

УДК 159.9**Анализ результатов диагностического обследования,
проведенный в ходе психокоррекционной работы с подростковой
тревожностью****Родермель Татьяна Алексеевна**

Кандидат философских наук, доцент,
завкафедрой психологии,
Сургутский государственный университет,
628400, Российская Федерация, Сургут, пр. Ленина, 1;
e-mail: tra960@mail.ru

Хохлова Наталия Ивановна

Кандидат психологических наук, доцент,
Сургутский государственный университет,
628400, Российская Федерация, Сургут, пр. Ленина, 1;
e-mail: Hohlova-ni@yandex.ru

Аннотация

В данной статье представлено диагностическое обследование, которое направлено на изучение подростковой тревожности. В связи с этим, предполагалось, что данные результаты покажут нам высокий уровень тревожности, который пагубно влияет на межличностные отношения в среде сверстников, развивает психосоматические заболевания и пр. Данное исследование помогло нам выявить влияния негативных тенденций на образовательную составляющую развитие личностных качеств у подростков. В связи с этим, нам важно было сделать акцент на укрепление психологического здоровья, которое заключалось в психокоррекционной работе по снижению подростковой тревожности. Направленность психокоррекционных занятий позволило повлиять на развитие навыков осознанности, саморегуляции, стрессоустойчивости, межличностной эффективности, решения проблем, расширение круга альтернативных форм поведения. Занятия строились на основе техник когнитивно-поведенческой терапии. В ходе работы постоянно проводился аналитический срез предполагаемых изменений в эмоциональной сфере, мыслительной деятельности и поведении. В ходе анализа мы изучили особенности возникновения и развития тревожности в подростковом возрасте и пришли к выводу, что к ним относятся: нарушения в детско-родительских отношениях, негативные взаимоотношения со сверстниками и педагогами, завышенные требования и ожидания со стороны общества, школы, родителей. Таким образом, в условиях реализации психокоррекционной работы с применением метода когнитивно-поведенческой психотерапии уровень подростковой тревожности снижается, что подтвердили результаты диагностического обследования.

Для цитирования в научных исследованиях

Родермель Т.А., Хохлова Н.И. Анализ результатов диагностического обследования, проведенный в ходе психокоррекционной работы с подростковой тревожностью // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2024. Т. 13. № 4А. С. 417-425.

Ключевые слова

Подростковая тревожность, психокоррекционная работа, когнитивно-поведенческая психотерапия, психотерапия, диагностические срезы, ситуативная тревожность, статистическая обработка, дисфункциональное мышление.

Введение

Подростковая тревожность в современной психологии на сегодняшний день является актуальной проблемой. Исследования, которые были проведены в 2018 году Рамоненко А.А., Саенко Д.М., Разуваевой Т.Н. и Щербининой О.А., показывают высокий уровень подростковой тревожности у примерно 34,3% современных подростков [Щербинина, 2018].

Данная статистика может показывать повышенный уровень тревожности, который сказывается на: сниженном уровне самооценки, эмоциональной неустойчивости, повышенному беспокойству, а также к негативным межличностным отношениям в среде сверстников и других взрослых, и как факт приводит к развитию психосоматических заболеваний, негативно влияющих на общее эмоциональное и физическое состояния, что влечет за собой проблему полноценного развития личности.

Подростки с высоким уровнем тревожности часто замыкаются в себе или напротив становятся раздражительными и агрессивными, как по отношению к другим (гетероагрессия), так и к себе (аутоагрессия, самоповреждающее, суицидальное поведения).

Данное явление может приводить несовершеннолетнего к различным психическим расстройствам (деструктивное, проблемное поведение) и привести к противоправным действиям, оно встречается у 3,6% подростков в возрасте 10-14 лет и у 2,4% подростков 15-19 лет. Так, по данным ВОЗ по состоянию на 17 ноября 2021 года указывается, что в подростковом возрасте распространены эмоциональные расстройства, а именно: тревожное расстройство и депрессия. Тревожное расстройство, которое может включать панику или чрезмерное беспокойство, развивается у 3,6% подростков в возрасте 10-14 лет и у 4,6% подростков 15-19 лет. Депрессия встречается у 1,1% подростков в возрасте 10-14 лет и у 2,8% подростков 15-19 лет.

Психологический компонент тревожности и развития аддитивного поведения рассматривается Скоробач С.В., автор констатирует связь между данными явлениями [Скоробач, 2019].

Учитывая, что аддитивное поведение может быть результатом повышенного уровня тревожности, то профилактической работой по предупреждению различных видов зависимостей будет являться в том числе психокоррекция тревожности.

Основная часть

Проанализировав российский и зарубежный опыт психокоррекционной работы с подростковой тревожностью, нами акцент был поставлен на методе когнитивно-поведенческой

психотерапии (Бек А.).

В начале 1960-х годов Бек А. разработал форму психотерапии, которую назвал когнитивной терапией. Сегодня большинство специалистов считают когнитивную терапию синонимом когнитивно-поведенческой психотерапии. Мы, в представленном исследовании, будем использовать второй термин [Бек, 2020].

В ходе разработки этой формы терапии автор использовал целый ряд различных источников от древнегреческих философов до великих теоретиков психологии таких как: Хорни К., Адлер А., Келли Дж., Эллис А., Лазарус Р., Бандура А. и пр.

В основе теории когнитивно-поведенческой психотерапии лежит когнитивная модель, которая предполагает, что мысли человека влияют на его эмоции (настроение) и поведение. Таким образом, она направлена на изменение дисфункционального мышления (ошибочного, непродуктивного) благодаря чему происходят положительные изменения в эмоциональном состоянии и поведении.

Эффективность методов когнитивно-поведенческой психотерапии постоянно проверяется с тех пор, как в 1977 году было опубликовано первое исследование исходов лечения. На данный момент опубликовано более 500 исследований, которые доказали эффективность когнитивно-поведенческого подхода в работе не только с психическими расстройствами, но и с психологическими проблемами и соматическими заболеваниями с психологической составляющей [Эллис, Дойл, 2021].

Для выстраивания коррекционной работы, было проведено исследование, которое позволило оценить детскую тревожность. С этой целью в экспериментальной группе (ЭГ) и контрольной группе (КГ) было проведено первичное, диагностическое исследование. После завершения психокоррекционных программы был осуществлен заключительный этап нашего исследования, который включал в себя проверку эффективности, проведенной психокоррекционной работы по снижению подростковой тревожности методом когнитивно-поведенческой психотерапии.

В работе использовались одни и те же методики. Повторное диагностическое исследование проводилось в мае 2023 года.

Для большей наглядности сравнительный анализ средних показателей первичной и повторной диагностики ЭГ по методике «Многомерная оценка детской тревожности» Е.Е. Ромицыной представлены и на рисунке 1.

На представленной диаграмме видно, что в результате проведенных психокоррекционных мероприятий при повторной диагностике выявлено снижение тревожности по всем шкалам методики. Такие показатели как «Общая тревожность», «Тревога, возникающая в ситуациях самовыражения», «Тревога, возникающая в результате проверки знаний», «Снижение психической активности, обусловленное тревогой» и «Повышенная вегетативная реактивность, обусловленная тревогой» снизились с высокого уровня тревоги на средний уровень. Высокий уровень тревоги по шкале «Тревога в отношениях с родителями» остался на прежнем уровне.

Сравнительный анализ средних показателей первичной и повторной диагностики ЭГ по тесту на выявление уровня ситуативной и личностной тревожности (Ч. Спилбергер, Ю. Ханин) представлен на рис. 2.

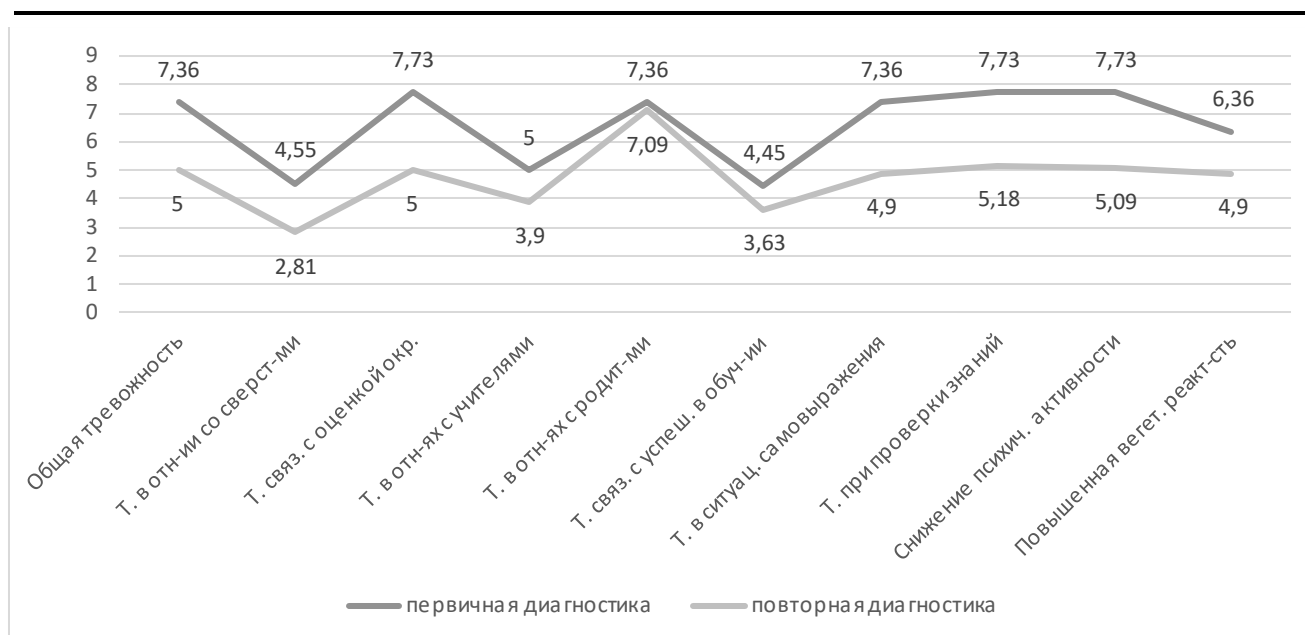


Рисунок 1 - Сравнительный анализ средних показателей первичной и повторной диагностики ЭГ по методике «Многомерная оценка детской тревожности» Е.Е. Ромицыной [Ромицына, 2006]



Рисунок 2 - Сравнительный анализ средних показателей первичной и повторной диагностики ЭГ по тесту на выявление уровня ситуативной и личностной тревожности (Ч. Спилбергер, Ю. Ханин)

Так, мы видим, что в результате проведенных психокоррекционных мероприятий в ЭГ также снизились уровни ситуативной и личностной тревожности.

Ситуативная тревожность снизилась у 5 человек (45,45%) с умеренного уровня до низкого, у 3 человек (27,27%) – с высокого до низкого. Личностная тревожность снизилась у 2 человек (18,18%) – с умеренного уровня до низкого и у 4 человек (36,36%) – с высокого уровня до умеренного.

Средние показатели ситуативной тревожности группы снизились с умеренного уровня до низкого, личностной тревожности – с высокого до умеренного.

Сравнительный анализ средних показателей первичной и повторной диагностики ЭГ по

методике диагностирования уровня тревожности «Шкала тревоги» А. Бека представлен на рис. 3.



Рисунок 3 - Сравнительный анализ средних показателей первичной и повторной диагностики ЭГ по методике диагностирования уровня тревожности «Шкала тревоги» А. Бека [Бек, 2020]

Анализ результатов показал, что в ЭГ значения тревожности по данной методике снизились у всех испытуемых. При этом у 2 человек (18,18%) уровень тревожности снизился с очень высокого уровня до среднего и у 2 человек (18,18%) – со среднего уровня до незначительного.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в результате психокоррекционной работы у подростков снизился уровень тревожности и с целью подтверждения данных выводов результаты повторной диагностики были подвергнуты статистической обработке с помощью непараметрического U-критерия Манна-Уитни для выявления наличия значимых различий между первичными и повторными диагностическими срезами ЭГ по уровню показателей трех вышеуказанных методик.

В результате полученных расчетов U-критерия Манна-Уитни полученное эмпирическое значение попадает в зону неопределенности, различия статистически значимы при $p \leq 0,05$, следовательно, мы принимаем гипотезу H_1 : различия между первичной и повторной диагностики значимы. Таким образом, психокоррекционная программа реализована и показала свою эффективность по снижению подростковой тревожности.

Далее для возможности сравнения показателей первичной и повторной диагностики КГ по трем методикам, мы привели каждый параметр к среднему значению.

Для большей наглядности сравнительный анализ средних показателей первичной и повторной диагностики КГ по трем методикам представлен на рисунке 4.

На диаграмме мы видим, что значительных изменений по средним показателям КГ при повторной диагностике не наблюдается.

При этом важно отметить, что если у ЭГ наблюдается снижение показателей по всем методикам (шкалам методик), то у КГ снижение наблюдается только по 7 шкалам: «Тревога в отношениях со сверстниками», «Тревога, связанная с оценкой окружающих», «Тревога, возникающая в ситуациях проверки знаний», «Снижение психической активности, обусловленное тревогой», «Повышенная вегетативная реактивность, обусловленная тревогой» (методика «Многомерная оценка детской тревожности» Е.Е. Ромицыной), ситуативной и личностной тревожности (тест на выявление уровня личностной и ситуативной тревожности

(Ч.Спилбергер, Ю.Ханин)), при этом оно является незначительным.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в КГ, в которой не была реализована психокоррекционная работа по снижению подростковой тревожности, средний уровень тревожности по группе не имеет значительных изменений. С целью подтверждения данных выводов результаты повторной диагностики были подвергнуты статистической обработке с помощью непараметрического U-критерия Манна-Уитни для выявления наличия значимых различий между первичными и повторными диагностическими срезами КГ по уровню показателей трех вышеуказанных методик.

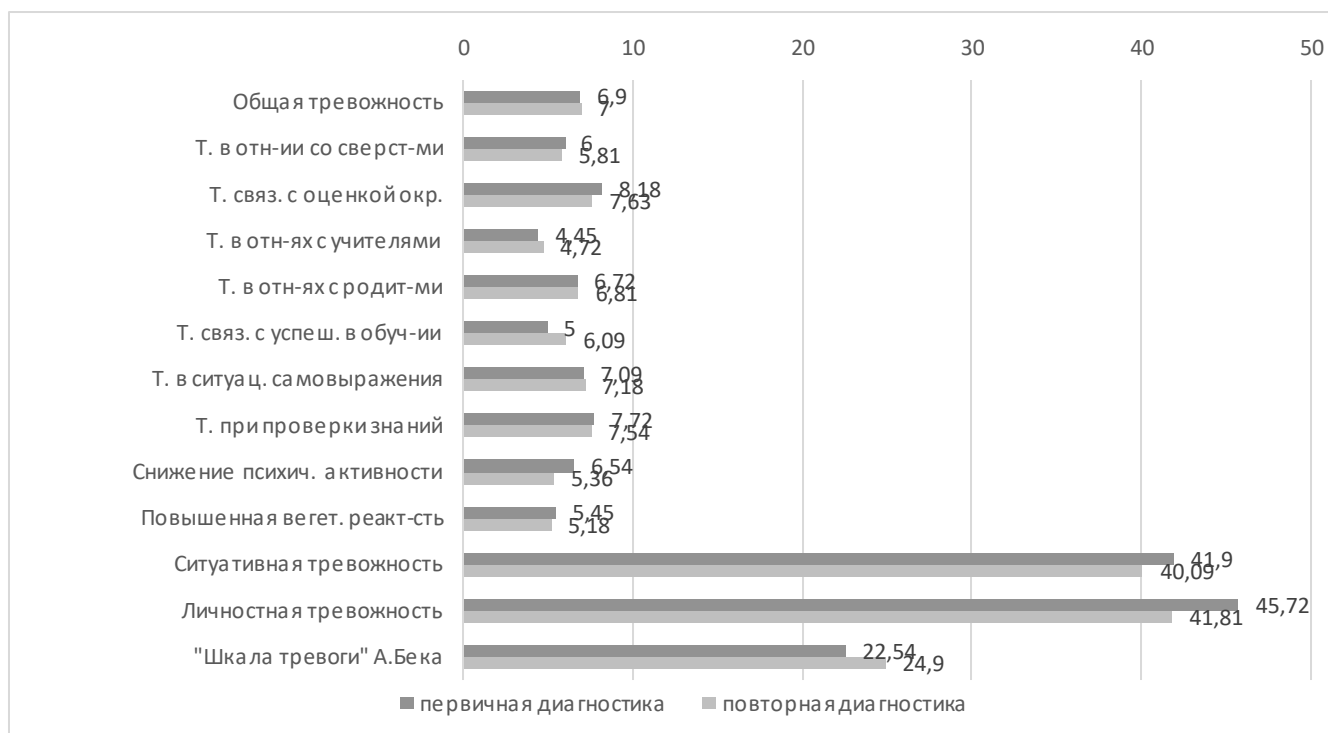


Рисунок 4 - Сравнительный анализ средних показателей первичной и повторной диагностики КГ по трем методикам

В результате полученных расчетов U-критерия Манна-Уитни полученное эмпирическое значение попадает в зону незначимости. Из этого следует, что у КГ значимых различий в уровне тревожности при первичной и повторной диагностиках не выявлено.

Кроме того, результаты повторной диагностики ЭГ и КГ были также подвергнуты статистической обработке с помощью непараметрического U-критерия Манна-Уитни для выявления наличия значимых различий между повторными диагностическими срезами обеих групп по уровню показателей трех вышеуказанных методик.

В результате полученных расчетов U-критерия Манна-Уитни полученное эмпирическое значение попадает в зону неопределенности, различия статистически значимы при $p \leq 0,05$.

Перед подготовкой психокоррекционной программы первичные диагностические срезы ЭГ и КГ были подвергнуты статистической обработке с помощью непараметрического U-критерия Манна-Уитни для выявления наличия значимых различий между ними. По результатам полученных расчетов было установлено, что первичные диагностические срезы ЭГ и КГ находятся в зоне незначимости. Таким образом, до реализации психокоррекционной программы

у ЭГ и КГ значимых различий в уровне тревожности не было выявлено.

После реализации психокоррекционной программы в ЭГ, результаты повторной диагностики ЭГ и КГ были также подвергнуты статистической обработке с помощью непараметрического U-критерия Манна-Уитни для выявления наличия значимых различий между:

1. Первичными и повторными диагностическими срезами ЭГ.
2. Первичными и повторными диагностическими срезами КГ.
3. Повторными диагностическими срезами ЭГ и КГ.

Так, сравнение показателей диагностических срезов первичной и повторной диагностики ЭГ показало, что различия между ними значимы. Из этого следует, что психокоррекционная программа реализована и показала свою эффективность по снижению подростковой тревожности.

Сравнение же первичных и повторных диагностических срезов КГ показали, что полученное эмпирическое значение попадает в зону незначимости. Таким образом, у КГ значимых различий в уровне тревожности между первичной и повторной диагностики не выявлено.

При сравнении повторных диагностических срезов ЭГ и КГ констатируется, что полученное эмпирическое значение попадает в зону неопределенности. Таким образом, можно сделать вывод о том, что различия в ЭГ и КГ статистически значимы.

В ходе анализа мы изучили особенности возникновения и развития тревожности в подростковом возрасте и пришли к выводу, что к ним относятся: нарушения в детско-родительских отношениях, негативные взаимоотношения со сверстниками и педагогами, завышенные требования и ожидания со стороны общества, школы, родителей.

Заключение

Таким образом, в условиях реализации психокоррекционной работы с применением метода когнитивно-поведенческой психотерапии уровень подростковой тревожности снижается, что подтвердили результаты диагностического обследования.

Библиография

1. Бек Д. Когнитивно-поведенческая терапия. От основ к направлениям. СПб.: Питер, 2020. 416 с.
2. Ромицына Е.Е. Методика «Многмерная оценка детской тревожности». СПб.: Речь, 2006. 112 с.
3. Русецкая Д.В. Обзор психокоррекционной работы с позиций мировых психологических направлений // Психология и педагогика служебной деятельности. 2020. № 4. С. 97-99.
4. Скоробач С.В. Тревожность как психологический компонент развития аддиктивного поведения // NovaUm.Ru. 2019. 22. С. 208-214.
5. Шишкова И.М. Тревога о здоровье у детей как новое направление исследований в области психологии здоровья // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2020. № 3. С. 319-326.
6. Щербинина О.А. Взаимосвязь тревожности, социометрического статуса и самооценки младших подростков // Вестник ОГУ. 2018. №3 (215). С. 108-113.
7. Элис А., Дойл К. Успокойся! Контролируй тревогу, прежде чем она начнет контролировать тебя. СПб.: Питер, 2021. 290 с.
8. Янг Дж., Класко Дж., Вайсхаар М. Схема-терапия. Практическое руководство. СПб.: Диалектика, 2020. 464 с.
9. Beck A.T. et al. An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties // Journal of Consulting and Clinical Psychology. 1988. V. 56. № 6. P. 893-897.
10. Fisak B. J., Richard D., Mann A. The prevention of child and adolescent anxiety: A meta-analytic review // Prevention Science. – 2011. – Т. 12. – С. 255-268.

Analysis of the results of the diagnostic examination carried out in the course of psychocorrectional work with adolescent anxiety

Tat'yana A. Rodermel'

PhD in Philosophy, Associate Professor,
Head of the Department of Psychology,
Surgut State University,
628400, 1, Lenina ave., Surgut, Russian Federation;
e-mail: tra960@mail.ru

Nataliya I. Khokhlova

PhD in Psychology, Associate Professor,
Surgut State University,
628400, 1, Lenina ave., Surgut, Russian Federation;
e-mail: Hohlova-ni@yandex.ru

Abstract

This article presents a diagnostic examination aimed at studying adolescent anxiety. In this regard, it was assumed that these results would show us a high level of anxiety, which adversely affects interpersonal relationships among peers, develops psychosomatic diseases, etc. This study helped us to identify the impact of negative trends on the educational component of the development of personal qualities in adolescents. In this regard, it was important for us to focus on strengthening psychological health, which consisted in psycho-correctional work to reduce adolescent anxiety. The focus of psycho-correctional classes made it possible to influence the development of skills of awareness, self-regulation, stress resistance, interpersonal effectiveness, problem solving, and the expansion of the range of alternative forms of behavior. The classes were based on the techniques of cognitive behavioral therapy. In the course of the work, an analytical cross-section of the expected changes in the emotional sphere, mental activity and behavior was constantly carried out. During the analysis, we studied the features of the emergence and development of anxiety in adolescence and concluded that these include: disturbances in child-parent relationships, negative relationships with peers and teachers, inflated demands and expectations from society, school, and parents. Thus, in the context of the implementation of psychocorrectional work using the method of cognitive-behavioral psychotherapy, the level of adolescent anxiety decreases, which was confirmed by the results of a diagnostic examination.

For citation

Rodermel' T.A., Khokhlova N.I. (2024) Analiz rezul'tatov diagnosticheskogo obsledovaniya, provedennyi v khode psikhokorreksionnoi raboty s podrostkovoi trevozhnost'yu [Analysis of the results of the diagnostic examination carried out in the course of psychocorrectional work with adolescent anxiety]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 13 (4A), pp. 417-425.

Keywords

Adolescent anxiety, psychocorrectional work, cognitive-behavioral psychotherapy, psychotherapy, diagnostic sections, situational anxiety, statistical processing, dysfunctional thinking.

References

1. Beck A.T. et al. (1988) An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 6, pp. 893-897.
2. Beck J. (2020) *Kognitivno-povedencheskaya terapiya. Ot osnov k napravleniyam* [Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond]. St. Petersburg: Piter Publ.
3. Ellis A., Doyle K. (2021) *Uspokoisya! Kontrolirui trevogu, prezhde chem ona nachnet kontrolirovat' tebya* [How To Control Your Anxiety Before It Controls You]. St. Petersburg: Piter Publ.
4. Fisak, B. J., Richard, D., & Mann, A. (2011). The prevention of child and adolescent anxiety: A meta-analytic review. *Prevention Science*, 12, 255-268.
5. Romitsyna E.E. (2006) *Metodika «Mnogmernaya otsenka detskoj trevozhnosti»* [Methodology "Multidimensional assessment of children's anxiety"]. St. Petersburg: Rech' Publ.
6. Rusetskaya D.V. (2020) Obzor psikhokorreksionnoi raboty s pozitsii mirovykh psikhologicheskikh napravlenii [Review of psychocorrectional work from the perspective of world psychological trends]. *Psikhologiya i pedagogika sluzhebnoi deyatel'nosti* [Psychology and pedagogy of service activities], 4, pp. 97-99.
7. Shcherbinina O.A. (2018) Vzaimosvyaz' trevozhnosti, sotsiometricheskogo statusa i samootsenki mladshikh podrostkov [The relationship between anxiety, sociometric status and self-esteem of younger adolescents]. *Vestnik OGU* [OSU Herald], 3 (215), pp. 108-113.
8. Shishkova I.M. (2020) Trevoga o zdorov'e u detei kak novoe napravlenie issledovaniy v oblasti psikhologii zdorov'ya [Health anxiety in children as a new direction of research in the field of health psychology]. *Lichnost' v menyayushchemsya mire: zdorov'e, adaptatsiya, razvitie* [Personality in a changing world: health, adaptation, development], 3, pp. 319-326.
9. Skorobach S.V. (2019) Trevozhnost' kak psikhologicheskii komponent razvitiya addiktivnogo povedeniya [Anxiety as a psychological component of the development of addictive behavior]. *NovaUm.Ru*, 22, pp. 208-214.
10. Young J., Klasko J., Weisshaar M. (2020) *Skhema-terapiya. Prakticheskoe rukovodstvo* [Schema Therapy: A Practitioner's Guide]. St. Petersburg.: Dialektika Publ.