

*Калюжная Д.Ю.,
Студент
4 курс, отделение психологии и педагогики
Елабужский институт Казанского Федерального Университета
Россия, г. Елабуга
Научный руководитель: Панфилов А.Н.,
Доцент кафедры психологии и педагогики
Елабужский институт Казанского Федерального Университета
Россия, г. Елабуга*

ЛИЧНОСТНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ И ОСОБЕННОСТИ ЕЁ ПРОЯВЛЕНИЯ У МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ

***Аннотация.** Статья посвящена исследованию особенностей проявления личностной тревожности у младших подростков. Автор статьи раскрывает определение понятия «личностная тревожность», предоставляет для изучения результаты экспериментальной работы по выявлению особенностей проявления тревожности у младших подростков.*

***Ключевые слова:** тревожность, личностная тревожность, страх, беспокойство, младшие подростки.*

***Annotation.** The article is devoted to the study of the features of the manifestation of personal anxiety in younger adolescents. The author of the article reveals the definition of the concept of "personal anxiety", provides for study the results of experimental work to identify the features of the manifestation of anxiety in younger adolescents.*

***Key words:** anxiety, personal anxiety, fear, anxiety, younger teenagers.*

Актуальность темы исследования связана с тем, что растет число тревожных детей, характеризующихся повышенной тревожностью, неуверенностью и эмоциональной нестабильностью. Возникновение и усиление тревожности связано с тем, что не удовлетворяются соответствующие возрасту потребности ребенка.

В последние годы количество детей в нашей стране, страдающих от стойкой тревоги и стойкого сильного страха, значительно увеличилось по сравнению с прошлым. Повышение уровня тревожности и страха у детей было продемонстрировано некоторыми экспериментальными исследованиями.

Тревожность явно зависит от возраста, что отражается в ее источнике, содержании, компенсации и защите. В любом возрасте существуют определенные области, объекты в реальности, которые вызывают повышенную тревожность у большинства детей, будь то реальная угроза или тревожность как стабильная переменная.

Тревожность - это склонность человека испытывать страх, которая характеризуется низким порогом тревожности.

Основатель психоанализа, австрийский психолог З. Фрейд считал, что люди обладают врожденными биологическими инстинктами, которые мотивируют их поведение и определяют их эмоции. По его словам, конфликт между биологическими импульсами и социальными запретами порождает тревогу и неврозы. Конфликт между биологией и социальностью начинается с момента рождения и продолжается на протяжении всей жизни [1].

По мнению Л.И. Божович, тревожность - это переживание, основанное на неудовлетворенных базовых потребностях личности [2].

В.В. Суворова определяет термин «тревожность» как сложный комплекс отрицательных эмоций, характеризующийся острым психическим состоянием человека, внутренним беспокойством и неустойчивостью. По мнению В.В. Суворовой, тревожность отличается от страха, тревога крайне субъективна и, возможно, не имеет четкой направленности[3].

Достаточно выраженная тревога включает два компонента: осознание физиологических ощущений (сердцебиение, тошнота, потливость и др.) и психологическое осознание факта тревоги. Тревожность иногда усиливается чувством стыда («Другие увидят, что я боюсь») Важным аспектом «тревожного» мышления является его селективность: субъект склонен выбирать определенные темы из окружающей жизни и игнорировать остальные, чтобы доказать, что он прав, рассматривая ситуацию как устрашающую, или напротив, что его тревога напрасна и неоправданна.

Проявления тревожности в каких-либо ситуациях различные. В одних случаях люди ведут себя тревожно всегда и везде, а в других случаях они замечают свою тревожность лишь в определенных обстоятельствах, ситуациях.

Ситуативно-устойчивые проявления тревожности принято называть личностными и связывать с наличием у человека соответствующей и присущей личностной черты (так называемая «личностная тревожность»).

Личностная тревожность в отличие от ситуативной, проявляется и выражается в самых различных жизненных ситуациях, и даже таких, которые объективно к этому не располагают. Для нее характерно состояние бессознательного страха, неопределенные ощущения угрозы, готовность воспринимать любое событие либо действие как неблагоприятное и опасное.

Дети 11-12 лет находятся в переходном возрасте – от младшего возраста к подростковому. Этот возрастной период принято называть младшим подростковым возрастом. Младший подростковый возраст – это период позитивных изменений и преобразований, происходящих с личностью ребенка. Тревожные подростки живут, чувствуя беспричинный непрерывный страх. У подростков на первый план выступает страх перед авторитарными личностями (учителем и директором), страх в ситуациях с высокими требованиями, социальные страхи (боязнь не соответствовать эталонам либо субкультуре референтной группы). У подростков, имеющих страхи,

возникают вторичные проблемы - нарастает социальная изоляция, ребенок начинает не успевать в учебе, депрессии. Многие из них опасаются, что одноклассники сочтут их больными, бездельниками, прогульщиками. Подросток не способен уделить внимание качественному осуществлению трудовой либо учебной деятельности, сосредоточившись на источнике тревоги.

Тревожность младшего подростка влияет на социометрический статус личности в группе. Особенность возникновения и проявления тревожности в подростковом возрасте состоит в страхе «быть не собой» как реакции на опасность изменения.

Таким образом, повышенная тревожность, обусловленная страхом возможной неудачи, является приспособительным механизмом, повышающим ответственность индивидуума перед лицом общественных требований и установок. Это лишний раз подчеркивает социальную природу явления «тревожности». При этом отрицательные негативные эмоции, сопровождающие тревожность, являются той «ценой», которую вынужден платить человек за повышенную способность чутко откликаться и, в конечном счете, лучше приспособливается к социальным требованиям и нормам. Различные типы тревожности проявляются по-разному и с различной силой.

Нами было изучена экспериментальная работа по определению особенностей проявления личностной тревожности у младших подростков

Невербальная диагностика эмоциональных состояний (А.О. Прохоров). Это методика изучения эмоциональных состояний, позволяющая диагностировать психические состояния у детей младшего возраста с помощью цветовых и картиночных тестов.

Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса предназначена для измерения степени и характера школьной тревожности среди учащихся начальной и средней школы.

Шкала тревожности Сирса используется для измерения уровня тревожности и, вместе с индикатором напряжения, является важным показателем влияния факторов психического здоровья и школы.

Шкала тревожности Ч. Спилбергера. Тест разработан Ч.Д. Спилбергером (адаптирован на русский язык Ю.Л. Ханиным), предназначен для диагностики уровня ситуативной и личностной тревожности.

Описание исследовательской выборки: в исследовании приняли участие ученики трех 6 классов. Всего 60 человек. Оценивали показатели целиком у сборной группы.

Высокий уровень личностной тревожности отмечен у 10 человек (16,6%). При высокой личностной тревожности человек воспринимает широкий диапазон ситуаций как угрожающие и реагирует в этих ситуациях выраженным состоянием тревожности различной интенсивности, не всегда соответствующей объективной опасности. У детей со средним уровнем личностной тревожности, а таких 20 человек (33,3%) можно отметить добросовестность, ответственность, тщательность и педантичность при выполнении обязанностей. Низкотревожных подростков оказалось 11 человек (18,6%). Они не склонны видеть угрозу своему престижу в широком диапазоне ситуаций. Вероятность возникновения у них состояния тревожности низка, хотя и не исключена в отдельных особо важных и лично значимых для них случаях. Может проявляться беспечность, легковесность, самоуверенность.

Использованные источники:

1. Мамадалиева Г.А. Особенности проявления тревожности у подростков //Вестник Технологического университета Таджикистана. Серия: Гуманитарные науки и профессиональная педагогика. – 2020. – №. 1. – С. 32-42.
2. Страхова А.Э., Врублевская М.С. Проявление агрессивности и конфликтности в подростковом возрасте: гендерный аспект //Профилактика агрессии и деструктивного поведения молодежи. – 2022. – №. 9. – С. 284-287.
3. Пчелинцева Т.А. Психолого-педагогические особенности возникновения, протекания и коррекции тревожности младших подростков //Служение педагогическому делу. – 2021. – №. 6. – С. 308-315.