

УДК 159.9.075

DOI: 10.26456/vtsped/2021.4.093

ФАКТОРЫ ТРЕВОЖНОСТИ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

А.С. Распопова, Е.И. Берилова, Ю.М. Босенко

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма», г. Краснодар

Выявлена факторная структура тревожности и социально-психологической адаптации современных подростков. Используются методы психологической диагностики, направленные на выявление уровня тревожности и параметров социально-психологической адаптации, методы математической статистики. Выявлено, что параметры социально-психологической адаптации выступают факторами развития тревожности, особенно в ситуациях, связанных с обучением в школе. Установлены гендерные различия чувствительности к стрессовым факторам школьной среды. Результаты исследования могут использоваться в практике работы школьной психологической службы для учета факторов риска развития тревожности подростков, профилактики психологического неблагополучия подростков.

***Ключевые слова:** тревожность, подростковый возраст, социально-психологическая адаптация, факторная структура, школьная тревожность.*

В современных условиях, связанных со стремительными переменами в обществе и ростом социальной напряженности, отмечается стремительный рост тревожности и следующее за этим увеличение числа явлений дезадаптации обучающихся [1, с. 197; 3, с. 103]. Проблема тревожности и проблема адаптации затрагивает молодое поколение – подростков, так как они включены в процесс образования, который в настоящее время подвергается стремительной трансформации [2, с. 146; 4, с. 276; 5, с. 48]. Актуальность исследования определяется необходимостью изучения факторов, которые могут стать причинами дезадаптации в подростковом возрасте. Важным является установление особенностей проявления тревожности у подростков разного пола, факторах тревожности и особенностях социально-психологической адаптации в подростковом возрасте. Следствием неправильных взаимоотношений могут быть искаженные взаимоотношения в среде взрослых, приводящие к дальнейшему развитию отрицательных черт личности. Неуспешность в общении со сверстниками, родителями, педагогами часто приводит к мучительным переживаниям подростка. Тревожность, закрепившись, становится достаточно устойчивым образованием.

Для достижения цели исследования были применены следующие методики: шкала социально-психологической адаптированности (К. Роджерс, Р. Даймонд); тест школьной тревожности Филлипса; шкала самооценки личностной тревожности Ч. Спилбергера. Математическая обработка полученных данных проводилась с помощью статистического пакета SPSS Statistics: факторный анализ по методу главных компонент с varimax-вращением.

Для выявления комплексных факторов, которые как можно более полно объясняют наблюдаемые связи между тревожностью и социально-психологической адаптацией, проводилась процедура факторного анализа. Корреляционная матрица 30 переменных была подвергнута процедуре анализа по методу главных компонент. Было извлечено 8 факторов с собственными значениями больше единицы, которые подверглись вращению по методу варимакс. В группе мальчиков ($n = 35$) выявлено 8 факторов, в группе девочек ($n = 41$) – 9 факторов.

Фактор 1 объясняет 25,743 % совокупной дисперсии и может интерпретироваться как дезадаптация. Максимальной факторной нагрузкой по данному фактору обладает противоположный полюс фактора (снижение фактора) – адаптивность, который усиливает проявление дезадаптивности, неприятие себя, неприятие других, эмоциональный дискомфорт, внешний контроль, ведомость, снижает проявление самоприятия, приятия других, эмоционального комфорта, интернальности. Проявление дезадаптации выражается в негативном самоотношении, эмоциональном неблагополучии, склонности усматривать свою жизнь как подконтрольную внешним воздействиям.

Фактор 2 объясняет 13,656 % совокупной дисперсии и может интерпретироваться как адаптированность. Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр адаптированности, который усиливает такие положительные проявления, как приятие себя, приятие других, эмоциональный комфорт, ведомость, внутренний контроль.

Фактор 3 «ведомость». Этот фактор усиливает реактивную и личностную тревожность, приятие других, снижает проблемы в отношениях с учителями и доминирование. Ведомость у мальчиков связана с тревогой.

Фактор 4 «фрустрация достижения успеха». Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр «фрустрация потребности в достижении успеха». Неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата, усиливает проблемы в отношениях с учителями, а также реактивную тревожность в конкретных ситуациях, общую школьную тревожность, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, низкую физиологическую сопротивляемость стрессу. Страх, связанный с достижением результата, является неблагоприятным

для мальчиков параметром формирования тревоги, неустойчивости к стрессу, может негативно сказываться на учебной успеваемости.

Фактор 5 «тревожность и страхи в школе». Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр «страх ситуации проверки знаний», который усиливает страх самовыражения и общий уровень школьной тревожности. Школьные страхи – фактор развития общей тревожности.

Фактор 6 «склонность к уходу от проблем». Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр «эскапизм», который усиливает реактивную тревожность, снижает эмоциональный комфорт. Склонность к уходу от проблем, является фактором развития тревожности подростков.

Фактор 7 «эмоциональный комфорт». Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр «эмоциональный комфорт», который усиливает самоприятие, снижает личностную тревожность. Этот фактор благоприятен для личностного развития подростков.

Фактор 8 «сопротивляемость стрессу». Максимальной факторной нагрузкой обладает противоположный полюс фактора – «низкая физиологическая сопротивляемость стрессу», который усиливает эмоциональный комфорт и снижает переживание социального стресса.

Выявленные данные указывают, что на проявление тревожности воздействуют параметры социально-психологической адаптации. Ведущим является фактор «дезадаптация» (процент объяснения дисперсии 25,7 %). В большей степени воздействуют на рост тревожности у мальчиков такие факторы, как «ведомость», «фрустрация достижения успеха», «тревожность и страхи в школе», «эскапизм». Выявлено, что снижает проявление тревожности параметр «эмоциональный комфорт». С помощью факторного анализа выделены как негативные, так и положительные тенденции: выявлены факторы «адаптированность», «эмоциональный комфорт» и «сопротивляемость стрессу».

В группе девочек-подростков выявлено девять основных факторов.

Фактор 1 объясняет 22,261 % совокупной дисперсии и может интерпретироваться как неприятие себя. Максимальной факторной нагрузкой обладает противоположный полюс параметра – самоприятие. Следующим по значимости выступает «неприятие себя», этот фактор усиливает ведомость, внешний контроль, эмоциональный дискомфорт, принятие других, дезадаптированность, низкую физиологическую сопротивляемость стрессу, связан со снижением адаптивности, эмоционального комфорта и доминирования. Негативное самоотношение девочек является фактором дезадаптации, неустойчивости к стрессу, восприятия жизни как подконтрольной внешним обстоятельствам.

Фактор 2 объясняет 12,775 % совокупной дисперсии и может

интерпретироваться как интернальность. Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр «внутренний контроль», который включает усиление интернальности, эмоционального комфорта, приятия других, самоприятия и адаптивности, связан со снижением переживания социального стресса, дезадаптированности и неприятия других.

Фактор 3 объясняет 10,931 % совокупной дисперсии и может интерпретироваться как зависимость от социального окружения. Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр «приятие других». Для данного фактора характерно усиление переживание социального стресса, приятия себя, приятия других, эмоционального комфорта, ведомости и эскапизма, а также снижения неприятия других и эмоционального дискомфорта.

Фактор 4 – склонность к доминированию – характеризуется усилением переживания социального стресса, приятием себя, эмоциональным дискомфортом, доминированием, снижением эмоционального комфорта и ведомости. Данный фактор объясняет, что склонность к доминированию связана с определенным эмоциональным напряжением.

Фактор 5 может интерпретироваться как страх проявить себя. Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр «страх самовыражения», который усиливает страх ситуации проверки знаний, приятие себя, эмоциональный комфорт, внутренний контроль, снижает эскапизм.

Фактор 6 может интерпретироваться как страх оценивания. Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр «проблемы в отношениях с учителями». Данный параметр усиливает страх не соответствовать ожиданиям окружающих, страх ситуации проверки знаний, фрустрацию потребности в достижении успеха и общий уровень школьной тревожности.

Фактор 7 может интерпретироваться как адаптированность. Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр «адаптированность», который усиливает неприятие других, приятие себя, эмоциональный комфорт. Адаптированные девочки характеризуются положительным самоотношением и эмоциональным комфортом, но воспринимаются педагогами как тревожные и склонные к неприятию других.

Фактор 8 – социальный стресс. Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр «страх не соответствовать ожиданиям окружающих», который усиливает фрустрацию потребности в достижении успеха, переживание социального стресса, низкую физиологическая сопротивляемость стрессу, внешний контроль.

Фактор 9 – тревожность. Максимальной факторной нагрузкой обладает параметр «реактивная тревожность», который усиливает личностную тревожность, низкую сопротивляемость стрессу. Полученные в группе девочек факторы показывают значимость для

девочек социальной оценки. Особенно это связано с ситуациями школьного обучения.

Выделены факторы риска дезадаптации. Для девочек по сравнению мальчиками более значимы факторы оценивания. Основным фактором выступило неприятие себя (22,261 % совокупной дисперсии). Также выделены факторы «зависимость от социального окружения», «склонность к доминированию», «страх оценивания», «социальный стресс», «тревожность». К факторам, несущим благоприятную нагрузку, можно отнести интернальность. Фактором неблагополучия девочек является неустойчивость к стрессу, страх не соответствовать ожиданиям окружающих.

Выявленные в группе мальчиков данные указывают, что на проявление тревожности воздействуют параметры социально-психологической адаптации. Ведущим является фактор «дезадаптация» (процент объяснения дисперсии 25,7 %). В большей степени воздействуют на усиление тревожности у мальчиков такие факторы, как ведомость, фрустрация достижения успеха, тревожность и страхи в школе, эскапизм. Снижает проявление тревожности параметр «эмоциональный комфорт». Тревога имеет значение для развития стресса. С помощью факторного анализа выделены как негативные, так и положительные тенденции: факторы «адаптированность», «эмоциональный комфорт» и «сопротивляемость стрессу».

Результаты исследования могут применяться в практике в виде основы для мониторинга эмоционального состояния подростков, разработки коррекционных программ в системе психологического сопровождения, а также использоваться в практике работы школьной психологической службы для учета факторов риска развития тревожности подростков, профилактики психологического неблагополучия подростков.

Список литературы

1. Кучугурова А.О., Дубовова А.А. Особенности взаимосвязи перфекционизма и тревожности у юных гимнастов с учетом гендерного аспекта // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2019. № 1. С. 196–198.
2. Прихожан А.М. Формы и маски тревожности. Влияние тревожности на деятельность и развитие личности // Тревога и тревожность / Ред. В.М. Астапов. СПб., 2001. С. 143–156.
3. Пыжова К.В. Тревожность в общении как причина социальной дезадаптации подростков с низким уровнем успешности речевого и коммуникативного развития // Российский психологический журнал. Т. 5. 2008. № 3. С. 102–104.
4. Распопова А.С. Взаимосвязь чувствительности к поощрениям и наказаниям с самооценкой и тревожностью спортсменов подросткового возраста // Актуальные проблемы и инновационные решения физической культуры и спортивной тренировки: м-лы науч.-практ. конф. с междунар. участием,

- посвященной 90-летию д-ра пед. наук, профессора, заслуженного работника физической культуры Российской Федерации, кавалера ордена Дружбы Виктора Григорьевича Семенова. Смоленск, 2019. С. 274–276.
5. Сидоров К.Р. Тревожность как психологический феномен // Вестник Удмуртского университета. Философия. Социология. Психология. Педагогика. 2013. Вып. 2. С. 42–52.

Об авторах:

РАСПОПОВА Анна Сергеевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» (350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161); annar25@mail.ru

БЕРИЛОВА Елена Игоревна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» (350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161); berilovanew@mail.ru

БОСЕНКО Юлия Михайловна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» (350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161); Lavina32@mail.ru

**FACTORS OF ANXIETY AND SOCIO-PSYCHOLOGICAL
ADAPTATION OF MODERN ADOLESCENTS
IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT**

A.S. Raspopova, E. I. Berilova, Y.M. Bosenko

Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Krasnodar, Russia

Anxiety is an urgent area of research in the conditions of uncertainty that give rise to the phenomena of maladaptation. The purpose of the study: to identify the factor structure of anxiety and socio-psychological adaptation of modern adolescents. Research objectives: to identify the level of anxiety and socio-psychological adaptation, to establish the factor structure of these phenomena and the relationships between them. Methods of psychological diagnostics aimed at identifying the level of anxiety and parameters of socio-psychological adaptation, methods of mathematical statistics were used. 76 people took part in the study, including 35 boys and 41 girls. The age of the subjects was 13-16 years. It was revealed that the parameters of socio-psychological adaptation act as factors for the development of anxiety, especially in situations related to school education. Gender differences in sensitivity to stressful factors of the school environment have been established. The results of the study can be used in the practice of the school psychological service to take into account risk factors for the development of adolescent anxiety, prevention of psychological distress of adolescents.

Keywords: *anxiety, adolescence, socio-psychological adaptation, factor structure, school anxiety.*