

Социально-психологический анализ детерминанты переживаний тревоги у подростков

С.А. Кириллина Московский городской психолого-педагогический университет

Поступила 20 октября 2013/ Принята к публикации: 2 ноября 2013

Socio-psychological analysis of the anxiety determinants in adolescents

Svetlana A. Kirillina Moscow State University of Psychology and Education

Received: October 20, 2012 / Accepted for publication: November 2, 2013

В статье сделана попытка нового подхода к рассмотрению феномена тревоги, а именно, выделение социально-психологических детерминант переживания тревоги подростками. Сопоставляются позиции самих учащихся, их педагогов и родителей по отношению к тому, какие ситуации являются для подростков наиболее тревогогенными.

Представлена краткая характеристика основных понятий, связанных с проблематикой тревоги. Дана трактовка феномена тревоги, показано различие понятий тревога и страх, рассмотрены некоторые причины тревоги, выделяемые авторами. Рассматриваются различные виды тревоги: ситуативная и личностная, адекватная и неадекватная. Тревога, проявляющаяся в различных областях жизнедеятельности человека, и, в частности, школьная тревожность.

В статье представлены также результаты эмпирического исследования коммуникативных ситуаций, в которых подростки испытывают тревогу. Приведены оценки этих ситуаций педагогами и родителями.

Исследование состояло из нескольких этапов: осуществление фокусированных интервью с учителями, а затем с родителями подростков. Проведение фокус-групп с подростками (вопросы, предлагаемые всем категориям испытуемых, представлены в соответствующих разделах). В исследовании приняли участие 6 учителей, 6 родителей и 15 подростков в возрасте 12–14 лет. На основе полученных данных был определен набор ситуаций, которые вызывают тревогу у подростков, а также проанализировано восприятие этих ситуаций родителями и учителями. Раскрываются сходства и различия в восприятии коммуникативной тревоги у вышеуказанных трех категорий испытуемых.

На основании результатов исследования показано, что к ситуациям межличностного взаимодействия, вызывающим тревогу у подростков, относятся, прежде всего, ситуации, связанные с социальной оценкой подростка сверстниками и взрослыми.

Ключевые слова: тревога, подростковый возраст, учителя, родители, восприятие тревоги взрослыми.

The paper is an attempt to present a new approach to anxiety research, namely to describe social psychological determinants of anxiety in adolescents, and also to present teachers', parents' and students' views on "anxiety-causing" situations in adolescents are compared.

The article presents a brief description of the main concepts related to the subject of anxiety: the interpretation of the phenomenon of anxiety, differences between the concepts of anxiety and fear, causes described by various authors. The author also pays attention to various types of anxiety: situational vs personal, adequate vs inadequate anxiety, anxiety in various fields of human life, and in particular at school.

The paper describes the results of the empirical study devoted to the communicative situations in which adolescents experience anxiety and the estimation of these situations by teachers and parents are presented.

The research is qualitative and consisted of several stages: focused interviews with teachers and then with the adolescents' parents, focus groups of adolescents (the questionnaire is presented in respective part of the article). The study involved 6 teachers, 6 parents, 15 adolescents aged from 12 to 14 years. Based on the research results the set of situations that cause anxiety in adolescents is identified and the perception of these situations by parents and teachers is analyzed. The article also presents the similarities and differences of the perception of adolescents' communicative anxiety in the three categories of respondents.

The results of the study show that the interactional situations causing anxiety among adolescents primarily involve social estimation of an adolescent both by peers and adults.

Keywords: anxiety, adolescence, teachers, parents, adult perception of anxiety.

Проблема тревоги широко рассматривается как отечественными, так и зарубежными авторами. Несмотря на изученность многих аспектов данной темы, интерес к ней не угасает. Специфические реалии современного общества, нарастающий объем информации, который обрушивается на детей с раннего возраста, общая социальная неопределенность и высокий темп общественных изменений – все эти факторы способствуют росту тревожности, что обуславливает неизменную актуальность данной тематики для психологической науки.

В нашей работе понимание тревоги и тревожности основано на определениях, данных А.М. Прихожан. Под тревогой подразумевается эмоциональное переживание, носящее ярко выраженный негативный оттенок и связанное с предчувствием опасности, как правило, имеющее ситуативный характер, а под тревожностью – устойчивое свойство личности (Прихожан, 2000, С. 9). Схожих взглядов придерживается и Ч.Д. Спилбергер. Он подчеркивает, что ситуативная тревога возникает при обстоятельствах, воспринимаемых человеком как опасные, угрожающие. Длительность тревоги в таких случаях зависит от продолжительности нахождения в травмирующих условиях. Тревожность, присущая личности как черта (личностная тревожность), может не проявляться в поведении человека, ее уровень можно определить, выявив, насколько часто и сильно проявляется тревога. Люди с более высоким уровнем личностной тревожности склонны воспринимать мир более опасным, чем люди с низким ее уровнем, что приводит первых к большей подверженности стрессу, а значит, и более частому и интенсивному переживанию тревоги (Спилбергер, 2008, С. 86).

Также в литературе широко представлено понятие страха. З. Фрейд писал, что

страх проявляется при столкновении с конкретной и известной опасностью, в то время как тревожность – при неизвестных индифферентных раздражителях, это сигнал ожидаемой опасности, при этом человеку свойственны беспомощность и чувство неопределенности (Фрейд, 2008). Эту точку зрения разделяет и А.М. Прихожан (Прихожан, 2000, С. 14). Другие авторы (О.Х. Мауэр, Дж. Уотсон, В. Джемс, К. Ланге) рассматривают тревогу как продолжение страха и предполагают использование лишь одного термина.

При выделении причин тревожности мнения авторов также расходятся. Одни исследователи считают источником тревоги особенности нервной системы и повторяющиеся стрессовые ситуации (Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин, Б.Н. Филлипс, Н.Г. Мартин), трудности и нарушения при межличностном общении (К. Хорни, Г.С. Салливан), наличие внутриличностных конфликтов (К. Роджерс, В.Н. Мясишев).

Остановимся на видах тревожности, выделяемых авторами. Как мы упоминали ранее, Ч.Д. Спилбергер, Р. Кэттел, Ю.Л. Ханин предлагают разделять ситуативную и личностную тревожность. Первая – реакция на реальную ситуацию, вторая является свойством личности. При этом можно выделить объективную или реальную тревогу на существующую угрозу и неадекватную тревогу, проявляющуюся в нейтральных ситуациях (Большой психологический словарь, 2006, С. 552). Л.И. Божович, В.Р. Кисловская пишут об адекватной и неадекватной тревожности. Адекватная проявляется при неблагополучии в конкретной сфере жизнедеятельности, неадекватная – в благополучных условиях (Большой психологический словарь, 2006, С. 553).

А.М. Прихожан предлагает выделять устойчивую тревожность в какой-либо сфере (экологическая, школьная, экзамениционная или тестовая, межличностная) и общую генерализованную

тревожность, при которой тревогу вызывают разные объекты, в зависимости от значимости их для личности в разные периоды жизни. Также автор пишет об адаптивной тревоге, которая помогает приспособиться к окружающей среде, и дезадаптивной, которая мешает этому, дезорганизует поведение (Микляева, 2007, С. 19-20).

А.В. Микляева, П.В. Румянцева подробно описывают школьную тревожность, возникающую, по их мнению, в результате школьного неблагополучия, которое может быть связано со множеством аспектов. Это повышенная сложность учебной программы и, как следствие, учебные перегрузки, неадекватные требования родителей, конфликты с учителями, трудности при взаимодействии со сверстниками (Микляева, 2007, С. 26-30).

Проведенный нами анализ литературы по проблеме тревожности позволяет утверждать, что в современной психологии эти проблемы рассматриваются преимущественно в контексте возрастной и общей психологии. Новый ракурс в анализе данной проблематики может предложить изучение тревожности в русле социальной психологии.

Значимой социально-психологической детерминантой тревожности может являться специфика конкретной ситуации межличностного взаимодействия. Так, А.М. Прихожан предлагает рассматривать тревогу как состояние в различных жизненных контекстах, выделяя при этом школьную, в частности, тестовую тревогу. Школьная тревожность – весьма обширное понятие. А.В. Микляева и П.В. Румянцева обращают большое внимание на физиологические и поведенческие аспекты школьной тревожности, М. Раттер считает, что в данных ситуациях имеет место внутриличностный конфликт. Однако в целом социально-психологические детерминанты ситуативной и личностной тревожности, в том числе, типология коммуникативных ситуаций, вызывающих тревогу, практически не изучены.

Ряд авторов рассматривают влияние различных характеристик личности, таких как пол, возраст, культурные особенности проявления тревоги, изучают уровень тревоги, возникающей при необходимости просить помощь, в том числе, у преподавателей (Baloglu, Deniz, Kesici). Некоторые работы (В.К. Biggs, Т.М. Luis, R.E. Varela) посвящены связи



Светлана Андреевна Кириллина – аспирант кафедры этнопсихологии и психологических проблем поликультурного образования факультета социальной психологии Московского городского психолого-педагогического университета. Имеет 5 публикаций
E-mail: semi97@mail.ru

стиля семейного воспитания и особенностей проявления тревоги у студентов при адаптации. Другие освещают влияние типа привязанности на тревожность детей (Т.М. Luis, К.В. Moore).

В нашем исследовании предпринята попытка раскрыть социально-психологические аспекты тревоги у подростков, а именно, ситуации межличностного взаимодействия, в которых она проявляется, а также выявить специфику восприятия данных ситуаций взрослыми и самими подростками

Особый интерес представляет выделение коммуникативного контекста тревожности в подростковом возрасте, так как этот период характеризуется существенными изменениями в коммуникативной сфере: сама деятельность общения со сверстниками становится на этом этапе крайне значимой, тогда как общение со взрослыми существенно отходит на второй план (Личко, 1999). Выделение подобных тревогенозных ситуаций у подростков также ставит перед нами еще одну социально-психологическую проблему: насколько совпадает восприятие данных ситуаций самими подростками и взрослыми (педагогами и родителями), с которыми подростки взаимодействуют. Таким образом, анализ социально-психологических детерминант представляет собой новый подход к изучению тревоги.

Итак, в нашем исследовании предпринята попытка раскрыть социально-психологические аспекты тревоги у подростков, а именно, ситуации межличностного взаимодействия, в которых она проявляется, а также выявить специфику восприятия данных ситуаций взрослыми и самими подростками.

Гипотезами нашего исследования выступили следующие предположения:

1. Социально-психологический контекст имеет существенное значение при оценке коммуникативных ситуаций как «тревогенозных».
2. К ситуациям межличностного взаимодействия как со сверстниками, так и со взрослыми, вызывающим наибольшую тревогу, сами подростки относят ситуации, связанные:
 - с риском негативной оценки со стороны сверстников (своего или противоположного пола) и взрослых,
 - с самораскрытием перед сверстниками и взрослыми,
 - с ожиданием наказания от родителей,

– с переживанием несправедливости при взаимодействии с учителями.

3. К ситуациям межличностного взаимодействия, вызывающим наибольшую тревогу у подростков, родители

относят ситуации, преимущественно связанные с взаимодействием со сверстниками и с предъявлением требований со стороны взрослых, причем, взаимодействие в семье не рассматривают как тревогенозное.

4. К ситуациям межличностного взаимодействия, вызывающим тревогу у подростков, педагоги относят следующие ситуации: конфликты со сверстниками, получение нежелательной оценки, неуспехи в учебе.

Исследование состояло из трех этапов. На первом было проведено интервью с родителями подростков, на втором – интервью с учителями, а на последнем этапе были проведены фокус-группы с подростками.

Всего в исследовании приняло участие 27 человек. Выборку составили 6 учителей московской общеобразовательной школы (трое из них молодые специалисты, трое – учителя со стажем работы более 15 лет), 6 родителей, 15 учеников в возрасте 12-14 лет.

Процедура первого и второго этапов исследования

Первый этап заключался в исследовании восприятия учителями и родителями проявлений тревоги у подростков, а именно, в выявлении ситуаций, которые, по мнению учителей и родителей, являются тревогенозными для детей. На этом этапе исследования нами использовался метод интервью. Интервью протекало в форме свободной беседы по 20-30 мин., данные фиксировались с помощью диктофона. Затем были составлены транскрипты по каждому респонденту, что помогло выделить категории и кластеры в каждом случае и составить список ситуаций, вызывающих трудности у подростков. Ниже представлен перечень проблемных во-

просов для учителей, на которые мы опирались в ходе беседы:

- Как вы думаете, в каких ситуациях подростки чувствуют себя некомфортно?
- Что именно подростки при этом чувствуют?
- Какие дети наиболее склонны испытывать беспокойство, волнение?
- Как вы думаете, как именно проявляется беспокойство? В каких ситуациях беспокойство проявляется наиболее сильно?
- Как подростки себя ведут, когда чувствуют беспокойство, напряжение?
- Проблемные вопросы, обсуждаемые с родителями, затрагивали проявления тревоги именно у их ребенка. А именно:
 - Бывают ли такие ситуации, в которых ваш ребенок чувствует себя некомфортно? Что это за ситуации?
 - Что ребенок при этом чувствует?
 - В каких ситуациях беспокойство проявляется наиболее сильно? Как это выглядит? Приведите примеры.

Анализ результатов первого и второго этапов исследования

В результате анализа транскриптов интервью нами был составлен список ситуаций, в которых подростки, по мнению педагогов, склонны испытывать тревогу. Рассмотрев эти ситуации, мы выделили основные содержательные кластеры, отражающие сферы жизни, в которых, по мнению взрослых, дети испытывают тревогу. Данные кластеры представлены в ниже таблице № 1.

Приведем примеры высказываний, относящихся к различным кластерам.

Кластер «Общение и взаимодействие со сверстниками» представлен следующими высказываниями:

- а) педагоги
 - «Для одного ребенка это приемлемо, для другого нет и здесь начинается момент напряжения, момент конфликтов: один имеет представление о чем-то в одном ключе, другой о том же самом – в другом».
 - «Есть часть детей, для которых самое главное – самоутвердиться в коллективе, и если это не получается, это для них волнение».
 - «Они волнуются, когда нужно идти до победы. А не все это могут. И ког-

да ребенок не победил, это большое волнение».

- «Некомфортно чувствуют, когда в коллективе их как-то подавляют, обзывают, пристают и, с другой стороны, если на них не обращают внимание».

б) родители

- «Волнуется, если собирается какая-то компания, она даже не пойдет. Ни на дискотеку в школу, ни в кино. Выпускной в начальной школе тоже. Она сходила на часок и вернулась».
- «Если с девочками поссорится, очень переживает, волнуется, что не сможет помириться».
- «Чаще всего, когда другие люди, особенно подруги, выставляют ее в каком-то нехорошем свете, предают, кто-то что-то сказал про нее, сделал не так».

Следующий кластер – это «Ситуации, связанные с процессом обучения». Для него характерны такие высказывания:

а) педагоги

- «Есть часть детей, которым нужно, чтобы их не трогали, и если их начинаешь вызывать к доске или ставить в ситуацию, когда надо принимать решение, для них это очень тревожно, некомфортно. Они сразу теряются, не знают что делать, замыкаются».
- «Когда они пишут контрольные работы, некоторые даже ногти грызут, руки трясутся».

б) родители

- «Когда что-то не получается, когда не достигнет желаемых результатов. И в спорте, и в учебе».
- «Он еще может волноваться из-за болезни, у него аллергия, когда нервничает, все лицо может покрыться сыпью. Лицо, руки. Наверно он этого стесняется. Вдруг при ребятах начнется аллергия».

Также нами был выделен кластер «Взаимоотношения со взрослыми». Ниже также приведены высказывания респондентов:

а) педагоги

- «Они начинают волноваться, когда рассказываешь об их неудачах их родителям, они боятся не оправдать ожидания родителей, или того, что их начнут ругать, отберут компьютер, телефон».
- «Их выводит из себя несправедливость. Например, учитель не прове-

рил задания, они начинают негодовать, качать права».

б) родители

- «Когда ее ругают. Очень нервничает. Если ей что-то грубо сказать, сразу начинается паника, она не знает, как реагировать, что сказать, потом начинается самобичевание, что она не знала как себя вести. Ногти сразу грызет. И сразу чувствует себя очень неуверенно».

Ситуации, которые взрослые обозначали как тревогогенные, систематизировались нами в соответствии с данными кластерами. Полученные нами результаты представлены в таблице 1. Ситуации перечислены в соответствии с их значимостью для респондентов.

Сферы жизни	Учителя	Родители
Общение и взаимодействие со сверстниками	– столкновение мнений с одноклассниками; – самоутверждение в коллективе; – взаимоотношения со сверстниками противоположного пола; – трудности при взаимодействии с одноклассниками	– общение со сверстниками противоположного/того же пола; – неформальное общение с одноклассниками (поездки, праздники, выпускной); – конфликты, ссоры с друзьями; – самоутверждение в коллективе (необходимость быть лидером)
Ситуации, связанные с процессом обучения	– неготовность к уроку, ответ у доски; – получение нежелательной оценки; – контрольные и проверочные работы; – выступления перед классом, школой	– не достижение желаемых результатов; – выступление на публике; – получение нежелательной оценки
Взаимоотношения со взрослыми	– повышенные требования взрослых; – несправедливость со стороны учителя; – повышение голоса на уроке, дома; – обсуждение результатов ученика в присутствии других детей; – необходимость нести ответственность	– открытое требование взрослых (невозможность отказаться); – разлука с родителями (лагерь, поездки); – повышение голоса взрослыми («ругают»)

Таблица № 1 Восприятие учителями и родителями ситуаций, в которых подростки

Из таблицы № 1 мы видим, что преподаватели и родители выделили схожий набор ситуаций, которые могут вызывать тревогу у подростков, однако оценка взрослыми этих ситуаций несколько различается. Например, в категории «Общение со сверстниками» учителя на первое место ставят конфликты с одноклассниками, в то время как родители – взаимоотношения с ребятами противоположного пола. В категории «Ситуации, связанные с процессом обучения» учителя отмечают неготовность к уроку и получение нежелательной оценки, родители же больше подчеркивают страх при

выступлении на публике, в частности, ответ у доски. При этом в категории «Взаимоотношения со взрослыми» обе группы респондентов считают, что наибольшую тревогу вызывает открытое требование взрослых. Также опрошенные взрослые описали, как они видят проявления тревоги: подросток в таких ситуациях становится замкнутым, легко раздражается, становится более активным, даже злым, проявляется недовольство.

Таким образом, в результате проведенного интервью с родителями и учителями мы выделили три сферы жизнедеятельности, в которых, по мнению взрослых, у подростков проявляется тревога особенно сильно. Кроме того, анализ транскриптов показал, что учи-

телям с небольшим опытом работы (2-3 года) труднее дифференцировать ситуации, связанные с тревогой у подростков. У молодых преподавателей возникали трудности в ходе беседы, они затруднились ответить на вопросы, часто противоречили ранее высказанному мнению («так сложно сформулировать, затрудняюсь ответить»). Преподаватели со стажем (15-20 лет) легко выделяли ситуации, приводили примеры, комментировали поведение подростков.

Интервьюируемые родители также испытывали сложности в ходе беседы. Сложности вызвали просьбы привести

примеры, более развернуто ответить на вопрос, описать конкретную ситуацию. Часто родители ограничивались простым перечислением, что, возможно, свидетельствует о недостаточной рефлексии в этих вопросах.

Процедура третьего этапа исследования

Данный этап заключался в проведении фокус-групп с подростками 12-14 лет (ученики 7-9 классов). Опираясь на результаты интервью с родителями и учителями, мы определили набор проблемных ситуаций, описание которых предъявлялось участникам на карточках и обсуждалось. Перечислим их:

Негативная оценка со стороны сверстников	<ul style="list-style-type: none"> - произвести плохое впечатление (сказать глупость, выглядеть странным, испортить мероприятие, укачает в транспорте); - испортить мнение о себе; - оказаться неловким, нелепым; - быть высмеянным; - не оправдать оживания друзей; - не влиться в компанию, быть одному, чувствовать себя лишним; - не о чем поговорить.
Конфликты, ссоры с друзьями	<ul style="list-style-type: none"> - выдать чужой секрет/выдадут твой секрет; - ссора; - предательство.
Общение со сверстниками противоположного пола	<ul style="list-style-type: none"> - ссора с девушкой/парнем; - «опозориться».

Таблица № 2. Ситуации, в которых подростки испытывают тревогу при общении и взаимодействии со сверстниками.

Посещение дня рождения друга (при условии, что все ребята знакомые/незнакомые);

- Экскурсия с классом;
- Перемена;
- Вызов к доске;
- Конфликт с учителем;
- Ссора с родителями;
- Ситуация, в которой переживаю больше всего.

Данные ситуации относятся ко всем

Наибольшую тревогу при общении со сверстниками вызывают ситуации самопрезентации, когда надо поддержать разговор, вести себя уместно, при этом не быть «занудой»

трем выделенным нами категориям (общение со сверстниками, взрослыми, процесс обучения). Цель третьего этапа заключалась в выявлении мнения самих подростков о ситуациях, в которых они наиболее остро переживают тревогу.

Анализ результатов третьего этапа исследования

По результатам проведенных фокус-групп с подростками мы выделили некоторые особенности переживания тревоги в каждой из предложенных ситуаций.

Вначале рассмотрим ситуации, связанные с общением и взаимодействием со сверстниками. Подростки выделили такие ситуации, вызывающие у них тревогу:

- «Вот тебя пригласили на день рождения и ты волнуешься, понравится подарок или нет».
- «Страшно сделать глупость, когда ешь. Вдруг стошнит еще. Поперхнуться или разлить что-то у всех на глазах. Родители друзей это увидят, будешь плохо

выглядеть в их глазах».

- «При знакомстве страшно показаться дураком или занудой. Или еще хуже – вдруг мы уже знакомы, а я забыл».
- «Страшно как-то нелепо упасть, спотыкнуться, все будут смотреть, смеяться. Девушки увидят, тоже будут думать, какой ты неуклюжий».
- «На экскурсии страшно все испортить, вдруг скажешь что-то не то, обидишь кого-то и испортишь всем день».

В таблице № 2 представлены обобщенные результаты, связанные с тревогой в межличностном общении подростков.

Из таблицы № 2 мы видим, что при общении со сверстниками подростки

чувствуют тревогу в ситуациях негативной оценки сверстниками, в случаях конфликтов с друзьями, при общении со сверстниками противоположного пола. Во время фокус-групп подростки почти на каждую предложенную ситуацию говорили следующее: «страшно опозориться, будут смеяться, сделаю что-то не так». Также мы видим, что ученики переживают в ситуациях, где могут оказаться нелепыми, неловкими. Это соответствует нормативному протеканию подросткового возраста, когда меняются пропорции тела и подростки чувствуют себя неуклюжими. Ученики отмечали, как важно быть услышанным, найти тему для разговора, оправдать ожидания друзей. На основе этих ответов учеников можно предположить, что наибольшую тревогу при общении со сверстниками вызывают ситуации самопрезентации, когда надо поддержать разговор, вести себя уместно, при этом не быть «занудой». Возможно, тревога в таких случаях обусловлена недостаточно развитыми навыками самопрезентации, слабым ролевым репертуаром действий, а также характерными для возраста неуклюжестью и неловкостью.

Далее перейдем к рассмотрению ситуаций, связанных с процессом обучения. Здесь подростки сформулировали следующие тревожащие их ситуации:

- «Страшно, когда вызывают к доске, вдруг все перепутаешь, а потом все забываешь».
- «Неприятно идти к доске, все будут рассматривать».
- «Волнуюсь, когда выхожу к доске, вдруг я получу плохую оценку, и самооценка падает».
- «Страшно, когда стоишь у доски, нужно решить пример, а как, ты не знаешь. И молча стоишь и ждешь».

Анализируя эти высказывания, можно выделить несколько групп ситуаций, в которых подростки чувствуют тревогу: ситуации, связанные непосредственно с учебным результатом (плохие оценки, успеваемость в целом), ситуации, приводящие к конфликтам с учителями и родителями, ситуации, в которых (по мнению подростков) остальные ученики оценивают и обсуждают их. При этом ученики отмечали, что им не хватает поддержки со стороны как учителей, так и родителей.

И, наконец, рассмотрим ситуации, связанные со взаимоотношениями со

взрослыми: родителями и учителями. Приведем примеры ситуаций, которые подростки считают вызывающими у них тревогу:

- «Учитель часто несправедлив, не хочет разбираться, не хочет слушать».
- «Когда в чем-то ошибся или плохо поступил и учитель знает об этом, очень неприятно».
- «Они (учителя) по-разному ругают за один и тот же проступок, если ты плохо учишься, то тебя ругают за все: за «сменку», форму, опоздание. А отличникам получается все это можно, их не трогают».
- «Родители не понимают, всему классу поставили двойку, а ругают только меня. Я и так расстроен, зачем еще нагнетать».
- «Расстраиваюсь, когда не оправдываю ожиданий родителей».

В таблице № 3 обобщены ситуации, вызывающие тревогу и беспокойство подростков при общении со взрослыми.

Из таблицы №3 мы видим, что тревога в отношениях со взрослыми носит антиципирующий характер: подростки больше переживают во время ожидания наказания, чем непосредственно в момент его наступления. При этом ученики испытывают волнение, когда им кажется, что взрослые обсуждают их с другими взрослыми, боятся не оправдать ожиданий.

Следует также отметить, что обработка материалов фокус-групп показала существующие трудности в дифференциации эмоций и ситуаций у подростков 12-14 лет. Ученики с большим трудом определяют для себя, что такое состояние тревоги, страха, дискомфорта или раздражения. Подростки часто называли не столько ситуации, в которых испытывают тревогу и волнуются, сколько перечисляли все ситуации, в которых возникают какие-либо трудности. Так, одной из тем стало обсуждение справедливого и равного отношения учителей к разным ученикам, возможность диалога с учителем.

Итак, на основе полученных данных мы выделили основные виды ситуаций, которые родители и учителя воспринимают потенциально тревожными для подростков, а также ситуации, которые сами дети считают таковыми. При сравнении мнений взрослых и подростков мы видим, что взрослые склонны бо-

Тревога в отношениях со взрослыми носит антиципирующий характер: подростки больше переживают во время ожидания наказания, чем непосредственно в момент его наступления

лее подробно и четко дифференцировать ситуации. Например, в категории конфликты со сверстниками учителя и родители перечисляют тематику та-

Здесь важно отметить разницу восприятия ситуаций подростками и взрослыми: по мнению учителей и родителей тревогу вызывает сама ситуация неуспе-

Необходимость нести ответственность	– ожидание наказания за проступок; – вызов родителей в школу; – не выпускают гулять.
Несправедливость со стороны взрослых	– повышают голос; – неравное отношение к ученикам; – осуждают, разговаривают с другими учителями о тебе; – непоследовательное отношение («делаешь – плохо, не делаешь – плохо»).
Конфликт со взрослыми	– не оправдал ожиданий; – ожидание длительного наказания; – ожидание лишения каких-либо благ.

Таблица № 3. Ситуации, в которых подростки чувствуют тревогу при взаимодействии со взрослыми.

ких конфликтов, пытаются определить конкретные причины (самоутверждение, столкновение мнений), в то время как подростки в основном используют понятие «ссора» для всех случаев конфликтов. Также мы видим, что есть на-

ха (невозможность отстоять свое мнение, получение нежелательной оценки, конфликт с одноклассниками), подростки же чувствуют тревогу в тех случаях, когда возникает вероятность социальной оценки другими людьми. То есть,

Подросткам важно сохранить свой особый статус, не упасть в глазах сверстников, в том числе, в результате ссор и споров. Учителя и родителя здесь дают общее описание происходящего, не конкретизируя особенности каждой ситуации

бор ситуаций, которые подробно описывают подростки, но мало затрагивают взрослые. К таким ситуациям относится «Риск негативной оценки сверстниками». Подросткам важно сохранить свой особый статус, не упасть в глазах сверстников, в том числе, в результате ссор и споров. Учителя и родителя здесь дают общее описание происходящего, не конкретизируя особенности каждой ситуации.

Проанализировав все категории, полученные в результате обработки данных, мы можем выделить следующие ситуации, вызывающие тревогу:

1. Ситуации, в которых тревога возникает из-за недостаточно развитых навыков самопрезентации, неустойчивой самооценки.
2. Социально-психологические ситуации, связанные с возникновением конфликтов, ситуации риска негативной оценки как сверстниками, так взрослыми.

взрослые склонны недооценивать социально-психологический контекст тревоги у подростков.

Подводя итоги нашего исследования, можно сделать следующие выводы:

1. К ситуациям межличностного взаимодействия, вызывающим тревогу у подростков, относятся ситуации, обусловленные социально-психологическим контекстом, а именно, ситуации, связанные с социальной оценкой сверстниками и взрослыми.
2. Учителя при оценке ситуаций, вызывающих тревогу у подростка, склонны описывать ситуации возможного неуспеха (связанного как с обучением, так и с общением ученика со сверстниками и взрослыми), при этом не учитывая социально-психологический контекст ситуаций, а именно, социальное восприятие и оценку со стороны других людей.
3. Родители при оценке ситуаций, вызывающих тревогу детей, выделяют

ситуации межличностного общения подростка со сверстниками своего и противоположного пола, а также ситуации, связанные с самопрезентацией, при этом они не затрагивают ситуации, связанные с семейным воспитанием, а также ситуации социальной перцепции.

Представляет важным отметить некоторые ограничения нашего исследования. Во время обработки данных нами были проанализированы предъявляемые ученикам ситуации, но при построении беседы и при проведении фокус-групп нами не были учтены некоторые аспекты жизни подростков, такие как написа-

ние контрольных работ, нахождение в детском лагере, необходимость быть лидером (организатором). Таким образом, выделенные категории ситуаций нельзя считать достаточно полными, необходимо расширение выборки с учетом дополнительных вопросов для обсуждения с подростками.

Литература:

- Айзенк Х. Психологические теории тревожности // Тревога и тревожность : хрестоматия / сост. и общ. ред. В.М. Астапова. – Москва : ПЕР СЭ, 2008. – С. 217-239.
- Астапов В.М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги // Тревога и тревожность : хрестоматия / сост. и общ. ред. В.М. Астапова. – Москва : ПЕР СЭ, 2008. – С. 151-161.
- Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – 3-е изд., доп. и перераб. – Санкт-Петербург : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2006. – 672 с. – (Большая университетская библиотека).
- Изард К. Страх и виды тревожности // Тревога и тревожность : хрестоматия / сост. и общ. ред. В.М. Астапова. – Москва : ПЕР СЭ, 2008. – С. 104-118.
- Кулагина И.Ю. Возрастная психология: полный жизненный цикл развития человека : учеб. пособие для студентов вузов. / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колоцкий. – Москва : Сфера, 2008 – 464 с.
- Левитов Н.Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги // Тревога и тревожность : хрестоматия / сост. и общ. ред. В.М. Астапова. – Москва : ПЕР СЭ, 2008. – С. 75-85.
- Личко А.Е. Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков / А.Е. Личко. – Москва : АПРЕЛЬ ПРЕСС ; ЭКСМО-Пресс, 1999. – 416 с. – (Психология – XX век).
- Микляева А.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А.В. Микляева, П.В. Румянцева. – Санкт-Петербург : Речь, 2007. – 248 с. : ил.
- Мухина В.С. Возрастная психология. Феноменология развития / В.С. Мухина. – Москва : Академия, 2009. – 638 с.
- Новгородцева А.П. Переживание подростками «чувства взрослости» / А.П. Новгородцева // Психологическая наука и образование. – 2006. – № 2.
- Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. – Москва : Моск. психолого-социал. ин-т ; Воронеж : МОДЭК, 2000. – 304 с. – (Библиотека педагога-практика).
- Спилбергер Ч. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги // Тревога и тревожность : хрестоматия / сост. и общ. ред. В.М. Астапова. – Москва : ПЕР СЭ, 2008. – С. 85-100.
- Улановский А.М. История и векторы развития качественных исследований в психологии / А.М. Улановский // Методология и история психологии. – 2008. – Т. 3. – Вып. 1. – С. 129-139.
- Фрейд З. Введение в психоанализ / З. Фрейд. – Санкт-Петербург : Алетейя, 1999.
- Фрейд З. Страх // Тревога и тревожность : хрестоматия / сост. и общ. ред. В.М. Астапова. – Москва : ПЕР СЭ, 2008. – С. 30-42.
- Хекхаузен Х. Тревожность // Тревога и тревожность : хрестоматия / сост. и общ. ред. В.М. Астапова. – Москва : ПЕР СЭ, 2008. – С. 118-129.
- Хорни К. Тревожность // Тревога и тревожность : хрестоматия / сост. и общ. ред. В.М. Астапова. – Москва : ПЕР СЭ, 2008. – С. 161-175.
- Baloğlu M., Deniz E., Kesici S. // A descriptive study of individual and cross-cultural differences in statistics anxiety – URL : <http://www.sciencedirect.com/>
- Biggs B.K., Luis T.M., Sanchez-Sosa J.J., Varela R.E. // Parenting strategies and socio-cultural influences in childhood anxiety: Mexican, Latin American descent, and European American families – URL : <http://www.sciencedirect.com/>
- Luis T.M., Moore K.W., Varela R.E. // Parenting practices and childhood anxiety reporting in Mexican, Mexican American, and European American families – URL : <http://www.sciencedirect.com/>

References:

- Astapov, V.M. (2008) Funktsional'nyy podkhod k izucheniyu sostoyaniya trevogi [A functional approach to the study of anxiety]. *Trevoga i trevozhnost'*. Khrestomatiya [Alert and anxiety. Reader]. V.M. Astapov (Ed.). Moscow, PER SE, 151-161.
- Baloğlu, M., Deniz, E., & Kesici, S. A descriptive study of individual and cross-cultural differences in statistics anxiety. Electronic resource – Mode of access: <http://www.sciencedirect.com/>
- Biggs, B.K., Luis, T.M., Sanchez-Sosa, J.J., & Varela, R.E. Parenting strategies and socio-cultural influences in childhood anxiety: Mexican, Latin American descent, and European American families Electronic resource – Mode of access: <http://www.sciencedirect.com/>
- Eysenck, H. (2008) *Psikhologicheskie teorii trevozhnosti* [Psychological theories of anxiety]. *Trevoga i trevozhnost'*. Khrestomatiya [Alert and anxiety. Reader]. V.M. Astapov (Ed.). Moscow, PER SE, 217-239.
- Freud, S. (1999) *Vvedenie v psikhoanaliz* [Introduction to Psychoanalysis]. St. Petersburg., Aleteiya. Electronic resource – Mode of access: <http://www.gumer.info/>
- Freud, S. (2008) *Strakh* [Fear]. *Trevoga i trevozhnost'*. Khrestomatiya [Alert and anxiety. Reader]. V.M. Astapov (Ed.). Moscow, PER SE, 30-42.
- Hekhauzen, H. (2008) *Trevozhnost'* [Anxiety]. *Trevoga i trevozhnost'*. Khrestomatiya [Alert and anxiety. Reader]. V.M. Astapov (Ed.). Moscow, PER SE, 118-129.

- Horney, K. (2008) Trevozhnost' [Anxiety]. Trevoga i trevozhnost'. Khrestomatiya [Alert and anxiety. Reader]. V.M. Astapov (Ed.). Moscow, PER SE, 161-175.
- Izard, K. (2008) Strakh i vidy trevozhnosti [Fear and anxiety types]. Trevoga i trevozhnost'. Khrestomatiya [Alert and anxiety. Reader]. V.M. Astapov (Ed.). Moscow, PER SE, 104-118.
- Kulagina, I.Yu., & Kolyutskiy, V.N. (2008) Vozrastnaya psikhologiya: Polnyy zhiznennyi tsikl razvitiya cheloveka. Uchebnoe posobie dlya studentov vysshikh uchebnykh zavedeniy [Psychology: The complete life cycle of human development. Textbook for students of higher educational institutions]. 2nd ed. Moscow, TTs Sfera, 464.
- Levitov, N.D. (2008) Psikhicheskoe sostoyanie bespokoystva, trevogi [The mental state of alert, anxiety]. Trevoga i trevozhnost'. Khrestomatiya [Alert and anxiety. Reader]. V.M. Astapov (Ed.). Moscow, PER SE, 75-85.
- Lichko, A.E. (1999) Tipy aktsentuatsiy kharaktera i psikhopatii u podrostkov [Types of character accentuation and psychopathy in adolescents]. Series «Psychology - XX century», Moscow, OOO APREL' PRESS, ZAO Izdatel'stvo EKSMO-Press, 416.
- Luis, T.M., Moore, K.W., & Varela, R.E. Parenting practices and childhood anxiety reporting in Mexican, Mexican American, and European American families. Electronic resource – Mode of access: <http://www.sciencedirect.com/>
- Meshcheryakov, B.G. & Zinchenko, V.P. (Eds.). (2006) Bol'shoy psikhologicheskii slovar' [Big psychological dictionary]. 3rd ed. St. Petersburg, Praym, 672.
- Miklyayeva, A.V., & Rumyantseva, P.V. (2007) Shkol'naya trevozhnost': diagnostika, profilaktika, korrektsiya [School anxiety: diagnosis, prevention, correction]. St. Petersburg, Rech', 248.
- Mukhina, V.S. (200) Vozrastnaya psikhologiya. Fenomenologiya razvitiya [Developmental psychology. Development phenomenology]. Moscow, Akademiya, 638.
- Novgorodtseva, A.P. (2006) Perezhivanie podrostkami «chuvstva vzroslosti» [Experiencing feelings of adulthood in adolescents]. Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie [Psychological Science and Education], 2.
- Prikhozhan, A.M. (2000) Trevozhnost' u detey i podrostkov: psikhologicheskaya priroda i vozrastnaya dinamika [Anxiety in children and adolescents: psychological nature and age dynamics]. Moscow, Moskovskiy psikhologo-sotsial'nyy institut, Voronezh, Izdatel'stvo NPO «MODEK», 304.
- Spielberger, Ch. (2008) Kontseptual'nye i metodologicheskie problemy issledovaniya trevogi [Conceptual and methodological problems of research]. Trevoga i trevozhnost'. Khrestomatiya [Alert and anxiety. Reader]. V.M. Astapov (Ed.). Moscow, PER SE, 85 - 100.
- Ulanovskiy, A.M. (2008) Istoriya i vektory razvitiya kachestvennykh issledovaniy v psikhologii [History and the vectors of qualitative research in psychology]. Metodologiya i istoriya psikhologii [Methodology and History of Psychology]. Volume 3, Issue 1, 129-139.