**Петренко, Вікторія Євгеніївна. Психологічна корекція тривожності старшокласників різних типів загальноосвітніх навчальних закладів : автореферат дис. … канд. психол. наук : 19.00.07 / В. Є. Петренко ; наук. кер. Л. В. Долинська ; М-во освіти і науки України ; Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. – К., 2015**

НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

імені М. П. ДРАГОМАНОВА

На правах рукопису

**Петренко Вікторія Євгенівна**

УДК 373.5.015.3:159.942.5 (043.3)

**ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ РІЗНИХ ТИПІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Дисертація

на здобуття наукового ступеня

кандидата психологічних наук

Науковий керівник –

Долинська Любов Василівна,

кандидат психологічних наук, професор

Київ – 2015

**ЗМІСТ**

**ВСТУП**…………………………………………………………………………………….4

**РОЗДІЛ 1**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФЕНОМЕНУ**……………………………………………11

1.1. Основні аспекти дослідження проблеми тривожності у вітчизняній та зарубіжній психології……………………………………………………………………11

1.2. Вікові особливості прояву тривожності…………………………………………. .31

1.3. Чинники виникнення тривожності………………………………………………...44

1.4. Психологічні підходи до корекції тривожності особистості…………………….57

Висновки до першого розділу…………………………………………………………..66

**РОЗДІЛ 2**

**ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ТА ЧИННИКІВ ВИНИКНЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ У СТАРШОКЛАСНИКІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ РІЗНИХ ТИПІВ**................69

2.1. Методичні підходи до вивчення тривожності учнів різних типів загальноосвітніх навчальних закладів………………………………………………….69

2.2. Психологічні особливості тривожності та чинники її прояву в учнів загальноосвітніх шкіл……………………………………………………………………86

2.3. Психологічні особливості тривожності та чинники її прояву в учнів гімназій та ліцеїв…………………………………………………………………………………….103

2.4. Порівняння особливостей прояву та чинників виникнення тривожності в учнів різних типів загальноосвітніх навчальних закладів………………………………….120

Висновки до другого розділу…………………………………………………………..140

**РОЗДІЛ 3**

**ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ У СТАРШОКЛАСНИКІВ ГІМНАЗІЙ ТА ЛІЦЕЇВ**……………………………………………………………….142

3.1. Теоретичне обґрунтування корекційної роботи зі зниження рівня тривожності старшокласників………………………………………………………………………..142

3.2. Змістові та процесуальні аспекти формувального експерименту щодо оптимізації рівня тривожності у старшокласників гімназій та ліцеїв………………..…………………………………………………………………...151

3.3. Результати впровадження програми корекційної роботи щодо оптимізації рівня тривожності у старшокласників гімназій та ліцеїв…………………………………..169

Висновки до третього розділу…………………………………………………………187

**ВИСНОВКИ**…………………………………………………………………………....190

**СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**……………………………………...193

**ДОДАТКИ**……………………………………………………………………………...214

**ВСТУП**

**Актуальність теми дослідження.** Формування всебічно розвинутої, освіченої, спроможної продуктивно працювати у нестандартних ситуаціях людини визначає майбутнє держави та відображено в усіх законах, пов’язаних з реформуванням освіти в сучасній Україні. Якісна освіта передбачає засвоєння великого обсягу нових знань, умінь та навичок, що призводить до зростання навчального навантаження в закладах освіти, зокрема, в гімназіях та ліцеях, учні яких спрямовані на вступ до престижних вузів, відвідують різноманітні курси, займаються з репетиторами, що вимагає значних зусиль і напруження та зумовлює виникнення тривожності – спочатку як ситуативного стану, а за умови його багаторазового повторення – як стійкої риси особистості.

Загальнотеоретичні аспекти проблеми тривоги та тривожності досліджували Л. Божович, Г. Габдреєва, Н. Імедадзе, М. Кляйн, Л. Костіна, Д. Кузнєцов, М. Левітов, О. Х. Маурер, Р. Мей, У. Морган, А. Парафіян, А. Прихожан, Ч. Д. Спілбергер, Дж. Уотсон, А. Фрейд, З. Фрейд, Ю. Ханін, А. Шалін.

Питання вікової динаміки розвитку тривожності висвітлюється в роботах І. Дубровіної, О. Захарова, Є. Калюжної, В. Кисловської, Б. Кочубея, О. Малкової, О. Новікової, Т. Ольховецької, Н. Пасинкової.

Чинники виникнення тривожності як стійкої риси особистості досліджували Ю. Александровський, В. Астапов, Л. Бороздіна, К. Броннер, В. Вілюнас, С. Гроф, Ю. Зайцев, Ю. Клепач, Д. МакКлеланд, О. Ранк, К. Роджерс, Г. Салліван, К. Сидоров, Б. Філліпс, К. Хорні, І. Ясточкіна.

Питання зниження високого рівня тривожності на різних етапах розвитку, розробки програм та прийомів корекційного впливу достатньо широко представлене у психологічній літературі. Так, над проблемами подолання страхів та зниження тривожності у дітей дошкільного віку працювали В. Голутвіна, Н. Карпенко, Л. Костіна, О. Лютова, Л. Макшанцева, Г. Моніна, Т. Ольховецька, А. Орлов, Е. Савіна. Питання психологічної корекції тривожності та страхів молодших школярів висвітлено в працях С. Васьковської, Ж. Гордєєвої, І. Дубровіної, З. Кісарчук, Т. Костяк, А. Мікляєвої, Р. Овчарової, Я. Омельченко, П. Румянцевої, О. Скляренко, С. Ставицької. Питання зниження високого рівня тривожності у підлітків висвітлюється в працях Л. Анн, А. Горміна, Є. Калюжної, Г. Мамадалієвої, А. Прихожан, Є. Рогова, О. Ружинської, Г. Свідерської, М. Сисуна, О. Хухлаєвої, Н. Шевченко. Проблемі корекції тривожності в ранньому юнацькому віці присвячена незначна кількість праць (С. Водяха, І. Гаранькова, Ю. Зайцев, Ю. Клепач, В. Крайнюк, І. Ясточкіна), виконаних переважно на базі загальноосвітніх шкіл. В поодиноких дослідженнях, вибірку яких складають учні гімназій та ліцеїв, особливості прояву тривожності висвітлюються побіжно, в зв'язку з соціальним статусом (Ю. Зайцев) чи особливостями сімейних стосунків (Ю. Клепач), або ж дані про її рівні наводяться без порівняння з даними учнів, що навчаються в закладах інших типів (А. Гормін).

Незважаючи на наявність окремих робіт, в яких прямо чи опосередковано висвітлюються особливості прояву тривожності у старшокласників гімназій та ліцеїв, загальна специфіка її розвитку та функціонування у вищезазначеної категорії учнів залишається поза увагою вчених. Зокрема, відсутні дані щодо порівняння особливостей прояву та чинників виникнення тривожності у старшокласників загальноосвітніх навчальних закладів різних типів, що унеможливлює побудову ефективних програм психологічної корекції, призначених для учнів гімназій та ліцеїв.

Таким чином, соціальна значущість проблеми та її недостатнє дослідження в психолого-педагогічній літературі обумовили вибір теми дослідження: **“Психологічна корекція тривожності старшокласників різних типів загальноосвітніх навчальних закладів”**.

**Зв’язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Тема входить до плану науково-дослідних робіт кафедри психології Інституту філософської освіти і науки Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова за напрямом “Теорія та технологія навчання та виховання у системі народної освіти” і затверджена Вченою радою університету (протокол № 4 від 29 листопада 2012 року) та узгоджена Міжвідомчою радою з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні НАПН України (протокол № 1 від 29 січня 2013 року).

**Мета дослідження** полягала в теоретичному та експериментальному вивченні особливостей прояву та чинників виникнення тривожності у старшокласників різних типів загальноосвітніх навчальних закладів, обґрунтуванні, розробці та апробації на основі отриманих даних програми зниження високого рівня тривожності в учнів старших класів гімназій та ліцеїв.

Основу нашого дослідження складає *припущення* щодо вищого, порівняно з учнями загальноосвітніх шкіл, рівня тривожності старшокласників гімназій та ліцеїв, що зумовлюється рядом психологічних чинників, специфічних для зазначеної категорії учнів, та можливість оптимізації даної риси шляхом впровадження комплексної програми роботи з учнями, вчителями та батьками з урахуванням виявлених чинників та особливостей.

На підставі мети та гіпотези нами були сформульовані такі **завдання** дослідження:

1. Визначити теоретичні підходи до вивчення проблеми тривожності, її специфіки та особливостей розвитку у ранньому юнацькому віці.

2. Експериментально виявити та порівняти особливості прояву тривожності у старшокласників різних типів загальноосвітніх навчальних закладів.

3. Визначити специфічні чинники виникнення тривожності у старшокласників гімназій та ліцеїв.

4. Створити модель та обґрунтувати, розробити і апробувати програму психологічної корекції тривожності у старшокласників гімназій та ліцеїв, сформулювати практичні рекомендації старшокласникам, вчителям та батькам.

**Об’єкт дослідження** – особистісна тривожність старшокласників.

**Предмет дослідження** – психологічна корекція тривожності старшокласників різних типів загальноосвітніх навчальних закладів.

**Теоретико-методологічну основу** дослідження склали положення психологічної науки про розвиток особистості в онтогенезі (Л. Виготський, О. Леонтьєв, С. Максименко, С. Рубінштейн та інші), особливості та закономірності розвитку в ранньому юнацькому віці (Л. Божович, Б. Волков, І. Дубровіна, Е. Еріксон, І. Кон, Г. Крайг, В. Мухіна, Ф. Райс, Х. Ремшмідт, Д. Фельдштейн, Г. Шихі та інші), уявлення про сутність тривожності (В. Астапов, Л. Божович, Н. Імедадзе, С. Кьєркегор, Н. Левітов, О. Х. Маурер, Р. Мей, А. Прихожан, Ч. Д. Спілбергер, З. Фрейд, Ю. Ханін, К. Хорні та інші), вчення про емоції та їх вплив на діяльність (Л. Аболін, К. Ізард, В. Марищук та інші), основні положення особистісно-орієнтованого підходу (І. Бех, І. Булах та інші), положення когнітивно-поведінкового підходу до психологічної корекції (А. Бек, А. Елліс та інші), концепція інтегральної індивідуальності (В. Мерлін), положення про можливість змін окремих властивостей особистості за стислий проміжок часу засобами активного соціально-психологічного навчання (І. Вачков, Ю. Ємельянов, В. Захаров, С. Макшанов, Г. Марасанов, Л. Петровська, С. Петрушин, К. Рудестам, К. Фопель, Т. Яценко та інші).

**Методи дослідження**: *теоретичні:* аналіз, класифікація, систематизація, порівняння та узагальнення даних теоретичних та експериментальних досліджень; *емпіричні:* анкетування, спостереження, індивідуальні бесіди, тестування, констатувальний та формувальний експеримент; *методи математичної статистики:* кореляційний аналіз за критерієм Пірсона, порівняльний аналіз – за t-критерієм Стьюдента. Обробку експериментально отриманих даних здійснено за допомогою комп’ютерної програми Statistica 6.0.

На різних етапах дослідження було використано наступні *психодіагностичні методики:* для дослідження рівня прояву тривожності: “Шкала особистісної та ситуативної тривожності” Ч. Спілбергера, Ю. Ханіна, проективна методика “Неіснуюча тварина”; для дослідження особистісних чинників тривожності: методика “Вивчення особливостей Я-концепції” (Е. Пірс, Д. Харліс, адаптована А. Прихожан), “Ставлення до минулого, теперішнього та майбутнього” (А. Прихожан), методика визначення відповідальності (М. Савчин); для дослідження адаптаційних чинників тривожності: “Діагностика рівня суб’єктивного контролю” (Дж. Роттер), “Шкала соціально-психологічної пристосованості” (К. Роджерс, Р. Даймонд, адаптована Т. Снегірьовою); для дослідження мотиваційних чинників тривожності: методика дослідження самооцінки та рівня домагань Т. Дембо – С. Рубінштейн (модифікація А. Прихожан), методика “Вимірювання мотивації афіліації” (А. Мехрабіян, модифікована М. Магомед-Еміновим), методика “Вимірювання мотивації досягнення” (А. Мехрабіян, модифікована М. Магомед-Еміновим), методика “Мотиви вибору професії”.

**Вірогідність та надійність результатів дослідження** забезпечувались репрезентативністю вибірки досліджуваних, поєднанням кількісного та якісного аналізу отриманих даних, застосуванням методів математичної статистики.

**Експериментальна база дослідження.** Дослідницько-експериментальна робота виконувалась на базі загальноосвітніх шкіл № 6, 22, 24, 31, 42, ліцеїв № 1, 3, гімназії №5 м. Чернівці, Вижницької гімназії та Глибоцького ліцею Чернівецької області. В експерименті взяли участь 360 учнів 10-11-тих класів віком від 15 до 17 років, зокрема, у констатувальному експерименті – 300 учнів, у формувальному – 60 учнів 10-тих класів віком 15-16 років.

Дослідження виконувалось в три етапи (пошуковий, дослідницько-експериментальний, узагальнюючий) впродовж 2012 – 2015 років.

**Наукова новизна і теоретичне значення дослідження** полягають в тому, що:

*- вперше виявлено* особливості прояву тривожності у старшокласників гімназій та ліцеїв, визначено рівні прояву тривожності в учнів гімназій та ліцеїв (високий, середній, низький), здійснено порівняльну характеристику та доведено переважання в учнів гімназій та ліцеїв високого рівня тривожності, експериментально досліджено та здійснено порівняльний аналіз чинників виникнення тривожності у старшокласників різних типів загальноосвітніх навчальних закладів, визначено специфічні чинники виникнення тривожності, притаманні контингенту учнів гімназій та ліцеїв (значна різниця між самооцінкою та рівнем домагань, мотив уникання невдачі), створено модель та програму психологічної корекції високого рівня тривожності у старшокласників гімназій та ліцеїв, побудовану на основі особистісно-орієнтованого підходу, когнітивно-поведінкового підходу, концепції інтегральної індивідуальності та спрямовану на нівелювання дії виявлених чинників виникнення тривожності;

*- розширено, доповнено та уточнено* уявлення про психологічні чинники, що обумовлюють виникнення тривожності у ранньому юнацькому віці;

*-набули подальшого розвитку* знання про специфіку прояву тривожності у ранньому юнацькому віці.

**Практичне значення дослідження** полягає у тому, що пакет психодіагностичних методик та розроблена автором програма оптимізації високого рівня тривожності можуть бути використані психологами гімназій та ліцеїв для проведення психокорекційної роботи. Розроблені практичні рекомендації можуть прислужитись учням старших класів як засіб самопізнання та самовдосконалення, їх вчителям та батькам – як спосіб налагодження взаємодії з юнаками та дівчатами. Теоретичні положення, що висвітлені в дисертаційному дослідженні, можуть доповнити зміст навчальних курсів “Вікова психологія”, “Психологія розвитку”, “Психологічна служба в системі освіти”, а також слугувати основою для розробки спецкурсу при підготовці майбутніх вчителів та психологів.

**Апробація та впровадження результатів дисертації.** Основні теоретичні положення та результати емпіричного дослідження доповідались та отримали схвалення на Міжнародних науково-практичних конференціях: “Особистість в сучасному світі: проблеми розвитку та психологічної допомоги” (Ніжин, 2013), “Психічний розвиток і навчання в історичній ретроспективі” (Київ, 2013), на всеукраїнських науково-практичних конференціях: “Розвиток просоціальної стратегії як основи морального становлення особистості” (Рівне, 2013), “Молодь, освіта, наука, культура і національна самосвідомість в умовах європейської інтеграції” (Київ, 2013-2015), на звітних науково-практичних конференціях викладачів та аспірантів НПУ імені М. П. Драгоманова (2013-2015) та засіданнях кафедри психології Інституту філософської освіти і науки НПУ імені М. П. Драгоманова (2013-2015).

Результати дисертаційного дослідження *впроваджено* в навчально-виховний процес Вижницької гімназії (довідка № 167 від 08.09.2015), Глибоцького ліцею (довідка № 231 від 02.09.2015), Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії (довідка № 590/1 від 14.09.2015), Чернівецького національного університету імені Ю. Федьковича (довідка № 17/15-3285 від 10.09.2015).

**Публікації.** Основні положення дисертаційного дослідження відображені у 11 публікаціях, з яких 4 статті у вітчизняних фахових виданнях, 1 – у зарубіжному фаховому виданні, 6 – в матеріалах конференцій.

**Структура дисертації.** Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, додатків та списку використаних джерел, що налічує 257 найменувань (9 з яких іноземною мовою). Основний зміст дисертації викладено на 180 сторінках та містить 32 таблиці та 17 рисунків на 33 сторінках. Загальний обсяг дисертації – 273 сторінки.

**ВИСНОВКИ**

У дисертації представлено теоретичне узагальнення та емпіричне дослідження проблеми психологічної корекції особистісної тривожності у старшокласників гімназій та ліцеїв, що виявилось у визначенні теоретичних підходів до проблеми, вивченні особливостей прояву тривожності у старшокласників різних типів загальноосвітніх навчальних закладів, виявленні психологічних чинників особистісної тривожності в учнів гімназій та ліцеїв, обґрунтуванні і розробці моделі та апробації програми оптимізації тривожності у старшокласників гімназій та ліцеїв, формулюванні ряду практичних рекомендацій для батьків, педагогів та учнів гімназій та ліцеїв.

1. Тривожність як особистісна якість проявляється рядом фізіологічних, афективних і поведінкових реакцій та впливає на загальний емоційний стан, організацію поведінки і діяльності. Залежно від інтенсивності та тривалості переживань може бути як ситуативною, так і особистісною. Особистісна тривожність визначається як схильність індивіда до частого та інтенсивного переживання тривоги в поєднанні з низьким порогом виникнення реакції тривоги та характеризується яскраво вираженою віковою специфікою, що проявляється у її змісті, джерелах, формах прояву та компенсації. Тривожність в ранньому юнацькому віці зумовлюється сукупністю зовнішніх та внутрішніх чинників, в тому числі організацією навчально-виховного процесу, зокрема, типом загальноосвітніх навчальних закладів, що відрізняються за інтенсивністю навантаження, спрямованістю на вибір життєвого шляху, рівнем вимог до учнів.

2. Виявлений високий рівень особистісної тривожності в ранньому юнацькому віці зумовлюється наступними психологічними чинниками: особистісними (дисгармонійне самоставлення, суперечливе ставлення до власного минулого, теперішнього та майбутнього, неадекватна самооцінка), адаптаційними (переважання екстернального локусу контролю, соціально-психологічна дезадаптованість) та мотиваційними (суперечливий рівень домагань, мотиви афіліації, мотиви досягнення). Тривожність учнів загальноосвітніх шкіл та учнів гімназій та ліцеїв значно відрізняється за показниками рівнів прояву та специфікою дії психологічних чинників, що її викликають. Так, частка високотривожних старшокласників у групі учнів гімназій та ліцеїв є вдвічі більшою за аналогічний показник у групі учнів загальноосвітніх шкіл. При цьому високий рівень тривожності у старшокласників загальноосвітніх шкіл зумовлюється особистісними, адаптаційними та мотиваційними чинниками, тоді як для учнів гімназій та ліцеїв провідними є особистісні та мотиваційні чинники.

3. Специфічними чинниками виникнення тривожності для старшокласників гімназій та ліцеїв є значна різниця між самооцінкою та рівнем домагань (поєднання високого та дуже високого рівня домагань з низькою та середньою самооцінкою) та переважання мотиву уникання невдачі. Виявлення вищезгаданих чинників зумовлює необхідність формування системи корекційних заходів з оптимізації тривожності старшокласників, які навчаються у гімназіях та ліцеях, з урахуванням психологічних особливостей зазначеної категорії учнів.

4. Теоретичним підґрунтям формувального експерименту з оптимізації тривожності учнів гімназій та ліцеїв є положення особистісно-орієнтованого підходу про особистісне зростання як процес поєднання в свідомості людини універсальної та індивідуальної систем цінностей, остання з яких створюється сукупністю вчинків особистості; положення когнітивно-поведінкового підходу, згідно з яким оптимізація тривожності можлива шляхом розвитку “виконавської компетентності” щодо ситуацій, в яких вона найчастіше проявляється; концепції інтегральної індивідуальності, за якою змістові властивості особистості, що відображають ставлення людини до себе та світу, формуються в процесі розвитку, взаємодіють між собою та можуть змінюватись внаслідок спрямованого впливу, в тому числі і психологічної корекції.

5. Авторська модель оптимізації тривожності старшокласників гімназій та ліцеїв спрямована на зниження дії основних чинників її виникнення (оптимізацію рівня самоставлення, зміну типу ставлення до минулого, теперішнього та майбутнього, перерозподіл відповідальності, зменшення впливу мотивів страху відторгнення та уникання невдачі, зменшення різниці між самооцінкою та рівнем домагань) та формування навичок опанування тривоги, включає в себе як здійснення корекційного впливу безпосередньо в групі старшокласників засобами активного соціально-психологічного навчання, так роботу з їх вчителями та батьками, спрямовану на забезпечення підтримки набутих змін в межах найближчого оточення.

6. Ефективність апробації та впровадження програми оптимізації тривожності у старшокласників гімназій та ліцеїв проявляється в суттєвому зниженні рівня тривожності та послабленні дії її чинників. Зокрема, після здійснення корекційного впливу в експериментальній групі частка старшокласників, у яких зафіксовано високий рівень тривожності, зменшилась вдвічі, натомість частка досліджуваних з середнім рівнем особистісної тривожності значно збільшилась. Також відзначається зменшення дії особистісних та мотиваційних чинників: зменшення у вибірці частки дуже високого та низького типів самоставлення, зміна типу ставлення до минулого, теперішнього та майбутнього, послаблення дії мотивів страху відторгнення та уникання невдачі, зменшення різниці між самооцінкою та рівнем домагань за рахунок зростання самооцінки. Це проявилось у ряді якісних змін в поведінці та установках старшокласників, зокрема, зростанні впевненості в собі, перерозподілі відповідальності за здійснення самостійного вибору, використанні альтернативних поведінкових паттернів у ситуаціях, що викликають тривогу.

Методичні рекомендації для учнів, вчителів та батьків, запропоновані в роботі, спрямовані на оптимізацію тривожності, закріплення набутих внаслідок корекційного впливу змін та особистісне зростання учнівської молоді.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів зазначеної проблеми. Подальшого вивчення потребують питання впливу найближчого оточення на формування рівня тривожності старшокласників, взаємозв’язку рівня прояву тривожності та конкретного профілю навчального закладу, особливостей прояву зазначеної якості залежно від статі, показників успішності та статусу учня серед однолітків.

**Список використаної літератури**

1. Аболин Л. М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / Л. М. Аболин. – Казань: Изд-во Казанского университета, 1987. – 261 с.

2. Александровский Ю. А. Пограничные психические расстройства / Ю. А. Александровский. – М.: Медицина, 1993. – 260 с.

3. Алхазишвили А. А. Исследования уровня тревожности в экспериментальном и обычном классах / А. А. Алхазишвили, Н. В. Имедадзе // Экспериментальные исследования по проблемам перестройки начального обучения. – Тбилиси, 1969. – C. 447-459.

4. Анастази А. Психологическое тестирование / А. Анастази, С. Урбина. – СПб.: Питер, 2005. – 688 с.

5. Андрійчук І. П. Формування позитивної Я-концепції майбутніх психологів : дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / І. П. Андрійчук. – НПУ імені М. П. Драгоманова. – К., 2002. – 208 с.

6. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками / Л. Ф. Анн. – СПб.: Питер, 2007. – 271 с.

7. Аракелов Г. Г. Психофизиологический метод оценки тревожности / Г. Г. Аракелов, Н. Е. Лисенко, Е. К. Шотт // Психологический журнал. – 1997. – № 2. – С. 102-113.

8. Артюхова Т. Ю. Психологические механизмы коррекции состояния тревожности личности: автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук: спец. 19.00.01 / Т. Ю. Артюхова. – Новосибирск, 2000. – 23 с.

9. Астапов В. М. Тревожность у детей / В. М. Астапов. – СПб.: Питер, 2004. – 224 с.

10. Астапов В. М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги / В. М. Астапов // Тревога и тревожность. – СПб.: Питер, 2001. – С. 156-165.

11. Бажин Е. Ф. Опросник уровня субъективного контроля / Е. Ф. Бажин, Е. А. Голынкина, А. М. Эткинд. – М.: Смысл, 1993. – 16 с.

12. Бек А. Техника когнитивной терапии / А. Бек // Консультативная психология и психотерапия. – 1996. – № 3. – C. 40-49.

13. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф. Б. Березин. – Л.: Наука, 1988. – 120 с.

14. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. – М.: Прогресс, 1986. – 449 с.

15. Бех І. Д. Виховання особистості. В 2 книгах. Книга 1. Особистісно-орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади / І. Д. Бех. – К.: Либідь, 2003. – 280 с.

16. Божович Л. И. Избранные психологические труды. Психология формирования личности / Л. И. Божович.– М., 1995. – 468 с.

17. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – СПб.: Питер, 2008. – 398 с.

18. Большой психологический словарь / Под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – СПб.: Прайм-Эврознак, 2002. – 672 с.

19. Бороздина Л. В. Теоретико-экспериментальное исследование самооценки : автореф. дис. на соискание науч. степени доктора психолог. наук / Л. В. Бороздина. – М.: МГУ, 1999. – 30 с.

20. Бороздина Л. В. Триада риска в онтогенезе / Л. В. Бороздина, О. В. Пукинска // Вопросы психологии. – 2010. – № 6. – С.24-32.

21. Бороздина Л. В. Увеличение индекса тревожности при расхождении уровней самооценки и притязаний / Л. В. Бороздина, Е. А. Залученова // Вопросы психологии. – 1993. – № 1. – С. 104-113.

22. Броннер К. Индустриальные последствия стресса / К. Броннер // Эмоциональный стресс. – Л., 1970. – С. 261-274.

23. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітка: монографія / І. С. Булах. – К.: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2003. – 340 с.

24. Вартанова И. И. Личность старшеклассника: мотивация и система ценностей / И. И. Вартанова // Вопросы психологии. – 2012. – № 3. – С. 3-11.

25. Васьковська С. В. Про дитячу тривожність / С. В. Васьковська // Початкова школа. – 1993. – № 9. – С. 8-11.

26. Васьковська С. В. Профілактика шкільної тривожності / С. В. Васьковська // Соціальна педагогіка і активність особистості: науково-методичне видання. За ред. В. Слюсаренка. – Суми: ВВП “Мрія” ЛТД, 1994. – С. 452-456.

27. Вачков И. В. Окна в мир тренинга. Методологические основы субъектного подхода к групповой работе / И. В. Вачков, С. Д. Дерябо. – СПб.: Речь, 2004. – 272 с.

28. Вачков И. В. Психология тренинговой работы. Содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы / И. В. Вачков. – М., Эксмо, 2007. – 416 с.

29. Вачков И. В. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников / И. Вачков, М. Битянова. – СПб.: Питер, 2009. – 192 с.

30. Венгер А. Л. Психологические рисуночные тесты: иллюстрированное руководство / А. Л. Венгер. – М.: Владос-Пресс, 2003. – 160 с.

31. Выготский Л. С. Собрание сочинений. В 6-ти т. Т.4. Детская психология / Л. С. Выготский. – М.: Педагогика, 1984. – 432 с.

32. Виховання здорового способу життя: тренінг для підлітків / Укл.: О. В. Головіна, О. С. Лісова. – Чернівці, 2003. – 66 с.

33. Вилюнас В. К. Психология эмоций / В. К. Вилюнас. – СПб.: Питер, 2006. – 496 с.

34. Водяха С. А. Коррекция тревожности в процессе формирования креативности в раннем юношеском возрасте : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / С. А. Водяха. – Казань, 2000. – 21 с.

35. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков / Г. В. Бурменская, Е. И. Захарова, О. А. Карабанова, А. Г. Лидерс. – М.: Академия, 2002. – 405 с.

36. Волков Б. С. Психология юности и молодости / Б. С. Волков. – М.: Академический проект: Трикста, 2006. – 256 с.

37. Габдреева Г. Ш. Формирование способности к самоуправлению психическим состоянием у студентов с высоким уровнем тревожности : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / Г. Ш. Габдреева. – М., 1990. – 25 с.

38. Гаранькова И. Ю. Тревожность школьников в условиях социально-экономического кризиса: от подросткового к юношескому возрасту : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.01 / И. Ю. Гаранькова. – Пермь, 2000. – 26 с.

39. Гарбузов В. Юность: возможности возраста / В. Гарбузов // Семья и школа. – 1988. – № 9. – С. 32-33.

40. Гинзбург М. Р. Личностное самоопределение как психологическая проблема / М. Р. Гинзбург // Вопросы психологии. – 1998. – № 2. – С. 19-27.

41. Глозман Ж. М. Личность и нарушения общения / Ж. М. Глозман. – М.: Изд-во МГУ, 1987. – 148 с.

42. Голутвина В. В. Как победить детские страхи: простые методики, которые помогут вашему ребенку ничего не бояться / В. В. Голутвина. – М.: Гелеос, 2008. – 256 с.

43. Гордєєва Ж. Тривожність молодших школярів у процесі адаптації до школи: шляхи та методи психокорекції / Ж. Гордєєва // Психолог. – 2009. – № 14. – С. 1-24.

44. Гормин А. С. Факторы формирования тревоги у подростков в инновационном учебном заведении : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / А. С. Гормин. – Новгород, 1997. – 24 с.

45. Грегг М.Ферс. Тайный мир рисунка. Исцеление через искусство / Грегг М.Ферс. – СПб.: Деметра, 2003. – 176 с.

46. Грецов А. Лучшие упражнения для обучения эффективной коммуникации / А. Грецов. – СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2006. – 48 с.

47. Грецов А. Психологические игры для старшеклассников и студентов / А. Грецов, Т. Бедарева. – СПб.: Питер, 2008. – 190 с.

48. Гроф С. Путешествие в поисках себя / С. Гроф. – М.: АСТ, 2008. – 144 с.

49. Дилео Д. Детский рисунок: диагностика и интерпретация / Д. Дилео. – М.: Изд-во Эксмо, 2002. – 272 с.

50. Долинська Л. В. Активні методи в роботі практичного психолога / Л. В. Долинська, М. В. Левченко, Н. В. Чепелєва, Л. І. Уманець. Укладач Л. В. Долинська. – К.: УДПУ імені М. П. Драгоманова, 1994. – 80 с.

51. Долинська Л. В. Підготовка молоді до сімейного життя: соціально-психологічний тренінг / Л. В. Долинська, Т. А. Демидова. – К.: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2002. – 73 с.

52. Долинська Л. В. Соціалізація старшокласників в умовах сім’ї / Л. В. Долинська, О. І. Пенькова. – К.: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2000. – 25 с.

53. Долинська Л. В. Тренінг особистісно-професійної зрілості / Л. В. Долинська, О. В. Темрук. – К.: Марич, 2010. – 128 с.

54. Дукаревич М. З. Методика “Рисунок несуществующего животного” / М. З. Дукаревич, В. П. Яньшин // Практикум по психодиагностике. Психодиагностика мотивации и саморегуляции. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – С. 54-73.

55. Дукаревич М. З. Методическое руководство к тесту “Несуществующее животное” / М. З. Дукаревич. – Репринт, 1987. – 20 с.

56. Дусавицкий А. К. Зависимость между интересом и тревожностью в учебной деятельности младших школьников / А. К. Дусавицкий // Вопросы психологии. – 1982. – № 3. – С. 56-63.

57. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение / Ю. Н. Емельянов. – Л.: Издательство Ленинградского университета, 1985. – 166 с.

58. Ефимова Н. А. Общая характеристика возникновения новообразований в личностном развитии старших школьников и юношей на переходном рубеже тысячелетий / Н. А. Ефимова // Наука и образование. – 2002. – № 6. – С. 4-7.

59. Зайцев Ю. В. Диагностика и коррекция подростково-юношеской тревожности относительно будущего : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.13 / Ю. В. Зайцев. – М., 2008. – 30 с.

60. Зайцев Ю. В. Тревожность в подростковом и раннем юношеском возрасте (диагностика, профилактика, коррекция) / Ю. В. Зайцев, А. А. Хван. – Кемерово, 2006. – 112 с.

61. Зайцева Т. В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие / Т. В. Зайцева. – М.: Смысл, 2002. – 80 с.

62. Закон України “Про загальну середню освіту” № 651-14 від 13.05.1999, редакція від 01.01.2015. – Режим доступу: <http://www.zakon.rada.gov.ua>.

63. Закон України “Про освіту” № 1060-12 від 23.05.1991, редакція від 01.01.2015. – Режим доступу: <http://www.zakon.rada.gov.ua>.

64. Заняття психолога з підлітками / [упорядник Т. Гончаренко]. – К.: Вид. дім Шкільний світ: Вид. Л. Галіцина, 2006. – 120 с.

65. Захаров А. И. Как помочь нашим детям избавиться от страха / А. И. Захаров. – СПб.: Гиппократ, 1995. – 125 с.

66. Захаров А. И. Неврозы у детей и подростков: анамнез, этиология и патогенез / А. И. Захаров. – Л.: Медицина, 1988. – 248 с.

67. Захаров В. П. Социально-психологический тренинг / В. П. Захаров, Н. Ю. Хрящева. – Л., 1990. – 280 с.

68. Ибн-Сина (Авиценна). Избранные философские произведения / Ибн-Сина. – М.: Мысль, 1980. – 554 с.

69. Изард К. Психология эмоций / К. Изард. – СПб.: Питер, 1999. – 464 с.

70. Имедадзе Н. В. Тревожность как фактор учения в дошкольном возрасте / Н. В. Имедадзе // Психологические исследования. – Тбилиси, 1966. – С. 49-57.

71. Истратова О. Н. Справочник по групповой психокоррекции / О. Истратова, Т. Эксакусто. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. – 443 с.

72. Ічанська О. М. Становлення особистісної ідентичності в ранньому юнацькому віці : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / О. М. Ічанська. – К., 2002. – 21 с.

73. Калюжна Є. М. Психологічні механізми особистісної тривожності у підлітковому віці : дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / Є. М. Калюжна. – НПУ імені М. П. Драгоманова. – К., 2008. – 192 с.

74. Карандашев В. Н. Изучение оценочной тревожности. Руководство по использованию методики Ч. Спилбергера / В. Н. Карандашев, М. С. Лебедева, Ч. Спилбергер. – СПб.: Речь, 2004. – 80 с.

75. Карольчак-Бернацка Б. Нетрадиционная трактовка состояния тревоги и стресса / Б. Карольчак-Бернацка // Стресс и тревога в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – С. 47-56.

76. Карпенко Н. В. Психологічні детермінанти страхів та шляхи їх подолання у дошкільників : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / Н. В. Карпенко. – НПУ імені М. П. Драгоманова. – К., 1997. – 24 с.

77. Кассирер Э. Опыт о человеке. Введение в философию человеческой культуры / Э. Кассирер. – М., 1997. – 340 с.

78. Катыгин Ю. А. Связь тревожности как свойства личности с некоторыми психофизиологическими характеристиками / Ю. А. Катыгин, В. П. Умнов // Психофизиология. – Л., 1979. – С. 46-49.

79. Кэдьюсон Х. Практикум по игровой психотерапии / Х. Кэдьюсон, Ч. Шеффер. – СПб.: Питер, 2001. – 416 с.

80. Кисловская В. Р. Зависимость между социометрическим статусом и симптомом тревожности ожиданий в социальном общении (в возрастном плане) : дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / В. Р. Кисловская. – М., 1972. – 194 с.

81. Кисловская В. Р. Школьники в среде сверстников и взрослых / В. Р. Кисловская. – Алма-Ата.: Образование, 2004. – 360 с.

82. Клепач Ю. В. Психологическая природа и психокоррекция тревожности у старшеклассников : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / Ю. В. Клепач. – Воронеж, 2002. – 22 с.

83. Кляйн М. Ребенок, который не мог спать. Знаменитые случаи из практики психоанализа / М. Кляйн. – М., 1995. – 180 с.

84. Кон И. С. Психология ранней юности: книга для учителя / И. С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.

85. Кондаш А. Хвилювання: страх перед випробуванням / А. Кондаш. – К., 1981. – 170 с.

86. Коростылева Л. А. Психология самореализации личности: основные сферы жизнедеятельности : автореф. дис. на соискание науч. степени докт. психол. наук : спец. 19.00.01 / Л. А. Коростылева. – СПб., 2001. – 39 с.

87. Костина Л. М. Игровая терапия с тревожными детьми / Л. М. Костина. – СПб.: Речь, 2001. – 160 с.

88. Костина Л. М. Методы диагностики тревожности / Л. М. Костина. – СПб.: Речь, 2005. – 198 с.

89. Костяк Т. В. Тревожный ребенок: младший школьный возраст: книга для родителей / Т. В. Костяк. – Москва: Академия, 2008. – 96 с.

90. Кочубей Б. И. Эмоциональная устойчивость школьника / Б. Кочубей, Е. Новикова. – М.: Сфера, 1998. – 96 с.

91. Кочубей Б. И. Лики и маски тревоги / Б. Кочубей, Е. Новикова // Воспитание школьников. – 1990. – № 6. – С. 34-41.

92. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум. – СПб.: Питер, 2000. – 950 с.

93. Крайнюк В. М. Психологічні особливості проявів тривожності і агресивності у юнаків призовного віку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 / В. М. Крайнюк. – К., 1999. – 20 с.

94. Краснова В. В. Социальная тревожность и ее связь с эмоциональной дезадаптацией, уровнем стресса и качеством интерперсональных отношений у студентов / В. В. Краснова, А. Б. Холмогорова // Вопросы психологии. – 2011.– № 3. – С. 49-58.

95. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції / С. Б. Кузікова. – Суми: ВТД Університетська книга, 2008. – 384 с.

96. Кузнецов Д. Демобилизирующая тревожность: некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных старшеклассников / Д. Кузнецов // Школьный психолог. – 2005. – № 2. – С. 47-49.

97. Кулагина И. Ю. Возрастная психология (развитие ребенка от рождения до семнадцати лет) / И. Ю. Кулагина. – М.: Изд-во Ун-та РАО, 1996. – 320 с.

98. Кутузова М. В. Влияние различных факторов на изменение механизмов проявления личностной тревожности : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / М. В. Кутузова. – Алмати, 1999. – 23 с.

99. Кьеркегор С. Страх и трепет / С. Кьеркегор. – М.: Республика, 1993. – 256 с.

100. Лазарус А. Краткосрочная мультимодальная психотерапия / А. Лазарус. – СПб.: Речь, 2001. – 256 с.

101. Лангмейер Й. Психическая депривация в детском возрасте / Й. Лангмейер, З. Матейчек. – Прага: Авиценум, 1984. – 335 с.

102. Лановенко Ю. І. Психологічні особливості переживання суб’єктом юнацької кризи : дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / Ю. І. Лановенко. – К., 2005. – 218 с.

103. Лебедева Л. Д. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии / Л. Д. Лебедева, Ю. В. Никонорова, Н. А. Тараканова. – СПб.: Речь, 2006. – 336 с.

104. Леванова Е. А. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия / Е. А. Леванова, А. Г. Волошина, В. А. Плешаков, А. Н. Соболева, И. О. Телегина. – СПб.: Питер, 2012. – 208 с.

105. Левенець А. Є. Психологічні особливості становлення життєвої перспективи в юнацькому віці : дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / А. Є. Левенець. – К., 2006. – 220 с.

106. Леви В. Приручение страха / В. Леви. – М.: Метафора, 2006. – 34 с.

107. Левитов Н. Д. О психических состояниях человека / Н. Д. Левитов. – М.: Просвещение, 1964. – 344 с.

108. Левитов Н. Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги / Н. Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1969. – № 1. – С. 131-137.

109. Лейтц Г. Психодрама: теория и практика. Классическая психодрама Я. Л. Морено / Г. Лейтц. – М.: Когито-Центр, 2007. – 263 с.

110. Леонтьев А. Н. Деятельность, сознание, мышление / А. Н. Леонтьев. – М.: Политиздат, 1977. – 304 с.

111. Леонтьев Д. А. Экзистенциальная тревога и как с ней бороться / Д. А. Леонтьев // Московский психотерапевтический журнал. – 2003. – № 2. – С. 107-119.

112. Леонтьев Д. А. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего / Д. А. Леонтьев, Е. В. Шелобанова // Вопросы психологии. – 2001. – № 1. – С. 57-66.

113. Лызлов А. В. Тревога как ядерный аффект: опыт структурно-психологического анализа / А. В. Лызлов, О. Ф. Серавина, О. Б. Ковалевская // Вопросы психологии. – 2011. – № 4. – С. 66-77.

114. Лурия А. Р. Лекции по общей психологии / А. Р. Лурия. – СПб.: Питер, 2006. – 320 с.

115. Лютова Е. К. Шпаргалка для взрослых: психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. – М.: Генезис, СПб.: Речь, 2006. – 192 с.

116. Магомед-Эминов М. Ш. Тест-опросник для измерения мотивации аффиляции / М. Ш. Магомед-Эминов // Практикум по психодиагностике. Психодиагностические материалы. – М.: Изд-во МГУ, 1988. – С. 94-98.

117. Мадди С. Теории личности / С. Мадди. – СПб.: Речь, 2002. – 542 с.

118. МакКлеланд Д. Мотивация человека: учебное пособие / Д. МакКлеланд. – СПб.: Питер, 2007. – 672 с.

119. Максименко С. Д. Генезис существования личности / С. Д. Максименко. – К.: ООО КММ, 2006. – 240 с.

120. Макшанов С. И. Психология тренинга: Теория. Методология. Практика / С. И. Макшанов. – СПб.: Образование, 1997. – 238 с.

121. Макшанцева Л. В. Тревожность и возможность ее снижения у детей, начинающих посещать детский сад / Л. В. Макшанцева // Психологическая наука и образование. – 1998. – № 2. – С. 39-47.

122. Малкова Е. Е. Возрастная динамика проявлений тревожности у школьников / Е. Е. Малкова // Вопросы психологии. – 2009. – № 4. – С. 24-32.

123. Мамадалиева Г. А. Психолого-педагогическая профилактика и коррекция тревожности современного подростка : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / Г. А. Мамадалиева. – Нижний Новгород, 2011. – 26 с.

124. Мамайчук И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии / И. И. Мамайчук. – СПб.: Речь, 2003. – 400 с.

125. Марасанов Г. И. Социально-психологический тренинг. методы моделирования и анализа ситуаций в социально-психологическом тренинге / Г. И. Марасанов. – М.: Совершенство, 1998. – 208 с.

126. Марищук В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб.: Издательский дом Сентябрь, 2001. – 325 с.

127. Маховер К. Проективный рисунок человека / К. Маховер. – М.: Смысл, 2006. – 158 с.

128. Мдивани М. О. Жизненная стратегия в юношеском возрасте и особенности самоотношения старшеклассников / М. О. Мдивани, П. Б. Кодесс // Журнал прикладной психологии. – 2006. – № 2. – С. 8-15.

129. Мельниченко О. Г. Исследование тревожности в связи с личностными и биохимическими особенностями / О. Г. Мельниченко // Психофизиология. – Л., 1979. – С. 49-53.

130. Мерлин В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности / В. С. Мерлин. – М.: Педагогика, 1986. – 109 с.

131. Мэй Р. Смысл тревоги / Р. Мэй. – М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. – 384 с.

132. Микляева А. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А. В. Микляева, П. В. Румянцева. – СПб.: Речь, 2007. – 248 с.

133. Милютина Е. Л. Психотерапевтические рецепты на каждый день / Е. Л. Милютина. – М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. – 384 с.

134. Морган У. П. Ситуативная тревога и результативность деятельности / У. П. Морган, К. А. Эликсон // Вопросы психологии. – 1990. – № 3. – С. 155-161.

135. Мудрик А. В. Современный старшеклассник / А. В. Мудрик // Хрестоматия по возрастной психологии. Под ред. Д. И. Фельдштейна. – М.: Международная педагогическая академия, 1994. – С. 244-252.

136. Мусина И. А. Диагностика уровня тревожности по характеристикам восприятия времени : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.01 / И. А. Мусина. – М., 1993. – 21 с.

137. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В. С. Мухина. – М.: Академия, 1999. – 456 с.

138. Мясищев В. Н. Личность и неврозы / В. Н. Мясищев. – Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1960. – 210 с.

139. Наследов А. Д. Математические методы психологического исследования Анализ и интерпретация данных / А. Д. Наследов. – СПб.: Речь, 2004. – 392 с.

140. Овчарова Р. В. Практическая психология в начальной школе / Р. В. Овчарова. – М.: ТЦ Сфера, 1996. – 240 с.

141. Овчарова Р. В. Практическая психология образования / Р. В. Овчарова. – М.: Издательский центр “Академия”, 2003. – 448 с.

142. Овчарова Р. В. Справочная книга школьного психолога / Р. В. Овчарова. – М.: “Просвещение”, “Учебная литература”, 1996. – 352 с.

143. Одинцова М. А. Я – целый мир: программа развития личности подростков и юношества / М. А. Одинцова. – М.: Издательство Института психотерапии, 2004. – 208 с.

144. Ольховецька Т. І. Діагностика тривожності у дітей дошкільного віку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / Т. І. Ольховецька. – НПУ імені М. П. Драгоманова. – К., 1995. – 23 с.

145. Омельченко Я. М. Корекція тривожних станів молодших школярів засобами кататимно-імагінативної психотерапії : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / Я. М. Омельченко. – Інститут психології імені Г. С. Костюка АПН України. – Київ, 2006. – 20 с.

146. Омельченко Я. Психологічна допомога дітям з тривожними станами / Я. Омельченко, З. Кісарчук. – Київ: Шкільний світ, 2008. – 112 с.

147. Орлов А. Б. Психологические механизмы возникновения и коррекции внушенных детских страхов / А. Б. Орлов, Л. В. Орлова, Н. А. Орлова // Вопросы психологии. – 2011. – № 3. – С. 17-32.

148. Осипова А. А. Общая психокоррекция / А. А. Осипова. – М.: Сфера, 2002. – 510 с.

149. Особенности обучения и психического развития школьников 13–17 лет / Под ред. И. В. Дубровиной, Б. С. Круглова. – М., 1988. – 192 с.

150. Остер Дж. Рисунок в психотерапии / Дж. Остер, П. Гоулд. – М.: Изд-во Информационный центр психологической культуры, 2001. – 184 с.

151. Парафиян А. М. Причины, профилактика и преодоление тревожности / А. М. Парафиян // Психологическая наука и образование. – 1998. – № 2. – С. 20-23.

152. Пасынкова Н. Б. Связь уровня тревожности подростков с эффективностью их интеллектуальной деятельности / Н. Б. Пасынкова // Психологический журнал. – Т. 17. – 1996. – № 1. – С. 169-174.

153. Паскаль Б. Мысли / Б. Паскаль. – СПб.: Издательский дом “Азбука-Классика”, 2004. – 264 с.

154. Патинок О. П. Становлення відповідальності як професійно значущої якості соціального працівника : дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / О. П. Патинок. – НПУ імені М. П. Драгоманова. – К., 2008. – 240 с.

155. Пенькова О. І. Роль самооцінки у процесі самовдосконалення особистості / О. І. Пенькова // Збірник наукових праць: педагогіка та психологія. Вип. 743. – Чернівці: Чернівецький національний університет, 2015.– С. 172-177.

156. Пенькова О. І. Цінності як регулятор процесу самовдосконалення особистості / О. І. Пенькова // Проблеми загальної та педагогічної психології. Зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. За ред. С. Д. Максименка. Т. XV, част. 2. – К., 2013. – С. 176-184.

157. Петровская Л. А. Общение – компетентность – тренинг: избранные труды / Л. А. Петровская; редактор-составитель О. В. Соловьева. – М.: Смысл, 2007. – 686 с.

158. Петровская Л. А. Теоретические и методологические проблемы социально-психологического тренинга / Л. А. Петровская. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982. – 168 с.

159. Петрушин С. В. Психологический тренинг в многочисленной группе / С. В. Петрушин. – М.: Академический проект, 2000. – 256 с.

160. Пиаже Ж. Экспериментальная психология / Ж. Пиаже, П. Фресс. – М.: Прогресс, 1995. – 282 с.

161. Поліщук В. М. Вікові кризи в підлітковому і юнацькому віці: базові симптомокомплекси: [монографія] / В. М. Поліщук. – Суми, 2012. – 478 с.

162. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учебное пособие / под общей редакцией А. А. Крылова, С. А. Маничева. – СПб.: Питер, 2000. – 560 с.

163. Практическая психология образования: учебное пособие, 4-е издание / под редакцией И. В. Дубровиной. – СПб.: Питер, 2004. – 592 с.

164. Прихожан А. М. Психология тревожности. Дошкольный и школьный возраст / А. М. Прихожан. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.

165. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – М.: Московский психолого-социальный институт – Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с.

166. Прутченков А. С. Социально-психологический тренинг межличностного общения / А. С. Прутченков. – М.: Знание, 1991. – 48 с.

167. Психокорекционная и развивающая работа с детьми: учебное пособие для студентов средних педагогических учебных заведений / И. В. Дубровина, А. Д. Андреева, Е. Е. Данилова, Т. В. Вохмянина. Под редакцией И. В. Дубровиной. – М.: Издательский центр “Академия”, 1998. – 160 с.

168. Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т. М. Титаренко. – К.: Агропромвидав України, 1998. – 348 с.

169. Психология. Словарь / под общей редакцией А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.

170. Психология человека от рождения до смерти / под редакцией А. А. Реана. – СПб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2002. – 656 с.

171. Психотерапевтическая энциклопедия / под редакцией Б. Д. Карвасарского. – СПб.: Питер, 2000. – 2760 с.

172. Пузиков В. Г. Технология ведения тренинга / В. Г. Пузиков. – СПб.: Речь, 2007. – 224 с.

173.Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Д. Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом Бахрах-М, 2001. – 672 с.

174. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс. – СПб.: Питер, 2000. – 624 с.

175. Ранк О. Травма рождения / О. Ранк. – М.: Аграф, 2004. – 400 с.

176. Реан А. А. Психология личности: социализация, поведение, общение / А. А. Реан. – СПб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2003. – 416 с.

177. Регуш Л. А. Психология прогнозирования: успехи в познании будущего. / Л. А. Регуш. – СПб.: Речь, 2003. – 352 с.

178. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности / Х. Ремшмидт. – М.: Мир, 1994. – 320 с.

179. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога: В 2 кн. Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста / Е. И. Рогов. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1999. – 384 с.

180. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога: В 2 кн. Кн. 2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения / Е. И. Рогов. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1999. – 480 с.

181. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М.: Прогресс-Универс, 1994. – 480 с.

182. Романова Е. С. Графические методы в практической психологии / Е. С. Романова. – СПб., 2001. – 416 с.

183. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.

184. Рудестам К. Э. Групповая психотерапия / К. Э. Рудестам. – СПб.: Питер, 2000. – 384 с.

185. Ружинська О. В. Подолання шкільної тривожності учнів молодшого підліткового віку (корекційно-розвивальна програма для учнів п’ятих класів) / О. В. Ружинська // Практична психологія та соціальна робота. – 2009. – № 9. – С. 27-33.

186. Руководство практического психолога: психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / под ред. И. В. Дубровиной. – М.: Издательский центр “Академия”, 1998. – 128 с.

187. Савина Е. Тревожные дети / Е. Савина, Н. Шанина // Дошкольное воспитание. – 1996. – № 4. – С.11-14.

188. Савчин М. В. Психологія відповідальної поведінки: монографія / М. В. Савчин. – Івано-Франківськ: Місто НВ, 2008. – 280 с.

189. Салливан Г. С. Интерперсональная теория в психиатрии / Г. С. Салливан. – СПб.: Ювента, 1999. – 347 с.

190. Сартр Ж.-П. Очерк теории эмоций /Ж.-П. Сартр // Психология эмоций / под ред. К. В. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. – СПб.: Питер, 2008. – С. 120-137.

191. Свідерська Г. М. Психологічний тренінг як засіб розвитку самосвідомості та зниження рівня тривожності в період підліткової кризи / Г. М. Свідерська // Практична психологія та соціальна робота. – 2008. – № 9. – С. 34-46.

192. Сенека. Нравственные письма к Луцилию / Сенека. – М.: АСТ, 2006. – 416 с.

193. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2003. – 350 с.

194. Сидоров К. Р. “Триада риска” и ее связь с состоянием психосоматического здоровья в юности / К. Р. Сидоров // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27. – № 6. – С. 81-89.

195. Сисун М. Програма корекції шкільної тривожності в підлітків / М. Сисун // Підліток: як йому допомогти. – К.: Редакція загально-педагогічних газет, 2004. – С. 65-90.

196. Скляренко О. М. Психологічні детермінанти та психокорекція шкільних страхів у молодших школярів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / О. М. Скляренко. – НПУ імені М. П. Драгоманова. – К., 2005. – 23 с.

197. Словарь практического психолога / сост. С. Ю. Головин. – Минск, 2003. – 420 с.

198. Спилбергер Ч. Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги / Ч. Д. Спилбергер // Стресс и тревога в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – С. 12-24.

199. Спиноза Б. Этика / Б. Спиноза. – СПб.: Издательский дом “Азбука-Классика”, 2012. – 352 с.

200. Спілкуємося й діємо: навч.-метод. посібник / Ж. В. Савич, О. В. Безпалько. – К.: Наш час, 2006. – 120 с.

201.Ставицька С. О. Психолого-педагогічні умови подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку : дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / С. О. Ставицька. – НПУ імені М. П. Драгоманова. – К., 1998. – 242 с.

202. Стишенок И. В. Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей / И. В. Стишенок. – СПб.: Речь, 2008. – 230 с.

203. Сухарева Г. Е. Клинические лекции по психиатрии детского возраста. Т. 2. / Г. Е. Сухарева. – М.: Медгиз, 1959. – 406 с.

204. Тиллих П. Мужество быть / П. Тиллих. – М.: Модерн, 2011. – 240 с.

205. Тимошенко В. М. Психологічні особливості формування мотивації досягнення майбутніх вчителів (на матеріалі вивчення іноземної мови) : дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / В. М. Тимошенко. – НПУ імені М. П. Драгоманова. – К., 2001. – 250 с.

206. Титаренко Т. М. Життєві завдання особистості як соціально-психологічний чинник моделювання майбутнього / Т. М. Титаренко // Наукові студії із соціальної та політичної психології: зб. статей. – К.: Міленіум, 2007. – Вип. 16 (19). – С. 304-311.

207. Толстых Н. Н. Жизненные планы подростков и юношей / Н. Н. Толстых // Вопросы психологии. – 1984. – № 3. – С. 79-86.

208. Торндайк Э. Бихевиоризм / Э. Торндайк, Дж. Б. Уотсон. – М.: АСТ-ЛТД, 1998. – 704 с.

209. Тревога и тревожность. Хрестоматия / Составление и общая редакция В. М. Астапова. – М.: ПЭР СЭ, 2008. – 240 с.

210. Упражнение “Эмоции” [Электронный ресурс] // а. я. Психология (trepsy.net): [web-сайт]. – Режим доступа: <http://trepsy.net/razvit/stat.php?stat=237.html>

211. Упражнение “Зато ты” [Электронный ресурс] // а. я. Психология (trepsy.net): [web-сайт]. – Режим доступа: <http://trepsy.net/korrek/stat.php?stat=5638.html>

212. Упражнение “Интонация” [Электронный ресурс] // а. я. Психология (trepsy.net): [web-сайт]. – Режим доступа: [http://trepsy.net/razvit/stat.php?stat= 1010.html](http://trepsy.net/razvit/stat.php?stat=%201010.html)

213. Упражнение “Посудомоечная машина” [Электронный ресурс] // а. я. Психология (trepsy.net): [web-сайт]. – Режим доступа: [http://trepsy.net/razvit/ stat.php?stat=267.html](http://trepsy.net/razvit/%20stat.php?stat=267.html)

214. Фельдштейн Д. И. Психология становления личности / Д. И. Фельдштейн. – М., 1994. – 192 с.

215. Феннел М. Как повысить самооценку / М. Феннел. – М.: Астрель, 2007. – 287 с.

216. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: практическое пособие / К. Фопель. – М.: Генезис, 2008. – 184 с.

217.Фопель К. На пороге взрослой жизни: психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. Отделение от семьи. Любовь и дружба. Сексуальность / К. Фопель. – М.: Генезис, 2008. – 176 с.

218. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и упражнения / К. Фопель. – М.: Генезис, 2003. – 400 с.

219. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения / К. Фопель. – М.: Генезис, 2002. – 336 с.

220. Фопель К. Технология ведения тренинга: теория и практика / К. Фопель. – М.: Генезис, 2005. – 267 с.

221. Формирование личности в переходный период: от подросткового к юношескому возрасту / под ред. И. В. Дубровиной. – М., 1987. – 182 с.

222. Формирование личности старшеклассника / И. В. Дубровина, Б. С. Круглов, Н. Н. Толстых, А. Д. Андреева, А. М. Прихожан, Н. И. Гуткина, Т. В. Снегирева, Т. И. Юферева. Под ред. И. В. Дубровиной. – М., 1989. – 169 с.

223. Фрейд А. Психология “Я” и защитные механизмы / А. Фрейд. – М.: Педагогика, 1993. – 144 с.

224. Фрейд З. Введение в психоанализ: лекции / З. Фрейд. – СПб.: Алетейя, 2000. – 499 с.

225. Фрейджер Р. Личность. Теории, упражнения, эксперименты / Р. Фрейджер, Дж. Фейдимен – СПб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2006. – 704 с.

226. Фромм Э. Искусство любить / Э. Фромм. – СПб.: Издательский дом “Азбука-Классика”, 2008. – 224 с.

227. Хайдеггер М. Время и бытие: статьи и выступления / М. Хайдеггер. – СПб.: Наука, 2007. – 621 с.

228. Ханин Ю. Л. Краткое руководство к применению шкалы личностной и реактивной тревожности / Ю. Л. Ханин. – Л., 1976. – 56 с.

229. Ханин Ю. Л. Межличностная и внутригрупповая тревога в условиях значимой совместной деятельности / Ю. Л. Ханин // Вопросы психологии. – 1991. – № 5. – С. 56-64.

230. Ханин Ю. Л. Психология общения в спорте / Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 208 с.

231. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / К. Хорни. – М.: Издательская группа “Прогресс”, 1993. – 480 с.

232. Хрящева Н. Ю. Психогимнастика в тренинге / Н. Ю. Хрящева, С. И. Макшанов, Е. В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2013. – 256 с.

233. Хухлаева О. В. Тропинка к своему “Я”: уроки психологии в средней школе (7-8 классы) / О. В. Хухлаева. – М.: Генезис, 2007. – 167 с.

234. Чорний С. В. Нейрологічний та психофізіологічний аналіз стану тривожності у людини : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. біол. наук : спец. 03.00.13 / С. В. Чорний. – Сімферополь, 2007. – 21 с.

235. Шалин А. Составные элементы тревожности как состояния и как свойства применительно к понятиям личности / А. Шалин // Вопросы психологии. – 1973. – № 6. – С. 38-45.

236. Шевченко Н. Ф. Гіперфункція тривожності у підлітків: превентивна стратегія / Н. Ф. Шевченко, Є. М. Калюжна // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – № 7. – С.17-22.

237. Шепелева Л. Программы социально-психологических тренингов / Л. Шепелева. – СПб.: Питер, 2011. – 160 с.

238. Шихи Г. Возрастные кризисы: ступени личностного роста / Г. Шихи. – СПб.: Ювента, 1999. – 436 с.

239. Щербатых Ю. В. Психофизиологические и клинические аспекты страха, тревоги и фобий / Ю. Щербатих. – Воронеж, 1998. – 282 с.

240. Эволюция психотерапии: Том 1. “Семейный портрет в интерьере”: семейная терапия / под ред. Дж. К. Зейга. – М.: Независимая фирма “Класс”, 1998. – 304 с.

241. Эволюция психотерапии: Том 2. “Осень патриархов”: психоаналитически ориентированная и когнитивно-бихевиоральная психотерапия / под ред. Дж. К. Зейга. – М.: Независимая фирма “Класс”, 1998. – 416 с.

242. Эллис А. Психотренинг по методу Альберта Эллиса / А. Эллис. – СПб.: Питер, 1999. – 224 с.

243. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М.: Издательская группа “Прогресс”, 1996. – 344 с.

244. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. – М.: Независимая фирма “Класс”, 2005. – 576 с.

245. Ярослав Н. С. Психологія ранньої юності: практикум / Н. С. Ярослав. – Ніжин: Вид-во НДУ імені М. В. Гоголя, 2004. – 39 с.

246. Ясперс К. Смысл и назначение истории / К. Ясперс. – М., 1991. – 450 с.

247. Ясточкіна І. А. Психологічні чинники виникнення та корекція тривожності в ранньому юнацькому віці : дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / І. А. Ясточкіна. – НПУ імені М. П. Драгоманова. – К., 2011. – 320 с.

248. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика / Т. Яценко. – К.: Вища школа, 2006. – 382 с.

249. Anxiety, Current Trends in theory and research // Ed. by Ch. D. Spielberger. V1,2. – N.Y.: Academic Press, 1972.

250. Goldstein K. The Organism: A Holistic approach to Biology. – New York: American Book Co., 1939.

251. McClelland D. C. The Achieving Society. – Princeton, N.Y., 1961.

252. Mowrer O. H. Learning theory and behaviour. – N.Y.: John Wiley, 1960.

253. Phillips B. N. School stress and anxiety. – N.Y., 1978.

254. Raffini J. P. 150 Ways to increase intrinsic motivation in the classroom. – Boston, London: Allyn and Bacon, 1996. – 288 p.

255. Saranson I. G. Experimental approaches to test anxiety: attention and the uses of information // Anxiety, Current Trends in theory and research. – N.Y., 1972. V1.

256. Spielberger C. D. Assessment of state and trait anxiety: conceptual and methodological issues // The Southern Psychologist. – 1985. – № 2. – p. 6-16.

257. Zinbarg R. E., Barlow D. H., Hertz R. M. Cognitive-behavioral approaches to the nature and treatment of anxiety disorders // Annual review of psychology. – 1992. V3. – p. 235-267.