

онлайн опитування); змагальної діяльності (електронні олімпіади, вікторини, різноманітні конкурси, фестивалі); співробітництва (телекомунікаційні проекти зі спільного розв'язання проблем); продуктивного спілкування (телеконференції, тематичні чати, обговорення на форумах) [3].

Виокремлюючи низку характерних рис особистості, що перебуває в Інтернеті слід зазначити наступне: пошук інформації займає мінімальний час, що наближує до безпосереднього темпу мислення людини; необмежений доступ до даних значно покращує процеси пам'яті; можливість масової комунікації в реальному часі, що спричиняє активізацію почуття внутрішньої свободи особистості; культ суб'єктивної публічної людини – сміливе висловлення власних думок та прагнення захищати свою точку зору (основою є анонімність як гарантія особистої безпеки); мережеві структури об'єднують їх користувачів у цілісний організм: з'являється ілюзія рівності.

Узагальнюючи ці характеристики, можна говорити про феномен мережевого мислення як такого, що враховує взаємодію підсистем світу і відрізняється специфічними характерологічними особливостями особистості [5].

Таким чином, середовище, яке наповнює уже добре відомий нам компонент, а саме Інтернет здатне впливати на формування як позитивних якостей так і негативних якостей та установок особистості в процесі її розвитку. Звісно, сучасні умови життя не дозволять нам повністю ізолювати людину від цього впливу, проте інтенсивне дослідження даної тематики дозволить контролювати процес надходження інформації та її засвоєння, шляхом розділення корисної інформації із тією яка приносить шкоду та виробляє формування неправильних звичок та установок. Основну роль у цьому повинно відігравати найближче оточення індивіда, її родина, сім'я, друзі та знайомі. Що стосується дитячого розвитку, тут важливий контроль зі сторони старших, батьків та вчителів, що дають об'єктивну оцінку інформації та знають шляхи нейтралізації. Аби це ставало прогресивнішим важливо виробити працюючі механізми обмеження доступу до сайтів для різних вікових категорій та законодавчо підкріпити відповідальність власників сайтів за зміст розташованих інформаційних матеріалів.

Література

1. Бабанин Л. Н. Исследование понятийного мышления в общении, опосредствованом компьютером. *Образовательные технологии и общество*. 2007. Т. 10, № 2. 55. 76 с.
2. Кузнецова Ю. М. Психология жителей Интернета. М. : Издательство ЛКИ, 2011. 224 с.
3. Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения: В 2-х т. Т. 2. М. : Педагогика, 1983. 320 с.
4. Тихомиров О. К. Психология мышления. М. : Издат. Центр «Академия», 2002. 228 с.
5. Фельдман А. Клиповое мышление. URL : <http://www.ruskolan.xpomo.com/tolpa/clip.htm>

УДК 159.96

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТРИВОЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ

А. С. Чернега

Проблема тривожності є однією з найгостріших проблем сьогодення. Серед негативних переживань людини тривожність займає особливе місце, часто вона приводить до зниження працездатності, продуктивності діяльності, до труднощів в спілкуванні. Людина з підвищеною тривожністю згодом може зіткнутися з різними соматичними

захворюваннями. Рівень тривожності в сучасних стресових та екологічно несприятливих зовнішніх умовах стає одним з визначальних чинників у становленні особистості підлітка. У наш час збільшилася кількість тривожних дітей, які відрізняються підвищеною неспокійністю, невпевненістю, емоційною нестійкістю. Результати досліджень свідчать, що порівняно з минулим десятиліттям не тільки збільшилася кількість тривожної молоді, а й змінилися форми їх тривожності. Тривожність «подорослішала» тому, ця проблема є актуальною в наш час.

Саме підліткова тривожність, як відзначають багато дослідників і практичних психологів, лежить в основі цілого ряду психологічних труднощів, в тому числі багатьох порушень розвитку, приводом для звернення у психологічну службу. Тривожність розглядається як показник «преневротичного стану», її роль надзвичайно висока і в порушеннях поведінки, таких, наприклад, як делінквентність і адиктивна поведінка [2]. Тривожність також впливає і на успішність навальної діяльності школярів, так як тривожним дітям важче досягати своєї мети, проявляти свої знання та уміння.

Дослідженням проблеми тривожності у різних аспектах займалися такі вчені як І. Кон, Ф. Райс, Д. Фельдштейн, М. Прихожан, К. Азарт, Л. Лепіхова, В. Шапалов, М. Амонашвілі, Є. Ільїн. Існують теоретичні концепції зарубіжних дослідників С. Холла, Е. Шпрангера, Ш. Бюллер, Е. Штерна, Е. Еріксон, Ж. Піаже та радянські дослідники Л. С. Виготського, Д. Б. Ельконіна, Л. І. Божович, І. В. Дубровіна.

Підлітковий вік – це перехідний період від дитинства до дорослості, сутність якого полягає у втраті дитячого статусу та прагненні досягти статусу дорослої людини. Частим явищем у період підліткового віку є підвищена тривожність. Оскільки серед негативних переживань людини тривожність займає особливе місце, часто вона призводить до зниження працездатності, продуктивності діяльності, до труднощів у спілкуванні. У стані тривоги підліток, як правило, переживає не одну емоцію, а деяку комбінацію різних емоцій, кожна з яких впливає на його соціальні взаємини, на його соматичний стан, на сприйняття, мислення, поведінку [4].

Тривожність на думку К. Ізарда [3] складається із домінантної емоції страху та її взаємодії з однією або кількома фундаментальними емоціями: стражданням, гнівом, провинною, соромом та інтересом. При підвищеному рівні тривожності з'являється дратівливість, нетерплячість, а у випадку помилок у діяльності – прагнення пояснити їх зовнішніми причинами. Описуючи вплив тривожності на мотиваційну сферу, зазначають, що тривожність може шкодити процесу цілепокладання, оскільки активізує дію захисних механізмів психіки.

У деяких дослідженнях тривожність розглядають як реакцію на соціальні впливи за певних індивідуальних психофізіологічних властивостей, а також як таку, що може виникати під час різних психосоматичних захворювань. Е. Г. Ейдемільер тривожність визначає як емоційний стан, який виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки і проявляється в очікуванні недоброзичливого розвитку подій [1].

Слід наголосити на тому, що тривожність, складає одну з найважливіших проблем підліткового віку, оскільки вона посилюється у зв'язку із залежним становищем підлітка, який вважає себе дорослим і вступає у конфронтацію зі світом. Звичайно, тривожність може пов'язана і з діяльністю нервової системи. Згідно з ученням І. П. Павлова, індивідуальні особливості поведінки, динаміка перебігу психічної діяльності залежить від індивідуальних відмінностей у діяльності нервової системи [5].

Прояви тривожності у дітей, зокрема підлітків, можуть бути соматичними й поведінковими. Соматичні прояви стосуються змін у внутрішніх органах, системах організму дитини: прискорене серцебиття, нерівне дихання, тремтіння кінцівок, скутість рухів, може підвищуватися тиск, виникати розлади шлунка тощо. На поведінковому рівні прояви підвищеної тривожності ще більш різноманітні й непередбачувані. Вони можуть коливатись від повної апатії і безініціативності до демонстративної жорстокості. Тому агресивність та жорстокість така поширена у підлітків, вона виникає як захисний механізм від підліткових проблем. Так само у будь-якому класі є агресори та пасивні, безініціативні підлітки.

Тривожність підлітка часто порушує його нормальне життя, нерідко виступає причиною порушення соціальних зв'язків з навколишніми, низьким рівнем успішності у школі. Внутрішній суперечливий стан дитини може бути викликаний: суперечливими вимогами до неї, що походить з різних джерел, неадекватними вимогами, які не відповідають можливостям і бажанням дитини, негативними вимогами, які ставлять дитину в принижене, залежне становище. Підліток, який не може відповідати вимогам, стає ще більш тривожним, зануреним у себе, у нього, як вже було зазначено, відбувається порушення соціальних зв'язків з навколишніми, що є вкрай важливими для підліткового віку. Стосунки з товаришами перебувають у центрі життя підлітка, багато в чому визначаючи решту аспектів його поведінки й діяльності [5]. У дослідженнях тривожності підлітка вчені доводять, що вона негативно впливає на багато сфер життя підлітка: вона порушує успішність навчання, соціальні зв'язки, порушує соматичний стан підлітка, а згодом може призвести і до соматичних хвороб.

Отже, ми можемо стверджувати, що тривожність – це індивідуальна психологічна особливість, яка виявляється у схильності людини до частих та інтенсивних переживань стану тривоги. Доведено, що між тривожністю та різними сферами життя підлітка існує взаємний вплив. Також на тривожність підлітка впливають різні особливості індивіда – його фізіологічна опірність стресу, індивідуальні відмінності у діяльності нервової системи тощо. Підлітковий вік вважається важким та переломним у житті людини, у неї є багато внутрішніх конфліктів, складнощів у спілкуванні, відбувається конфлікт між людиною і усім світом. Перспективи подальших досліджень з даної проблеми мають полягати в уточненні особливостей підліткової тривожності та її вплив на різні сфери життя підлітка. Особлива увага повинна бути звернена на способи зниження підліткової тривожності.

Література

1. Бастун Н. Індивідуальний підхід до учнів з високою тривожністю. Шестирічки в школі. Київ: Ред. загальнопед. газ., 2004.
2. Гончаренко Т. Тривожна дитина. *Психолог.* 2004. № 5. С. 4–5.
3. Ізард К. Е. Психологія емоцій. СПб. : Пітер, 2011. 461 с .
4. Крайг Г., Бокум Д. Психологія розвитку. СПб. : Пітер, 2012. 940 с.
5. Пересадчак О. Фактори впливу на розвиток дитячої тривожності. *Психолог.* 2003. № 2. С. 6–9.