

інтерес до спорту та природознавства. Тому важливо розвивати творчі здібності та розширювати пізнавальні інтереси дітей. З цією метою необхідно створювати відповідні психолого-педагогічні умови, від яких залежить розвиток творчої особистості. Саме в ігровому середовищі формується креативність, розвивається здатність до фантазування та генерування оригінальних ідей. Тому надзвичайно важливо створити умови для дітей, які б сприяли подальшому розвитку особистості та збагаченню її інтересів.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні впливу ігрової терапії на розвиток творчих здібностей у молодших школярів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Анікєєва Н. П. Виховання грою: Кн. для вчителя / Н. П. Анікєєва. – М.: Просвещение, 1987. – 144 с.
2. Богоявленская Д. Б. Пути к творчеству / Д. Б. Богоявленская. – М.: Знание, 1981. – 96 с.
3. Выготский Л. С. Психология развития ребенка / Л. С. Выготский. — М: Изд-во Смысл 2004. — 512 с.
4. Дружинин В. Н. Психология общих способностей / В. Н. Дружинин. — СПб.: Питер, 1999. — 368 с.
5. Ельконин Д. Б. Психология игры / Д. Б. Ельконин. — М.: ВЛАДОС, 1999. — 360 с.
6. Моляко В. О. Здібності, творчість, обдарованість: теорія, методика, результати досліджень / За ред. В. О. Моляко, О. Л. Музики. – Житомир: Рута, 2006. – 320 с.
7. Taylor C.W. Various approaches to the definitions of creativity : The nature of creativity / C.W. Taylor. – Cambridge : Cambridge University Press, 1988. – P. 99–126.

Кусень М.

Науковий керівник – проф. Радчук Г.К

ТРИВОЖНІСТЬ ЯК ЧИННИК ПСИХОСОМАТИЧНИХ ПОРУШЕНЬ В СТАРШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Актуальність проблеми. Проблема тривожності є центральною проблемою сучасної цивілізації і однією з найбільш актуальних проблем у сучасній психології. Серед негативних переживань людини тривожність займає особливе місце, часто вона призводить до зниження працездатності, продуктивності діяльності, до труднощів у спілкуванні. Особливо гострою проблема тривожності є для дітей підліткового віку. У силу низки вікових особливостей підлітковий період часто називають "віком тривоги". Підлітки турбуються з приводу своєї зовнішності, з приводу проблем у школі, взаємин з батьками, вчителями, однолітками. Тривале відчуття напруги, призводить до зниження внутрішнього ресурсу і появи психосоматичних порушень.

Проблема тривожності займає особливе місце у сучасному науковому знанні. Увагу до проблеми тривожності приділяло багато науковців про що свідчать численні дослідження, які здійснили українські, російські та зарубіжні вчені: Ф.Є.Василіук, О.І.Захаров, І.В.Імедадзе, М.Д.Левітов, О.В.Новікова, Ю.Л.Ханін, С.Ю.Алашеев, Є.П.Ільїн, О.В.Казаннікова, Є.М.Калюжна, Л.М.Костіна, В.М.Крайнюк, Д.О.Леонтєв, Є.К.Лютова, Я.М.Омельченко, Г.М.Прихожан, С.О.Ставицька, О.О.Халік, Н.Ф.Шевченко, В.І.Юрченко, Д.Айке, К.Ізард, Р.Мей, О.Ранк, Ч.Рікфорт, Г.Салліван, З.Фройд, К.Хорні та інші.

Мета статті полягає у теоретичному і емпіричному дослідженні особливостей розвитку тривожності у старшому підлітковому віці, які сприяють появі психосоматичних порушень.

Виклад основного матеріалу. У психологічній літературі можна зустріти різні визначення поняття «тривога», хоча більшість досліджень сходяться у визнанні необхідності його диференціювати – як ситуативне явище і як особистісну характеристику з урахуванням перехідного стану та його динаміку. На думку А.В. Петровського «тривожність – схильність індивіда до переживання тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення реакції тривоги; один з основних параметрів індивідуальних відмінностей. Тривожність зазвичай підвищується при нервово-психічних і важких соматичних захворюваннях, а також у здорових людей, що переживають наслідки психотравми» [3, с. 112].

Вступ дитини до школи висуває нові вимоги до неї, що нерідко стає додатковим фактором виникнення відхилень в особистісному розвитку. Шкільна тривожність – це форма прояву емоційного неблагополуччя дитини, яка виражається в хвилюванні, підвищеному занепокоєнні в навчальних ситуаціях, у класі, в очікуванні поганого ставлення до себе, негативної оцінки з боку вчителів, батьків та однолітків [2, с. 16].

До основних причин шкільної тривожності належать: природна нервово-психічна організацію школяра, особливості виховання, завищені вимоги батьків до дитини. У деяких дітей страхи і небажання ходити до школи викликані самою системою навчання, в тому числі несправедливою або нетактовною поведінкою вчителя. Причому серед таких дітей є школярі з різною успішністю [4, с. 185].

Зростання кількості психосоматичних порушень, які ще називають «хворобами цивілізації», пов'язано із збільшенням навантаження на психіку людини під впливом соціального середовища, прогресу, постійної нестачі часу та потребою у значних психологічних і фізичних затратах на адаптацію до них. У такій ситуації

найбільш вразливими є діти і підлітки, які виявляються найменш захищеною частиною суспільства через свою емоційну чутливість, особливо тоді, коли немає належної підтримки з боку сім'ї. [1, с. 246].

Велике значення має діяльність нервової системи, яка забезпечує злагоджену роботу всіх систем організму. Психологічне напруження виснажує нервові клітини і створює сприятливі умови для появи соматичних скарг. Мобілізаційні ресурси є вичерпними і тому довготривалий стрес робить людину вразливою до розвитку фізичного захворювання.

З метою дослідження особливостей розвитку тривожності у старшому підлітковому віці нами був підібраний комплекс діагностичних методик, які спрямовані на визначення сили нервової системи, рівня стресостійкості і інтенсивності соматичних скарг.

Дослідження було проведено серед учнів 9 класу в середніх загальноосвітніх шкіл м. Тернополя. Форма проведення групова. Кількість досліджуваних становить 80 – респондентів. За гендерним показником кількість дівчат становить – 37 досліджуваних, а хлопців – 43 досліджуваних. Для дослідження сили нервової системи був використаний «Теплінг-тест» Є.П.Ільїна, методика на визначення стресостійкості та соціальної адаптації Холмса і Рея, гісеньський опитувальник соматичних скарг.

Результати дослідження за методикою «Теплінг-тест» Є.П.Ільїна свідчать, що сукупність респондентів з високим показником і дуже високим показником лабільності, становить – 57,5%. Сукупність випробуваних, які характеризуються сильною і середньою силою нервовою системою, які здатні протистояти несприятливим факторам, становить – 52,5% від загальної кількості.

Під час дослідження була використана «Методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації» Холмса і Рея, яка дозволяє оцінити рівень стресового навантаження на людину і рівень протидії несприятливим факторам. Детальний аналіз отриманих показників зазначений на діаграмі (рис. 1).



Рис.1. Розподіл рівня стресостійкості у старших підлітків

Кількість респондентів, в яких рівень стресостійкості знаходиться в межах 150-199, становить 53,75% досліджуваних. Вони характеризуються високим показником опірності до несприятливих ситуацій і оптимальним рівнем стресового навантаження. Чисельність випробуваних, в яких рівень стресостійкості становить в межах 200-299, складає 30%. Даний показник вказує на порогову міру стресостійкості. Рівень стресостійкості більше 300 начисляється 6, 25%. Даний показник перевищує допустиму міру стресу, при якому спостерігається низька опірність до дії несприятливих чинників. Під час дослідження було виявлено досліджуваних, в яких рівень стресостійкості менший від 150, становить – 10%. Даний показник показує бажання респондентів приховати актуальну інформацію в силу дії механізмів психологічного захисту або ігнорування умов дослідження.

За допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона стало можливим виявити взаємозв'язок між лабільністю нервової системи і рівнем стресостійкості. Коефіцієнт кореляції становить = - 0,2. Він є негативним і вказує на те, що чим вищий показник лабільності нервової системи, тим нижча стресостійкість і відповідно опірність організму до несприятливих факторів вища.

Під час дослідження була використана методика «Гісеньський опитувальник соматичних скарг», яка дозволяє побачити основні симптоми поганого самопочуття досліджуваних. Емпіричні результати дослідження подані на діаграмі (рис. 2).



Рис.2. Розподіл показників соматичних скарг

Відповідно до результатів дослідження найбільший показник серед випробуваних – за шкалою виснаження, а найменший – за ревматичним фактором. Дана методика дозволяє оцінити соматичний стан людини на основі суб'єктивних відчуттів. Використовуючи коефіцієнт кореляції Пірсона, можна визначити взаємозв'язок між рівнем стресостійкості і частотою соматичних скарг. Коефіцієнт кореляції становить = 0,4. Даний показник вказує на те, що при зростанні даних стресостійкості збільшуються показник соматичних скарг. Чим вищі значення за методикою стресостійкості, тим рівень витривалості до несприятливих факторів нижчий і відповідно імовірність появи психосоматичних порушень зростає.

Висновки. Теоретичний аналіз літератури свідчить, що підлітки характеризуються надмірною вразливістю. Вони постійно переймаються різними дрібницями стосовно себе і тому, додаткові несприятливі зовнішні впливи спричиняють додаткові психологічні навантаження. Поява почуття тривоги є доволі типовим явищем для цього вікового періоду. Під впливом несприятливих зовнішніх обставин почуття тривоги може перерости у стійку особистісну якість. Емпіричне дослідження дало змогу побачити взаємозв'язок між властивостями нервової системи, стресостійкістю і соматичними скаргами. Відповідно до цього, чим сильніша нервова система, тим рівень стресостійкості вищий і навпаки. Рівень тривожності пов'язаний із цими показниками, особливо із здатністю витримувати значні психологічні навантаження. Проблеми із здоров'ям проявляються тоді, коли опірність до впливу несприятливих чинників знижується. Під час проведеного дослідження були виявлені учні, які належать до зони ризику і потребують корекції емоційної сфери, з метою подолання внутрішньої напруги і формування якостей, які допоможуть гармонізувати особистість.

ЛІТЕРАТУРА

1. Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми / Л.М. Костина. – СПб.: Речь, 2003. – 420 с.
2. Лебединець Н. Гігієнічна оцінка шкільної тривожності учнів як показника психологічної атмосфери навчального середовища / Н. Лебединець // Рідна школа. – 2007. – № 9. – С. 15-18.
3. Помиткіна Л.В., Злагодох В.В., Хімченко Н.С., Погоріська Н.І. Психологія сім'ї: навч.посібник/МОН: НАУ – друк, 2010. – 270 с.
4. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан.— М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. — 304 с.

Мурин Ю.

Науковий керівник – доц. Андрійчук І. П.

ОСОБЛИВОСТІ ДІАГНОСТИКИ АДАПТАЦІЇ П'ЯТИКЛАСНИКІВ ДО УМОВ НАВЧАННЯ В СЕРЕДНІЙ ШКОЛІ

На сучасному етапі розвитку держави проблема адаптації школярів набула особливої актуальності. Державні освітні програми передбачають реформування концептуальних засад освіти і спрямування зусиль на розкриття творчих здібностей школярів. Результати наукових досліджень свідчать, що гармонійний розвиток особистості – закономірний процес, підґрунтям якого є фізична, психічна і соціальна адаптованість.

Незважаючи на важливість аналізованої проблеми, до недавнього часу кількість наукових досліджень, присвячених психологічним особливостям п'ятикласників та їх адаптації до навчання в середній ланці школи, була незначною (Д.Б. Ельконін, Т.В. Драгунова, А.М. Прихожан, Т.І. Юферєва, О.В. Новікова та ін.). Саме через