

ные военнослужащие требуют особого контроля и внимания со стороны психолога части.

**Заключение.** Психическая адаптация – приспособленность человека как личности к условиям существования в обществе в соответствии с требованиями социума и с собственными потребностями, мотивами, интересами.

Что касается определения нервно-психической неустойчивости, то прежде всего необходимо оценивать склонность личности к срывам нервной системы при значительном психическом и физическом напряжении, что наиболее характерно для периодов кардинальной смены условий деятельности непосредственно связано с процессом адаптации.

В ходе проведения исследования было установлено, что у большинства военнослужащих срочной службы первого периода 103-й гвардейской отдельной мобильной бригады ВС РБ процесс адаптации протекает тяжело. Возможны нервно-психические срывы, длительные нарушения функционального состояния.

По окончании исследования командирам подразделений даны рекомендации по профилактике нервно-психической неустойчивости и рекомендации по поводу проведения необходимых мероприятий в течение первичной адаптации военнослужащих срочной службы.

#### **Список использованной литературы:**

1. Маклаков, А.Г. Психология и педагогика. Военная психология: учебное пособие для вузов / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер. – 2007. – 467 с.
2. Лебедева, В.А. Психология сегодня / В.А. Лебедева // Материалы X регион. студ. науч.-практ. конф., Екатеринбург.: ГОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т» Екатеринбург. – 2008. – 254 с.

**Воробьева Е.Г.** (Научный руководитель – Кияшко Д.Ю.,  
канд. психол. наук, доцент)

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ТРЕВОЖНОСТИ И СТРАХОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ**

**Введение.** На сегодняшний день к проблемам детской тревожности и страхов существенно возрос научный интерес. Обусловлено это тем, что наличие тревожности и страхов может явиться причиной нарушения личностного развития в дошкольный период. Исследованиями данной проблемы занимались многие учёные. Это З. Фрейд, В. Франкл, Э. Эриксон, А. Захаров, Ю. Щербатых.

Большинство дошкольников сталкиваются с различными проблемами на протяжении всего дошкольного периода, что приводит к внутренней напряженности. Наиболее распространенным феноменом, приводящий к такой напряженности является тревожность, которая может привести как к позитивным, так и к негативным последствиям. Для ребенка крайне важно, кто его окружает, какое место он занимает среди сверстников.

Проблеме детских страхов уделяется пристальное внимание, ведь в современном мире огромное количество факторов, способствующих появлению и развитию детских страхов. Самостоятельно ребёнку тяжело справиться со своими

страхами. Поэтому своевременная диагностика и коррекция очень важна для дальнейшего психического благополучия ребёнка.

В связи с этой целью исследования является изучение психологических детерминант внутреннего напряжения дошкольников.

**Материал и методы.** Исследование было проведено на выборке воспитанников ГУО «Ясли-сад №36 г. Витебска». Всего в исследовании приняли участие 60 человек (30 девочек, 30 мальчиков) в возрасте 5–7 лет.

В ходе исследования были использованы следующие методики:

– методика выявления детских страхов «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М. Панфиловой;

– проективный тест детской тревожности «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен;

– тест-опросник родительского отношения А.Я. Варга, В.В. Столин.

**Результаты и их обсуждение.** Анализ результатов по проективному тесту детской тревожности «Выбери нужное лицо» показал, что мальчикам свойственен средний уровень тревожности. Он выявлен у 56,8% мальчиков. Низкий уровень тревожности, а именно индекс тревожности (ИТ) от 0 до 20 наблюдается у 8 мальчиков (26,6%). А высокий уровень тревожности характерен 5 мальчикам (16,6%).

У девочек также преобладает средний уровень тревожности. Он наблюдается у 60,1% опрошенных девочек. Низкий индекс тревожности выявлен у 7 девочек, что составляет 23,3%. А высокие показатели тревожности у 5 девочек (16,6%)

С помощью теста тревожности были диагностированы средние значения индекса тревожности. Исходя из результатов средних значений индекса тревожности мальчиков и девочек, можно сделать вывод, что уровень тревожности у обоих полов одинаковый – 30,66 и 29,96.

Для диагностики количества страхов у дошкольников мы использовали методику «Страхи в домиках». Анализ методики показал, что у девочек среднее количество страхов – 11,4, а у мальчиков – 7,8. Следует отметить, что недостаточное количество страхов наблюдается у мальчиков. В ходе исследования они отрицали наличие страхов, или отмечали их у себя в прошлом («я уже больной и ничего не боюсь», «я боялся, когда был маленьким»).

Также мы использовали «Тест-опросник родительского отношения» для диагностики родительского отношения.

По всем шкалам у родителей преобладают средние значения. Самые высокие показатели у отцов и матерей по шкале «Кооперация» – 4,5 и 4,53 соответственно. Данные указывают на то, что родители стремятся сотрудничать с дошкольником, проявляют с их стороны искреннюю заинтересованность и участвуют в делах ребёнка.

Самым низким средним показателем наблюдается по шкале «Отношение к неудачам». У женщин выявлено значение – 2,86, а у мужчин 3,26. Низкие баллы по этой шкале свидетельствуют о том, что родители верят в своего ребёнка, а неудачи считают случайными.

По шкале «Контроль» у матерей показатель выше, чем у отцов, но не превышает нормы. У мам наблюдается значение – 4,1, а у мужчин 3,34. Данные означают, что женщинам свойственен авторитарный стиль поведения в отношениях со своим ребёнком.

**Заключение.** Таким образом, анализ результатов исследования проявлений внутренней напряженности показал, что средние значения уровня тревожности не превышают нормы, но у 10 детей тревожность на высоком уровне.

Диагностика количества страхов даёт следующие результаты: у девочек среднее количество страхов – 11,4, а у мальчиков – 7,8, что соответствует возрастным нормам. По результатам методики «Тест-опросник родительского отношения» можно сделать вывод, что родителям в большей мере свойственно сотрудничать с ребёнком, проявлять с их стороны искреннюю заинтересованность и участвовать в делах ребёнка.

**Список использованной литературы:**

1. Акопян, Л.С. Атлас детских страхов / Л.С. Акопян. – Самара: СГПУ, 2003. – 172 с.
2. Коломинский, Я.Л. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника: учеб. пособие / Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько. – Минск: Айрис-пресс, 1997. – 237 с.
3. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. – Москва: Педагогика, 2000. – 198 с.

**Воронович Т.И.** (Научный руководитель – Циркунова Н.И., старший преподаватель)  
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

## **ОСОБЕННОСТИ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

**Введение.** В настоящее время нестабильные социально-экономические условия жизнедеятельности человека, высокий ритм жизни, уплотненность городов подвергают личность возрастающим информационным и эмоциональным нагрузкам, что сопровождается ростом тревожности и отрицательных психических состояний человека, в связи с чем обостряется проблема формирования и совершенствования способностей индивида к управлению собственными ресурсами, регуляции своих состояний, установлению равновесия между внешним влиянием, внутренним состоянием и формами поведения. Особенно проблема саморегулирования касается подростков, возрастные особенности которых характеризуются повышенной возбудимостью, импульсивностью, неуравновешенностью, совершением необдуманных действий и поступков [1, с. 94].

Актуальность работы заключается в необходимости организационной целенаправленной психолого-педагогической деятельности по формированию саморегуляции психических состояний подростков, поскольку умение человека регулировать свое состояние, управлять своим поведением в различных ситуациях является важным показателем зрелости личности, от чего во многом зависит успешность ее в процессе жизнедеятельности.

**Материал и методы.** Исследование проводилось в Республике Беларусь, на базе ГУО «Средняя школа №38 г. Витебска». В исследовании принимали участие учащиеся 8 «Б» класса. В эмпирической части исследования был использован психодиагностический метод с применением методики В.И. Моросановой «Стилевая саморегуляция поведения человека». Данная методика предназначена для диагностики развития индивидуальной саморегуляции и ее индивидуального профиля, включающего в себя показатели планирования, программирования, моделирования, оценки результатов.