НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА

СТАВИЦЬКА СВІТЛАНА ОЛЕКСІЇВНА

УДК 15:371.015

Психолого-педагогічні умови подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку

19.00.07. – педагогічна та вікова психологія

Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Київ - 1999

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Національному педагогічному університеті імені М.П.Драгоманова, Міністерство освіти України

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент
Лисянська Таїсія Миколаївна,
Національний педагогічний університет
імені М.П.Драгоманова, доцент

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, доцент
Кульчицька Олена Іполитівна
Інститут педагогіки та психології
професійної освіти АПН України
старший науковий співробітник

кандидат психологічних наук, доцент
Уманець Любов Іларіонівна,
Національний педагогічний університет
імені М.П. Драгоманова, доцент

Провідна установа: Інститут психології імені Г.С. Костюка
АПН України, лабораторія психології навчання,
м. Київ.

Захист відбудеться " 18 " березня 1999 року на засіданні спеціалізованої вченої ради К. 26.053.02 о 14^{30} в Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова (252601, Київ, вул.Пирогова, 9).

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (252601, Київ, вул.Пирогова, 9).

Автореферат розісланий " 15 " лютого 1999 року.

Учений секретар
спеціалізованої Вченої ради Долинська Л.В.

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ.

Актуальність проблеми. Всебічний розвиток і виховання підростаючого покоління - не лише завдання, а й обов'язкова умова побудови нового гуманно-демократичного суспільства, що стосується основних проблем, пов'язаних з розбудовою державності України. Вирішення цього загального завдання реалізується через формування духовно та фізично здорової людини. У зв'язку з цим в психолого-педагогічній науці і практиці особливу актуальність мають прикладні експериментальні дослідження, спрямовані на подолання негативних явищ, які супроводжують розвиток особистості. В умовах нестабільного сьогодення з його соціально-економічними негараздами, невпевненістю в завтрашньому дні, ростом насилля у суспільстві все частіше розвиток дитини супроводжується переживаннями негативної модальності і, перш за все, високою тривожністю, що дегармонізує становлення особистості.

Шкільні роки – найважливіший етап у житті людини, протягом якого найактивніше формується її особистість, відбувається психічний розвиток, який часто супроводжується тривогою. Тривога – емоційний стан, який виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки, пов'язаної з очікуванням невдач у соціальній взаємодії та несприятливого розвитку подій. Тривога може носити як конструктивний (мобілізуюча ситуативна тривожність), так і деструктивний (дезорганізуюча особистісна тривожність) характер.

Найбільш виражені емоційні реакції, переживання виникають у критичні моменти розбалансованості в динамічному процесі взаємодії дитини і середовища, у так звані "критичні періоди". Саме такий період виникає при переході дитини з дошкільного в молодший шкільний вік. Дітям цього віку властиві психологічні особливості, які сприяють виникненню тривожності: підвищена емоційна чутливість до зовнішніх впливів та сильна зовнішня і внутрішня реакція на них; недостатньо розвинена довільність пізнавальної і, особливо, емоційно-вольової сфер; безпосередність сприйняття зовнішнього світу і обмеженість форм адаптивних реакцій на впливи; високий рівень наслідування та емоційного зараження; залежність від оцінок дорослих; низька здатність протистояти чужій думці тощо. Тому саме в цьому віці тривожність може закріпитися як властивість особистості. З іншого боку, психологічні характеристики молодшого шкільного віку можна вважати і найбільш сприятливими до соціально-організованих (навчально-виховних) впливів, що дає можливість проводити ефективну формуючу і коригуючу роботу з подолання особистісної тривожності учнів початкової школи.

Високий рівень тривожності може спричинити розвиток неврозу у дітей та ускладнити процес формування їх особистості. Тому необхідним є визначення умов, дотримання яких дасть можливість подолати це негативне явище в розвитку особистості дітей молодшого шкільного віку та попередити його вплив на становлення особистості в наступних вікових етапах. Науково достовірне знання, обгрунтування таких умов є важливим завданням сучасної практичної психології. Наше дисертаційне дослідження є одним з кроків у напрямі його вирішення.

Більшість дослідників розрізняють тривогу як стан і як рису особистості –тривожність (I. Buller, T. Breen,Th. Goolsby, P. Peretti, M. Rogers, K. Swenson).

Стан тривоги визначається як змінний психічний стан, який характеризується суб'єктивним відчуттям напруги, побоювання, підвищенням активності нервової системи (ситуативна тривожність).

Тривога як риса (особистісна тривожність)– відносно стійка психічна структура з відповідними їй шаблонами поведінки, які виражаються в тенденції реагувати на ситуації, що сприймаються як загрозливі, збільшенням стану тривоги. Тривожність є суб'єктивним проявом неблагополуччя особистості.

Тривога як стан вивчалася у вітчизняній та зарубіжній літературі, перш за все, у зв'язку з розвитком навичок саморегуляції у спортсменів (К.Еліксон, У.Морган, В.П.Некрасова, Ю.В.Пахомов, Н.В. Цзен). Тривогу як стан і як рису, яка виникає у процесі адаптації до середовища та виконання різних видів діяльності, вивчали Ю.А.Александровський, Ф.Д.Горбов, А.Б.Леонова, Н.Б.Пасинкова, Я.Рейковський, К.О.Сантросян, А.О.Тутундисян, Ю.Л.Ханін, Х.Хекхаузен. У деяких дослідженнях тривожність розглядається як реакція на соціальні впливи при певних індивідуальних психофізіологічних особливостях (М.Авенер, Г.Айзенк, Г.Г.Аракєлов, Б.А.Вяткін, В.Р.Кисловська, М.Ландерс, Н.Є.Лисенко, Н.Д.Левітов, М.Махоні, В.С.Мерлін, Ч.Д.Спілбергер, Є.К.Шотт), а також як така, що може виникати при

різних психосоматичних захворюваннях (В.М.Мясищев, Є.І.Соколов та ін.). Вплив самооцінки та рівня домагань на розвиток тривожності вивчали Л.В.Бороздіна, Е.А.Залученова, Н.І.Наєнко, А.М.Прихожан, О.Т.Соколова.

У ряді досліджень з проблем профілактики і корекції тривожності значна увага приділялась прийомам зняття нервово-м'язової напруги (М.І.Буянов, Г.Ш.Габурєєва); прогресивної релаксації (Р.Ассаджолі, Ш.Левіс, Ш.К.Левіс); прийомам психогім-настики (Ю.Н.Ємельянов, Г.Л.Ісуріна, Н.В.Цзен;), систематичної десенсибілізації (М.Раттер); аутогенного тренування (А.В.Алєксєєв, В.Л.Леві, В.Р.Лебзін); методам соціально-психологічного навчання (Л.В.Долинська, А.В.Петровська, В.В.Петровський, К.О.Роджерс, Л.І.Уманець, Н.В.Чепелєва, Т.С.Яценко); методам психотерапії (М.І.Буянов; В.І.Гарбузов, А.І.Захаров, А.Уоттс).

Переважно всі ці прийоми і методи розроблені та застосовуються для роботи з учнями, починаючи з підліткового віку. При розгляді питання тривожності дошкільників, молодших школярів і молодших підлітків основна увага приділялась вивченню таких її чинників, як соціальна ситуація розвитку дитини, особливості сімейних стосунків та взаємодія вчителів і вихователів з дітьми в процесі виконання різних видів діяльності (Г.С.Абрамова, Б.Г.Ананьєв, І.Д.Андрєєва, М.І.Буянов, Г.В.Бур-менська, В.Г.Бочарова, К.Бютнер, І.Н.Гільяшева, Н.Д.Ігнатьєва, А.К.Дусавицький, І.В.Дубровіна, О.А.Карабанова, Н.В.Карабанова, В.Є.Каган, А.Г.Лідерс, О.В.Новікова, Р.В.Овчарова, А.М.Прихожан, А.С.Співаківська, Т.М.Титаренко).

У психолого-педагогічній науковій літературі є роботи, в яких явище тривожності розглядається побіжно як супутнє до інших проблем: проблеми набутої мотивації особистості (Н. Міллер, 1960; В. Стівенс, 1960); формування адаптивної поведінки людини при різних формах її взаємодії з навколишнім середовищем (R..Lozarus, 1978; C. Spilberger, 1985; B. Weiner, 1985); розвитку і формування адекватної самооцінки, рівня домагань (Л.В.Бороздіна, Є.А.Залученова, 1993); ефективності інтелектуальної діяльності та розвитку пізнавальної і емоційно-вольової сфери особистості (Є.Голубєва, 1993; M.Dobson, 1992; P.Kedem, 1990; A.Mathews, 1991; M.Mikulincer,1990; Н.Б.Пасинкова, 1996; Я.Рейковський, 1979).

Вивчалися питання впливу на виникнення, розвиток і закріплення тривожності в реальних умовах спільної діяльності, які проявляються в міжособистісній, внутрішньо-груповій та міжгруповій взаємодії (Г.С.Абрамова, 1995; М.І.Буянов, 1988; І.В.Дубровіна, 1991; D.Sears, 1967; C.Spilberger, 1985; Ю.Л.Ханін, 1991).

Є ряд досліджень присвячених проблемам діагностики тривожності: комунікативної особистісної тривожності (G.Freidrich, 1970; I.McCrosky, 1984); шкільної, міжосбистісної і самооцінної тривожності старших підлітків (А.М.Прихожан, 1984 – 1987); тривожності як властивості особистості і як емоційного стану (Ч.Д.Спілберегер, 1972 та ін.); тривожності дошкільників (С.В.Васьківська, 1993; Т.І.Ольховецька, 1995; З.С.Карпенко, 1997; Г.П.Лаврентьєва, Т.М.Титаренко, 1993).

Окремі питання прояву та корекції тривожності молодших школярів розглядалися С.В.Васьківською (1994); І.В.Дубровіною (1995); Р.В.Овчаровою (1996).

Вивчення проблеми показало відсутність досліджень, де були б чітко виділені фактори виникнення тривожності учнів початкової школи в умовах значущої для них навчальної діяльності та спілкування. Немає робіт, де конкретно і узагальнено були б сформульовані умови профілактики та подолання особистісної тривожності молодших школярів.

Таким чином, соціальна значущість проблеми, необхідність подальшого розширення теоретичних і експериментальних досліджень особливостей і факторів виникнення особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку та визначення і узагальнення психолого-педагогічних умов подолання тривожності учнів початкової школи і обумовили вибір теми нашого дослідження "Психолого-педагогічні умови подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку".

Тема дисертації входить до плану науково-дослідної роботи кафедри психології НПУ імені М.П. Драгоманова і скоординована в АПН України (протокол №4 від 4.06.1998).

Об'єкт дослідження - особистісна тривожність молодших школярів.

Предмет дослідження – визначення та наукове обгрунтування психолого-пе-дагогічних умов подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

Мета дослідження - виявити основні фактори виникнення, розвитку і закріплення тривожності молодших школярів у процесі навчальної взаємодії та, на цій основі, визначити, обгрунтувати та

перевірити дійєвість психолого-педагогічних умов та системи психогімнастичних тренінгових вправ подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

В основу нашого дослідження було покладено припущення про те, що подолання особистісної тривожності дітей молодшого шкільного віку вимагає:

– врахування основних факторів виникнення, особливостей розвитку і закріплення тривожності у молодших школярів, пов'язаних з їх провідною діяльністю та психофізіологічними властивостями;

– забезпечення ряду психолого-педагогічних умов, пов'язаних з врахуванням індивідуально-типологічних та вікових особливостей дітей молодшого шкільного віку, зокрема рівня розвитку пізнавальної, емоційно-вольової та мотиваційної сфер, особливостей формування рівня домагань, самооцінки і успішності міжособистісної взаємодії, результативності учіння та рівня оволодіння його компонентами тощо;

– застосування інтегративного підходу при дотриманні визначених умов і впровадженні системи практичної роботи.

Для досягнення мети дослідження та перевірки гіпотези необхідно було вирішити такі **завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми та розкрити зміст поняття "особистісна тривожність".

2. Експериментально визначити і проаналізувати основні фактори, критерії, рівні сформованості особистісної тривожності молодших школярів та показники їх прояву. 3.Виявити та науково обгрунтувати психолого-педагогічні умови подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

3. Розробити та апробувати програму подолання особистісної тривожності учнів початкової школи.

Теоретико-методологічною основою дослідження були: принцип системного підходу в психології (Б.Г.Ананьєв, О.В.Киричук, Т.М.Лисянська, Б.Ф.Ломов, О.Ф.Рибалко, О.В.Скрипченко); психологічний принцип єдності свідомості, самосвідомості й діяльності (Л.С.Виготський, Г.С.Костюк, О.М.Леонтьєв, С.Л.Рубінштейн, П.Р.Чамата); вчення про сутність особистості та закономірності її формування (Р.Ассаджолі, Л.С.Виготський, Г.С.Костюк, А.В.Петровський, Т.М.Титаренко); основні теоретичні положення про специфічну для кожного вікового етапу соціальну ситуацію розвитку, провідну діяльність та новоутворення, які є вихідним моментом динамічних змін у розвитку дитини (І.Д.Андрєєва, Л.І.Божович, Л.С.Виготський, П.Я.Гальперін, І.В. Дубровіна, А.В.Запорожець, С.Д. Максименко, Д.І.Фельдштейн); про роль емоційно-вольової сфери людини у формуванні здорової особистості (Л.М. Аболін, П.К.Анохін, Г.М.Бреслав, І.Д.Бех, В.К.Вілюнас, Б.А.Вяткін, Л.Я.Гозман, Б.І.Додонов, О.І.Кульчицька, Н.Д.Левітов, В.М.Мясищев); про механізми розвитку мотиваційно-потребової сфери особистості (В.К. Вілюнас, О.М.Леонтьєв).

У процесі дослідження для перевірки гіпотези та вирішення поставлених завдань був застосований комплекс теоретичних та емпіричних **методів**: аналіз науково-теоретичних джерел з проблеми дослідження, соціометрія, включене спостереження, усне та письмове опитування, бесіда, аналіз продуктів діяльності учнів, лонгітюдний констатуючий експеримент, формуючий експеримент, проективні методики та методи статистичної обробки даних.

Експериментальна база: учні школи №98 та школи-гімназії №136 м. Києва, школи №6 м. Бориспіль, школи №10 м. Ірпінь протягом 1995–1998 навчальних років. Дослідженнями було охоплено 162 учні початкових класів.

Надійність та вірогідність отриманих результатів забезпечувались: застосу-ванням системного підходу до вивчення особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку; методологічною і теоретичною обгрунтованістю вихідних даних дослідження, сукупністю стандартизованих валідних методів, адекватних предмету, меті і завданням дослідження; репрезентативністю вибірки, поєднанням кількісного та якісного аналізу отриманих результатів; застосуванням методів математичної статистики.

Наукова новизна дослідження полягає:

– в експериментальному визначенні основних соціально-психологічних факторів виникнення особистісної тривожності в учнів молодшого шкільного віку при їх міжособистісній взаємодії в процесі

навчальної діяльності: загальне негативне емоційне самопочуття від перебування в школі; проблеми у взаємостосунках з учителем та однокласниками; незадоволеність власною навчальною діяльністю; незадоволеність собою як суб'єктом навчальної діяльності;

– у виявленні і систематизації критеріїв (сила, тривалість і частота дії подразника; значущість потреби (в індивідуальному і віковому аспектах), яка викликає цей подразник; здатність дитини адаптуватися до цього подразника; особливості психофізіологічних емоційних реакцій дитини) та рівнів прояву (високий, середній, низький) особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

– у науковому обгрунтуванні, на основі визначених факторів та рівнів розвитку особистісної тривожності, психолого-педагогічних умов (умови розвитку і формування пізнавальної, емоційно-вольової та мотиваційної сфер особистості молодших школярів; умови організації навчальної діяльності; умови виховання в сім'ї тощо) її профілактики та подолання у дітей молодшого шкільного віку.

Теоретичне значення роботи полягає у поглибленні наукових знань про взаємозв'язок розвитку емоційно-вольової, мотиваційної та пізнавальної сфер особистості учнів початкової школи; у доповненні та розширенні наукового уявлення про динаміку, індивідуальні та вікові особливості виникнення і розвитку особистісної тривожності; у виявленні та систематизації психологічно значущих факторів виникнення тривожності молодших школярів у процесі навчальної діяльності; у теоретичному обгрунтуванні ефективності психолого-педагогічних умов профілактики та подолання особистісної тривожності дітей молодшого шкільного віку.

Практичне значення роботи полягає в тому, що теоретично обгрунтована та експериментально перевірена комплексна система психолого-педагогічних умов та психогімнастичних тренінгових вправ може бути використана практичними психологами як загальноосвітніх, так і спеціалізованих шкіл у взаємодії з вчителями-класоводами і батьками для подолання особистісної тривожності дітей молодшого шкільного віку. Результати дослідження та конкретні методики і вправи - включені в зміст практичних занять з курсу педагогічної та вікової психології у педагогічних вузах для студентів педагогічного і дефектологічного факультетів та в педучилищах для спеціальності "Початкове навчання"; на спеціальних факультетах, які готують практичних психологів для закладів освіти та факультетах підвищення кваліфікації вчителів початкової школи, що дозволяє підвищити професійну психологічну компетентність вчителя і сприяє гуманізації шкільного навчання.

Особистий внесок здобувача полягає у виявленні, науковому обгрунтуванні і забезпеченні психолого-педагогічних умов та апробації системи психогімнастичних тренінгових вправ для подолання особистісної тривожності учнів початкової школи, на основі експериментально визначених факторів, критеріїв та рівнів її сформованості.

Апробація результатів дослідження.

Основні ідеї і результати дослідження доповідались і отримали схвалення на звітних наукових конференціях викладачів НПУ імені М.П. Драгоманова (Київ, 1995 - 1998 рік); на науково-практичній конференції "Початкова освіта – шляхи розвитку" (м.Запоріжжя, 10-12 квітня, 1995 р.); на Міжнародній конференції "Психологічна служба школи: минуле, сучасне, майбутнє (Тернопіль, 25-26 квітня, 1996 р.); на Всеукраїнській науково-практичній конференції "Методи підготовки фахівців до професійного спілкування (Черкаси, 27-29 травня 1997р.); на Всеукраїнській конференції "Соціальна робота у сфері освіти: проблеми професійної підготовки та діяльності" (Кам'янець-Подільський, 23-25 жовтня, 1997 р.).

Впровадження результатів дослідження здійснювалося автором у навчально-виховному процесі початкових класів СШ №98 м. Києва під час роботи за сумісництвом практичним психологом школи, а також в навчальному процесі слухачів спкецфакультету "Практична психологія" при НПУ імені М.П. Драгоманова в ході виконання педагогічного навантаження.

На захист виносяться:

Положення про те, що виникнення особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку зумовлено такими основними факторами: загальне негативне емоційне самопочуття від перебування в школі; проблеми у взаємостосунках з учителем та однокласниками; незадоволеність власною навчальною діяльністю; незадоволеність собою як суб'єктом навчальної діяльності.

Визначені рівні та показники прояву особистісної тривожності, на основі уточнених та систематизованих критеріїв їх розрізнення: високий – дитина не здатна адаптуватися до подразника, знизити рівень його значущості, тому майже завжди переживає фрустрацію і відчуває страх, агресію чи апатію (в залежності від індивідуально-типологічних особливостей); середній - часто не здатна адаптуватися і тому переживає незадоволення та відчуває хвилювання, напругу, роздратування; низький - інколи відчуває незадоволення та емоційний дискомфорт, але здатна адаптуватися до подразника.

Спеціальна програма роботи по забезпеченню психологічних і педагогічних умов та впровадженню системи практичних психогімнастичних тренінгових вправ для подолання особистісної тривожності, дотримання яких на початковому етапі шкільного навчання закономірно запобігає виникненню та закріпленню особистісної тривожності молодших школярів.

Структура дисертації: дисертація складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаної літератури і 10 додатків. Основний зміст дисертації викладено на 180 сторінках. Список літератури вміщує 291 джерел. В роботі містяться 10 таблиць та 7 ілюстрацій загальним обсягом 8 сторінок.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обгрунтовано актуальність досліджуваної проблеми, виділено об'єкт і предмет дослідження, визначено його мету, сформульовано гіпотезу та завдання, розкрито методологічні та теоретичні засади, методи дослідження, висвітлено наукову новизну, теоретичну та практичну цінність роботи, розкрито форми її апробації, подано положення, що виносяться на захист та відомості про структуру дисертації.

Перший розділ ***"Методологічні і теоретичні проблеми дослідження тривожності особистості"*** включає чотири підрозділи, в яких міститься аналіз теоретичного та методологічного підходів до проблеми тривожності, соціально-психологічних і педагогічних передумов її виникнення й розвитку та подолання у дітей молодшого шкільного віку.

Теоретичний аналіз проблеми дослідження вимагав уточнення понять: "тривож-ність", "ситуативна тривожність", "особистісна тривожність", "подолання тривожності".

Аналіз літературних джерел показав необхідність розрізнення тривоги як стану і як більш чи менш сталої риси характеру, властивості особистості (особистісна тривожність). Показано взаємозв'язок та відмінності між страхом, тривожністю і невротичними реакціями. Підкреслено, що незадоволеність основних потреб дитини призводить до затяжних фрустрацій та конфліктів, які й стають основним джерелом особистісної тривожності.

За змістовою стороною особистісна тривожність є рисою емоційного складу особистості, яка має умовно-рефлекторну природу. Швидкість її виникнення, закріплення і розвитку частково визначається індивідуальними та віковими особливостями дитини, а також залежить від соціальних умов, в яких живе і розвивається дитина, та спрямованих на неї стихійних і спеціально організованих (навчально-виховних) впливів.

Особистісна тривожність – це інтегративна негативна індивідуальна властивість, що визначає схильність індивіда до суб'єктивного переживання таких емоційних станів, як страх, хвилювання, напруга. Вона виявляється у почутті невпевненості в собі, беззахисності, безпомічності, безсилля перед реальними об'єктивними чи уявними (суб'єктивними) зовнішніми чи внутрішніми факторами, які містять небезпеку і загрозу самооцінці, рівню домагань, задоволенню основних потреб тощо (чи сприймаються як такі). Теоретичні аспекти особистісної тривожності розглядаються в психологічній літературі, перш за все, з точки зору представлення її як переживання певної емоційної модальності, пов'язаного з мотивами поведінки і діяльності. У витоків аналізу цього явища стоять такі дослідники, як Дж.Браун, А.Валлон, П.Жане, У.Кеннон, К.Левін, Х.Ліделла, В.М.Мясищев, Н.Міллер, Ж.Піаже, І.П.Павлов, Г.Сельє, Д.Хебб, П.Фресс, Р.Шульц, П.Янг, П.М.Якобсон. Психоаналітики розглядають тривожність як явище, що виникає вже в ході самого процесу народження і отримує подальший розвиток під впливом зовнішніх факторів (Ф.Грінейкр, М.Клейн, К.Майер, О.Ранк, Г.Салліван, К.Хорні,А.Фрейд,З.Фрейд, О.Феніхель, Н.Фоудор, Е.Фромм, К.Юнг). Близькі погляди на місце тривожності в розвитку особистості (як відсутності соціальних навичок) висловлюють біхевіористи та представники теорії соціального научіння (І.Блумер, Е.Дюркгейм, П.Жане, М.Кун, Дж.Мід, Б.Скіннер, Е.Толмен).

В рамках екзістенціального підходу тривожність розглядається як особиста беззахисність, загроза власному існуванню, яка залежить від визнання особистості іншими людьми, від оцінних ставлень до неї (А.Камю, Дж.Сартр, М.Хайдеггер, К.Ясперс). Представники гештальтпсихології тлумачать тривожність, як утруднення дихання під час заблокованого збудження при емоційних реакціях на фрустраційну ситуацію, як незавершеність гештальту (Е.Гуссерль, К.Левін, Ф.Перлз).

Проблема тривожності дістала свій розвиток у роботах, пов'язаних з вивченням індивідуальних особливостей людини, типу її темпераменту (Г.Айзенк, Р.Кеттелл, В.С.Мерлін, І.П.Павлов, Ч.Д.Спілбергер); з соціальними причинами її виникнення (Л.І.Божович, С.В.Васьківська, І.В.Дубровіна, В.Р.Кисловська, Б.Кочубей, О.Новікова, К.Д.Шафранська); з вивченням проблеми адаптації та дезадаптації дитини (Ю.А.Александровський, Г.В.Бурменська, В.Г.Гарбузов, І.В.Дубровіна, О.Г.Захаров, В.Є.Каган, Р.В.Овчарова, К.О.Сантросян, А.С.Співаківська, А.О.Тутундисян).

У ряді робіт розкриваються особливості тривожності у школярів різних вікових груп (Г.С.Абрамова, Г.Г.Аракєлов, І.В.Дубровіна, Н.Є.Лисенко, A.Matherus, Р.В.Овчарова, Н.Б.Пасинкова, А.М.Прихожан, Є.І.Рогов, F.Tallis, Є. К.Шотт).

Проведений аналіз літератури показав відсутність узагальнених досліджень про сутність, природу, чинники та фактори виникнення особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

Таким чином, аналіз писхолого-педагогічної літератури засвідчив, що на сучасному етапі акцент у дослідженнях тривожності ставиться переважно на аналізі її як властивості особистості, яка виникає і розвивається в нестабільних умовах сьогодення. В ряді робіт пропонується система вправ для її подолання. Разом з тим практично відсутні роботи, де були б чітко визначені психолого-педагогічні умови попередження виникнення та подолання особистісної тривожності і, зокрема, в початковий період навчання.

У **другому розділі** дисертації ***"Експериментальне вивчення особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку"*** подано результати дослідження кожного з компонентів особистісної тривожності - шкільної, міжособистісної, самооцінної (за методикою та класифікацією А.М. Прихожан, 1987); виявлено основні фактори її виникнення і розвитку у дітей молодшого шкільного віку та критерії рівнів її розрізнення; охарактеризовано форми і показники прояву; визначено співвідношення значущих аспектів шкільного життя молодших школярів, пов'язаних з виникненням негативних емоцій; встановлено рівень самооцінювання фізичного, інтелектуального й емоційного самопочуття третьокласників та зроблено факторний аналіз їх шкільної тривожності; проаналізовано динаміку шкільних тривог учнів 1-3 класів; простежено взаємозв'язок успішності, шкільної і особистісної тривожності третьокласників з їх соціальним статусом у класі.

Тривожність людини пов'язана з очікуванням соціальних та індивідуальних наслідків її успіху чи невдачі. Для молодших школярів це, перш за все, успіхи та невдачі в їх провідній діяльності – учінні, яка включає міжособистісні стосунки з учителем, однокласниками, батьками, а також їх власні переживання з приводу рівня домагань, самооцінки, задоволеності основних потреб, які саме в цьому віці тісно пов'язані і переважно визначаються успішністю взаємодії з названими вище суб'єкт-об'єктними міжособистісними стосунками і успішністю виконання діяльності. Тому ми вважаємо виправданим такий підхід, який розглядає шкільну, міжособистісну та самооцінну тривожність дітей молодшого шкільного віку як складові їх особистісної тривожності в системах "дитина – діяльність", "дитина – дорослий", "дитина – дитина" та "рефлексіях власного Я" відповідно.

Для встановлення співвідношення основних систем навчальної взаємодії, які є причиною формування особистісної тривожності впродовж всього періоду початкового навчання, ми використали методику-опитувальник, складену на основі методики А.М.Прихожан. Результати дослідження представлені в таблиці 1.

Таблиця 1.

Динаміка тривожності впродовж початкового періоду навчання

Показники, які порівнюються	1 клас	2клас	3клас	Середнє арифметичне		t-критерій Стьюдента	α
				1 клас	3 клас		
1.Шкільна тривожність	14,55	14,11	15,44	14,55	15,44	3,19	14,78

2.Самооцінна тривожність	9,99	10,14	10,14	9,99	10,14	-	-
3.Міжособистісна тривожність	15,73	16,32	17,05	15,73	17,05	4,03	0,01

Отримані результати свідчать про загальну тенденцію росту значущості кожного з трьох основних компонентів (форм прояву) особистісної тривожності від 1 до 3 класу. Перше місце у всіх трьох класах посідає міжособистісна тривожність, друге – шкільна, і третє місце займає самооцінна. (Це засвідчили ***t***-критерій Стьюдента**,** який вказує на статистичну значущість різниці середніх арифметичних величин та достовірність їх виміру, а також α - рівень значущості показників розподілення ознак). У зв'язку з цим можна зробити висновок, що найзначущою системою, яка визначає емоційне самопочуття учня початкової школи і спричиняє виникнення в нього особистісної тривожності, є система міжособистісної взаємодії, що включає стосунки з учителем, однокласниками, батьками. Шкільна тривожність пов'язана з процесом навчальної взаємодії, який об'єднує вищеназвану систему стосунків. Самооцінна тривожність відіграє у виникненні особистісної лише опосередковану роль. Оскільки молодші школярі схильні оцінювати себе високо, то тривожність у них пов'язана не з власним оцінюванням, а перш за все з тим, чи співпадає їх висока самооцінка з оцінкою значущих для них людей.

Виявлення умов подолання особистісної тривожності вимагало визначення основних факторів, які зумовлюють її розвиток і закріплення у дітей молодшого шкільного віку при їх міжособистісній взаємодії в процесі навчальної діяльності.

Якісний аналіз змістової сторони отриманих даних показав, що у молодших школярів виникнення і закріплення тривожності зумовлюється емоційним неблагополуччям в основних системах навчальної взаємодії. Зокрема виникненням та тривалим чи постійним переживанням емоцій негативної модальності – таких як страх, хвилювання, напруга, роздратування тощо. Факторний і кореляційний аналіз дозволили простежити динаміку взаємозв'язку цих систем і вплив внутрішньоструктурних чинників на формування особистісної тривожності молодших школярів. Значуще навантаження у факторі "Загальне негативне емоційне самопочуття від перебування в школі" отримала шкільна тривожність (1 кл.–0,862; 2 кл.-0, 865;3 кл.–0,887); у другому факторі "Проблеми у взаємостосунках з учителем та однокласниками" - міжособистісна тривожність (1кл.–0,868; 2 кл.– 0,870; 3кл.– 0,874); у третьому факторі "Незадоволеність власною навчальною діяльністю" – тривожність на уроці (1кл.– 0,769; 2 кл.–0,738; 3 кл.–0,927); четвертий фактор "Незадоволеність собою як суб'єктом навчальної діяльності" пов'язаний з самооцінною тривожністю(1кл.–0,405;2кл.– 0,404; 3 кл.– 0,454).

Як показав кореляційний аналіз, всі складові особистісної тривожності мають достатньо тісний взаємозв'язок. Так, коефіцієнт кореляції між шкільною і міжособистісною тривожністю (0,589); між шкільною тривожністю і тривожністю на уроці (0,611); тривожністю на уроці і самооцінною тривожністю (0,632); тривожність на уроці і міжособистісна мають відносно нижчий коефіцієнт кореляції (0,492). Отримані дані дають змогу стверджувати, що неблагополуччя дитини навіть в одній системі навчально-соціальної взаємодії здійснює негативний вплив на всі інші сфери життєдіяльності молодшого школяра і зумовлює затримки чи певні відхилення в розвитку і формуванні його особистості.

Для узагальненого визначення наявного рівня особистісної тривожності під кінець початкового періоду навчання (I четверть – 3 клас) ми використали методику, складену по типу тесту самооцінної тривожності Ч.Д.Спілбергера. За результатами дослідження високий рівень тривожності склав 38,2%; середній рівень – 50,6%; низький рівень – 11,2%.

При високому рівні тривожності подразник за силою майже завжди переважає індивідуально психофізіологічну здатність організму дитини успішно його подолати чи швидко адаптуватися до нього, щоб знизити тривожність. При середньому рівні - подразник часто переважає здатність до адаптації. При низькому (в рамках активізуючої ситуативної тривожності) – лише інколи призводить до неадекватної реакції. Коли вплив подразника закінчується, то реакція у вигляді страху, агресії, апатії тощо при високому рівні тривожності зберігається ще тривалий час (дні, тижні, місяці, роки); при середньому рівні – певний час (години, дні); при низькому – зникає повністю при усуненні дії подразника. У схожих обставинах, навіть коли подразник не діє, реакція тривожності при високому рівні особистісної тривожності виникає завжди; при середньому – часто; при низькому – інколи.

Виявлені фактори виникнення особистісної тривожності та показники її прояву вказують на необхідність організації спеціальної роботи з дітьми молодшого шкільного віку по її подоланню, оскільки високий рівень тривожності негативно впливає на формування емоційної сфери молодших школярів і затримує розвиток пізнавальної та дегармонізує особистість на подальших етапах її становлення. Виявлення рівнів особистісної тривожності свідчить про необхідність проведення роботи з подолання тривожності, яка базувалась би на усуненні факторів її виникнення, розвитку і закріплення у дітей молодшого шкільного віку. Тому на наступних етапах дослідження постало завдання науково визначити, узагальнити та практично застосувати ряд психологічних та педагогічних умов подолання особистісної тривожності; передбачити такі форми, методи і засоби психолого-педагогічного впливу, які б забезпечували взаємодію вчителя, батьків, практичного психолога з дитиною в плані попередження і подолання переживань негативної модальності, що можуть призвести до виникнення і закріплення тривожності.

У **третьому розділі *"Психолого-педагогічні умови, шляхи і засоби подолання особистісної тривожності молодших школярів"*** розроблялася й експериментально впроваджувалась система роботи з подолання особистісної тривожності учнів початкової школи. Вона була представлена у вигляді комплексної програми, що включала психолого-педагогічні умови та систему психогімнастичних тренінгових вправ для подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку. Ми розуміємо певну штучність класифікації цих умов, оскільки загальний ефект вони дають лише у взаємодії. Але такий умовний поділ на групи дає можливість чіткіше виразити їх особливості і вказати на шляхи та прийоми забезпечення умов у процесі навчальної діяльності та міжособистісної взаємодії молодших школярів.

При розробці програми ми виходили з припущення, яке підтвердилося в процесі формуючого експерименту, що вона буде ефективна при дотриманні і врахуванні ряду загальних психолого-педагогічних умов розвитку і формування особистості учнів початкової школи: врахування індивідуально-типологічних та вікових особливостей молодших школярів, соціального оточення, в якому живе дитина, аналізу історії її розвитку протягом дошкільного періоду; вивчення і складання диференційованої характеристики пізнавальної, емоційно-вольової і мотиваційної сфери молодшого школяра; виявлення особливостей його поведінки і діяльності в сім'ї, школі та при безпосередньому спілкуванні з учителем, однолітками в ході експериментального дослідження; забезпечення взаємодії між сім'єю та школою у питаннях розвитку навчання і виховання дітей та формування їх особистості.

Суттєвим є дотримання конкретних умов подолання особистісної тривожності молодших школярів, пов'язаних з факторами, які її викликають:

Створення дитині комфортних психофізіологічних умов перебування в школі; культивування педагогом доброзичливості, взаємодопомоги, взаємопідтримки у стосунках між учнями класу в процесі навчальної діяльності; підтримання в класі атмосфери прийняття дитини, захищеності, незалежно від досягнень у навчанні; розширення взаємної довіри, підтримки між вчителем і учнем, учнем і однокласниками.

Забезпечення педагогом індивідуального підходу в навчанні і вихованні молодших школярів; розвиток їх індивідуальності та самостійності; розробка разом з психологом необхідної для цього стратегії і тактики по розвитку довільності, оволодінню компонентами навчальної діяльності, формуванню пізнавальної, емоційно-вольової, мотиваційної сфери.

Оволодіння здатністю чітко ставити мету діяльності; вироблення разом з психологом критеріїв особистісного успіху; розвиток мотиву компетентності; адекватного рівня домагань, перш за все, в навчальній діяльності.

Використання по відношенню до тривожних дітей розгорнутих критеріїв педагогічної оцінки; застосування змістових суджень з максимальним звуженням і конкретизацією сфери їх дії; використання порівняльних оцінок власних успіхів дитини.

Оволодіння учнями прийомами самоаналізу; розвитку у них рефлексії власного "Я", критичності самооцінки; створення можливостей для зближення оцінки між "Я – реальний" – "Я – ідеальний"; розширення здатності розуміти себе та інших. – Уміння визначати причини тривожності, розуміти психофізіологічні особливості прояву; здатність контролювати, долати її та інші.

В роботу з подолання особистісної тривожності учнів початкової школи були включені і їх батьки. Результати дослідження дають можливість зробити висновок, що подолання тривожності буде значно ефективнішим за умов забезпечення в сім'ї: поваги до індивідуальності дитини; виховання самостійності, розвитку спрямованості на вільний вибір; подолання ригідності; допомога у визначенні шляхів виходу із складної ситуації; формування гармонійної системи цінностей та збереження емоційного комфорту; рефлексивного аналізу батьками власних методів виховання, системи заборон, покарань та заохочень тощо.

Таким чином, на першому етапі було розроблено програму теоретичного узагальнення та визначення психолого-педагогічних умов, спрямованих на попере-дження виникнення та подолання особистісної тривожності. З цією програмою були ознайомлені і включені в роботу по її виконанню вчителі-класоводи та батьки учнів. Крім названих умов, наша програма включала і систему психогімнастичних коригу-ючих вправ. Тому на другому етапі проводилися заняття з застосуванням системи цих вправ. Завдання підбиралися і застосовувалися з урахуванням факторів, які викликають тривожність, рівня її сформованості та особливостей прояву; індивідуальних властиво-стей дітей; їх соціального статусу в групі однолітків; рівня успішності в учінні.

Програма складалася з блоків просвітницького, діагностичного, консульта-тивного та корекційного характеру і реалізовувалась автором дослідження в процесі роботи за сумісництвом практичним психологом школи у взаємодії з учителями школи №98 та батьками тих дітей, з якими проводились заняття.

Просвітницький характер програми реалізовувався в ході підготовки та проведення групових бесід з питань особливостей індивідуально-вікового розвитку дітей молодшого шкільного віку на батьківських зборах на початку і в кінці кожної навчальної чверті, на методоб'єднаннях вчителів початкової школи. Також в ході підготовки слухачів спецфакультету "Практична психологія" при факультеті проф-орієнтації та післядипломної освіти НПУ імені М.П. Драгоманова. Діагностичний - в ході проведення експериментальних досліджень з учнями початкової школи по виявленню основних компонентів та факторів тривожності. Консультативний – під час індивідуальних консультацій для батьків тривожних дітей, вчителів-класоводів та самих дітей. Корекційний - в процесі апробації системи психогімнастичних тренінгових вправ для подолання особистісної тривожності молодших школярів.

Для роботи з подолання особистісної тривожності нами були відібрані 34 учні третіх (А,В, Д) класів СШ №98 м. Києва. Експериментальна група складалася з учнів, відібраних за результатами констатуючого експерименту, рівень тривожності яких був високим та середнім з наближенням до високого. Робота проводилась впродовж 2-4 чверті 1997-1998 навчальних років. Оптимальні умови для занять були створені за рахунок зацікавленості адміністрації школи в такій роботі та взаємодії з учителями і батьками тривожних дітей.

Робота по подоланню тривожності здійснювалась на трьох взаємопов'язаних і взаємодоповнюючих рівнях: вироблення конструктивних способів поведінки в важких для дитини ситуаціях; навчання учнів прийомам і методам оволодіння тривожністю; розширення функціональних і операціональних можливостей школяра, формування в нього необхідних знань, умінь та навичок, які ведуть до підвищення результативності діяльності, створення запасу емоційної рівноваги і стійкості; перебудова мотивації учня, вироблення і закріплення впевненості в собі; розвиток самооцінки і уявлень про себе, формування адекватного рівня домагань, позитивного ставлення до себе.

Програма була спрямована на зниження високого та середнього рівня тривожності до характеристик, які б не викликали порушень у розвитку особистості дитини і, зокрема, її емоційної сфери, та включала в себе такі завдання: виховання впевненості в собі; зняття емоційної напруги; допомога у знятті страхів та агресивності.

Поставлені завдання реалізувалися в наступних напрямках профілактично-корекційної роботи: формування адекватних форм поведінки; усвідомлення і регуляція власних емоційних проявів; корекція афективної поведінки; розвиток форм спілкування, самостійності і впевненості; формування позитивного ставлення дитини до свого "Я"; вміння правильно оцінювати і характеризувати особливості своєї зовнішності; уміння бачити свої недоліки і виділяти свої переваги; розвиток орієнтації на позитивну

оцінку якостей ровесників; навчання прийомам релаксації, психогімнастики. При цьому використовувались різні типи завдань.

Аналіз педагогічних ситуацій, які можуть викликати тривожність, її розвиток і закріплення, проводився за розробленою нами схемою. Вона вимагала: аналізу ситуації вчителем та учнем; визначення та врахування індивідуально-вікових особливостей учнів–учасників ситуації; аналіз варіантів можливого виходу з ситуації без напруги і хвилювання; аналіз можливих чинників виникнення тривожності та шляхів її подолання. Використовувались також педагогічні рольові ігри, ігри-драматизації, розігрування казок тощо. Обговорення і програвання ситуацій давало можливість виявити основні чинники зовнішніх і внутрішніх конфліктів, фрустрацій, які призводять до виникнення і розвитку особистісної тривожності, та намітити основні шляхи її подолання у молодших школярів.

Програма включала в себе елементи тренінгових занять, спрямованих на усвідомлення себе в системі життєвих відносин: актуалізація "Я- станів" в минулому, сьогоденні і майбутньому, активізація самосвідомості; активізація "Я-мотивації", формування позитивного мислення, розвиток спостережливості, уваги, уяви, тренування здатності до прояву вольових зусиль; вправи на релаксацію тощо. При проведенні занять використовувався музичний супровід з відповідним коригуючим емоційним навантаженням. Учні вели щоденники, де записували, малювали чи схематично зображали свої переживання, відчуття, страхи, тривоги тощо. Записи аналізувалися нами в процесі індивідуального консультування батьків та при індивідуальних формах роботи з дітьми і вчителями.

Порівняння експериментальних даних, отриманих на початку та в кінці 3 класу (діагностичний і контрольний зріз), переконливо доводить, що застосування розробленої нами програми забезпечило значне зниження відсотку дітей з високим рівнем тривожності з 55,8% до 26,5%, тобто на 29,3%. Відсоток дітей з середнім рівнем тривожності зменшився з 44,2% до 32,3%, тобто на 11,9%. Цей показник суттєво відрізняється від абсолютного показника зниження високого рівня, тому що у частини учнів високий рівень особистісної тривожності знизився до середніх показників. В цілому, це позитивна тенденція, оскільки зниження рівня тривожності до нижчих показників сприяє більш успішній його корекції. Відсоток дітей, рівень тривожності яких з середнього знизився до низького, становить 23,5%. Дітей з низьким рівнем особистісної тривожності ми не включали до корекційної роботи, позаяк вважаємо такий рівень тривожності необхідним для підтримання оптимальної сили переживань, що забезпечить успішне виконання діяльності та налагодження взаємостосунків з оточуючими.

Таким чином, отримані результати підтверджують правильність нашої гіпотези та ефективність запропонованої програми роботи, що включає в себе психолого-педагогічні умови та систему психогімнастичних коригуючих вправ для подолання особистісної тривожності дітей молодшого шкільного віку. Крім того, отримані результати формуючого експерименту дають нам можливість підтвердити припущення про те, що визначені психолого-педагогічні умови, впроваджені в роботу вчителів та батьків учнів початкової школи, з самого початку шкільного навчання дозволять попередити виникнення і закріплення у них особистісної тривожності.

У **висновках** дисертації підводяться підсумки теоретико-експериментальної роботи; на основі отриманих результатів формулюються та узагальнюються головні висновки, що підтверджують гіпотезу дослідження, накреслюються перспективи подальшого вивчення проблеми.

1. Визначення і узагальнення психолого-педагогічних умов подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку має вирішальне значення для оптимального розвитку і формування емоційної сфери особистості учня не лише на даному віковому етапі, а й впродовж всього наступного розвитку дитини.

2. Особистісну тривожність необхідно розглядати як інтегративне особистісне явище, стале особистісне утворення, пов'язане з переживаннями негативної модальності; схильність індивіда до переживання тривоги, яка характеризується низьким порогом виникнення її реакції; стабільну індивідуальну властивість особистості. Виникнення особистісної тривожності зумовлене незадоволеністю основних потреб молодшого школяра та переживанням, у зв'язку з цим, постійно діючих фрустраційних станів. Поведінкові прояви особистісної тривожності полягають в загальній дезорганізації діяльності, що порушує її спрямованість та продуктивність.

3. Основними факторами виникнення особистісної тривожності у молодших школярів є: загальне негативне емоційне самопочуття від перебування в школі; проблеми у взаємостосунках з учителем та однокласниками; незадоволеність власною навчальною діяльністю; незадоволеність собою як суб'єктом навчальної діяльності.

4. Умови подолання особистісної тривожності пов'язані з необхідністю нівелювання негативної дії факторів, що її зумовлюють. До них належать психологічні та педагогічні умови подолання таких основних їх форм, пов'язаних з дією даних факторів: шкільної тривожності (забезпечення дитині комфортних психофізіологічних умов перебування в школі; індивідуального підходу в навчанні і вихованні молодших школярів; створення умов для розвитку довільності, самостійності; оволодіння компонентами навчальної діяльності; вироблення критеріїв особистісного успіху; розвиток мотиву компетентності та ін.); міжособистісної тривожності (культивування доброзичливості; взаємодопомоги, взаємоповаги у стосунках між учнями класу в процесі навчальної діяльності; розширення взаємної довіри, підтримки між вчителем і учнем, учнем і однокласниками; підтримання в класі атмосфери прийняття дитини, незалежно від успішності навчання та ін.); самооцінної тривожності (використання по відношенню до тривожних дітей максимально розгорнутих критеріїв педагогічної оцінки; допомога в оволодінні прийомами самоаналізу; розвиток рефлексії власного "Я", адекватного рівня домагань та ін.). Знання та впровадження в практику шкільного життя цих умов дозволяє не лише подолати тривожність, а й забезпечує інтелектуальне та особистісне зростання учнів, адекватний розвиток емоційно-вольової, пізнавальної та мотиваційної сфери їх особистості.

Застосування комплексної програми подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку, яка поєднує дотримання психолого-педагогічних умов та впровадження системи практичних психогімнастичних вправ, засвідчило можливість успішного вирішення даної проблеми в напрямку попередження виникнення, розвитку і закріплення тривожності або ж зниження її до оптимального рівня, що проявилось в адекватному психічному розвитку молодших школярів і забезпечило сприятливі умови для формування їх особистості.

Подальші перспективи дослідження цієї проблеми ми вбачаємо у більш грунтовному аналізі проблеми особистісної тривожності в системі міжособистісних та сімейних стосунків, у визначенні конкретного впливу тих факторів, які провокують виникнення і закріплення тривожності саме в цих сферах життєдіяльності молодшого школяра.

Основний зміст дисертації відображено в таких публікаціях автора:

Ставицька С.О. Психолого-педагогічні умови подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку. Психологія на перетині тисячоліть: Збірник наукових праць учасників П'ятих Костюківських читань: В 3-х т. - К.: Гнозис. - 1998. - Т.3. - С.220-227.

Ставицька С.О. Прояв та подолання особистісної тривожності у школярів. Психологія. Збірник наукових праць. Випуск 2 (МО України, НПУ імені М.П. Драгоманова, Київ, 1998).- с. 168-173.

Ставицька С.О. Теоретичні основи вивчення особистісної тривоги у молодших школярів Збірник наукових праць. Випуск 1 (МО України, НПУ імені М.П.Драгоманова, Київ, 1998).- с.135-139.

Ставицька С.О. Взаємозв'язок успішності та шкільної тривожності у дітей молодшого шкільного віку. Наукові записки аспірантів. (Академія наук вищої школи, Волинський Академічний дім). Випуск 4, - Луцьк, 1997. –с.78-85.

Ставицька С.О. Підготовка практичного психолога до роботи з профілактики і подолання особистісної тривоги молодших школярів. Збірник статей за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції "Соціальна робота у сфері освіти: проблеми, професійної підготовки та діяльності". – Кам'янець-Подільський, 1997.-с.58-67.

Ставицька С.О. Вивчення особистісної тривоги у дітей молодшого шкільного віку проективними методами. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції "Методи підготовки фахівців до професійного спілкування". Книга І, Черкаси – 1997.– с.109-119.

Лисянська Т.М., Ставицька С.О. Практичні рекомендації вивчення мислення молодших школярів. Матеріали конференції “Початкова освіта – шляхи розвитку”. – Ч.І. Запоріжжя, 1995 – с. 106 – 110 (25%).

Ставицька С.О., Кутішенко В.П. Специфіка роботи практичного психолога в початковій школі. Вісник Тернопільського експериментального інституту педагогічної освіти. Матеріали міжнародної конференції “Психологічна служба школи: минуле, сучасне, майбутнє”. – Тернопіль, 1996. – с. 98-99, (50%).

Ставицкая С.А. Психолого-педагогические условия преодоления личностной тревожности у детей младшего школьного возраста. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07. - педагогическая и возрастная психология. Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова, Киев, 1998 год.

Проблема преодоления переживаний отрицательной модальности, в частности тревожности, актуальна в связи с обострением противоречий в общественном и индивидуальном развитии личности. Анализ личностной тревожности как одной из черт эмоциональной сферы личности, группирование причин её возникновения за определёнными категориями даёт возможность наметить пути преодоления тревожности. Они связаны с развитием адаптационных возможностей младших школьников в процессе их приспособления к разного рода эмоциональным ситуациям; формирования у них адекватной мотивации учебной деятельности; предупреждения возникновения фрустрационных состояний; обеспечения адекватного разрешения внутренних конфликтов. Исходя из анализа психолого-педагогической литературы по данной проблеме мы можем сделать вывод, что тревожность - это сложный феномен когнитивных, аффективных и поведенческих реакций. Она представляет собой комплекс эмоций страха, гнева, раздражения, волнения, беспокойства и вызывает психосоматические, вегетативные изменения в организме, которые оказывают отрицательное влияние на формирование и развитие подрастающей личности. Личностная тревожность отражает индивидуальные отличия в частоте возникновения и интенсивности проявления таких реакций. Выявлены, в процессе анализа литературных источников положения, которые раскрывают сущность тревожности и её природу. Они направляют нас на поиск условий предупреждения развития тревожности в процессе онтогенеза, в частности, в период начального обучения в школе. Изучение источников возникновения тревожности у детей младшего школьного возраста даст нам возможность определить те сферы жизнедеятельности, которые обуславливают её развитие и закрепление. Для профилактики и преодоления личностной тревожности необходимо обеспечить выполнение определённых условий воспитания и обучения детей в школе и семье. Поэтому цель нашего исследования - определить такие психологические и педагогические условия и создать систему практической работы для преодоления личностной тревожности младших школьников.

С целью усовершенствования работы учителей и школьных психологов, направленной на обеспечение психосоциальной помощи ученикам начальной школы, нами была разработана и апробирована комплексная методика экспериментального изучения личностной тревожности и преодоления ее у детей младшего школьного возраста.

Методика позволила выделить основные составляющие (межличностная, школьная, самооценочная) и факторы возникновения личностной тревожности младших школьников: общее отрицательное эмоциональное самочувствие, вызванное пребыванием в школе; проблемы взаимоотношений с учителем и одноклассниками; неудовлетворённость собственной учебной деятельностью; неудовлетворённость собой как субъектом учебной деятельности. Также уровни ее сформированности (высокий, средний, низкий) на основании систематизированных и уточнённых нами критериев: сила, длительность и частота повторяемости раздражителя, который влияет на ребёнка и вызывает отрицательные переживания, ощущение эмоционального дискомфорта, фрустрации и т.п.; значимость и сила потребности, которая вызывает этот раздражитель; отсутствие адекватных механизмов успешной психологической защиты для преодоления разрушающего действия раздражителя; возрастные и индивидуальные психофизиологические особенности его личностного развития.

Психолого-педагогический анализ литературы по проблеме тревожности и анализ результатов экспериментального исследования дали нам возможность определить, обобщить и систематизировать основные психолого-педагогические условия преодоления личностной тревожности у детей младшего школьного возраста. Условия преодоления личностной тревожности связаны с нивелированием негативного воздействия факторов, которые ее обуславливают. К ним принадлежат психологические и педагогические условия преодоления таких основных ее форм, которые связаны с воздействием вышеназванных факторов: школьная тревожность (обеспечение комфортных психофизиологических условий пребывания детей в школе; индивидуального подхода в обучении и воспитании младших школьников; создание условий для развития произвольности, самостоятельности; овладение компонентами учебной деятельности; выработка критериев личностного успеха; развитие мотива компетентности др.); межличностная тревожность (культивирование доброжелательности, взаимопомощи, взаимоуважения между учениками класса в процессе учебной деятельности; расширение взаимного доверия, поддержки между учителем и учеником, учеником и одноклассниками; поддержание в классе атмосферы принятия ребенка, независимо от успешности обучения и др.); самооценочная тревожность (использование по отношению к тревожным детям максимально развернутых критериев педагогической оценки; помощь в овладении приемами самоанализа; развитие рефлексии, адекватного уровня притязаний, самооценки; умения определять причины страха, тревожности, понимать физиологические и психологические особенности их проявления и др.).

Программа роботы по преодолению личностной тревожности, кроме обеспечения названных условий, включала в себя систему психогимнастических тренинговых упражнений для снижения уровня её сформированности и дала положительные результаты.

Ключевые слова: *тревога, ситуативная тревожность, личностная тревожность; факторы тревожности, уровни тревожности, показатели тревожности, психолого-педагогические условия преодоления тревожности.*

Ставицька С.О. Психолого-педагогічні умови подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна і вікова психологія. Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 1998 рік.

Дисертацію присвячено визначенню та узагальненню психолого-педагогічних умов подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку (умови розвитку і формування пізнавальної, емоційно-вольової та мотиваційної сфер особистості; умови організації навчальної діяльності; умови виховання в сім'ї). Виявлені основні фактори виникнення тривожності молодших школярів в міжособистісній взаємодії; охарактеризовані форми і показники її прояву та динаміка розвитку. На основі систематизованих нами критеріїв визначені рівні особистісної тривожності молодших школярів.

Запропонована теоретично обгрунтована і практично перевірена комплексна програма подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку і виявлені умови її ефективності.

Ключові слова: *тривога, ситуативна тривожність, особистісна тривожність; фактори тривожності, рівні тривожності, показники тривожності; психолого-педагогічні умови подолання тривожності.*

S.O. STAVYTSKA. Psychological and Pedagogical Conditions to Overcome Personal Anxiety with Younger School-Age Children. – Manuscript.

Thesis to obtain the Scientific Degree of the Candidate of Psychological Sciences (Ph.D. in Psychology) in the speciality "19.00.07 – Pedagogical and Age Psychology". The National Pedagogical University M.P. Dragomanov, Kyiv, 1998.

The work is dedicated to determination and generalization of psychological conditions for overcoming personal anxiety with children of younger school age, viz., cognitive, emotional and volitional, and motivational spheres of personality development and formation conditions; teaching process organization conditions; family education conditions. Main factors for rising anxiety in interpersonal relations of younger school-age children are determined; its form and manifestation indices as well as development dynamics are described. On the basis of the criteria systematized by us, personal anxiety levels with younger schoolchildren are specified.

A complex programme for younger school-age children personal anxiety overcoming is proposed and its eficacy conditions are shown. The programme is well-grounded theoretically and tested in practice.

Key Words: *anxiety, situation anxiety, personal anxiety; anxiety factors, anxiety levels, anxiety indices; psychological conditions for personal anxiety overcoming.*