(cc) BY


***Залужная Мария Васильевна***
почетный работник сферы образования РФ,
канд. пед. наук, заместитель директора
ГКУСО РО центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей,
«Азовский центр помощи детям»
г. Азов, Ростовская область
***Горбанева Маргарита Вячеславовна***
педагог-психолог
ГКУСО РО центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей,
«Азовский центр помощи детям»
г. Азов, Ростовская область
***Григорян Нарине Аразиковна***
канд. биол. наук, доцент
ФГБОУ ВО «Ростовский государственный медицинский университет»
г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

# ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

***Аннотация****: в статье представлено актуальное исследование личностной тревожности как источника многих последующих эмоциональных, личностных, поведенческих и психосоматических нарушений у подростков, проживающих в интернатном учреждении. Авторы подчеркивают, что тревога обусловлена резкими изменениями в жизни подростков, порождающими неопределенность и непредсказуемость настоящего и будущего и, как следствие, переживание эмоциональной напряженности, тревоги и формирование устойчивого состояния тревожности.*

***Ключевые слова****: тревожность, подростки, дети-сироты, интернатное учреждение, Азовский центр помощи детям.*

В настоящее время в нашей стране тревожность исследуется преимущественно в узких рамках конкретных, прикладных проблем (школьная, экзаме-


Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

национная, соревновательная тревожности), а область устойчивых образований эмоциональной сферы, особенно у подростков остаётся, по сути, явно недостаточно исследованной.

Известно, что некоторый уровень тревожности в норме свойственен всем людям и является необходимым для оптимального приспособления человека к действительности. Наличие тревожности как устойчивого образования является свидетельством нарушений в личностном развитии. Она мешает нормальной полноценной деятельности и качественному общению. Однако оптимальный уровень тревожности – естественное и необходимое условие личностной активности [4, с. 4].

Отечественными исследователями определено два понятия: «тревога» и «тревожность», которые Ч.Д. Спилбергер дифференцировал соответственно на «тревогу-свойство» и «тревогу-состояние» [5, с. 25].

Тревожность – состояние целесообразного подготовительного повышения сенсорного внимания и моторного напряжения в ситуации возможной опасности, обеспечивающее соответствующую реакцию на страх. Склонность индивида к переживанию тревоги, характерная низким порогом её возникновения [4, с. 7].

В современных исследованиях выявлено, что тревожность вызывается внутренним конфликтом, рассогласованием уровней самооценки и притязаний, когда у личности имеется диссонанс между её актуальными возможностями и требованиями реальной жизни [2, с. 24].

Возникновение и закрепление тревожности так же связано с неудовлетворением возрастных потребностей ребенка. Устойчивым личностным образованием тревожность становится лишь в подростковом возрасте. В социальной теории личности К. Хорни выделяет две основные потребности, которые характерны для детства: потребность в удовольствии и потребность в безопасности, которую она считает главной потребностью. Согласно К. Хорни, чтобы преодолеть базальную тревогу, ребенок вынужден прибегать к защитным стратегиям, которые она назвала «невротическими потребностями» (это и желание кон-


Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

троля, и любви, и избежания фрустрации и физического вреда). Именно все эти потребности и оказываются неудовлетворёнными у детей-сирот. Рассматривая в качестве главной цели развития человека стремление к самореализации, К. Хорни оценивает тревогу как основное противодействие этой тенденции [7, с. 68].

Тревожность является повторением в наших фантазиях ситуаций, связанных с испытанными в прошлом опыте переживаниями беспомощности [6, с. 357].

Понимание тревоги в теории Ч.Д. Спилбергера определяется следующими положениями: ситуации, представляющие для человека определенную угрозу или личностно значимые, вызывают в нем состояние тревоги. Интенсивность переживания тревоги пропорциональна степени угрозы или значимости причины переживаний. От этих факторов зависит длительность переживания состояния тревоги. Концепция Ч.Д. Спилбергера формировалась под влиянием психоанализа. В возникновении тревожности, как черты, ведущую роль он отводит взаимоотношениям с родителями на ранних этапах развития ребенка, а также определенным событиям, ведущим к фиксации страхов в детском возрасте, недооценивая роль социального фактора. Величина ЛТ (личностной тревожности) характеризует прошлый опыт индивида, т. е. насколько часто ему приходилось испытывать СТ (ситуативную тревожность)». Следовательно, здесь речь идет об относительно устойчивой склонности человека воспринимать угрозу своему «Я» в самых различных ситуациях и реагировать на эти ситуации повышением СТ.

Тревожность как приобретенную мотивацию многие авторы изучали в терминах вторичного подкрепления. Поведение избегания вызывается приобретенной мотивацией, а именно мотивацией страха или тревожности [1, с. 12].

Тревожность как черта личности изначально проявляется у людей с врождёнными особенностями функционирования мозга, обусловливающими их особую чувствительность и повышенную эмоциональную возбудимость.



Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Таким образом, в настоящее время выделяются в основном два типа источников устойчивой тревожности: длительная внешняя стрессовая ситуация, возникшая в результате частого переживания состояний тревоги (Ю.Л. Ханин, Ч.Д. Спилбергер), с одной стороны, и внутренние – психологические конфликты – с другой на фоне специфических особенностей функционирования мозга. В качестве еще одного – экстремального – внешнего источника тревожности в литературе выделятся посттравматический стресс. Общая тревожность является одним из центральных компонентов «посттравматического синдрома» [4, с. 67].

*В связи с этим, целью настоящего исследования выступило изучение именно* уровня личностной тревожности как базового устойчивого личностного образования. В соответствии с поставленной целью и задачами в качестве эмпирического объекта исследования выступили подростки в возрасте 14–18 лет, проживающие в Азовском центре помощи детям, в количестве 9 человек, находящихся здесь в течение 6 месяцев (3 человека), около 1 года (4 человека) и на протяжении 10 лет (1 человек), а так же 1 человек, проживающий здесь на территории социальной гостиной.

Настоящее исследование проводилось с помощью теста Ч.Д. Спилбергера.

С целью качественного анализа результатов исследования, полученные данные были подвергнуты статистической обработке. Достоверность различий определялась по критерию (t) Стьюдента. Оценивание данного критерия осуществлялось по специальным таблицам.

Таблица 1

| *Группы* | *Декабрь* | | *Май* | | *Отклонение* | *Квадраты отклонений* ($\sigma$) | $p \leq 0,05$ | | *Гипот.* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | $M_1$ | $n$ | $M_2$ | $n$ | $M_1$-$M_2$ | $(M_1-M_2)^2$ | $t_{эмп}$ | $t_{кр}$ | - |
| *Удовольствие* | 23 | 9 | 21 | 9 | *2* | *14* | *0,5* | *2,31* | - |
| *Доволен* | 28 | 9 | 26 | 9 | *2* | *6* | *0,8* | *2,31* | - |
| *Плаксивость* | 17 | 9 | 14 | 9 | *3* | *15* | *5,1* | *2,31* | - |
| *Желание счастья* | 22 | 9 | 19 | 9 | *3* | *21* | *0,6* | *2,31* | - |
| *Вполне счастлив* | 28 | 9 | 26 | 9 | *2* | *8* | *0,7* | *2,31* | - |


Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Анализируя результаты таблицы №1 по данным 5 составляющим, можно сделать вывод, что в первую очередь на фоне коррекционной работы снижаются показатели негативной эмоциональности, такие как плаксивость (снижение показателя на 3 ранга), уменьшается склонность к фантазированию (желание счастья изменилось на 3 ранга), и только затем подросток сможет чаще чувствовать удовольствие и счастье (показатели «доволен» и «вполне счастлив», «удовольствие» убавились на 2 ранга), поскольку принятие реальных требований среды требует определённых моральных усилий.

Таблица 2

| *Группы* | *Декабрь* | | *Май* | | *Отклонение* | *Квадраты отклонений* ($\sigma$) | $p \leq 0,05$ | | *Гипот.* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | $M_1$ | $n$ | $M_2$ | $n$ | $M_1$-$M_2$ | $(M_1-M_2)^2$ | $t_{эмп}$ | $t_{кр}$ | - |
| *Медл. решений* | 19 | 9 | 21 | 9 | *-2* | *16* | *0,5* | *2,31* | - |
| *Бодрость* | 25 | 9 | 21 | 9 | *4* | *7,5* | *1* | *2,31* | - |
| *Усталость* | 17 | 9 | 18 | 9 | *-1* | *9* | *0,3* | *2,31* | - |
| *Собранность* | 24 | 9 | 22 | 9 | *2* | *6* | *0,8* | *2,31* | - |
| *Неуверенность* | 25 | 9 | 20 | 9 | *5* | *17* | *1,3* | *2,31* | - |

Исходя из данных, полученных по следующим 5 составляющим, на фоне работы начинает возрастать уверенность подростков в себе (повышение показателя на 5 рангов), приводя, в свою очередь, по аналогии с предыдущей таблицей, к незначительному снижению общего уровня бодрости, собранности (на 4 и 2 ранга соответственно) и временному ощущению усталости ( повышение на 1 ранг).

Таблица 3

| *Группы* | *Декабрь* | | *Май* | | *Отклонение* | *Квадраты отклонений* ($\sigma$) | $p \leq 0,05$ | | *Гипот.* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | $M_1$ | $n$ | $M_2$ | $n$ | $M_1$-$M_2$ | $(M_1-M_2)^2$ | $t_{эмп}$ | $t_{кр}$ | - |
| *Реакция на пустяки* | 17 | 9 | 16 | 9 | *1* | *5* | *0,4* | *2,31* | - |
| *Отвл. пустяки* | 20 | 9 | 19 | 9 | *1* | *5* | *0,4* | *2,31* | - |
| *Ожидание трудностей* | 19 | 9 | 21 | 9 | *-2* | *12* | *0,6* | *2,31* | - |
| *Изб. трудностей* | 23 | 9 | 19 | 9 | *4* | *10* | *1,3* | *2,31* | - |
| *Хандра* | 21 | 9 | 18 | 9 | *3* | *7* | *1,2* | *2,31* | - |



Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Рассмотрим результаты исследования следующих 5 показателей.

Здесь также отмечается снижение «реакции на пустяки» (на 1 ранг), уровня хандры как показателей негативной эмоциональности (на 3 ранга) на фоне снижения тенденции к избеганию трудностей (на 4 ранга) и большей готовности к активному решению текущих жизненных ситуаций (показатель «ожидание трудностей» повысился на 2 ранга).

Таблица 4

| *Группы* | *Декабрь* | | *Май* | | *Отклонение* | *Квадраты отклонений(σ)* | *p≤ 0,05* | | *Гипот.* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | $M_1$ | *n* | $M_2$ | *n* | $M_1$-$M_2$ | $(M_1-M_2)^2$ | $t_{эмп}$ | $t_{кр}$ | - |
| *Безопасность* | 30 | 9 | 28 | 9 | *2* | *12* | *0,6* | *2,31* | - |
| *Беспокойство* | 24 | 9 | 17 | 9 | *7* | *19* | *1,8* | *2,31* | - |
| *Уравновешенность* | 25 | 9 | 24 | 9 | *1* | *9* | *0,3* | *2,31* | - |
| *Пережив. Разочарований* | 22 | 9 | 19 | 9 | *3* | *7* | *1,2* | *2,31* | - |
| *Близко к сердцу* | 18 | 9 | 22 | 9 | *-4* | *8* | *1,5* | *2,31* | - |

Согласно данным, представленным в таблице №4, можно отметить, что общий уровень беспокойства (уменьшение на 7 рангов) и степень переживания разочарований (уменьшение на 3 ранга) всё-таки имеют тенденцию к постепенному снижению. Хотя степень уравновешенности (снижение на 1 ранг), ощущение безопасности (снижение на 2 ранга) и близкое принятие ситуаций к сердцу (повышение на 4 ранга) имеют место как реакция адаптации к меняющимся внутриличностным условиям в связи с тем, что личностная тревожность формируется в течение длительного времени и требует, соответственно, более основательную и протяжённую коррекционную работу.

*Выводы*. Интерпретируя полученные данные, можно констатировать, что уровень тревожности у обеих групп не имеет достоверных различий, потому что:

– период коррекции в 5–6 месяцев является недостаточным, работа требует пролонгации в связи с тем, что тревожность, первоначально возникшая как реакция на семейное неблагополучие, закрепившись, становится устойчивым об-


Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

разованием к подростковому возрасту и требует длительной коррекции глубинных травм и внутриличностных конфликтов как основных причин её возникновения;

– все подростки являлись выпускниками 9-х классов и повторное исследование выпало на предэкзаменационный период и предстоящее вступление в самостоятельную жизнь с повышением ситуативной и, соответственно, личностной тревожности;

– работа была ориентирована в большей степени на укрепление Эго подростков, чем на проработку внутриличностных конфликтов.

***Список литературы***

1. Астапов В.М. Тревожность у детей. – М.: Пер Сэ, 2008. – 98 с.

2. Коноводов А.А. Новые направления исследования тревожности: Автореф. дис. … канд. психол. наук. – М., 2011. – 202 с.

3. Немов Р.С. Психология: учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. Кн. 3: Экспериментальная педагогическая психология и психодиагностика. – М., 2000.

4. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков. – М.: Модекс,2000. – 304 с.

5. Спилбергер Ч.Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги // Стресс и тревога в спорте. – М., 1983.

6. Фрейд 3. Психология бессознательного. – М., 2002. – 380 с.

7. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / пер. с англ. – М.: Прогресс; Универс, 1993. – 126 с.

8. Ханин Ю.Л. Стресс и тревога в спорте: Международный сб. науч. ст. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 288 с.

9. Юнг К.Г. Конфликты детской души. – М.; СПб.: Речь, 2002. – 230 с.



Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)