

special technique aimed at increasing the success achievement motivation of students-psychologists with the high internality level, as well as at analyzing the dynamics of this process has been developed. The technique consisted of 10 discussion sessions on the subject "Psychological consulting" and involved 20 surveyed (4 boys and 16 girls). The sessions were divided into three units, according to which the intermediate results showing the dynamics of the development of motivation to achieve success, have been obtained. The preliminary, intermediate and final evaluation of data was carried out with the help of the following methods: a) writing an essay on the topic "My life goals. The ways I can achieve them", b) four psychodiagnostic techniques aimed at achieving the level of internality and the level of success achievement motivation, c) analysis of motivation with the help of the model of expectations. As a result of the experiment, despite the positive dynamics, the number of students who have achieved the high level of success achievement motivation in all aspects of research is not more than 20%. A rather short duration of the experiment is considered to be one of the reasons for such results. This research should be continued in terms of searching for alternative methods for obtaining positive dynamics of success achievement motivation of students-psychologists and creating favourable psychological conditions of its development.

Keywords: internality, externality, development of motivation for success achievement, orientation at success, sense, self-confidence.

Подано до редакції 01.09.2016

УДК: 159.922

Олена Миколаївна Грек,
кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології розвитку і соціальних комунікацій,
Олена Валеріївна Нестерова,
магістрант соціально-гуманітарного факультету,
Південноукраїнський національний педагогічний університет ім. К. Д. Ушинського,
вул. Фонтанська дорога, 4, м. Одеса, Україна,

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ТРИВОЖНИХ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ІЗ НЕПОВНИХ СІМЕЙ В УМОВАХ РЕКРЕАЦІЇ

У статті представлено теоретичний аналіз сучасних підходів до вивчення поняття тривоги та тривожності, її видів, причин і джерел виникнення. Розглядаються результати емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення рівня тривожності у молодших школярів із неповних сімей в умовах рекреаційного закладу. Запропоновано програму психологічного супроводу тривожних молодших школярів із неповних сімей в умовах рекреаційного закладу, а також апробація тренінгу зі зниження рівня тривожності.

Ключові слова: тривожність, молодший шкільний вік, неповна сім'я, психологічний супровід.

Останнім часом зростає кількість людей, які страждають порушенням емоційної сфери. Однією з причин цих порушень є зростання рівня тривожності як у дорослих, так і у дітей. Як доводить О. М. Прихожан, рівень тривожності підростаючого покоління стає все більш високим [5], що негативно впливає на адаптацію особистості, викликає негативні особистісні зміни, заважає всебічному розвитку особистості. Так, однією з найважливіших задач сучасної психології є пошук засобів роботи з тривожними дітьми та підлітками. Також необхідно відзначити важливість дослідження проблеми тривоги і тривожності у дітей молодшого шкільного віку, оскільки саме цей віковий період відрізняється високою соціальною сензитивністю, ускладненням системи вимог до дитини, до її рефлексивних здібностей та інших психічних якостей. Нова соціальна ситуація розвитку в цей період багато в чому стає стресовою, що тягне за собою появу психічної напруженості у

молодшого школяра, а, отже, і прояв можливих порушень розвитку, що негативно впливає на подальший розвиток особистості. В психології накопичено достатньо технік та прийомів роботи з різними видами тривожності, але їх метою більшою мірою є розвиток емоційної сфери молодших школярів, але не достатньо висвітлена проблема супроводу тривожних молодших школярів в рекреаційний період.

Проблема тривожності розкрита в роботах таких вітчизняних науковців, як Ф. Б. Березін, Л. І. Божович, А. І. Захаров, Н. В. Імедадзе, О. Б. Ковальова, В. Н. Мясичев, В. С. Мерлін, О. М. Прихожан, І. В. Хазратова, Ю. Л. Ханін, Т. А. Шабанова та інших. А в зарубіжній психології проблемою тривожності займалися такі вчені, як З. Фрейд, Е. Фромм, К. Хорні, Е. Берн, Ч. Спілбергер, Р. Мей, К. Роджерс, Й. Лангмейер, Х. Хекхаузен та інші. Тривожність розглядають як негативне емоційне переживання, пов'язане з передчуттям небезпеки [5].

У сучасній науці це поняття визначають як психічну властивість, індивідуальну психологічну особливість, що виявляється в схильності людини до переживання тривоги. Тривожність тісно пов'язана з емоціями негативної модальності, з функціями випереджаючого відображення, з оцінкою невизначеності в задоволенні потреб, із загрозою збитку організму і особистості. Тривожність як властивість особистості є системно організованим особистісним утворенням. Серед її видів учені розглядають особистісну та ситуативну тривожність (З. Фрейд, Ч. Спілбергер, Ю. Л. Ханін, Н. Д. Левітов), шкільну тривожність (А. К. Дусавицький, Є. В. Новікова та ін.), комп'ютерну тривожність (Aziz Shamsa, О. В. Дороніна, Timothy B. Jay).

Науковцями виділено такі джерела та причини тривожності у людини [1, с. 10-11]: природньо-обумовлені, спадкові (психофізіологічні); пов'язані з внутрішньоутробним розвитком і народженням дитини; з періодом раннього і дошкільного дитинства; з вихованням дитини; фізіологічні; соціальні джерела і причини, серед яких: соціально-психологічні (інформаційна невизначеність, збільшення ритму життя, зовнішні конфлікти особистості, самооцінка, реалізація потреби в самоствердженні і пов'язані з цим побоювання, значущі життєві події, соціально-обумовлені страхи і фобії, які заважають соціальній адаптації), соціально-економічні (постійна турбота про майбутній день, тривога за матеріальний достаток, страх втратити роботу, страх несприятливих економічних потрясінь, матеріальних втрат), соціально-політичні (війни, природні катаклізми, катастрофи і стихійні лиха, техногенні катастрофи, національні конфлікти, загроза тероризму та інше). Психологи вважають, що кожний індивід має риси тривожності, які різняться за рівнем вираженості цієї властивості (за Н. В. Імедадзе), тобто низький рівень тривожності необхідний для нормального пристосування до середовища, а високий – свідчить про дискомфорт перебування в оточуючому середовищі. Високий рівень тривожності негативно впливає на адаптацію особистості, викликає негативні особистісні зміни, заважає всебічному розвитку особистості. Так, однією з найважливіших задач сучасної психології є пошук засобів роботи з тривожними дітьми.

Молодший шкільний вік характеризується довільністю емоційного процесу, зміною змістової сторони емоцій та почуттів. Саме в цьому віці відбувається активний розвиток інтелектуальних, моральних та естетичних почуттів. У молодших школярів тривожність є результатом фрустрації потреби в надійності, захищеності від оточуючих. Тобто тривожність у них являє собою функцію порушень з близькими дорослими [4]. Проведений теоретичний аналіз літератури дозволив визначити, що недостатньо дослідженим аспектом залишається прояв тривожності у молодших школярів саме з неповних сімей. Як зазначають А. І. Захаров, А. С. Співаковська, О. О. Смірнова,

В. С. Собкін, психологічними особливостями молодших школярів з неповних сімей є більш низька шкільна успішність, схильність до невротичних порушень і протиправної поведінки, вияв інфантильності, негативне ставлення до батьків, порушення статевої поведінки, нестійка, занижена самооцінка, неадекватна вимогливість до матері і прагнення змінити її поведінку, активний пошук значущого дорослого [2; 7]. На формування особистості молодшого школяра впливають особливості розвитку емоційної сфери та сімейного виховання (за Л. С. Виготським, Д. Б. Ельконіном, Г. С. Костюком, О. Я. Чебикініним). Ураховуючи вищезазначене, можна говорити про те, що у молодших школярів із неповних сімей може формуватися тривожна, невпевнена в собі особистість. Виходячи з цього, ми поставили за мету вивчити особливості прояву тривожності у молодших школярів із неповних сімей та розробити програму психологічного супроводу тривожних дітей в умовах рекреації.

Проведено емпіричне дослідження, в якому було використано конкретні методики – «Неіснуюча тварина», «Кактус», шкала явної тривожності для дітей СМАС, особистісна шкала проявів тривоги (адаптована Т. А. Немчиним).

У дослідженні взяли участь 60 молодших школярів із неповних сімей, які відпочивали на базі УДЦ «Молода гвардія». Аналіз результатів проведених методик засвідчив, що серед досліджуваних 35% мають занижену самооцінку, ознаки невпевненості у собі, пригніченості, нерішучості, потреби у визнанні; 48% продемонстрували ознаки переживання страху; у 38% досліджуваних виявлено легкість виникнення страхів, побоювання, недовіри; 40% молодших школярів-рекреантів проявляють вербальну агресію, в більшості випадків вона є захисною; 18% досліджуваних у своїх роботах продемонстрували захист проти людей, які реально мають можливість накласти заборони, обмеження, тобто проти старших за віком людей: батьків, вчителів, керівників.

Визначено, що у досліджуваних із неповних сімей найбільш вираженими є такі показники, як агресивність (45%), тривожність (40%), імпульсивність (35%), демонстративність (38%). Так, серед респондентів є рекреанти, які мають високий рівень агресивності, що проявляється як на вербальному рівні, так і на фізичному. Такі результати, на нашу думку, залежать від становища дитини в колективі, ставлення до неї однолітків, взаємин з учителями, батьками тощо. Високий рівень тривожності серед досліджуваних, на нашу думку, обумовлений тим, що є завищені вимоги до дітей з боку батьків та опікунів, негнучка, догматична система виховання, не враховується близькими власна активність дитини, її інтереси, здібності та схильності. Значна імпульсивність досліджуваних характеризується нестриманістю у відповідях, якщо чогось хочуть, то повинні відразу це отримати, мають труднощі у спілкуванні з однолітками.

За результатами методики SMAS ми встановили, що серед молодших школярів із неповних сімей 10% досліджуваних стан тривожності не властивий, вони проявляють «надмірний спокій», що може бути пов'язано із захисним характером; 35% досліджуваних мають нормальний рівень тривожності, який необхідний для адаптації та продуктивної діяльності; 20% мають дещо завищену тривожність, що пов'язано з обмеженим колом ситуацій, а також процесом адаптації в таборі; 25% досліджуваних мають явно завищену тривожність, що може заважати успішному процесові адаптації в рекреаційному закладі; 10% мають дуже високу тривожність, їх можна віднести до групи ризику. Також виявлено, що серед молодших школярів із неповних сімей 10% досліджуваних мають низький рівень особистісної тривожності, 20% мають нижче середнього рівень особистісної тривожності, 35% мають середній рівень особистісної тривожності, 25% досліджуваних продемонстрували високий рівень особистісної тривожності, 10% досліджуваних – дуже високий рівень особистісної тривожності.

Виділено групу молодших школярів-рекреантів із неповних сімей, які мають високий та дуже високий рівні тривожності, занижену самооцінку, ознаки страху та тривоги, які потребують психологічної допомоги.

Розроблено програму психологічного супроводу тривожних молодших школярів із неповних сімей відповідно до програми психологічної служби ДП «УДЦ «Молода гвардія» [6], яка включає діагностичну, корекційно-розвивальну, консультативну роботу, психологічну просвіту. Діагностична робота передбачає проведення діагностики з молодшими школярами-рекреантами на другий день перебування у таборі за такими методиками: «Неіснуюча тварина», графічна методика «Кактус», Шкала явної тривожності для дітей SMAS, особистісна шкала проявів тривоги. Корекційно-розвивальна робота передбачає проведення психологічного тренінгу зі зниження рівня тривожності у молодших школярів-рекреантів. Консультативна робота передбачає проведення індивідуальних консультацій з молодшими школярами, які мають високий рівень тривожності. Психологічна просвіта передбачає невеликі виступи на зборах педагогів-організаторів; організацію семінарів-тренінгів з означеної проблеми; надання консультацій педагогам-організаторам щодо індивідуального підходу до рекреантів із високим рівнем тривожності.

Напрямами роботи тренінгу зі зниження рівня тривожності є вплив на зниження рівня тривожності;

зменшення кількості страхів; підвищення рівня самооцінки; зняття емоційної напруги; розвиток навичок спілкування; розвиток здатності молодших школярів до розуміння не тільки свого емоційного стану, а й емоційного стану інших дітей. Під час тренінгу нами використовувались наступні форми та методи: групова робота; індивідуальна робота; серед психокорекційних методів було використано елементи арт-терапії, тілесно-орієнтованої терапії, казкотерапії, психогімнастики, елементи комунікативного тренінгу. Тренінг складається з 7 занять (ураховуючи особливості перебування дітей у таборі – 21 день), тривалість яких складає 60-90 хвилин.

Проведено апробацію розробленого тренінгу зі зниження рівня тривожності у молодших школярів із неповних сімей контрольної та експериментальної групи. Для визначення ефективності розробленого тренінгу було проведено діагностику з досліджуваними після проведення тренінгу за методиками шкали явної тривожності для дітей SMAS та особистісної шкали проявів тривоги. Виявлено, що у рекреантів експериментальної групи після проведення тренінгу відбулося зниження оцінок на рівні X_{cp} за показником рівня явної тривожності методики SMAS (з $X_{cp}=9,3$ до $X_{cp}=7,1$), що свідчить про перехід із високого рівня тривожності до рівня вище середнього. Також незначне зниження оцінок спостерігається у молодших школярів-рекреантів контрольної групи на рівні X_{cp} за показником явної тривожності методики SMAS (з $X_{cp}=9,1$ до $X_{cp}=8,5$).

Виявлено зміни в оцінках за показником тривожності у молодших школярів-рекреантів до та після проведення тренінгу на рівні X_{cp} за методикою особистісної шкали проявів тривоги у досліджуваних експериментальної групи (з $X_{cp}=40,3$ до $X_{cp}=23,4$). Статистично значущі відмінності виявлено між оцінками в роботах молодших школярів-рекреантів експериментальної групи за показником явної тривожності ($t=3,09$, при $t_{кр}=2,23$, $p<0,05$) та особистісної тривожності ($t=2,66$, при $t_{кр}=2,23$, $p<0,05$), тобто ми можемо говорити про зниження рівня тривожності у молодших школярів-рекреантів після проведення тренінгу. Можна зробити висновок, що розроблений тренінг є ефективним при роботі з дітьми, що мають завищену тривожність та страхи.

Подальші перспективи нашого дослідження полягають у вивченні рівня тривожності у підлітків із неповних сімей та розробленні програми психологічного супроводу їх в умовах рекреаційного закладу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Данилков А. А. Психологические средства регуляции ситуативной тревожности в условиях временного детского коллектива : автореф. дисс. ...канд.

психол. н.: 19.00.01 / А. А. Данилков. – Новосибирск, 2004. – 23 с.

2. Иванченко В. А. Социально-психологические особенности детей из неполных семей / В. А. Иванченко // Известия Саратовского университета. – 2010. – Т.10. – Вып. 2. – С. 69-72.

3. Лютова Е. К. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Моница. – М.: Академия, 2000. – 190 с.

4. Микляева А. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А. В. Микляева, П. В. Румянцева. – СПб.: Речь, 2006. – 248 с.

5. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – М., 2000. – 260 с.

6. Симоненко С. Н. Рекреационная психология детства: достижения и перспективы / С. Н. Симоненко, Е. Н. Грек, Е. В. Костюнина, И. В. Леженко // Наука і освіта. – 2014. – №12. – С. 7-12.

REFERENCES

1. Danilov, A. A. (2004). Psikhologicheskiye sredstva regulyatsii situativnoy trevozhnosti v usloviyakh vremennogo detskogo kollektiva [Psychological means of regulation of situational uneasiness in the conditions of temporary children's collective]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Novosibirsk [in Russian].

2. Ivanchenko, V. A. (2010). Sotsialno-psikhologicheskiye osobennosti detey iz nepolnykh semey [Socio-psychological peculiarities of children from single-parent families]. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Ser. Filosofiya. Psikhologiya. Pedagogika. – News of Saratov University, Ser. Philosophy, Psychology, Pedagogy*, Vol. 10, (pp. 69-72). Sarata [in Russian].

3. Lyutova, E. K., Monin, G. B. (2000). *Shpargalka dlya vzroslykh: Psikhokorreksionnaya rabota s giperaktivnymi, agressivnymi, trevozhnymi i autichnymi detmi* [Cheat sheet for adults: Psychocorrectional work with hyperactive, aggressive, anxious and autistic children]. Moscow: Akademiya [in Russian].

4. Miklyayeva, A. V., Rumyantseva, P. V. (2006). *Shkolnaya trevozhnost: diagnostika, profilaktika, korrektsiya* [School anxiety: diagnosis, prevention, correction]. Saint Petersburg: Rech [in Russian].

5. Prikhozhan, A. M. (2000). *Trevozhnost u detey i podrostkov: psikhologicheskaya priroda i vozrastnaya dinamika* [Anxiety in children and adolescents: psychological nature and age dynamics]. Voronezh: Izd-vo NPO «MODEK» [in Russian].

7. Спиваковская А. С. Психотерапия: игра, детство, семья. / А. С. Спиваковская. – ООО Апрель Пресс; ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 304 с.

8. Спилбергер Ч. Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги / Ч. Д. Спилбергер // Стресс и тревога в спорте. – М., 1983. – 282 с.

9. Чебикін О. Я. Емоційна сфера дітей, що виховуються в різних соціальних умовах / О. Я. Чебикін, І. П. Сопрун // Наука і освіта. – 2001. – №6. – С. 3-5.

10. Kyrpenko T. M. Influence of psychological self-defense mechanisms on personal formation and behavior model of teens / T. M. Kyrpenko // *Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S. D. Maksymenko, L. A. Onufrieva. – Issue 27. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2015. – P. 198-210.*

6. Simonenko, S. N., Grek, E. N., Kostyunina, E. V. & Lezhenko, I. V. (2014). *Rekreatsionnaya psikhologiya detstva: dostizheniya i perspektivy* [Recreation psychology of childhood: achievements and prospects]. *Nauka i osvita – Science and education*, 12, 7-12 [in Ukrainian].

7. Spivakovskaya, A. S. (2000). *Psikhoterapiya: igra, detstvo, semia* [Psychotherapy: game, childhood, family]. Moscow: ООО April Press; ЗАО Izd-vo EKS-MO-Press [in Russian].

8. Spilberger, Ch. D. (1983). *Kontseptualnyye i metodologicheskiye problemy issledovaniya trevogi* [Conceptual and methodological issues in anxiety research]. *Zhurnal Stress i trevoga v sporte – Journal of stress and anxiety in sport*. (pp. 12-24). Moscow [in Russian].

9. Chebikin, O. Ya. & Soprun, I. P. (2001). *Emotsiynna sfera ditey. shcho vikhovuyutsya v riznikh sotsialnikh umovakh* [Emotional sphere of children in different social conditions]. *Nauka i osvita – Science and education*, 6, 3-5 [in Ukrainian].

10. Kyrpenko, T. M. (2015). Influence of psychological self-defense mechanisms on personal formation and behavior model of teens. *Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine*, 27, 198-210. Maksymenko, S. D., Onufrieva, L.A. (Ed.). Kamianets-Podilskyi : Aksioma [in English].

Елена Николаевна Грек,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и социальных коммуникаций,
Елена Валерьевна Нестерова,
магистрант социально-гуманитарного факультета,
Южноукраинский национальный педагогический университет имени К. Д. Ушинского,
ул. Фонтанская дорога, 4, г. Одесса, Украина

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ТРЕВОЖНЫХ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ИЗ НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ В УСЛОВИЯХ РЕКРЕАЦИИ

В статье представлен теоретический анализ современных подходов к исследованию понятия тревоги и тревожности, ее видов, причин и источников возникновения. Рассматриваются результаты эмпирического исследования, направленного на изучение уровня тревожности у младших школьников из неполных семей в условиях рекреационного учреждения. Целью исследования является изучение особенностей проявления тревожности у младших школьников из неполных семей и разработка программы психологического сопровождения их в условиях рекреационного учреждения. В работе были использованы такие методики: «Несуществующее животное», «Кактус», «Шкала явной тревожности для детей СМАС», «Личностная шкала проявления тревоги» (адаптированная Т. А. Немчиным). Выявлено, что у младших школьников из неполных семей наиболее выражены такие показатели, как тревожность, вербальная и физическая агрессия, импульсивность, неуверенность в себе, легкость возникновения страхов, заниженная самооценка. Разработана программа психологического сопровождения тревожных младших школьников из неполных семей, которая включает диагностическую работу, коррекционно-развивающую работу, консультативную работу и психологическое просвещение. Диагностическая работа предполагает проведение диагностики с младшими школьниками по указанным методикам. Коррекционно-развивающая работа направлена на проведение психологического тренинга по снижению уровня тревожности у младших школьников-рекреантов. Основные направления тренинга: влияние на снижение уровня тревожности; работа со страхами; повышение уровня самооценки; снятие эмоционального напряжения; развитие навыков общения. Консультативная работа направлена на проведение индивидуальных консультаций с младшими школьниками-рекреантами, а психологическое просвещение подразумевает выступления на собраниях педагогов-организаторов по данной проблеме, предоставление индивидуальных консультаций педагогам-организаторам, которые работают с младшими школьниками из неполных семей, и индивидуального подхода к ним.

Ключевые слова: тревожность, младший школьный возраст, неполная семья, психологическое сопровождение.

Olena Hrek,
PhD (Candidate of Psychological Sciences), associate professor,
Department of Developmental Psychology and Social Communications,
Olena Nesterova,
Master-degree student, Faculty of Psychology,
South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky,
4, Fontanska Doroha Str., Odesa, Ukraine

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF ANXIOUS JUNIOR SCHOOL STUDENTS LIVING IN SINGLE-PARENT FAMILIES IN TERMS OF RECREATION

The article deals with the theoretical review of modern approaches to the studying of the phenomenon of anxiety and anxiousness, its kinds and causes. The empirical experiment was aimed at examining the peculiarities of anxiety manifestation in junior school students living in single-parent families, as well as developing the programme of psychological support for such children at recreational institutions. The methodological base of the study involved the following techniques: "Non-existing animal", "Cactus", "Scale of evident anxiety for children", "Personal scale of anxiety manifestation" (adapted by T. Nemchyn). The research results have shown that such properties as anxiety, verbal and physical aggression, impulsiveness, low self-esteem, fears are mostly peculiar for the surveyed. The developed psychological support involves diagnostic work, correctional and developmental work, consulting, and psychological instructing. The diagnostic work provides diagnostics of school children's level of anxiety and other indicators using the above mentioned techniques. The correctional and developmental work involves psychological training aimed at decreasing the level of anxiety in junior school students from single-parent families having rest at a recreational institution. The main assignments of the training are the following: decreasing the level of anxiety, overcoming fears, increasing the level of self-esteem, stress revealing, development of communication skills. The consulting involves individual counseling, and psychological instruction involves reports of educators concerning this issue. This programme provides individual attention to every child having rest at a recreation institution.

Keywords: anxiety, junior school age, single-parent family, psychological support.

Подано до редакції 01.09.2016