

5. Lejtes N.S. Abilities and gift in child's years/ Nathan Semenovich Lejtes - M.: Knowledge, 1984. - 80 p. - (New in life, science, technique. Series are "Pedagogics and psychology"; №4).
6. Grabovskij A. I. To the question about класификации types of child's gift// of A. I. Grabovskij // Pedagogics. - 2003. - № 8. - p. 13 - 18.
7. Stenberg R. D. Theory of intellect/ of R. D. Stenberg // Foreign psychology. - 1996. - №6. - p.54 - 61.
8. Yurkevich V.S. Personality and problems of the gifted child// are Head of the teaching department. - 2003. - №17 - 18 (167 - 168). - p.3 - 6.
9. Teplov B. M. Select labours/ Boris Mikhajlovich Teplov In 2 is x т. of T.1. - M.: Pedagogics, 1985. - 329 p.

Ренжин П. П.

Одаренность. Современные взгляды на виды одаренности в психологии

В статье раскрыта проблема одаренности в психологической науке и современные взгляды на виды одаренности в зарубежной и отечественной психологии, на основе теоретического анализа психологической литературы доказано, что одаренность трактуется как интегральное психическое образование.

Ключевые слова: одаренность, способность, виды одаренности, интеллектуальное развитие, интеллект.

Renzhin P.P.

Gift. Modern looks to the types of gift in psychology

In the article the problem of gift in psychological science and modern looks are exposed to the types of gift in foreign and home psychology, it is well-proven on the basis of theoretical analysis of psychological literature, that a gift interpreting as integral psychical education.

Key words: gift, ability, types of gift, intellectual development, intellect.

Ренжин Петро Павлович - здобувач кафедри педагогічної та вікової психології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, м. Луцьк.

УДК 159

Ребуха Л. З.

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ЕМОЦІЙНОЇ НАПРУЖЕНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОБЛЕМИ

У статті окреслені психофізіологічні особливості підліткового віку. Психічна незрілість підлітка, недостатньо розвинуте уміння контролювати свою поведінку спричинили необхідність постановки емоційної напруженості як психологічної проблеми, вивчення якої необхідне для ефективного планування різних видів діяльності школярів та профілактики асоціальних вчинків. Джерел – 15.

Ключові слова: емоційна напруженість підліткового віку, стрес, тривожність, страх, зниження емоційної напруженості, делінквентна поведінка.

Постановка проблеми. Актуальність теми дослідження емоційної напруженості обумовлена психофізіологічними особливостями підліткового віку. В цьому періоді змінюються умови життя і діяльності дитини, що спричинює перебудову її психіки. Нестійка нервова система у підлітків не завжди здатна витримати сильні і довготривалі подразники, котрі викликають у них стан крайнього збудження або гальмування, приводять до

роздратованості, апатії тощо. Відтак емоційна напруженість є однією із причин девіантної поведінки у підлітковому віці.

Емоційна незрілість підлітка, недостатньо розвинуте уміння контролювати свою поведінку обумовлюють необхідність постановки соціальної напруженості як психологічної проблеми, вивчення якої необхідне для ефективного планування різних видів діяльності підлітків та профілактики асоціальних вчинків. Також важливо знати причини, які впливають на той чи інший рівень емоційної напруженості і вчасно запропонувати шляхи їх усунення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Відомі зарубіжні і вітчизняні вчені Г.Ш. Габірева, А.І. Захаров, М.І. Наєнко, М.С. Неймарк, Н.М. Пейсакова, Д.Н. Узнадзе та інші неодноразово зверталися до проблем, пов'язаних із емоційною напруженістю. Зокрема у підлітків цією проблемою займалися А.І. Захаров, С.А. Озерова, Т.П. Свистунова.

Однак в наукових дослідженнях недостатньо вивченими залишаються психологічні способи зниження емоційної напруженості у молодших підлітків. Тому наукова проблема дослідження психологічних засад способів зниження емоційної напруженості у підлітків є актуальною як з соціально-психологічної, так і з наукової точки зору.

Мета статті – виявити психологічні особливості виникнення емоційної напруженості у підлітковому віці та окреслити основні способи їхнього подолання.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Серед актуальних питань сучасної психології емоційний стан людини займає одне із провідних місць. Він пов'язаний з переживанням особистості свого ставлення до того, що вона пізнає або як вона діє. Так, в реальному житті, при виконанні багатьох видів діяльності від особи вимагаються особливі надмірні зусилля, що можуть спричинити психічне напруження. В цих в складних, екстремальних умовах роботи у неї проявляються різні за змістом та динамікою психічні стани, які позитивно так і негативно впливають на діяльність.

Проблематикою психічних станів займалися Г.Ш. Габіреєва, П.Б. Зільберман, М.І. Наєнко, Н.М. Пейсакова, Д.Н. Узнадзе, А.І. Захаров, О.В. Овчиннікова та ін. [1–6]. Наше дослідження спрямоване на вивчення одного із психічних станів особистості – емоційної напруженості та причин, які викликають її високий рівень.

У науковій літературі психічні стани, що проявляються в особистості в особливо напруженій діяльності, у більшості випадків, називають стресовими. Якщо виходити з того, що стрес є особливим станом, то в його структуру нарівні з іншими входить і емоційний компонент. Внаслідок неоднозначності трактування поняття „стрес”, обтяженості його медико-біологічними і односторонніми психологічними уявленнями, окремі автори надають перевагу іншому поняттю – „психічна напруженість” [1, с. 24–32; 7, с. 69–71].

М.І. Наєнко ще в 1975 році було запропоновано користуватися цим терміном як таким, що вказує на необхідність вивчення саме психологічного функціонування людини в складних умовах. Стан напруженості „розглядається як перешкода і ні в якому випадку не може ототожнюватися зі станом напруження, що неминуче супроводжує будь-яку складну діяльність, тим більше таку, яка виконується на рівні, близькому до межі даного індивіда”[2]. За О.М. Степановим психічна напруженість – негативний психічний стан, викликаний передбаченням несприятливого для людини розвитку ситуації, виявляється в переживанні загального дискомфорту, нервозності, тривожності чи навіть страху, має здатність мобілізувати внутрішні сили особистості на оволодіння ситуацією і виробляє стратегію поведінки в ній [8, с. 219].

Психічна напруженість виникає при виконанні людиною діяльності і є своєрідною формою відображення складної ситуації, в якій вона знаходиться. Ця ситуація у цілому чи її окремі елементи за особистісних причин стають значимими та важливими для особистості. Останнє є передумовою для виникнення напруженості, як стану, обумовленого передбаченням можливого несприятливого розвитку подій.

В наукових працях М.І. Наєнко та О.В. Овчиннікової здійснено найбільш повний психологічний аналіз стану психічної напруженості. Вчені виділили два види напруженості: операційну та емоційну. Операційна – пов'язана з процесом виконання завдання. Вона виникає як результат відносно нейтрального підходу особистості до виконання діяльності. Діє мобілізуюче, сприяє збереженню високого рівня працездатності. Розвиток емоційної напруженості характеризується вираженням негативним забарвленням особистісної поведінки, ламанням її мотиваційної структури, зниженням ефективної діяльності тощо.

Сьогодні „психічна напруженість” та „емоційна напруженість” використовуються як взаємопов'язані та нерівнозначні поняття, оскільки основною причиною психічної напруженості є емоційне збудження. Емоційна напруженість супроводжується відчуттям дискомфорту, тривоги, деколи страху, однак передбачає готовність до оволодіння ситуацією та діяння в ній визначеним чином. Стан емоційної напруженості зумовлюється надмірною величиною психічних зусиль, необхідних для вирішення поставлених задач [1].

Так як емоційна напруженість не може виникнути поза діяльністю суб'єкта, то постає потреба вказати на ті функції, які вона виконує у цій діяльності. Оскільки діяльність вищої нервової системи, за І. Павловим, залежить від емоційного стану людини, а саме „позитивні емоції тонізують діяльність кори великих півкуль головного мозку, а негативні – гальмують і пригнічують її”, то можна виділити принаймні дві групи функцій емоційної напруженості, перша з яких активізує пізнавальну активність, продуктивну діяльність особистості, а інша – гальмує ці процеси, спричинюючи її захисні реакції [8, с. 238; 15]. Критичний рівень позитивної емоційної активності та пов'язаний з ним граничний рівень психічної напруженості є індивідуальними властивостями особистості. Він проявляється у зниженні реакції і координації дій людини, гіперактивності, багатослівності, тремтінні рук, голосу тощо. Тривале перебування в такому психічному стані приводить до особистісного стомлення. Гальмувальний психічний процес викликає скутість і сповільненість реакцій, рухів людини, нездатність робити професійні дії з активністю, яка була до цього. В особистості знижується швидкість відповідних реакцій, сповільнюється розумовий процес, з'являються неухважність та інші негативні ознаки психічної організації, не властиві даній людині в нормальному стані. Однак, за А.М. Леонтевим, потрібно враховувати роль мотивів у діяльності. Їх змістові характеристики будуть по-різному позначатися на стані емоційної напруженості [5, с. 131].

У своїй книзі „Психическая напряженность” М.І. Наєнко доводить, що у діяльності особи актуалізуються два мотиви, які викликають емоційну напруженість: а) процесуальний та б) пов'язаний із самоствердженням [5, с. 15–20]. Перший лежить в основі самого процесу діяльності і характеризується безпосереднім відношенням людини до управління своїми функціональними можливостями. Цю ідею підтримує психолог Д.М. Узнадзе [5]. Поряд з процесуальними потребами існують потреби пов'язані із самоствердженням особистості: прагнення актуалізувати потенційні можливості, потреба у стійкій та обґрунтованій самооцінці тощо [3, с. 48].

Аналіз наукових джерел дає змогу інтерпретувати емоційну напруженість як психічний стан, що виникає при виконанні людиною складних завдань або у результаті потрапляння її у важку життєву ситуацію. В.П. Зінченко зазначає: „Емоційна напруженість – це напруженість, яка характеризується інтенсивністю емоційних переживань під час перебігу діяльності, оцінкового, емоційного ставлення людини до умов її протікання” [8, с. 254].

Тісний взаємозв'язок між внутрішніми аспектами аналізу, характеристиками і проявами емоційної напруженості можна подати у вигляді таблиці. Водночас емоційна напруженість формується у різній діяльності особистості і, на думку М.І. Наєнко, є не тимчасовою властивістю, а постійною рисою особистості [5, с. 14]. Психолог вважає, що важливим фактором в утворенні цієї риси є уміння суб'єкта об'єктивно оцінювати свої фізичні якості, становище в колективі тощо.

Особи, у яких занижена самооцінка не завжди намагаються розв'язувати важкі життєві задачі, що й викликає у них певну напруженість. Однак спроба розв'язати задачі, які перевищують реальні можливості особистості, не завжди приводить до негативних результатів. Якщо різниця між можливостями суб'єкта і значущістю завдання невелика, то ці труднощі діють мобілізуюче. Коли ж навпаки, то можуть виникнути негативні наслідки для особистості: розчарування у своїх здібностях, бажання перекласти відповідальність за неуспіх на інших тощо [10, с. 126]. В результаті неадекватної самооцінки особистості виникає високий рівень емоційної напруженості, котрий спричинюється складними екстремальними умовами та негативно впливає на ефективність її діяльності.

Отже, емоційна напруженість виявляється в переживанні особистістю загального дискомфорту, нервозності, тривожності чи навіть страху. Вона має здатність мобілізувати внутрішні сили людини на оволодіння ситуацією і сприяє виробленню стратегії поведінки в ній, а її рівень залежить від значущості ситуації, наявності досвіду подібних переживань та особливостей характеру людини. Відтак у діяльності емоційна напруженість може виступати властивістю, рисою особистості та її станом.

У вивченні емоційної напруженості школяра важливими є знання про особливості розвитку його емоційної сфери. Відповідно до обраної теми та об'єкта дослідження нашої уваги заслугове підлітковий вік, який є найбільш вразливим і тривожним серед інших вікових категорій. Його називають перехідним, критичним періодом статевого дозрівання. Підвищена емоційність проявляється в легкій збудливості, дивацтві, інтенсивності та гостроті реакцій. У цьому віці школярі не хочуть, щоб їх вважали за дітей, але і бояться відповідальності дорослих. Хоча діти відштовхують ідеї своїх батьків, але вони їх поважають незважаючи на те, що більшість дорослих не визнають їх як особистість. Це є причиною появи у них емоційної напруженості і гальмівним фактором у їх психоемоційному розвитку [9]. Важливе місце у житті підлітка займає потяг до спілкування з однолітками. Соціально-ціннісні та соціально-шкідливі переживання підлітка визначаються духом групи, до якої він внутрішньо належить традиціями і моральними установками [11; 12, с. 60–65]. У діяльності учня формуються певні емоційні установки, які в подальшому його житті відіграють важливу роль. У межах підліткового віку виділяють: сімейну, сексуальну та шкільну напруженість. Відповідно до них підліток певним чином реагує.

Це проявляється зосередженням на проблемі чи її уникненні, виникнення почуття сорому, гніву, протесту тощо. Підлітки не задоволені роллю пасивних спостерігачів, тому виступають у ролі учасників подій власного життя [12].

Науковці вказують на важливу роль дорослих, які повинні допомогти їм у встановленні мотиваційної сфери та системи цінностей, навчити школяра аналізувати свої захоплення [1, с. 203; 4, с. 10; 14–15]. У цьому віці підлітки мають підвищену потребу в емоційному насиченні. З ними пов'язані ризиковані форми поведінки: любов до гучної музики, перше знайомство з спиртним та наркотиками тощо. Підлітки бурхливо виражають свої емоції, часто не можуть стримати радість та гнів.

Суперечливі прагнення, які повторюються часто в підлітковому віці, ще більше підсилюють загальний нестабільний емоційний фон, можуть спричинити до повторювальних і тривалих афектів [15, с. 72]. Вони мають сильний руйнівний характер, оскільки блокують його свідомість. В кінцевому результаті відбувається активний вихід люті, гніву, страху. Переживання афекту залишає в психіці особливі травмуючі сліди, які можуть привести до неврозу [10, с.152]. У таких випадках важливо дорослим створити умови для „виходу” негативних емоцій без особливо шкідливих наслідків для юної особи і його оточення [1, с. 90].

Група болгарських психологів (Г. Пирьов і ін.), встановила, що найбільш збудливий тип нервової діяльності найчастіше зустрічається у пубертатному віці, де число збудливих збільшується, а після його закінчення зменшується [9, с. 52].

Проте емоційні реакції і поведінка підлітків не може бути пояснена лише зрушеннями гормонального порядку. Вони також залежать від соціальних чинників та умов виховання. Психологічні труднощі дорослішання школяра, суперечність рівня домагань і образу «Я» є причиною зростання емоційної напруженості [1, с. 121]. Причинами емоційної напруженості слугують завищені вимоги з боку сім'ї, школи, неблагополучна атмосфера родинних стосунків тощо [3, с. 5]. Отже, емоційно напружений підліток володіє пониженою активністю мотиваційних тенденцій у досягненні успіху, оскільки його самооцінка неадекватно занижена, домагання невисокі, а при зіткненні з труднощами чи невдачами він нездатний проявляти тактичну гнучкість у виборі цілей і засобів їх досягнення.

Таблиця

Емоційна напруженість як предмет психологічного поліаспектного аналізу

Аспекти аналізу	Сутнісний зміст	Особистісні прояви	Характеристики особистісних проявів
Властивість	досвід подібних переживань	стійкі	пригніченість, пасивність, агресивність, дратівливість, нетерпимість до невизначених стереотипів поведінки
		постійні	почуття гніву, постійний неусвідомлений страх перед невідомим та майбутнім, гальмування сприйняття
	вплив екстремальних ситуацій	актуалізованість	демонстрація уважності, принциповості, доброзичливості та коректності по відношенню до колег
		пригніченість	душевний біль, виникнення ідеї провини, нездатність до міркування, неусвідомленість ситуації
Риса	емоційна чутливість	Позитивна	усвідомлення значимості своєї діяльності, позитивна забарвленість емоцій, стан задоволеності від успіху та творчого підйому, глибокий і сильний інтерес до навчання та спілкування з однолітками
		негативна	поява емоційних розладів у вигляді збудливості, занепокоєння, зниженого настрою, порушень сну та апетиту, почуття власної меншовартості, інколи неадекватна поведінка і дії тощо аж до невротичних змін особистості
	особливість темпераменту і характеру	Стійкість	наполегливість у досягненні мети, стабільність уваги, активність і спрямованість особистості, самовираження і самозадоволення, оволодіння навчками адаптації, розвиток комунікативних здібностей та навичок саморегуляції
		не стійкість	схильність до дезадаптивних реакцій та афектних впливів, тривожність та агресивність у поводженні з ровесниками, неадекватна самооцінка, спонтанність поведінкових рішень, безпричинні переживання, зниження вербальної і невербальної комунікації

Стан	реакція на значущість ситуації	Позитивна	стимулює активність, труднощі здаються незначними, здатність опиратися різним психологічним впливам, пристосування до нової ситуації, мобілізація захисних сил та ресурсів
		Негативна	знижує ефективність навчання і виховання, підвищує конфліктність у взаємостосунках із колегами, виявляється у неорганізованій, вербальній формі вираження невдоволеності та занепокоєності; усвідомлення ненормальності існуючого середовища
	ступінь дії на особистісну діяльність	продуктивний	помірне нервово напруження стимулює працювати краще, забезпечує довгостроковий успіх у діяльності
		непродуктивний	некероване надмірне психічне збудження, хвилювання та надлишкова енергія, що приводить до серйозних потрясінь негативно впливає на працездатність і навіть може зробити роботу неможливою

Надмірне психічне збудження, викликане передбаченням несприятливого розвитку ситуації, не в силі уникнути діти шкільного віку. Тому повноцінне життя підлітка неможливо уявити без напруженого стану, який змушує його почувати незадоволеність, беззахисність і втому й будувати життя з інтересом та ентузіазмом.

Крім того, дуже важливо навчити школяра долати свою надмірну емоційну напруженість. У цьому віці він не може самостійно це зробити, тому потребує підтримки та поради зі сторони батьків і вчителів. Вони у формі бесіди, ознайомлення з науково-методичною літературою по даній проблематиці мають змогу допомогти дитині оволодіти навичками щодо виявлення, попередження, управління, і врешті, зниження власної напруженості, щоб отримувати радість і задоволення від дискомфорту з яким зустрічається.

Дослідження В. Ротенберга і В. Аршавського показали, що на збереження емоційної стійкості найбільше впливає пошукова активність, тобто діяльність, направлена на зміну неприйнятної ситуації або на зміну свого відношення до неї [8]. Використання резервів організму вимагає у підлітка певних зусиль в оволодінні основних принципів та методів подолання неблагополучного емоційного стану [7]. До ефективних засобів зниження емоційної напруженості належать фізичні вправи, динамічна гімнастика, потім – медитація, аутогенне тренування, музикотерапія, бібліотерапія, арт-терапія [2, с. 161–185; 11]. Кожній дитині підходить той засіб регуляції, який повністю відповідає способу її життя та діяльності.

Медитація – розумова дія, спрямована на переведення психіки людини в стан заглибленої зосередженості. Ці відчуття є глибоко особистісними та індивідуальними. Дитина стає менш розсіяною і більше чутливою до відчуттів. У неї підвищується працездатність, перебуває в стані задоволення та внутрішнього оновлення.

Зняти емоційну напруженість можна також за допомогою методу аутогенного тренування – самогіпнозу, який базується на принципі керування власною свідомістю. Розслаблюючись, дитина відчуває свій внутрішній стан і, відповідно до нього, дає собі необхідні вказівки. При цьому підкріплює ці вказівки візуальними образами, уявляючи себе в тому стані, який прогнозується. Після сеансів аутогіпнозу, котрий викликає цілеспрямоване

м'язове розслаблення, настає відновлення фізичних і психічних сил, підліток почуває себе бадьорим, відчуває високу працездатність.

В останні роки багато уваги приділяється методу управління емоційними станами як музикотерапії. Використовується музика для лікування та профілактики відхилень і порушень нервової системи, зняття емоційної напруженості. Вона повертає школяра до реальності і вчить усвідомлювати первинний ритм свого органічного спокою і затишку та здійснює відновлення гармонійності організму. Ще одним засобом подолання негативних впливів на організм дитини є бібліотерапія. Індивідуальний план читання складають психолог та бібліотекар. При підборі книг враховуються причини, сторонні фактори, які призвели до негативних наслідків. Бібліотерапія служить для підняття настрою, здатності виховувати силу волі, оптимізм, віру у себе. У підлітковому віці застосовують ще арт-терапію, яка сприяє виходу агресивності та негативних відчуттів за допомогою зорових образів. Вона допомагає підліткам вийти назовні сильним емоціям, що виникають в травмуючих ситуаціях.

Можна стверджувати, що вчителі та батьки мають змогу навчити підлітків способам зниження своїх емоційно напружених станів за допомогою таких методів як медитація, аутогенне тренування, музикотерапія, бібліотерапія та арт-терапія. Оволодіння ними особистістю слугує здатністю у мобілізації власних внутрішніх ресурсів для передбачення несприятливого для підлітка розвитку подій.

Висновки. Таким чином, теоретичний аналіз проблеми емоційної напруженості показав, що особливими проявами високого рівня емоційної напруженості у підлітковому віці є глибоке переживання невдач, невпевненість у своїх силах, необ'єктивна самооцінка, неможливість управляти собою, відчуття безсилля, безвихідності, заздалегідь налаштування себе на невдачу. Емоційні проблеми підліткового віку мають різні витoki. Особливості емоційних реакцій перехідного віку залежать від гормональних і фізіологічних процесів, соціальних чинників і умов виховання. Нами виявлено, що проблема пов'язана з емоційною напруженістю перебуває на стадії безперервного теоретико-експериментального розвитку, що цілком природно, зважаючи на змінні умови зовнішнього середовища, в яких перебуває людина. Запропоновано розглядати емоційну напруженість як предмет психологічного поліаспектного аналізу, оскільки у діяльності напруженість може виступати властивістю, рисою особистості та її станом. До того ж нами доведено, що надмірними напруженими станами можна управляти за допомогою певних методів, а оволодіння ними особистістю слугує розвитку її здатності мобілізувати власні ресурси, щоб протистояти емоціям негативної модальності.

Література

1. Захаров А.І. Неврози у дітей і психотерапія. – М.: Академія, 2006. – 280 с.
2. Зильберман П.Б. Эмоциональная устойчивость: Дис... канд. психол. наук. – М., 1970. – 228 с.
3. Кириленко Т.С. Психология: Эмоциональная сфера личности. – К.: Либідь, 2007. – 256 с.
4. Леонтьев А.Н. Психологическая напряженность. – М.: МГУ, 1987. – 584 с.
5. Наенко Н.И. Психологическая напряженность. – М.: МГУ, 1986. – 260 с.
6. Цигульська Т.Ф. Загальна та прикладна психологія / Т.Ф. Цигульська. – К.: Наукова думка, 2000. – 190 с. – (Курс лекцій).
7. Дедловская В.И. Эмоции, стресс, здоровье / В.И. Дедловская // Физическая культура в школе. – 2006. – № 4. – С. 69–71.
8. Психологічна енциклопедія / Автор-упорядник О.М. Степанов. – К.: „Академвидав”, 2006. – 424 с (Енциклопедія ерудита).
9. Фридман Л.М. Психология детей и подростков / Л.М. Фридман. – М.: Изд-ство

- Института психотерапии, 2003. – 480 с. – (Справочник для учителей и воспитателей).
10. Семіченко В.А. Психічні стани. – К.: Магістр-S, 1998. – 208 с.
 11. Васильюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций / Ф.Е. Васильюк – М.: МГУ, 1984. – 200 с.
 12. Вереніч Н. Особливості тривожності сучасних підлітків / Н. Вереніч // Підліток: як йому допомогти. – К., 2004. – С. 60–65.
 13. Андреева А.Д., Вохмянина Т.В., Воронова А.П., Чуткина Н.И. / Под ред. Дубровиной М.В. / Руководство практического психолога. Психическое здоровье детей и подростков. – М.: Педагогика, 1995. – 324 с.
 14. Крушельницька Я. В. Фізіологія і психологія праці. – К.: КНЕУ, 2003. – 367 с.
 15. Савчин М.В. Вікова психологія: навч. посіб. / М.В. Савчин, Л.П. Василенко – К.: Академвидав, 2005. – 360 с.

References

1. Zakharov A.I. Nevrozy u ditey i psyhoterapiya. – М.: Academy, 2006. – 280 s.
2. Zylberman P.B. Эмотыональная устойчивость: Дис... кандидата. psychol. nauk. – М., 1970. – 228 s.
3. Kirilenko T.S. Psychologiya: emociyna sphere osobystosti. – К.: Lybid, 2007. – 256 s.
4. Leontiev A.N. Psyholohycheskaya napryazhennost. – М.: MGU, 1987. – 584 s.
5. Naenko N.I. Psyholohycheskaya napryazhennost. – М.: MGU, 1986. – 260 s.
6. Tsyhul'ska T.F. Zagalna i prykladna psyholohiya / T.F. Tsyhul'ska. – К.: Naukova dumka, 2000. – 190 s. – (Lectures).
7. Dedlovskaya V.I. Emocii, stres, zdorovye / V.I. Dedlovskaya // Fizicheskaya kultura v shkole. – 2006. – № 4. – С. 69–71.
8. Psyhologichna encyclopediya / Avtor-uporyadnyk O.M. Stepanov. – К.: "Akademvydav", 2006. – 424 s (Encyclopedia erudita).
9. Friedman L.M. Psyholohiya detey i podrostkov / M.L. Friedman. – М.: Izd-stvo Instituta psyhoterapiyi, 2003. – 480 s. – (Spravochnik dlya uchiteley i vospitateley).
10. Semichenko V.A. Psyhichni stany. – К.: Magistr-S, 1998. – 208 s.
11. Vasilyuk F.E. Psyholohiya perezhyvaniya: analiz preodoleniya kriticheskikh situacij / F.E. Vasilyuk – М.: MGU, 1984. – 200 s.
12. Verenich N. Osoblyvosti tryvozhnosti sychasnyh pidlitkiv / N. Verenich // Pidlitok: yak yomu dopomogty. – К., 2004. – С. 60–65.
13. Andreeva A.D., Vohmyanyna T.V., Voronov A.P., Chutkyna N.I. / Pod red. Dubrovina M.V. / Rukovodstvo prakticheskogo psihologa. Psihicheskoe zdovye detey i podrostkov. – М.: Pedagogika, 1995. – 324 s.
14. Krushelnytska Y.V. Fiziologiya i psyholohiya praci. – К.: KNEU, 2003. – 367 s.
15. Savchyn M.V. Vikova psyholohiya: navch. posib. / M.V. Savchyn, L.P. Vasylenko – К.: Akademvydav, 2005. – 360 s.

Ребуха Л.З.

Теоретические аспекты эмоциональной напряженности как психологической проблемы

В статье очерчены психофизиологические особенности подросткового возраста. Психическая незрелость ребенка, недостаточно развитое умение контролировать свое поведение вызвали необходимость постановки эмоциональной напряженности как психологической проблемы, изучение которой необходимо для эффективного планирования

различных видов деятельности школьников и профилактики асоциальных поступков. Источников – 15.

Ключевые слова: эмоциональная напряженность, подростковый возраст, стресс, тревожность, страх, снижение эмоциональной напряженности, делинквентное поведение.

Rebukha L.Z.

THEORETICAL ASPECTS OF EMOTIONAL TENSION AS PSYCHOLOGICAL PROBLEM

Psychophysiological features of adolescence are described in the article. Mental immaturity of adolescent, underdeveloped ability to control their behavior caused the necessity of setting the emotional tension as psychological problem, study of which is necessary for effective planning of different species of pupils' activity and prevention of asocial behavior. Sources – 15.

Key words: emotional tension, adolescence, stress, anxiety, fear, decrease of emotional tension, delinquent behavior.

Ребуха Лілія Зіновіївна – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології та соціальної роботи Тернопільського національного економічного університету.

УДК 159.9

Тоба М. В.

РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ В КРАЇНАХ СКАНДИНАВІЇ: ІСТОРИЧНА ПЕРСПЕКТИВА

В статті представлено історичний екскурс щодо розвитку психологічної науки в країнах Скандинавії, зокрема, в Данії, Швеції, Норвегії.

Ключові слова: країни Скандинавії, історична перспектива, англо-саксонсько-американська традиція, ідеалізм, холізм, феноменологія, еkleктична філософія, геїтальтпсихологія, прикладна психологія.

Постановка проблеми. Становлення та розвиток психологічної науки має свою історію, динаміку, кризові моменти та піки розквіту, аналіз яких складає важливий пласт історико-психологічних знань, котрий створював передумови формування сучасних парадигм та соціально-психологічних практик. Інтелектуальний діалог наукових шкіл, їх комунікація створює свого роду певну площину в якій відбувається обмін науковим досвідом, «спільна творча діяльність», «пошук» і, відповідно, розвиток прогресивних наукових ідей, які забезпечують методологічну основу досліджень та спрямовані на виконання соціального запиту суспільства. Власне, досвід розвитку психологічної науки в країнах Скандинавії у вітчизняній психологічній науці не представлений.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Розвиток психологічної науки в країнах Скандинавії, зокрема, Данії, Швеції, Норвегії, характеризується змінами різних парадигм, типів наукового мислення, перетином різних перспектив, які зароджувалися в тих чи інших наукових школах та безпосередньо або дотично входили до світової наукової спільноти як «колективного суб'єкту» формування психологічної думки в тій чи іншій країні на певному історичному проміжку часу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичний аналіз наукової літератури показав, що на формування психологічної думки в країнах Скандинавії мала вплив