

## ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ, ФОРМИРУЮЩИЕ СОЦИАЛЬНЫЕ СТРАХИ ПОДРОСТКОВ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

*Анализируются результаты и диагностики и психолого-педагогической коррекции социальных страхов подростков.*

**Ключевые слова:** *социальные страхи, психолого-педагогическая коррекция, виртуальная реальность, традиционная реальность, факторный анализ*

Социальные страхи у подростков — это распространенное явление, которое может существенно повлиять на их эмоциональное состояние, социальные взаимодействия и учебные достижения. Существование в смешанной реальности и чрезмерная подключенность к Интернету — не только базовые и определяющие характеристики цифровой социализации и взрослого, и ребенка, но и главная основа изменений, которые происходят сегодня с человеком. Для подростков это ситуация уникальна еще и тем, что традиционные формы социализации дополняются, а иногда и заменяются у части молодых людей новыми формами — «цифровой социализацией»<sup>1</sup>. В условиях современных реалий - акцента на социализацию, общение в коллективе и непрерывного воздействия технологий - важно выявить основные факторы, оказывающие наиболее сильное влияние на формирование социальных страхов подростков, что позволит программы психолого-педагогической коррекции сделать более эффективными.

Данные собирались через онлайн - опрос, разработанный на платформе Google. В опросе участвовало 172 подростка от 13 до 15 лет. Работа проводилась на базе МБОУ «Новоталицкая СШ». Для обработки данных использовались методы математической статистики — корреляционный анализ, метод описательной статистики, метод регрессии и факторный анализ, методы графической визуализации (графики, таблицы, схемы). Результаты опросов обрабатывались с использованием аналитического программного обеспечения IBM SPSS Statistics v23 x64 для Windows.

Результаты анализа социальных страхов подростков были обработаны с помощью факторного анализа (метод главных компонент, вращение Varimax). Матрица компонентных нагрузок показывает корреляции между исходными переменными и тремя извлеченными факторами (компонентами). Высокие значения (по модулю, близкие к 1) указывают на сильную связь переменной с данным фактором. Например, переменная "общая\_тревожность" сильно коррелирует с первым фактором (0.873), а "тревожность" — со вторым (0.571). Знаки показывают направление связи (положительная или отрицательная корреляция). Процент общей дисперсии, объясняемый каждым фактором - первый фактор объясняет 50.09% вариации данных, второй – 10.38%, третий – 9.59%. Вместе три фактора объясняют 70.067% общей дисперсии. Остальные факторы объясняют меньшую часть вариации, и их, как правило, отбрасывают.

**Таблица 1. Матрица компонентов**

	Компонент		
	1	2	3
общ_тревожн	,873	-,369	-,029
соц_стресс	,749	,232	,168
фрустр	,681	,185	,542
самовыраж	,763	-,215	-,162
проверка_зн	,746	-,475	,130
несоотв_ожид	,389	,113	,489
низк_сопротивл	,773	-,403	-,083
учителя	,566	,044	,545
тревожность	,229	,571	,063
школьная	,852	,030	-,252
самооценочная	,839	,141	-,338
межличн	,842	,256	-,276
магическая	,570	,514	-,283

Метод выделения факторов: метод главных компонент. Извлечено компонентов 3

Основываясь на матрице компонентных нагрузок, мы можем обозначить факторы следующим образом:

**Фактор 1: Эмоциональный (негативные эмоции).** Высокие нагрузки на этом факторе имеют переменные, связанные с тревогой, стрессом, фрустрацией и низким сопротивлением стрессу.

**Фактор 2: Социальный (социальная адаптация).** Этот фактор включает переменные, отражающие социальный стресс, тревожность, самооценку и межличностные отношения. Интересно отметить, что "магическая" переменная также имеет высокую нагрузку на этот фактор, что требует дополнительного осмысления в контексте исследования. Полагаем, что она может быть связана с влиянием виртуальной реальности и социальных сетей.

**Фактор 3: Когнитивный.** Переменные "фрустрация" и "несоответствие ожиданиям" имеют высокие нагрузки на этом факторе, указывая на его связь с ощущением неудовлетворенности и рассогласования между желаемым и действительным.

Анализ показывает, что три извлеченных фактора достаточно хорошо объясняют данные (70%). Это позволяет сократить размерность исходных данных, представив их в виде трех латентных переменных (факторов).

Содержание, удельный вес и наполнение факторов представлены в Таблице 2. Полученная суммарная доля дисперсии (информативность) факторов составила 70,007 % - более половины общей дисперсии исследуемых переменных, что является достаточно высоким показателем. Это говорит о том, что факторная структура данных хорошо интерпретируема и позволяет объяснить большую часть общей дисперсии.

При интерпретации факторов мы обращаем внимание на нагрузки более 0,5.

**Таблица 2. Факторная структура оценки социальных страхов подростков**

Наименование фактора	Переменные	Удельный вес
F1 Эмоциональный (негативные эмоции)	общая тревожность	0,873
	школьная тревожность	0,852
	межличностная тревожность	0,842
	самооценочная тревожность	0,839
	низкая сопротивляемость стрессу	0,773
	страх самовыражения	0,763
	F2. Социальный (социальная адаптация)	тревожность
	магическая тревожность	0,514
F 3. Развитие идентичности	страх оценки учителя	0,545
	фрустрация потребности в успехе	0,542

Проведенный факторный анализ выявил три фактора, влияющих на социальный страх выборки подростков.

Наибольший вес имеет **фактор F1 (50,09 %)**, который можно охарактеризовать как негативные эмоции (эмоциональный) в конкретной ситуации. Он отражает отсутствие навыков саморегуляции и проекции защитных механизмов в состоянии негативного эмоционального состояния и включает:

- общая тревожность - – это более широкое понятие, описывающее постоянное чувство беспокойства, напряжения и страха, не привязанное к конкретной ситуации или объекту. Она может проявляться в различных аспектах жизни человека и затрагивать различные сферы, такие как социальные взаимодействия, работа, здоровье и т.д.
- школьная тревожность связана со школьной ситуацией и проявляется в страхе перед оценками, выступлениями перед классом взаимодействием с учителями и одноклассниками в школьной среде, а также опасений по поводу успеваемости и будущей карьеры. Это узконаправленная тревога, которая может быть частью общей тревожности, но может и существовать самостоятельно, без выраженной тревожности в других областях жизни.
- межличностная тревожность –это чувство дискомфорта, беспокойства или страха, связанное с социальными взаимодействиями и отношениями с окружающими людьми. Центральным компонентом межличностной тревожности можно назвать опасения негативной оценки со стороны окружающих.
- самооценочная тревожность обусловлена постоянным сравнением себя с более успешными или популярными людьми, особенно в эпоху социальных сетей и может усиливать чувство неполноценности. Недостаток уверенности

в своих способностях и качествах может приводить к тревожности в социальных ситуациях или перед важными событиями.

- низкая сопротивляемость стрессу может быть связана с пубертатным периодом, которых характеризуется гормональными перестройками, влияющими на развитие мозга, сон, общее эмоциональное состояние. Большое значение имеет о тот факт, что подростки не владеют навыками управления стрессом, таких как медитация, глубокое дыхание и физические упражнения. Негативное воздействие стрессоров могут усиливать и недостаток друзей, чувство одиночества и изоляции в реальной действительности.

- страх самовыражения связан прежде всего с низкой самооценкой и неуверенностью в своих способностях, ценности собственных мыслей и чувств. Стремление к идеалу может привести к тому, что подросток боится делать ошибки и выражать себя.

Второй фактор **F2 (10,38 %)** оказался связан с адаптацией подростков к внешней среде (социальный), социуму. Он отражает:

- тревожность можно охарактеризовать как личностную черту подростков, обусловленную скорее всего возрастными характеристиками ребенка и особенностями физического и психологического развития подростков.

- социальный стресс связан с отсутствия социальных навыков, навыков социализации в реальном мире.

- магическая тревожность объясняется многими причинами, но особый упор мы делаем на влияние виртуальной реальности. Стремление к виртуальному общению и постоянная онлайн-активность могут приводить к социальной изоляции и усилению тревожности. Виртуальный мир часто подпитывает чувство незащищенности и уязвимости, что может проявляться в виде магической тревожности. Фильмы ужасов, игры с элементами хоррора, новостные сюжеты о необъяснимых явлениях и конспирологических теориях способствуют формированию тревожных образов и убеждений. Интернет предоставляет легкий доступ к подобному контенту, увеличивая его влияние. Третий фактор **F3. (9,59) (КОГНИТИВНЫЙ)** отражает противоречие между реальными возможностями и способностями подростка:

- страх оценки учителя связан с желанием соответствовать ожиданиям учителя, класса, социума, страх быть отвергнутым или высмеянным могут приводить к формированию подобного страха, особенно, если подросток не может или не хочет следовать определенным социальным нормам. Подростки, в силу особенностей возраста склонны переоценивать важность оценки и верить, что их успеваемость определяет их ценность как личности. Успеваемость может рассматриваться как показатель социального статуса.

- фрустрация потребности в успехе определяется скорее всего с поиском подростков своего места в мире, определение ценностей и убеждений, а это сложный и часто болезненный процесс. Неуверенность в себе, ощущение потерянности и неудовлетворенности могут стать источником фрустрации. Отрицательное отношение к себе, неуверенность в своих силах и способностях могут сделать подростков более уязвимыми к фрустрации. Даже незначительные неудачи воспринимаются как катастрофа. С одной стороны,

интернет предоставляет неограниченный доступ к информации и общению, с другой – он может быть источником сравнения себя с другими, цифрового буллинга и навязывания нереалистичных идеалов, что усиливает фрустрацию. Таким образом мы можем подвести общий итог:

- Результаты указывают на тесную взаимосвязь между различными компонентами тревожности у учащихся, что может свидетельствовать о комплексном характере этого феномена.
- Высокая общая тревожность связана, в первую очередь, с такими аспектами, как страх проверки знаний, низкая сопротивляемость стрессу и школьная тревожность, что отражает важность академической сферы в переживании тревоги.
- Социальные и межличностные аспекты тревожности также играют значимую роль, о чем свидетельствуют умеренные корреляции с социальным стрессом, страхом самовыражения и межличностной тревожностью. Данное описание позволяет дать общее представление о характере и структуре взаимосвязей между различными показателями тревожности, выявленными в исследовании. Результаты диагностики и их анализ позволили разработать программу психолого-педагогической коррекции социальных страхов подростков, которая показала свою эффективность.

---

<sup>1</sup> Кисляков П. А., Меерсон А. Л. С., Шмелева Е. А., Александрович М. О. Устойчивость личности к социокультурным угрозам в условиях цифровой трансформации общества // Образование и наука. 2021. Т. 23. № 9. С. 142–168. DOI: 10.17853/1994-5639-2021-9-142-168