

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»
БАЛАШОВСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

Кафедра педагогики и психологии

**ПОТРЕБНОСТЬ В ОДОБРЕНИИ ОКРУЖАЮЩИХ И
СИТУАТИВНАЯ И ЛИЧНОСТНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ У
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студентки 5 курса 51 группы
направления подготовки 44.03.02
«Психолого-педагогическое образование»,
профиля «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Елагиной Ольги Андреевны

Научный руководитель
Доцент кафедры педагогики и психологии,
кандидат педагогических наук, доцент _____ М.А. Лученкова
(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии
кандидат психологических наук,
доцент _____ О.В. Карина
(подпись, дата)

Балашов 2023

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время в подростковой среде наблюдается тенденция повышения уровня тревожности в процессе социального взаимодействия. Подростки транслируют в своем поведении беспокойство, эмоциональную неустойчивость, тревогу перед принятием решения и т.д. в связи с огромным информационным потоком, который поступает в сознании подростков, порой тяжело выбрать необходимую информацию, которая будет вызывать положительные чувства, снижать различные страхи и подкреплять самооценку подростков.

Многие исследователи (А.М Прихожан, Е.В. Новикова, В.А. Крутецкий и др.) в своих трудах связывали подростковую тревожность с потребностью в одобрении поведения социумом. Установлено, что тревожность приводит к снижению активности, работоспособности, проблемам в общении с окружающими. Опираясь на возрастные закономерности подросткового возраста, можно констатировать, что перечисленные негативные характеристики тревожности являются важной составляющей в развитии подростка. Негативные последствия тревожности сказываются в целом на эмоциональном благополучии взрослеющей личности. Поэтому, своевременное устранение проблемы, коррекция психологического состояния подростков уменьшает риск возникновения неблагоприятного фактора в развитии личности подростка.

Диагностика тревожного состояния актуально в подростковом возрасте, так как тревожность обуславливает поведение подростка. Возрастные психологи А.М Прихожан, П.В. Симонов, В.И. Ковалев и др. считают, что личностные новообразования, появляющиеся в подростковом возрасте, опосредствуются особенностями «Я концепции», самопринятием. Такие психологи, как Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис, А.А. Плоткин и др. обращали внимание на возникновение тревожности у детей и считали, что первоисточником тревожного состояния является воспитание. В.Р. Кисловская, Н.В. Имедадзе связывают тревожность и потребность в

одобрении у подростков с социальным статусом, который преобладает в формальной и неформальной подростковой группе.

В этой связи, углубленное изучение проблемы связи потребности в одобрении окружающих и ситуативной и личностной тревожности у обучающихся подросткового возраста, является актуальной задачей научной практики.

Цель нашего исследования: изучить взаимосвязь потребности в одобрении окружающих и ситуативной и личностной тревожности у обучающихся подросткового возраста.

Объект исследования: потребность в одобрении окружающих и ситуативная и личностная тревожность в подростковом возрасте.

Предмет исследования: особенности взаимосвязи потребности в одобрении окружающих и ситуативной и личностной тревожности у обучающихся подросткового возраста.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь потребности в одобрении окружающих и ситуативной и личностной тревожности у обучающихся подросткового возраста.

Задачи исследования:

1. Осуществить теоретический анализ проблемы потребности в одобрении окружающих и ситуативной и личностной тревожности у обучающихся подросткового возраста.

2. Охарактеризовать феномены «потребность в одобрении», «тревожность» как психологические процессы.

3. Эмпирически доказать взаимосвязь потребности в одобрении окружающих и ситуативной и личностной тревожности у обучающихся подросткового возраста.

4. Разработать рекомендательную программу тренинга, нацеленную на повышение уверенного поведения, самопринятия и снижения тревожности в подростковом возрасте.

Методологическая основа исследования: концепция В.С. Магун о потребности в одобрении, концепция классификации потребностей человека А.Н. Леонтьева, концепция В.М. Астапова о особенности тревожности в подростковом возрасте, концепция о последствиях тревожного состояния в детском возрасте И.В. Дубровиной.

Методы исследования: теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; эксперимент, математические методы обработки данных.

Методики исследования:

- методика «Оценка потребности в одобрении», разработанная Д.П. Крауном и Д.А. Марлоу (русский вариант опросника разработан Ю.Л. Ханиным), анкеты смыслового значения и особенностей понимания подростков о потребности в одобрении (С.Г. Гусева),
- методика Ч.Д. Спилбергера, в адаптации Ю. Ханина на выявление личностной и ситуативной тревожности.

Экспериментальная основа исследования: Эмпирическое исследование проходило в МБОУ БГО ООШ № 9 г. Борисоглебска. В исследовании приняло участие 20 подростков, в возрасте 14-15 лет, обучающиеся 8 классов. В ходе проведения эксперимента учитывался закон о персональных данных [1].

Теоретическая и практическая значимость исследования состоит в том, что полученные теоретические и эмпирические данные могут быть использованы в работе педагога-психолога, классного руководителя в области развития эмоциональной устойчивости подростков, снижения выраженного уровня тревожности, повышения самооценки и самопринятия. Разработанные рекомендации могут быть полезны для обучающихся подросткового и старшешкольного возраста при работе с развитием общения, уверенного поведения.

Структура бакалаврской работы. Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка используемых источников, приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В *первой главе* нашего исследования представлен психолого-педагогический анализ проблемы потребности в одобрении окружающих и ситуативная и личностная тревожность у обучающихся подросткового возраста. В ходе теоретического анализа были сделаны следующие выводы:

1. Потребность, трактуется учеными, как внутреннее состояние психологического или физиологического ощущения нехватки чего-либо в организме или социальной жизни человека.

2. Потребность в одобрении может выступать как показатель неуверенности в себе, которая появляется на уровне эмоций. В свою очередь, эмоциональное неудовлетворение приводит к тревожному состоянию. Данные состояния взаимосвязаны между собой и влияют друг на друга, усиливая или ослабевая эффект в зависимости от ситуаций.

3. Потребность в одобрении ученые относят к группе социальных потребностей включая, в аспекты проявления признания, принадлежности, самовыражения.

4. Существуют два основных типа потребности в одобрении:

- нормативная потребность в одобрении;
- гипертрофированная (невротическая) потребность в одобрении.

5. Нормативная потребность в одобрении выражается в том, что личность успешно удерживает баланс между значимостью внешней оценки собственных действий и ориентацией на внутренние убеждения, собственную восприятие истинности.

6. Гипертрофированная (невротическая) потребность в одобрении представляет собой выраженное стремление иметь позитивный отклик своих действий, имеющей опору на угождение вне рамок реальных обстоятельств, подкрепляемых ложью и даже унижением.

7. В случае функционирования нормативной потребности в одобрении подростки склонны к снижению общей тревожности, так как сохраняют ресурс самооценности, умеют реалистично воспринимать внешние оценки и стремятся быть принятым в обществе без внутренних изломов собственных потребностей, восприятия себя и других.

8. В ситуации функционирования гипертрофированной потребности в одобрении подростки готовы на услужливое поведение, сворачивание пласта собственных желаемых целей для ориентации на других людей. Они склонны к проявлению лжи, как защиту субъективно воспринимаемого собственного несовершенства и выраженной тревожности, так как настроены на негативный итог взаимодействий с социумом.

9. Тревожность – это личностное образование, которое приводит к формированию компенсаторных и защитных механизмов поведения и состоит из когнитивных, эмоциональных и операциональных аспектов, где на первый план выходит эмоциональность.

10. Выделяют черты тревожности: сдержанность в чувствах, робость, угрызение совести без основательности, зашкаливающее чувство долга, сомнения, страх ошибиться в ситуации выбора, суетливость, недоверие к ситуациям, происходящих в жизни, ожидания опасности, обесценивание перспективы.

11. Ученые считают, что у человека есть «полезная тревожность» и «разрушающая». Полезная тревожность помогает человеку подготовиться к действиям в новой, кризисной, нестандартной ситуации. Разрушающая тревожность – это чрезмерное проявление собранности или др. характеристик, переходящее в состояние настороженности, страха и напряжения.

12. Возникновение тревожности в подростковом возрасте связано с неудовлетворением возрастных потребностей. Одной из таких потребностей выступает потребность в одобрении. Неустойчивость нервной системы, не стабильность эмоциональной сферы, противоречивость чувств в отношении

окружающих вызывает желание быть понятым окружающими и поддержки со стороны значимых людей.

Во второй главе нашего исследования были эмпирически выявлены и проанализированы особенности взаимосвязи потребности в одобрении окружающих и ситуативной и личностной тревожности у обучающихся подросткового возраста.

Эмпирическое исследование проходило в МБОУ БГО ООШ № 9 г. Борисоглебска. В исследовании приняло участие 20 подростков, в возрасте 14-15 лет, обучающиеся 8 классов. В ходе проведения эксперимента учитывался закон о персональных данных.

В результате проведенного исследования были получены данные по каждой методике.

Были получены следующие результаты по *анкете смыслового значения и особенностей понимания подростками о потребности в одобрении (С.Г. Гусева)*:

1. Большинство респондентов нуждаются в одобрении поступков от окружающих. От мнения социума зависит их самооценка и поведение.

2. Большинство подростков считают, что легче всего получить одобрение, когда есть реальные достижения в спорте и в учебе. Но, есть несколько человек, для кого сложным является получить одобрение поступков со стороны.

3. Подростки в основном радуются и гордятся, когда их оценивают окружающие, также есть подростки, которые испытывают неловкость при оценивании их достижений. Т.е. похвала вызывает в основном положительные эмоции у подростков.

4. Большинство подростков прислушиваются к критике и стараются исправить свое поведение. Но, также есть подростки, которые не реагируют на критику, и продолжают поступать так, как считают нужным.

5. Важность всех событий в жизни интересует практически всех подростков, они открыты для познания мира. Одному подростку важна критика, вероятнее всего, как стимулятор к действию.

Далее, мы дополнительно проанализировали особенности проявления потребности в одобрении с помощью стандартизированного *теста Д. Крауна, Д. Марлоу «Оценка потребности в одобрении»*:

- 40% (8 человек) высокий уровень потребности в одобрении;
- 35% (7 человек) низкий уровень потребности в одобрении;
- 25% (5 человек) средний уровень потребности в одобрении.

Т.е. большая часть подростков стремится вести себя так, как ожидают от них окружающие, т.е. манипулируют своим поведением. Они могут вести себя с родителями в соответствии с их ожиданиями, со сверстниками – в соответствии принятой неформальной нормы, с учителями – подстраиваясь под их требования. Также значительная часть подростков стараются вести себя естественно, исходя из своих потребностей и мотивации, не заикливаясь на том, какое одобрение они получают со стороны окружающих. Такие подростки вырабатывают свой индивидуальный стиль поведения, учатся вести себя независимо. И небольшое количество подростков ведут себя по-разному. Такое поведение, скорее всего, зависит от референтности окружающих.

Результаты исследования выраженности тревожности у подростков *методике «Шкала тревоги и тревожности Ч. Спилбергера» (адаптация Ю.Л. Ханина)*.

Проявления *ситуативной тревожности* у подростков:

У двух подростков (10%) преобладает высокий уровень ситуативной тревожности. При стрессовой ситуации подростки сильно тревожатся, волнуются, и это сказывается на их концентрации внимания или на координации движения.

У 10 подростков (50%) преобладает средний уровень ситуативной тревожности, т.е. при стрессовой ситуации испытуемые чувствуют себя

участником или виновником ситуации и эмоционально реагируют на стрессовые факторы.

У 8 подростков (40%) выражен низкий уровень, что также негативно сказывается на поведении подростков. Такие подростки пассивны, не замотивированы решать проблему, стараются отстраниться от решения проблем.

Проявления *личностной тревожности* у подростков:

Высокий уровень у 6 человек (30%). Такие подростки ощущают угрозу от окружающего мира, и соответственно они уходят от решения проблем.

Средний уровень у 10 человек (50%). Свидетельствует о том, что респонденты ожидают неблагоприятных событий. Такой уровень свидетельствует об эмоциональной неустойчивости в стрессовых ситуациях.

Низкий уровень у 4 человек (20%). Такие подростки спокойно реагируют на стресс, проявляют стрессоустойчивость и стремятся исходить из ситуации, выбирая тот или иной способ поведения.

С помощью *математического критерия Пирсона* мы определили взаимосвязи между потребностью в одобрении и тревожностью подростков.

Было установлено, что:

- чем выраженнее уровень потребности в одобрении окружающих, тем выше уровень ситуативной тревожности ($r_{s \text{ эмп}} = 0.314$, при $p \leq 0,05$). Т.е. умение стремление получить социальное одобрение вызвано внутренним дискомфортом, когда в жизни подростков преобладают ситуации, требующие эмоциональной поддержки со стороны окружающих. Подросткам легче справляться с ситуативными проблемами, когда они знают, что их действия будут одобрены окружающими.

- чем выше уровень потребности в одобрении окружающих, тем выше уровень личностной тревожности ($r_{s \text{ эмп}} = 0.393$, при $p \leq 0,05$). Потребность в одобрении возникает тогда, когда есть также внутриличностные переживания, чувство одиночества, неуверенность в себе, преобладают различные страхи. Для того, чтобы гармонизировать свое внутреннее

состояние подростки стремятся получить социальное одобрение от окружающих, почувствовать свою значимость для других.

На основе полученных данных *мы разработали рекомендательную программу тренинга* по повышению уверенности в себе, снижению тревожного состояния личности подросткового возраста.

Цель программы – создание благоприятного психологического климата в школьном классе, повышение уверенности в себе и снижение тревожного состояния подростков.

Программа рассчитана на 4 занятий, с периодичностью встреч 1 раз в неделю. Данную программу может реализовывать как классный руководитель на классных часах, так и педагог-психолог.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подростковый период – это неустойчивых период в развитии личности ребенка, когда эмоциональная сфера доминирует в поведении подростков и влияет на восприятие окружающей действительности.

В этот период обостряется потребность в одобрении действий подростков окружающими, в силу их нестабильной самооценки, возникающей тревожности при осмыслении жизни.

Опираясь на концепцию В.С. Магун о потребности в одобрении, концепцию классификации потребностей человека А.Н. Леонтьева, концепцию В.М. Астапова об особенностях тревожности в подростковом возрасте, концепцию о последствиях тревожного состояния в детском возрасте И.В. Дубровиной мы выделили для себя дефиниции нашей работы.

Понятие «тревожность» рассматривается как психическое состояние, которое сопровождается субъективным ощущением напряжения, подавленности, апатии, пессимистическим настроением и активизации нервной системы.

Возникновение тревожности в подростковом возрасте связано с неудовлетворением возрастных потребностей. Одной из таких потребностей выступает потребность в одобрении.

Внимательное отношение со стороны окружающих оказывает влияние на самооценку подростков, стабилизирует их эмоциональное состояние. Отсутствие одобрения вызывает страх, и дезадаптацию.

Потребность в одобрении помогает подросткам найти себя, приобрести уверенность и не формировать тревожность как личностную характеристику в их проявлении.

С помощью методики «Оценка потребности в одобрении», разработанная Д.П. Крауном и Д.А. Марлоу (русский вариант опросника разработан Ю.Л. Ханиным), анкеты смыслового значения и особенностей понимания подростков о потребности в одобрении (С.Г. Гусева), методики Ч.Д. Спилбергера, в адаптации Ю. Ханина на выявление личностной и ситуативной тревожности, был реализован эксперимент.

В ходе экспериментального исследования было установлено, что важность одобрения поступков окружающими практически всем подросткам важна. Они понимают, что одобрение можно получить благодаря совершаемым действиям, которые приносят успех.

Рассматривая личностную и ситуативную тревожность, мы установили, что они преобладают на среднем уровне. Подростки и при реальной ситуации, и при осмыслении процесса жизни испытывают тревожность, эмоционально реагируют на стрессовую ситуацию, проявляют эмоциональную неустойчивость и беспокойство.

По результатам исследования мы установили взаимосвязи: чем выраженнее уровень потребности в одобрении, тем выше уровень ситуативной тревожности; чем выше уровень потребности в одобрении, тем выше уровень личностной тревожности.

Таким образом, мы определили, что потребность в одобрении окружающих взаимосвязана с ситуативной и личностной тревожностью у обучающихся подросткового возраста.

На основе полученных данных мы разработали рекомендательную программу тренинга по повышению уверенности в себе, снижению тревожного состояния личности подросткового возраста.

Данная программа тренинга нацелена на создание благоприятного психологического климата в школьном классе, повышение уверенности в себе и снижение тревожного состояния у подростков.

Таким образом, цель исследования достигнута, гипотеза доказана.