

отсюда может наблюдаться не удовлетворенность собой и пройденным жизненными этапами, компенсацией которого служит ярко выраженное следование принятым в образовательной среде правилам. Отсюда можно заключить, что правильно сформированная работа с обучающейся молодежью будет способствовать формированию конструктивных форм выражения патриотического поведения, что требует дальнейшего развития исследования в этой области.

Список использованных источников

1 Бабосов, Е. М. Основы идеологии современного государства / Е. М. Бабосов. – 3-е изд. и доп. – Мн. : Амалфея, 2007. – 480 с

2 Беляева, Е. В. Традиционные ценности как основа модернизации в Беларуси и России / Е. В. Беляева // Беларусь и Российская Федерация в европейском контексте: проблемы государственного управления процессом модернизации : материалы междунаро. науч.-практ. конф., г. Минск, 20–21 окт. 2011 г. / науч. ред. совет: А. А. Лазаревич [и др.] ; НАН Беларуси. – Минск, 2012. – С. 357–359.

3 Лапина, С. В. Основные принципы молодежной политики Республики Беларусь / Основы социального государства и социальная политика. Пособие. Рекомендовано УМО в области управленческого образования / С. В. Лапина, А.П. Морова, М. А. Щеткина и др. – Минск: Акад. упр. при Президенте Респ. Беларусь, 2018. – С. 129-135.

4 Лебедев А. Н., Гордякова О. В. Чувство патриотизма и типы патриотического поведения в поляризованном обществе // Новое в психолого-педагогических исследованиях. 2017. – № 1(45). – С. 92-97.

5 Леонтьев Д. А. Тест смысло-жизненных ориентации (СЖО). 2-е изд. – М. : Смысл, 2000. – 18 с.

6 Мотков, О. И. Методика «Ценностные ориентации» / О. И. Мотков, Т. А. Огнева. – М. : 2008 [Электронный ресурс] – Режим доступа: [http://www. psychology-online.net/articles/doc-1128.html/](http://www.psychology-online.net/articles/doc-1128.html/) – Дата доступа: 03.06.2019 г.

7 О Программе патриотического воспитания населения Республики Беларусь на 2022–2025 годы [Электронный ресурс] : постановление Совета Министров Респ. Беларусь, 29 дек. 2021 г., № 773 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа: <http://pravo.by>. – Дата доступа: 10.11.2023.

8 Узгорок, М. Ю. Расширение сферы проявления патриотизма как культурной ценности (на материале современной белорусской культуры) : автореферат дис. ... на соискание ученой степени кандидата философских наук по специальности : 24.00.01 / М. Ю. Узгорок ; Гродненский гос. ун-т им. Янки Купалы – Гродно, 2013. – 23 с.

В. Ю. Крюкова

Научный руководитель: О. Н. Мельникова

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,

г. Гомель, Республика Беларусь

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕПРЕССИИ, САМООЦЕНКИ И ТРЕВОЖНОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

В статье рассматривается проблема психологических особенностей депрессии, самооценки и тревожности в подростковом возрасте. Автором приводятся данные эмпирического исследования психологических особенностей депрессии, самооценки и тревожности в подростковом возрасте.

Ключевые слова: депрессия, депрессивная симптоматика, тревожность, самооценка, подростковый возраст, особенности.

V. Y. Kryukova

Scientific Adviser: O. N. Melnikova

Francisk Skorina Gomel State University,

Gomel, Republic of Belarus

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF DEPRESSION, SELF-ESTEEM AND ANXIETY IN ADOLESCENCE

The article deals with the problem of psychological characteristics of depression, self-esteem and anxiety in adolescence. The author provides data from an empirical study of the psychological characteristics of depression, self-esteem and anxiety in adolescence.

Keywords: depression, depressive symptoms, anxiety, self-esteem, adolescence, features.

Согласно исследованиям, проводимым Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), в современном мире увеличивается распространенность психических заболеваний [1, с. 12]. Данные ВОЗ свидетельствуют о том, что подростки находятся в группе риска развития депрессии [2, с. 14]. В настоящее время активно обсуждается связь подростковой депрессии с использованием Интернета и социальных сетей. Он-лайн-активность может оказывать как позитивное, так и негативное влияние на психологическое благополучие подростков [3, с. 12]. Интернет-пространство является местом, где молодые люди могут столкнуться с различными видами насилия и агрессии, например, кибербуллингом, а также стать жертвой мошенничества или потребителем фейковых новостей и недостоверной информации. Помимо этого, общение в социальных сетях и просмотр идеализированных изображений жизни других людей могут негативно влиять на самооценку и способны усиливать тревожно-депрессивные переживания [4, с. 183]. Все это определило цель исследования: изучить психологические депрессии, самооценки и тревожности в подростковом возрасте.

Исследование осуществлялось на базе ГУО «Средняя школа № 2 г. Чечерска». В исследовании приняли участие 34 учащихся 9-х классов и 27 учащихся 11-х классов.

В соответствии с целью исследования был определен следующий психодиагностический инструментарий: шкала депрессии (А. Т. Бека); методика измерения самооценки Т. Дембо – С. Рубинштейн (модифицированный А. М. Прихожан); шкала самооценки тревоги (Д. В. Занга). В качестве методов математической статистики использовался критерий ϕ^* -углового преобразования Фишера.

Результаты исследования депрессии у подростков, полученные с помощью шкалы депрессии (А.Т. Бека), представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты исследования депрессии у подростков, полученные с помощью шкалы депрессии (А. Т. Бека)

Степень выраженности	Сравниваемые группы				Достоверность различий с помощью критерия ϕ^* -углового преобразования Фишера
	Учащиеся 9-х классов (n = 34)		Учащиеся 11-х классов (n = 27)		
	n	%	n	%	
Отсутствие депрессивных симптомов	17	50 %	16	59 %	ϕ эмп = 0,198 при $\rho > 0,05$
Легкая депрессия	11	32 %	6	22 %	ϕ эмп = 0,151 при $\rho > 0,05$
Умеренная депрессия	6	18 %	5	19 %	ϕ эмп = 0,089 при $\rho > 0,05$
Выраженная депрессия	–	0 %	–	0 %	–

Согласно данным, представленным в таблице 1, у 50 % учащихся 9-х классов и у 59 % учащихся 11-х классов отсутствуют признаки депрессии. Данная часть подростков отличается активностью, повышенным или нейтральным настроением, способностью получать удовольствие от любых видов деятельности, проявлять интерес к жизни.

У 32 % учащихся 9-х классов и у 22 % учащихся 11-х классов выявлена легкая депрессия. Началом к развитию легкой депрессии невротического генеза служат психотравмирующие личностно важные события в жизни человека. Обычно люди, поддавшиеся такому воздействию факторов внешней среды, во многих ситуациях проявляют слабую сопротивляемость переживаниям, крайне выраженное чувство долга, слабое чувство юмора и очень серьезное отношение к жизни, иногда – склонность к неуверенности в себе и робость. Они нередко впадают из крайности в крайность и легко застревают на малозначимых событиях, в особенности, если они имеют негативный оттенок. У данной части подростков прослеживаются следующие симптомы: нарушение сна (относительно слабо выражено), чувство легкого беспокойства, эмоциональная лабильность (неустойчивость настроения), снижение аппетита (не всегда постоянное), негативное отношение к проблемной ситуации (при отсутствии общего негативного отношения к окружающему миру), возможно снижение самооценки, стремление подавить отрицательные эмоции, вялость. Несмотря на все вышеперечисленное, у испытуемых не проявляются особые нарушения социального плана и смещения жизненных приоритетов, сохраняется самоконтроль, человек не живет целиком в прошлом, а надеется на будущее, его восприятие окружающего мира реально, нет тотального отказа от вступления в контакт с окружающими.

У 18 % учащихся 9-х классов и у 19 % учащихся 11-х классов выявлена умеренная депрессия. Признаки данного вида проблем имеют много общего с более легкими формами депрессии. Но в отличие от нее, они проявляются довольно часто. У подростков отмечается наличие «депрессивной триады», включающей в себя резкое и устойчивое снижение самооценки и общего настроения, потерю интереса к происходящему вокруг и способности испытывать радостные мгновения. У них отмечается плохое настроение, на формирование которого не оказывают влияние какие-либо обстоятельства. Для них характерна заниженная самооценка, негативное восприятие окружающей действительности, чувство собственной беспомощности и бесполезности, вины, тревоги и всепоглощающего страха, нарушения сна, выражающееся в бессоннице или сонливости.

С помощью критерия ϕ^* -углового преобразования Фишера не выявлены статистически значимые различия в уровне депрессии между учащимися 9-х классов и 11-х классов.

Результаты исследования самооценки у подростков, полученные с помощью методики измерения самооценки Т. Дембо – С. Рубинштейн (модифицированный А. М. Прихожан), представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты исследования самооценки у подростков, полученные с помощью методики измерения самооценки Т. Дембо – С. Рубинштейн (модифицированный А. М. Прихожан)

Уровень	Сравниваемые группы				Достоверность различий с помощью критерия ϕ^* -углового преобразования Фишера
	Учащиеся 9-х классов (n = 34)		Учащиеся 11-х классов (n = 27)		
	n	%	n	%	
Низкий	10	29 %	7	26 %	ϕ эмп = 0,303 при $p > 0,05$
Средний	19	56 %	14	52 %	ϕ эмп = 0,31 при $p > 0,05$
Высокий	5	15 %	6	22 %	ϕ эмп = 0,753 при $p > 0,05$

Согласно данным, представленным в таблице 2, у 29 % учащихся 9-х классов и у 26 % учащихся 11-х классов выявлен низкий уровень самооценки, т. е. недооценка себя. Подростки отличаются излишней неуверенностью в себе, собственных силах, робостью, чрезмерной стеснительностью, боязнь высказать собственное мнение. У них отмечается негативное отношение к себе, неприятие себя, ощущение собственной неполноценности. Они обычно ставят перед собой более низкие цели, чем те, которые могут достигнуть, преувеличивая значение неудач. Неуверенность, часто объективно необоснованная, является устойчивым качеством личности и ведет к формированию у человека таких черт, как смирение, пассивность, «комплекс неполноценности».

У 56 % учащихся 9-х классов и у 52 % учащихся 11-х классов выявлен средний уровень самооценки. Это говорит о том, что у данной части подростков сформировано адекватное отношение к себе, они умеют оценивать себя и свою деятельность, учитывая при этом свои слабые и сильные стороны. Адекватная самооценка личности свидетельствует о позитивном отношении к себе, самоуважении, принятию себя, ощущению собственной полноценности. В основе оптимальной самооценки, выражающейся через положительное свойство личности – уверенность, лежат необходимый опыт и соответствующие знания. Уверенность в себе позволяет человеку регулировать уровень притязаний и правильно оценивать собственные возможности применительно к различным жизненным ситуациям. Уверенного человека отличают решительность, твердость, умение находить и принимать логические решения, последовательно их реализовывать. Адекватная самооценка позволяет сознательно, а не стихийно управлять своим поведением и заниматься самовоспитанием.

У 15 % учащихся 9-х классов и у 22 % учащихся 11-х классов выявлен высокий уровень самооценки. При высокой адекватной самооценке подростки правильно соотносят свои возможности и способности. К оценке достигнутого подходят не только со своими мерками, но и стараются предвидеть, как к этому отнесутся другие люди. Иными словами, высокая адекватная самооценка является итогом постоянного поиска реальной меры, т. е. без слишком большой переоценки, но и без излишней критичности к своему общению поведению, деятельности, переживаниям. Такая самооценка является наилучшей для конкретных условий и ситуаций. Подростки заслуженно ценят, уважают себя, довольны собой.

С помощью критерия χ^2 -углового преобразования Фишера не выявлены статистически значимые различия в уровне самооценки между учащимися 9-х классов и 11-х классов.

Результаты исследования тревожности у подростков, полученные с помощью шкалы самооценки тревоги (Д. В. Занга), представлены в таблице 3 (в %).

Таблица 3 – Результаты исследования тревожности у подростков, полученные с помощью шкалы самооценки тревоги (Д. В. Занга)

Степень выраженности	Сравниваемые группы				Достоверность различий с помощью критерия χ^2 -углового преобразования Фишера
	Учащиеся 9-х классов (n = 34)		Учащиеся 11-х классов (n = 27)		
	n	%	n	%	
Норма	21	62 %	15	55 %	$\chi^2_{эмп} = 0,489$ при $p > 0,05$
Легкое тревожное расстройство	9	26 %	7	26 %	$\chi^2_{эмп} = 0,054$ при $p > 0,05$
Выраженное тревожное расстройство	4	12 %	5	19 %	$\chi^2_{эмп} = 0,729$ при $p > 0,05$

Согласно данным, представленным в таблице 3, у 62 % учащихся 9-х классов и у 55 % учащихся 11-х классов тревога находится в пределах нормы. Среднеразвитая тревожность говорит о том, что эмоциональное состояние подростков более или менее благополучно. В отдельных случаях для них характерно беспокойство, не обоснованное сложившимися обстоятельствам.

У 26 % учащихся 9-х классов и у 26 % учащихся 11-х классов выявлено легкое тревожное расстройство. Испытуемые испытывают повышенное, необоснованное беспокойство, которое мешает им и от которого следует избавляться, проведя анализ причин его вызывающих.

У 12% учащихся 9-х классов и у 19% учащихся 11-х классов выявлено выраженное тревожное расстройство, что свидетельствует о предрасположенности к тревоге и отражает наличие у них тенденции воспринимать достаточно круг ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Как предрасположенность, тревожность активизируется при восприятии определенных стимулов, расцениваемых человеком как опасные для самооценки, самоуважения. При высокой тревожности каждая из этих ситуаций будет обладать стрессовым воздействием на подростка и вызывать у него выраженную тревогу. Высокоразвитая тревожность говорит о том, что испытуемые испытывают повышенное, необоснованное беспокойство, которое мешает им и от которого следует избавляться, проведя анализ причин его вызывающих.

С помощью критерия F^* -углового преобразования Фишера не выявлены статистически значимые различия в уровне тревожности между учащимися 9-х классов и 11-х классов.

Таким образом, проведенное эмпирическое исследование показало, что у половины учащихся 9-х классов и учащихся 11-х классов отсутствуют признаки депрессии. Данная часть подростков отличается активностью, повышенным или нейтральным настроением, способностью получать удовольствие от любых видов деятельности, проявлять интерес к жизни. У третьей части учащихся 9-х классов и четвертой части учащихся 11-х классов выявлена легкая депрессия. У подростков прослеживаются следующие симптомы: нарушение сна (относительно слабо выражено), чувство легкого беспокойства, эмоциональная лабильность (неустойчивость настроения), снижение аппетита (не всегда постоянное), негативное отношение к проблемной ситуации (при отсутствии общего негативного отношения к окружающему миру), возможно снижение самооценки, стремление подавить отрицательные эмоции, вялость. Несмотря на все вышперечисленное, у них не проявляются особые нарушения социального плана и смещения жизненных приоритетов, сохраняется самоконтроль, человек не живет целиком в прошлом, а надеется на будущее, его восприятие окружающего мира реально, нет тотального отказа от вступления в контакт с окружающим. У пятой части учащихся 9-х классов и учащихся 11-х классов выявлена умеренная депрессия. Признаки данного вида проблем имеют много общего с более легкими формами депрессии. Но в отличие от нее, они проявляются довольно часто. У подростков отмечается наличие «депрессивной триады», включающей в себя резкое и устойчивое снижение самооценки и общего настроения, потерю интереса к происходящему вокруг и способности испытывать радостные мгновения. У них отмечается плохое настроение, на формирование которого не оказывают влияние какие-либо обстоятельства. Для них характерна заниженная самооценка, негативное восприятие окружающей действительности, чувство собственной беспомощности и бесполезности, вины, тревоги и всепоглощающего страха, нарушения сна, выражающееся в бессоннице или сонливости. Преобладающим уровнем самооценки у учащихся 9-х классов и у учащихся 11-х классов выявлен средний уровень самооценки. У них сформировано адекватное отношение к себе, они умеют оценивать себя и свою деятельность, учитывая при этом свои слабые и сильные стороны. У большинства учащихся 9-х классов и у учащихся 11-х классов тревога находится в пределах

нормы. Среднеразвитая тревожность говорит о том, что эмоциональное состояние подростков более или менее благополучно. В отдельных случаях для них характерно беспокойство, не обоснованное сложившимися обстоятельствам.

Список использованных источников

1 Доклад о состоянии здравоохранения в мире. Психическое здоровье: Новое понимание, новая надежда. – Женева : ВОЗ 2001. – 215 с.

2 Сивак, Е. В. Депрессия у детей и подростков: группы риска, роль школы, рекомендации для учителей и родителей / Е. В. Сивак, О. Р. Михайлова, К. Н. Поливанова, И. Б. Смирнов. – М. : НИУ ВШЭ, 2022. – 46 с.

3 Бочавер, А. А. Использование социальных сетей в интернете и депрессивная симптоматика у подростков / А. А. Бочавер, С. В. Докука, Е. В. Сивак, И. Б. Смирнов // Клиническая и специальная психология. – 2019. – № 3. – С. 1 – 18.

4 Бочавер, А. А. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий / А. А. Бочавер, К. Д. Хломов // Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2014. – № 3. – С. 177 – 191.

Ю. В. Кунаховец

Научный руководитель: Н. Н. Красовская, канд. социол. наук, доцент
Белорусский государственный университет,
г. Минск, Республика Беларусь

ВЗАИМОСВЯЗЬ КОММУНИКАТИВНОЙ ТОЛЕРАНТНОСТИ И СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У СОЦИАЛЬНО АКТИВНЫХ СТУДЕНТОВ БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

Работа посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме изучения социального поведения студенческой молодежи, включая уровень коммуникативной толерантности и стрессоустойчивости. Автор освещает такие теоретические вопросы как: толерантность как социальный феномен; понятие коммуникативной толерантности; структура, механизмы и особенности формирования коммуникативной толерантности у студенческой молодежи; проблема стрессоустойчивости у студенческой молодежи. Работа может выступить основой для проведения дальнейших исследований и разработки программ психологического сопровождения студентов и мероприятий, направленных на повышение уровня коммуникативной толерантности и стрессоустойчивости в обществе.

Ключевые слова: толерантность, коммуникативная толерантность, стрессоустойчивость, социальная активность, студенческая молодежь.

Y. V. Kunakhovets

Scientific supervisor: N. N. Krasovskaya, candidate of sociology. PhD, Associate Professor
Belarusian State University,
Minsk, Republic of Belarus

INTERRELATION OF COMMUNICATIVE TOLERANCE AND STRESS RESISTANCE IN SOCIALLY ACTIVE STUDENTS OF BELARUSIAN STATE UNIVERSITY

This work is devoted to the current problem of studying the social behavior of student youth, including the level of communicative tolerance and stress resistance. The author covers such theoretical issues as: tolerance as a social phenomenon; the concept of communicative tolerance; structure, mechanisms and features of the formation of communicative tolerance