

тем самым наполняя жизнь подростка определенным смыслом. Поддержка со стороны людей, на которых личность ориентируется, дает понять, что человек движется в верном направлении и совершает те или иные вещи не напрасно.

Подростки, оценивающие поддержку со стороны значимых близких на среднем уровне, характеризуются средней степенью суицидального риска. В данном случае недостаточный уровень поддержки со стороны значимых других не позволяет человеку почувствовать уверенность в своих силах и даёт повод для самокритики. Восприятие себя как никчемного человека, в свою очередь, поднимает уровень суицидального риска.

Таким образом, наша гипотеза о взаимосвязи между выраженностью суицидального риска и уровнем социальной поддержки, подтвердилась. Проведенное исследование говорит о наличии взаимосвязи между суицидальным риском и социальной поддержкой в подростковом возрасте. Полученные результаты свидетельствуют о том, что социальная поддержка играет важную роль в профилактике суицидального поведения у подростков. Понимание механизмов, опосредующих эту взаимосвязь, позволит разработать более эффективные стратегии профилактики суицидального поведения и оказания помощи подросткам, находящимся в группе риска.

### **Список использованных источников**

- 1 Вассерман, Д. Напрасная смерть: причины и профилактика самоубийств / Ред. Д. Вассерман; пер. Е. Ройне. – М.: Смысл, 2005. – 310 с.
- 2 Волков, Б. С. Психология подростка/ Б. С. Волков. – М.: Говорящая книга, 2012. – С. 12-58.
- 3 Елизаров, А. Н. Кризисная психология/А.Н. Елизаров. – М.: Ось-89, 2006. – 240 с.
- 4 Ефремов В. С. Основы суицидологии. – СПб.: «Издательство «Диалект», 2004. – 480 с.
- 5 Казанская, В. Г. Суицидальное поведение подростка: своевременная помощь/В.Г. Казанская. – М.: Национальный книжный центр, 2015. – 224 с.
- 6 Почему в Беларуси участились подростковые самоубийства [Электронный ресурс] – Режим доступа: Почему в Беларуси участились подростковые самоубийства? / ThinkTanks Дата доступа: 21.02.2025.

#### **А. С. Исаченко**

Научный руководитель: И. В. Сильченко, канд. психол. наук, доцент  
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,  
г. Гомель, Республика Беларусь

### **ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ И МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

*В статье представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи социальной тревожности и межличностных отношений в подростковом возрасте. Результаты показали, что повышенный уровень социальной тревожности способствует уходу от конфликтных ситуаций и уменьшению стремления к доминированию. Однако обнаруженные закономерности (такие как снижение альтруистичности) не подтверждают предположение о том, что тревожные люди компенсируют своё состояние за счёт усиления просоциальных тенденций.*

*Ключевые слова: социальная тревожность, межличностные отношения, подростковый возраст, социальная активность.*

**A. S. Isachenko**

Scientific adviser: I. V. Silchenko, PhD. Psychological Sciences, Associate Professor  
Francisk Skorina Gomel State University,  
Gomel, Republic of Belarus

## **CORRELATION OF SOCIAL ANXIETY AND INTERPERSONAL RELATIONS IN ADOLESCENCE**

*The article presents the results of an empirical study on the correlation between social anxiety and interpersonal correlations in adolescence. The results showed that social anxiety in adolescents has a predominantly negative correlation with various aspects of interpersonal relationships. This means that the higher the anxiety level, the more limited and strained social contacts become. In particular, the key predictors of interpersonal problems in adolescents are fear of negative evaluation and lack of social skills.*

*Keywords: social anxiety, interpersonal relationships, adolescence, social activity.*

Социальная тревожность – эмоциональное состояние, характеризующееся страхом негативной оценки и избеганием социальных взаимодействий, – становится все более актуальной проблемой в условиях цифровизации [1, 2]. Особенно уязвимы подростки, для которых межличностные отношения играют ключевую роль в формировании идентичности [3].

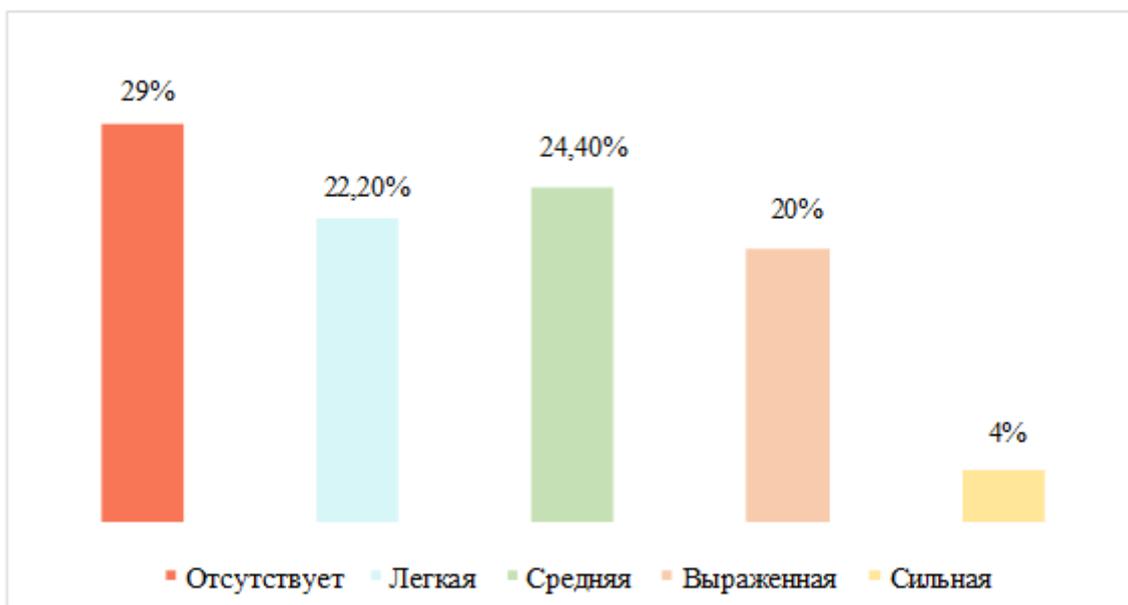
В современном обществе феномен тревожности у подростков в основном возникает в связи с школьными проблемами, взаимоотношениями с друзьями или партнером, семейными конфликтами, переживаниями по поводу своего внешнего вида и других факторов. Чувство тревоги может быть временным или связано с конкретной ситуацией, однако в некоторых случаях чувство тревоги может стать хроническим и влиять на общее самочувствие подростка.

Высокий показатель тревожности оказывает негативное воздействие на деятельность психических процессов, влияет на использование знаний, умений и навыков, а также может приводить к ошибочным действиям, даже тогда, когда человек мог бы эффективно справиться со сложившейся ситуацией. Высокий уровень тревожности может быть причиной появления в будущем различных психических проблем – депрессия, обсессивно-компульсивное расстройство, адаптационное расстройство, посттравматическое стрессовое расстройство, неврастения, диссоциативное расстройство и т. д. – с которыми психолог не сможет помочь должным образом.

Для определения взаимосвязи между социальной тревожностью и межличностными отношениями в подростковом возрасте, было организовано исследование, которое проводилось на базе государственного учреждения образования «Средняя школа № 19 г. Гомеля», в котором приняли участие 45 человек в возрасте от 16 до 18 лет. Из них 20 (44,4 %) мальчиков и 25 (55,6 %) девочек.

С помощью опросника «Шкала социальной тревожности М. Либовица» были получены количественные показатели общего уровня социальной тревожности.

На основании анализа полученных результатов (рисунок 1), было выделено пять групп респондентов по общему уровню социальной тревожности: в первую группу вошли испытуемые, у которых отсутствует социальная тревожность (29 %). Вторая группа – испытуемые с легким уровнем социальной тревожности (22,2%). Третья группа – испытуемые со средним уровнем социальной тревожности (24,4 %). В четвертую группу вошли испытуемые с выраженной социальной тревожностью (20 %). К пятой группе были отнесены испытуемые с сильно выраженной социальной тревожностью (4,4 %).



**Рисунок 1 – Результаты исследования общего уровня социальной тревожности у обучающихся (данные представлены в %)**

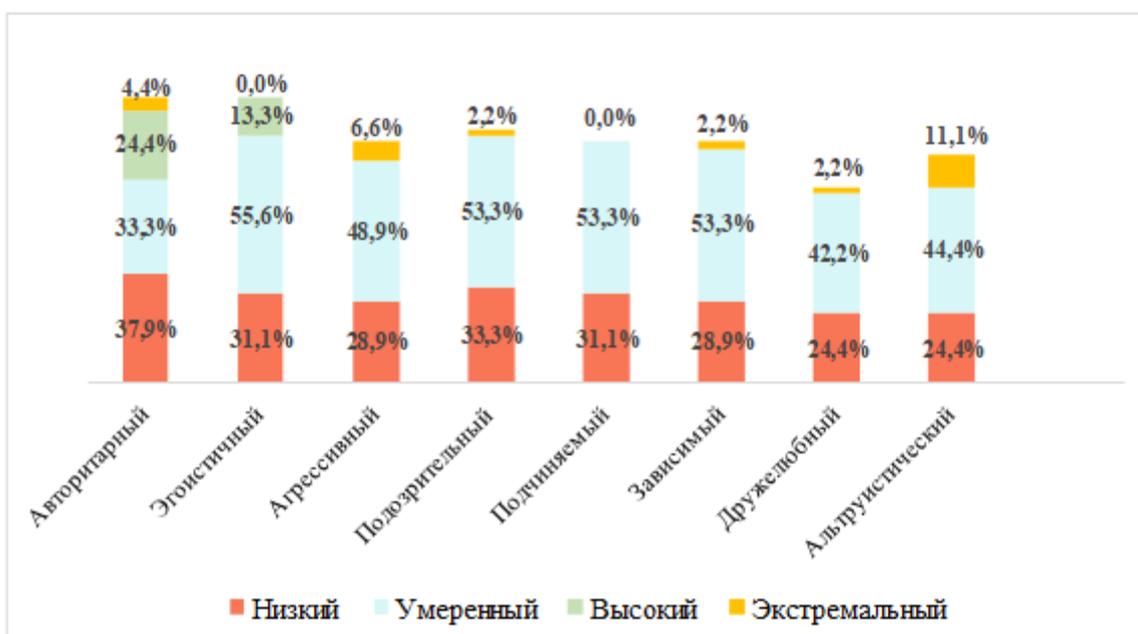
Таким образом, у 24 % учащихся наблюдается выраженная социальная тревожность. Выраженная и сильно выраженная социальная тревожность проявляется через интенсивный страх в социальных ситуациях: общении с незнакомцами, публичных выступлениях, участии в групповых обсуждениях. Подростки испытывают физические симптомы (дрожь, потливость, учащённое сердцебиение, тошноту) и негативные мысли о своей некомпетентности, страхе осуждения или отвержения, что провоцирует избегание социальных взаимодействий. Это ограничивает их личную жизнь, учёбу и профессиональные возможности, снижая общее качество жизни.

Для выявления преобладающего типа отношения к окружающим была использована методика «Тест межличностных отношений Т. Лири». В ходе изучения были получены количественные показатели по следующим шкалам: «Авторитарный», «Эгоистичный», «Агрессивный», «Подозрительный», «Зависимый», «Дружелюбный», «Альтруистический». Данные, представленные на рисунке 2, позволяют охарактеризовать полученные результаты.

По шкале «Авторитарный» низкий уровень выявлен у 37,9 % испытуемых, для них характерна уверенность в себе, упорство, не всегда лидерство в группе; умеренный – у 33,3 %, они отличаются доминантностью, энергичностью, лидерством, требованием к уважению; высокий уровень – у 24,4 %, они стремятся наставлять других, игнорировать чужие советы; экстремальный – у 4,4 %, для них характерны диктаторство, деспотичный стиль коммуникации.

По шкале «Эгоистичный» низкий уровень выявлен у 31,1 % испытуемых; умеренный у 55,6 %, для них характерна ориентация на себя, склонность к соперничеству; высокий уровень – у 13,3 %, они хвастливы, заносчивы, им свойственно перекладывание трудностей на других; экстремальный – не выявлен.

По шкале «Агрессивный» низкий уровень выявлен у 28,9 % испытуемых, для них характерно упрямство, настойчивость; умеренный – у 48,9 %, для них характерна требовательность, прямолинейность; высокий уровень – у 15,6 %, им свойственно обвинять других, раздражительность; экстремальный – у 6,6 %, для них характерна жестокость, враждебность, возможна асоциальность.



**Рисунок 2 – Результаты исследования типов межличностных отношений (данные представлены в %)**

По шкале «Подозрительный» низкий уровень выявлен у 33,3 % испытуемых, для них характерна критичность к окружающим людям; умеренный – у 53,3 %, для них свойственна необщительность, неуверенность в себе и своих силах; высокий уровень – у 11,1 %, для них свойственно проявление замкнутости, вербальной агрессии; экстремальный – 2,2 %, для них характерны шизоидные черты, злопамятность.

По шкале «Подчиняемый» низкий уровень выявлен у 31,1 % испытуемых, для которых характерна скромность, уступчивость; умеренный – у 53,3 %, для них характерна застенчивость, подчинение сильному; высокий уровень – у 15,6 %, для них свойственно самоунижение, покорность; экстремальный – не выявлен.

По шкале «Зависимый» низкий уровень выявлен у 28,9 % испытуемых, для них характерна доверчивость, конформность; умеренный у 53,3 %, что проявляется в боязливости к окружающим, беспомощности; высокий уровень – 15,6 %, для них характерна отсутствие сопротивления; экстремальный – у 2,2 %, для них характерны навязчивые страхи, тревожность.

По шкале «Дружелюбный» низкий уровень выявлен у 24,4 % испытуемых, для них свойственна гибкость, стремление к гармонии; умеренный – у 42,2 %, для них характерна ориентация на одобрение социума; высокий уровень – у 31,1 %, для них характерно желание угодить всем вокруг; экстремальный – у 2,2 %, им свойственна гипертрофированная уступчивость.

По шкале «Альтруистический» низкий уровень выявлен у 24,4 % испытуемых, им свойственно проявление отзывчивости, бескорыстия; умеренный – у 44,4 %, для них характерна мягкость, доброта; высокий уровень – у 20 %, они проявляют гиперответственность, жертвенность; экстремальный – у 11,1 %, для них характерна навязчивая помощь окружающим, принятие ответственности за других.

Таким образом, на основании полученных в ходе исследования данных, можно говорить о том, что учащиеся школы в большинстве своем имеют умеренный уровень межличностных отношений.

Для выявления взаимосвязи социальной тревожности и межличностных отношений был применен коэффициент корреляции Пирсона (таблица 1).

**Таблица 1 – Взаимосвязь социальной тревожности и межличностных отношений по коэффициенту корреляции Пирсона**

<b>Взаимосвязь социальной тревожности и типов межличностных отношений по коэффициенту Пирсона</b>	<b>Социальная тревожность</b>	<b>Уровень значимости</b>	<b>Значимость корреляции</b>
Авторитарный	$r = -0,381$	$p \leq 0,05$	значима
Эгоистичный	$r = -0,204$	$p \leq 0,05$	значима
Агрессивный	$r = -0,261$	$p \leq 0,05$	значима
Подозрительный	$r = -0,073$	$p \leq 0,05$	незначима
Подчиняемый	$r = 0,029$	$p \leq 0,05$	незначима
Зависимый	$r = -0,100$	$p \leq 0,05$	незначима
Дружелюбный	$r = -0,278$	$p \leq 0,05$	значима
Альтруистический	$r = -0,041$	$p \leq 0,05$	незначима

Проведенный корреляционный анализ выявил ряд значимых и незначимых связей между социальной тревожностью и личностными характеристиками.

Наблюдается значимая связь между социальной тревожностью и авторитарностью ( $r = -0,381$  при  $p \leq 0,05$ ), эгоистичностью ( $r = -0,204$  при  $p \leq 0,05$ ), агрессивностью ( $r = -0,261$  при  $p \leq 0,05$ ) и дружелюбностью ( $r = -0,278$  при  $p \leq 0,05$ ). Это означает, что при повышении уровня социальной тревожности у испытуемых снижается склонность к доминированию, агрессивному поведению и просоциальным взаимодействиям. И наоборот, чем более выражены авторитарность, дружелюбность и агрессивность, тем ниже уровень социальной тревожности.

Незначимая связь обнаружена между социальной тревожностью и подозрительностью ( $r = -0,073$  при  $p \leq 0,05$ ), подчиняемостью ( $r = 0,029$  при  $p \leq 0,05$ ), зависимостью ( $r = -0,100$  при  $p \leq 0,05$ ) и альтруистичностью ( $r = -0,041$  при  $p \leq 0,05$ ). Это свидетельствует о тенденции к уменьшению выраженности этих черт при росте тревожности, хотя данные связи не столь значимы. И о том, что чем более выражены эгоистичность, зависимость и альтруистичность, тем ниже социальная тревожность.

Таким образом, можно сделать вывод, о том, что социальная тревожность связана с снижением авторитарности, эгоистичности, агрессивности и дружелюбности, что может говорить о подавлении активных социальных стратегий у тревожных людей. При этом не подтверждается ожидаемая связь тревожности с подозрительностью и зависимостью, что требует дополнительного исследования. Полученные данные частично согласуются с мнением о том, что высокая социальная тревожность приводит к избеганию конфликтов и снижению доминантного поведения, однако некоторые результаты (например, снижение альтруистичности) противоречат гипотезе о просоциальной компенсации тревоги.

#### **Список использованных источников**

- 1 Прихожан, А. М. Психология тревожности / А. М. Прихожан. – СПб. : Питер, 2009. – 119 с.
- 2 Белинская, Е. П. Совладение с трудностями в эпоху неопределенности / Е. П. Белинская // Вестник КемГУ. – 2022. – № 6. – С. 760–771.
- 3 Холмогорова, А. Б. Основные направления современной психотерапии: учебное пособие / А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гаранян, А. М. Боковикова. – М. : Когито-Центр, 2000. – 267 с.