Реферат

на кваліфікаційну (магістерську) роботу

«Особливості попередження та подолання тривожності у педагогічних працівників в умовах війни»

здобувачки вищої освіти другого (магістерського) рівня

спеціальності 053 Психологія

Шевченко Ганни Ярославівни

Обсяг роботи – 96 с. **Кількість таблиць** – 6 табл. **Кількість рисунків** – 6 рис. **Список використаних джерел** – 74 найменувань, з них 29 – іноземною мовою.

Об'єкт дослідження – тривожність у педагогічних працівників в умовах війни.

Предмет дослідження – особливості попередження та подолання тривожності у педагогічних працівників в умовах війни.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості тривожності у педагогічних працівників в умовах війни, а також розробити психологічні рекомендації щодо її попередження та подолання.

Завдання дослідження: визначити сутність поняття «тривожність» та його основні категорії (моделі, складові); визначити специфіку тривожності у педагогічних працівників та чинники, які впливають на рівень її прояву; дослідити особливості попередження та подолання тривожності у педагогічних працівників в умовах війни та чинники, які впливають на неї; розробити психологічні рекомендації для профілактики та подолання тривожності у педагогічних працівників в умовах війни.

Методи дослідження: теоретичні (теоретичний аналіз та синтез, систематизація, порівняння і узагальнення даних наукових джерел); емпіричні методи; методи обробки та інтерпретації даних; вивчення та систематизація методів, засобів та прийомів психологічного навчання.

Теоретичне значення результатів дослідження полягає у визначенні основних підходів до визначення поняття «тривожності»; здійсненні класифікації та характеристиці моделей тривожності; визначення специфіки попередження та подолання тривожності у педагогічних працівників в умовах війни та виокремити системи чинників, які впливають на неї.

Практичне значення отриманих результатів Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що розроблені рекомендації можуть бути використані для попередження та подолання проявів тривожності у педагогічних працівників в умовах війни. Апробований у дослідженні методичний інструментарій доцільно застосовувати як основу для моніторингу рівня тривожності педагогів.

Висновки. Тривожність є психологічним станом і відносно стійкою особистісною схильністю, що проявляється внутрішнім напруженням, занепокоєнням і очікуванням загрози та впливає на професійне й особистісне функціонування педагога. У межах дослідження її прояви розглянуто крізь призму трьох чинників: переживаного стресу, самооцінки та емпатії. Виокремлено типові варіанти прояву тривожності в умовах хронічного стресу: ситуативний, стійкий (особистісний) та соматично/поведінково зумовлений. Показано, що тривожність відображається на самооцінюванні ефективності, здатності до планування й самоконтролю, якості комунікації та ухваленні рішень. Емпірично встановлено, що в більшості педагогів рівень тривожності перебуває в межах середніх значень; у частини респондентів він підвищений, у незначної кількості – низький. Статистично значущих кореляційних зв'язків між рівнем тривожності та чинниками стресу, самооцінки й емпатії не виявлено. Для профілактики та зниження тривожності запропоновано систему вправ і технік, спрямованих на зменшення стресу, стабілізацію емоційного стану, підтримку самооцінки та розвиток емпатійної взаємодії з дотриманням особистих меж.

Ключові слова та словосполучення: тривожність, стрес, самооцінка, емпатія.