, когда в личности происходят глубокие процессы формирования идентичности и изменения мировоззрения. Идентичность подразумевает принятие личностью образа себя в отношениях с миром и способность решать задачи на каждом этапе развития. Эриксон считает важным периодом для формирования идентичности возраст 11–20 лет. В этот момент происходит колебание между позитивной идентификацией себя и «путаницей ролей». Задача молодого человека на данном этапе — объединить все знания о своих социальных ролях, осмыслить их и связать с прошлым, спроецировав будущее. Если кризис успешно пройден, возникает чувство идентичности. В противном случае может возникнуть состояние «диффузии идентичности», которое является основной характеристикой для юношеского возраста психологических проблем. [30].

Э. Шпрангер определяет осознание своей индивидуальности, культурных ценностей и появление рефлексии как главные характеристики юношеского возраста. В этот период часто возникают нервозность и неудовлетворенность из-за неопределенности в желаниях и стремлениях. Шпрангер выделяет три типа развития рефлексии: первый характеризуется кризисным течением, ведущим к формированию новой личности; второй — плавным переходом во взрослую жизнь без значительных изменений в

личности; третий — сознательным и самостоятельным созиданием и воспитанием себя как личности [70].

В.И. Слободчиков считает юность этапом индивидуализации, когда человек решает, кем и каким ему стать. Начало самостоятельной жизни не всегда проходит без конфликтов, оно начинается с реализации жизненных планов индивида. Юношеский кризис явно проявляется у молодых людей, которым не удалось поступить в средние и высшие профессиональные учебные заведения. Также сложности ждут тех, кто поступил учиться, но необдуманно выбрал специальность. Они сталкиваются с трудностями в учёбе, разочарованием в выбранной профессии или учебном заведении. Адаптация к вузу или ссузу часто сопровождается негативными эмоциями, связанными с неумением регулировать своё поведение и деятельность, а также с несоответствием представлений о практической деятельности и её реальном характере.

В период юношества человек впервые сталкивается с экзистенциальным кризисом, который связан с вопросами смысла жизни. Основной задачей в этот момент становится определение себя и своего места в мире, а также целенаправленное и осознанное развитие личности. Стремление к раскрытию своей уникальности, утрата старых ценностей и интересов, приводящая к неудовлетворенности, являются характерными чертами этого критического этапа.

Кризис юношества имеет как позитивные, так и негативные аспекты. Среди негативных моментов можно отметить потерю привычных форм жизни, обучения и условий существования. Однако есть и положительные моменты: появляется возможность формирования индивидуальности, обретения гражданской ответственности, самостоятельного и целенаправленного самообразования. Принятие ответственности за свои поступки и решения помогает сформировать самоопределение и жизненные

планы. Также начинается освоение профессиональных навыков, создание отношений с партнером и активное участие в общественной жизни [56].

Главное новообразование юношеского возраста – саморефлексия, осознание своей уникальности, построение плана своей жизни и постепенное включение в разные её сферы. Социальное развитие тесно связано с формированием мировоззрения, и юношеский период является ключевым этапом этого процесса. В ранней юности из идеальной картины будущего формируется наиболее реальный план действий, а затем, путем анализа способов достижения конечной цели, выстраивается жизненный план.

Результатом стремления к познанию себя и открытию своей уникальности является саморефлексия. Она ведёт к усилению склонности к самоанализу. Есть два пути самопознания: сравнение своих притязаний с достигнутыми результатами и соотношение представлений о себе окружающих. Однако, в первом случае процесс может быть затруднён ограниченностью личного опыта молодых людей, а во втором — расхождением мнений. В итоге возникает необходимость в самостоятельном изучении, размышлениях и выборе. Важной частью самосознания является самоуважение, которое развивается в процессе принятия себя и ответственности за свои поступки. Принятие себя является значимым признаком личностного роста в юношеском возрасте.

Основным фокусом развития на данном этапе является изучение нравственного, профессионального, семейного, социального и религиозного самоопределения. Л.И. Божович изучала формирование потребности в самоопределении, которая является важным личностным новообразованием старшего школьного возраста. Эта потребность включает создание конкретной смысловой системы, объединяющей представления о мире и о самом себе, и возможность найти ответ на вопрос о смысле своего существования.

Юноши стремятся реализовать себя через социально и личностно важные установки, которые характеризуются энергичностью, оптимизмом, уверенностью в собственных силах, уникальным сочетанием стремления к успеху ради себя и общества, осмысленностью и оригинальностью действий. Если активность молодых людей снижается, это может быть связано с негативными эмоциями и чертами характера, такими как тревожность, страхи, застенчивость, агрессивность. Неудачные попытки самореализации могут привести к чувству безысходности и отсутствию веры в собственные силы. В то же время успешная реализация потенциала в разных областях жизни может быть связана с эгоцентрической мотивацией [26, с. 15].

М.Р. Гинзбург выдвинул метод решения вопроса о личностной самоидентификации, который базируется на определении своего места среди общественных ценностей и понимании смысла собственной жизни. Стоит подчеркнуть, что процесс самоопределения не заканчивается в юности, и люди продолжают искать новые ответы на этот вопрос на протяжении всей жизни. Успешное решение этого вопроса в молодые годы становится одним из ключевых факторов для развития личности в последующие периоды.

На данном этапе развития ключевым аспектом является профессиональное самоопределение, которое тесно связано с личностным самоопределением. Это стремление занять определённое место и статус в социуме. Процесс профессионального самоопределения можно разделить на два этапа, которые происходят в юношеском возрасте: выбор профессии и первоначальное профессиональное становление. Выбор профессии не всегда начинается с поступления в учебное заведение, а с решения молодого человека работать в определённой профессиональной области. На это решение в основном влияют родители, особенности личности самого человека и его стремление к самореализации. Этап выбора профессии сменяется этапом профессионального становления в процессе работы. В этот

период формируется профессиональное «Я», накапливаются необходимые навыки.

Период профессионального самоопределения можно сравнить с исследованием, так как он включает активное изучение различных профессий и форм деятельности. Этот процесс помогает глубже понять себя и расширить свои знания о себе.

Многие исследователи утверждают, что самореализация является привилегией взрослых людей, однако ее зарождение начинается уже в подростковом возрасте. Это обусловлено тем, что именно в этот период человек начинает осознавать свои возможности и формировать свою личность. Таким образом, юность играет значительную роль в процессе самореализации. В этот период у человека больше энергии и трудоспособности, чем в более поздние годы жизни.

Важным этапом в жизни молодежи являются студенческие годы, проведенные в колледже или университете. Обучение в эти годы непосредственно связано с индивидуальными и личностными характеристиками каждого студента, которые окажут влияние на его будущую профессиональную деятельность. Современные профессиональные образовательные учреждения должны создать такую среду, которая способствует эффективному развитию интеллекта и личности студента, позволяя ему достичь не только профессионального, но и интеллектуального и личностного роста.

Таким образом, юношеский возраст имеет большое значение для процесса самореализации. Различные подходы рассматривают самореализацию на этом этапе как потребность, механизм и способ формирования личности, процесс самоопределения, процесс включения в культуру и результат деятельности, который имеет значение для общества в целом.

Выводы по первой главе

Обобщая различные определения, можно сказать, что самореализация — это реализация потенциала личности, процесс и результат воплощения в жизнь своих способностей и возможностей. Специалисты выделяют виды самореализации — личностную, социальную, профессиональную и творческую. Ученые утверждают, что позитивной формой утверждения среди людей является именно творчество. Творческая самореализация является ключевым мотивом для раскрытия потенциала человека. Творческую самореализацию можно назвать высшим уровнем самоактуализированной деятельности, которая может проявляться в разных направлениях.

Самореализация начинает зарождаться еще в подростковом возрасте. А юношеский период играет важную роль в ее становлении. Поэтому очень важно в это время обращаться к народному творчеству. Музыкальный фольклор играет уникальную роль в воспитании молодого поколения. А также он является хорошим средством самореализации для юношей и девушек. В фольклорной среде человек может развивать и демонстрировать свои творческие способности. Творческая самореализация проявляется здесь через выражение себя, своего внутреннего мира в песне, танце, игре на музыкальных инструментах. Самореализация через музыкальный фольклор может также осуществляться в профессиональной деятельности. Выпускники отделений и кафедр с уклоном на народное пение могут занимать должности, такие как: преподаватель, артист-вокалист, руководитель народно-певческих коллективов, концертмейстер, хормейстер, этномузыковед.

Таким образом, для развития девушек и юношей в личностном, творческом и профессиональном плане рекомендуем обратить внимание на образцы народно-песенного творчества как средство самореализации.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ СРЕДСТВАМИ МУЗЫКАЛЬНОГО ФОЛЬКЛОРА

2.1 Организация эксперимента и методы исследования

Исследование проводилось в несколько этапов. На первом (подготовительном) этапе был проведен анализ научной литературы и подобраны соответствующие психодиагностические методики. На втором (организационно-практическом) этапе проходило формирование выборки исследования, проведение психодиагностического обследования и первичный анализ полученных результатов. На последнем (аналитическом) этапе был проведен анализ полученных данных, применены методы обработки результатов и их интерпретация.

Эмпирическое исследование осуществлялось на базе Тольяттинского колледжа искусств им. Р.К. Щедрина среди студентов 1-4 курсов различного пола отделения «Сольное и хоровое народное пение». А также среди студентов 1-4 курсов различного пола Гуманитарного колледжа, увлекающихся народной песней. Всего в исследовании принимало участие 47 человек.

Для проверки выдвинутой гипотезы применялись следующие психодиагностические методики:

1) «Самоактуализационный тест» (САТ), адаптированный сотрудниками кафедры социальной психологии МГУ (Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика, М.В. Кроз),

Цель: Измерение уровня самоактуализации по следующим параметрам: компетентность во времени, самоподдержка, ценность самоактуализации, гибкость поведения, спонтанность, самоуважение,

самопринятие, принятие природы человека, синергия, контактность, познавательные потребности, креативность.

2) Многомерный опросник самореализации личности (автор С.И. Кудинов)

Цель: Измерение уровня самореализации и выявление преобладающего вида самореализации.

3) Тест Айзенка по определению темперамента

Цель: Диагностика экстраверсии, интроверсии, нейротизма и выявление показателя темперамента личности.

2.2 Описание полученных результатов

В таблице 1 и на рисунке 1 представлены результаты по самоактуализационному тесту. Данная методика позволяет измерить самоактуализацию по 13 шкалам. При создании теста не были четко установлены нормы для высокого, среднего и низкого уровней самоактуализации. Тем не менее, считается, что показатели САТ у самоактуализирующейся личности не должны быть слишком высокими. Предельные значения могут указывать на сильное влияние фактора социальной желательности или на стремление испытуемых представить себя в лучшем свете (это явление Э. Шостром назвал «псевдосамоактуализацией»). «Диапазон самоактуализации» находится в пределах «выше среднего». Низкие оценки по шкале характерны для людей, страдающих неврозами и различными формами психических расстройств на границе здоровья.

Уровень «выше среднего» выявлен у 60% студентов колледжа искусств и 16,7% у студентов гуманитарного колледжа, соответственно средний уровень у 35% и 33,3%, «ниже среднего» у 5% и 41,7%, низкий уровень

выявлен среди студентов гуманитарного колледжа и составляет 8,3%. Количественный анализ результатов показывает некоторые различия в данных группах.

Таблица 1 Сводные результаты по Самоактуализационному тесту САТ студентов колледжа искусств и гуманитарного колледжа

Уровень самоактуализации	Колледж искусств	Гуманитарный колледж
1. Выше среднего	12 (60%)	2 (16,7%)
2. Средний	7 (35%)	5 (41,7%)
3. Ниже среднего	1 (5%)	4 (33,3%)
4. Низкий	0	1 (8,3%)

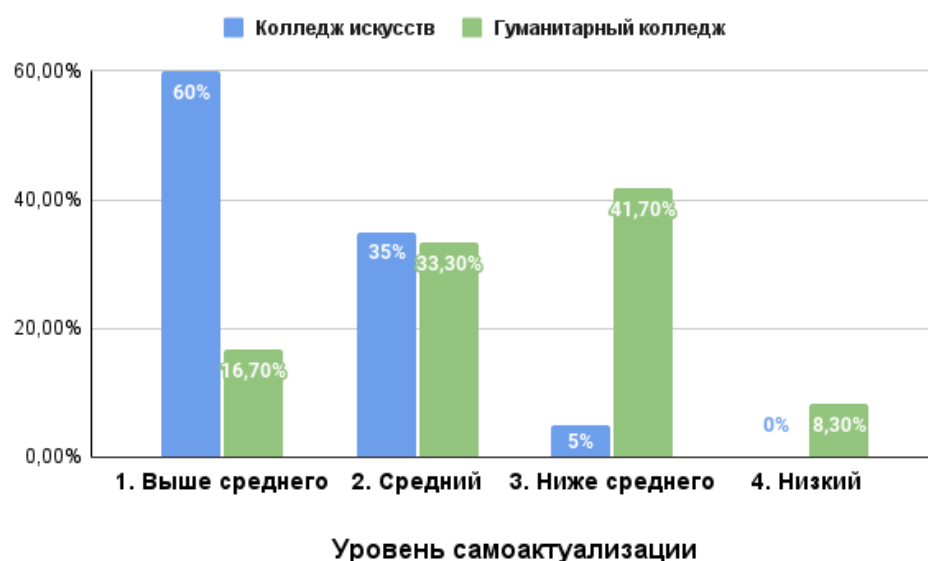


Рисунок 1 - Сводные результаты по Самоактуализационному тесту САТ студентов колледжа искусств и гуманитарного колледжа

Таким образом, из рисунка 1 видно, что у большинства студентов колледжа искусств зафиксирован уровень «выше среднего», а у студентов гуманитарного колледжа преобладает средний уровень.

Таблица 2 Результаты многомерного опросника самореализации личности (автор С.И. Кудинов) студентов колледжа искусств и гуманитарного колледжа (Виды самореализации)

Вид самореализации	Колледж искусств	Гуманитарный колледж
Личностная	12 (60%)	12 (44,4%)
Социальная	1 (5%)	10 (37%)
Профессиональная	7 (35%)	5 (18,5%)

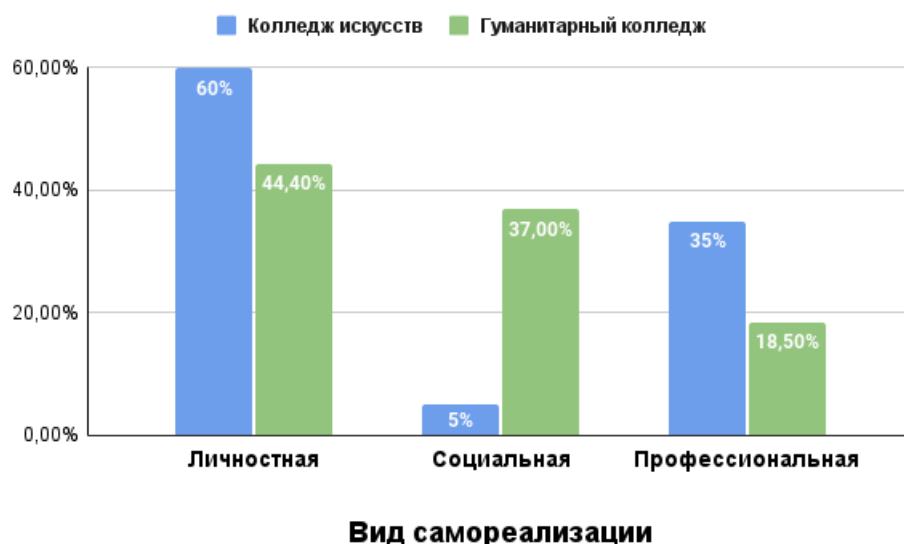


Рисунок 2 – Результаты многомерного опросника самореализации личности (автор С.И. Кудинов) студентов колледжа искусств и гуманитарного колледжа (Виды самореализации)

Анализируя результаты многомерного опросника самореализации личности, представленные в таблице 2, видим, что у студентов колледжа искусств преобладают виды личностной и профессиональной самореализации. Доминирование этих видов говорит о постоянном стремлении у индивида к личностному совершенству и росту, а также к

самовыражению своих качеств для достижения высоких результатов в личностном и профессиональном развитии.

У группы студентов из гуманитарного колледжа превалирует социальная самореализация. Социальная реализация показывает, насколько важна для человека общественная деятельность. В этом случае самовыражение субъекта связано с его активностью в обществе. Он направляет все свои усилия на реализацию своих возможностей в социальной, общественной и политической сферах.

Таким образом, результаты данной диагностики показали, что для группы студентов отделения народного пения является более важным совершенствование в профессиональной деятельности и самовыражение личностных качеств, в отличие от студентов гуманитарного колледжа, для которых важна реализация своих возможностей в социальной сфере.

Также используя данную методику, важно было посмотреть уровень самореализации у студентов.

Таблица 3 результаты многомерного опросника самореализации личности (автор С.И. Кудинов) студентов колледжа искусств и гуманитарного колледжа (Уровень самореализации)

Уровень самореализации	Колледж искусств	Гуманитарный колледж
Интенсивный	0	0
Гармоничный	3 (15%)	2 (7,4%)
Адаптивный	15 (75%)	9 (33,3%)
Инертный	1 (5%)	8 (29,6%)
Иррациональный	1 (5%)	8 (29,6%)

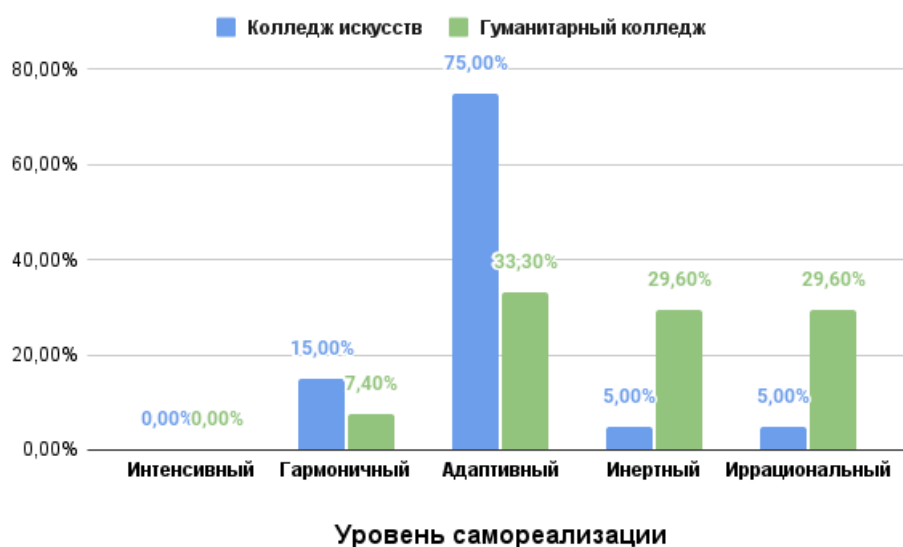


Рисунок 3 – Результаты многомерного опросника самореализации личности (автор С.И. Кудинов) студентов колледжа искусств и гуманитарного колледжа (Уровень самореализации)

По результатам диагностики было выявлено, что в большинстве у испытуемых уровень самореализации «Адаптивный» (75% - студенты колледжа искусств, 33,3 % - студенты гуманитарного колледжа)(таблица 3). Для людей с таким уровнем характерна умеренность в любых действиях. Сталкиваясь с большими трудностями в каком-то деле они предпочитают отказаться от него и не тратить время на решение проблемы. Самореализация не является основной задачей их жизни, но в то же время они стараются быть не хуже других и в некоторых моментах даже превосходить. Периодически такие люди хотят улучшить свои качества, стать мастером в своей профессии и получить уважение или признание от других людей.

Стоит отметить, что уровень «Иррациональный» у студентов гуманитарного колледжа практически не уступает «Адаптивному». Для таких людей не характерно проявлять инициативу, как в любой деятельности, так и в самосовершенствовании. Их не беспокоит уровень развития. По их

убеждению основное в жизни - это отдых, развлечения и веселое времяпрепровождение.

«Гармоничный» уровень выявлен лишь у 15% студентов колледжа искусств и 7,4% у студентов гуманитарного колледжа. Они имеют не только хорошее представление о том, чего хотят достичь, но и как реализовать свои стремления. Такие люди всегда стремятся к личностному росту, профессиональному совершенству и признанию в обществе.

На рисунках 4-8 представлены результаты по тесту Айзенка на определение темперамента. Методика предназначена для диагностики экстраверсии, интроверсии и нейротизма.

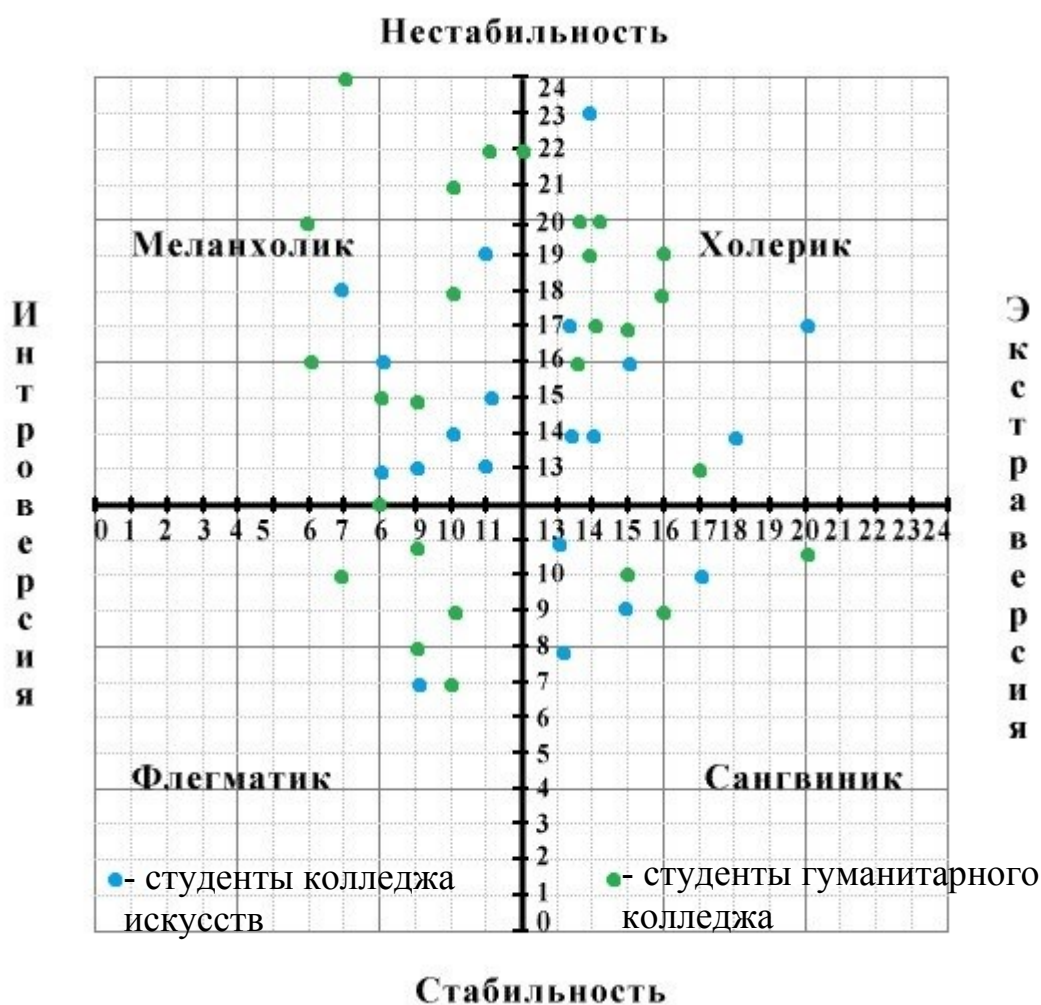


Рисунок 4 – Общие результаты по тесту Айзенка

Результаты по шкале "Нейротизм" ТКИ

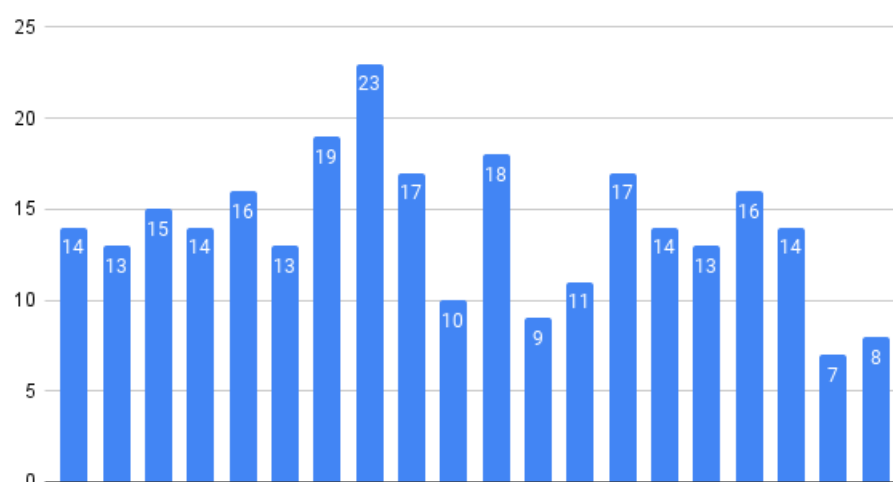


Рисунок 5 – Результаты студентов колледжа искусств по шкале «Нейротизм»

Результаты по шкале "Нейротизм" ГумК

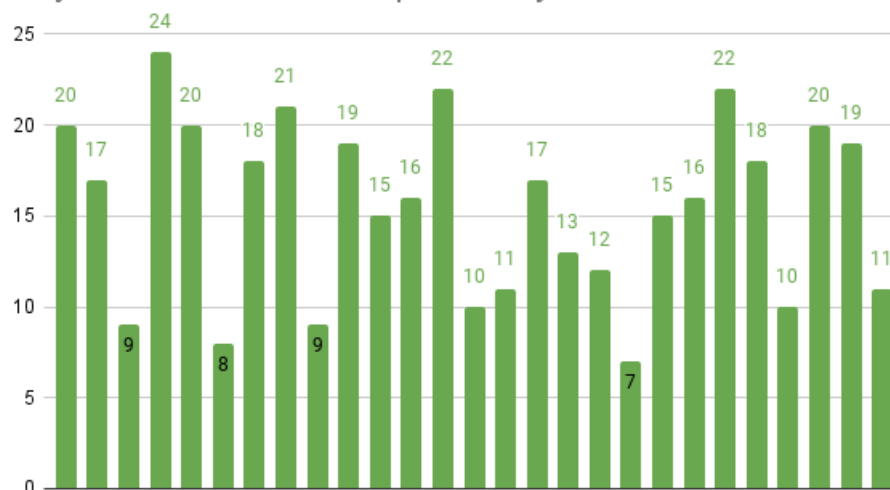


Рисунок 6 – Результаты студентов гуманитарного колледжа по шкале «Нейротизм»

Результаты по шкале "Экстраверсия" ТКИ

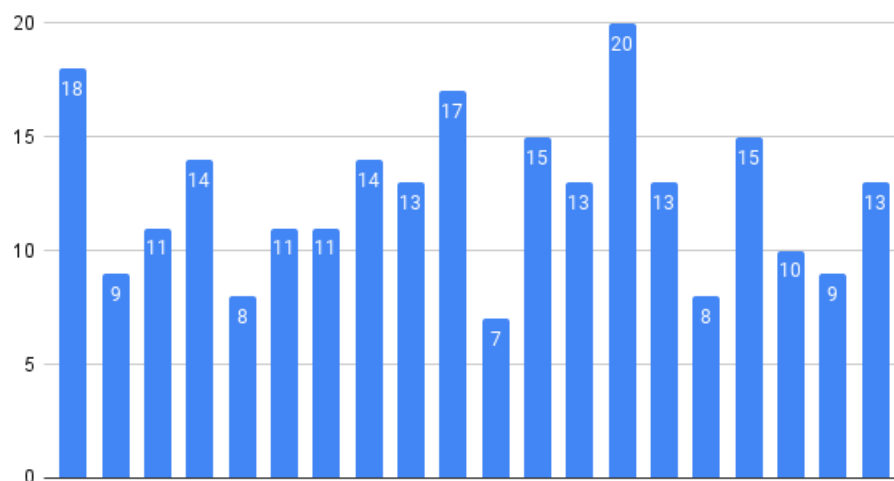


Рисунок 7 – Результаты студентов колледжа искусств по шкале «Экстраверсия»

Результаты по шкале "Экстраверсия" ГумК

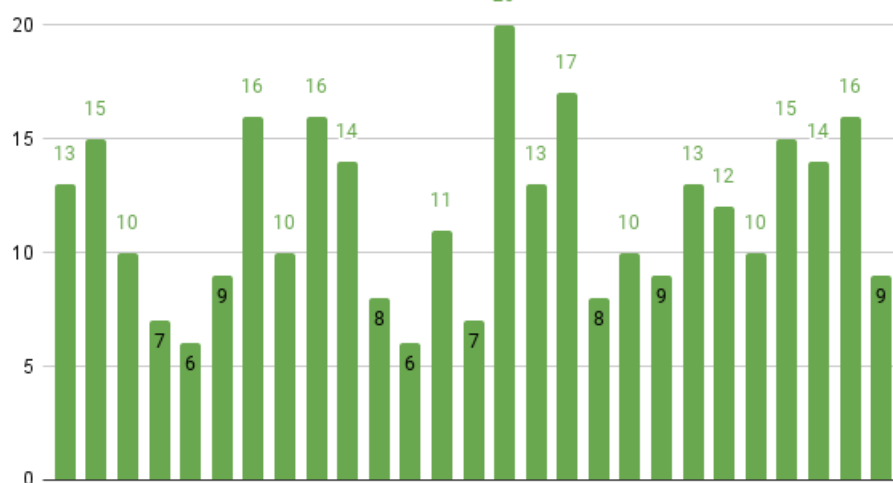


Рисунок 8 – Результаты студентов гуманитарного колледжа по шкале «Экстраверсия»

Таблица 4 Результаты обеих групп по показателю «Нейротизм»

Нейротизм	Колледж искусств	Гуманитарный колледж
Нормостеник	12 (60%)	10 (37,04%)
Потенциальный дискордант	6 (30%)	8 (29,63%)
Дискордант	1 (5%)	8 (29,63%)
Сверх дискордант	1 (5%)	1 (3,7%)

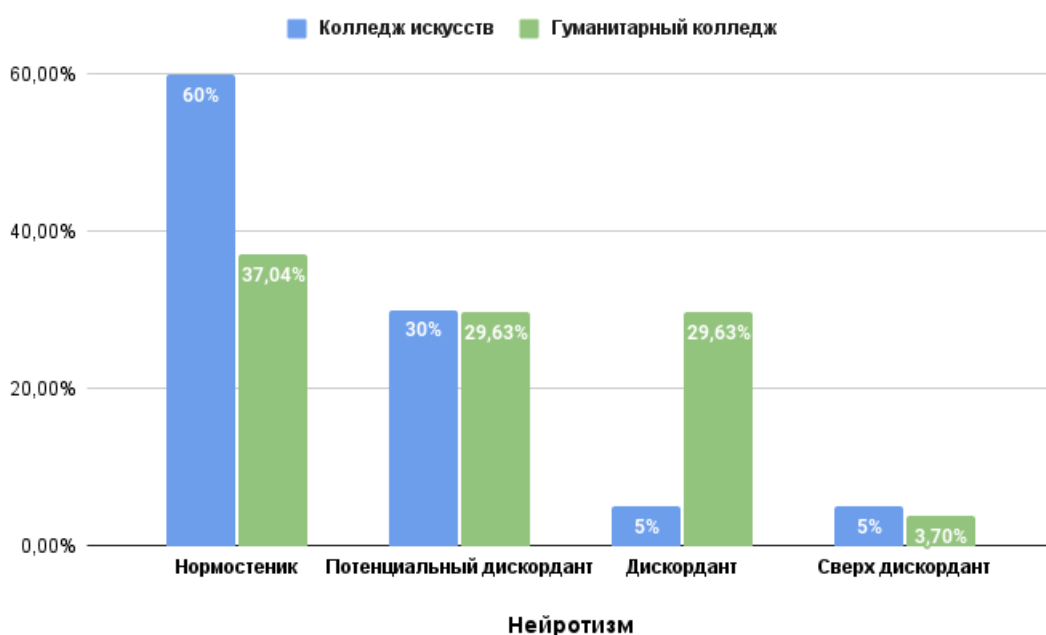


Рисунок 9 – Результаты обеих групп по показателю «Нейротизм»

Анализ результатов диагностики показал, что в обеих группах большая часть студентов являются нормостениками — людьми со средней эмоциональной устойчивостью. Но также встречаются дискорданты — люди с большой эмоциональной нестабильностью и сверх дискорданты — чрезвычайно нервный, неустойчивый и плохо адаптированный тип людей. Из таблицы 4 видим, что у группы студентов из колледжа искусств в процентном соотношении нормостеников больше, чем у испытуемых из гуманитарного колледжа. Также отметим, что количество потенциальных

дискордантов и дискордантов у студентов второй группы поровну и практически не уступают нормостеникам. Из этого следует, что испытуемые, которые занимаются народным пением профессионально, более эмоционально стабильны.

Также Результаты по тесту Айзенка мы использовали для выявления индивидуально-типологических особенностей студентов, чтобы впоследствии сформировать и систематизировать репертуарный список, учитывающий эти особенности.

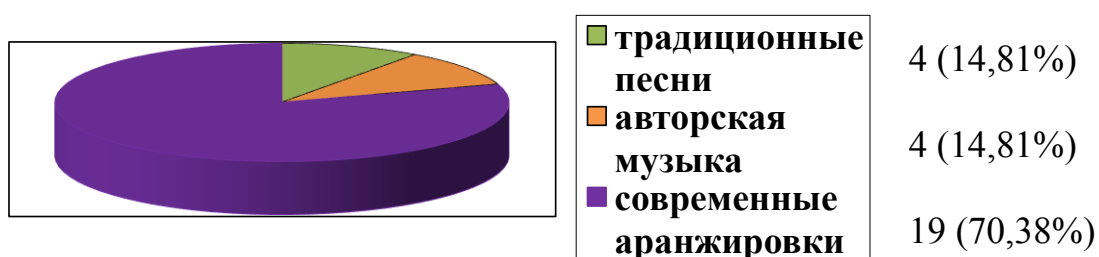


Рисунок 10 – Результаты опроса среди студентов гуманитарного колледжа



Рисунок 11 – Результаты опроса среди студентов колледжа искусств

В ходе исследования был произведен опрос среди студентов двух групп (рис. 10, 11). Опрашиваемым было предложено выбрать какая из форм интерпретации народной песни им больше нравится: традиционное исполнительство, авторская музыка или современные аранжировки традиционных песен. По результатам опроса было выявлено, что студенты гуманитарного колледжа отдают свое предпочтение современному интерпретированию народной песни через аранжировки. В то же время отродно заметить, что большинство опрашиваемых студентов отделения сольного и хорового народного пения колледжа искусств имени Щедрина выбрали именно традиционное исполнение. Свой выбор они обусловили тем, что «в оригинальном варианте народная песня несет свою историю, свою эпоху. Из поколения в поколение песня передавалась, видоизменялась и дошла до нас в таком виде, в котором мы теперь ее поем. Это удивительно».

На такой выбор повлияло то, насколько студенты глубоко изучают музыкальный фольклор. Изначально многие считают народные песни как переизбыток прошлого. Но тщательное его изучение поспособствовало тому, что студенты отделения народного пения при опросе выбрали традиционное исполнительство. Современные тенденции диктуют новые правила для существования и популяризации народно-песенного творчества, из-за чего и появляются аранжировки фольклорных песен, благодаря этому народная музыкальная культура развивается и видоизменяется.

Проанализировав репертуар исполнителей, мы увидели, что только в 40-50% случаев ряд народно-песенных произведений совпадает с индивидуально-типологическими особенностями певцов. На занятиях музыкальным фольклором преподаватели чаще всего при подборе репертуара не учитывают индивидуально-типологические особенности своих учеников и разучивают с ними песни просто для развития музыкальных способностей. Это объясняется тем, что преподаватели не всегда имеют

возможности и время выстроить работу, учитывая все особенности своих учеников.

На выбор темы диссертации повлиял тот факт, что большое количество детей с возрастом теряет интерес к музыкальному фольклору. Многие не хотят связывать свою профессию с этим направлением. В ходе исследования было обнаружено, что в Тольяттинском колледже искусств им. Р.К. Щедрина к студентам применяется персонализированный подход в обучении. Они имеют возможность развиваться как солисты и как участники коллектива. При подборе репертуара учитываются их индивидуальные типологические особенности. Между тем в гуманитарном колледже эта специфика не учитывается, поскольку студенты занимаются музыкальным фольклором только коллективно. Этот фактор не дает им более полно реализовать себя в этом направлении. Данный факт доказывает причину существования различий в уровнях самореализации между этими двумя группами. Мы рекомендуем вводить персонализированный подход при подборе репертуара, так как это может поспособствовать развитию и интереса к фольклору и уровня самореализации.

2.3 Сравнительный анализ результатов

В ходе практической части исследования был проведен сравнительный анализ результатов психологической диагностики, позволяющий выявить различия между двумя группами студентов. Для вычисления был использован t-критерий Стьюдента для независимых выборок. Расчёт осуществлялся в программе SPSS.

Сравнив результаты самоактуализационного теста по всем 13 шкалам получаем следующее:

Таблица 5 Сравнительный анализ показателей самоактуализационного теста

Шкалы	Коэффициент Стьюдента (t)	Уровень значимости
Поддержка	4,385	,000
Ориентация во времени	2,892	,009
Ценностная ориентация	2,298	,033
Креативность	6,844	,000
Сензитивность	3,195	,006
Спонтанность	4,259	,000
Самоуважение	4,419	,000
Самопринятие	4,620	,000
Представление о природе человека	2,269	,035
Синергия	3,913	,001
Контактность	4,980	,000
Познавательные потребности	3,744	,001
Гибкость поведения	6,008	,000

Сравнительный анализ показал, что между испытуемыми группами есть существенные различия. Особенно стоит отметить различия в шкалах «Поддержка», «Креативность», «Гибкость поведения», «Самопринятие» и «Контактность». Более высокие баллы по этим показателям обнаружили у группы испытуемых профессионально занимающихся народной песней. Это свидетельствует о том, что студенты отделения народного пения более

независимы в своих поступках, убеждениях, свободны в выборе, видят свою жизнь более целостной, принимают себя и более творчески по натуре.

Сравнительный анализ результатов многомерного опросника самореализации личности (автор С.И. Кудинов) показал статистически значимые различия в уровне самореализации между группами (коэффициент Стьюдента $t=3,711$, при $p<0,05$).

Таблица 6 Сравнительный анализ уровня самореализации

Шкала	Коэффициент Стьюдента (t)	Уровень значимости
Уровень самореализации	3,711	,001

Таким образом, мы доказали, что уровень самореализации у студентов отделения народного пения в действительности выше. Это объясняется тем, что к данным студентам применяется персонализированный подход в обучении. Они имеют возможность развиваться как солисты и как участники коллектива. Во время обучения учитываются их индивидуальные типологические особенности. Между тем как студенты гуманитарного колледжа занимаются музыкальным фольклором коллективно, при подборе репертуара не учитываются особенности характера студентов, что не дает им более полно реализовать себя в этом направлении.

Также результаты опросника показали, что у большинства студентов из двух групп уровень самореализации «Адаптивный». На данном этапе для них личностное, профессиональное и социальное совершенство не является самой важной целью. Но в то же время они стремятся быть не хуже остальных и даже в некоторых делах превосходить. Это объясняется тем, что в юношеском возрасте студенты начинают осознавать свои возможности, формировать свою личность и отношение к самореализации. Также стоит

отметить, что у испытуемых из гуманитарного колледжа уровень «Иррациональный» практически не уступает «Адаптивному». Иррациональность в юношеском возрасте является естественной частью процесса развития и роста. Однако если иррациональное поведение (безынициативность, пассивность в действиях и самосовершенствовании) становится хроническим или приводит к серьезным проблемам, это может быть признаком психологических проблем, требующих профессиональной помощи.

Таблица 7 Сравнительный анализ видов самореализации

Шкалы	Коэффициент Стьюдента (t)	Уровень значимости
Личностная	4,483	,000
Социальная	-1,341	,197
Профессиональная	4,310	,000

Благодаря сравнительному анализу результатов многомерного опросника самореализации личности были выявлены статистически значимые различия в видах самореализации, а именно в личностной и профессиональной. Это говорит о том, что у студентов колледжа искусств и студентов гуманитарного колледжа существуют различия в преобладающих видах самореализации. У группы испытуемых, которые занимаются народной песней профессионально, более выражена личностная и профессиональная самореализация, в то время как у студентов гуманитарных профилей преобладает социальная самореализация.

Математико-статистический анализ по шкалам «Нейротизм» и «Экстраверсии» теста Айзенка показал, что значимых различий между испытуемыми группами нет.

2.4 Репертуарный список для юношей и девушек на развитие способности к самореализации

Для солистов

Девушки

Лирические песни:

«Жаль мне вечерочка» Смоленской обл.

«Эх, я молода-то была» Самарской обл.

«Садовая яблонька» Астраханской обл.

«А ты пташка, канарейка» Смоленской обл.

«Сине море разыгралось» песня казаков некрасовцев из репертуара Анастасии Никулушкиной

«Вечерок да вечерается» Алтайского края

«Я ночь по рощице гуляла» казачий романс

«Чудный месяц плывет над рекою» сл. Рубцова романс Волгоградской обл.

«Уж ты день, ты мой денечек» Владимирской обл.

Колыбельные песни:

«Поехал татарин» Самарской обл.

«Ай, горе мое» Белгородской обл.

«Баю-баюшки-баю» Самарской обл.

«Дон, дон, тили-дон» Самарской обл.

Припевки:

«Кузовские страдания» Тульской обл.

«Пригудки» припевки канадских духовоборов

«Заморозка белая» Самарской обл.

«Дорогой» Челябинской обл.

«Канарейка» Липецкой обл.

«Мой муженька работяженька» Самарской обл.

«Шарлатанского» Самарской обл.

«Говорят, я не красива» Самарской обл.

«Есть залета у меня» Саратовской обл. (обр. И.Н. Рюминой)

Авторские песни:

«Подиспань» сл. и муз. Л. Николаевой

«Жигули» из репертуара Лидии Руслановой

«Позарастили стежки-дорожки» сл. И. Шухова муз. Д. Покрасса

«Тамбовская канарейка» из репертуара Марии Мордасовой

«Прибаски» из репертуара Марии Мордасовой

«Пусть приснится рай» сл. и муз. Елены Королёвой

«Если бы земля умела говорить» сл. Милявский муз. Стальмаков

«Что затуманилась, зоренька ясная» сл. А. Вельмана муз. В. Осипова

«За окошком свету мало» сл. Ваншенкина муз. Колмановского

«В парке у Мамаева кургана» сл. И. Гофф муз. Я. Френкель

Юноши

Лирические песни:

«Поехал казак на чужбину далеко» Волгоградской обл.

«На коне вороном» песня времен гражданской войны

«На серебряной реке» Тамбовской обл.

«Сяду я за стол» Белгородской обл.

«И шёл бы я вечером поздним» Ростовской обл.

«Как шёл молодец из неволи» Белгородской обл.

«Не из саду было» казаков-некрасовцев из репертуара Ивана Мефодиевича Бандеровского

«По Дунаю, Дунаёчку» Ставропольского края

«Нету такой дружки, как родна маменька» Ростовской обл.

«Не кукуй в саду, кукушечка» Белгородской обл.

«Ой, да вы, морозы» Курской обл.

«Печальное сердце мое» Псковской обл.

«Ой, да уж вы, глазки» Ростовской обл.

«Ты взойди, ясное солнышко» Белгородской обл.

Припевки:

«Угаровские припевки» Самарской обл.

«Сормача унылого» Самарской обл.

«Не пошел бы я в солдаты» Самарской обл.

«Как при балке, при лоштинке» Волгоградской обл.

«Шел деревней» Пензенской обл.

«Рекрутские страдания» Ульяновской обл.

Авторские песни:

«Вспомни, милка дорогая» из репертуара Юрия Щербакова

«Идет война, вставай страна!» сл. и муз. Осина

«Эх, матушка, скучно мне» из репертуара Л.А. Руслановой

«Когда я на почте служил ямщиком» из репертуара Л.А. Руслановой

«Туман» сл. и муз. В. Латенков

«Скучно, грустно мне, мальчонке» из репертуара В. Козина

«Доля бедняка» из репертуара из репертуара Н. Плевицкой

«Мужские страдания» Воронежской обл.

«Вниз по Волге-реке» из репертуара Л.А. Руслановой

«Рябина» сл. К. Рыжова муз. А. Колкера

«Ах, зачем эта ночь так была хороша» сл. Н. Риттера муз. Н. Бакалейникова

Для ансамблей

Лирические песни:

«Ветер дует, ветер подувает» Самарской обл.

«Из-за лесуку тёмного» Тульской обл.

«Торил Ваня дорожку» Самарской обл.

«Всё бы на лавочке сидела» Самарской обл.
«Нигде я своего дружка не увижу» Самарской обл.
«Кого дома нету, того мне больно жаль» Самарской обл.
«Шел Ванюша долиною» Самарской обл.
«Ой вы, горы мои Воробьевские» Смоленской обл.
«Размальчижечка, разбедняжечка» Самарской обл.
«Гуси-лебеди» Самарской обл.
«Ой, ты мальчуженька» Самарской обл.
«За лесом солнышко блеснуло» Самарской обл.
«Из-под горки все туман» Самарской обл.
«Какая ночка была тёмна» Самарской обл.
«Полуночный час глубокий» Самарской обл.

Плясовые песни, припевки, хороводные:

«Машунюшка, Машуня» Белгородской обл.
«Промежду белых берез» Тульской обл.
«Брови мои, брови» Пензенской обл.
«Я ли, я ли не любила» Самарской обл.
«Хворостянская дорожка» Самарской обл.
«Суринские страдания» Самарской обл.
«Давай Дусю подпоем» Белгородской обл.
«Пойду млада погуляю» Ростовской обл.

«Не прохладен ветер веет» Пензенской обл.

«Ты не стой против мене» Белгородской обл.

«Вдоль по травоньке» Архангельской обл.

«Как повадилась Параня» Белгородской обл.

«Ой, груша моя» Красноярского края

«Как на улице огонь» Пензенской обл.

«Что ты, Ваня, унываешь?» Самарской обл.

«Гуляла я, девица, по садочку» Самарской обл.

Авторские песни:

«У нас на Волге» сл. Дементьева, муз. Комракова

«Ах ты, степь широкая» обр. В. Царегородцева

«Я на печке молотила» обр. В. Захарова

«Волга-реченька» зап. И обр. М. Устинова

«Ты цветы, Россия» сл. Н. Палькина муз. В. Левашова

«Дороги» сл. Л. Ошанин муз. А. Новиков

«Войны» сл. М. Смирнова муз. О. Гришина

«Берёзовые сны» сл. Г. Фере муз. В. Гевиксмана (обработка)

«Над Россией лебеди» сл. В. Шутова муз. А. Эманова

«Дай Бог мира и счастья России» сл. и муз. Н. Тростянского

«Вниз по матушке, да вниз по Волге» обр. А. Носкова

«Ой, туманы мои» сл. М. Исаковского муз. В. Захарова

«Верит людям земля» сл. Р. Рождественского муз. Е. Птичкина обр. для нар.
Хора В. Карсакова

Современные аранжировки:

«Снежки белы, лапушисты» из репертуара ансамбля «Куралесы»

«Ой, да на заре» слова и музыка Александра Соловьева, аранжировка Юлии
Алакиной

«Пойдемте девки» из репертуара группа «Vetkafolk»

«Заря» из репертуара группа «Vetkafolk»

«Я не спала, не дремала» из репертуара группа «Vetkafolk»

«Параня» из репертуара группа «Vetkafolk»

«По улице дождь» из репертуара группа «Vetkafolk»

«Ой, на дворе дождь» группа ХВОЯ

«Ой, на горе калина» группа ХВОЯ

«На златом крыльце» группа ХВОЯ

«На грязной неделе» группа ХВОЯ

«Из-за леса перелеса» Музыкально-творческий проект «PROFolk»

«Ехал Ванька с поля» Музыкально-творческий проект «PROFolk»

Выводы по второй главе

Результаты эмпирического исследования показали, что уровень самоактуализации у студентов, которые занимаются музыкальным фольклором профессионально выше, чем у студентов гуманитарных направлений, увлекающихся народной песней. Это говорит о том, что студенты первой группы стремятся к наиболее полному развитию своих личностных особенностей. У них более развита способность жить настоящим, ценить свои достоинства, уважать себя за положительные черты характера и рефлексировать. В жизни такие люди не подвержены внешнему влиянию, они руководствуются собственными убеждениями, принципами.

Преобладающий уровень самореализации в обеих группах «Адаптивный». Для людей с таким уровнем характерна умеренность в любых действиях. Самореализация для них сейчас не является основной задачей жизни. Они стараются быть не хуже других и в некоторых моментах даже превосходить. Периодически такие люди хотят улучшить свои качества, стать мастером в своей профессии и получить уважение или признание от других людей. Это хороший показатель для юношеского возраста.

Стоит отметить выявленные отличия в ведущем виде самореализации студентов: у испытуемых колледжа искусств преобладает вид личностной самореализации, в то время как у группы из гуманитарного колледжа превалирует личностный и социальный виды самореализации.

При сравнительном анализе результатов и математико-статистической обработке данных были зафиксированы значительные различия между группами в уровне и особенностях самореализации. Это говорит о том, что лучшие результаты были отмечены у студентов отделения «Сольное и хоровое народное пение».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данная магистерская посвящена изучению и выявлению возможностей музыкального (певческого) фольклора как средства самореализации в юношеском возрасте.

Проведенное исследование показало высокую эффективность использования музыкального фольклора как средства самореализации девушек и юношей. Народная песня и традиционные формы народного творчества являются важным ресурсом для развития личности, творческих и профессиональных навыков.

Важно подчеркнуть, что полученные данные свидетельствуют о том, что студенты, занимающиеся музыкальным фольклором профессионально, имеют более высокий уровень самоактуализации и самореализации по сравнению со студентами гуманитарных специальностей, увлекающимися народной песней. Это указывает на то, что систематические занятия музыкальным фольклором, глубокое его изучение и персонализированный подход в обучении способствуют пробуждению интереса к традиционному исполнительству, более полному развитию личностных особенностей и помогают молодым людям стать более уверенными в себе, независимыми и ориентированными на достижение высоких результатов.

Кроме того, результаты анализа позволили выявить некоторые особенности самореализации студентов различных специальностей. Так, у студентов колледжа искусств преобладает профессиональная и личностная самореализации, в то время как у студентов гуманитарного колледжа преобладают социальная самореализации, что доказывает выдвинутую гипотезу.

В целом, проведенное исследование подтверждает актуальность использования музыкального фольклора как эффективного средства самореализации личности в юношеском возрасте. Результаты исследования

и разработанный систематизированный репертуарный список, учитывающий индивидуально-типологические, возрастные особенности студентов и направленный на самореализацию личности средствами музыкального (певческого) фольклора, могут быть использованы в контексте реальной практической работы педагогов с целью раскрытия личностного потенциала студентов.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Агапкина, Т. А. Этнографические связи календарных песен. Встреча весны в обрядах и фольклоре восточных славян (Традиционная духовная культура славян: Современные исследования) [Текст] / Т. А. Агапкина. М: Индрик, 2000 — 336 с.
2. Андреев, В.И. Педагогика творческого саморазвития [Текст] / Кн.2. — Казань: Изд-во КГУ, 2012. 608 с.
3. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии [Текст] / А. Адлер.—М., 1995. —291с.
4. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания [Текст] / Б.Г. Ананьев. —Л.: Ленинградский университет, 1969. —315с.
5. Анцыферова, Л.И. К психологии личности как развивающей системы [Текст] / Л.И. Анцыферова // Психология формирования и развития личности. —М.: Наука, 1981. —С. 3 —19.
6. Аристотель. Сочинения в 4-х т. [Текст] / Общ. ред. А.И. Доватура. —М.: Мысль, 1981 —Т. 3 —613с.
7. Асафьев, Б. В. О музыкально-творческих навыках у детей [Текст] / Б. В. Асафьев. М.:, 1990 — 123 с.
8. Базаева, Ф.У. Проблема самореализации в истории образования и педагогике: аксиологический аспект [Текст] / Ф.У. Базаева // Вестник ОГУ. —2011. —No2. —С. 75—78.
9. Байлук, В. В. Профессиональная самореализация личности / В. В. Байлук [Текст] // Социально-профессиональная мобильность в XXI веке : Сборник материалов и докладов Международной конференции. — Екатеринбург:Российский государственный профессионально-педагогический университет, 2014. — С. 208-213.
10. Барышков, В. П. Аксиология [Текст] / В. П. Барышков — Саратов: «Наука», 2009 — 66 с.

- 11.Белкин, А.С. Основы возрастной педагогики: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. [Текст] / А.С. Белкин. –М.: Академия, 2000. – 192 с.
- 12.Богатырева, О.О. Личностные факторы профессиональной самореализации: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Ольга Олеговна Богатырева. – М., 2009. –149 с.
- 13.Бодалев, А.А. Психология о личности [Текст] / А.А. Бодалев –М.: Изд-во МГУ, 1988. –187с.
- 14.Божович Л.И. Избранные психологические труды: проблемы формирования личности [Текст] / Под ред. Д.И. Фельдштейна. М.: Междунар. пед. академия, 1995. - 209с.
- 15.Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе [Текст] / Психология личности: Хрестоматия. Т.2. Самара: БАХРАМ-М, 2000. - С.95-144.
- 16.Брылева, Л.Г. Онтология самореализации личности как предмет прикладной культурологии: Дис. ...д-ра культуролог. наук: 24.00.04 / Лариса Георгиевна Брылева. –СПб, 1998. –464 с.
- 17.Будаева, Е.С. Самореализация человека в разных сферах жизнедеятельности: Факторы успешности [Текст] // Е.С. Будаева, В.А. Толочек. – Организационная психология и психология труда. –М., Институт психологии Российской академии наук, 2019. –Т4 –No2. –С. 184–202.
- 18.Васильев М.А. Музыкальное народное творчество как средство творческой самореализации личности в дополнительном образовании / Васильев М.А. [Электронный ресурс] // Cyberleninka : [сайт]. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/muzykalnoe-narodnoe-tvorchestvo-kak-sredstvo-tvorcheskoy-samorealizatsii-lichnosti-v-dopolnitelnom-obrazovanii/viewer> (дата обращения: 13.11.2023).
- 19.Волков, Б.С. Возрастная психология: учебное пособие для вузов [Текст] / Б.С. Волков, Н.В. Волкова. –М.: Академический Проект, 2008. –668 с.

- 20.Выготский, Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. [Текст] / Гл. ред. А. В. Запорожец. — М.: Педагогика, 1982—1984. Т. 4 : Детская психология / Под. ред. Д.Б. Эльконина. — 1984 — 433 с.
- 21.Газман, О. С. Неоклассическое воспитание: от авторитарной педагогики к педагогике свободы [Текст] — М.: МИРОС, 2002.
- 22.Гегель. Феноменология духа / Гегель. — СПб.: Наука, 1992. — 444 с.
- 23.Гинзбург, М. Р. Психология личностного самоопределения : специальность 19.00.13 «Психология развития, акмеология» : Автореферат на соискание доктора психологических наук / Гинзбург, М. Р. ; Психологич. ин-т. — Москва, 1996. — 60 с.
- 24.Горбачева, В. В. Самоопределение личности тренера в структуре профессиональной деятельности: Автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01 / Валентина Владимировна Горбачева. — М., 1993. —23 с.
- 25.Горячева, Е.И. Концепция самореализации как основа гуманистической педагогики [Текст] / Е.И. Горячева // Гуманизация воспитания в современных условиях. —М., 1995.
- 26.Денисова, Е. А. Гендерные особенности самореализации личности студентов: специальность 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии»: Автореферат на соискание кандидата психологических наук / Денисова, Е. А.; . — Москва, 2010. — 23 с.
- 27.Дерманова, И.Б., Коростылева, Л.А. Некоторые аспекты феномена самореализации личности [Текст] / И.Б. Дерманова. —СПб., 1997. —С. 20–37.
- 28.Егорычева, И.Д. Самореализация как деятельность (к постановке проблемы) [Текст] / И.Д. Горячева // Мир психологии. —2005. —№3. —С. 11–33.
- 29.Захарова, И. Б. Социально-педагогическое ориентирование личности студента на успешную самопрезентацию в образовательном процессе : специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» : Автореферат на соискание кандидата педагогических наук / Захарова, И. Б. ; Красноярский государственный педагогический университет. — Красноярск, 2003. — 23 с.

- 30.Кагермазова, Л.Ц. Возрастная психология [Текст]: Электронный учебник / Л.Ц. Кагермазова. - ДПО КБГУ, 2009 – 276 с.
- 31.Косарева А.Б Индивидуально-личностные особенности готовности студентов-психологов к самореализации в будущей профессиональной деятельности : специальность 19.00.01 «Психология» : Автореферат на соискание кандидата психологических наук / Косарева А.Б ; Российский университет дружбы народов . — Москва, 2010. — 22 с.
- 32.Косогова, А.С., Развитие у педагогов культуры трансляции способов познавательной / Косогова А.С., Дьякова [Электронный ресурс] // Современные проблемы науки и образования : [сайт]. — URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=835> (дата обращения: 23.10.2023)
- 33.Коростылева, Л. А. Психология самореализации личности : специальность 19.00.01 «общая психология, психология личности, история психологии» : Автореферат на соискание доктора психологических наук / Коростылева Л. А. ; Санкт-Петербургский государственный университет. — Санкт-Петербург, 2001. — 39 с.
- 34.Крайг, Г. Психология развития [Текст] / Г. Крайг. СПб.: Питер, 2000. -992 с.
- 35.Крогиус, Н.Г. О самореализации личности в профессиональной деятельности [Текст] / Н.Г. Крогиус // Ананьевские чтения: тезисы научно-практической конференции. –СПб: Изд-во СПбГУ, 1998. –С. 104–105.
- 36.Кудинов, С.И.Исследование творческой самореализации личности [Текст] / С.И. Кудинов,И.В. Кулагина // Наука. Образование. Практика. Сборник материалов ре-гиональной межвузовской научно-практической конференции преподавателей, аспирантов и студентов 28 февраля 2007 г. // Е.Н. Гогун, А.И. Бурханов –Уфа: Изд-во Восточный университет, 2007. –С. 53 –61.
- 37.Кудинов, С.И. Системное исследование самореализации личности [Текст] / Научный вестник академии управления и сервиса. Тамбов: Изд-во Р.В. Першина, 2008 С. 263-270.

- 38.Кудинов, С.И. Системная модель самореализации личности [Текст] / С.И. Кудинов // Вестник Российского университета Дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. –2008. –№1. –С. 28–37.
- 39.Кудрявцев, В.Т. Творческая природа психики человека [Текст] / В.Т. Кудрявцев // Вопросы психологии. –1990. –№3. –С. 113–121.
- 40.Леонтьев, Д. А. Самореализация и сущностные силы человека / Леонтьев Д. А. [Текст] // Психология с человеческим лицом: Гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. — М: «Смысл», 1997. — С. 156—176.
- 41.Лядский, И. Что такое самореализация личности и какие ее виды и признаки? / Лядский И. [Электронный ресурс] // WikiGrowth : [сайт]. — URL: <https://wikigrowth.ru/gizn/samorealizatsiya/> (дата обращения: 23.10.2023)
- 42.Маралов, В. Г. Основы самопознания и саморазвития: учеб.пособие для студ. сред. пед. учеб. Заведений, 2-е изд., стер. — М.: Академия, 2004.
- 43.Мартынюк, И.О. Самореализация личности как способформирования ее жизненных целей [Текст] / О.И. Мартынюк // Жизненные цели-личности: понятие, структура, механизмы формирования. –Киев: Науковадумка, 1990. –С. 86–89.
- 44.Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики [Текст] / А. Маслоу. СПб., 1997. 56 с.
- 45.Маслоу, А. Мотивация и личность [Текст] / А. Маслоу. –СПб.: Евразия, 1999. –479с.
- 46.Митина, Л.М. Психологическая диагностика эмоциональной устойчивости учителя: Учебное пособие для практических психологов /Л.М. Митина.-М., 1992.
- 47.Митина, Л. М. Психологическое сопровождение выбора профессии [Текст] / Л. М. Митина — Москва: «Флинта», 1998 — 103 с.
- 48.Муляр, В. И. Самореализация личности как социальный процесс : (Методолого-социологический аспект) : специальность «09.00.01: Онтология и

- теория познания» : Автореферат на соискание кандидата философских наук / Муляр, В. И. ; . — Киев, 1990. — 16 с.
- 49.Недашковская, М. А. Самореализация личности как феномен культуры : специальность 09.00.01 «Онтология и теория познания» : Автореферат на соискание кандидата философских наук / Недашковская, М. А. ; Институт философии. — Киев, 1990. — 16 с.
- 50.Обухова, Л.Ф. Детская (возрастная) психология [Текст] / Л.Ф. Обухова. — М.: Российское педагогическое агентство, 1996. —374 с.
- 51.Олпорт, Г. Становление личности: Избр. Труды [Текст] / Г. Олпорт; Под общ. ред. Д.А. Леонтьева; Пер. с англ. Л.В. Трубицыной, Д.А. Леонтьева. - М.: Смысл, 2002 - 461 с.
- 52.Омельченко, Е. А. Педагогический взгляд на феномен самовыражения личности [Текст] / Е. А. Омельченко // Сибирский педагогический журнал. — 2013. — № 5. — С. 102-105.
- 53.Орлов, А.Б. Психология личности и сущности человека: Парадигмы, проекции, практики [Текст] / А. Б. Орлов. —М.: Академия, 2002. —271 с.
- 54.Пашина, О. А. Народное музыкальное творчество [Текст] / О. А. Пашина — СПб: Композитор, 2000 — 568 с.
- 55.Пряжников, Н. С. Профессиональное самоопределение: теория и практика : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению «Психология» и психологическим специальностям [Текст] / Н. С. Пряжников. — Москва : Академия, 2008 — 318 с.
- 56.Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека [Текст] / К. Роджерс. - М.: «Прогресс», 1994 – 479 с.
- 57.Роджерс, К. Творчество как усиление себя // Вопросы психологии. — 1990. — №1 — с. 127-158.
- 58.Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии [Текст] / С.Л.Рубинштейн — М.: Педагогика, 1989. —488 с.

59. Рушина, М. А., Шаврина, К. Г. Изучение вопроса творческой самореализации личности / М. А. Рушина, К. Г. Шаврина [Текст] // Человеческий капитал. — Москва:, 2018. — С. 158-163.
60. Рыбалко, Е.Ф. Возрастная и дифференциальная психология [Текст] / Е.Ф. Рыбалко —СПб.: Питер, 2001. —224 с.
61. Слостенин, В. А. Педагогика: учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; под ред. В. А. Слостенина. — 3-е изд. — М.: Академия, 2004.
62. Слободчиков, В.И. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе: учеб. пособие для вузов [Текст] / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев; под общ. ред. В.Г. Щур. — М.: Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет, 2013 — 540 с.
63. Столяренко, Л.Д. Основы психологии [Текст] / Л.Д. Столяренко.—Р/наД.: Феникс, 1997. —736 с.
64. Ушинский, К.Д. Педагогические сочинения в 6 томах [Текст] / К.Д. Ушинский. —Т.5. —М.: Издательство академии педагогических наук, 1949. —592 с.
65. Фейербах, Л. История философии. Собр. произв. в трех томах. [Текст] / общ. ред. М.М. Григорьян. Т. 1. —М.: Мысль, 1967 — 544 с.
66. Франкл В. Человек в поисках смысла [Текст] / Франкл В. — Москва: Прогресс, 1990 — 179 с.
67. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности [Текст] / Фромм Э. М: Республика, 1994 — 447 с.
68. Фромм, Э. Психоанализ и этика (основы гуманистической характерологии) [Текст] / Э. Фромм.—М., 1993. —416 с.
69. Чжан Т. Психологические особенности межполовых различий самореализации личности (на примере китайских специалистов): Дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01 / Тэн Чжан. —М.: РУДН. — 2014 — 205 с.
70. Шадриков, В.Д. Мир внутренней жизни человека [Текст] / В.Д. Шадриков. —М., 2006. —392 с.

- 71.Шпрангер, Э. Психология юношеского возраста [Текст]: Педология юности / Э. Шпрангер. - М.-Л.: Литература, 1931.
- 72.Щукина,М.А. Психология саморазвития личности (принципы) [Текст] / М.А. Щукина. –СПб.: СПбГУ, 2015. –348 с.
- 73.Эриксон, Э. Детство и общество [Текст] / Э.Эриксон. –СПб.:Лет. сад., 2000. –415 с.
- 74.Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. пер. с англ. [Текст] / общ. ред. Толстых А.В. М.: изд. группа «Прогресс», 1996 344 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Результаты самоактуализационного теста САТ

Шкала поддержки

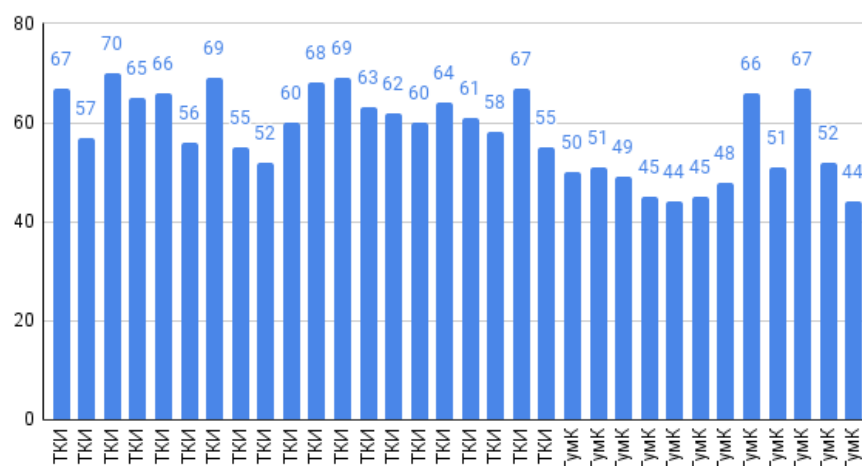


Рисунок А.1 – Результаты обеих групп по шкале Поддержка

Шкала Ориентация во времени

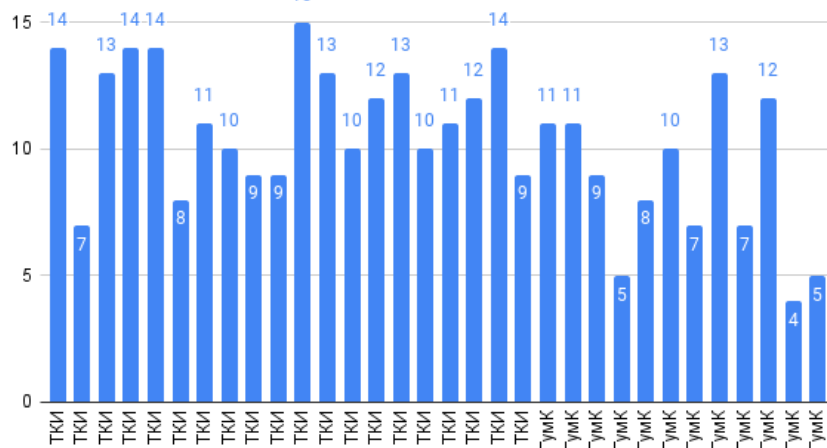


Рисунок А.2 – Результаты обеих групп по шкале Ориентация во времени

Шкала Ценностная ориентация

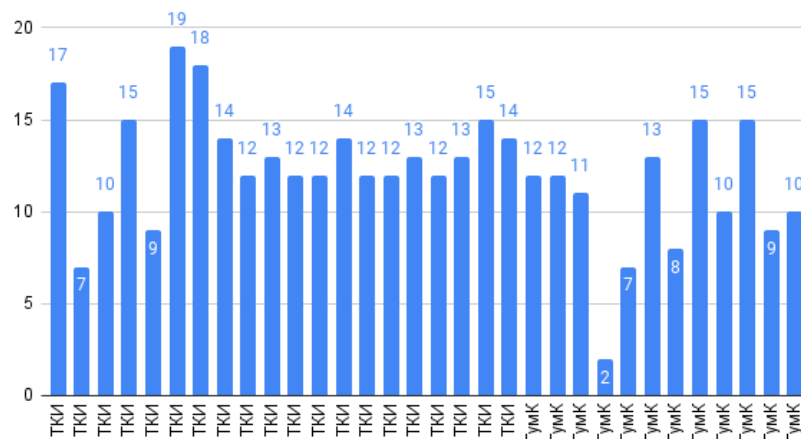


Рисунок А.3 – Результаты обеих групп по шкале Ценностная ориентация

Шкала Креативность

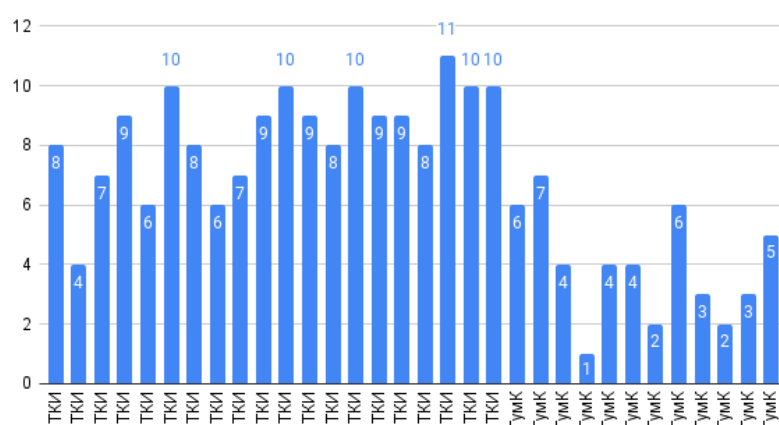


Рисунок А.4 – Результаты обеих групп по шкале Креативность

Шкала Сензитивность

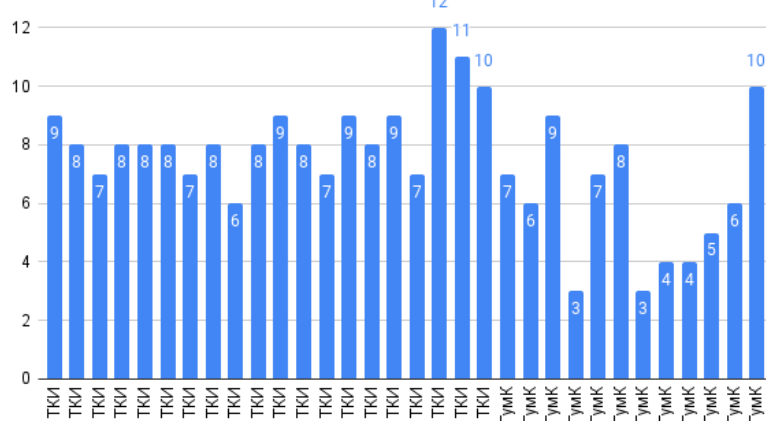


Рисунок А.5 – Результаты обеих групп по шкале Сензитивность

Шкала Спонтанность

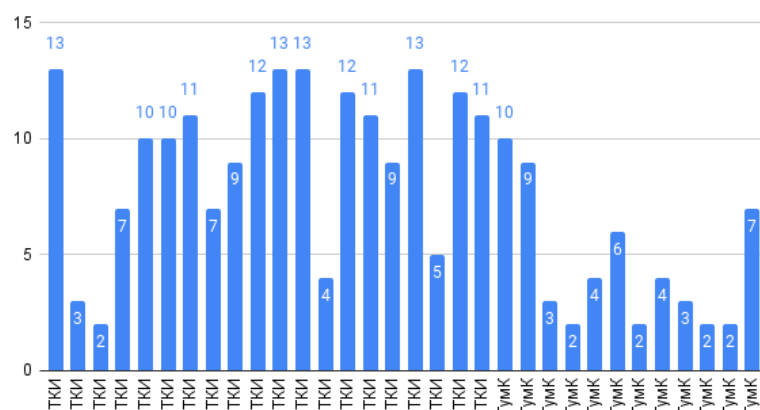


Рисунок А.6 – Результаты обеих групп по шкале Спонтанность

Шкала Самоуважение

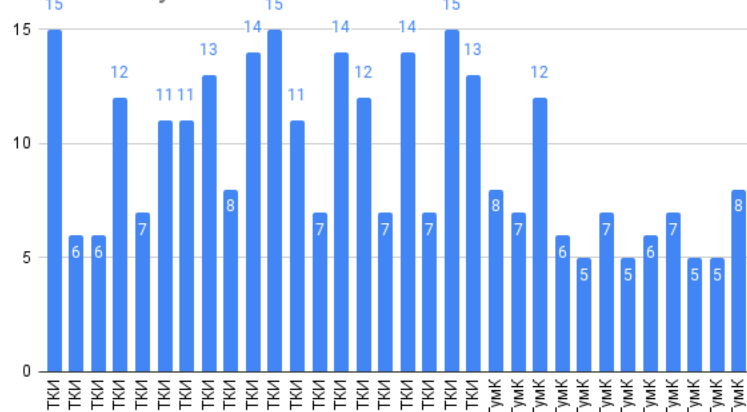


Рисунок А.7 – Результаты обеих групп по шкале Самоуважение

Шкала Самопринятие

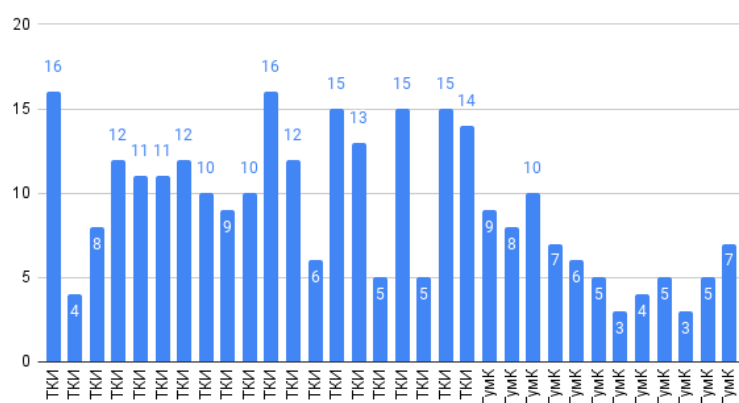


Рисунок А.8 – Результаты обеих групп по шкале Самопринятие

Шкала Представления о природе человека

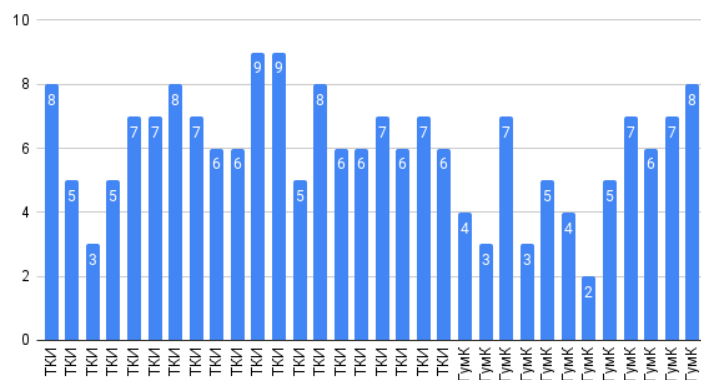


Рисунок А.9 – Результаты обеих групп по шкале Представление о природе человека

Шкала Синергия

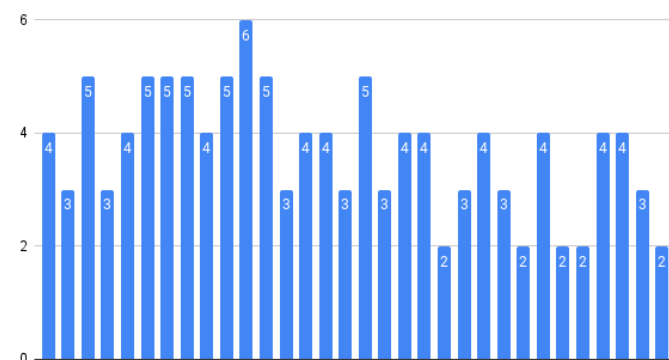


Рисунок А.10 – Результаты обеих групп по шкале Синергия

Шкала Контактность

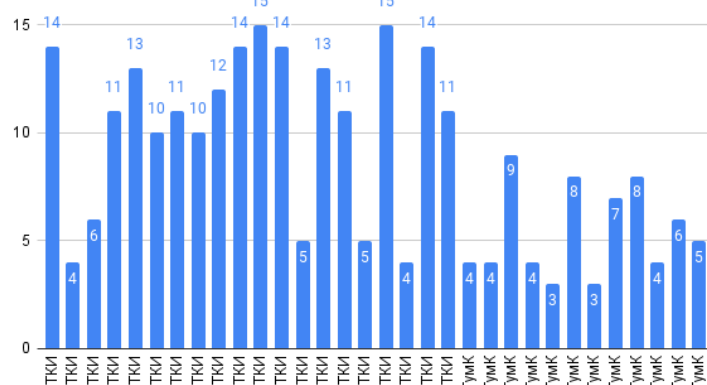


Рисунок А.11 – Результаты обеих групп по шкале Контактность

Шкала Познательные потребности

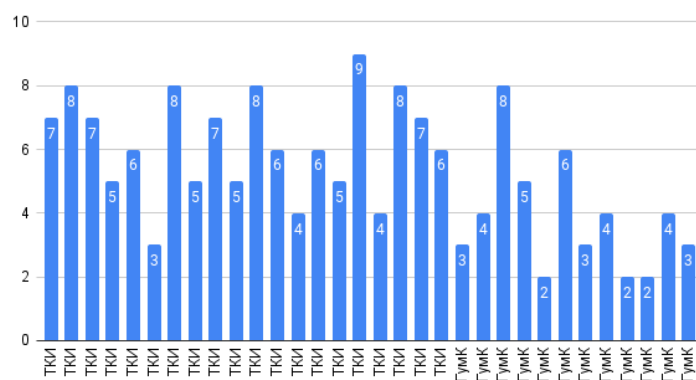


Рисунок А.12 – Результаты обеих групп по шкале Познательные потребности

Гибкость поведения

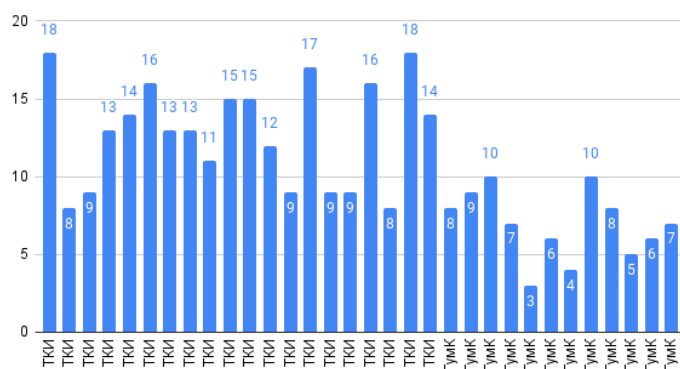


Рисунок А.13 – Результаты обеих групп по шкале Гибкость поведения

