

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование кафедры)

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки, специальности)

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему Особенности проявления лидерских качеств у менеджеров с
различными хронотипами

Студент

С. М. Куманейкин

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

С.А. Кузьмичев

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Допустить к защите

Заведующий кафедрой д.пед.н., профессор О.В. Дыбина

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

(личная подпись)

« _____ » _____ 20__ г.

Тольятти 2018

Аннотация

Цель бакалаврской работы: изучить особенности проявления лидерских качеств у менеджеров с различными хронотипами.

Задачи бакалаврской работы:

- 1) провести теоретико-методологический анализ научной литературы по исследуемой проблеме;
- 2) определить хронотипы и изучить их связь с проявлением лидерских качеств, присущие каждому из них;
- 3) провести количественную и качественную оценку;
- 4) проанализировать полученные результаты - установить уровень и особенности проявления лидерских качеств различных хронотипов.

Структура и объём работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы.

Во введении обоснована актуальность выбранной темы, поставлена цель выполнения выпускной квалификационной работы, сформулирована гипотеза, определены задачи, предмет и объект исследования.

В первой главе выпускной квалификационной работы сделан анализ различных теоретических подходов в изучении хронотипических особенностей человека, колебательных процессов внутри организма и особенностях их синхронизации между собой, обзор отечественных и зарубежных теорий феномена лидерства и качеств личности, присущих лидерам. Во второй главе представлено экспериментальное исследование проявления лидерских качеств у менеджеров с различными хронотипами.

В заключении сформулированы выводы по выпускной квалификационной работе.

Работа представлена на: 52 листах.

Количество источников литературы: 58 ед.

Количество таблиц: 7 ед.

Количество рисунков: 7 ед.

Оглавление

Введение	4
Глава 1. Современные подходы на проблему «хронотип и лидерство» в отечественной и зарубежной науке	
1.1 Изучение хронотипологии в современной науке.....	6
1.2 Современные отечественные и зарубежные теории феномена лидерства.....	15
1.3 Основные качества личности лидера.....	19
Выводы по первой главе.....	23
Глава 2. Эмпирическое исследование проявления лидерских качеств у менеджеров с различными хронотипами	
2.1 Описание эмпирического исследования, его процедуры и использованных методик.....	24
2.2 Результаты эмпирического исследования.....	26
Выводы по второй главе.....	37
Заключение.....	39
Список использованной литературы.....	42
Приложение.....	48

Введение

Актуальность исследования. Со времен открытия французским ученым Жан-Жаком Дорту де Мераном 24-часового цикла закрывания и открывания листьев у растений прошло уже почти 300 лет, однако изучение хронотипов как отдельная научная дисциплина в биологии, психологии и медицине появилось лишь в 60-х годах прошлого столетия. Биоритмология или по-другому хронобиология изучает циклические процессы, происходящие в организме и в окружающей среде, проявляющиеся в психофизиологических и психологических функциях человека.

К настоящему времени закономерности явлений в биоритмологии недостаточно изучены. Но уже известно о влиянии ритмов организма и внешней среды на психофизиологические и на психологические функции. Наиболее изучено влияние циркадианных ритмов. Жизнедеятельность человека взаимосвязана с суточным циклом, о чем свидетельствует цикл «сон-бодрствование». Физиологические процессы, регулирующие этот процесс, непосредственно влияют на психофизиологические состояния, а следовательно, и на психологические свойства.

В наши дни, когда длительность рабочего дня уже не зависит от цикла вращения Земли вокруг Солнца, важно понимать на какие именно аспекты психики может влиять хронотип человека. Актуальность изучения проявления лидерских качеств у различных хронотипов состоит в том, что данный вопрос почти не изучен и проблема разработана не до конца.

В данной работе сделана попытка выявить взаимосвязь проявления лидерских качеств и типа временной организации человека, понять может ли хронотип определять наличие способностей к лидерству или нет.

Объект исследования: хронотипические особенности и лидерские качества человека.

Предмет исследования: особенности проявления лидерских качеств у менеджеров с различными хронотипами.

Цель исследования: изучить особенности проявления лидерских качеств у менеджеров с различными хронотипами.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что существуют особенности проявления лидерских качеств у менеджеров с различными типами хронотипу.

Задачи исследования:

5) провести теоретико-методологический анализ научной литературы по исследуемой проблеме;

6) определить хронотипы и изучить особенности проявления лидерских качеств, присущие каждому из них;

7) провести количественную и качественную оценку;

8) проанализировать полученные результаты - установить уровень и особенности проявления лидерских качеств различных хронотипов.

Методологической основой исследования: являются философские, естественнонаучные и психологические теории.

Методы исследования: включают общенаучные методы теоретического, экспериментального и эмпирического исследования, в частности, теоретические методы: анализ, сравнение, систематизацию и обобщение теоретических, и эмпирических данных. Экспериментальные методы составляют психодиагностические опросники и методики в бланковой форме:

- Методика для определения хронотипа Хорна-Остберга;

- Определение уровня лидерского потенциала (Е. Жариков, Е. Крушельницкий);

- Методика «Я-лидер» (А. Лутошкин).

Теоретическая значимость: позволяет расширить представления об эффективности деятельности руководителя в зависимости от хронотипа.

Практическая значимость: результаты исследования могут быть использованы в практической работе психологов, работников кадровой службы, руководителей.

Глава 1. Современные подходы на проблему «хронотип и лидерство» в отечественной и зарубежной науке

1.1 Изучение хронотипологии в современной науке

Целью хронобиологии является изучение разнообразных циклических феноменов, протекающих у организмов, изучение закономерностей их временной организации клеток, тканей органов и организмов в целом и их адаптации к лунным и солнечным ритмам. Эти циклические процессы называют биоритмами.

Все колебательные процессы стремятся к синхронизации и согласованности между собой. Зависимость биологических процессов от временных интервалов изучают не только естественные науки—нейробиология, нейрофизиология, нейрофармакология, но и гуманитарные науки: хрономедицина, хроногигиена и др.[2].

Ряд исследователей рассматривают биоритмологию как способ адаптации, результатом активности которого является приспособление организма к постоянно изменяющимся условиям окружающей среды.

В процессе становления этой научной дисциплины было выявлено, что живые системы синхронизируются между собой даже при отсутствии побудительных причин.

Хотя и проводились многочисленные исследования по теме, биоритмология как самостоятельная научная дисциплина сформировалась лишь в 1960 году, когда был проведен первый международный форум по проблеме биологических часов. Важнейшим вопросом для этой новой науки было огромное количество ритмов, наблюдаемых в человеческом организме[2; 4].

Ученые Р. Веффер и Ю. Ашофф организовывали эксперименты по изоляции людей от всевозможных временных индикаторов в специально оборудованном бункере. При наблюдениях и экспериментах были

обнаружены изменения и взаимосвязь двух циклических показателей: температуры тела и смены состояния «сон-бодрствование» [6].

Дальнейшие исследования определили, что у каждого человека имеется свой пик работоспособности в определенное время суток. Этот индивидуальный стиль временной организации назвали хронотипом.

На зависимость проявления особенностей в поведении людей от суточного ритма обращали внимание еще в 1900-1906 годах. Й. Янделл, Х. Маш указывали на существование различных между собой типов с утренним, дневным и вечерним пиком активности. Г. Ламперт назвал утренний тип «жаворонками», дневной «голубями» и вечерний тип «совами».

Для определения хронотипа человека чаще всего в наши дни используется опросник Хорна-Эстберга. Тем не менее, все еще ведется поиск наиболее валидных методов определения индивидуального суточного ритма человека.

Однако, деление людей всего на три сильно обобщенных группы: «сов», «жаворонков» и «голубей» во многом не удовлетворяет требований современной науки, потому что данная типология лишь указывает на привычки человека, выработанные условиями его жизнедеятельности. База знаний о влиянии внутренних ритмов и колебательных процессов на функциональное состояние организма. Данный материал должен быть детально классифицирован. Подробно изучены околосуточные ритмы, которые подразделяются на околосуточные ритмы – циркадианные (цикл «сон-бодрствование», изменения температуры тела, гормонального обмена), инфрадианные ритмы, повторяющиеся реже, чем один раз в сутки (впадение в зимнюю спячку, репродуктивный цикл у женщин и др.), ультрадианные ритмы, повторяющиеся чаще, чем один раз в сутки, например, в течение суток несколько раз меняется содержание гормонов в крови, меняются дыхательные ритмы, сердечной активность и др.).

К настоящему времени известно о взаимосвязи колебаний температуры тела и длительности сна: при минимальной температуре тела на момент

засыпания сон длится восемь часов, а при высокой температуре сон продолжается примерно четырнадцать часов. Исследование медицинских показателей показало, что в люди с нормальным циклом бодрствования в 24 часа засыпают с низкой и просыпаются с повышенной температурой тела.

В многочисленных опытах наблюдалось, что в условиях полной изоляции от факторов, указывающих на смену дня и ночи, биоритмы человека продолжают протекать с привычной периодичностью, хотя и происходят незначительные сдвиги. Данные типы ритмов названы экзо-эндоритмами и эндоритмами. Они определены самим организмом и совпадают с частотами окружающего мира, находятся с ним в определенных фазовых отношениях. Их развитие дает возможность организму адаптироваться к изменениям внешней среды [12; 13].

Эндоритмы - внутренние спонтанные ритмы в организме, независимые от временных факторов среды, связанные по частоте и фазе и синхронизированные с прочими спонтанно протекающими ритмами в организме.

Хронобиологические исследования выявили ряд положений:

- Упорядоченность во времени является интегрированным компонентом всех жизненных процессов.
- Помимо широко известных ритмов вроде суточного и менструального, в организме постоянно протекают ритмические процессы с различной периодичностью: от доли секунд до многих лет.
- Временные циклы и ритмические процессы постоянно взаимодействуют между собой, а фазовые и частотные отношения имеют иерархическую структуру. Ритм внешней среды синхронизирует весь организм в целом, в первую очередь влияя на длинноволновые переключения.
- Наблюдение различных параметров функционирования организма показало, что их на первый взгляд независимые изменения служат

обусловленным ритмическими изменениями циркадиальных ритмов (гомеодинамика) [15, с.147].

Ключевую роль, как доминирующий природный временной указатель, играет световое воздействие, влияющее на частоту суточных переключений и фазовые характеристики в организме. Для лечения и профилактики депрессии часто назначаются обильные световые ванны в течение всего дня, хотя максимальная чувствительность к световому воздействию наблюдается по утрам [21, 49].

Для восстановления нарушенного ритма «сон-бодрствование» рекомендуется проводить новую синхронизацию: пробуждение и световую стимуляцию производить, постепенно смещая фаз сна на 1-2 часа в сутки, но не увеличивая этот интервал.

Также известно, что световое раздражение сетчатки не является единственным механизмом действия света, как временного указателя. Исследования на слепых, страдавших бессонницей из-за нарушений суточных ритмов, показали, что регулярный утренний комплекс в течение трех недель с использованием замещающих временных указателей (подъем в одно и то же время, холодный душ, регулярный завтрак, занятия на велоэргометре) приводят к улучшению синхронизации суточных ритмов. Весь следующий месяц эта синхронизация сохранялась и по оценкам исследуемых приводила к улучшению качества сна [8, с. 135].

Происхождение биологических ритмов.

Природа формирования и механизмов существования эндогенных ритмов объяснена лишь частично. К настоящему времени известно, что суточные ритмы обусловлены генетикой, а, следовательно, передаются по наследству. Существует гипотеза, что основой биологических часов служат циклические процессы в биохимии самой клетки. Современные модели, используемые в хронобиологии, используют концепции самоорганизации и синергии для понимания биологических ритмов. Нервные структуры

управляют коротковолновыми ритмами, а гормональные факторы длительного действия длинноволновыми ритмами[43].

В нейрофизиологии твердо закрепилась гипотеза о биологических часах. Биологическими часами представляют собой совокупность механизмов отсчета времени, заключенных в разные периоды. Нейрофизиологи предположили, что дезоксирибонуклеиновая и рибонуклеиновая кислоты взаимодействуют между собой, а скорость этого взаимодействия их молекул на уровне клетки, является измерителем биологического времени [13; 14]. Также было отмечено, что взаимодействие между скоростями синтеза матричной рибонуклеиновой кислоты и кодируемого ею белка, может запускать механизмы суточных колебаний.

Биологические осцилляторы были обнаружены во время исследования физиологии отдельных клеток, а также тканей и органов. Это позволяют предполагать наличие механизмов, контролирующих циклические процессы в организме. В области продолговатого мозга выявлены клетки-пейсмейкеры, в продолговатом мозге обнаружены клетки-пейсмейкеры. Они произвольно производят импульсы с ритмом, совпадающим с дыхательным. Похожие клетки обнаружены и в других отделах центральной нервной системы, а нейроны супрахиазматических ядер гипоталамуса являются основным водителем циркадианных ритмов.

В ходе эксперимента в бункере было обнаружено, что уже через неделю в условиях оторванности от привычных индикаторов времени суток привычные суточные ритмы десинхронизируются. Появляется две группы ритмов. Особенно заметно это сказывается на цикле «сон-бодрствование», который увеличивается или становится короче, в то время как ритм смены выработки мелатонина и кортизола и, как следствие, изменение температуры тела остаются в привычном околосуточном диапазоне [9, с. 154].

Существует мнение о наличии в мозге второстепенных водителей ритма. В мозге работают утренний и вечерний осцилляторы. Утренний согласует время и уровень активности организма в первой половине дня, а

вечерний соответственно отвечает за активность во второй половине дня. Это согласуется с показателями цикла «сон-бодрствование». Это указывает на то, что водитель суточных ритмов, находящийся в нейронах супрахиазматических ядрах таламуса, является самым главным. Сколько бы не было в организме органов и клеток, способных производить суточные колебания, все они подчиняются единственному и главному водителю циркадианных ритмов.

В связи с этим, выделяются два циркадианных ритма: цикл «сон-бодрствование» и температура тела, которыми характеризуются «жаворонки», «совы» и «голуби». На фазу циркадианного водителя ритма указывают ритм температуры тела, а также ритмы секреции гормонов, влияющих на пробуждение и засыпание [16].

Одним из важных показателей, присущих хронотипу, является способность быстрого переключения от отдыха к нагрузке, обусловленной биологическими процессами, свойственные состоянию покоя, а также периоду высокой активности организма. Этим показателем может служить индекс Хильдебрандта, представляющий собой отношение частоты пульса к частоте дыхания.

Исследования показали, что у «жаворонков» данный индекс минимален ночью и доходит до максимума днем, а у «сов» индекс достигает минимума во второй половине ночи и плавно восходит максимум ко второй половине дня [27].

Для отбора рабочих для сменной или ночной работы могут применяться другие биоритмологические подходы, хотя предложенная типология и стала уже классической. Можно применять измерения изменений ритмов пульса и артериального давления, приспособляемость к изменениям часового пояса и др. В практике, например в спорте, исследуются изменения в организме при перелетах в различные часовые пояса. Установлено, что во время перелета с востока на запад внутренние часы отстают по отношению к солнечному циклу и для того, чтобы привести в норму физиологические функции в новом

часовом поясе следует путем задержки искусственно привести внутренние часы в норму.

Работа внутренних часов ускоряется, если осуществлять перелеты на восток, через часовые пояса, что противоположно отставанию от суточного цикла при перелетах на запад. В связи с этим, после перелетов с востока на запад ритмы синхронизируются гораздо быстрее. Скорость синхронизации внутренних часов имеет прямую зависимость от индивидуальных биоритмов и, следовательно, от способности быстро переключаться в активную деятельность, например, спортивную, а также в сон с учетом местного времени.

Исходя из этого, становится ясно, что в профессиях, связанных с нарушениями синхронизации внутренних ритмов с общественными такими, как чередующийся график работы день/ночь, который приводит к разладу внутренних часов на стыке недель. Синхронизация восстанавливаются полностью примерно через две недели. К таким профессиям относятся военные, пилоты гражданской авиации, работники ночных клубов, а также работники со сменной периодичностью [30; 39, с. 127].

Исторически сложилось, что основная социальная активность происходит днем в условиях естественной освещенности, и, несмотря на появление искусственных источников освещения в помещениях и на улице, ритм физиологической активности человека падает ближе к ночи. Отсутствие синхронизации циркадианных ритмов может привести к эмоциональной неустойчивости, что может стать причиной неадекватного поведения личности взрослого человека и тем более ребенка. Если циркадианный суточный ритм жизни общества расходится с внутренними часами человека, то это может проявляться, например, в виде опережения фазы сна или синдрома запаздывания. Также в виде гипер- или гипосуточного синдромов, во время которых сон смещается на более раннее время, если опережает фазы ритма общества, соответственно начинает отставать если смещается на позднее, чем общепринятое время. Эти показатели говорят о том, что период

дневного ритма десинхронизирован с 24-часовыми суточными циклами окружающей среды [40, с. 59].

По мнению А. Луи, свет оказывает воздействие на энергетическую систему человека: он непосредственно влияет свойства психики. То есть согласно этому утверждению, свет оказывает воздействие на эмоциональный фон, настроение и чувства человека. Согласно теории сдвига фазы сна фактором, вызывающим часто наблюдающуюся зимнюю депрессию, называется рассогласование фаз циркадианных ритмов таких как цикл «сон-бодрствование» и связанные с ним физиологические показатели. Обратные показатели появлялись при смене режима сна. Если ложится спать зимой позже, чем обычно, то наблюдалось повышение настроения и улучшение эмоционального фона. Также стоит обратить внимание, что между циклом «сон-бодрствование» и запаздывающими циркадианными ритмами гормонов, температуры тела восстанавливается нормальное фазовое соотношение [41, с. 96].

Ученые из Японии выяснили, что девиантное поведение некоторых подростков, а также их физические недуги появились в результате развития гиперсуточного синдрома. Следовательно, для того, чтобы сохранить нормальное соотношение между временем сна и суточным циклом, требует ресинхронизации циркадианных ритмов человека с суточными ритмами общественной жизни и природными ритмами, а также изменения режимов искусственного освещения.

Исследователи заметили, что у подростков-интровертов с неуравновешенной психикой обнаруживается гиперсуточный синдром, характеризующейся эмоциональной неустойчивостью. Для восстановления норм поведения проблемных подростков японские врачи при помощи сдвига цикла «сон-бодрствование» в сочетании с использованием яркого источника света, введения мелатонина и гипоксии, смещали фазы биоритмов и синхронизировали их периоды между собой.

Отмечено в большом количестве публикаций в научной среде, что на суточные ритмы влияет освещенность помещения, в котором находится человек. Изучение сезонных ритмов у млекопитающих внесло большой вклад в исследование данного вопроса [28].

Австралийскими хронобиологами выявлено что эмоции и их регуляция зависит от обильности света в помещении и вообще вокруг человека. Чем ярче свет, тем интенсивнее смещается фаза ритма температуры тела, а также известно, что уровень мелатонина повышается вечером, когда освещения становится заметно меньше.

Последние исследования в области нейробиологии и нейрофармакологии поднимают вопрос о том, как воздействовать на цикл «сон-бодрствование» с помощью регуляции выработки гормонов. Мелатонин – «ночной» гормон, вырабатываемый эпифизом, радужкой и стенкой кишечника, в нормальных состояниях выделяется в кровь и попадает во все ткани организма и таким образом регулирует процесс засыпания и сна. В светлое время суток производство мелатонина блокируется, так как действие света на сетчатку активирует специальные клетки [22, с. 14].

Медикаментозное применение мелатонина имеет ряд направлений. Во-первых, его можно использовать как снотворное, во-вторых, он способен частично останавливать старение организма. Его можно использовать как естественное снотворное, для восстановления цикла «сон-бодрствование» при смене часовых поясов, а также для восстановления режима дня при работе в ночную и дневную смены [23].

Результаты рассмотренных исследований указывают на то, что упорядочивание временной структуры является эффективной и необходимой для регуляции всех жизненных процессов. Медикаментозная терапия может и должна быть включена в общую концепцию временной организации человека и синхронизации с суточными ритмами среды.

В заключение можно отметить, что изучение процессов и механизмов, регулирующих цикл «сон-бодрствование» могут стать фундаментом теорий, объясняющих причины хронотипических различий между людьми.

1.2 Современные отечественные и зарубежные теории феномена лидерства

Лидерство – это процесс взаимодействия, в ходе которого лидер заручается поддержкой со стороны других членов группы для достижения цели [2].

Статус лидера обусловлен тем, что он не назначил себя сам, а был выбран группой. Группа отдает право выбирать пути развития одному человеку, который несет ответственность за принимаемые группой решения [12]. Чтобы называться лидером, человек должен иметь хотя бы одного последователя. Вести людей за собой – вот в чем основная роль лидера, организовать связь между членами коллектива и направить индивидуальные интересы каждого на решение задач, ведущих к единой цели [21].

В настоящее время в психологии имеются несколько главных теоретических подходов в понимании происхождения лидерства. Можно выделить личностные подходы, поведенческий и ситуационный подходы, а также теорию черт.

Одна из первых теорий лидерства – работа английского ученого Ф. Гальтона – теория черт или «харизматическая теория» гласит, что лидерские качества обусловлены наследственностью. Ключевыми положениями теории является тот факт, что лидером является человек, обладающий специальными качествами психики, коммуникативными способностями и обладает влиянием на группу. Авторы того времени, в рамках подхода, выделяли черты и индивидуальные качества, присущие лидеру. Г. Тард считал, что сочетание творческой одаренности и нонконформизм является залогом успеха в лидерстве [16].

Несмотря на глубокую проработку проблему изучения специальных черт лидера, ни один набор качеств не смог составить полноценный психологический портрет лидера. Мнения многих авторов расходились между собой. Теория черт так и не смогла определить список особенностей лидера, чтобы выявлять потенциальных лидеров. Исследования показали, что даже два человека с подходящими свойствами личности и чертами характера не всегда становились лидерами.

На смену несостоявшейся теории личностных качеств пришел бихевиоризм. Акцент в поведенческом подходе делался на классификациях стиля руководства и особенностях поведения руководителя [7]. В ходе исследований были выделены такие качества как инициативность, а также внимательность, заботливость к членам своего коллектива. Были определены две направленности руководителя: центрированность на группу и центрированность на производство. Центрированность на группу и ее членов говорит о том, что отношения между группой и лидером строилось на взаимном доверии, причем инициатива таких отношений должна исходить от руководителя. Лидер своим вниманием к заботам каждого в группе призывает членов группы к тому, чтобы они знали, что лидер берет ответственность за решение личных проблемам участников группы. Руководитель, как координатор общих действий на пути к цели, определяет порядок и набор действий для каждого участника коллективной деятельности. Следовательно, проявляя инициативность, лидер указывает путь, которым должна идти группа [16].

Поведенческий подход внес огромный вклад в багаж знаний о лидерстве, но, тем не менее, многие исследователи пришли к выводу, что идеального стиля руководства не бывает. Руководитель должен обладать широким кругом способностей, быть гибким и уметь подстроиться под конкретный случай, поэтому должен обладать разнообразными стилями [23].

Так зародилась ситуационная теория лидерства, предложившая идею о том, что в группе должно быть несколько лидеров, обладающим различными

качествами, и в зависимости от ситуации вставать у руля коллектива, для его эффективной деятельности. Р. Стогдилл считал, что человек, "являющийся лидером в одной ситуации не обязательно будет лидером в других ситуациях" Однако, согласно такому подходу, лидер, обладающий нужными качествами, не сможет проявить себя в этой роли, если не будет создана подходящая ситуация.

В защиту ситуационного подхода Е. Хартли были предложены четыре модели в которых лидер определялся не столько ситуацией, а сколько возможностями, которые одна ситуация открывает перед лидером в последствии. Он считал, что настоящий лидер стремится к власти, и что если одна ситуация позволила члену группы проявить лидерские качества, то скорее всего в следующий раз группа выберет его снова, так как он уже проявлял свои способности [21].

Теория последователей – еще один взгляд на ситуационный подход. Согласно этой теории, Л. Столяренко отмечает, что лидера определяют последователи [21].

Системная теория лидерства, является важным подходом в теории лидерства. Лидерство - это процесс организации межличностных отношений в группе.

К середине двадцатого века были определены ключевые роли, принимаемые лидером: роль делового, инструментального лидера и роль экспрессивного, социально-эмоционального лидера. Этот феномен назвали ролевой дифференциацией лидерства. Эти роли взаимосвязаны с такими аспектами функционирования группы как решение поставленной перед группой задачи. Здесь вступает в дело инструментальный лидер, роль же эмоционального лидера относится к внутригрупповой интеграции [5]. Согласно системной теории в группе могут одновременно гармонично существовать лидеры обоих типов. Каждый из этих типов выполняет свою роль в деловой ориентации группы и в поддержании правильного эмоционального настроения внутри группы.

Фидлером была предложена модель эффективности руководства, в которой выделялись руководители, ориентированные на задачу, и руководители, влияющие на межличностные отношения [2].

Основной теории лидерства в отечественной психологии был деятельностный подход (С. Рубинштейн, А. Леонтьев). В рамках этого подхода личность рассматривается в совокупности всех своих проявлений. Действие не может быть отделено от психического, а психика всегда рассматривается в действии.

С точки зрения деятельностного подхода, человеческое взаимодействие всегда совершается вместе с другими людьми, то есть деятельность человека происходит неотрывно от общества. Лидерство - явление групповое, группа рассматривается структура, а лидерство, как система управления группой. Лидерство является особым видом деятельности и состоит из таких компонентов как мотивационная ориентация, исполнение, а также оценивание и контроль [27].

Отечественные психологи рассматривали не ситуации, а конкретные задачи деятельности группы, в которых каждый участник группы имеет возможность проявить свои организаторские. Лидер выделялся на основе своего влияния на членов группы. Как и в зарубежных подходах, выделялись: лидер-организатор, являющийся интегратором группы; лидер-инициатор, выполняющий роль генератора идей и проявляющий инициативу; лидер-генератор эмоционального настроения; лидер-эрудит (одна из ролей интеллектуального лидера); лидер эмоционального притяжения; лидер-мастер (специалист в каком-то виде деятельности) [5].

Р. Кричевский предложил концепцию ценностного обмена как механизма выдвижения лидера, в которой лидер – это тот, кто более всех соответствует качествам, необходимым конкретной группе. Согласно этой концепции, группа имеет представление о том, какими качествами должен обладать лидер, и, следовательно, выбирает соответствующего лидера. Благодаря обладанию этими ключевыми, по мнению группы, качествами,

лидер имеет влияние на группу [2].

Л. Столяренко отмечал, что многокомпонентная структура лидерства должна рассматриваться в разрезе каждого элемента. Одним из таких элементов является мотивация достижения успеха, которой лидер должен заражать своих последователей, благодаря наличию у него специальных качеств и навыков, а также стилю общения.

Таким образом, мнения психологического сообщества относительно теории лидерства сильно расходятся, хотя и есть общие черты, присущие некоторым подходам. Лидерство необходимо рассматривать в совокупности всего материала, полученного в ходе развития и становления психологии.

1.3 Основные качества личности лидера

Личность является важнейшим компонентом в изучении феномена лидерства. До сих пор нет полноценного списка ключевых черт, которыми должен обладать типичный лидер, однако нет сомнения в том, что личность лидера обладает специфическими особенностями, присущими только лидерам [20]. Важно отметить, что лидерство предполагает наличие в группе последователей, а не подчиненных. И без последователей руководитель не может рассматриваться, как лидер.

И. Чередниченко выделил ключевые качества, которыми должен развить в себе руководитель для того, чтобы считаться успешным лидером: представления о себе, как о лидере; личностные черты лидера; потребности и мотивы, влияющие на поведение; система важнейших убеждений; стиль принятия решений; стиль межличностных отношений; стрессоустойчивость [25].

Лидер должен обладать специфическими чертами мышления, такими как скорость, гибкость, продуктивность и аналитичность мышления. Скорость мыслительных процессов и способность к анализу ситуации необходима для принятия взвешенных решений, ведущих группу к цели.

Также лидер должен уметь приспосабливаться к постоянно меняющимся ситуациям и внешними воздействиями на группу. Гибкость группы напрямую зависит от гибкости лидера. Лидер должен быть генератором новых идей, благодаря которым группа умеет вовремя меняться и приспосабливаться к новым обстоятельствам жизнедеятельности.

Поведение лидера должно совпадать с его собственной Я-концепцией. Осознание себя лидером и знание качеств, отличающих лидера среди остальных, дает руководителю возможность эффективно действовать в рамках управления коллективом.

Лидер, обладая специфическими особенностями личности, отличается наличием особенных потребностей. Настоящий лидер должен стремиться к власти, иметь влияние на людей. Важным для лидера является желание достигать цели и успеха, быть частью группы и получать ее одобрение.

Лидер должен быть уверен в себе и не изменять свои базовые убеждения для того, чтобы последователи быстрее понимали лидера и имели четкое представление о том, что от них требует лидер. Тем не менее, лидер должен оставлять свою способность принимать гибкие решения и в некоторых ситуациях уметь мыслить нестандартно.

Обычно у лидера вырабатывается собственный способ принимать решения. Его отличительной чертой является особенности восприятия новой для него информации. Он воспринимает информации беспристрастно, тонко подмечая детали. Независим в оценке качества информации. Умеет выделить суть и отдать на обработку своим помощникам вопросы, не требующие особенного внимания лидера. Способен к риску, умеет правильно оценить, полученную информацию.

Что касается стиля межличностных отношений, отношение руководителя к подчиненным определяется складом его характера, набором индивидуальных способностей. Согласно Братченко, есть характеристики, определяющие стиль межличностных отношений [25].

Важной характеристикой лидера является стрессоустойчивость, так

деятельность лидера предполагает высокие нагрузки на психику человека.

Также важной характеристикой лидера является развитое умение приспособиться к ситуации. Лидер должен уметь понять, какие действия нужно совершить в конкретной ситуации.

Одним из показателей эффективного лидерства согласно Р. Чалдини является умение приспособить свой стиль к потребностям группы. Также отмечается противоположный стиль. Лидеры этого стиля умеют направлять группу, вдохновляя и преобразовывая ее, для выполнения своих целей и задач. Лидеров, обладающих способностью изменять группу, называют трансформирующими. Они преобразовывают представления участников группы, меняют направленность их потребностей. Становясь образом идеала для группы, лидер транслирует свои цели участникам группы, повышая ценность участников группы. Следовательно, каждый член группы становится причастен к общим успехам и осознает свой личный вклад к этим достижениям [24].

Д. Столяренко описывает харизматического лидера, обращая внимание на то, что его интересы, жизненные ценности и потребности не всегда совпадают с общими ценностями группы, однако лидер проявляет и показывает личную приверженность общим целям группы, идет на риск для достижения успеха. К тому же, лидер харизматического стиля непринужденно внушает группе абсолютно новые ценности, он старается привязать индивидуальные ценности последователей к обще групповым. Делается акцент на миссии группы: харизматический лидер выявляет в человеке все самое лучшее и создает условия для развития. Задачи, которые он ставит перед своими подчиненными, выполнимы, но трудны, каждый член группы осознает свои возможности и выполнимость задач. Миссия группы включает индивидуальную заинтересованность последователей. Чем выше планка, задаваемая лидером, тем выше стремление участников такой группы достичь успеха в общих целях. При этом, в группе с харизматическим лидером первостепенную роль играет внутренняя мотивация- реализовать

потребность в самовыражении, осознать значимость своей личности, получить признание коллектива и его лидера.[21]

Как считает М. Мескон, эффективный лидер должен быть направлен на достижение поставленных целей, а также должен быть компетентен для решения конкретных задач, т.е. иметь подходящее образование и обладать нужным опытом [7].

По мнению Ю.Адлер и В. Липкина, ключевыми особенностями лидера являются ответственность, его ценности и системное мышление. Авторы считают, что ответственность – это базис, на котором строится лидер, и в случае, когда назначенное лицо не чувствует себя причастным к ситуации, лидерство не будет эффективным.

Видеть организацию в целом, умение оценить ситуацию, грамотно поставить задачи – эти компоненты составляют структуру системного мышления лидера [32].

При общности системы ценностей группы и избранного, особенно если эти ценности схожи с общими ценностями общества, такими как мужество, терпимость и уважение к друг другу, лидер признается своим в этой группе [7].

В ходе исследований Х. Мелисс выделил четырнадцать ключевых черт лидера. Если их обобщить, то, по его мнению, лидер, благодаря своей способности мыслить глобально и видеть ситуацию под разными углами, формирует у участников группы картину возможного будущего. Лидер акцентирует внимание на личных достижениях своих последователей, развивая их задатки и способности, путем привлечения их к специальным задачам. Замечает изменения, вносимые каждым членом и развивает партнерские отношения внутри группы; поощряет проявление разумной инициативы; его навыки качественно развиты; он способен достигать цели и умеет руководить; его ценности не расходятся с обще групповыми [32].

Большинство выдающихся лидеров, как считает П.Сенге, отличаются от остальных членов группы ясностью и убедительностью идей, глубиной

убеждений, а также они постоянно готовы учиться и ищут новые знания. Лидер формулирует свои мысли ясно и точно, умеет слушать и слышать, умеет оценивать качества других людей. Поведение таких лидеров взаимно связано с их ценностями и полностью им соответствует [17]. Также автор выделяет важные для лидерства умения: концептуализацию, умение общаться и творческий подход к делам. Он считает, что лидером человек становится в процессе обучения и получения опыта, что люди следуют за тем, кто во что-то верит, но при этом обладает смекалкой и высоким интеллектом [17].

Таким образом, лидер должен быть готов к тому, что в определенной ситуации группа может избрать его своим предводителем. Следовательно, для успешного выполнения этой роли, он должен обладать качествами, необходимыми для эффективного взаимодействия с группой, мотивацией к достижению успеха.

Выводы по первой главе

1. Биоритмы многофункциональны и многоаспектны. Изучаются учеными различных направлений: нейробиологами, физиологами, философами и психологами.
2. Наиболее изучены циркадианные (околосуточные) ритмы, проявляющиеся в синхронизации со сменой дня и ночи.
3. Феномен лидерства рассматривается со стороны личностных качеств, особенностей поведения и конкретных ситуаций.
4. Лидер – это роль в группе, а лидерство – это воздействие, направленное на деятельность других людей.

Глава 2. Эмпирическое исследование проявления лидерских качеств у менеджеров с различными хронотипами

2.1 Описание эмпирического исследования, его процедуры и использованных методик

Цель исследования – на основе эмпирического исследования изучить особенности проявления лидерских качеств у менеджеров с различными типами временной организации.

Гипотезой исследования было положение о том, что существуют связь в проявлении лидерских качеств менеджерами с различными хронотипами.

Чтобы экспериментально проверить гипотезу, было проведено эмпирическое исследование среди руководителей отделов ООО «ВолгаМонолит» в количестве 20 человек. Испытуемым были предложены бланки с тестами, для выявления необходимых качеств и черт личности.

Задачи исследования:

1. подобрать валидные методики, при помощи которых определить хронотип и выявить наличие лидерских качеств у испытуемых;
2. выявить группы хронотипов и наличие и лидерских качеств, присущих каждой из них;
3. провести количественную и качественную оценку;
4. сделать анализ полученных данных –выяснить каким образом лидерские качества проявляются у различных хронотипов.

Исходя из цели исследования, были выбраны следующие методики:

1. Тест Хорна-Остберга для определения хронотипа [53];
2. Определение уровня лидерского потенциала (Е. Жариков, Е. Крушельницкий);
3. Методика «Я-лидер» (А.Лутошкин).

Подробно о перечисленных выше методиках:

1. Для того, чтобы выявить хронотип человека, применяется методика Хорна-Остберга. По результатам диагностики можно отнести человеку к утреннему типу «жаворонок», к дневному типу «голубь» и к вечернему типу «сова». Методика представляет из себя опросник состоящий из 19 вопросов с 4 вариантами ответов, каждый из которых эквивалентен баллам от 0 до 6. Некоторые вопросы являются шкалами времени, на которых испытуемый выбирает подходящий промежуток времени. Каждый из вопросов отражает особенности, присущие предлагаемым хронотипам, благодаря чему и получается выявить тип временной организации человека.

2. Диагностики лидерских способностей, предложенная Е. Жариковым и Е. Крушельницким позволяет оценить лидерский потенциал человека. По мнению авторов чтобы быть лидером, у человека должны быть развиты коммуникативные и организаторские качества и определенные черты личности, такие как воля, настойчивость, терпеливость, стрессоустойчивость, самокритичность, надежность и выносливость. Методика позволяет определить уровень выраженности этих качеств и на основании этого выявить наличие и качество лидерского потенциала. Опросник состоит из 50 вопросов и 2 вариантов ответа. Каждый ответ (А или Б) в левой колонке – 1 балл. После подсчета количества набранных баллов определяется степень выраженности лидерства. До 25 баллов – слабо выражено; 26 – 35 баллов – выражено средне; 36 – 40 баллов – выражено сильно; 41 балл и выше – склонность к диктатуре.

3. Методика А. Лутошкина для самодиагностики лидерских качеств представляет собой опросник. Он состоит из 48 вопросов и 4 вариантов ответа. Испытуемому предлагаются утверждения, с которыми он выражает согласие или несогласие. Если испытуемый полностью согласен, то ставит цифру «4»; если скорее согласен, чем не согласен – цифру «3»; если затрудняется ответить – цифру «2»; когда скорее не согласен, чем согласен – цифру «1», а если не согласен полностью – «0». Каждый ответ соответствует шкалам от А до Ж, каждая из которых представляет из себя лидерское

качество. Если сумма в столбце меньше 10, значит качество развито слабо; если больше 10, то это качество развито средне или сильно. Также имеется «шкала лжи», определяющая искренность ответов.

2.2 Результаты эмпирического исследования

Выбранные методики диагностики были предъявлены руководителям отделов на бланках. Впоследствии собранный материал был систематизирован, обработан и проанализирован.

На первом этапе исследования мы с помощью методики Хорна-Остберга выявили группы хронотипической принадлежности, к которым принадлежали испытуемые. Результаты применения методики отображены в таблице 1 и на рисунке 1.

Таблица 1 - Тест Хорна-Остберга для определения хронотипа.

№ п/п	Исследуемые	Утренний хронотип	Дневной хронотип	Вечерний хронотип
		59-70 баллов	42-58 баллов	16-41 баллов
1	2	3	4	5
1	Т	64	-	-
2	В	61	-	-
3	А	59	-	-
4	Р	-	58	-
5	Н	-	54	-
6	Я	-	51	-
7	Е	-	50	-
8	Р	-	49	-
9	Я	-	47	-
10	Р	-	46	-
11	Ю	-	44	-
12	С	-	44	-
13	С	-	43	-
14	Т	-	43	-
15	Е	-	43	-
16	Т	-	-	39
17	И	-	-	36

18	Л	-	-	33
19	Б	-	-	31
20	И	-	-	29
Общее количество исследуемых по данному признаку		3	12	5
% от общего количества обследованных		15	60	25
Среднее арифметическое (баллы)		61,3	47,6	33,6

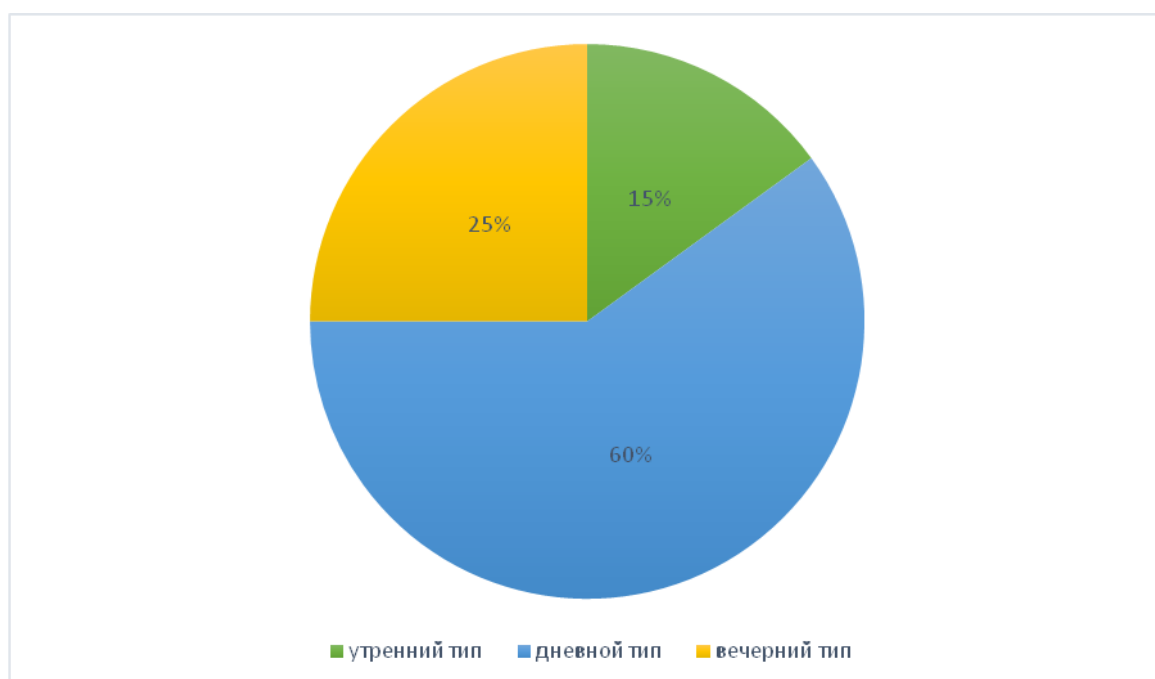


Рисунок 1 - Результаты теста Хорна-Остберга.

Согласно таблице 1, из 20 обследованных трое человек принадлежат к утреннему хронотипу, 12 человек относятся «голубям» и 5 человек принадлежат вечернему типу временной организации. На рисунке 1 это соответственно 15%, 60% и 25%. Большая часть испытуемых принадлежит к дневному типу.

На следующем этапе исследования выявим, какой уровень развития лидерских качеств соответствует каждому хронотипу. Соотнесем каждую шкалу диагностики лидерских качеств с данными о хронотипах.

Данные этого этапа представлены на таблицах 2, 3 и 4 «Диагностики лидерских способностей (Е. Жариков, Е. Крушельницкий)», а также на рисунках 2, 3 и 4.

Таблица 2 - Диагностика лидерских способностей (Е. Жариков, Е. Крушельницкий)». Утренний хронотип.

№ п/п	Испытуемые	Утренний хронотип (обработка и интерпретация результатов)			
		Лидерские качества выражены слабо	Лидерские качества выражены средне	Лидерские качества выражены сильно	Склонность к диктату
		До 25	26-35	36-40	41 и выше
1	2	3	4	5	6
1	А	-	29	-	-
2	В	-	32	-	-
3	Т	-	36	-	-
Общее количество исследуемых по данному признаку		0	3	0	0
% от общего количества обследованных		0	100	0	0
Среднее арифметическое по группам		0	32,3	0	0
Общее среднее арифметическое		32,3			

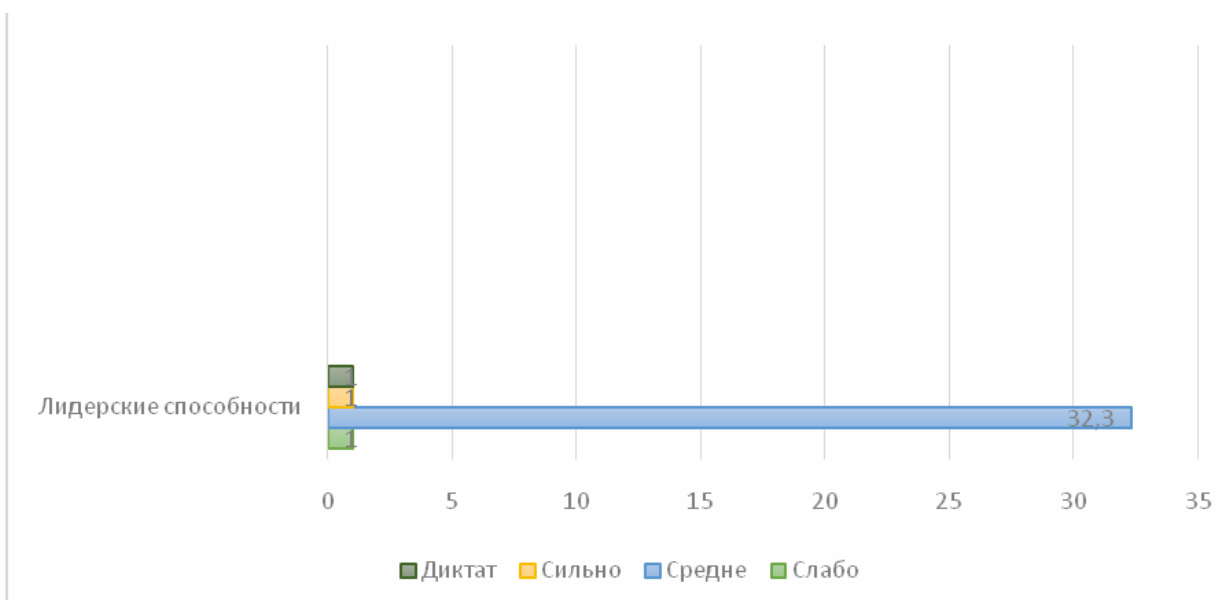


Рисунок 2 – Диагностика лидерских способностей (Е. Жариков, Е. Крушельницкий). Утренний хронотип.

Согласно таблице 2 100% «жаворонков» имеют средний балл по шкале оценки лидерских способностей. Общий средний арифметический балл по всем лицам утреннего хронотипа составляет 32,3, что свидетельствует о среднем уровне развитости способностей к лидерству.

Таблица 3- Диагностика лидерских способностей (Е. Жариков, Е. Крушельницкий)». Дневной хронотип.

№ п/п	Исследуемые	Дневной хронотип (обработка и интерпретация результатов)			
		Лидерские качества выражены слабо	Лидерские качества выражены средне	Лидерские качества выражены сильно	Склонность к диктату
		До 25	26-35	36-40	41 и выше
1	2	3	4	5	6
1	Р	22	-	-	-
2	Н	-	26	-	-
3	Я	-	27	-	-
4	Е	-	-	37	-
5	Р	-	33	-	-
6	Я	-	28	-	-
7	Р	-	-	36	-
8	Ю	-	29	-	-

9	С	-	34	-	-
10	С	25	-	-	-
11	Т	23	-	-	-
12	Е	-	29	-	-
Общее количество исследуемых по данному признаку		3	7	2	0
% от общего количества обследованных		25	58,3	16,6	0
Среднее арифметическое по группам		23,3	29,4	36,5	0
Общее среднее арифметическое		29,08			

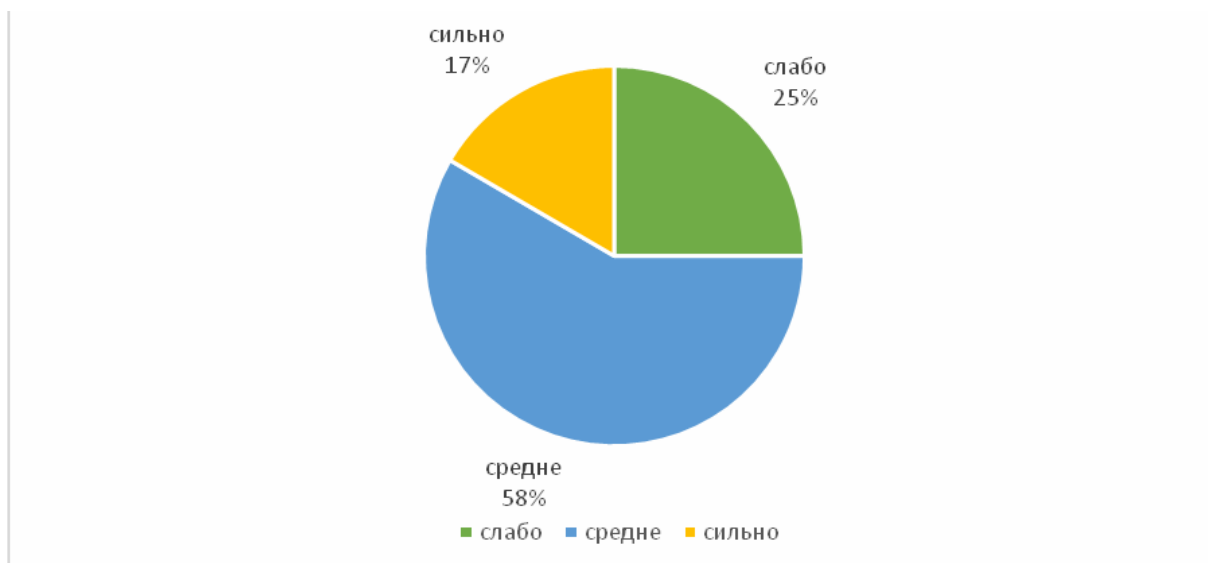


Рисунок 3 – Диагностика лидерских способностей (Е. Жариков, Е. Крушельницкий). Дневной хронотип.

В таблице 3 и на рисунке 3 представлены данные по дневному хронотипу. 25% «голубей» имеют низкий балл по шкале оценки лидерских способностей, 58,3% средний и 16,6% высокий балл. Общий средний арифметический балл по всем лицам дневного хронотипа составляет 29,08 что свидетельствует о среднем уровне развитости способностей к лидерству.

Таблица 4 - - Диагностика лидерских способностей (Е. Жариков, Е. Крушельницкий)». Вечерний хронотип.

№ п/п	Испытуемые	Вечерний хронотип (обработка и интерпретация результатов)			
		Лидерские качества выражены слабо	Лидерские качества выражены средне	Лидерские качества выражены сильно	Склонность к диктату
		До 25	26-35	36-40	41 и выше
1	2	3	4	5	6
1	Г	24	-	-	-
2	И	-	33	-	-
3	Л	24	-	-	-
4	Б	-	31	-	-
5	И	-	35	-	-
Общее количество исследуемых по данному признаку		2	3	0	0
% от общего количества обследованных		40	60	0	0
Среднее арифметическое по группам		24	33	0	0
Общее среднее арифметическое		29,4			

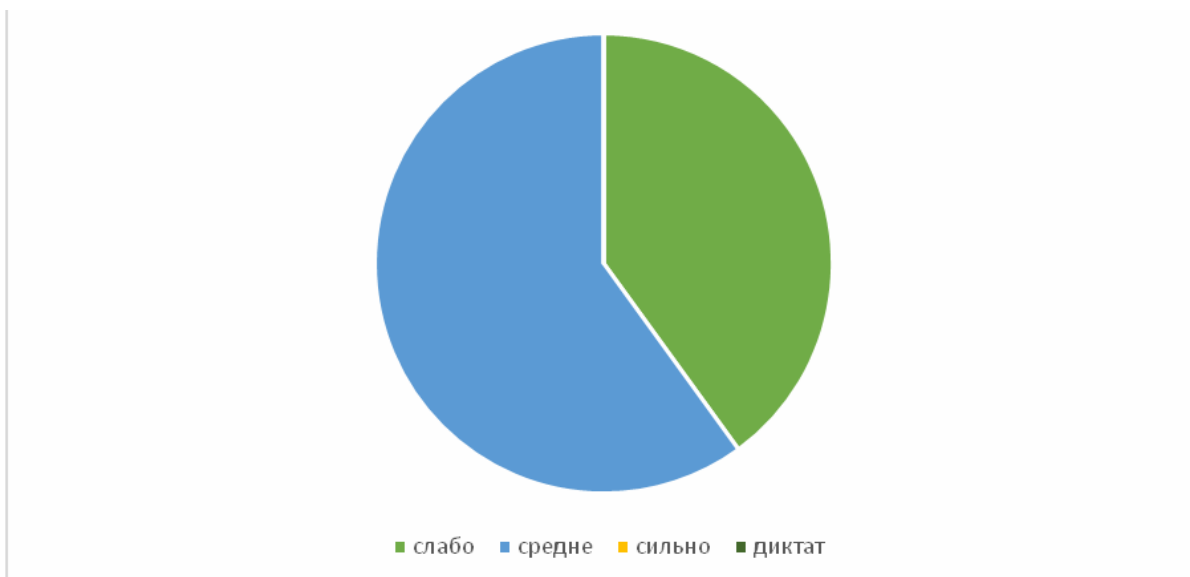


Рисунок 4 – Диагностика лидерских способностей (Е. Жариков, Е. Крушельницкий). Вечерний хронотип.

В таблице 4 и на рисунке 4 представлены данные, из которых вытекает, что 40% «сов» имеют низкий балл по шкале оценки лидерских способностей и 60% средний балл. Общий средний арифметический балл по всем лицам вечернего хронотипа составляет 29,4, что свидетельствует о среднем уровне развитости способностей к лидерству.

В следующей методике «Я-Лидер» (А. Лутошкин) имеется 8 шкал отображающих качества лидера. Результаты представлены в таблицах 5, 6, 7 и на рисунках 5,6,7.

Таблица 5 - Методика «Я-Лидер» (А. Лутошкин). Утренний хронотип.

№ п/п	Исследуемые	Утренний хронотип (обработка и интерпретация результатов)							
		А – умение управлять собой	Б – осознание цели (знаю, чего хочу)	В – умение решать проблемы	Г – наличие творческого подхода	Д – влияние на окружающих	Е – знание правил организаторской работы	Ж – Организаторские способности	З – умение работать с группой
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

1	Т	13	14	10	15	15	11	14	13
2	В	9	13	12	9	13	11	13	15
3	А	11	9	9	10	8	9	11	12
Среднее арифметическое по группам		11	12	10,3	11,3	12	10,3	12,6	13,3
Общее среднее арифметическое		11,625							

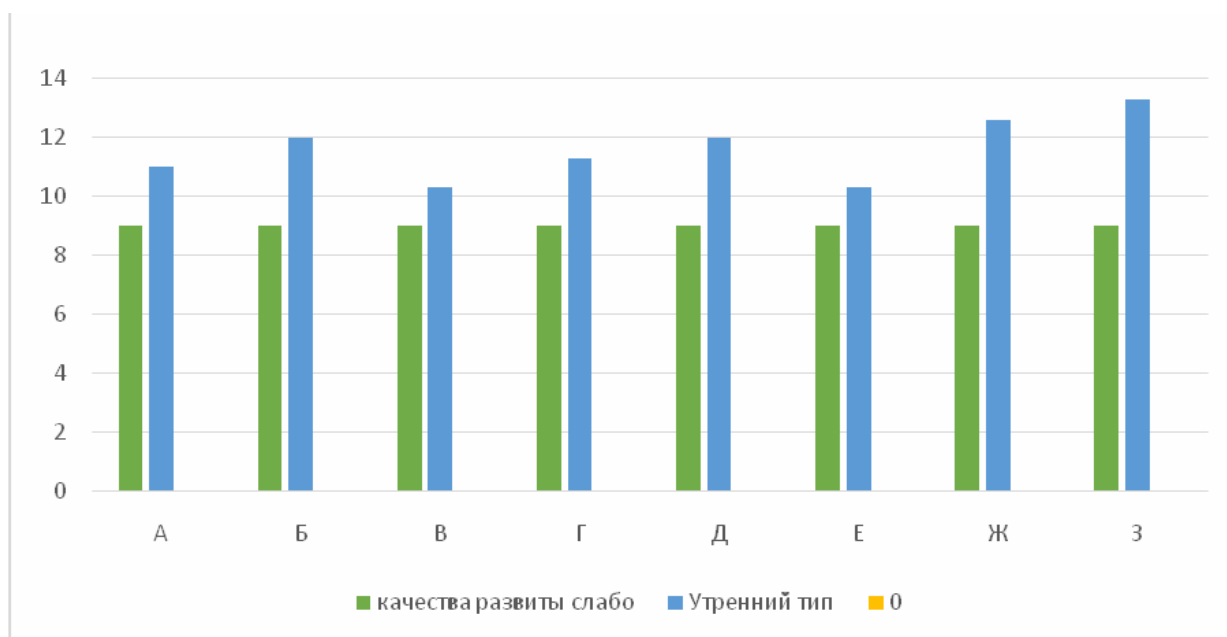


Рисунок 5 – Диагностика лидерских способностей (А. Лутошкин).

Утренний хронотип.

Данные таблицы 5 и рисунка 5 свидетельствуют о том, что у «жаворонков» умение управлять собой (А) имеет средний показатель 11 баллов, осознание цели (Б) – 12, умение решать проблемы (В) – 10,3, наличие творческого подхода (Г) – 11,3 влияние на окружающих (Д) – 12, знание правил организаторской работы – 10,3, организаторские способности (Ж) – 12,6, умение работать с группой (З) – 13,3. Общий средний арифметический балл по всем шкалам лиц вечернего хронотипа составляет 11,625. Это свидетельствует о среднем уровне развитости лидерских качеств.

Таблица 6 - Методика «Я-Лидер» (А. Лутошкин). Дневной хронотип.

№ п/п	Исследуемые	Дневной хронотип (обработка и интерпретация результатов)
-------	-------------	---

		А – умение управлять собой	Б – осознание цели (знаю, чего хочу)	В – умение решать проблемы	Г – наличие творческого подхода	Д – влияние на окружающих	Е – знание правил организаторской работы	Ж – Организаторские способности	З – умение работать с группой
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Р	12	10	11	8	9	8	10	9
2	Н	10	11	9	8	10	13	11	14
3	Я	11	12	11	13	10	10	9	10
4	Е	12	12	10	13	11	14	15	15
5	Р	14	15	20	11	17	10	12	10
6	Я	10	11	8	12	9	12	10	11
7	Р	12	10	13	11	14	11	13	12
8	Ю	10	10	9	8	11	10	12	14
9	С	8	13	14	7	12	10	16	12
10	С	13	11	11	13	12	9	14	14
11	Т	9	8	11	7	9	8	7	8
12	Е	10	12	9	12	14	11	12	10
Среднее арифметическое по группам		10,9	11,25	11,33	10,25	11,5	10,5	11,75	11,58
Общее среднее арифметическое		11,13							

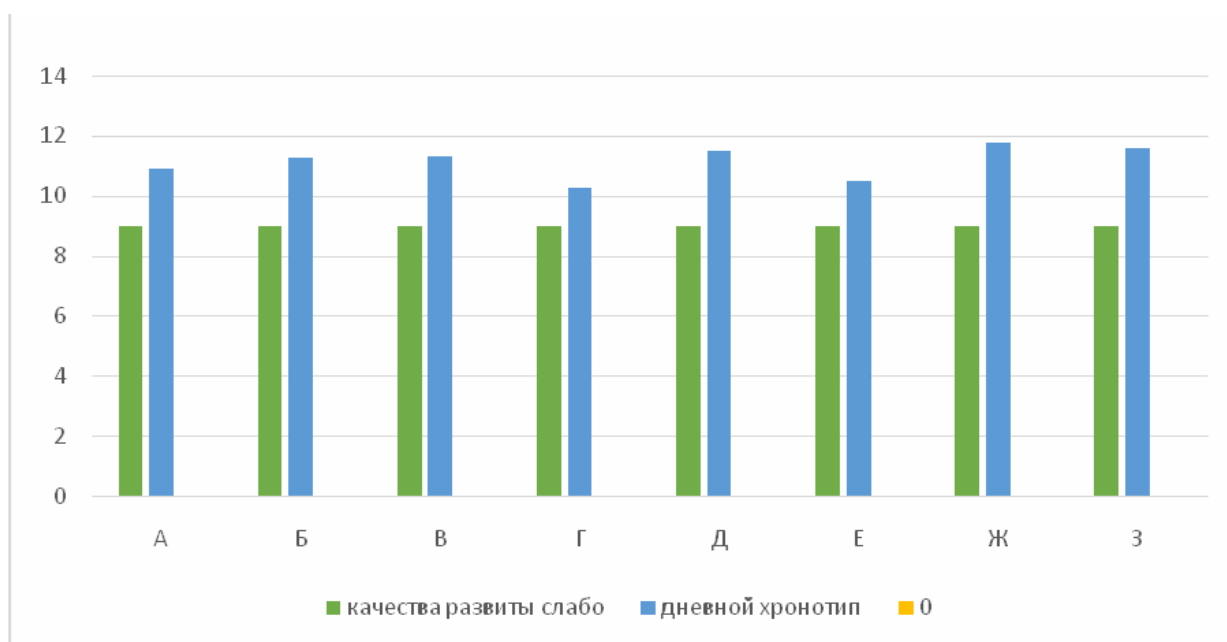


Рисунок 6 – Диагностика лидерских способностей (А. Лутошкин).

Дневной хронотип.

Данные таблицы 6 и рисунка 6 свидетельствуют о том, что у «жаворонков» умение управлять собой (А) имеет средний показатель 10,9 баллов, осознание цели (Б) – 11,25, умение решать проблемы (В) – 11,33, наличие творческого подхода (Г) – 10,25 влияние на окружающих (Д) – 11,5, знание правил организаторской работы (Е) – 10,5, организаторские способности (Ж) – 11,75, умение работать с группой (З) – 11,58. Общий средний арифметический балл по всем шкалам лиц вечернего хронотипа составляет 11,13. Это свидетельствует о среднем уровне развитости лидерских качеств.

Таблица 7 - Методика «Я-Лидер» (А. Лутошкин). Вечерний хронотип.

№ п/п	Исследуемые	Вечерний хронотип (обработка и интерпретация результатов)
-------	-------------	---

		А – умение управлять собой	Б – осознание цели (знаю, чего хочу)	В – умение решать проблемы	Г – наличие творческого подхода	Д – влияние на окружающих	Е – знание правил организаторской работы	Ж – Организаторские способности	З – умение работать с группой
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Т	8	7	10	9	8	6	10	9
2	И	11	14	15	9	17	12	14	15
3	Л	9	12	10	9	11	11	14	13
4	Б	14	13	9	10	14	9	11	11
5	И	11	10	12	8	9	8	10	9
Среднее арифметическое по группам		10,6	11,2	11,2	9	11,8	9,2	11,8	11,4
Общее среднее арифметическое		10,775							

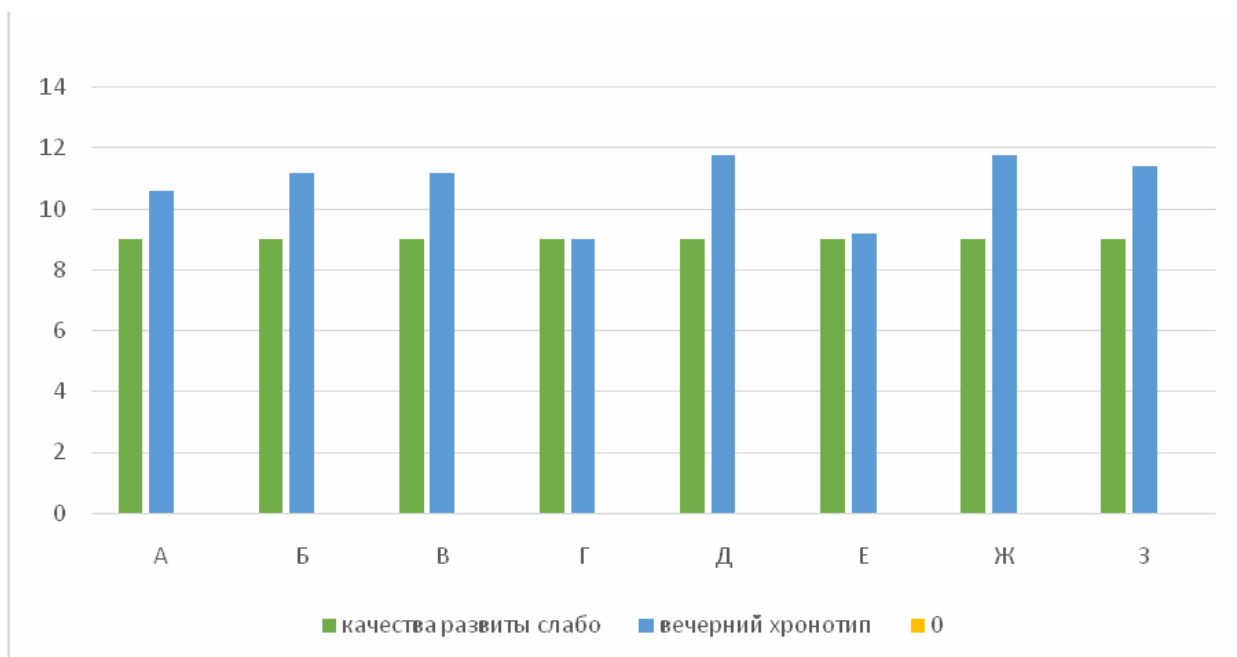


Рисунок 7 – Диагностика лидерских способностей (А. Лутошкин).

Вечерний хронотип.

Данные таблицы 7 и рисунка 7 свидетельствуют о том, что у «жаворонков» умение управлять собой (А) имеет средний показатель 10,6 баллов, осознание цели (Б) – 11,2, умение решать проблемы (В) – 11,2, наличие творческого подхода (Г) – 9, влияние на окружающих (Д) – 11,8, знание правил организаторской работы (Е) – 9,2, организаторские способности (Ж) – 11,8, умение работать с группой (З) – 11,4. Общий средний арифметический балл по всем шкалам лиц вечернего хронотипа составляет 10,775. Это свидетельствует о среднем уровне развитости лидерских качеств.

Выводы по второй главе

Результаты эмпирического исследования позволяют сделать следующие выводы:

1. По хронотипическим особенностям группа испытуемых распределилась следующим образом:

- 60% испытуемых принадлежат к хронотипу «голубь»;
- 25% испытуемых принадлежат к хронотипу «сова»;

- 15% испытуемых принадлежат к хронотипу «жаворонок».

2. По результатам диагностики лидерских способностей по методике Е. Жарикова и Е. Крушельницкого у утреннего хронотипа лидерские качества выражены средне с баллом 32,3, у дневного 29,08 баллов, а у вечернего 29,4 баллов.

3. По результатам диагностики для определения лидерских качеств «Я-Лидер» А. Лутошкина, у представителей утреннего хронотипа средний балл – 11,625, у дневного хронотипа средний балл – 11,13, у вечернего – 10,775.

4. Уровень проявления лидерских качеств по результатам исследования очевидно не сильно связан с хронотипическими особенностями, однако больше всего отмечается у «жаворонок», а меньше всего у «сов».

Заключение

Известно, что биоритмы - это разнообразные циклические феномены, протекающие у организмов, закономерности временной организации клеток, тканей органов и организмов в целом, их адаптивность к лунным и солнечным ритмам.

Все колебательные процессы стремятся к синхронизации и согласованности между собой.

Многочисленные исследования в различных научных дисциплинах указывают на врожденную способность внутренних систем различных организмов подстраиваться под изменения окружающей среды, благодаря механизмам временной синхронизации.

Большой вклад в изучение проблемы биоритмологии внесли эксперименты в бункере, которые проводились в Германии в начале двадцатого века, изолируя людей от внешних источников света и индикаторов времени, удалось выявить взаимосвязь изменения температуры тела и времени засыпания и пробуждения. Эти процессы ритмически повторяются во время суточного цикла.

Появился специальный опросник, позволяющий определить тип временной организации человека по его основным привычкам. Так можно судить о работоспособности человека, зная его хронотип. Объединив хронотипы в группы, Г. Ламперт назвал «жаворонками», «голубями» и «совами».

Хронобиологические исследования выявили ряд положений:

– Упорядоченность во времени является интегрированным компонентом всех жизненных процессов.

– Помимо широко известных ритмов вроде суточного и менструального, в организме постоянно протекают ритмические процессы с различной периодичностью: от доли секунд до многих лет.

– Временные циклы и ритмические процессы постоянно взаимодействуют между собой, а фазовые и частотные отношения имеют иерархическую структуру. Ритм внешней среды синхронизирует весь организм в целом, в первую очередь, влияя на длинноволновые переключения.

– Наблюдение различных параметров функционирования организма показало, что их на первый взгляд независимые изменения служат обусловленным ритмическими изменениями целям .

Ключевую роль, как доминирующий природный временной указатель, играет световое воздействие, влияющее на частоту суточных переключений и фазовые характеристики в организме. Для лечения и профилактики депрессии часто назначаются обильные световые ванны в течение всего дня, хотя максимальная чувствительность к световому воздействию наблюдается по утрам.

В настоящее время в психологии имеются несколько главных теоретических подходов в понимании феномена лидерства. Можно выделить личностные подходы, поведенческий и ситуационный подходы, а также теорию черт.

Несмотря на глубокую проработку проблему изучения специальных черт лидера, ни один набор качеств не смог составить полноценный психологический портрет лидера. Теория черт так и не смогла определить список особенностей лидера, чтобы выявлять потенциальных лидеров. Исследования показали, что даже два человека с подходящими свойствами личности и чертами характера не всегда становились лидерами.

В ходе исследований в рамках поведенческого подхода были выделены такие качества как инициативность, а также внимательность, заботливость к членам своего коллектива. Были определены две направленности

руководителя: центрированность на группу и центрированность на производство.

Поведенческий подход внес огромный вклад в багаж знаний о лидерстве, но тем не менее, многие исследователи пришли к выводу, что идеального стиля руководства не бывает. Руководитель должен обладать широким кругом способностей, быть гибким и уметь подстроиться под конкретный случай, поэтому должен обладать разнообразными стилями.

В рамках ситуационного подхода были предложены четыре модели в которых лидер определялся не столько ситуацией, а сколько возможностями, которые одна ситуация открывает перед лидером в последствии. Считается, что настоящий лидер стремится к власти, и что если одна ситуация позволила члену группы проявить лидерские качества, то скорее всего в следующий раз группа выберет его снова, так как он уже проявлял свои способности. Л. Столяренко отмечает, что лидера определяют последователи [21].

Деятельностный подход (С. Рубинштейн, А. Леонтьев) был ключевым в рамках отечественной теории лидерства, где личность рассматривается в совокупности всех своих проявлений. Действие не может быть отделено от психического, а психика всегда рассматривается в действии.

Отечественные психологи рассматривали не ситуации, а конкретные задачи деятельности группы, в которых каждый участник группы имеет возможность проявить свои организаторские. Лидер выделялся на основе своего влияния на членов группы.

Взаимосвязь проявления лидерских качеств и хронотипа более подробно отражены во второй экспериментальной главе. Как следует из представленных результатов таблиц, ярче, чем у остальных, лидерские качества проявляются у лиц дневного хронотипа, в меньшей степени это было присуще представителям утреннего и вечернего хронотипов.

Список используемой литературы

1. Ананьев, Б. Г. Генетические и структурные взаимосвязи в развитии личности [Текст] // Психология личности в трудах отечественных психологов. - СПб.: Питер, 2000. - С. 178-188.
2. Алякринский, Б. С. Биологические ритмы и организация жизни человека в космосе [Текст] / Б. С. Алякринский. - М.: Наука, 1983. - 248 с.
3. Авдеева, В. С. Основные механизмы адаптации человека [Текст] / В. С. Авдеева, Е. М. Бурцев. - М.: Наука, 1993. – 189 с.
4. Аверин, В. А. Психология личности [Текст] / В. А. Аверин. – СПб.: Изд-во В.А. Михайлова, 1999. – 89 с.
5. Агаджанян, Н. А. Здоровье студентов [Текст] / Н. А. Агаджанян, В.П. Дегтярев. - М.: Изд-во РУДН, 1997. – 199 с.
6. Агаджанян, Н. А. Хроноструктура репродуктивной функции [Текст] / Н. А. Агаджанян, И.В. Радыш. - М.: Издательская фирма «КРУК», 1998. – 248 с.
7. Агаджанян, Н. А. Хронофизиология, экология человека и адаптация. [Текст] / Н. А. Агаджанян, И.В. Радыш // Экология человека. – 1995. - № 1. – С. 9-15.
8. Агаджанян, Н. А. Экология человека и интегративная антропология [Текст] / Н.А. Агаджанян, Б.А. Никитюк. – М.: Изд-во АГМА, 1996. – 223 с.
9. Агаджанян, Н. А. Экология, здоровье и качество жизни [Текст] / Н. А. Агаджанян, Г. П. Ступаков, И.Б. Ушаков // Астрахань: Изд-во АГМА, 1996. – 246 с.
10. Адлер, Ю. П., Липкина, В. В. Лидерство как механизм постоянного обеспечения конкурентоспособности [Текст] // Стандарты и качество.

Электронная версия журнала; <http://www.stq.ru/stq/adetail.php?ID=5820>
(сохранено 23.12).

11. Алыфанов, С. А. Основные направления анализа лидерства [Текст] / С.А. Алыфанов // Вопросы психологии. - 1991. - № 3. - С. 90-96.
12. Алякринский, Б. С. Биологические ритмы и организация жизни человека в космосе [Текст] / Б. С. Алякринский / Проблемы космической биологии. - Т. 46. - М.: Наука, 1983. – 248 с.
13. Алякринский, Б. С. По закону ритма [Текст] / Б. С. Алякринский, С. И. Степанова. - М.: Наука, 1985. – 175 с.
14. Андреева, Г. М. Социальная психология [Текст] / Г.М. Андреева. – М.: Аспект-Пресс, 2008. - 363 с.
15. Асанян, Н. Л. Хронобиология выделительной функции почек [Текст] / Н. Л. Асанян, Э. М. Кришян, Д. Г. Асатрян, Г. Ж. Ерицян. - Ереван, 1989. – 46 с.
16. Асланян, Н. Л. Методика исследования биологических ритмов в клинике [Текст] / Н. Л. Асланян, Р.А. Багдасарян // Методические рекомендации. – Ереван, 1978. - 20 с.
17. Баевский, В. Н. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии [Текст] / В.Н. Баевский. - М.: Медицина, 1979. – 299 с.
18. Баранов, И. Н. Стандарты третьего поколения и конкуренция на рынке бизнес-образования [Текст] / И.Н. Баранов // Вестник СПбГУ. - Сер. Менеджмент. - 2010. - Вып.1. - С. 166-183.
19. Большой психологический словарь [Текст] / Под ред. Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2003.
20. Варданян, Б. Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости [Текст] / Б. Х. Варданян. // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. – М.: Лань, 2001. – 543 с.
21. Варшавский, И. А. Учение А. А. Ухтомского о хронотопе – его значение в анализе временных механизмов и закономерностей биологии индивидуального развития [Электронный ресурс] / И.А. Варшавский //

- Успехи физиологических наук. 1991. - Т 22. - № 3. - 3-24 с. – Режим доступа: www.pdfactory.com
22. Губин, Г. Д. Суточные ритмы биологических процессов и их адаптивное значение в онто- и филогенезе позвоночных [Текст] / Е.Ш. Герловин. - Новосибирск: Наука, 1980. - 277 с.
23. Деряпа, Н. Р. Проблемы медицинской биоритмологии [Текст] / Н. Р. Деряпа, М. П. Мошкин. - М.: Медицина, 1985. – 208 с.
24. Дильман, В. М. Большие биологические часы [Текст] / В. М. Дильман. - М.: Знание, 1986. – 256 с.
25. Доскин, В. А. Ритмы жизни [Текст] / В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева. - М.: Медицина, 1991. – 176 с.
26. Доскин, В. А. Биологические ритмы растущего организма [Текст] / В. А. Доскин, Н. Н. Куинджи. - М.: Медицина, 1989. - 224 с.
27. Заславская, Р. М. Хронодиагностика и хронотерапия заболеваний сердечно-сосудистой системы [Текст] / Р.М. Заславская. - М.: Медицина, 1991. – 320 с.
28. Зильберман, П. Б. Эмоциональная устойчивость оператора [Текст] // Очерки психологии труда оператора / П.Б. Зильберман / Под ред. Е.А. Милеряна. – М., 1975.
29. Кассиль, Г. Н. Внутренняя среда организма [Текст] / Г. Н. Кассиль. – М.: Наука, 1978. – 205 с.
30. Кассиль, Г. Н. Управление физиологических функций путем регуляции нейро-гуморальных взаимоотношений в организме [Текст] / Г. Н. Кассиль / Проблемы управления функциями организма человека и животных. - М.: Наука, 1973. - 84-92 с.
31. Ковешникова, И. И. Работоспособность и заболеваемость школьников в зависимости от соответствия смены обучения их региональному биоритмологическому профилю // Гигиена и санитария. - 1991. - № 7. - 43-45.

32. Комаров, Ф. И. Хрономедицина – достижения и задачи / Ф. И. Комаров, С. И. Рапопорт // Терапевтик. Архив: 1988. – Т. 60. - № 8. – С. 12-17.
33. Конституциональная психология У. Шелдона [Текст] // К. Холл, Г. Линдсей Теории личности. - М., 1997. - С. 447-497.
34. Корнетов, А. Н. Ритмические и экологические исследования при психических заболеваниях [Текст] / А.Н. Корнетов В.П. Самохвалов Н.А. Корнетов. - К.: Здоровье, 1988. – 208 с.
35. Кричевский, Р. Л., Рыжак, М. М. Психология руководства и лидерства в спортивном коллективе [Текст] / Р. Л. Кричевский, М.М. Рыжак. - М.: Изд-во Моек ун-та, 1985. - 218 с.
36. Лебон, Г. Психология народов и масс [Текст] / Г. Лебон. - М.: Макет, 1995. - 320 с.
37. Меерсон, Ф. З. Адаптационная медицина: концепция долговременной [Текст] / Ф.З. Меерсон. – М.: Логос, 2001.
38. Мерлин, В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности [Текст] / В.С. Мерлин. - М.: Педагогика, 1986.
39. Мескон, М. Основы менеджмента [Текст] / М. Мескон. - М.: Вильямс, 2007. - 672 с.
40. Моисеев, Н. И. Временная среда и биологические ритмы [Текст] / Н. И. Моисеев, В. М. Сысоев. - Л.: Наука, 1981. – 126 с.
41. Небылицин, В. Д. Актуальные проблемы дифференциальной психофизиологии [Текст] / В.Д. Небылицин // Психология индивидуальных различий: Тексты. - М., 1982. - С. 39-52.
42. Новиков, В. С. Биоритмы, космос, труд [Текст] / В. С. Новиков, Н. Р. Деряпа. - СПб.: Наука, 1992. – 256 с.
43. Первитская, А. М. Исследование лидерства как особого вида деятельности (на примере юношеского возраста) [Текст] / А.М. Первитская // Вестник Московского государственного областного университета. - 2007. - № 3. - С. 211-215.

44. Практикум по психодиагностике личности [Текст] / Под ред. Н.К. Ракович. - Минск, 2002.
45. Пригожий, И. Порядок из хаоса [Текст] / И. Пригожий, И. Стингрес. - М.: Прогресс, 1988. - 432 с.
46. Романов, Ю. А. Временная организация биологических систем [Текст] / Ю. А. Романов // Биологические ритмы. - М.: Наука, 1980. - № 10. – 56 с.
47. Романов, Ю. А. Проблемы хронобиологии [Текст] / Ю. А. Романов. - М.: Знание, 1989. – 64 с.
48. Рыбаков, В. П. Биологические и социальные аспекты десинхроноза [Текст] / В. П. Рыбаков, П. И. Орлова // Альманах «Новые исследования». - 2001. – Вып. 1. - С. 58-68.
49. Рыбаков, В. П. Биологические ритмы ребенка [Текст] / В. П. Рыбаков, Н. И. Орлова, Т. С. Пронина / Физиология развития ребенка: теоретические и прикладные аспекты. - М.: Образование от А до Я, 2000. - С. 287 - 295.
50. Сенге, П. Пятая дисциплина: искусство и практика самообучающейся организации [Текст] / П. Сенге. - М.: Олимп-бизнес, 1999. - 406 с.
51. Социальная психология: ключевые идеи [Текст] / Под ред. Р. Бэрон, Д. Бирн, Б. Джонсон. – 4-е изд. – СПб.: Питер, 2003.- 512 с.
52. Степанова, С. И. Биоритмологические проблемы адаптации [Текст] / С. И. Степанова. - М.: Наука, 1986. – 241 с.
53. Столяренко, Л. Д. Психология делового общения и управления [Текст] / Л.Д. Столяренко. - Ростов н/Д: Феникс, 2005. - 416 с.
54. Таболин, В. А. Проблемы биологических ритмов детского организма Суточные ритмы физиологических процессов организма [Текст] / В. А. Таболин, Ю.Е. Вельтищев / Труды 2-го МОЛГМИ. - М., 1972. - С.71 -73.
55. Тест Хорна – Остберга для определения жаворонков и сов [Текст] / Время-деньги. - М.: Изд-во Эксмо, 2004. – 352 с.
56. Хронобиология и хрономедицина. Руководство [Текст] / Под ред. Ф. И. Комарова. - М.: Медицина, 1989. - С. 261-277.

57. Циклические процессы в биосфере [Текст] / Ф. И. Комаров, Т. К. Брус, С. И. Рапопорт. - М.: ВИНТИ, 1989. – 174 с.
58. Чалдини, Р. Социальная психология. Пойми других, чтобы понять себя! [Текст] / Р. Чалдини. - СПб.: Прайм-Еврознак, 2002.

Приложение А

№ п/ п	Испытуемые	Название методики									
		Методика Хорна-Остберга для определения хронотипа	Диагностика лидерских способностей (Е. Жариков, Е. Крушельницкий)	Методика «Я-Лидер» А.Лутошкин							
				1	2	3	4	5	6	7	8
1	Т	64	36	13	14	10	15	15	11	14	13
2	В	61	32	9	13	12	9	13	11	13	15
3	А	59	29	11	9	9	10	8	9	11	12
4	Р	58	22	12	10	11	8	9	8	10	9
5	Н	54	26	10	11	9	8	10	13	11	14
6	Я	51	27	11	12	11	13	10	10	9	10
7	Е	50	37	12	12	10	13	11	14	15	15
8	Р	49	33	14	15	20	11	17	10	12	10
9	Я	47	28	10	11	8	12	9	12	10	11
10	Р	46	36	12	10	13	11	14	11	13	12

11	Ю	44	29	10	10	9	8	11	10	12	14
12	С	44	34	8	13	14	7	12	10	16	12
13	С	43	25	13	11	11	13	12	9	14	14
14	Т	43	23	9	8	11	7	9	8	7	8
15	Е	43	29	10	12	9	12	14	11	12	10
16	Т	39	24	8	7	10	9	8	6	10	9
17	И	36	33	11	14	15	9	17	12	14	15
18	Л	33	24	9	12	10	9	11	11	14	13
19	Б	31	31	14	13	9	10	14	9	11	11
20	И	29	35	11	10	12	8	9	8	10	9