

наукових революцій Т. Куна (2010). Також параметрична загальна теорія систем використовувалася в окремих науках. В політології аналіз політичного процесу за допомогою методологічного апарату параметричної загальної теорії систем здійснювався А. Польовим (2011), а аналіз типології політичних устроїв – А. Галиновським (2010). В історіософії А. Чорна за допомогою системних дескрипторів вивчала взаємозв'язок раціонального та ірраціонального в концепції А. Тойнбі (2010), в юриспруденції С. Чубраков досліджував зміст категорії «принцип» у кримінально-виконавчому праві в аспекті системного підходу (2011), в психології нами було досліджено системні параметри копінг-поведінки (2013).

Що стосується кількісної методології, то математичний аналіз, необхідний для числової оцінки елементів моделей психологічних феноменів, теж повинен відповідати принципам системного підходу. Адже засвоєння сучасних знань про епістемологічний дискурс та процедурну стратегію, які відповідають принципам застосування системного підходу у моделюванні психологічних феноменів і мають прикладний, практико-орієнтований характер, – це нагальна потреба сучасних досліджень у психології.

Таким чином, розвиток ідей системного моделювання психологічних феноменів та верифікацію розроблених моделей за допомогою застосування Hard Systems Methodology («твердої» системної методології) та Soft Systems Methodology («м'якої» системної методології) можна вважати запорукою високої наукової ефективності.

Рось Л. М.

ОСОБЛИВОСТІ ДИТЯЧОЇ ТА ПІДЛІТКОВОЇ ТРИВОЖНОСТІ

Одним з емоційних станів, які схильна переживати людина, є стан тривоги. Переживання останньої, у свою чергу, пов'язане із формуванням такої особистісної властивості, як тривожність. Особливої гостроти ця проблема набуває в

підлітковий період, який вже сам по собі є кризовим у розвитку дитини.

Особливості виховання та становлення особистості можуть викликати дисгармонію в розвитку емоційної сфери дитини. Проблеми, що їх породжує тривога, розглядали у своїх концепціях З. Фрейд, К. Хорні, К. Роджерс, А. Маслоу, Ф. Перлз, Дж. Келлі та ряд інших. Проблема тривожності є досить багатогранною і передбачає різні аспекти розгляду – психофізіологічні, медичні, спадкові, соціальні. На психологічному рівні тривога відчувається як напруження, схвильованість, нервозність, почуття невизначеності та невдачі, неможливість прийняття рішення тощо.

Одним з перших у психології феномени страхів та тривог почав аналізувати З. Фрейд. Відтоді багатьма науковцями тривога розглядається як різновид страху. Відповідно, одним із завдань практичної психології постає подолання тривоги, що у свою чергу, може бути кроком у профілактиці невротичних розладів.

Особливо важливим у всі періоди розвитку дитини є позитивний емоційний контакт з батьками. Вагомим чинником останнього є психологічний (емоційний) стан самих батьків, адже відомо, що існує тенденція його переносу на стосунки з дитиною. Багато науковців підкреслювали необхідність створення атмосфери сімейної теплоти при вихованні дитини. Від того, чи зможуть батьки відчувати та розуміти зміни, що відбуваються з їх дитиною (та, відповідно до цього, змінювати свої стосунки з нею), буде залежати той позитивний емоційний контакт з дитиною, що є основою її психічного здоров'я.

Якщо в дошкільному віці дітей переважають страх і тривогу, зумовлені інстинктом самозбереження, то в підлітковому віці тривога пов'язана з загрозою соціальному благополуччю – у контексті стосунків індивіда з оточуючими людьми. Тому страх і боязливість властиві переважно дошкільнятам, а тривога і тривожність – підлітковому віку. Тривожність у підлітковому віці посилюється страхом «бути не тим», кого люблять, розуміють, поважають, тобто не відповідати соціальним вимогам найближчого оточення. Часто тривожність з'являється у підлітка при завищеній самооцінці,

сформованій батьківськими очікуваннями. Як правило у підлітків, які бояться відповідей біля дошки, виникає тривога, в основі якої лежить страх зробити помилку, бути осміяним. Підліткова проблема «бути собою серед інших» проявляється як невпевненість в собі, так і невпевненість щодо інших. Невпевненість породжує настороженість, підозрілість, що перетворюється в недовірливість, упереджене ставлення у стосунках з людьми.

Діагностика рівня тривожності особистості, що виникає здебільшого внаслідок посилення негативного емоційно-ціннісного ставлення дитини (підлітка) до різних аспектів життя, має бути невід'ємною складовою роботи практичних психологів. Саме тенденція переходу від тривоги (як стану) до тривожності (як стійкого особистісного утворення) є небезпечним симптомом порушення адаптації дитини до навколишнього світу. Високотривожні особистості схильні сприймати загрозу своїй самооцінці та життєдіяльності в широкому діапазоні ситуацій і реагувати досить напружено, вираженим станом тривоги. І якщо психодіагностика виявляє високий рівень особистісної тривожності досліджуваного, це дає підставу передбачати наявність негативних емоційних станів у різноманітних ситуаціях, особливо, коли вони стосуються оцінки компетентності та престижу індивіду.

Таким чином, феномен тривоги вимагає серйозного вивчення, щоб вчасно почати ряд відповідних заходів, і не допустити її зростання і переходу в стійку особистісну рису, яка гальмує активність і впевненість у собі, перешкоджає повноцінному спілкуванню з оточуючими людьми. Відповідно, у проблемі подолання тривожності можна виокремити два аспекти: проблема оволодіння тривоگوю як станом, зняття її негативних наслідків та проблема подолання тривожності як відносно стійкого утворення. В подоланні тривожності дітей та підлітків основне значення приділяється правильному ставленню батьків до дитини: створення в сім'ї атмосфери емоційної захищеності, довіри, правильних вимог, а також індивідуальному підходу з боку вихователів і вчителів. Практика психологічної корекції дітей і підлітків з високим рівнем тривожності показала, що тривожність важко

коригувати, але можливо і потрібно змінювати ставлення тривожної дитини до навколишнього світу.

Самкова О. М., Цілінко І. О., Вторський С. І.

ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС СЛУЖБИ

Для проходження дійсної військової служби у Збройних силах України призивається самий здоровий контингент молодих людей нашої країни. Це передбачає несення служби не тільки в звичайних, але і в екстремальних умовах життєдіяльності. Сучасні уявлення про психологічні та соціально-психологічні наслідки екстремальних впливів на військовослужбовців традиційно розглядаються в двох основних напрямках: по-перше, з точки зору їх впливу на ефективність бойової діяльності; по-друге, з точки зору збереження психічного здоров'я солдатів.

Військова служба пов'язана з великою кількістю стресових факторів. Особливо сильно їх вплив проявляється на ранніх етапах служби призовників та військових, службовців за контрактом. Якщо військова діяльність як професійна сфера передбачає певну особистісну, фізичну і освітню підготовку, яка знижує рівень стресу служби, то призовники до нових умов життя часто виявляються не готові, в результаті чого процес їх адаптації до строкової служби проходить неуспішно і в ряді випадків закінчується захворюваннями і невротичними розладами (Ярошок Ю., 2016).

Ситуація, що склалася, вимагає розвитку особистісних ресурсів для успішної адаптації і, в першу чергу, це належить до саморегуляції і самоконтролю особистості. За В. Моросановою, саморегуляція є індивідуальний спосіб людини планувати і програмувати досягнення життєвих цілей, враховувати значущі зовнішні і внутрішні умови, оцінювати результати і коригувати свою активність для досягнення суб'єктивно-прийнятних результатів (Моросанова В., 2002).