

методов профильной работы, осмысления накопленного экспериментального и практического материала.

Литература

1. Крупская, Н. К. Педагогические сочинения в десяти томах / Н. К. Крупская. – Т. 5. – М., 1958. – С. 37–45.
2. Шацкий, С. Т. Педагогические сочинения / С.Т. Шацкий. – Т. 4. – М., 1965.– С. 67.
3. Блонский, П. П. На путях кполитехнизму / П. П. Блонский. – М.,– 1961. – С. 84.

Е. С. Парфёнова

Науч. рук. И. В. Сильченко,

канд. психол. наук, доцент

СОЦИАЛЬНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ И СПОСОБЫ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

Согласно современным представлениям, социальная тревожность предполагает наличие устойчивого страха (как алгоритма эмоционально-когнитивного реагирования) перед социальными объектами и соответствующее избегающее поведение, сформированное в результате жизненного опыта и закрепленное в устойчивых «категориальных установках» [1].

Высокий уровень социальной тревожности неблагоприятно сказывается на качестве жизни человека, увеличивая риск одиночества, развода, суицида, коморбидных психических расстройств, снижает количество социальных связей и социальной поддержки [1]. Таким образом, социальная тревожность является серьезным препятствием на пути развития и самореализации человека.

Социальная тревожность стала важной темой исследований как западных, так и отечественных психологов, в частности, Ф. Зимбардо (1991), Д. Уотсона и Р. Френда (1969), Дж. Кларка и Х. Арковитса (1975), Дж. Керана (1977), Р. Рэппи (1997), А.В. Никитина и А.Б. Холмогорова (2010), В.В. Краснова (2010) и других.

По мнению многих авторов, социально тревожные индивиды реже прибегают к таким конструктивным видам совладающего поведения в стрессовой ситуации, как «позитивное переопределение и личностный рост», «использование юмора» и «обращение за поддержкой к близким людям», но часто используют так называемый избегающий стиль поведения в ситуациях социального взаимодействия, который ведет к усугублению дезадаптации и приобретению социальной тревожности хронического характера [2]. Избегая ситуации контактов с окружающими, социально тревожные люди лишают себя возможности развить свои социальные навыки и убедиться в том, что они способны успешно взаимодействовать.

Литература

- 1 Краснова, В. В. Социальная тревожность как фактор нарушений интерперсональных отношений и трудностей в учебной деятельности у студентов: автореф. дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.13 / В.В. Краснова; Москва, Моск. гос. психол.-пед. ун-т, 2013. – 26 с.
- 2 Карсон, Р. Анормальная психология / Р. Карсон, Дж. Батчер, С. Минека. – СПб.: Питер, 2004.– 1167 с.