

ПСИХОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ ІЗ РІЗНИМ ЛОКУСОМ КОНТРОЛЮ

Герасименко К. П.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

kstitanik@gmail.com

Проблема тривожності є однією з найгостріших проблем сьогодення. У загальному, це пов'язано із наростанням почуття тривоги особистості у зв'язку із нестабільною соціально-економічною ситуацією, невпевненістю у завтрашньому дні, ростом насилля у суспільстві. Серед негативних переживань людини тривожність займає особливе місце, часто вона приводить до зниження працездатності, продуктивності діяльності, до труднощів в спілкуванні.

У підлітковому ж віці питання подолання тривожності постає особливо гостро. Основною складністю даного вікового періоду є швидкий темп змін, що відбуваються із дитиною. Підліток переживає періоди підвищеної чутливості до навколишнього світу, коли він відчуває себе не захищеним. Виходячи з того, що властиве підліткам прагнення до доведення власної дорослості часто супроводжується відсутністю досвіду спілкування та умінь самовираження, підлітки часто відчувають тривогу, негативні емоційні переживання (В. А. Лавріненко [1], К. В. Седих [2]). Оскільки тривожність часто стає пусковим механізмом розладів емоційної сфери особистості, актуальним є дослідження причин виникнення тривожної поведінки у школярів підліткового віку.

Дослідженням проблеми тривожності у різних аспектах займалися такі вчені, як Є. П. Ільїн, І. С. Кон, А. М. Прихожан, Ф. Райс, Д. І. Фельдштейн. Існують теоретичні концепції зарубіжних дослідників Ш. Бюллера, Е. Еріксона, Ж. Піаже, С. Холла, Е. Шпрангера, Е. Штерна, положення зарубіжних вчених (Г. Айзенка, Е. Г. Ейдемільера, Ч. Спілбергера, Ю. Ханіна, К. Хорні, З. Фрейда) та вітчизняних (Ю. А. Александровський, Ф. Д. Горбов, І. В. Дубровіна, Я. Рейковський, Ю. Л. Ханін, Г. Г. Аракелов, А. М. Прихожан, А. І. Захаров, А. В. Петровський) відображають основні особливості тривожності особистості на різних етапах вікового розвитку. Разом із тим, багатоаспектність наукового дослідження тривожності як системного явища та властивості особистості (Ф. Березіна Г. Габдрєєва, В. Нестеренко, А. Прихожан, С. Тарасова, К. Хорні, О. В. Чуйко [3]) не охоплює всього спектру проблемних питань, що пов'язані з кризовим характером емоційної сфери підлітків.

При цьому, численні експериментальні дослідження проводилися психологами на вивчення локусу контролю та шкільної тривожності як незалежних психологічних змінних. Так само дослідниками виявлені численні особистісні кореляти локусу контролю, проводилися дослідження по виявленню впливу локусу контролю на мотивацію та ефективність діяльності індивіда, встановлено зв'язок між різними формами поведінки та рівнем локусу контролю (Дж. Роттер, Дж. Фарес), розглядався вплив на ефективність діяльності та шкільної тривожності. Однак на даний момент взаємозв'язок тривожності і локусу контролю підлітків недостатньо вивчений, потребує накопичення і систематизації емпіричних даних, що і зумовило актуальність даного дослідження.

Тож, метою даного дослідження виступає опис результатів емпіричного дослідження особливостей тривожності підлітків із різним локусом контролю.

З даною метою нами проведено емпіричне дослідження особливостей тривожності підлітків із різним локусом контролю, що передбачало використання методик «Опитувальник особистісної та ситуативної тривожності» Ч. Спілбергера, Методика діагностики вираженості шкільної тривожності (Д. Філіпса) та методика «Опитувальник діагностики локусу контролю» (за Дж. Роттером, адаптація Е. Ф. Бажина, С. А. Голкіної, А. М. Еткінда). Дане дослідження було спрямоване на перевірку гіпотези про те, що тривожність підлітків обумовлюються їх локусом контролю. Імовірно, підлітки з екстернальним локусом контролю характеризуються підвищеною тривожністю, яка, перш за все, стосується ситуацій самовираження та перевірки знань. Натомість, підліткам із інтернальним локусом контролю, скоріше за все, властива знижена тривожність, відсутність страхів перевірки знань, емоційної напруги у стосунках з оточуючими. Дослідження проведено на вибірці, до якої увійшли 60 підлітків (36 дівчат та 24 хлопці), які навчаються в Миргородській ЗОШ I-III ступенів №9 імені І. А. Зубковського.

Результати проведеного дослідження засвідчили, що більшість підлітків характеризується вираженою особистісною тривожністю (52%). Вони схильні надмірно переживати через несприятливі події, що можуть статися. Такі їх переживання виражаються у почутті занепокоєності, роздратування, безпричинних страхів.

Для незначної частини досліджуваних притаманний середній рівень тривожності (25%). Тобто, в одних, значимих для них, ситуаціях досліджувані схильні проявляти виражені прояви тривоги, а в інших – менш значимих для них – поведуться спокійно, не переживають.

Окрім цього, встановлено, що меншість (23%) досліджуваних має низький рівень особистісної тривожності. Вони впевнені у собі, стосунки з оточуючими та діяльність супроводжуються позитивними

емоціями, відсутністю переживань через можливий несприятливий перебіг подій.

Серед підлітків найбільш вираженими є тривожність через острахи від необхідності самовираження (54%), страх перевірки знань (68%) та острахи не відповідати соціальним очікуванням оточуючих (74%). Це виражається у тому, що учні схильні до переживання негативних емоцій у ситуаціях, із необхідністю саморозкриття, демонстрацією власних можливостей; негативне відношення до ситуацій перевірки (особливо в присутності інших дітей) їх знань, досягнень та можливостей. Вони часто орієнтовані на значущість інших в оцінці власних результатів, учинків, думок; відчувають тривогу з приводу оцінок, які даються оточуючими, схильні очікувати негативні оцінки.

Для більшості (54%) підлітків властивий виражений екстернальний контроль. Їм властива орієнтованість на соціальне оточення у прийнятті життєвих рішень. Вони не бачать існуючого зв'язку між їх активністю та життєвими подіями, які розцінюють як результат діяльності інших людей чи обставин.

Натомість, для меншості (34%) підлітків властивий інтернальний контроль. Вони вважають, що більшість досягнень у їхньому житті були здійснені за допомогою їх зусиль, а не впливу оточуючих факторів. У центрі своєї життєвої діяльності вони вбачають власну активність та наполегливість, схильні приймати відповідальність за свої вчинки, керують подіями власного життя, через що швидко орієнтуються в контексті ситуації. Найбільш виражений екстернальний локус контролю підлітків у сферах їх життєвих досягнень (65%), невдач (67%) та міжособистісних відносин (46%).

Сформульована нами гіпотеза доведена. Дійсно, особливості тривожності підлітків обумовлюються їх локусом контролю. Більшість підлітків із екстернальним локусом контролю (69%) характеризуються високим рівнем особистісної тривожності, переживають через можливі неуспіхи у навчанні та взаємодії з оточуючими. Саме їх виражена орієнтація на думку оточуючих та роль обставин у житті виступає підґрунтям для виникнення тривоги та острахів. Їм властива виражена тривожність, що стосується ситуацій самовираження та перевірки знань. Такі підлітки надмірно залежні від думки оточуючих, яким приписується головна рушійна сила у житті екстерналів, вони бояться виглядати не розумними чи не компетентними під час спілкування і відповідей на уроках (85%), внаслідок чого бояться самовиражатися (82%), очікують негативного ставлення від оточуючих (82%). Вони відчувають страх через те, що інші люди можуть їх не зрозуміти, не правильно сприйняти, підшучувати над ними.

Натомість, підлітки-інтернали характеризуються низьким рівнем тривожності (74%). Вони орієнтовані не на думку оточуючих, а на свої

власні плани, проявляють самодостатність у поведінці. Через це такі підлітки не переживають з приводу того, як їх сприймають інші діти, не тривожаться через можливі конфлікти з ними. Їм не страшно допустити помилку під час виконання навчальних завдань, адже вони знають, що їх проблеми чи навчальні неуспіхи обумовлені їх комунікативною поведінкою чи рівнем підготовки до занять. Вони сприймають своє «Я» позитивно, не залежно від думки оточуючих чи умов життя, упевнені в своїх можливостях, внаслідок чого не відчують вираженого психологічного дискомфорту через необхідність самовиражатися.

Разом із тим, дана проблема остаточно не вирішена. Зокрема, перспективою подальших розвідок автора може виступати вивчення специфіки тривожності підлітків із різними смисложиттєвими орієнтаціями, схильністю до ризику, сприйняттям часу, тощо.

Література:

1. Лавріненко В. А. Відображення феномену субкультури в смислових конструктах підлітків-неформалів. Психологія і особистість. 2016. № 1. С.139–151.
2. Седих К. В. Психологія сім'ї. Навчальний посібник. Полтава, 2017. – 192 с.
3. Чуйко О.В., Іванова І.В. Вплив рівня тривожності на успішність навчальної діяльності. Актуальні проблеми психології. 2017. Том XI. Випуск 16. С.215–226.

УДК 159.922.76

КОПІНГ-ПОВЕДІНКА НА РІВНІ СІМ'Ї: ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ

Герасименко Л. В.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

gerasimenkolina2@gmail.com

Сім'я – цілісність, яка відчуває на собі вплив криз, пов'язаних з особливостями проходження життєвих циклів сім'ї, а також вплив ненормативних криз, пов'язаних з поняттям життєвого шляху сім'ї. Здатність сім'ї протистояти силам, що порушують її внутрішню рівновагу – надзвичайно важлива характеристика її життєдіяльності, яка залежить від розвитку і сформованості копінг-ресурсів.

Важливо відзначити, що в сучасній психологічній науці опанувальна поведінка сім'ї як системи вивчена вкрай мало, найчастіше діагностуються стратегії подолання окремих членів сім'ї.

Метою дослідження є теоретичний аналіз підходів до розуміння опанувальної колективної поведінки на рівні сім'ї як цілого.