

Стрельцова Елена Валерьевна

педагог-психолог

МБОУ «ООШ №20»

г. Ленинск-Кузнецкий, Кемеровская область

ТРЕВОЖНОСТЬ И ЕЕ ВЛИЯНИЕ НА САМООЦЕНКУ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

***Аннотация:** в данной статье рассматривается проблема тревожности в подростковом возрасте, причины ее возникновения и определения данного понятия в современной психологии.*

***Ключевые слова:** Ключевые слов: тревожность, психоанализ, подростки, психологи.*

Состояние тревожности в подростковом возрасте может стать личностной особенностью. У тревожного ребёнка чаще всего неадекватная самооценка: заниженная, завышенная, часто противоречивая. Он испытывает затруднения в общении, в проявлении инициативы, снижен интерес к учёбе. Ему свойственна неуверенность в себе и в своих способностях. Подросток с повышенной тревожностью впоследствии может столкнуться с различными соматическими заболеваниями.

Проблема тревожности является одной из наиболее актуальных проблем в современной психологии.

Разобраться в феномене тревоги, а также в причинах ее возникновения достаточно сложно, но необходимо, так как тревожность – являясь свойством личности, во многом обуславливает поведение субъекта.

Наряду с попытками прийти к однозначному определению для описания состояния тревоги, отечественные и западные исследователи пытаются выявить, в чем заключаются настоящие причины возникновения этого состояния. Одной из возможных причин называют физиологические и индивидуальные особенности, а также взаимоотношения со сверстниками и с родителями, проблемы в школе и многое другое.

Понимание тревожности на западе было добавлено в психологию психоаналитиками и психиатрами. Те, кто представляли психоанализ, говорили о тревожности как о врожденном свойстве личности, как изначально присущее человеку состояние. Основатель психоанализа З. Фрейд утверждал, что человек имеет несколько врожденных влечений – инстинктов, которые являются движущей силой поведения человека, определяют его настроение.

Проблема тревожности стала аспектом специального исследования у неофрейдистов и, прежде всего у К. Хорни. В теории К. Хорни главные источники тревоги и беспокойства личности коренятся не в конфликте между биологическими влечениями и социальными запретами, а являются результатом неправильных человеческих отношений.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в основе тревожности лежит реакция страха, а страх является врожденной реакцией на обусловленные ситуации, когда встает вопрос о сохранении целостности организма. Авторы не рассуждают о различии между беспокойством и тревожностью. И то, и другое является ожиданием неприятности, которая может вызвать у подростка страх.

Современные исследования тревожности в отечественной психологии направлены на разграничивание ситуативной тревожности, которая связана с конкретной внешней ситуацией, и личностной тревожности, являющейся стабильным свойством личности, а также на разработку методов анализа тревожности, как результата взаимодействия личности и ее окружения.

Г.Г. Аракелов, Н.Е. Лысенко, Е.Е. Шотт считают, что тревожность – это многозначный психологический термин, который описывают как определенное состояние индивидов в ограниченный момент времени, так и устойчивое свойство любого человека.

Отечественные психологи считают, что неадекватно высокая самооценка у детей формируется в процессе неправильного воспитания, завышенных оценок взрослыми успехов ребенка, захваливания, преувеличения его достижений, а не как проявление врожденного стремления к превосходству.

Завышенная оценка окружающих и основанная на ней самооценка вполне устраивает ребенка. Столкновение же с трудностями и новыми требованиями обнаруживают его несостоятельность. Однако, ребенок стремится всеми силами сохранить свою высокую самооценку, так как она обеспечивает ему самоуважение, хорошее отношение к себе. Тем не менее, это ребенку не всегда удается. Претендуя на высокий уровень достижений в учении, он может не иметь достаточных знаний, умений, чтобы добиваться их, отрицательные качества или черты характера могут не позволить ему занять желаемое положение среди сверстников в классе. Таким образом, противоречия между высокими притязаниями и реальными возможностями могут привести к тяжелому эмоциональному состоянию.

Эти исследования можно рассматривать как теоретическую базу для понимания тревожности, как результат реальной тревоги, возникающей в определенных неблагоприятных условиях в жизни подростка, как образования, возникающие в процессе его деятельности и общения. Иначе говоря, это явление социальное, а не биологическое.

Список литературы

1. Аракелов Н.Е. Психофизиологический метод оценки тревожности [Текст] / Н.Е. Аракелов, Е.Е. Лысенко // Психологический журнал. – М., 1997. – №2. – 318 с.
2. Фрейд З. Психология бессознательного [Текст] / З. Фрейд. – М.: Свет, 1989. – 404 с.
3. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ [Текст] / К. Хорни. – СПб.: Лениздат, 1997. – 412 с.
4. Прихожан А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности [Текст] / А.М. Прихожан // Психологическая наука и образование. – 1998. – №2 – С. 11–17.