Реферат

на магістерську роботу

«Особливості попередження та подолання тривожності в учнів підліткового віку»

магістрантки спеціальності 053 Психологія

Римарчук Оксани Констянтинівни

Обсяг роботи – 69 с. **Кількість таблиць** – 3 табл. **Кількість рисунків** – 6 рис. **Список використаних джерел** – 50 од.

Об'єкт дослідження – тривожність як психологічний феномен.

Предмет дослідження – особливості попередження та подолання тривожності в учнів підліткового віку

Мета дослідження – визначити сутність поняття «тривожність», розкрити особливості попередження та подолання тривожності в учнів підліткового віку.

Завдання дослідження: розкрити основні підходи до поняття «тривожність», його основні теорії в західній та вітчизняній психології; здійснити класифікацію різновидів тривожності; розкрити специфіку прояву тривожності в учнів підліткового віку та виокремити систему чинників, які впливають на її прояв; дослідити особливості прояву тривожності в підлітків та чинники, які впливають на її прояв; розробити психологічні рекомендації для попередження та подолання тривожності в учнів підліткового віку.

Методи дослідження: теоретичні (теоретичний аналіз та синтез, систематизація, порівняння і узагальнення даних наукових джерел); емпіричні методи (спостереження, тестування, стандартизовані методики); методи обробки та інтерпретації даних (метод описової статистики, кількісні та якісні із застосуванням методів математичної статистики); вивчення та систематизація методів, засобів та прийомів психологічного навчання.

Теоретичне значення результатів дослідження полягає у визначенні основних підходів до визначення поняття «тривожність»; здійсненні класифікації та характеристиці різновидів тривожності; визначенні специфіку прояву тривожності в учнів підліткового віку та виокремленні системи чинників, які впливають на її прояв.

Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що розроблені рекомендації будуть сприяти профілактиці тривожності в учнів підліткового віку. Апробований у дослідженні методичний інструментарій може стати основою моніторингу рівня прояву тривожності в учнів підліткового віку.

Висновки. Тривожність – це особистісна риса, що виявляється в легкому і частому прояві станів тривоги, схильність індивіда до переживання тривоги; це негативний емоційний стан, що супроводжується безпричинним очікуванням несприятливого розвитку життєвих ситуацій та нервовим напруженням. Підліткова тривожність є складним психічним явищем, яке у більшості випадків справляє деструктивний вплив на особистісний розвиток підлітка, його міжособистісну взаємодію та спілкування, які відображаються на рівні його соціально-психологічної адаптації. Загальні ознаки тривожності в учнів підліткового віку: напруженість погляду; боязкість і невпевненість; відмова від нових видів діяльності; самокритичність, підвищені вимоги до себе; пошук схвалення дорослих у всіх справах; низька самооцінка; емоційно чутливий. Три основні причини, за якими найчастіше з'являється тривожність в учнів підліткового віку: перша - неуспішність в особистій реалізації; друга - сімейні відносини; третя - соматичні порушення. Встановлено, що приблизно половині опитаних (43,8 %) притаманний середній рівень тривожності. У 37,5 % опитаних визначено низький рівень тривожності. У значно меншої кількості учнів визначено високий рівень тривожності (18,7 %). Встановлено, що у 46,9 % учнів більшою мірою проявляється «міжособистісна тривожність». У 37,5 % учнів більшою мірою проявляється «самооцінна тривожність». Лише у 15,6 % учнів більшою мірою проявляється «шкільна тривожність». Встановлено статистично значущий зв'язок між рівнем прояву тривожності та такими чинниками, як страх, самооцінка, волова саморегуляція. У свою чергу, не було виявлено статистично значущого зв'язку між рівнем прояву тривожності та темпераментом в учнів підліткового віку. Розроблено психологічні рекомендації для батьків та педагогів щодо попередження та подолання тривожності в учнів підліткового віку.

Ключові слова та словосполучення: тривожність, підліткова тривожність, страх, самооцінка, волова саморегуляція.