

УДК 159.922.761:616.831:159.942.5

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ВИВЧЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ ТРИВОЖНОСТІ
У ПІДЛІТКІВ З ЛЕГКОЮ РОЗУМОВОЮ ВІДСТАЛІСТЮ

Огороднійчук З.В.

кандидат психологічних наук,

Ратушна Т.С.

Інститут корекційної педагогіки та психології

НПУ імені М.П.Драгоманова

Робота присвячена висвітленню проблеми тривожності у підлітків з легкою розумовою відсталістю, розглянуто підходи до розуміння сутності понять „тривоги” та „тривожності”, охарактеризовано психологічні особливості підлітків з легкою розумовою відсталістю та описано завдання їх вирішення в проведеному експерименті на базі спеціальної школи-інтернат №26.

Работа посвящена проблеме тревожности у подростков с легкой умственной отсталостью, рассмотрены подходы к пониманию сущности понятий „тревоги” и „тревожности”, охарактеризованы психологические особенности подростков с легкой умственной отсталостью и описаны задачи их решения в проведенном эксперименте на базе специальной школы-интернат №26.

The article is devoted to consideration of the problem of anxiety for teenagers with mild mental retardation, examined approaches to understanding the concepts of “trepidation” and “anxiety”, characterized the psychological characteristics of teenagers with mild mental retardation and described the task to solve them with an experiment conducted on the basis of Special Boarding School № 26.

Ключові слова: тривога, тривожність, відкрита тривожність, прихована тривожність, компенсуюча тривожність, регульована тривожність, „культивована” тривожність, розумова відсталість.

Ключевые слова: тревога, тревожность, открытая тревожность, скрытая тревожность, компенсирующая тревожность, регулируемая тревожность, «культивируемая» тревожность, умственная отсталость.

Key words: trepidation, uneasy, open anxiety, latent anxiety, anxiety compensating, adjustable anxiety, “cultivated” anxiety, mental retardation.

Проблема тривожності є актуальною і значимою для виховання дитини. Особливо гострими періодами прояву та виникненню тривожності є зміна умов повсякденного життя: вступ до дитячого садка, вступ до школи, перехід до середньої школи, до дорослого життя тощо. Це час формування особистості: вибору життєвого шляху, оволодіння соціальними нормами і правилами, адаптування до змінених умов життя. Тому прояв тривоги і невпевненості в собі формує особистість тривожною, а це в свою чергу створює ланцюг проблем на шляху її становлення та соціалізації.

Тривожність – це ще одна своєрідна перепона до впевненого кроку в життя, де дитина буде радіти, як і інші, почувати себе повноцінним громадянином суспільства, зможе самореалізуватися та самоствердитись в оточуючому світі.

Вимірювання тривожності як властивості особистості особливо важливо, оскільки ця властивість зумовлює поведінку суб'єкта. Певний рівень тривожності – природна та обов'язкова особливість активної діяльності особистості. У кожної людини є свій оптимальний чи бажаний рівень тривожності – це так звана корисна тривожність. Оцінювання людиною свого стану в цьому відношенні є для нього важливим компонентом самоконтролю і самовиховання.

Ступінь тривожності свідчить про рівень емоційної пристосованості дитини до соціальних ситуацій, показує відношення дитини до окремих ситуацій, дає інформацію про характер взаємовідносин дитини з однолітками та дорослими в сім'ї і колективі.

Метою нашого дослідження є вивчення психологічних особливостей особистісної тривожності у підлітків з легкою розумовою відсталістю.

Тривожність, як прояв людських переживань, існувала скрізь і завжди. «Мені тривожно», «я відчуваю страх», «у мене погане передчуття» - ці та інші висловлювання наочно ілюструють, що тривожність – не таке вже й рідкісне явище.

Більшість дослідників розрізняють тривогу як стан, а тривожність як рису особистості.

Тривога – емоційний стан, який виникає при небезпеці і проявляється в очікуванні небезпечного розвитку подій. Симптомами тривоги є: невпевненість в собі, безпорадність, безсилля перед певними факторами, перебільшення їх, що призводить до повної дезорганізації поведінки.

Тривожність – це схильність людини до переживання тривоги (А.А.Петровський).

Тривожність, як правило, підвищена при нервово-психічних і тяжких соматичних захворюваннях, при психотравмах. Вона є характеристикою і здорової людини, як прояв неблагополуччя особистості, як риса характеру.

У психологічній літературі, можна зустріти різні визначення поняття тривожності, хоча більшість дослідників визнають необхідність розглядати її і як ситуативне поведінкове явище, і як особистісну характеристику з урахуванням її динаміки.

Ситуативна тривожність – це комплексне тимчасове емоційне психофізіологічне почуття, викликане впливом конкретної емоціогенної ситуації.

Особистісна тривожність – стійке переживання комплексу почуттів негативної модальності, як риси характеру.

На психологічному рівні тривожність відчувається як напруга, занепокоєння, нервозність і переживається у вигляді почуттів невизначеності, безпорадності, безсилля, незахищеності, самотності, що супроводжується невдачами, неможливістю приймати рішення. Вона може проявлятися у втечі, «звільненні» від ситуації, від необхідності вирішення проблеми.

На фізіологічному рівні реакція тривожності проявляється в посиленні серцебиття, прискоренні дихання, збільшенні циркуляції крові, підвищенні артеріального тиску, зростанні загальної збудливості, зниженні порогів чутливості, коли раніше нейтральні стимули набувають негативне емоційне забарвлення.

Виділяють дві основні форми тривожності:

- 1) відкрита – свідомо пережита, яка проявляється в поведінці та діяльності;
- 2) прихована – несвідомо, що проявляється в надмірному спокої, чутливості до реального неблагополуччя і навіть у запереченні його, або непрямим шляхом – через специфічні способи поведінки.

До відкритої форми тривожності відносяться:

1. Гостра, нерегульована або малорегульована тривожність – вона усвідомлювана і проявляється зовні через симптоми тривоги, самостійно впоратися з якою індивід не може.

2. Регульована і компенсуюча тривожність, при якій люди самостійно виробляють досить ефективні способи подолання її. Важливою характеристикою обох форм є те, що тривожність оцінюється дітьми як неприємне, важке переживання, від якого вони хотіли б позбутися.

3. «Культивована» тривожність – в цьому випадку тривожність усвідомлюється і переживається як цінна для особистості якість, що дозволяє домагатися бажаного. Культивована тривожність виступає в декількох варіантах. Вона може визнаватися індивідом як основний регулятор його активності, що забезпечує його організованість, відповідальність.

Форми прихованої тривожності зустрічаються не так часто як відкритої. Одна з її форм умовно названа «неадекватний спокій». У цих випадках індивід, приховуючи тривогу як від оточуючих, так і від самого себе, виробляє жорсткі, сильні способи захисту від неї, що перешкоджають усвідомленню як певних загроз в навколишньому світі, так і власних переживань.

У таких людей не спостерігається зовнішніх ознак тривожності, навпаки, вони характеризуються підвищеним, надмірним спокоєм, однак їм притаманні приховані негативні переживання. Ця форма дуже нестійка, вона досить швидко переходить у відкриту форму тривожності.

Тривожність часто виникає, тому що суб'єкт не може або не вміє дати адекватну відповідь на зовнішні впливи. До них відносять:

- новизна (нові ситуації, до яких людина не підготовлена);
- незвичність (ця ситуація навіть при повторенні буває „ною”, оскільки людина не має звичної адаптивності: це темнота, самотність);
- раптовість (неочікуваність ситуації).

Проблема тривожності має велике значення і для дітей з розумовою відсталістю підліткового віку.

Навчання для підлітка з розумовою відсталістю має велике значення і залишається одним з основних видів діяльності.

В школі вчителі часто лякають поганими оцінками і у дитини складається стереотип, що їх “двійка” – це справжня біда, яку ніяк не можна виправити. Учитель повинен руйнувати цей стереотип, щоб учень, відповідаючи, відчував себе впевнено.

Одним з основних факторів виникнення тривожності у підлітків з легкою розумовою відсталістю є страх перед перевіркою знань. Саме це може стати для тривожної дитини справжнім випробуванням. Тривожному учню передусім потрібно допомогти повірити в себе, в свої сили. Тривожна дитина повинна завжди пам'ятати, що школа – місце, куди вона прийшла вчитися і від зробленої помилки нічого поганого з нею не відбудеться.

Багато дітей не хочуть відповідати біля дошки, боючись, що не правильно щось скажуть і будуть засміяні однокласниками. На уроках тривожна дитина завжди напружена. Незначне завдання, з яким би справився навіть слабкий учень, уже викликає почуття тривоги. [2, с 60-61]

Шкільне навчання, пізнання нового, перевірка знань, умінь і навичок завжди супроводжується підвищенням тривожності.

Все це створює ланцюг перешкод на шляху становлення особистості дитини. Якщо дорослі ставлять до учня вимоги, виконання яких неможливе через його особистісні, вікові чи психофізичні особливості, може розвинути стан соціальної, соматичної, психологічної напруженості – загроза дезадаптації, а звідси – розвивається підвищена тривожність, знижується комунікабельність, емоційна стійкість, з'являється почуття неповноцінності, занижується успішність і т.д. [1, с. 69]

Окрім школи, ще одним джерелом тривожності можна вважати і сім'ю, стосунки в ній, виховання, взаємини батьків. Багато дітей живе в атмосфері емоційних негараздів, емоційного напруження. Одним із найрозповсюдженіших страхів у дітей є страх засмутити батьків. Подібна атмосфера – це один із чинників виникнення тривожності у дитини, який стримує почуття захищеності, надійності, сімейного благополуччя, що необхідно для нормального емоційного самопочуття.

Метою констатуючого експерименту було виявлення рівня особистісної тривожності у підлітків з легкою розумовою відсталістю, встановлення причин особистісної тривожності та її психологічних особливостей.

Об'єктом нашого дослідження є тривожність як властивість особистості підлітка з розумовою відсталістю. Експериментальну групу склали 9 дітей 6-А класу.

Для проведення експерименту ми використали метод спостереження, опитувальник «Ситуативної та особистісної тривожності» Ч.Д. Спілбергера адаптований Ю.Л. Ханіним, «Восмикольоровий тест Люшера», тест тривожності (Р. Темпл, В.Амен, М. Доркі).

Опитувальник «Ситуативної та особистісної тривожності» Ч.Д. Спілбергера (адапований Ю.Л. Ханіним) дає змогу диференційовано вимірювати тривожність і як особистісну властивість, і як стан.

Даний тест є надійним інформативним способом самооцінки рівня тривожності в даний момент (реактивна тривожність як стан) і особистісна тривожність (як стійка характеристика людини). Але оскільки ми не досліджуємо рівень ситуативної тривожності, ми використовували лише 2 частину тесту, яка інформує саме про особистісну тривожність та її рівень.

Інтерпритуючи опитувальник Ч.Д. Спілбергера ми отримали такі результати: низький рівень тривожності мають 11,2% дітей, середній рівень тривожності – 33,3%, високий рівень тривожності – 55,5%.

«Восмикольоровий тест Люшера» допоміг нам виявити особливості стану учня під час перебування у школі та загального емоційного стану кожної дитини.

Інтерпретуючи отримані дані, ми отримали такий результат: високий рівень тривожності мають 44,4% учнів, середній рівень тривожності – 44,4%, низький рівень тривожності – 11,2%.

Ця методика також допомогла нам визначити загальні особливості учнів. Для цього ми проаналізували який колір зустрічається найчастіше, на першому та другому місці (червоний і жовтий), та які кольори відкидаються, тобто знаходяться на останніх місцях (коричневий, сірий, чорний і синій). Це дало нам змогу дізнатись, що діти, які прагнуть отримувати результат є цілеспрямованими, мають бажання досягати цілей, мають потяг до активної дії, ініціативні.

Кольори, які знаходяться на останніх місцях характеризують учнів як таких, які прагнуть виділитися, бути незалежними, прагнуть до задоволення власних бажань, активної участі у всьому, що відбувається навколо, і в той же час їх характеризує тривога, бажання спокою.

За даними тесту тривожності (Р. Темпл, В.Амен, М. Доркі) ми отримали такий результат рівня тривожності у підлітків з легкою розумовою відсталістю: високий рівень тривожності – 77, 8%, середній рівень – 22, 2%, низький рівень – 0%.

Детально вивчаючи отримані результати, ми встановили, що найбільш яскраво вираженою причиною особистісної тривожності є порушення у системі взаємодії «дитина-дорослий» та «дитина-дитина», а також причини пов'язані із особистісними особливостями дитини.

Основна проблема тривожності стосується її характеру, тобто – адаптивного чи дезадаптивного. Якщо тривожність має підвищений показник, то найчастіше вона має дезадаптивний характер і призводить до різних проблем у життєдіяльності, які часто мають зворотний характер (низька самооцінка призводить до тривожності, в свою чергу тривожність є причиною низького рівня самооцінки).

Методом спостереження ми виявили, що діти мають знижений рівень активності під час розумової та фізичної роботи. Вони досить нетерплячі, дуже чутливі до своїх невдач, гостро реагують на них, схильні відмовлятися від тої діяльності, з якою не справляються. Відповідають на питання вчителя тихим і глухим голосом, можуть навіть почати заїкатися. Мова їх, може бути як дуже швидкою, поспішною, так і уповільненою. Як правило, виникає тривале збудження: дитина перебирає руками одяг, маніпулює чим-небудь, погляд спрямований вниз. У таких дітей можна помітити різницю у поведінці на заняттях і поза ними.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии/ Под ред.А.А. Крылова, С.А.Маничева. – 2-е издание., доп. и перераб. – СПб.:Питер, 2007. – 560с.
2. Ставицька С.О. Психолого-педагогічні умови подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку. Психологія на перетині тисячоліть: Збірник наукових праць П'ятих Костюківських читань в 3-х т. – К.: Гнозис. – 1998. 298 с.

УДК: 159.973

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ НАВЧАННЯ АУТИЧНИХ ДІТЕЙ

Островська К.О.

кандидат психологічних наук, доцент

Качмарик Х.В.

Львівський національний університет імені І.Франка

У статті проаналізовано вітчизняні та світові тенденції організації психологічного супроводу аутичних дітей під час навчання. Виокремлено і проаналізовано основні компоненти психологічного супроводу навчання аутичних дітей у державній дошкільній групі ДНЗ №165 м. Львова.

В статье проанализированы отечественные и зарубежные тенденции организации психологического сопровождения обучения аутичных детей. Выделены и проанализированы основные компоненты психологического сопровождения обучения аутичных детей в государственной дошкольной группе ДОО №165 г. Львова.