

6. Я – ОБДАРОВАНА ОСОБИСТІТЬ

У розділі «Я – обдарована особистість» редакція журналу «Освіта та розвиток обдарованої особистості» мала на меті в кожному номері знайомити читачів із талановитою молоддю з усіх регіонів України. Героями цієї рубрики вже були школярі (від найменших до випускників) та студенти, і навіть цілі дитячі колективи, представники різних гуртків діти, які виявляли видатні здібності у найрізноманітніших сферах і напрямках. Це і справжні лідери, президенти шкільних рад, активісти, призери, переможці та лауреати міжнародних і Всеукраїнських як інтелектуально-творчих, так і спортивних конкурсів і змагань. Це і творчо обдаровані діти, які цікавляться музикою, танцями, театральним чи образотворчим мистецтвом, туризмом, шахами чи пишуть вірші.

Це юні техніки, винахідники, майбутні науковці, журналісти та репортери.



Олена Леонідівна Сиротенко, спеціаліст вищої категорії, старший вчитель, вчителька початкових класів Опорного закладу освіти «Чорнобаївський ліцей Чорнобаївської селищної ради Черкаської області», смт Чорнобай, Черкаська обл., Україна

 <https://orcid.org/0009-0002-1117-0884>

УДК 37.016:502/504



Дарина Вікторівна Сиротенко, учениця 11 класу Опорного закладу освіти «Чорнобаївський ліцей Чорнобаївської селищної ради Черкаської області», смт Чорнобай, Черкаська обл., Україна

 <https://orcid.org/0009-0004-5405-8985>

МАЙБУТНЯ ПСИХОЛОГІНЯ-ДОСЛІДНИЦЯ ЧЕРКАЩИНИ

Анотація.

Автори статті – юна дослідниця та її науковий керівник розповідають про досягнення Сиротенко Дарини, талановитої учениці 11 класу Опорного закладу освіти «Чорнобаївський ліцей Чорнобаївської селищної ради Черкаської області» у II етапі Всеукраїнського конкурсу – захисту науково-дослідницьких робіт учнів – членів МАН України. Автори ознайомлюють з результатами діагностичного дослідження проблеми феномену прокрастинації, проведеного Дариною. У статті також висвітлюються різнобічні захоплення учениці: командний спорт, волонтерство, творчість і пошук себе.

Ключові слова: обдарованість; наукові дослідження; психологія; психологічна допомога; підлітковий вік.

Підлітковий вік є перехідним від дитинства до юності та найскладнішим у становленні та розвитку особистості. Іноді цей етап формування особистості стає дуже складним як для самої дитини, так і для її родини, вчителів і всіх оточуючих. Згідно зі статистичними даними, які наводять різні джерела, психологічні розлади діагностуються у 12–30 % підлітків планети. Проблеми підлітків ха-

рактерні виключно для цього віку, але, якщо людина не зуміє правильно пережити кризу, не отримає необхідної підтримки, то вони можуть перейти у дорослу фазу і вплинути на подальше здорове життя.

Два роки поспіль Сиротенко Дарина займається дослідженням психологічних феноменів у підлітковому середовищі на базі свого освітнього закладу.

У 2022 р. учениця виборола друге місце на II етапі Всеукраїнського конкурсу – захисту науково-дослідницьких робіт учнів – членів МАН України в секції «Психологія». Її дослідницьку роботу «Підліткова депресія: причини виникнення та алгоритми подолання» присвячено аналізу проявів депресивних станів у підлітків, їх причин, методів діагностування та психологічної корекції.

У 2023 р. учениця також посіла друге місце на II етапі Всеукраїнського конкурсу – захисту науково-дослідницьких робіт учнів – членів МАН України в секції «Психологія» уже з новим дослідженням: «Прокрастинація у підлітків: основні причини, наслідки та шляхи подолання». Дослідницьку роботу присвячено аналізу проявів феномену прокрастинації у підлітків, її причин і наслідків, методів діагностування та психологічної допомоги (рис. 1).



Рис. 1. Нагороди Сиротенко Дарини

Про вибір теми дослідження Дарина говорить: «Мене почало цікавити питання, чому одні мої однолітки вчасно виконують завдання, їм завжди вистачає часу на всі справи. Інші ж навпаки – відкладають усе на потім, а іноді зовсім не виконують завдання. Та й мені не завжди вдавалося вчасно виконувати важливі завдання, а інколи я свідомо відтермінувала їх виконання, замінюючи більш цікавими, що відбувалося найчастіше під час дистанційного навчання. Відтоді я вирішила розібратися в собі, навчитися керувати часом, зосереджуватися на найважливіших справах, стати більш організованою. Почала читати психологічну літературу, переглядати вебінари сучасних психологів, підписалася на їхні YouTube-канали.

Тоді я дізналася, що чимало підлітків мають ознаки прокрастинації, та не всі звертаються за допомогою до дорослих. Згідно зі статистичними даними, від 46 до 95 % учнів середніх і вищих освітніх закладів вважають себе прокрастинаторами. З кожним роком ознаки прокрастинації у підлітків виявляються все частіше, а проблема

прокрастинації недостатньо вивчена. Я зацікавилася можливістю допомогти своїм одноліткам і собі розібратися, чому з нами це сталося, навчитися раціонально розподіляти час, а також знайти шлях до подолання прокрастинації».

Дослідження проводилося на базі Чорнобавівської загальноосвітньої школи I–III ступенів № 1 Чорнобавівської селищної ради Черкаської області. Емпіричну вибірку склали учні 10-х класів віком від 15 до 16 років (рис. 2). Загальна кількість досліджуваних – 40 осіб (20 хлопців і 20 дівчат).

Дослідження мало на меті виявити рівень прояву ознак прокрастинації у підлітків. Дослідження проводилося з використанням трьох методик: опитувальник «Шкала загальної прокрастинації» К. Лей (в адаптації Т. Юдєєвої), шкала прокрастинації Б. Такмана (в адаптації Т. Крюкової), опитувальник «Ступінь вираженості прокрастинації» М. Кисельової.



Рис. 2. Анкетування підлітків у приміщенні школи

Дані емпіричні дослідження показали, що у 50 % обстежених школярів підліткового віку було виявлено ознаки високого рівня прокрастинації, у 37,5 % осіб ознаки середнього рівня, і лише у 12,5 % – ознаки низького рівня (рис. 3). При дослідженні гендерної різниці прояву ознак прокрастинації було виявлено, що рівень вираженості прокрастинації у дівчат підліткового віку вищий (60 %) у порівнянні з хлопцями (40 % за показниками високого рівня), що свідчить про більшу схильність осіб жіночої статі до виникнення прокрастинації (рис. 4).

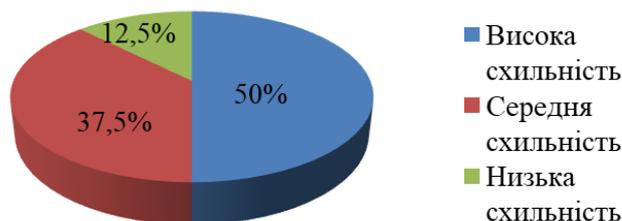


Рис. 3. Результати дослідження рівня вираженості прокрастинації

Ця хвороба заважає праці, успіху, планам на майбутнє, може призводити до неуспішності в навчанні, неадекватної оцінки та розподілу власного часу, конфліктів з оточенням, може бути прихованим початком психологічного чи фізичного захворювання.



Рис. 4. Результати діагностики гендерної різниці проявів рівня ознак прокрастинації

Підліткам, які виявили в себе ознаки прокрастинації, фахівці рекомендують насамперед звернутися за допомогою до дорослих і прийняти турботу про себе. Також варто навчитися правильно визначати пріоритети, встановлювати чіткі конкретні часові межі та наслідки, відмовитися від ідеї досконалості, ставити перед собою реалістичні цілі з чітким розумінням кінцевої мети, виконувати медитативні та релаксаційні техніки.

За результатами дослідження та рекомендаціями спеціалістів, було складено порадник для підлітків і батьків щодо подолання негативних проявів феномену прокрастинації (рис. 5). Підліткам, які мають ознаки прокрастинації високого рівня, рекомендовано звернутися до фахівців за консультацією, подальшою діагностикою та спеціалізованою допомогою.

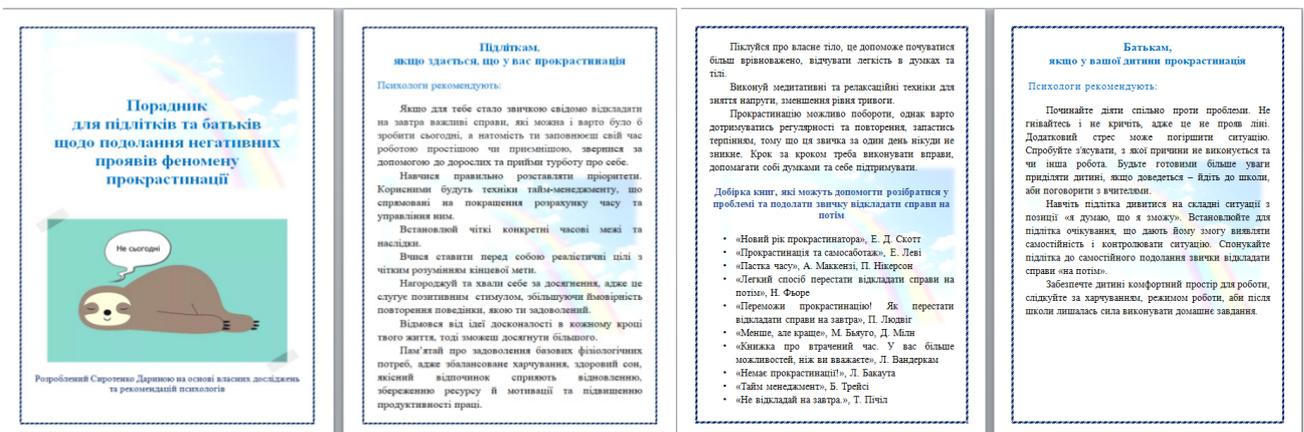


Рис. 5. Порадник для підлітків і батьків щодо подолання негативних проявів феномену прокрастинації

«Робота над проектом, спілкування зі психологами допомогли мені визначитися з вибором професії. У майбутньому я хочу стати психологом, щоб допомагати людям долати життєві труднощі, здобути впевненість у собі, досягти успіху й душевного спокою. Я, беззаперечно, є завзятим прокрастинатором, тож це була гарна нагода вивчити і випробувати власну проблему і зробити перші кроки до її подолання.

Окрім вивчення психології, я займаюся волейболом, граю на гітарі, розвиваю вокальні навички, найближчими роками хочу навчитися грати на скрипці. Раніше писала вірші, але зараз не маю часу та натхнення через підготовку до НМТ. Але знаходжу час для читання, інколи жертвуючи сном. Читаю дуже багато, особливо, мене цікавлять психологічні книги, детективи, та інші жанри.

Уже понад рік я є частиною команди Табору Maximum у місті Золотоноша на Черкащині, яка проводить християнські табори для дітей, включаючи діток з інклюзією (рис. 6). Також ми реалізуємо багато інших проектів для людей з інвалідністю, наших військових та їхніх родин.



Рис. 6. У літньому інклюзивному Таборі Maximum

«Мої захоплення різнобічні, і з часом їх, напевно, стане ще більше. Але сьогодні найважливішим для мене є підготовка до вступу до вищу на факультет психології, адже я мрію лікувати поранені людські душі», – ділиться секретами свого успіху дослідниця.

Бажаємо Дарині здійснення всіх мрій, вдалого вступу до вишу, успіхів у навчанні, творчої наснаги, щасливої долі в переможній, процвітаючій, країні. Нехай юна талановита українка досягне успіхів в обраному фаху і збудеться її мрія – лікувати поранені людські душі.

Syrotenko Olena, Specialist of the Highest Category, Senior Teacher, Primary School Teacher of the Hub School Educational Institution “Chornobai Lyceum of the Chornobai Settlement Council of the Cherkasy Region”, Chornobai, Cherkasy region, Ukraine

Syrotenko Daryna, Student of the 11th grade of the Hub School Educational Institution “Chornobai Lyceum of the Chornobai Settlement Council of the Cherkasy Region”, Chornobai, Cherkasy region, Ukraine

THE FUTURE RESEARCHING PSYCHOLOGIST OF THE CHERKASY REGION

Summary.

The authors of the article is a young researcher and her supervisor tell about the achievements of Daryna Syrotenko, a talented student of the 11th grade of the Hub school educational institution “Chornobai Lyceum of the Chornobai Settlement Council of the Cherkasy Region” in the Second stage of the All-Ukrainian competition-defense of scientific research

works of students – members of the National Academy of Sciences of Ukraine. The authors present the results of a diagnostic study of the problem of procrastination conducted by Daryna. The article also highlights the various of interests of the student: team sports, volunteering, creativity and self-discovery.

The article states that adolescence is a transition from childhood to youth and is the most difficult in the formation and development of personality. Sometimes this stage of personality formation becomes very difficult both for the child himself and for his family, teachers and everyone around him. According to statistical data provided by various sources, psychological disorders are diagnosed in 12–30 % of teenagers on the planet. Adolescent problems are characteristic exclusively for this age, but if a person does not manage to properly survive the crisis, does not receive the necessary support, then they can move into the adult phase and affect their subsequent healthy life.

Keywords: *genius; scientific research; psychology; psychological help; adolescence.*

Стаття надійшла до редколегії 28 березня 2024 року