

УДК 377.35; 159.9

DOI <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2022.3.18>

Мартиненко Світлана Миколаївна,
доктор педагогічних наук, професор,
проректор з науково-педагогічної діяльності
Київського міжнародного університету
ORCID ID: 0000-0002-7822-5600

Дроботько Ірина Дмитрівна,
аспірантка Київського міжнародного університету
ORCID ID: 0000-0002-8639-1887

ДІАГНОСТИЧНІ МЕТОДИКИ ВИЗНАЧЕННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ З ПОДОЛАННЯ ТРИВОЖНОСТІ У ПІДЛІТКІВ

DIAGNOSTIC METHODS FOR DETERMINING THE READINESS OF FUTURE PSYCHOLOGISTS FOR PSYCHO-CORRECTIVE WORK TO OVERCOME ANXIETY IN ADOLESCENTS

У статті подано діагностичні методики визначення готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків, виокремлено відповідні критерії, а саме: когнітивний, мотиваційний, емоційно-вольовий та операційно-діяльнісний. За кожним критерієм розроблено показники та відповідний психодіагностичний інструментарій, завданням якого є виявлення стану готовності майбутніх фахівців до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків. Відібрано релевантні та валідні методики дослідження, які уможливають максимального встановити готовність майбутніх психологів до роботи з подолання тривожності у підлітків за мотиваційним, емоційно-вольовим і операційно-діяльнісним компонентами. Запропоновано варіант авторських опитувальників, зокрема для визначення готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи з підлітками для подолання їх тривожності за когнітивним критерієм, подано зразок анкети «Знання про тривожність та способи її подолання», результати якої дають змогу виявити рівень знань про тривожність, причини її виникнення, передумови формування як особистісної якості, особливості діагностування та психокорекційної роботи щодо її подолання. Подано опитувальники «Самоаналіз знань щодо психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків», за допомогою якого можна виявити сформованість знань майбутніх психологів про психокорекційну роботу, «Самоаналіз мотивації до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків» – для визначення рівня мотивації у майбутніх психологів до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків, творчі завдання – для діагностування сформованості вмінь майбутніх психологів планувати та організовувати психокорекційну роботу з подолання тривожності у підлітків.

Ключові слова: тривожність, готовність майбутніх психологів до психокорекційної роботи, діагностичні методики, когнітивний, мотиваційний, емоційно-вольовий, операційно-діяльнісний критерії, підлітки.

The article presents diagnostic methods for determining the readiness of future psychologists for psychocorrective work to overcome anxiety in adolescents, the relevant criteria are identified, namely: cognitive, motivational, emotional-volitional and operational-active. For each criterion, indicators and the corresponding psychodiagnostic toolkit have been developed, the task of which is to identify the state of readiness of future specialists for psychocorrective work to overcome anxiety in adolescents. Relevant and valid research methods have been selected, which make it possible to determine the readiness of future psychologists to work on overcoming anxiety in adolescents in terms of motivational, emotional-volitional and operational-activity components. A version of the author's questionnaires is offered, in particular, to determine the readiness of future psychologists for psychocorrective work with adolescents to overcome their anxiety according to a cognitive criterion, a sample questionnaire "Knowledge about anxiety and ways to overcome it" is presented, the results of which make it possible to reveal the level of knowledge about anxiety, the causes of its occurrence, prerequisites for formation as a personal quality, peculiarities of diagnosis and psychocorrective work to overcome it. Questionnaires "Self-analysis of knowledge about psychocorrective work to overcome anxiety in adolescents", which can be used to reveal the formation of future psychologists' knowledge about psychocorrective work, "Self-analysis of motivation for psychocorrective work to overcome anxiety in teenagers" – to determine the level of motivation of future psychologists for psychocorrective work work on overcoming anxiety in teenagers, creative tasks – to diagnose the formation of the skills of future psychologists to plan and organize psychocorrective work on overcoming anxiety in teenagers.

Key words: anxiety, readiness of future psychologists for psychocorrective work, diagnostic methods, cognitive, motivational, emotional-volitional, operational-activity criteria, teenagers.

Постановка проблеми. Як засвідчують реалії сьогодення, з початком повномасштабної війни на теренах Української держави тривожність є найпоширенішим психічним станом усього українського суспільства. Водночас хвилювання через військові дії поєднується з індивідуальними віковими особливостями та станами, особистісними проблемами. Надмірна тривожність є характерною для підлітків за мирних умов через внутрішні конфлікти, характерні для їхнього віку, а саме: несформованість уявлень про власне «Я», неадекватний рівень домагань, низька самооцінка, необхідність соціалізації тощо. Відтак, важливо вчасно зреагувати на цю проблему та надати необхідну психокорекційну допомогу для цієї вразливої категорії дітей. Водночас сам психолог має бути готовим допомагати долати тривожність у підлітків, зрозуміти об'єктивні причини її виникнення, а також підібрати ефективні методи діагностування та корекції. На нашу думку, конче необхідно у закладах вищої освіти готувати висококваліфікованих психологів-професіоналів, здатних на високому рівні виконувати професійні обов'язки, діагностичні, корекційні, розвивальні функції, застосовувати діагностичні методики з різними категоріями населення, долати їхні психологічні проблеми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Варто зазначити, що питання готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків є недостатньо дослідженим. Загалом, у процесі розроблення критеріїв і показників визначення готовності було покладено методологію та методику науково-педагогічних і психологічних досліджень, поданих у працях І. Бега [1], І. Зязюна [2], В. Майбороди [10], С. Мартиненко [4–7], Н. Нічкало [10], Т. Новаченко [11] та інших. Засади, які містяться у працях зазначених науковців, мають загальне, універсальне спрямування. З урахуванням цього, **метою** статті стало розроблення діагностичного інструментарію, який би дав змогу визначити стан готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків.

Виклад основного матеріалу. З метою вивчення стану готовності майбутніх психологів до практичної діяльності з підлітками вважаємо за потрібне визначити відповідні критерії та показники, які дали б змогу з'ясувати означену якість у майбутніх фахівців. Для об'єктивності визначення готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи нами запропоновано такі критерії, як: когнітивний, мотиваційний, емоційно-вольовий та операційно-діяльнісний. Зупинимось детальніше на їх змістовому наповненні.

Когнітивний критерій має такі показники:

- сформованість знань про сутність і причини виникнення тривожності, її вияви у особистості, симптоматику вияву в підлітків;
- володіння знаннями і навичками психокорекційної роботи з підлітками;
- знання про техніки і методи впливу на підлітків з метою подолання їхньої тривожності, оптимізації психоемоційних станів.

Мотиваційний критерій готовності майбутніх фахівців до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків вміщує такі показники:

- позитивне ставлення до необхідності проведення психокорекційної роботи з підлітками, здатність до емпатії, прагнення допомогти у подоланні ситуативних і особистісних проявів тривожності;
- інтерес до оволодіння фаховими знаннями, вміннями, навичками, методами і техніками корекційної;
- прагнення до набуття досвіду професійної діяльності у наданні психологічної допомоги підліткам, самовдосконалення і підвищення професійної компетентності.

Емоційно-вольовий критерій готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи з підлітками охоплює:

- сформовану емоційну стійкість, здатність до розуміння емоційних станів інших людей, вияву співчуття, надання підтримки тим, хто цього потребує;
- нормальний рівень вияву власної тривожності, що надає змогу адекватно оцінювати ступінь вияву тривожності у підлітків, та забезпечує оптимальний психологічний вплив на підлітків;
- розвинені вольові якості відповідальності, наполегливості, цілеспрямованості, витримки, здатність до регуляції та оптимізації власної діяльності на свідомому та несвідомому рівнях, подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод у досягненні поставленої мети під час надання психокорекційної допомоги підліткам для подолання тривожності.

Операційно-діяльнісний критерій готовності майбутніх психологів до подолання тривожності у підлітків має такі складові, як:

- готовність до здійснення практичної діяльності у наданні психологічної допомоги підліткам із подолання ними тривожності (сформовані вміння діагностичної діяльності з визначення існуючого рівня тривожності, вміння планувати психокорекційну роботу, складання діагностичних програм для практичних занять із підлітками, готовність до їх проведення);

– сформованість умінь, навичок, відповідних компетенцій, необхідних для вирішення завдань психокорекційної діяльності в роботі з підлітками (володіння практичними навичками і вміннями проведення психокорекційних вправ і технік, застосування діагностичних методик для подолання тривожності підлітків);

– використання різноманітних способів вирішення поставлених завдань, наявність творчих ідей та практичного досвіду застосування різноманітних нетрадиційних прийомів вирішення проблеми подолання тривожності у підлітків, готовність застосувати відповідні методи, прийоми і засоби діагностичної роботи з підлітками.

Для проведення емпіричного дослідження, спрямованого на визначення стану готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків за поданими критеріями, важливо було розробити валідний та релевантний методичний апарат. У таблиці 1 подано психодіагностичний інструментарій виявлення сформованості готовності майбутніх фахівців до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків.

З метою визначення стану готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи з підлітками для подолання їх тривожності (за когнітивним критерієм) рекомендуємо провести опитування за двома авторськими анкетами: «Знання про тривожність та способи її подолання», «Самоаналіз знань про психокорекційну роботу з подолання тривожності у підлітків».

Перша з них спрямована на виявлення стану сформованості знань у майбутніх психологів про тривожність, причини її виникнення, передумови формування як особистісної якості, особливості діагностування та психокорекційної роботи з її подолання. Розроблена анкета охоплює такі питання, а саме:

1. Що таке тривога?
2. Чим відрізняється тривога і тривожність? Дайте визначення сутності тривожності?
3. Назвіть найчастіші причини виникнення тривожності у сучасної людини.
4. Які типові передумови формування / виникнення тривожності у дітей, підлітків?
5. За якими симптомами, ознаками, виявами можна визначити стан тривожності у підлітків?
6. Назвіть різновиди тривожності у підлітків залежно від провідної діяльності, сфери життя
7. Які діагностичні методики на визначення тривожності особистості Ви знаєте? Чи маєте досвід їх практичного використання.
8. За допомогою яких видів і напрямів психологічної діяльності можна допомогти тривожним дітям?
9. Які ефективні засоби, методи і техніки психологічної роботи з подолання тривожності підлітків Ви знаєте? Чи маєте Ви досвід застосування засобів і методів?
10. Оцініть якість Вашої підготовки до ефективної психокорекційної роботи з підлітками на посаді практичного психолога.

Таблиця 1

Психодіагностичний інструментарій дослідження сформованості готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків

Критерій	Методики дослідження
Когнітивний	Діагностування майбутніх психологів за авторськими анкетой і опитувальником: – анкета «Знання про тривожність і способи її подолання» – опитувальник «Самоаналіз знань щодо психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків»
Мотиваційний	Опитування майбутніх психологів за психодіагностичною методикою і авторським опитувальником: – «Шкала емоційного відгуку» (А. Меграбян, Н. Епштейн) [12] – опитувальник «Самоаналіз мотивації до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків»
Емоційно-вольовий	Опитування майбутніх психологів за психодіагностичними методиками для визначення стану тривожності та інших психічних станів: – «Методика дослідження тривожності» (Ч. Спілбергер) [3] – «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк) [9] А також проведення індивідуальних бесід і опитування за допомогою психодіагностичної методики: – методика «Вольові якості особистості» (М. Чумаков) [14]
Операційно-діяльнісний	Практичне завдання із проведення і опрацювання результатів опитування одноступінчиків щодо рівня їх тривожності: – проведення опитування одноступінчиків з використанням методик «Шкала тривожності» (С. Кондаш) [15] та «Тривожність і депресія» (ТіД) (за А. Карелінім) [8] – творче завдання для діагностики вміння майбутніх психологів планувати та організувати психокорекційну роботу з подолання тривожності підлітків

11. Чи достатньо Вам знань, вмінь і навичок для здійснення психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків?

12. Чи потребуєте Ви збагачення знань і вмінь, удосконалення розвитку навичок для практичної психокорекційної роботи з підлітками? Висловіть свої очікування щодо бажаних навчальних, методично-організаційних заходів із цієї проблеми.

Аналіз відповідей на запропоновані питання дасть змогу зробити висновки про рівень знань майбутніх психологів щодо такого психічного стану, як тривожність у підлітків, а також виявити рівень їхньої компетентності щодо організації психокорекційної роботи.

Для визначення стану сформованості готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків за когнітивним критерієм варто також провести опитування «Самоаналіз знань про психокорекційну роботу з подолання тривожності у підлітків». Так, майбутнім фахівцям пропонується оцінити власний рівень володіння знаннями за відповідними категоріями (таблиця 2).

За загальною сумою балів можна зробити висновок про стан сформованості у майбутніх психологів знань про особливості психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків.

З метою з'ясування стану готовності студентів – майбутніх психологів до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків (за **мотиваційним критерієм**) пропонуємо скористатися такими діагностичними методиками, як:

1. Методика для визначення рівня емпатії як професійно важливої якості майбутнього психолога, що забезпечує його здатність до розуміння

емоційних станів інших, співпереживання їм і прагнення надати підтримку і допомогу. Корисною та об'єктивною буде цього можна використати «Шкала емоційного відгуку» (за А. Меграбян, Н. Епштейн) [12, с. 90–92].

2. Опитувальник «Самоаналіз мотивації до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків» (авторське розроблення), призначений для проведення майбутніми психологами самоаналізу вияву власної мотивації до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків. Він охоплює оцінювання семи позицій на основі балів від 1 до 3, які визначають недостатній (1), середній (2) і високий рівні (3) їх вияву за такими показниками, як:

– позитивне ставлення до психологічної роботи з підлітками, прагнення допомогти їм у подоланні негативних психоемоційних станів;

– інтерес до оволодіння навичками і вміннями, формування компетенцій, необхідних для вирішення завдань психокорекційної діяльності з підлітками;

– інтерес до оволодіння знаннями і методами, практичними техніками роботи з корекції тривожності в підлітків;

– прагнення до використання сучасних і ефективних способів вирішення поставлених завдань психокорекційної роботи з підлітками;

– цілеспрямованість у здійсненні практичної діяльності щодо надання психологічної допомоги підліткам із подолання їх тривожності;

– здатність до свідомої регуляції діяльності у процесі досягнення поставленої мети щодо надання психокорекційної допомоги підліткам у подоланні стану тривожності;

Таблиця 2

Опитувальник «Самоаналіз знань про психокорекційну роботу з подолання тривожності у підлітків»

Показники	Бали:		
	1	2	3
Знання про сутність тривожності, її прояви, симптоматику вияву у дітей і підлітків, причини її виникнення;			
Здатність до розуміння емоційних станів інших людей, розуміння необхідності надання психологічної підтримки тим, хто цього потребує;			
Знання діагностичних методів і методик, сформованість вміння правильно оцінювати ступінь тривожності у підлітків;			
Знання про основи психокорекційної роботи з підлітками, основні завдання, цілі, прийоми і методи психологічної діяльності з підлітками;			
Знання щодо побудови програми психокорекційної роботи з підлітками для подолання їх негативних емоційних станів (зокрема, тривожності);			
Знання про техніки і методи впливу на підлітків для подолання їх тривожності, оптимізації психоемоційних станів;			
Знання та вміння здійснювати оцінку ефективності проведеної психокорекційної роботи з підлітками.			

– виявлення прагнення до розширення досвіду професійної діяльності у наданні психологічної допомоги підліткам, самовдосконалення і підвищення рівня професійної компетентності.

Стан готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків (**емоційно-вольовий критерій**) пропонуємо визначати за допомогою:

– діагностичних методик: «Шкала тривожності» (Ч. Спілбергер) [3], «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк) [9] – для діагностування рівня власної тривожності, що надає змогу адекватно оцінити ступінь прояву тривожності в підлітків та забезпечує оптимальний психологічний вплив на них;

– опитування за методикою «Вольові якості особистості» (за М. Чумаковим) [14].

Для діагностування стану готовності студентів за **операційно-діяльнісним критерієм** пропонуємо використовувати методики «Шкала тривожності» (С. Кондаш) [15, с. 284-285] та «Тривожність і депресія» (ТіД) (за А. Кареліним) [8, с. 255].

Окрім цього, у процесі встановлення сформованості готовності за операційно-діяльнісним критерієм важливо визначити вміння майбутніх

психологів планувати, організовувати і проводити психокорекційну роботу. Для цього пропонуємо творче завдання, що передбачає:

– назвати структуру психокорекційної програми, її мету і завдання;

– навести приклади вправ і технік роботи з дітьми;

– визначити методики, за допомогою яких здійснюється вхідне і вихідне діагностування рівнів тривожності у підлітків із метою визначення ефективності проведеної психокорекційної роботи.

Висновки. Таким чином, запропоновані діагностичні методики визначення готовності майбутніх психологів до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків є репрезентативними та валідними. Застосування поданих і адаптованих діагностичних методик, творчих і практичних завдань для майбутніх психологів дає змогу зібрати й проаналізувати інформативні дані про рівні сформованості у них готовності до психокорекційної роботи з подолання тривожності у підлітків за когнітивним, мотиваційним, емоційно-вольовим та операційно-діяльнісним критеріями. Це уможливить, на наше переконання, уникати надання непрофесійної психологічної допомоги, а особливо для такої вразливої категорії, як підлітки.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2 т. Т. 2. Особистісно орієнтований підхід : науково-практичні засади. К. : Либідь, 2003. 342 с.
2. Зязюн І. А. Інтелектуально-творчий розвиток особистості в умовах неперервної професійної освіти. *Неперервна професійна освіта: проблеми, пошуки, перспективи : монографія*. К., 2000. С. 11–57.
3. Исследование тревожности (Ч. Д. Спилбергер, адаптация Ю. Л. Ханин). *Диагностика эмоционально-нравственного развития* / ред. и сост. И. Б. Дерманова. СПб., 2002. С. 124–126.
4. Мартиненко С. М. Система підготовки вчителя початкових класів до діагностичної діяльності : дис. д-ра пед. наук : 13.00.04; Інститут педагогіки АПН України. К., 2009. 476 с.
5. Мартиненко С. М. Основи діагностичної діяльності вчителя початкової школи : навч.-метод. посіб. К. : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2010. 264 с.
6. Мартиненко С. М. Вивчення особистості молодшого школяра засобами педагогічної діагностики : навч.-метод. посіб. К. : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2013. 144 с.
7. Мартиненко С. М. Діагностування особистісно-професійних якостей вчителя початкової школи : навч.-метод. посіб. К. : АКМЕ ГРУП, 2015. 208 с.
8. Методика «Тревожность и депрессия» (ТіД) (А. Карелин). *Большая энциклопедия психологических тестов* / сост. А. Карелин. М. : Эксмо, 2006. С. 255. Методика діагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку) / Райгородский Д. Я. *Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учебное пособие*. Самара : Издательский Дом «БАХРАМ-М», 2011. С. 141–145.
9. Ничкало Н. Г. *Наукові дослідження з проблем педагогіки і психології вищої школи. Вища освіта в Україні: реалії, тенденції, перспективи розвитку : мат-ли міжнар. науково-практ. конф.* К., 1996. Ч. I. С. 19–29.
10. Новаченко Т. В. К вопросу о синергетике образования. *Виховання і культура*. 2001. № 1(1). С. 24–26.
11. Опросник для диагностики способности к эмпатии (А. Мехрабиан, Н. Эпштейн) / Солдатова Г. У., Шайгерова Л. А., Прокофьева Т. Ю., Кравцова О. А. *Психодиагностика толерантности личности*. М. : Смысл, 2008. С. 90–92.
12. Теоретичні засади науково-дослідницької діяльності суб'єктів освітнього процесу університетів: практичний посібник / Авт. кол. : В. Майборода, О. Ярошенко, Ю. Скиба; за ред. О. Ярошенко. К. : Інститут вищої освіти НАПН України, 2015. 174 с.
13. Чумаков М. В. Опросник диагностики волевых качеств личности (ВКЛ). *Руководство*. НПЦ «Психодиагностика». Ярославль, 2004. 16 с.
14. Шкала тривожності С. Кондаша. *Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога : учеб. пособие : в 2 кн. 3-е изд.* М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. С. 284–285.