

2. Артюшина М.В. Психологія діяльності та навчальний менеджмент: навч. посіб./ М. В. Артюшина, Л. М. Журавська, Л. А. Колесніченко та ін.; за заг. ред. М. В. Артюшиної. К. : КНЕУ, 2008. 336с.
3. Закон «Про повну загальну середню освіту» 16.01.2020.
4. Наказ Міністерства освіти і науки України від 04.09.2000 N 428/48 «Про запровадження 12-бальної шкали оцінювання навчальних досягнень учнів у системі загальної середньої освіти».
5. Якунин В. А. Педагогическая психология: учебное пособие / Европейский институт экспертов. СПб.: Издательство В. А. Михайлова; Полиус, 1998. С. 217.

УДК 159.99

**Чорна І.М.**

кандидат психологічних наук, доцент  
доцент кафедри психології розвитку та консультування  
Тернопільського національного педагогічного університету  
імені Володимира Гнатюка  
[irynachorna@ukr.net](mailto:irynachorna@ukr.net)

**Смик Н.Р.**

магістранка кафедри психології розвитку та консультування  
Тернопільського національного педагогічного університету  
імені Володимира Гнатюка

## **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАХОДИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ОСОБИСТІСНОЇ ТРИВОЖНОСТІ У МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ**

**Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями.** Необхідною умовою побудови здорового, гармонійного суспільства є всебічний розвиток та виховання молодого покоління, здатного приймати виклики та справлятися з проблемами особистого та глобального масштабів. Тому одним з найважливіших та найактуальніших завдань в психологічній науці є практичне вирішення труднощів повноцінного становлення та розвитку особистості, які в сучасних непростих реаліях, супроводжується негативними переживаннями, насамперед тривожністю. Оскільки тривожність набуває стійкого особистісного утворення саме в молодшому підлітковому віці, ми вважаємо, що питання психологічної корекції на ранніх етапах розвитку заслуговує особливої уваги. Незважаючи на те, що в науковій літературі дослідженню особистісної тривожності підлітків відведено, на нашу думку, достатньо уваги, проте недостатньо дослідженою залишається проблема психокорекції високого рівня особистісної тривожності у молодших підлітків. Адже знання причин виникнення особистісної тривожності і своєчасне проведення корекційної роботи, яка б сприяла зниженню тривожності та формуванню адекватної поведінки підлітків, є завжди актуальними та важливими, а розробка дієвих корекційних програм по оптимізації підліткової тривожності сприятиме ефективності навчально-

виховного процесу, сімейному вихованню, особистісному розвитку та саморозвитку.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання проблеми.** Термін «психокорекція» використовується в українській та зарубіжній науковій літературі на позначення специфічного виду діяльності психолога. Психокорекція як форма психолого-педагогічної діяльності вперше з'явилася в дефектології і початково використовувалась при роботі з аномальними варіантами розвитку. З розвитком дитячої психології як окремої галузі корекційні прийоми знайшли застосування при вирішенні труднощів розвитку так званого «нормального дитинства» [1, с.4].

Найважливішим завданням психокорекції, як однієї з форм практичної психології, є надання допомоги людині в самоактуалізації та самореалізації її внутрішнього потенціалу, досягненні гармонії внутрішнього світу, поліпшенні суб'єктивного самопочуття і зміцненні психічного здоров'я [4, с. 10].

Таким чином, психологічна корекція трактується як спрямований психологічний вплив на ті чи інші психологічні структури для забезпечення повноцінного розвитку та функціонування особистості [5, с.174].

Психологічна корекція (на відміну від психотерапії безпосередньо пов'язана з поняттям «норма психічного розвитку») як вид діяльності практичного психолога полягає в тактовному втручанні у внутрішній світ підлітка з метою подолання його психологічних проблем і труднощів розвитку. А найважливіше завдання фахівця — не зняти чи полегшити симптоми, а створити умови для оптимального функціонування особистості та її розвитку [3; 4].

**Метою статті** є обґрунтувати доцільність використання та принципи психокорекції особистісної тривожності у дітей молодшого підліткового віку.

Робота з підлітками орієнтована на досягнення таких цілей: а) зміцнення почуття власної гідності і розвиток сприятливого уявлення про власну значимість; б) забезпечення його вербальними і невербальними формами вираження впевненості в собі; в) навчання способам і прийомам подолання труднощів і вирішення зовнішніх і внутрішніх проблем, подолання невпевненості, страху, підвищеної тривожності в різних ситуаціях; г) формування засобів та форм самопізнання [6, с. 225].

При проведенні корекційної роботи щодо оптимізації високого рівня тривожності в молодшому підлітковому віці перевага надається груповій формі роботи. Застосування даної форми корекції дає можливість відстежити не адаптивні патерни взаємодії, які сприяють закріпленню небажаних рис, та розширити репертуар поведінкових реакцій. Перевагою групової корекції є можливість одночасно отримати зворотній зв'язок від великої кількості людей, можливість обміну досвідом та взаємної підтримки [5, с. 177].

Для ефективного психокорекційного втручання необхідно враховувати вікові особливості того чи іншого періоду підліткового віку. У молодших підлітків відбувається усвідомлення своєї відмінності від ровесників, утвердження своєї належності від світу дорослих. Їм властиві некритичне

наслідування зовнішніх манер дорослих, відчутна залежність від групи ровесників[7, с. 203].

Корекційна робота спрямовується на найближчу перспективу відповідно до законів вікового розвитку і становлення індивідуальності, а не на тренування того, що вже досягнуто дитиною [2, с.115].

Психокорекційна робота з підлітками ґрунтується на таких принципах :

1. Єдність діагностики і корекції. Корекційній роботі передуює діагностика. Діагностика сприяє уточненню діагнозу та дозволяє оцінити ефективність корекційної роботи.

2. Діяльнісний принцип корекції. Основним засобом корекційно-розвивального впливу є взаємодія дорослого і дитини.

3. Орієнтація на зону найближчого розвитку дитини. Корекційна робота з дитиною не матиме ефекту за межами зони найближчого розвитку.

4. Спрямованість психокорекційної роботи «зверху донизу», тобто на створення оптимальних умов для розвитку вищих психічних функцій, які сприятимуть компенсації недоліків елементарних психічних процесів.

5. Принцип нормативності, тобто орієнтація при проведенні корекційної роботи та при оцінці її ефективності на еталони розвитку у певному віковому періоді.

6. Врахування системного характеру психічного розвитку. Корекційна робота спрямовується на усунення причин відхилень у розвитку.

7. Принцип «заміщуючого онтогенезу». Корекційна робота повинна розпочинатися з тієї «точки», з якої почалися відхилення від оптимальної програми розвитку.

8. Випереджуючий характер психокорекції.

**Висновок.** Важливим напрямком психокорекційної роботи з подолання особистісної тривожності дітей молодшого підліткового віку є просвітницька робота з батьками та педагогами. Значна увага приділяється поясненню того, який вплив може мати тривожність як стійка риса особистості на розвиток дитини, на її успішність, майбутнє. Таке роз'яснення потрібно тому, що нерідко вчителі помилково схильні розглядати тривожність скоріше як позитивну особливість, що забезпечує у дитини почуття відповідальності, сприйнятливості і т.д. Адже, без сумніву, сімейне виховання справляє чи не найбільший вплив на розвиток особистості, а будь-які зусилля, спрямовані на корекцію небажаних утворень психіки, можуть або допомогти підлітку справитися з проблемою або звести роботу психолога нанівець, в залежності від участі батьків у цьому процесі.

Батьки повинні знати, як впливають взаємини в сім'ї на розвиток та закріплення тривожності. Особливості вимог, виявлення свого задоволення чи незадоволення діями підлітка, оцінка його вчинків та порівняння з однолітками, значення конфліктів у сім'ї – усі ці питання має висвітлювати психолог у роботі з батьками. Також потрібно донести, як страхи і тривоги близьких дорослих, їхній емоційний стан та самооцінка впливають на формування у дитини тривожності.

Отже, метою психокорекційної роботи є зниження рівня тривожності до стану норми у молодших підлітків, розвиток комунікативних умінь, формування віри у власні сили і можливості, розвиток рефлексії, покращення навичок самоконтролю та засвоєння нових соціально активних стратегій поведінки.

**Перспективи досліджень** полягають в розробці та апробації психокорекційної програми для підлітків із підвищеним рівнем тривожності.

#### **Література**

1. Дубровіна І.В., Андреева О.Д., Данилова Є.Є., Вохмяніни Т.В. Психокорекційна та розвиваюча робота з дітьми : навч.посіб. Москва: Видавничий центр "Академія", 1998. 160с.
2. Дуткевич Т. В., Савицька О. В. Практична психологія: вступ до спеціальності : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури. 2010. 254 с.
3. Заїкіна Г.Л., Лобанова В.І. Принципи використання психокорекції у навчально-виховному процесі. *Молодий вчений*. 2016. № 11. С.44-47.
4. Кузікова С.Б. Теорія і практика вікової психокорекції. Суми: ВТД Університетська книга, 2008. 384 с.
5. Петренко В. Є. Вікові аспекти психологічної корекції тривожності. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки, 2013. С. 174-180.
6. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Московский психолого-социальный институт. Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. 304 с.
7. Сергеєнкова О.П. Вікова психологія : навчальний посібник. К.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с.

УДК 377.074:54

**Чорненька О.М.**

викладач природничих наук

ДНЗ «Подільський центр професійно-технічної освіти»

[lesia.bio81@ukr.net](mailto:lesia.bio81@ukr.net)

### **ЖИТТЄВА І ПРОФЕСІЙНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ВИПУСКНИКА ЗП(ПТ)О – ВИМОГА ЧАСУ**

Зміни, які відбуваються у сучасному суспільстві, зумовлюють нові підходи до професійного розвитку особистості, адже вона має діяти якісно та ефективно, щоб стати конкурентоздатною, тобто зреалізуватися насамперед в професійному плані. Увага звертається саме на компетентнісний підхід, який кардинально відрізняється від традиційного і акцентує увагу на результатах освіти, але не на масі засвоєної інформації, а здатності людини діяти в різних життєвих і професійних ситуаціях [2]. Виховання і освіта особистості мають це забезпечити, а разом з тим і готовність зробити і гідно реалізувати свій життєвий і соціальний вибір. Тому постає необхідність у життєвій компетентності особистості, її здатності успішно розв'язувати власні життєві проблеми, брати безпосередню участь у розв'язанні суспільних проблем, а