

6. Челпанов Г. Мозг и душа. – С.-Петербург, 1903. – 566 с.

Резюме. В статье рассматриваются факторы редуционных процессов в современной психологической науке и пути преодоления редукиции. В качестве первого фактора редукиции в психологии называется притяжение к авторитету и, в целом, стремление к парадигмальности. Второй фактор связан с тем, что существует неисчерпаемое стремление выйти за пределы психического явления как научного факта через акцентирование проблем прошлого (собственно, происхождение, возникновение) данного явления, или же – проблем будущего его существования. Третий фактор обуславливается тем, что приобретает все большее распространение тенденция к схематизации и усреднению научно-психологических фактов. Четвертый фактор касается того, что можно назвать „страхом субстанциональности”. Пятый фактор связан с глобальным принципом опосредованности и, в то же время, недоверием науки к непосредственному. Осуществляется методологический анализ состояния психологии на нынешнем этапе, изучаются способы адекватного исследования психического. Анализируются предпосылки синтеза у психологии и изучения психики как целостного единства. Делается вывод о том, что бурное развитие очень разных направлений исследования психики создает уникальные возможности открытия и понимания новых научных фактов, установления закономерностей и законов. Проблема существует как проблема исследователя, а именно – его компетентности, свободы и ответственности.

Ключевые слова: психология, методология, факторы, редуционные процессы, психическое.

Summary. In the article the factors of reductional processes in modern psychological science and ways of overcoming reduction are examined. As the first reductional factor in psychology the attraction to authority and, on the whole, aspiration of paradigmality is named. The second factor is related to that inexhaustible aspiration to transcend the psychical phenomenon as scientific fact through accenting on problems of its past (actually, origin), or problems of its future existence. The third factor is the tendency to schematizing and averaging of scientifically-psychological facts. The fourth factor touches what is possible to name as a „fear of substantiality”. The fifth factor is related to global principle of mediation and, at the same time, scientific mistrust to the unmediated. The methodological analysis of the state of psychology on the present stage is carried out, the methods of adequate research of psychical are studied. Pre-conditions of synthesis in psychology and study of psyche as integral unity are analyzed. Conclusion is drawn that the rapid development of very different psychological research directions creates unique possibilities to opening and understanding of new scientific facts, establishment of laws and regularities. The problem exists as a problem of researcher, namely his competence, freedom and responsibility.

Keywords: psychology, methodology, factors, reductional processes, psychical.

УДК 159.922.8.

В.С. ПЕТРЕНКО

ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ У СТАРШОКЛАСНИКІВ РІЗНИХ ТИПІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Резюме. В статті висвітлюються проблеми психологічної корекції високого рівня тривожності в ранньому юнацькому віці, зокрема, у старшокласників загальноосвітніх навчальних закладів різних типів. Описуються основні особливості прояву тривожності у старшокласників, зокрема, сфери прояву даної риси (сфера власного “Я”, міжособистісні стосунки, соціальні та магійні страхи). Розкриваються базові категорії (відкрита та прихована тривожність) та форми тривожності (гостра, некерована, керована та компенсована, культивована тривожність, “надмірний спокій”, уникання ситуації). Розглядаються форми та засоби психологічної корекції тривожності, зокрема, соціально-психологічний тренінг.

Ключові слова: тривожність, форми тривожності, особливості прояву тривожності у ранньому юнацькому віці, психологічна корекція тривожності.

Постановка проблеми. Тривожність як стійке особистісне утворення відіграє значну роль в порушенні соціалізації. Так, саме високий рівень тривожності є одним з чинників виникнення неврозів та порушень поведінки, таких як делінквентна та адиктивна поведінка. Питання психологічної корекції високого рівня тривожності набуває особливого значення в ранньому юнацькому віці, оскільки за відсутності своєчасної допомоги та підтримки в даному віковому періоді, високий рівень тривожності, сформований на ранніх етапах розвитку, може закріпитися та посилитися. Таким чином, існує суттєвий ризик перетворення тривожного юнака на дорослого, високий рівень тривожності якого обмежує його особистісний та професійний розвиток та стоїть на заваді повноцінному, творчому життю.

Мета: аналіз проблеми психологічної корекції високого рівня тривожності в ранньому юнацькому віці, зокрема, у старшокласників загальноосвітніх навчальних закладів різних типів.

Вклад основного матеріалу. Час навчання у старших класах школи (10 – 11 клас) співпадає з періодом ранньої юності. У вітчизняній психології ранній юнацький вік визначається в межах 15 – 18 років і розглядається як самостійний період розвитку людини, формування її особистості та індивідуальності [3, с.67–68]. Лонгітудні дослідження тривожності, проведені А.М. Прихожан, вказують на ряд характерних

особливостей прояву тривоги у старшокласників[7,с.144–150]. Зокрема, спостерігається збереження раніше сформованого рівня прояву тривожності на межі підліткового та раннього юнацького віку та зміни даного рівня при переході з класу в клас.

Так, за дослідженнями вченої, протягом старшого підліткового – раннього юнацького віку тривожність залишається стабільною у 65% учнів, що свідчить про її достатньо сильну стійкість. При цьому відзначаються піки прояву тривожності і періоди відносного благополуччя. Найбільша кількість високотривожних учнів спостерігається у 9-му класі, що зумовлюється необхідністю вибору подальшої форми навчання та переходом від підліткового до юнацького віку. У 10-му класі тривожність у частини учнів наче “зникає”, проте вже в 11-му вона проявляється з новою силою. Емоційне благополуччя у цей період спостерігається в половини учнів, при цьому найбільші зміни відбуваються саме в 11-му класі, що пов’язано з його особливим статусом. Зокрема, в більшості випадків емоційне благополуччя змінювалось високою тривожністю саме у під час навчання в 11-му класі[7, с.144–146].

А. М. Прихожан розглядає форми та категорії тривожності як особистісної якості на різних вікових етапах. Зокрема, дослідниця виділяє дві основні категорії тривожності: відкрита (тривога, яка свідомо переживається і проявляється у поведінці та діяльності); прихована – тривога, яка різною мірою не усвідомлюється, проявляється або у вигляді надмірного спокою, ігнорування реального неблагополуччя і навіть запереченні його, або через специфічні способи поведінки. Всередині даних категорій виділяються різноманітні форми тривожності. Зокрема, визначають три форми відкритої тривожності.. Гостра, некерована або слабо керована тривожність – сильна, усвідомлювана тривожність, що проявляється через симптоми тривоги, впоратися з нею самостійно індивід не може. Ця форма зустрічається з однаковою частотою в усіх вікових групах. Керована та компенсована тривожність – усвідомлювана тривожність, для подолання якої діти самостійно формують достатньо ефективні способи. Часто зустрічається в ранньому юнацькому віці. Культивована тривожність – тривожність, яка усвідомлюється та переживається як цінна якість особистості, що дозволяє досягнути бажаного. Прихована тривожність має дві субформи. Сюди належать “надмірний спокій”, коли індивід, приховуючи тривогу як від інших, так і від самого себе, формує сильні та негнучкі способи захисту. Це перешкоджає усвідомленню певних загроз в оточуючому світі і власних переживань. Надмірний зовнішній спокій виглядає як вираження цілковитого благополуччя, проте зусилля, яких індивід докладає, щоб блокувати усвідомлення загрози, виснажують нервову систему і невдовзі прихована тривожність перетворюється на відкриту, найчастіше її гостру, некеровану форму. Другою формою прихованої тривожності є реакція уникання. Індивід намагається ухилитися від ситуацій, які викликають у нього найбільшу тривогу[7, с.155–158].

Обставини, що викликають тривогу у старшокласників, відрізняються за змістом від аналогічних обставин в інших вікових групах. Зокрема, А.Прихожан виділяє наступні сфери прояву тривожності в ранньому юнацькому віці:

1. Сфера власного “Я”:

- ситуації, в яких може виявитися власна неспроможність старшокласника – у старшокласників тривожність викликає острах виявитися некомпетентним, неспроможним здійснити задумане, особливо в присутності великої кількості людей. Тому ситуації публічної оцінки умінь та якостей, в яких присутній ризик прилюдного афішування можливої невдачі, є провідними серед обставин, що викликають тривогу.
- ситуації, пов’язані з оцінкою зовнішньої привабливості – одним з основних завдань розвитку даного віку є набуття психосексуальної ідентичності. Юнаки та дівчата формують уявлення про свої можливості в даній сфері, відповідно зосереджують увагу на власній зовнішності і болісно переживають ситуації оцінки зовнішності.
- ситуації, пов’язані з професійним та особистісним вибором – з точки зору старшокласника, вибір, здійснений в юності, суттєво впливає на майбутнє, отже, ситуаціям вибору надається особливе значення.

2. Стосунки з однолітками: в ранньому юнацькому віці референтну групу однолітків змінює вузьке коло обраних друзів, стосунки з якими відзначаються довірою та високо цінуються. Саме тому провідну роль у цій області відіграють ситуації відторгнення, коли старшокласника не сприймають значимі однолітки.

3. Соціальні страхи: ситуації покарання (на перший план у ранньому юнацькому віці виходять ситуації морального приниження, в яких дорослі підкреслюють недосконалість та незрілість старшокласників, обмежують їхню свободу); ситуації, пов’язані із загрозою фізичного насильства – юнаки та дівчата почуваються незахищеними у світі дорослих і все частіше переживають страх фізичного насильства. Крім того, багато старшокласників переконані, що дорослі не нададуть їм допомогу при виникненні загрози.

4. “Магічні” страхи: страхи “потойбічних сил”, “долі”, “чаклування” змушують юнаків формувати захисні ритуали, комплекси дій, які мають оберігати їх у випадку зіткнення з небезпекою[7,с.99–104].

У ранньому юнацькому віці змінюється характер переживання тривоги. Переживання стають більш генералізованими, невиразними, двоякими, невизначеними, тобто набувають рис тривоги в її класичному описі. Переживання страху характеризується наявністю визначеного об’єкту страху і генералізованої тривоги. При цьому чітко усвідомлюється іраціональність страху. Крім того, прояви тривоги поділяються на два основних види: мобілізуючий та демобілізуючий. Мобілізуючий проявляється у підвищеній активності, яка може межувати з агресивністю, демобілізуючий – в заціпенінні, завмиранні, раптовій втраті інтересу, апатії. Особливо

яскраво це проявляється за наявності стійкої тривожності. В процесі переживання тривоги актуалізуються почуття залежності, також з тривогою пов'язані такі переживання як страх перед невдачею, почуття самотності, незахищеності, неповноцінності, провини та сорому. Водночас, саме в ранньому юнацькому віці значну роль в переживанні тривоги відіграють позитивні, мобілізуючі емоції: старшокласники вчать використовувати конструктивний компонент цього стану[7,9].

Корекції тривожності в ранньому юнацькому віці присвячена незначна кількість праць[2,3,4,9]. Більшість дослідників використовували в корекційній роботі методи активного соціально-психологічного навчання, зокрема, соціально-психологічний тренінг – метод психологічного впливу, що здійснюється в процесі інтенсивної групової взаємодії, основною метою якого є розвиток соціально-психологічної компетентності[6,с.240]. В межах соціально-психологічного тренінгу використовуються елементи групової дискусії, ролі, рольові ігри, проєктивне малювання, музикотерапія, психотерапевтичні прийоми (вербалізація почуттів, візуалізація, надання зворотного зв'язку, арт-терапевтичні та психодрамагічні техніки), вправи з елементами релаксації та саморегуляції[1,3,4,6,9]. В якості допоміжного засобу поряд з соціально-психологічним тренінгом застосовуються спеціально розроблені щоденники самопізнання, що містять завдання для самоаналізу та рефлексії, матеріали для домашніх завдань, психодіагностичні методики, які учні спроможні виконати самостійно[9]. Зауважимо, що при формуванні корекційних програм щодо оптимізації високого рівня тривожності в ранньому юнацькому віці перевага надається груповій формі роботи. Застосування даної форми корекції дає можливість відстежити неадаптивні патерни взаємодії, які сприяють закріпленню небажаних рис, та розширити репертуар поведінкових реакцій. Перевагою групової корекції є можливість одночасно отримати зворотній зв'язок від великої кількості людей, можливість обміну досвідом та взаємної підтримки. В ранньому юнацькому віці, який розглядається як відносно стабільний період щодо розвитку тривожності, використання групової форми корекції набуває особливого значення. Стабільність динаміки особистісного розвитку дає можливість застосування широкого спектру методик, що в поєднанні з перевагами групової форми роботи сприяє закріпленню бажаного результату. Водночас ефективним є також послідовне застосування індивідуальної та групової форми корекції: на початку роботи надається перевага індивідуальним консультаціям, по мірі зниження початкового рівня тривожності клієнту рекомендується участь в корекційній групі [6, с.105].

В ряді досліджень пропонується в процесі корекційної роботи працювати не лише з тривожністю, але й з іншими особистісними характеристиками. Так, на думку Ю.В.Зайцева, тривожність в ранньому юнацькому віці пов'язана з особливостями самооцінки та ціннісними орієнтаціями юнаків. Отже, основний зміст розробленої вченим корекційної програми полягає в збагаченні самооцінки юнаків новим змістом шляхом роботи з ціннісними орієнтаціями[3,с.19]. В дослідженні С.А.Водяха запропонований тренінг розвитку креативності, який одночасно служить засобом корекції тривожності[2,с.15]. В.М. Крайнюк, вивчаючи психологічні особливості допризовної молоді, запропонувала працювати одночасно з проявами тривожності та агресивності[4,с.12]. Програма корекції особистісної тривожності в ранньому юнацькому віці, розроблена І.А. Ясточкіною, передбачає роботу за наступними напрямками: гармонізація уявлень про власне “Я”, оптимізація ставлення до майбутнього, формування навичок вирішення проблемних ситуацій, підвищення впевненості в собі[9]. В корекційних програмах І.В.Вачкова[1], М.А.Одінцової[5], К.Фопеля[8] оптимізації високого рівня тривожності присвячені окремі блоки занять.

Слід відзначити, що вибірку більшості досліджень, присвячених корекції тривожності в ранньому юнацькому віці, складають учні загальноосвітніх шкіл. Виняток становить дослідження Ю.В.Зайцева, в якому проаналізовано відмінності в рівнях та сферах прояву тривожності старшокласників загальноосвітньої школи, спеціалізованої школи та гімназії, проте дані ознаки вивчались залежно від соціально-економічного статусу школярів. Таким чином, поза увагою вчених залишається питання особливостей прояву тривожності учнів залежно від типу навчального закладу. Умови загальноосвітніх навчальних закладів нового типу та їхній специфічний контингент зумовлюють, за нашим припущенням, різні форми та особливості прояву тривожності, що необхідно враховувати при розробці корекційних програм.

Висновки. Отже, відносна стабільність раннього юнацького віку щодо динаміки розвитку тривожності створює передумови для застосування широкого спектру корекційних заходів. Серед засобів корекції чільне місце посідають методи активного соціально-психологічного навчання, зокрема, соціально-психологічний тренінг. Існуючі програми оптимізації високого рівня тривожності залишають поза увагою питання особливостей прояву тривожності в учнів загальноосвітніх навчальних закладів нового типу, специфічний контингент яких зумовлює, за нашим припущенням, різні форми та особливості прояву тривожності, що і буде предметом нашого подальшого дослідження.

Список використаних джерел:

1. Вачков И.В. Психология тренинговой работы. Содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы./И.Вачков. – М., Эксмо, 2007. – 416 с.
2. Водяха С.А. Коррекция тревожности в процессе формирования креативности в раннем юношеском возрасте: Автореферат диссертации на соискание степени канд. психол. наук: спец. 19.00.07./С.Водяха. – Казань, 2000. – 21 с.
3. Зайцев Ю.В. Тревожность в подростковом и раннем юношеском возрасте (диагностика, профилактика, коррекция)/Ю.Зайцев, А.Хван. – Кемерово, 2006. – 112 с.

4. Крайнюк В.М. Психологічні особливості проявів тривожності і агресивності у юнаків призовного віку: Автореферат дисертації на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.01. /В.Крайнюк. – К., 1999. – 20 с.
5. Одинцова М.А. Я – целый мир: программа развития личности подростков и юношества. /М.Одинцова. – М.: Издательство Института психотерапии, 2004. – 208 с.
6. Осипова А.А. Общая психокоррекция. /А. Осипова. – М.: Сфера, 2002. – 510 с.
7. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. /А.Прихожан. – М.: Московский психолого-социальный институт – Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с.
8. Фопель К. На пороге взрослой жизни: психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. Отделение от семьи. Любовь и дружба. Сексуальность. /К. Фопель. – М.: Генезис, 2008. – 176 с.
9. Ясточкіна І.А. Психологічні чинники виникнення та корекція тривожності в ранньому юнацькому віці: Дисертація на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07./І.Ясточкіна. – НПУ імені М.П.Драгоманова. – К., 2011. – 320 с.

Резюме. В статье освещаются проблемы психологической коррекции высокого уровня тревожности в раннем юношеском возрасте, в частности, у учащихся старших классов общеобразовательных учебных заведений разных типов. Описаны основные особенности проявления тревожности у старшеклассников, в частности, сферы проявления данной черты (сфера собственного “Я”, межличностные отношения, социальные и магические страхи). Раскрываются базовые категории (открытая и скрытая тревожность) и формы тревожности (острая, нерегулируемая, регулируемая и компенсируемая, культивируемая тревожность, “неадекватное спокойствие”, уход от ситуации). Рассматриваются формы и средства психологической коррекции тревожности, в частности, социально-психологический тренинг.

Ключевые слова: тревожность, формы тревожности, особенности проявления тревожности в раннем юношеском возрасте, психологическая коррекция тревожности.

Summary. The article is devoted to a problem of psychological correction of the high level of anxiety in adolescence and, in particular, of high school pupils from different types of schools. Basic peculiarities of anxiety manifestation of high school pupils, for example spheres of manifestation of this treat (the “Ego” sphere, interpersonal relations, social fears, magical fears) have been described. Basic categories (exposed and imposed anxiety) and forms (acute, unregulated, regulated and compensated, cultivated anxiety, inadequate calmness, avoidance of situation) have been disclosed. The forms and means of psychological correction of anxiety, for example, social-psychological training, have been considered.

Key words: anxiety, forms of anxiety, peculiarities of anxiety in adolescence, psychological correction of anxiety.

УДК 159.942.6-053.6

В. М. ПОЛІЩУК

БАЗОВИЙ СИМПТОМОКОМПЛЕКС КРИЗИ ВХОДЖЕННЯ В ДОРОСЛІСТЬ

Резюме. У руслі концепції симптомомокомплексів переживань вікових криз здійснено розгалужене теоретико-емпіричне вивчення підліткового і юнацького віку: визначено та охарактеризовано гендерні закономірності базових симптомомокомплексів кризи входження в дорослість, або кризи 23 років.

Ключові слова: базовий симптомомокомплекс, вікова норма кризового розвитку, криза входження в дорослість, симптом.

Постановка проблеми. Актуалізація емпіричних досліджень психологічних особливостей вікового розвитку.

Виокремлення раніше нерозв’язаної проблематики: 1. Реанімування педологічних досягнень про вікові кризи. 2. Вивчення вікової нормативної кризи на переході від юнацького віку до дорослості.

Мета: на прикладі кризи входження в дорослість, або кризи 23 років, у руслі концепції симптомомокомплексів вікових криз продемонструвати структуру базових симптомомокомплексів вікових нормативних криз.

Виклад основного матеріалу. Переживання вікових криз – це системне динамічне явище, яке, як комплекс особливостей емоційно-почуттєвої сфери і особистісних якостей людини, залежить від психогенних чинників і соціальних впливів. Складається з унікальних базових симптомів (типових, супутніх, фонових) зі схожою структурою і властивостями, однак різним змістом, причому негативні симптоми мають блочний розподіл.

Результати емпіричного дослідження засвідчують, що перебіг кризи входження в дорослість, або кризи 23 років, є найскладнішим порівняно з перебігом відомих попередніх «великих криз», зокрема підліткового віку. Відповідно кожний її симптом має більш складний психологічний зміст. Зокрема, у дівчат (жінок) віковий