

Рівненський державний

гуманітарний університет

Студентський дайджест

Збірник наукових матеріалів здобувачів
вищої освіти

№ 4
2021

Рівненський державний гуманітарний університет
Психолого-природничий факультет

Студентський дайджест

збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти

Випуск 4

Рівне, 2021

УДК 159.9+316.6

Студентський дайджест. Збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти – Випуск 4. – Рівне: РДГУ, 2021. – 145 с.

Головний редактор:

Павелків Роман Володимирович – доктор психологічних наук, професор, перший проректор, завідувач кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету

Виконавчі редактори:

Безлюдна Валентина Іванівна – кандидат педагогічних наук, доцент, професор кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Корчакова Наталія Вікторівна – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Павелків Віталій Романович – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри загальної психології та психодіагностики, декан психолого-природничого факультету Рівненського державного гуманітарного університету.

Друкується за рішенням Вченої Ради РДГУ (протокол № 12 від
29 грудня 2021 р.)

За достовірність фактів, дат, назв тощо відповідальність несуть автори матеріалів.

Опитувальники тривожності дозволяють отримати кількісні еквіваленти виразності різних видів тривожності, в тому числі й шкільної, у структурі емоційних властивостей особи учня, що полегшує процедуру їх обробки, інтерпретацію отриманих даних та зіставлення різних груп, що тестуються. У той же час, до недоліків такого типу методів можна віднести їх залежність від рівня розвитку рефлексії досліджуваних, або від їх прагнення продемонструвати соціально бажані зразки поведінки. Як приклад застосування цього методу можна виділити Опитувальник шкільної тривожності Філіпса, що належить до стандартизованих психодіагностичних методів і дозволяє оцінити як загальний рівень шкільної тривожності, так і якісну своєрідність переживання тривожності, пов'язаної з різними сферами шкільного життя. Опитувальник досить простий у застосуванні та обробці результатів, тому добре зарекомендував себе при проведенні фронтальних психодіагностичних обстежень. Також доцільно використовувати «Шкалу тривожності» Рогова Є. І., розроблену за принципом «Шкали соціально-ситуативної тривожності» Кондаша. Особливість шкал такого типу полягає в тому, що в них людина оцінює наявність чи відсутність у себе будь-яких переживань, симптомів тривожності, а ситуації - з огляду на те, наскільки можуть викликати тривогу. Виконання подібного тестового завдання меншою мірою залежить від рівня розвитку рефлексії учнів.

Висновки. Тривожність - індивідуальна властивість особистості, що проявляється схильністю до надмірного хвилювання в ситуаціях, які загрожують, на думку цієї особи, неприємностями та виражається фізіологічними та емоційними змінами. Діагностика тривожності необхідна для корекції поведінки та самооцінки підлітка, через те що високий рівень тривоги негативно впливає на соціальну сферу життя, ставлення до самого себе, до власної діяльності, знижується здатність до адаптованості. Найбільш ефективними для діагностики підліткової тривожності є методи спостереження, тести, опитувальники та бесіди: організувати спостереження доволі складно, але невербальні прояви видають ознаки високого рівня тривожності; тести та опитувальники, у зв'язку з інтенсивним розвитком здатності до рефлексії в даному віці, дають змогу підлітку оцінити власний емоційний, психологічний стан; проєктивні методи виграють в тому, що за їх допомогою можна дослідити приховані, несвідомі прояви.

Список використаних джерел

1. Астапов В. М. Малкова Е.Е. Эмоциональные нарушения в детском и подростковом возрасте. Тревожные расстройства : учеб. пособие для вузов / В. М. Астапов, Е. Е. Малкова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 273 с.
2. Артюхова Т. Ю., Басалаева Н. В. Тревожность современных подростков / Т. Ю. Артюхова, Н. В. Басалаева // Альманах современной науки и образования. - 2009. - № 4 (23). - С. 15-19.
3. Кендалл Ф. С. Психотерапия детей и подростков. 2-е изд. / Ф. С. Кендалл. — СПб. : Издательство «Питер», 2002. — 342 с.
4. Микляева А. В., Румянцева П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / Микляева А. В., Румянцева П. В.. - СПб.: Речь, 2004. - 248с.

УДК 159.92

ОСОБЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ ТРИВОЖНОСТІ У РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Самчук Ірина, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс, РДГУ

Керівник: Ямницький В.М., доктор психол. наук, професор

Проблема підвищеної тривожності суспільства не нова. Проте останнім часом постає особливо гостро: другий рік карантину через пандемію Covid-19, несприятливі економічна та політична ситуації, а також війна з Російською Федерацією на Сході

України, яка триває вже восьмий рік. Усе це позначається у житті чи не кожного українця стресом, тривожністю та переживаннями за майбутнє.

Мета дослідження – розкрити особливості корекції тривожності в ранньому юнацькому віці.

Виклад основного матеріалу дослідження. Тривога є нормальною і необхідною базовою емоцією, без якої було б неможливим індивідуальне виживання. Патологічно підвищена тривожність може виникати не лише в разі тривожних розладів (ТР), а й за більшості інших типів психічних захворювань. Тривожні розлади є найпоширенішим типом психічних захворювань у Європі. Вони виникають у 14% осіб віком від 14 до 65 років. Перші ознаки тривожних розладів з'являються ще в дитячому та підлітковому віці, особливо це стосується специфічних і соціальних фобій [3].

Станом на 2018 рік, за повідомленнями британських психологів, зросла кількість скарг на тривожність дітей та підлітків майже удвічі. За даними NSPCC (Національної спільноти запобіганню жорстокому поводженню з дітьми), у 2015-2016 роках гаряча лінія провела 11 700 сесій, скерованих на боротьбу з тривогою у дітей та підлітків. Тим часом у 2017-2018 роках провели уже 21 300 таких сесій. 88% таких скарг іде від дівчаток [9]. Оскільки тривожність спричиняє дискомфорт та заважає нормальному життю, вона потребує корекції. Психологічна корекція визначається як тактовне втручання в процес особистісного розвитку людини з метою виправлення відхилень [2, с. 10], в спеціальній педагогіці як виправлення (часткове або повне) вад психічного або фізичного розвитку у дітей, порушення тієї чи іншої психічної функції в дорослих, в практичній діяльності психолога – діяльність з виправлення тих особливостей психічного розвитку, які за прийнятою системою критеріїв не відповідають оптимальній моделі.

На думку вчених, існують різні причини виникнення тривожності у дітей. Часто поруч із тривожними дітьми перебувають поруч такі ж тривожні дорослі, які постійно застерігають дитину про небезпеку. Тобто тривожність дитини є наслідком спадковості. За результатами огляду досліджень американських вчених, гени пояснюють від 30 до 40 % причин виникнення тривожних розладів [7].

Варто зауважити, що вагомий вплив на дитину має перинатальний розвиток. Стрес та надмірна тривожність матері під час вагітності, особливо на перших двох триместрах, а також її здатність до утворення прив'язаності до, під час та після народження дитини мають загалом вплив на емоційне благополуччя дитини [8]. На це вказують як дослідження вагітних жінок та немовлят, так і численні дослідження тварин.

Зауважимо, що окрім вродженого генетичного впливу на тривожність, не менш вагомим є також набута тривожність. Адже, як доводять спостереження фахівців, батьки чи опікуни сприяють розвитку тривожності власних дітей, коли самі мають тривожну поведінку. Така поведінка може проявлятися у реакціях батьків на різні обставини життя – дитина спостерігає за ними та наслідує. Дана тенденція також проявляється у виховних стратегіях – дитина розвиває чи посилює тривожність внаслідок цих впливів. Тож чинником, який здатний посилювати тривожність дитини, є здатність батьків пристосовуватися до надмірних тривожних реакцій дитини [5].

Проведене нами дослідження серед одинадятикласників Здолбунівської ЗОШ І-ІІІ ступенів №4 та Квасилівського НВК «школа-ліцей» свідчить про те, що у 50 опитаних за п'ятьма методиками старшокласників спостерігається середній загальний рівень тривожності. За допомогою тесту Оцінка тривожності (тест шкільної тривожності Філіпса) ми з'ясували, що загальний рівень тривожності у двох групах становить 24,4%, що є показником середнього рівня тривожності.

Тест «Тривожність», який ще називається методика «Обери потрібне обличчя» Р. Теммла, М. Доркі, В. Амена, визначив, що найбільша кількість серед опитуваних, 54%, також мають середній рівень тривожності. Далі показники розподілилися так: 34% учасників опитування проявляють низьку тривожність, 12% мають високу тривожність. Опитувальник «Шкала самооцінки реактивної та особистісної тривожності» Ч.Д. Спілбергера – Ю. Л. Ханіна» також не показав високої тривожності у досліджуваних.

За даними тесту, в учасників опитування загальна реактивна тривожність становить 42%, а загальна особистісна – 43%. Такі показники відповідають наявності в опитуваних помірної тривожності. Відповідно до методики «Шкала прояву тривожності» Дж. Тейлора в адаптації Т.А. Немчинова найбільше з групи опитуваних мають середній (з тенденцією до високого) рівень тривожності, що становить 42%. Наступним показником йде рівень високої тривожності, учасників із якою 26%. Дуже високу тривожність мають 18% з опитаних за результатом тесту, а найменше дітей (14%) із середнім (з тенденцією до низького) рівнем. Завершальним тестуванням стало опитування батьків учасників тестування. Варто відзначити, що за тестом, найбільше дітей, у яких відхилення відсутні або є вираження вікових особливостей, які минають – 56%. Трішки менша цифра, 42%, становить кількість опитуваних, які мають схильність до нервового розладу. У цьому випадку батькам рекомендується поставитися уважніше до нервової системи дитини. Та лише 2% – опитувані з ознаками нервового розладу, але у них не обов'язково стадія сягає рівня захворювання. Тим часом опитуваних із неврозом, який був чи має виникнути найближчим часом, та безсумнівним неврозом цей тест не зафіксував. Такі дані можуть бути пов'язані із тим, що серед опитуваних справді мало людей із підвищеною тривожністю, окрім цього, деякі батьки можуть не помічати певних характерних змін, пов'язаних із неврозом, у поведінці дитини.

Попри те, що фіксується помірний (середнього рівня) тривожність, з такими дітьми також рекомендується провести корекційні заняття. Для таких учнів бажана, як найдієвіша, групова форма психокорекції. Перевага якої полягає у тому, що учасники терапії мають змогу одразу отримати зворотній зв'язок, обмінятися досвідом та отримати підтримку від великої кількості людей. Корисно також поєднувати індивідуальну та групову форми психокорекції. Адже коли у юнака доволі високий рівень тривожності, варто спершу його знизити індивідуально, а вже тоді долучати до групи [4]. Також фахівці у корекційній роботі застосовують методи активного соціально-психологічного навчання, зокрема, соціально-психологічний тренінг. Тут використовуються елементи групової дискусії, рольові ігри, проєктивне малювання, музикотерапія, психотерапевтичні прийоми (вербалізація почуттів, візуалізація, надання зворотного зв'язку, арт-терапевтичні та психодраматичні техніки), вправи з елементами релаксації та саморегуляції.

Загалом існують такі види психологічної корекції, які можна застосувати в ранньому юнацькому віці:

1. Корекція пізнавальної сфери: розвиток пізнавальних процесів (уваги, пам'яті, мислення, уяви), допомога в організації пізнавальної діяльності, допомога в оволодінні конкретними навичками (письмо, читання).
2. Корекція емоційно-вольової та мотиваційної сфер особистості: робота з емоціями, почуттями, установками, ставленням до себе та інших, оволодіння навичками саморегуляції.
3. Корекція окремих аспектів поведінки, труднощів у спілкуванні, міжособистісних стосунків (взаємини батьків та дітей, подружжя, стосунки в групах та колективах).
4. Профілактика виникнення неврозів та передневротичних станів [2, с. 12].

На думку дослідниці Є.М. Калюжної, варто працювати як з високотривожними підлітками, так і з тими, які мають низький рівень тривожності. Тож її програма спрямована на оптимізацію не лише високого, а й низького рівня тривожності. Вона вважає, що діти з низьким рівнем тривожності потребують допомоги так само, як і надмірно тривожні, оскільки підвищення рівня прояву даної риси в пубертаті часто супроводжує розвиток емоційної чутливості в міжособистісних стосунках. З цих причин ефективніше не ліквідувати тривожність, а допомогти юнаку позбутися суб'єктивних обмежень, що підкріплюються тривогою і сприймаються як неконструктивні, тобто працювати з «тривожністю з приводу власної тривожності» [1, с. 109].

Натомість дослідниця І.А. Ясточкіна у програмі корекції тривожності у ранньому юнацькому віці пропонує працювати за такими напрямками: гармонізація уявлень про

власне «Я», оптимізація ставлення до майбутнього, формування навичок вирішення проблемних ситуацій, підвищення впевненості в собі [6].

Висновки. Отже, підсумовуючи вище викладене, можна зробити такі висновки. Зростання тривожності у дітей раннього юнацького віку – проблема, яка останнім часом набуває дедалі більш ширшого розповсюдження. На дітей впливають оточення (тривожна поведінка батьків чи опікунів, стосунки з підлітками, прагнення до визнання однолітками, страх перед приниженням від дорослих), генетика (вплив в утробі тривожності матері на дитину), а також персональні особливості (завищені вимоги до власної зовнішності, компетентності, проблема правильності вибору, страх за майбутнє).

У результаті проведеного нами дослідження особистісної тривожності серед учнів 11 класів Здолбунівської ЗОШ I-III ступенів №4 та Квасилівського НВК «школа-ліцей» за допомогою п'яти методик ми з'ясували, що загальний рівень тривожності фіксується середній (помірний). Попри те, що такий рівень тривожності не викликає особливого занепокоєння, на нашу думку, з учнями варто проводити психокорекційні заняття у груповій формі. Адже така робота вважається найбільш дієвою. Під час неї застосовуються групова дискусія, рольові ігри, проєктивне малювання, музикотерапія, психотерапевтичні прийоми, вправи з елементами релаксації та саморегуляції. Загалом темі коригування тривожності у юнаків присвячено небагато праць. Є.М. Калюжна пропонує не ліквідувати тривожність, а допомогти юнаку позбутися суб'єктивних обмежень, що підкріплюються тривогою і сприймаються як неконструктивні. Натомість І.А. Ясточкіна пропонує працювати над гармонізацією власного «Я» та ставленням до майбутнього.

Список використаних джерел

1. Калюжна Є. М. Психологічні механізми особистісної тривожності у підлітковому віці: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. / НПУ імені М. П. Драгоманова. Київ, 2008. 192 с.
2. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції : навч. посіб./ С.Б. Кузікова// Суми : ВТД Університетська книга, 2008. – 384 с.
3. Купко Н. Тривожні розлади: особливості перебігу, діагностування та лікування. *Нейронews*. Київ, 2019. №10 (111). – С. 37-40. – URL: <https://neuronews.com.ua/ua/archive/2019/10%28111%29/pages-37-40/trivozhni-rozladi-osoblivosti-perebigu-diagnostuvannya-ta-likuvannya-#gsc.tab=0>
4. Осипова А. А. Общая психокоррекция : учеб. пособ./ А.А. Осипова// Москва: Сфера, 2002. – 510 с.
5. Паїцика А., Широка А. Тривожні батьки – тривожна дитина? – URL: <https://health.ucu.edu.ua/news/tryvozhni-batky-tryvozhna-dytyna/>
6. Ясточкіна І. А. Психологічні чинники виникнення та корекція тривожності в ранньому юнацькому віці: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. / НПУ імені М. П. Драгоманова. Київ, 2011. 320 с.
7. A Review and Meta-Analysis of the Genetic Epidemiology of Anxiety Disorders. – URL: https://www.researchgate.net/publication/11769577_A_Review_and_Meta-Analysis_of_the_Genetic_Epidemiology_of_Anxiety_Disorders
8. Antenatal maternal anxiety and stress and the neurobehavioural development of the fetus and child: links and possible mechanisms. A review. – URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0149763404001307>
9. Sharp rise in number of young people seeking help for anxiety. – URL: https://www.theguardian.com/society/2018/dec/07/sharp-rise-in-number-of-young-people-seeking-help-for-anxiety-childline?CMP=tw_t_gu

ЗМІСТ

БЕЛІЧЕНКО У. Арт-терапія як засіб корекції тривожності молодших школярів	3
БЕЛІЧЕНКО У. Арт-терапія як засіб корекції тривожності молодших школярів.....	7
БЫЛИНСКАЯ Е. Проявление синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников	10
БОРТНИК М. Психологічні особливості проявів інфантилізму в підлітковому віці.....	14
ВЛАСНОВА А. Психологічні особливості подружніх стосунків із різним типом прихильності у різні вікові періоди	17
ВОЙТОВИЧ К. Психологічний аналіз розвитку креативності в молодшому шкільному віці.....	20
ВОЛОЩУК В. Особливості організації театральної діяльності у психолого-педагогічному просторі	22
ГАВРИЛЮК О., НАЗРЕЦЬ Л. Вплив вікових особливостей на мотивацію навчальної діяльності школярів	25
ГНІВОШЕВСЬКА А., КУЛАКОВ Р. Психологічні особливості комп'ютерної залежності у підлітковому віці	28
ГРИЦЮК К. Причини булінгу у підлітковому віці	32
ГУРАНЕЦЬ А. Особливості взаємозв'язку психологічного благополуччя та адаптації студентів-першокурсників до навчання у ЗВО.....	34
ДАВИДЮК В., ХОМИЧ І. Роль спілкування у формуванні особистості	37
ДВОРАК Д., КУЛАКОВА Л. Психологічна профілактика боулінгу серед молодших школярів.....	39
ДЕМ'ЯНЮК В., КУЛАКОВА Л. Сепарація як феномен міжособистісних стосунків.....	43
ДЗЬОБА Ю. Теоретичний аналіз понять «одnodітні» та «багатодітна» родини	46
ДОЛЯ Т. Психологічні особливості проявів прокрастинації у дорослому віці	50
КЛИМЧУК І., КУЛАКОВА Л. Психологічний стрес сучасної молоді: чинники та особистісні детермінанти	53
ЛЕВЧЕНЯ В., НАЗРЕЦЬ Л. Пізнавальний інтерес як мотив навчально-пізнавальної діяльності школярів	56
МАРКОВА І. Емпіричне дослідження ціннісних орієнтацій у підлітковому віці.....	59
МИСАН Я. Основні підходи до розвитку творчої діяльності у сучасній педагогічній і психологічній науці	62
МИХАЙЛОВА Т. Емпіричне дослідження особливостей поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях	65
МИХАЛЮК Ю. Референтна група однолітків як фактор прояву конфліктності в юнацькому віці	69
НОВОСАД Т. Проблема комунікативної компетентності майбутніх фахівців.....	72
ОЛЕКСІЙЧУК Д. Особливості ціннісної сфери підлітків	75
ОСТАПУК О. Вплив емоцій на успішність студентів	78

ПАВЛОВА Р., КУЛАКОВА Л. Вплив соціальних мереж на зміст ціннісних орієнтацій у підлітковому віці	81
ПАВЛЮК І., БЕРЕЗЮК Т. Психологічна допомога особистості методами арт-терапії	84
ПАЗДНІКОВА С. Психологічні чинники дезадаптації дітей молодшого шкільного віку.....	89
ПИЛИПЧУК І. Основні підходи до розуміння соціально-психологічної адаптації у сучасній психологічній науці	90
ПОЛЮХОВИЧ Т., БЕРЕЗЮК Т. Емоційний інтелект як складова професійної успішності майбутніх фахівців	93
ПОЛЯК К. Інноваційні підходи до управління сучасним загальноосвітнім навчально-виховним закладом	96
САВА О., КОРЧАКОВА Н. Пути формирования национального самосознания (Зарубежный опыт).....	97
САВЧУК В. Особливості самопрезентації студентів.....	99
САКОВСЬКА О. Особливості психологічного дослідження тривожності підлітків ...	102
САМЧУК І. Особливості корекції тривожності у ранньому юнацькому віці	104
СВИСТУН В. Особливості психологічної корекції шкільної тривожності молодших школярів	108
СЕМЕНЧЕНКО Р., КОРЧАКОВА Н. Емоційна направленість як чинник мізогінії	110
СОСОНЮК О., СОЗОНЮК О. Індивідуальні особливості регуляції і саморегуляції поведінки підлітка	112
ТАРАРОВА А. Сучасні підходи до організації навчально-виховного процесу в інклюзивному класі	115
ТИШИНСЬКА Я., ЮРЧУК О. Особливості використання спортивного танцю в процесі розвитку рухової активності дітей старшого дошкільного віку	117
ТРАЧИК М. Теоретичне та експериментальне вивчення експериментальне вивчення особливостей ігрової діяльності дітей на етапі вікових криз	119
ХОМА О., БЕРЕЗЮК Т. Психологічні підходи до вивчення феномену академічної прокрастинації у студентському віці.....	122
ЧИЧУК Ю. Вплив взаємостосунків із батьками на особистісний розвиток дитини ...	125
ЧОРНОУС Я., НАЗАРЕЦЬ Л.М. Психологічні умови впливу на формування пізнавального інтересу школярів.....	127
ШЕВЧУК О. Особливості психологічного дослідження самоствавлення підлітків ...	130
ШПРАХА Л., КУЛАКОВА Л. Психологічні умови впливу на формування пізнавального інтересу школярів	132
ЮЩУК А. Особливості міжособистісних стосунків у юнацькому віці	135
ЯКИМЕЦЬ М., КУЛАКОВА Л. Чинники психологічного благополуччя особистості.	137
ЛОНГІНОВА О., КОРЧАКОВА Н. Феномен співзалежності в аб'юзивних стосунках	141