

підлітковому віці. Відповідно до теорії девіантної поведінки, поведінку, що відхиляється від загальноприйнятих норм, можна розглядати як засіб підвищення самоповаги і психологічного самозахисту. Адже кожна людина прагне до позитивного Я-образу, відповідно низька самоповага переживається як психотравмуючий стан, якого особистість хоче позбутися. Це спонукає її до вчинків, у яких вона прагне підвищити рівень самоповаги, долаючи виявлені недоліки [4].

Таким чином, девіантна поведінка особистості є надзвичайно складною формою соціальної поведінки особистості, що визначається системою взаємопов'язаних чинників. Основними чинниками, що зумовлюють розвиток девіантних форм поведінки підлітків, є зовнішні та внутрішні чинники а саме: біологічні, соціальні, педагогічні, соціально-психологічні та індивідуально-психологічні (внутрішньо-особистісні). Найбільш досліджуваними та, відповідно, найбільш важливими з них автори вважають соціально-психологічні чинники, зокрема вплив сімейного клімату та виховання. Вагомим внутрішнім чинником відхилень поведінки підлітка від соціальних норм є також індивідуально-психологічні якості, а саме мотиви та цінності, когнітивна та емоційна сфера, локус контролю та самоповага.

ЛІТЕРАТУРА

1. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка: навч. посіб. : Центр учбової літератури, 2009. 208 с.
2. Бондарчук О.І. Психологія девіантної поведінки. К.: МАУП, 2006. 92 с.
3. Вольнова Л. М. Профілактика девіантної поведінки підлітків: навч.-метод. посібник до спецкурсу «Психологія девіацій» для студентів спеціальності «Соціальна робота» у двох частинах. Ч. 1. Теоретична частина. К., 2016. 188 с.
4. Змановская Е. В., Рыбников В. Ю. Девиантное поведение личности и группы: учебное пособие. СПб.: Питер, 2010. 352 с.
5. Квітковська Н. В. Психологія девіантної поведінки учнів: навч.метод. посібник. Миколаїв, 2010. 240 с.
6. Сорочинська В. Є. Основи превентивної педагогіки : навч. посіб. Вінниця : Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М.Коцюбинського, 2008. 173 с.
7. Стегній О. Г. Девіантна поведінка. Енциклопедія Сучасної України: НАН України, НТШ. Київ: Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2007
8. Фіцула М. М., Парфанович І. І. Відхилення у поведінці неповнолітніх: шляхи їх попередження та подолання : навч.-метод. Посібник. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2008. 43 с.

*Котовська Христина
Науковий керівник – проф. Радчук Галина*

ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО КОРЕКЦІЇ СТРАХІВ У ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

Страхи посідають особливе місце в життєвому досвіді дитини, яка починає освоювати навколишній світ і своє місце в ньому. Страх має важливе значення для її розвитку, є важливою ланкою в регуляції соціальних контактів і поведінки, якщо точно виконує свої функції. Одне з основних завдань дитячого віку полягає у тому, щоб навчитися продуктивно опрацьовувати страхи, і виходити з цих ситуацій неушкодженим і збагаченим новим досвідом. Не випадково у більшості психологічних шкіл питанням психологічної корекції і подолання страхів у дитячому віці приділяється велика увага.

За сучасними науковими даними, дитячі страхи є природним явищем. Вони виникають у віці двох-трьох років, і у процесі їх опрацювання, за умови нормального розвитку, зникають. Навчитися переживати страх і долати його необхідно для нормального функціонування психіки, а отже, страхи можуть слугувати показником дорослішання (Л. Бобро, О. Васильченко, Н. Карпенко, І. Леус, Л. Олійник, Я. Омельченко, Н. Пов'якель, Л. Райчук та ін.). Проте аналіз праць, присвячених проблематиці психологічної корекції страхів дошкільників, показав, що чимало наукових узагальнень з цього питання є досить неоднозначними, амбівалентними або й суперечливими. З огляду на зазначене, актуальність означеної проблеми є незаперечною.

Мета статті – обґрунтувати психологічні підходи до корекції страхів у дошкільному віці.

Страх є базовою емоцією людини, яка актуалізується однією з перших у найбільш ранні періоди її життя, в ранньому дитинстві, і супроводжує її в усі вікові періоди, виконуючи важливі психологічні функції. Головна функція страху – захищати людину від небезпек і необачних вчинків.

Сучасні підходи до психологічної корекції страхів у дітей дошкільного віку достатньо різноманітні. Основними напрямками психологічної корекції страхів у дошкільників є: інформаційно-просвітницький; фасилітаційний; поведінковий. Так, робота в інформаційно-просвітницькому напрямі розширює інформованість дорослих щодо дитячих страхів, особливостей їх успішного опрацювання та доступних копінг-стратегій, що покращить якість знаннєвої бази дорослих і уможливить набуття нового досвіду [6]. Фасилітаційний напрям покликаний налагодити емоційну, засновану на довірі, взаємодію дитини й дорослого в напрямку психологічної корекції страхів [2]. Поведінковий напрям передбачає спільну діяльність дітей і дорослих та відносини співучасті [5]. Кожен із означених напрямів психолого-педагогічного супроводу становить окрему цінність, однак, усі вони разом здатні справити позитивний системний ефект на відносини «дорослий-дитина», зокрема у питанні емоційної взаємодії та продуктивного опрацювання страху дитиною.

Щоб ефективно здійснювати психологічну корекцію страхів у дітей дошкільного віку, дорослі (насамперед педагоги, дитячі психологи і батьки) мають бути: 1) належно інформовані щодо особливостей дитячих страхів та їх еволюції, природних ресурсів дитини з опрацювання і подолання страхів; 2) орієнтовані на розуміння внутрішнього світу дитини; 3) компетентні у головних питаннях дитячого розвитку та позбавлені «наївного реалізму» з цього приводу; 4) обізнані щодо форм і засобів допомоги дітям у подоланні страхів та пов'язаних із ними станів; а також повинні: 5) усвідомлювати власну роль і відповідальність за психологічний комфорт і розвиток дітей [8].

Інформаційно-просвітницький напрям психологічної корекції страхів у дітей дошкільного віку, виходить за межі роботи психолога з дітьми. Це насамперед робота з вихователями, батьками, що передбачає: підвищення фахової компетентності вихователя з діагностики дитячих страхів і стратегій подолання цих страхів дітьми; підвищення інформаційно-просвітницької компетентності вихователів, фахових носіїв знань для батьків щодо природи і джерел дитячих страхів та продуктивних копінг-стратегій з їх подолання; підвищення інформаційної компетентності батьків, усвідомлення ними значення природних вікових страхів у життя старшого дошкільника та усвідомлення ними власних можливостей із надання належної підтримки дитині, яка не здатна впоратися з власним страхом [6].

Коло питань, пов'язаних із психологічною корекцією страхів у дітей дошкільного віку, реалізується у професійній психологічній підтримці. Аналіз наукових джерел дозволив виділити основні напрямки психологічної підтримки в системі корекції страхів у дітей дошкільного віку: 1) підтримка як виховання (створення умов, що сприяють успішному розвитку дитини); 2) підтримка як захист (підтримка забезпечує безпеку, інтереси і права в процесі особистісного, життєвого самовизначення); 3) підтримка як індивідуалізація (передбачає перманентну готовність дорослого адекватно відреагувати на запит дитини про взаємодію, ствердження її власної спроможності) [3, с. 36-37].

На першому плані постають партнерські стосунки дорослого з дитиною, засновані на довірі один до одного і вірі дорослого в природний «здоровий глузд» дитини і її здатність продуктивно використовувати підтримку дорослого в ситуаціях спільної діяльності. Це створює необхідні для ефективної взаємодії емоційно-позитивний фон і пізнавальну мотивацію [2, с. 45]. Метою підтримки є створення умов для розвитку дітей дошкільного віку, що складаються з атмосфери фізичної та психологічної безпеки вихованців, задоволення їх інтересів та умов індивідуально-особистісного розвитку.

Психолого-педагогічна підтримка в системі психологічної корекції страхів у дітей дошкільного віку здійснюється за допомогою спеціальних технік. До технік психолого-педагогічної підтримки можна віднести: опіку; турботу; захист; наставництво; партнерство; допомогу; емоційну підтримку тощо. Вони розрізняються за ступенем участі дорослого в житті дитини [5]. Логіка підтримки полягає у послідовному створенні педагогічних умов, підготовки педагогів до реалізації психологічної підтримки за допомогою варіативного вибору зазначених технік [1].

Вибір технік психологічної корекції страхів у дітей дошкільного віку обумовлений професійною підготовкою дорослого і готовністю дітей до копінг-поведінки. Він знаходиться в континуумі від максимальної допомоги дорослого при неготовності дитини самотійно долати труднощі (опіка, турбота, захист) до менш вираженого включення дорослого та делегування дитині значної частки самотійності та відповідальності (наставництво, партнерство, допомога) і аж до «відсутності» допомоги, або «прихованої присутності», коли дитина може самотійно

впоратися із завданнями чи ситуацією і потребує лише емоційної підтримки (емоційна підтримка) [7].

Процес соціалізації страху у дитини значною мірою зумовлений найближчими дорослими, які застосовують різні техніки. Так, Л. Бобро вважає, що розумний підхід повинен включати в себе виховання деякої частки толерантності до страху, навчання прийомам протистояння йому, а також розвиток навичок уникнення небезпечних стимулів або зниження їх інтенсивності. Позитивний приклад батьків – найефективніший спосіб навчання дитини конструктивним взаєминам з емоцією страху [1].

Важливим є поведінковий напрям в системі психологічної корекції страхів у дітей дошкільного віку. Станом на сьогодні переважна більшість дошкільників перебуває під впливом тих чи тих негативних чинників, які можуть депривувати її емоційний розвиток і призвести до порушень її емоційної сфери, активувати страхи. Саме тому емоційний розвиток дітей потребує належного і досить активного психолого-педагогічного супроводу усіх дітей (а не тільки «груп ризику»). З огляду на це, вчені розробляють програми, які містять поведінковий напрям – підтримки та співучасті [4]. Така робота переважна розрахована приблизно на 2 місяці (за умови здійснення певних форм роботи, орієнтовно 2 рази на тиждень) і складається з різних видів занять та бесід, тривалість яких до 20 хв. Дітей доцільно розподілити у групи до 10 осіб у кожній. Перевага надається груповим формам роботи з дітьми, оскільки вони надають змогу обмінюватися емоціями та навчатися продуктивним стратегіям їх опрацювання, запозичуючи від інших, самостійно їх опрацьовуючи та переводячи в арсенал особистого досвіду.

З метою корекції страхів у дошкільному віці використовують кілька груп ігрових психотерапевтичних технік і вправ: 1) на фантазування, що передбачає направлену візуалізацію й активацію уяви; 2) на складання історій, що сприяють завдяки різноманітним прийомам розвитку вербальних навичок; 3) техніки художньої експресії, засновані на використанні різноманітних зображувальних матеріалів, що допомагають дитині впоратися з емоційними порушеннями; 4) використання в ігрових ситуаціях іграшок та різноманітних предметів; 5) групові вправи, що призначені для роботи в різноманітних умовах і з різними групами дітей; 6) бесіди з дітьми на різні теми, що стосуються емоцій страху і тривоги [6].

Ефективними методами є ті, що засновані на використанні емоційних символічних засобів і форм. Одним з таких методів є арт-терапія, яка надзвичайно ефективна для зняття емоційного напруження і переформатування негативних емоцій на позитивні [5]. Для роботи з дітьми надзвичайно ефективним є такий матеріал, як пісок. Пісочна терапія не лише знімає тривогу й емоційну напругу, але й допомагає дитині активувати позитивні емоції [2]. Важливим засобом психологічної корекції страхів є комунікативні ігри та вправи. Під час їх виконання відбувається тренування здатності невербального впливу дітей один на одного. Комунікативні ігри спрямовані на закріплення почуття єдності групи й уміння домовлятися один з одним [4].

Отже, робота з емоціями дитини та будь-які заходи з психологічної корекції страхів у дітей дошкільного віку мають бути орієнтовані на створення для дитини комфортної соціальної ситуації розвитку, виходячи насамперед з її природних вікових інтересів і потреб. Проведення роботи з емоціями дітей, вихователями та батьками, повністю спрямоване на покращення емоційного та загального психічного стану дітей у групі, а також попередження негативних проявів у взаємодії дітей між собою та дорослими, для чого проведуться групові та індивідуальні заняття з дітьми, спрямовані на розвиток їхньої емоційної сфери, оволодіння навичками спілкування один з одним, виявлення та розуміння власних емоцій, а також емоцій інших людей.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бобро Л.В. Виховання у старших дошкільників уміння долати страх : посібник. Ніжин : Вид. НДУ ім. Миколи Гоголя, 2017. 74 с.
2. Васильченко О. А. Ігрова терапія як метод соціальної роботи з дітьми дошкільного віку. Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право, 2013. Вип. 3 (19). С. 44–48.
3. Карпенко Н.В. Дитячі страхи. Психологія їх подолання. Київ : Главник, 2007. 144 с.
4. Леус І. Долаємо дитячі страхи : корекційно–розвивальні заняття. Вихователь–методист дошкільного закладу. 2016. № 7. С. 36–40.
5. Олійник Л. Психокорекція дитячих страхів. Дошкільне виховання. 2011. №2. С. 22–25.
6. Омельченко Я., Кісарчук З. Психологічна допомога дітям з тривожними станами. Київ : Шкільний світ, 2008. 112 с.
7. Пов'якель Н., Скляренко О. Психологія дитячих страхів. Бібліотека «Шкільного світу». Психолог. Бібліотека. 2011. № 1. С. 3–126.
8. Райчук Л. Дитячі страхи : діагностика та корекція. Бібліотека Шкільного світу. Психолог. Бібліотека. 2014. №4. С. 3–120.

*Дуда-Ванжула Ірина
Науковий керівник – викл. Гончаровська Галина*

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ

Сучасна система освіти ставить високі вимоги до всіх аспектів діяльності викладача в ній. Навчальний процес у вищих навчальних закладах потребує високого рівня знань, широту вмій, володіння ефективними способами навчання і, в першу чергу, всебічно розвиненої особистості педагога. Численні дослідження підтверджують, що педагогічна діяльність – одна з найбільш емоційно навантажених, часті соціальні контакти, високий рівень непередбачуваності педагогічних ситуацій та низка організаційних й індивідуальних чинників спричиняють схильність педагога до професійного вигорання, що зрештою призводить до дестабілізації освітнього процесу загалом. Недостатній рівень обізнаності викладачів щодо особливостей формування, перебігу й наслідків професійного вигорання змушує численну кількість фахівців страждати від виснажливих симптомів вигорання. Для зниження рівня негативного впливу емоційного, розумового й фізичного виснаження викладачів на їх професійну діяльність та стан психічного й фізичного здоров'я, необхідний детальний аналіз передумов та стресогенних чинників, що сприяють підвищенню рівня схильності до професійного вигорання.