

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

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ У ПОДРОСТКОВ И СТИЛЯ ИХ
ВЗАИМООТНОШЕНИЙ В СЕМЬЕ**
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 341 группы
направления подготовки
44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»,
профиля «Практическая психология образования»
психолого-педагогического факультета
Ишиной Марины Ивановны

Научный руководитель
доцент кафедры педагогики и психологии,
кандидат педагогических наук, доцент _____ Е.А. Власова
(подпись, дата)

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

Балашов 2026

ВВЕДЕНИЕ

Проблема тревожности у подростков привлекает внимание ученых и педагогов, поскольку в современные подростки сталкиваются с множеством стрессовых факторов, таких как школьные нагрузки, давление со стороны сверстников, высокие ожидания от родителей и общества. Все это может приводить к возникновению тревожных состояний, которые, в свою очередь, негативно сказываются на успеваемости, социальной адаптации и общем самочувствии подростков.

Подростковый возраст является периодом значительных изменений как физического, так и психологического характера, сопровождающийся формированием самосознания, поиском идентичности и установлением межличностных связей. В это время подростку особенно важна поддержка и понимание со стороны родителей, согласно современным научным данным, семья играет важнейшую роль в формировании и стабилизации эмоционального состояния подростка. В тоже время, имеющиеся проблемы и трудности взаимоотношений в семье проявляются и обостряются, когда ребенок вступает в подростковый возраст.

Поэтому актуальность проблемы выявления взаимосвязи тревожности у подростков и стиля их взаимоотношений в семье обеспечивается созданием условий для нормализации и гармонизации взаимоотношений подростков и родителей, что будет способствовать снижению уровня тревожности подростков и улучшению климата в семье.

Изучение степени научной разработанности показало, что в психологии и смежных науках накоплен значительный объем исследований, посвященных изучению тревожности подростков и ее связи с особенностями семейного воспитания. Отечественные ученые, такие как Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, В.С. Мухина, подчеркнули важность семейного контекста в развитии личности ребенка. Зарубежные авторы, такие как Д. Боулби, А. Маслоу, Ч. Спилбергер, внесли весомый вклад в понимание природы тревожности и ее влияния на личностное развитие.

Однако вопрос о том, как именно стиль взаимоотношений в семье влияет на уровень тревожности подростков, требует дополнительного изучения и обоснования.

Цель работы – изучить взаимосвязь тревожности у подростков и стиля их взаимоотношений в семье.

Объект исследования: подростковая тревожность и стили взаимоотношений в семье.

Предмет исследования: взаимосвязь уровня тревожности у подростков и стиля их взаимоотношений в семье.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь уровня тревожности у подростков и стиля их взаимоотношений в семье.

Достижение обозначенной цели происходило путем решения ряда **задач:**

- исследовать психологические характеристики подросткового возраста;
- изучить основные подходы к исследованию тревожности подростков в отечественной и зарубежной психологии;
- выявить особенности стилей родительско-подростковых взаимоотношений в современной психолого-педагогической литературе;
- провести комплекс диагностических методик для оценки уровня тревожности и стиля их взаимоотношений в семье;
- проанализировать взаимосвязи тревожности у подростков и стиля их взаимоотношений в семье;
- разработать программу гармонизации взаимоотношений подростков и родителей.

Теоретико-методологическую основу исследования составили:

- положения о психологических особенностях подросткового периода (Т. П. Авдулова, В.М. Астапов, Л.И. Божович, Л.В. Варганова, И.В. Дубровина, Д. И. Фельдштейн, Д. Эльконин, Э. Эриксон и др.);

– основные подходы к пониманию тревожности (В. М. Астапов, Г.Г. Аракелов, Ф.Б. Березин, А. Л. Венгер, Е. Д. Зайцева, А.М. Прихожан, Ч. Спилберг, З. Фрейд и др.);

– положения об особенностях стилей родительско-подростковых взаимоотношений (Л.С. Алексеева, Н.И. Беляева, А. Болдуин, Д. Боулби, Е.В. Змановская, Е.М. Ижванова, А.В. Иконникова, И.П. Моргун, А.А. Реан, С.Д. Резник, Г.И. Репринцева, Е.А. Сорокоумова и др.).

Для исследования используются такие **методы**, как анализ, обобщение и систематизация научной литературы по проблеме исследования; эмпирические: стандартизированные психологические тесты, метод обобщения и интерпретации полученных данных, а также метод описательной и математической статистики.

В процессе эмпирического исследования проблемы применены следующие **методики**:

1. Методика измерения подростковой тревожности «МИПТ» (Ю.А. Зайцев).

2. Методика «Стратегии семейного воспитания» (С.С. Степанов в модификации И.И. Махониной).

Методы обработки эмпирических данных: количественный и качественный анализ полученных данных, графическое отображение данных, описательная статистика, методы математической статистики (корреляционный анализ).

Эмпирическая база исследования. Практическое исследование взаимосвязи тревожности у подростков и стиля их взаимоотношений в семье проводилось на базе Муниципального общеобразовательного учреждения «Лицей» г. Балашов Саратовской области. Выборка испытуемых состоит из 21 обучающегося подросткового возраста, 10 «Б» класс, и их родителей.

Теоретическая значимость исследования заключается в комплексном обосновании взаимосвязи тревожности у подростков и стиля их

взаимоотношений в семье, позволяющем расширить рамки имеющихся исследований, что делает его актуальным и уникальным научным вкладом в область психологии подросткового возраста и семейной психологии.

Практическая значимость заключается в том, что описываемые в обсуждении результаты исследования тревожности у подростков и стилия их взаимоотношений в семье могут быть использованы в своей работе психологами, педагогами-психологами, педагогами и социальными педагогами для организации профилактических и коррекционных мероприятий, направленных на снижение тревожности у подростков и оптимизацию семейных взаимоотношений.

Структура работы включает: введение, две главы, выводы по главам, заключение, список использованных источников (50 источников) и приложения.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе нашего исследования представлена психологическая характеристика подросткового возраста; изучены основные подходы к исследованию тревожности подростков в отечественной и зарубежной психологии; проанализированы особенности стилей родительско-подростковых взаимоотношений в современной психолого-педагогической литературе.

Теоретическое изучение тревожности у подростков и стилия их взаимоотношений в семье позволило сделать ряд выводов:

Подростковый возраст характеризуется как переломный этап в жизни человека, который сопровождается сложными физическими, эмоциональными и социальными изменениями. В этот период происходят значительные изменения как физического, так и психологического характера, сопровождаясь формированием самосознания, поиском идентичности и установлением межличностных связей.

Тревожность представляет собой устойчивое свойство индивида, которое проявляется в систематическом и интенсивном переживании

сильной тревоги в ситуациях, объективно не предполагающих данные ощущения. Являясь личностным конструктом, тревожность проявляется в различных вариациях (ситуативном, личностном и социальном). Тревожность как психическая особенность, имеет ярко выраженную возрастную специфику, проявляющуюся в ее источниках, содержании, формах проявления.

Взаимоотношения в семье – это особая категория межличностных отношений, складывающихся между близкими родственниками и характеризующаяся особыми формами общения, взаимодействия и эмоциональной близости. В широком смысле семейные отношения подразумевают многогранные связи, включающие любовь, привязанность, поддержку, ответственность, уважение, а также возможные конфликты и противоречия.

Исследование выявило как позитивные, так и негативные модели взаимодействия между родителями и детьми. Позитивные модели характеризуются взаимным уважением, поддержкой, доверием и эффективным общением. Негативные модели проявляются в конфликтах, пренебрежении, жестоком обращении и отсутствии эмоциональной близости.

Стиль воспитания, эмоциональная поддержка и уровень контроля, предоставляемый родителями, существенно влияют на самооценку, социальную адаптацию и эмоциональное благополучие молодого поколения. Гармоничная семейная атмосфера, основанная на доверии и сотрудничестве, способствует развитию уверенности в себе и ответственности, тогда как негативные формы взаимодействия, такие как насилие и пренебрежение, могут привести к тревожности, агрессии и проблемам с социализацией.

Во второй главе проведено эмпирическое исследование взаимосвязи тревожности у подростков и стиля их взаимоотношений в семье;

разработана программа гармонизации взаимоотношений подростков и родителей.

Эмпирическое исследование взаимосвязи тревожности у подростков и стиля их взаимоотношений в семье проводилось на базе Муниципального общеобразовательного учреждения «Лицей» г. Балашов Саратовской области.

Выборка испытуемых состоит из 21 обучающегося подросткового возраста, 10 «Б» класс, и их родителей.

Полученные результаты в ходе исследования показали, что подростки испытывают умеренный уровень тревожности в большинстве аспектов жизни, что является естественной чертой подросткового возраста. Большинство подростков беспокоятся о будущем и самооценке, что говорит о неуверенности подростка в завтрашнем дне и неуверенности подростка в себе, своих силах.

Опрошенные родители в большей степени придерживаются мнения, что в их семьях присутствует авторитетный (демократический) стиль воспитания, однако наблюдаются случаи применения иных стратегий, требующих особого внимания и проработки.

Полученные результаты в ходе исследования подтвердили гипотезу о том, что стиль взаимоотношений в семье оказывает существенное влияние на уровень тревожности подростков. Например, строгие и авторитарные родители повышают тревожность у детей, тогда как эмоциональная близость, сотрудничество и демократичность снижают ее.

По результатам диагностики была сформирована программа тренинга, направленная на создание условий для нормализации и гармонизации взаимоотношений подростков и родителей, что позволит снизить уровень тревожности подростков и улучшить климат в семье.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основные научные результаты исследования, состоят в следующем:

Для развития человека важное значение имеет каждый возраст и изменения, которые в нем происходят. Однако подростковый период

занимает особое место в психологии, поскольку характеризуется как переломный этап в жизни человека, который сопровождается сложными физическими, эмоциональными и социальными изменениями. В этот период происходят значительные изменения как физического, так и психологического характера, сопровождаясь формированием самосознания, поиском идентичности и установлением межличностных связей. Отсутствие четкой и ясной идентичности, постоянные попытки проверить границы дозволенного и поиска принадлежности к группе сверстников приводят к конфликтам и внутренним противоречиям. Согласно Э. Эриксону, подростковый возраст является своеобразным испытанием, прохождение которого определяет дальнейшее направление развития личности.

Подростки сталкиваются с множеством стрессовых факторов, таких как школьные нагрузки, давление со стороны сверстников, высокие ожидания от родителей и общества. Все это может приводить к возникновению тревожности.

Тревожность представляет собой устойчивое свойство индивида, которое проявляется в систематическом и интенсивном переживании сильной тревоги в ситуациях, объективно не предполагающих данные ощущения. Являясь личностным конструктом, тревожность проявляется в различных вариациях (ситуативном, личностном и социальном). Тревожность как психическая особенность, имеет ярко выраженную возрастную специфику, проявляющуюся в ее источниках, содержании, формах проявления. Тревожные состояния негативно сказываются на успеваемости, социальной адаптации и взаимоотношениях в семье.

Взаимоотношения в семье – это особая категория межличностных отношений, складывающихся между близкими родственниками и характеризующаяся особыми формами общения, взаимодействия и эмоциональной близости. В широком смысле семейные отношения подразумевают многогранные связи, включающие любовь, привязанность, поддержку, ответственность, уважение, а также возможные конфликты и

противоречия.

Исследование выявило как позитивные, так и негативные модели взаимодействия между родителями и детьми. Позитивные модели характеризуются взаимным уважением, поддержкой, доверием и эффективным общением. Негативные модели проявляются в конфликтах, пренебрежении, жестоким обращении и отсутствии эмоциональной близости.

Стиль воспитания, эмоциональная поддержка и уровень контроля, предоставляемый родителями, существенно влияют на самооценку, социальную адаптацию и эмоциональное благополучие молодого поколения. Гармоничная семейная атмосфера, основанная на доверии и сотрудничестве, способствует развитию уверенности в себе и ответственности, тогда как негативные формы взаимодействия, такие как насилие и пренебрежение, могут привести к тревожности, агрессии и проблемам с социализацией.

Проведенное исследование показало, что подростки испытывают умеренный уровень тревожности в большинстве аспектов жизни, что является естественной чертой подросткового возраста. Большинство подростков беспокоятся о будущем и самооценке, что говорит о неуверенности подростка в завтрашнем дне и неуверенности подростка в себе, своих силах.

Исследуемая группа родителей в большей степени придерживается мнения, что в их семьях присутствует авторитетный (демократический) стиль воспитания, однако наблюдаются случаи применения иных стратегий, требующих особого внимания и проработки.

Полученные результаты в ходе исследования позволили подтвердить выдвинутую в начале исследования гипотезу о том, что стиль взаимоотношений в семье оказывает существенное влияние на уровень тревожности подростков. Например, строгие и авторитарные или безразличные (индифферентные) родители повышают тревожность у

детей, тогда как эмоциональная близость, сотрудничество и демократичность снижают ее. Данное обстоятельство указало на необходимость организации специальных тренингов для родителей и самих подростков.

Разработанный нами тренинг направлен на создание условий для нормализации и гармонизации взаимоотношений подростков и родителей. Внедрение предложенного тренинга поможет сократить количество конфликтов в семье, повысить уровень удовлетворенности жизнью подростков и их родителей, улучшить успеваемость и эмоциональное состояние подростков. Участники смогут наладить доверительные отношения, научиться слышать и понимать друг друга, снизить уровень напряженности и конфликтности в семье, улучшив общее самочувствие и настроение подростков и родителей.

Таким образом, программа гармонизации взаимоотношений подростков и родителей представляет собой эффективный инструмент, направленный на снижение тревожности подростков и улучшение климатических условий в семье.

Следовательно, выдвинутая нами гипотеза подтвердилась, поставленные цели и задачи достигнуты.