

Диденко Диана Максимовна

студентка

Научный руководитель

Бобровникова Наталия Сергеевна

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ЛИЧНОСТНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ ПОДРОСТКОВ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ПОВЕДЕНЧЕСКОГО НАРУШЕНИЯ

Аннотация: в статье рассматриваются особенности проявления, факторы возникновения и закрепления личностной тревожности в подростковом возрасте. Описывается специфика подросткового возраста. Автором раскрывается определение понятия «личностная тревожность» и механизмы ее возникновения в подростковом возрасте. Отмечается дезорганизующее влияние личностной тревожности подростка на учебную деятельность, взаимоотношения со сверстниками.

Ключевые слова: личностная тревожность, подростковый возраст, нарушение поведения, возрастные особенности.

Высокий уровень психоэмоциональных нагрузок, особенности взаимодействия с окружающим коллективом сверстников и взрослыми, изменения, происходящие в организме подростка на физиологическом уровне, а также возрастные особенности данного возраста способствуют возникновению разного рода поведенческих нарушений, среди которых наиболее часто встречающимся является личностная тревожность [1, с. 79].

Согласно, Ч. Спилбергеру тревожность имеет врожденную физиологическую основу и выполняет сигнализирующую функцию, то есть активизирует внутренние механизмы человека, способствующие снижению уровня стресса. Однако при ярко

выраженном длительном характере протекания тревожность переходит из временного защитного механизма к устойчивой черте личности [5, с. 34].

Таким образом, личностная тревожность – это черта личности, сохраняющаяся на протяжении длительного времени и проявляющаяся в склонности к повышенному уровню нервно-психического напряжения, переживая тревоги в различных ситуациях вне зависимости от наличия объекта переживания [3, с. 6].

А. И. Захаров подчеркивает, что тревожность имеет ярко выраженную возрастную специфику и начинает формироваться в младшем школьном возрасте, к 7–8 годам жизни ребенка, как устойчивое личностное образование, однако в наибольшей степени личностная тревожность проявляется в подростковом возрасте, что во многом обусловлено возрастными особенностями данного возраста [2, с. 57].

Так, согласно Д. Б. Эльконину чувство «взрослости», потребность в самоуважении, критическое отношение к окружающим и самооценка являются центральными новообразованиями подросткового возраста [7, с. 377]. В подростковом возрасте происходит становление субъективного «Я», которое во многом зависит от мнения окружающих людей. Стремление подростка, к взрослости, носящие противоречивый характер между потребностью быть независимым и необходимостью подчиняться указаниям взрослых, а также стремление соответствовать коллективу сверстников и в то же время проявлять индивидуального «Я» составляют основу внутриличностного конфликта подросткового возраста, который может являться одним из факторов возникновения личностной тревожности. Неустойчивость личности подростка также обуславливается происходящими в данном возрасте анатомо-физиологическими перестройками организма, изменениями гормонального фона, что проявляется в характерных для подростка частых сменах настроения, аффективных реакциях, повышенном уровне нервно-психического напряжения.

Помимо возрастных особенностей, влияющих на развитие личностной тревожности подростка, не малую роль оказывает семейное воспитание, а также школьная успешность и взаимоотношения со сверстниками.

Особое значение в формировании личностной тревожности придается детско-родительским отношениям. А. М. Прихожан отмечает, что воспитание по типу гиперпротекции, авторитарный тип взаимодействия взрослого с подростком приводит к формированию у него боязни отрицательной оценки, снижению уровня самооценки, уверенности в себе и своих силах, а также повышению уровня тревоги, которое может перерасти в тревожность как устойчивую черту личности ребенка. Еще одним фактором, влияющим на формирование личностной тревожности, являются завышенные ожидания и требования, предъявляемые взрослыми к личности подростка, которым он не может соответствовать. Расхождение между ожидаемым от подростка уровнем достижений и его реальными возможностями, вызывает ситуацию хронической неуспешности и постоянное чувство беспокойства, перерастающие в личностную тревожность [4, с. 77].

Также А.М. Прихожан была проанализирована, связь эмоционального самочувствия родителей и наличия тревожности у подростков. По результатам исследования было выявлено, что почти 60% родителей тревожных детей характеризуют свое состояние как раздраженное, унылое. При взаимодействии с раздраженным взрослым ребенок испытывает чувство вины, причину которого не может понять, ведущее к устойчивой, безобъективной тревожности [4, с. 79].

Еще одним фактором, влияющим на развитие личностной тревожности, является взаимоотношение подростка со сверстниками. Принадлежность и принятие подростка коллективом сверстников во многом определяет его поведение, уровень самооценки и восприятие субъективного «Я». Изоляция, отвержение коллективом референтной группы сверстников содействует возникновению и сохранению у подростка чувства беспокойства, которое переходит в личностную тревожность.

Однако, влияние неблагоприятных факторов в общении со сверстниками не столько влияет на развитие личностной тревожности подростка, сколько сама тревожность определяет особенности данного общения. Личностная тревожность становится главным мотивом общения подростка со сверстниками, строящимся на сходных переживаниях с теми переживаниями, которые тревожный

подросток испытывает во взаимоотношениях с родителями – это чувство беспокойства, незащищенности, зависимость [4, с. 91].

Школьная успешность также является фактором, опосредованно влияющим на поддержание и усиление личностной тревожности подростка. Тревожные подростки рассматривают школьную оценку как оценку своей личности и отношение педагога к себе, а не как результат проделанной работы [4, с. 85].

Таким образом, особенности взаимоотношений с семьей, изоляция, трудности в общении со сверстниками, критическое отношение к окружающим, конфликтность самооценки, являющаяся характерной для подросткового возраста, а также затруднения в принятии ситуаций неуспеха содействуют накоплению у подростка отрицательного эмоционального опыта. Накопленный отрицательный эмоциональный опыт порождает отрицательные прогнозы и определяет доминирующий эмоциональный фон, тем самым укрепляя и увеличивая личностную тревожность [3, с. 27].

Личностная тревожность как устойчивая черта личности подростка имеет свои особенности проявления. А.М. Прихожан отмечает, что наиболее часто встречающимися проявлениями личностной тревожности подростка являются: учащение сердцебиения, чрезмерное потоотделение, покраснение кожи, тремор конечностей, чувство неловкости, повышенная суетливость, которые возникают у тревожного подростка вне зависимости от наличия объекта переживания [4, с. 35].

Тревожность как переживание эмоционального дискомфорта, возникающие в результате ожидаемой опасности, мобилизует силы ребенка и направляет его внимание на решение конкретной проблемной ситуации, однако личностная тревожность носит дезорганизирующий характер и рассматривается как показатель поведенческого нарушения. Личностная тревожность оказывает влияние на эффективность учебной и интеллектуальной деятельности подростка, чем выше уровень тревожности, тем больше ее дезорганизирующее влияние на эти сферы деятельности. Также, согласно К. Хорни, тревожные подростки обычно имеют не-

устойчивую самооценку, зависят от мнения окружающих, из-за постоянного чувства беспокойства часто социально неактивны и испытывают трудности в социализации [6, с. 22].

Обобщая все выше сказанное, можно сделать вывод о том, что в подростковом возрасте тревожность закрепляется в качестве устойчивого личностного образования, носящего дезорганизующий характер и формирующегося под воздействием таких факторов, как: возрастные особенности, особенности взаимоотношений с родителями и сверстниками, школьная успешность. Для тревожного подростка характерно безобъективное чувство беспокойства и неловкости, неустойчивость самооценки, трудности социализации, а также учащенное сердцебиение, покраснение кожи и тремор конечностей.

Список литературы

1. Современные векторы исследования и решения психолого-педагогических проблем: монография / Ю.В. Бородастова, Ю.В. Варданян, Н.А. Вдовина [и др.]; под ред. Ю.В. Варданян. – Саранск: МГПУ им. М.Е. Евсевьева, 2021. – 152 с. – ISBN 978-5-8156-1350-8 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/258974> (дата обращения: 25.03.2024).
2. Захаров А.И. Происхождение детских неврозов и психотерапия / А.И. Захаров. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 448 с.
3. Нехорошкова А.Н. Нейрофизиология детской тревожности: монография / А.Н. Нехорошкова, А.В. Грибанов, И.С. Кожевникова. – Архангельск: САФУ, 2015. – 108 с. – ISBN 978-5-261-01103-3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/96595> (дата обращения: 27.03.2024). EDN VPEFNV
4. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст / А.М. Прихожан. – 2-е. изд. – СПб.: Питер, 2009
5. Спилбергер Ч. Изучение оценочной тревожности: руководство по использованию / Ч. Спилбергер, В.Н. Карандашев, М.С. Лебедева. – М.: Речь, 2004. – 80 с.
6. Хорни К. Тревожность: монография / К. Хорни. – М.: Просвещение, 2000. – 104 с.

7. Эльконин Д.Б. Детская психология / Д.Б. Эльконин. – 4-е изд. – М.: Академия, 2007. – 331 с. EDN QXRAFD