

УДК 159.9**Половозрастные особенности психологического здоровья современных подростков****Голованова Елена Геннадьевна**

Кандидат сельскохозяйственных наук,
старший преподаватель,
Оренбургский государственный педагогический университет,
460000, Российская Федерация, Оренбург, ул. Советская, 19;
e-mail: gole77@yandex.ru

Аннотация

Подростковый возраст сопровождается интенсивными физиологическими и психологическими изменениями, активным развитием всех психических структур и свойств, что делает его периодом особого внимания исследователей. В современном мире подростки сталкиваются с множеством сложных вызовов и стрессов, во многом отличных от тех, что существовали у предыдущих поколений их сверстников даже 10-15 лет назад. В числе таких вызовов и стрессов зачастую рассматриваются экологические, социально-экономические, культурные, информационные факторы, затрагивающие различные стороны развития подростка. Целью исследования стало выявление половозрастных особенностей психологического здоровья подростков. С применением опросного («Методика диагностики индивидуальной модели психологического здоровья» А.В. Козлова) и математико-статистического (непараметрический критерий различий U-Манна-Уитни) методов было выявлено, что в подростковом возрасте отдельные параметры психологического здоровья неодинаково проявляются у мальчиков и девочек. Психологическое здоровье девочек характеризуется наибольшей выраженностью просоциального, творческого, гуманистического векторов, а психологическое здоровье мальчиков – выраженными Я-вектором и интеллектуальным вектором. Полученные результаты, несомненно, не раскрывают всей специфики феномена психологического здоровья подростков, однако могут учитываться при оказании психологической помощи подросткам в поддержании их психологического здоровья, его укреплении. Перспективу исследования составляет необходимость рассмотрения различных факторов, влияющих на психологическое здоровье подростков, в том числе в половозрастном аспекте.

Для цитирования в научных исследованиях

Голованова Е.Г. Половозрастные особенности психологического здоровья современных подростков // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2024. Т. 13. № 2А. С. 211-218.

Ключевые слова

Психологическое здоровье, подростковый возраст, половозрастные особенности подростков, психологическое здоровье подростков, психологическое здоровье мальчиков и девочек подросткового возраста.

Введение

Подростковый возраст сопровождается интенсивными физиологическими и психологическими изменениями, активным развитием всех психических структур и свойств, что делает его периодом особого внимания исследователей. В современном мире подростки сталкиваются с множеством сложных вызовов и стрессов, во многом отличных от тех, что существовали у предыдущих поколений их сверстников даже 10-15 лет назад. В числе таких вызовов и стрессов зачастую рассматриваются экологические, социально-экономические, культурные, информационные факторы, затрагивающие различные стороны развития подростка. В совокупности с пубертатным кризисом данные факторы могут во многом определять особенности психологического здоровья подростков. В свою очередь, психологическое здоровье подростков тесно связано с их способностью адаптироваться к быстро меняющемуся миру, влияет на степень самопонимания, развитие эмоционального и социального интеллекта и установление здоровых межличностных отношений. Понимание особенностей психологического здоровья современных подростков является важным элементом в организации психологической поддержки и помощи в успешном прохождении подросткового кризиса на пути к становлению зрелой и устойчивой личности.

Целью данного исследования стало выявление половозрастных особенностей психологического здоровья подростков.

В качестве гипотезы исследования выступило предположение о том, что в подростковом возрасте отдельные параметры психологического здоровья могут неодинаково проявляться у мальчиков и девочек, что связано с половозрастными особенностями взросления.

Основная часть

В психологических исследованиях понятие психологического здоровья рассматривается как комплексный аспект человеческого благополучия, характеризующий не только отсутствие психических расстройств, но и позитивные аспекты психического функционирования. Психологическое здоровье охватывает такие ключевые элементы, как эмоциональная стабильность, уровень стрессоустойчивости, способность к адаптации, качество межличностных отношений и общественная поддержка. В позитивной трактовке данная категория интегрирует такие параметры как чувство счастья, удовлетворенность жизнью, самоактуализация и развитие личностных ресурсов. Это понятие основывается на представлении о человеке как о целостной личности, включающей физическое, психическое и социальное измерения.

Психологическое здоровье трактуется неодинаково разными исследователями, например:

- как психологическое свойство развитой личности, сущность которого составляют такие взаимосвязанные и взаимообусловленные переменные как психологическая грамотность, психологическая культура, психическое здоровье и психологическое благополучие (И.В. Дубровина) [Дубровина, 2022];
- как динамическая совокупность психических свойств, обеспечивающих гармоничное развитие и характеризующихся по аксиологическому, инструментально-технологическому, потребностно-мотивационному, развивающему и социально-культурному компонентам (О.В. Хухлаева) [Хухлаева, 2007];
- как процесс и результат благополучного развития субъективной реальности индивида.

Норма рассматривается как наиболее оптимальный вариант развития личности с учетом индивидуальных и возрастных аспектов (А.В. Шувалов) [Шувалов, 2009];

- как системное свойство индивидуального развития личности в разные возрастные периоды, находящее отражение в особенностях индивидуально-психологических свойств субъекта (саморазвитие, саморегуляция, самореализация), взаимоотношений с окружающим миром (Н.Н. Колотий, С.Н. Цилюрик) [Колотий, Цилюрик, 2004];
- как интегральная характеристика личности, проявляющаяся в ряде сфер ее реализации: целеполагание, межличностные отношения, самоотношение и автономность, творческое самовыражение, духовность, интеллектуальное развитие и совершенствование, семейные отношения, гуманистическая позиция (А.В. Козлов) [Козлов, 2014].

Так, можно видеть, что категория психологического здоровья имеет множество различных трактовок, в зависимости от исследовательской позиции автора и акцентирования внимания на тех или иных составляющих и сферах проявления феномена. Обобщая различные точки зрения, под психологическим здоровьем мы будем понимать характеристику личности, интегрирующую различные аспекты ее функционирования и определяющую общее благополучие субъекта в отношениях с самим собой и с миром. Вслед за А.В. Козловым, нами будут рассмотрены 8 векторов проявления психологического здоровья, составляющие его профиль, т.к., на наш взгляд, данная концепция в наибольшей мере позволяет рассмотреть интересующий нас феномен в совокупности его различных проявлений.

Материалы и методы

В проведенном исследовании приняли участие 86 подростков в возрасте 12-15 лет, в числе которых 46 девочек и 40 мальчиков. Все испытуемые характеризуются нормативным развитием (не имеют выраженных особенностей психического и психологического развития), обучаются в общеобразовательных классах.

Для получения эмпирических данных об особенностях психологического здоровья подростков нами применялась «Методика диагностики индивидуальной модели психологического здоровья» А.В. Козлова [там же]. Применяемая методика позволяет диагностировать соотношение выраженности различных векторов проявления психологического здоровья (стратегический вектор (ориентация на цель, уравновешенность), просоциальный вектор, Я-вектор, творческий вектор, духовный вектор, интеллектуальный вектор, семейный вектор, гуманистический вектор), а также общий (интегральный) показатель психологического здоровья личности (по уровням на основании стэновых показателей).

Обработка данных осуществлялась с применением математико-статистического метода для проверки различий в показателях психологического здоровья мальчиков и девочек подросткового возраста и проверки гипотезы (непараметрический критерий различий U-Манна-Уитни).

Результаты

Анализ полученных эмпирических данных позволил построить следующие профили психологического здоровья мальчиков и девочек подросткового возраста (рис. 1).

По данным, представленным на рисунке 1, можно видеть, что у мальчиков и девочек подросткового возраста отдельные параметры проявления психологического здоровья

представлены неодинаково. В частности, у девочек можно видеть несколько более высокие показатели большинства векторов проявления психологического здоровья. Наиболее значимые различия отмечаются по просоциальному, творческому и гуманистическому векторам (с достоверностью при $p < 0,01$ и $p < 0,05$ по U-Манна-Уитни).

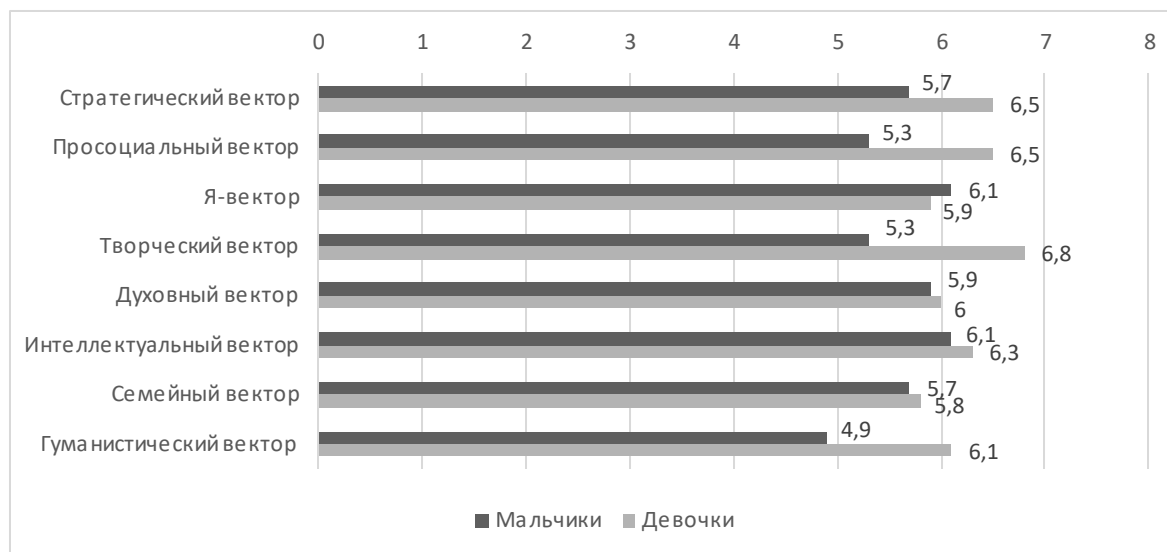


Рисунок 1 - Сравнительный профиль психологического здоровья мальчиков и девочек подросткового возраста

При этом Я-вектор – единственный параметр, более выраженный у мальчиков (с достоверностью при $p < 0,05$ по U-Манна-Уитни). Такие результаты свидетельствуют о том, что у девочек подросткового возраста психологическое здоровье чаще проявляется на близком к высокому уровню в большинстве сфер жизни (большинство средних показателей лежат в диапазоне 6-7 стэнов): оно способны ставить цель, удерживать ее, проявлять уравновешенность в достижении своих целей; способны выстраивать отношения с окружающими на основе общепринятых норм и правил, доброжелательно взаимодействовать с людьми; стремятся к творческим самопроявлениям, интеллектуальному развитию, реализации гуманистических принципов в отношениях с миром. У мальчиков большинство показателей лежит в диапазоне среднего уровня (до 6 стэнов), при этом они ориентированы на проявления своего Я, его отстаивание, приоритет собственного мнения, потребностей в отношениях с людьми (по выраженности Я-вектора выше среднего), а также на интеллектуальное развитие и совершенствование. Примечательно, что наименее выраженным в группе мальчиков оказывается гуманистический вектор (среднее – менее 5 стэнов, в сравнении с другими показателями), что может проявляться в некоторой «черствости», ситуативном отрицании гуманистических ценностей и принципов, эгоизме.

По общему уровню психологического здоровья у мальчиков и девочек подросткового возраста различия не столь очевидны (рис. 2).

По общему уровню психологического здоровья не выявляется статистически значимых различий в показателях, полученных в группах мальчиков и девочек подросткового возраста. Однако, как показано на рисунке 1, высокий уровень психологического здоровья несколько чаще проявляется у девочек, что свидетельствует о большем числе «здоровых» жизненных сфер. При этом у мальчиков можно видеть несколько большее число показателей низкого уровня.

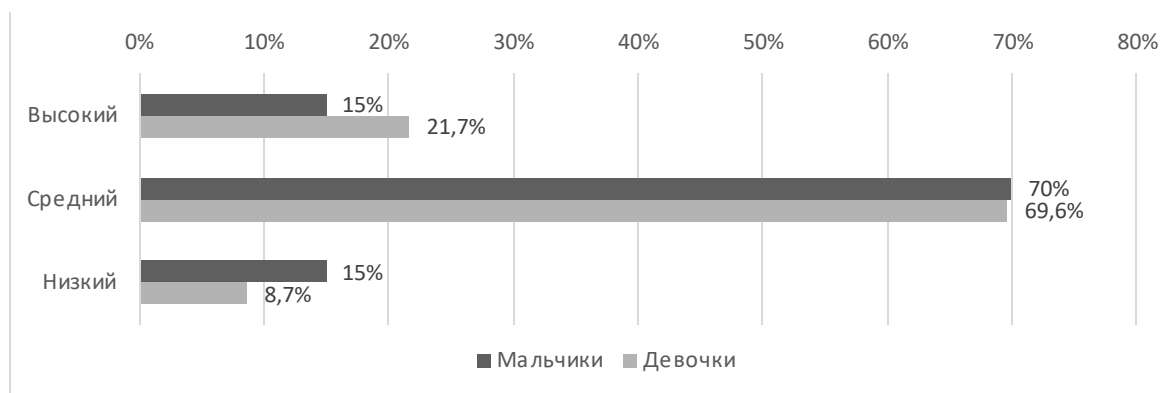


Рисунок 2 - Общий уровень психологического здоровья у мальчиков и девочек подросткового возраста

Обсуждение

Полученные результаты позволяют подтвердить предположение о том, что в подростковом возрасте отдельные параметры психологического здоровья могут неодинаково проявляться у мальчиков и девочек: нами обнаружено, что по просоциальному, творческому и гуманистическому векторам психологическое здоровье девочек подросткового возраста является более выраженным, а по Я-вектору обнаруживается большая выраженность психологического здоровья у мальчиков подросткового возраста. Такие результаты могут объясняться спецификой социокультурного влияния на развитие подростков разного пола. В частности, полученные в группе девочек-подростков данные указывают на то, что девочки более благополучны в отношениях с окружающими в силу их большей «нормативности», способности «сглаживать» противоречия. Они более ориентированы на творчество и созидательную деятельность, что может быть обусловлено широким разнообразием творческих видов деятельности, к которым чаще приобщают именно девочек, начиная с ранних возрастов (рисование, танцы, музыка и т.п.). Помимо этого, для девочек-подростков более характерно следование гуманистическим ценностям и принципам: они готовы прийти на помощь близким, выслушать и понять, прощать ошибки. В совокупности такие результаты девочек-подростков могут быть связаны с усвоением стереотипного женского образа, характеризующегося мягкостью, преобладанием творческого начала. У мальчиков можно видеть преимущественно средние показатели по векторам психологического здоровья. При этом наиболее выраженными оказываются Я-вектор и интеллектуальный вектор, что в совокупности дает представления о психологическом здоровье мальчиков в сфере отстаивания своего Я, понимания ценности собственной личности, ее автономности при значимости интеллектуального развития и совершенствования. Такие результаты также могут быть обусловлены особенностями гендерной социализации, стереотипов мужского образа с характеристиками независимости, сильного Я, интеллекта.

В целом, при отсутствии значимых различий в общем уровне психологического здоровья у мальчиков и девочек с преобладанием показателей среднего уровня в обеих группах, можно говорить о том, что, несмотря на выявленные различия, отдельные векторы психологического здоровья, являясь более выраженными, могут «компенсировать» менее выраженные векторы и обеспечивать некий условный баланс сфер жизни как основу общего психологического здоровья подростков.

Заключение

Проведенное исследование позволило выявить, что существуют половозрастные особенности психологического здоровья подростков: отдельные векторы психологического здоровья как жизненные сферы его проявления неодинаково представлены у мальчиков и девочек подросткового возраста. Психологическое здоровье девочек характеризуется наибольшей выраженностью просоциального, творческого, гуманистического векторов, а психологическое здоровье мальчиков – выраженными Я-вектором и интеллектуальным вектором. Полученные результаты, несомненно, не раскрывают всей специфики феномена психологического здоровья подростков, однако могут учитываться при оказании психологической помощи подросткам в поддержании их психологического здоровья, его укреплении. Перспективу исследования составляет необходимость рассмотрения различных факторов, влияющих на психологическое здоровье подростков, в том числе в половозрастном аспекте.

Библиография

1. Дубровина И.В. Психологическое здоровье личности как феномен // Гуманизация образования. 2022. № 4. С. 35-43.
2. Елагина А.С., Оздамирова Л.М. Концептуальные подходы к формированию когнитивной модели эмоционального интеллекта // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2022. Т. 11. № 3А. С. 274-279. DOI: 10.34670/AR.2022.85.75.035
3. Елагина А.С., Смирнова О.О. International experience in organizing psychological counseling for rural adolescents // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 5В. С. 238-244.
4. Козлов А.В. Методика диагностики психологического здоровья // Перспективы науки и образования. 2014. № 6 (12). С. 110-117.
5. Колотий Н.Н., Цилюрик С.Н. Особенности социально-психологической адаптации первоклассников к условиям обучения в динамике года // Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке. М., 2004. С. 68-72.
6. Хухлаева О.В. Психологическое здоровье учащихся как цель работы школьной психологической службы // Школьный психолог. 2007. № 14. URL: <https://psy.lsept.ru/article.php?ID=200701402>
7. Шувалов А.В. Психологическое здоровье человека // Вестник ПСТГУ IV: Педагогика. Психология. 2009. Вып. 4 (15). С. 87-101.
8. Brassai L., Piko B. F., Steger M. F. Meaning in life: Is it a protective factor for adolescents' psychological health? // International journal of behavioral medicine. – 2011. – Т. 18. – С. 44-51.
9. Goldfield G. S. et al. Physical activity and psychological adjustment in adolescents // Journal of Physical Activity and Health. – 2011. – Т. 8. – №. 2. – С. 157-163.
10. Greenleaf C., Petrie T. A., Martin S. B. Relationship of weight-based teasing and adolescents' psychological well-being and physical health // Journal of school health. – 2014. – Т. 84. – №. 1. – С. 49-55.

Gender and age characteristics of the psychological health of modern adolescents

Elena G. Golovanova

PhD in Agricultural Science, Senior Lecturer,
Orenburg State Pedagogical University,
460000, 19, Sovetskaya str., Orenburg, Russian Federation;
e-mail: gole77@yandex.ru

Abstract

Adolescence is accompanied by intense physiological and psychological changes, the active development of all mental structures and properties, which makes it a period of special attention of researchers. In today's world, teenagers face many complex challenges and stresses, much different from those that existed for previous generations of their peers even 10-15 years ago. Among such challenges and stresses, environmental, socio-economic, cultural, and informational factors affecting various aspects of adolescent development are often considered. The purpose of the study was to identify gender and age characteristics of the psychological health of adolescents. Using a survey ("Methodology for diagnosing an individual model of psychological health" by A.V. Kozlov) and mathematical-statistical (nonparametric U-Mann-Whitney difference test) methods, it was revealed that in adolescence, certain parameters of psychological health manifest themselves differently in boys and girls. The psychological health of girls is characterized by the greatest expression of prosocial, creative, humanistic vectors, and the psychological health of boys is characterized by the most pronounced I-vector and intellectual vector. The results obtained, undoubtedly, do not reveal all the specifics of the phenomenon of psychological health of adolescents, however, they can be taken into account when providing psychological assistance to adolescents in maintaining their psychological health and strengthening it. The prospect of the study is the need to consider various factors influencing the psychological health of adolescents, including in the gender and age aspect.

For citation

Golovanova E.G. (2024) Polovozrastnye osobennosti psikhologicheskogo zdorov'ya sovremennykh podrostkov [Gender and age characteristics of the psychological health of modern adolescents]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 13 (2A), pp. 211-218.

Keywords

Psychological health, adolescence, gender and age characteristics of adolescents, psychological health of adolescents, psychological health of teenage boys and girls.

References

1. Dubrovina I.V. (2022) Psikhologicheskoe zdorov'e lichnosti kak fenomen [Psychological health of the individual as a phenomenon]. *Gumanizatsiya obrazovaniya* [Humanization of education], 4, pp. 35-43.
2. Elagina A.S., Oздamirova L.M. (2022) Kontseptual'nye podkhody k formirovaniyu kognitivnoi modeli emotsional'nogo intellekta [Conceptual approaches to the formation of a cognitive model of emotional intelligence]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 11 (3A), pp. 274-279. DOI: 10.34670/AR.2022.85.75.035
3. Elagina A.S., Smirnova O.O. International experience in organizing psychological counseling for rural adolescents // *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (5B), pp. 238-244.
4. Khukhlaeva O.V. (2007) Psikhologicheskoe zdorov'e uchashchikhsya kak tsel' raboty shkol'noi psikhologicheskoi sluzhby [Psychological health of students as the goal of the school psychological service]. *Shkol'nyi psikholog* [School psychologist.], 14. Available at: <https://psy.lsept.ru/article.php?ID=200701402> [Accessed 02/02/2024]
5. Kolotii N.N., Tsilyurik S.N. (2004) Osobennosti sotsial'no-psikhologicheskoi adaptatsii per-voklassnikov k usloviyam obucheniya v dinamike goda [Features of socio-psychological adaptation of first-graders to learning conditions in the dynamics of the year]. In: *Zdorov'e, obuchenie, vospitanie detei i molodezhi v XXI veke* [Health, education, education of children and youth in the XXI century]. Moscow.
6. Kozlov A.V. (2014) Metodika diagnostiki psikhologicheskogo zdorov'ya [Methodology for diagnosing psychological health]. *Perspektivny nauki i obrazovaniya* [Perspectives of science and education], 6 (12), pp. 110-117.

7. Shuvalov A.V. (2009) Psikhologicheskoe zdorov'e cheloveka [Psychological health of a person]. *Vestnik PSTGU IV: Pedagogika. Psikhologiya* [Bulletin of PSTSU IV: Pedagogy. Psychology], 4 (15), pp. 87-101.
8. Brassai, L., Piko, B. F., & Steger, M. F. (2011). Meaning in life: Is it a protective factor for adolescents' psychological health?. *International journal of behavioral medicine*, 18, 44-51.
9. Goldfield, G. S., Henderson, K., Buchholz, A., Obeid, N., Nguyen, H., & Flament, M. F. (2011). Physical activity and psychological adjustment in adolescents. *Journal of Physical Activity and Health*, 8(2), 157-163.
10. Greenleaf, C., Petrie, T. A., & Martin, S. B. (2014). Relationship of weight-based teasing and adolescents' psychological well-being and physical health. *Journal of school health*, 84(1), 49-55.