

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

**КУЛЬТУРНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ
ЗАКОНОМЕРНОСТИ СОЦИАЛЬНОГО
РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ
В ОНТОГЕНЕЗЕ**

Сборник научных трудов

В двух частях

Часть 1

Минск 2009

УДК 316.6
ББК 88.5
К906

Печатается по решению редакционно-издательского совета БГПУ

Редколлегия:

доктор психологических наук, профессор Л. А. Кандыбович;
доктор педагогических наук, профессор Н. С. Старжинская;
кандидат психологических наук, профессор Е. А. Панько;
кандидат филологических наук, доцент И. Г. Добрицкая;
кандидаты психологических наук, доценты Е. И. Комкова, Е. Н. Белоус;
кандидат психологических наук О. В. Леганькова;
кандидаты педагогических наук, доценты Д. Н. Дубинина, И. Митрош,
Е. А. Стреха

Научный редактор Л. А. Кандыбович

Ответственные редакторы: Е. И. Комкова, О. В. Леганькова,
Е. Н. Цубер

К906 **Культурно-психологические закономерности социального развития личности в онтогенезе.** Общ. науч. тр. В 2 ч. Ч. 1 / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол. Н. С. Старжинская, Е. А. Панько, И. Г. Добрицкая и др.; науч. ред. Л. А. Кандыбович; отв. ред.: О. В. Леганькова, Е. И. Комкова, Е. Н. Цубер. – Минск: БГПУ, 2009. – 168 с.
ISBN 978-985-501-722-7.

В сборнике представлены материалы Республиканской научно-практической конференции, посвященной проблемам культурно-психологических закономерностей социального развития в онтогенезе. Рассматривается широкий спектр проблем феноменологии социального развития, социализации и индивидуализации личности. Анализируются методологические проблемы детства как культурно-психологического феномена, когнитивные, личностные и метакогнитивные аспекты освоения социальной культуры, вопросы психологического здоровья как условия социального развития.

Адресуется психологам, научно-педагогическим и социальным работникам.

УДК 316.6
ББК 88.5

ISBN 978-985-501-722-7 (ч. 1)
ISBN 978-985-501-721-0

© БГПУ, 2009

Н. А. Юркевич (г. Минск)

ЛИЧНОСТНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ КАК КРИТЕРИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

В настоящее время приоритетным направлением деятельности психологической службы учреждения образования является профилактика и коррекция нарушений психологического здоровья учащихся. Понятие «психологическое здоровье», введенное в научный оборот И. В. Дубровиной, можно определить как динамическую совокупность психических свойств, обеспечивающих гармонию между различными сторонами личности человека, а также между человеком и обществом; возможность полноценного функционирования человека в процессе жизнедеятельности. В связи с тем, что «ключевым» словом для описания психологического здоровья является слово «гармония», в качестве центральной характеристики психологически здорового человека можно назвать саморегулируемость, то есть возможность адекватного приспособления как к благоприятным, так и к неблагоприятным условиям и воздействиям.

Одним из наиболее ярких показателей психологического благополучия учащихся можно считать высокий уровень тревожности. Тревожность как личностное свойство является наиболее значимым риск-фактором, ведущим к нервно-психическим заболеваниям, повышает чувствительность к стрессу, затрудняет интеллектуальную деятельность в психически напряженных ситуациях, вызывает неуверенность в собственных способностях, является одной из причин отрицательного социального статуса личности. Многочисленные исследования показывают, что тревожные расстройства являются наиболее распространенными эмоциональными нарушениями среди всех возрастных групп. В настоящее время значительно увеличилось число тревожных личностей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Однако по мере того, как ребенок становится старше, число стрессогенных факторов не только не уменьшается, но существенно увеличивается.

Учеба в старших классах – один из тех видов деятельности, при котором на человека падает огромная умственная и эмоциональная нагрузка. Значительная интенсификация в сфере умственной деятельности, повышенные требования к уровню знаний, связанные с подготовкой к поступлению в вуз, самоутверждение в среде сверстников и окружающем социуме, проблема выбора направления предстоящей взрослой жизни, приводят к повышению напряженности регуляторных механизмов центральной нервной системы и различных функций организма.

Тяжелее всего переносят высокую психическую нагрузку старшеклассники с высоким уровнем личностной тревожности.

Проведя анализ исследований, посвященные проблеме половой дифференциации, мы предположили, что высокая личностная тревожность наиболее распространена среди девушек раннего юношеского возраста, в силу таких их половых особенностей как высокая эмоциональность, эмпатия, чувствительность и ранимость, ответственность и т.п. Высокая тревожность девушки обычно воспринимают и переживают ситуации проверок и испытаний как угрозу для их «Я», это порождает серьезные сомнения в себе, излишнюю эмоциональную напряженность, которая отрицательно сказывается на результатах деятельности. Снижение результативности, в свою очередь, усиливает эмоциональное напряжение и тревожность, таким образом возникает порочный круг.

Нами было обследовано 303 человека в возрасте от 15 до 18 лет, из них 172 девушки и 131 юноша. Высокий уровень личностной тревожности выявлен у 52,33% девушек и 23,66% юношей, средний уровень тревожности наблюдается у 45,35% девушек и 71,76% юношей, низкий уровень тревожности у 2,32% девушек и 4,58% юношей. Таким образом, подтвердилось предположение о распространенности высокой личностной тревожности у девушек данного возраста.

В связи с этим особую актуальность приобретает коррекционная работа с тревожными старшеклассницами, направленная на снижение высокого уровня тревожности, развитие навыков саморегуляции и обучение положительному самоотношению и принятию других.

В коррекционной работе необходимо учитывать структурную организацию психических свойств. Оптимизацию структуры логично начинать с внесения изменений в наиболее подвижные ее звенья, то есть в психические состояния. При этом обучая учащихся «снимать» проявления тревожности, необходимо уделять внимание развитию тех качеств, которые характеризуют нетревожных учащихся: адекватной самооценке и способности к саморегуляции. А также коррекции тех качеств личности, которые характерны для тревожных девушек и способствуют закреплению личностной тревожности: обидчивость, мнительность, склонность к самокритике, отгороженность, отсутствие настойчивости и решительности, конкурентность, пассивность, замкнутость, необщительность, неуверенность в себе и своих силах.

На наш взгляд, наиболее обоснованным методом развития эмоционально-устойчивости девушек 15–17 лет является работа в коррекционной группе. Предлагаемая коррекционная группа ставит перед собой следующие задачи: освоение навыков эффективной саморегуляции; обучение положительному самоотношению и принятию других, рефлексивным умениям; обучение приемам эффективного межличностного общения; освоение приемов целеполагания и планирования деятельности, управления временем; формирование потребности в саморазвитии. Учитывая разнообразие интересов участников, тенденцию к освоению видов активности, мы применяли те методы групповой работы, которые наиболее отвечают их индивидуальным склонностям. В работе использовались игры и задания, способствующие овладению приемами эффективного межличностного общения; различные виды дискуссий, элементы психодрамы; задания способствующие стабилизации самооценки; релаксационно-восстановительные упражнения для снятия психологической напряженности и тревожности, обучение приемам саморегуляции; различные виды драматизации.

Соответствующая нашей концепции коррекционная программа предполагает повышение эмоциональной устойчивости с помощью многочисленных упражнений, до тех пор, пока учащиеся не овладеют ими до такой степени, что смогут самостоятельно и произвольно применять их. Учеба в группе создает больше возможностей для сравнения силы влияния разных типов поведения в стрессовой ситуации или ситуации повышенной напряженности, а включение в программу коррекционных занятий элементов техник, направленных на саморегуляцию психических состояний, позволяет повысить эмоциональную устойчивость.

Для выявления эффективности программы коррекции мы проводили периодические срезы уровня личностной тревожности с помощью различных вариантов методики ШРЛТ Ч.Д. Спилберга в экспериментальной и контрольной группах. После коррекционной работы средний уровень личностной тревожности в экспериментальной группе снизился с 54,7 до 49,8 баллов (уменьшился на 4,9 балла с достоверностью 0,995 по критерию Вилкоксона), а в контрольной группе – вырос с 48,8 до 52,8 баллов (увеличился на 4 балла с достоверностью 0,975 по критерию Вилкоксона). Это дает возможность говорить об эффективности предложенной программы коррекции личностной тревожности.

Солодухо В. В. Профилактика синдрома эмоционального выгорания как условие социальной адаптации и социального развития.....	137
Старовойтов А. Л. Социальные репрезентации способов преодоления личных проблем у молодежи.....	138
Счастливая А. М. Роль стиля педагогической деятельности преподавателя в социализации студентов.....	141
Уланович О. И. Вербально-смысловой конструкт сознания как оценочное поле мышления, отношения, общения, деятельности.....	145
Финькевич Л. В. Формирование духовности личности в процессе социального развития на этапе дошкольного детства.....	146
Фролова Ю. Г. Особенности рискованного поведения студентов и школьников.....	148
Цубер Е. Н. Развитие голосовых и речевых проявлений у детей со слуховой потерей в первые годы жизни.....	150
Чеснокова Е. П. Дружелюбие сверстников как важное условие психологического здоровья детей.....	151
Шипицкая С. С. К вопросу формирования подростковой толерантности.....	153
Широкова Т. М. Психология старости в исторических стереотипах.....	156
Шлькова Т. Ю. Развитие субъективности личности старших школьников в условиях общеобразовательной среды.....	158
Юркевич Н. А. Личностная тревожность как критерий психологического здоровья.....	160
Янчик А. И. Динамика становления социальной перцепции и подструктур интуитивным поведением.....	161
Яцук С. Л. К вопросу о формировании личностной неопределенности в подростковом возрасте.....	163

Научное издание

КУЛЬТУРНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В СЕНТЕНЕЗЕ

Сборник научных трудов

В двух частях

Часть 1

Качество иллюстраций соответствует качеству предоставленных оригиналов

Ответственный за выпуск Т. А. Белалко

Техническое редактирование и компьютерная верстка Е.Н. Цубер

Подписано в печать 17.03.09. Формат 60x84 1/16. Бумага офсетная. Гарнитура Arial.
Печать Riso. Усл. печ. л. 9,77. Уч.-изд. л. 16,38. Тираж 100 экз. Заказ 129

Издатель и полиграфическое исполнение:

Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка».

ЛИ № 02330/0133496 от 01.04.04.

ЛП № 02330/0131508 от 30.04.04.

220050, Минск, Советская, 18.

Отпечатано с оригинал-макета заказчика в Учебно-издательском центре БГПУ.

220007, Минск, Могилевская, 37.

E-mail: izdat@bspu.unibel.by.