

**Макеева Анастасия Сергеевна**

студентка

Институт педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный педагогический университет»

г. Оренбург, Оренбургская область

## **ОСОБЕННОСТИ СУВЕРЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ ПРИ РАЗНОМ УРОВНЕ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ**

*Аннотация: в данной статье описываются особенности суверенности личности подростков при разном уровне личностной тревожности. В статье мы описываем основные профили суверенности у мальчиков-подростков и девочек-подростков с разными уровнями личностной тревожности.*

*Ключевые слова:* суверенность, суверенность личности, тревожность, личностная тревожность, подростковый возраст.

Психологическая суверенность исследуется в трудах многих авторов, в частности, О.Е. Дергачевой [1], В.Е. Клочко [2], С.К. Нартовой-Бочавер [3], Я.К. Смирновой и др. Исследование данного понятия во взаимодействии с другими психологическими конструктами дает нам основание расширить представления о значимости суверенности личности в подростковом возрасте, а также изучения особенностей суверенности личности подростков при разном уровне личностной тревожности.

В психологии под тревожностью понимают склонность индивида испытывать тревогу, т.е. эмоциональное состояние, проявляющееся в предчувствии неблагоприятного развития событий, испытываемое человеком во всевозможных ситуациях неопределенной опасности. Люди, часто испытывающие чувство тревоги, живут, постоянно сталкиваясь с чувством беспричинного страха. Повышенная тревожность может способствовать дезорганизации деятельности (особенно значимой), что обычно приводит к заниженной самооценке, неуверенности в себе. Таким образом, тревожность может выступать одним из механизмов возникновения невроза, так как часто способствует усугублению личностных

противоречий (например, между высоким уровнем притязаний и низкой самооценкой).

Личностная тревожность – это личностная черта, которая выражается в постоянной склонности к переживаниям тревоги в разных жизненных ситуациях, в том числе и таких ситуаций, которые объективно к этому не располагают. Это вид тревожности характеризуется состоянием неосознанного страха, неопределенным ощущением угрозы, готовностью воспринять любое событие как неблагоприятное и опасное. Человек, испытывающий такое состояние, находится в настороженном и подавленном настроении, у него возникают трудности в контактах с окружающим миром, который он воспринимает как устрашающий и враждебный. Склонность к подобным эмоциональным состояниям закрепляется в процессе становления характера и способствует формированию заниженной самооценки.

В данной статье мы можем описать следующие профили суверенности у мальчиков-подростков и девушек-подростков, у которых присутствует высокий, средний и низкий уровень личностной тревожности.

Психологическая (личностная) суверенность, согласно концепции С.К. Нартовой-Бочавер [3], отражает способность человека контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство, основываясь на обобщенном опыте успешного автономного поведения. Она может быть описана как состояние границ психологического пространства, являющихся инструментом равноправного взаимодействия и селекции внешних явлений, обозначающих пределы личной ответственности и определяющих идентичность личности. Анализ научных публикаций по проблеме суверенности за последние десятилетия подтверждает возрастание интереса ученых к данному феномену.

В частности, мы видим разницу между показателями психологического пространства личности – физическими и социальными – у девочек-подростков. Так, например, при низком уровне личностной тревожности происходит высокое развитие самосознание. При среднем уровне личностной тревожности у девочек-подростков растут характеристики суверенности их личности.

Основным же показателем суверенности личности, снижающим уровень личностной тревожности у мальчиков-подростков, является нарушение привычек. Так как в рамках психологического знания привычки являются эффективным средством снижения неопределенности поступков индивида, то можно сделать вывод, что мальчики-подростки с высоким уровнем личностной тревожности воспринимают окружающую среду как крайне недружелюбную.

У мальчиков-подростков более всего проявляются физические измерения суверенности, следовательно, основными направлениями работы психолога с мальчиками-подростками будет помочь им в овладении собственным телом, отстаивание приватности своего окружающего пространства, а также свобода выбора личных вещей.

У девочек-подростков более всего проявляются духовные измерения суверенности, следовательно, основными направлениями работы психолога с девочками-подростками будет помочь им соблюдать режим, находить эффективные способы взаимодействия с окружающими.

И у мальчиков, и у девочек подросткового возраста происходит более развитие личности, так называемая акселерация, которая, как правило, у девочек происходит быстрее, чем у мальчиков. Это связано нивелированием духовных проявлений суверенности у девочек-подростков.

Дальнейшее исследование предполагает корреляционный анализ показателей психологической суверенности и других психологических характеристик (социально-психологической адаптации, уровня субъективного благополучия, удовлетворенности жизнью, ценностей, психологических качеств личности), позволит составить психологический портрет подростков с разными уровнями суверенности и предложить результативные программы психолого-педагогического сопровождения.

### ***Список литературы***

1. Дергачева О.Е. Автономия и самодетерминация в психологии мотивации: теория Э. Деси и Р. Райана / О.Е. Дергачева; под ред. Д.А. Леонтьева // Современная психология мотивации. – М.: Смысл, 2002. – С. 103–121.

2. Клочко В.Е. Самореализация личности: системный взгляд / В.Е. Клочко, Э.В. Галажинский; под ред. Г.В. Залевского. – Томск: Изд-во Томск ун-та, 1999. – 154 с.

3. Нартова-Бочавер С.К. Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии / С.К. Нартова-Бочавер. – СПб: Питер, 2008. – 400 с.