

УДК 316.62

ББК 88.83

Л 47

А.В. Леонтьева, А.С. Шарудилова

## Эмпирическое исследование психологических трудностей подростков

### *Аннотация:*

В работе представлены результаты эмпирического исследования психологических трудностей подростков. Выявлены причины этих трудностей. Указывается, что подростки, испытывающие психологические трудности, нуждаются в особом внимании социального педагога, психолога, преподавателей и родителей.

### *Ключевые слова:*

Психологические трудности; подростковый возраст; проблемы подростков.

Целый ряд научных исследований говорит о том, что каждый человек, независимо от возраста, сталкивается с психологическими трудностями. Наиболее остро и тяжело их переживают именно подростки, недаром этот возраст называют трудным, что подчёркивает **актуальность** выбранной темы. Значительные изменения происходят во всех областях жизнедеятельности подростка, перестройки в организме вызывают непривычные ощущения и переживания, безотчётное беспокойство и дискомфорт, что создаёт значительное напряжение (3; 4; 6 и др.). В исследованиях, посвященных психологии подростков (1; 2; 5 и др.) подчеркивается, что подростковый возраст сопровождается возникновением психологических проблем. В то же время, эмпирические данные о развитии этих явлений в данном возрастном периоде довольно ограничены и фрагментарны. В нашей работе делается попытка хотя бы частично восполнить этот пробел.

Под «психологическими трудностями» мы будем понимать некое состояние, отражающее внутренние психологические переживания субъекта по поводу возникшей в данный момент значимой проблемы. Термин «психологическая проблема» иногда используется как синонимичный понятию «жизненная проблема». Термин же «психологическая проблема», в понимании А.И. Тащевой и О.Б. Паненко, подчеркивает наличие у субъекта актуальных психологических трудностей, связанных с переживанием им в данный момент сложных для него жизненных обстоятельств (6).

В эксперименте по исследованию психологических трудностей подростков принимали участие 102 подростка (43 мальчика и 59 девочек) из которых учащимися СОШ №3 г. Майкопа являются 37 человек (15 мальчиков и 22 девочки), учащимися СОШ №9 ст. Упорной, Лабинского района, Краснодарского края – 65 человек (28 мальчиков, 37 девочек). Средний возраст подростков составил 14 лет. Выборка была бесповторной.

Для достижения цели данного исследования нами был модифицирован опросник О.Б. Паненко, А.И. Тащевой, в котором был предложен перечень психологических проблем, где подростку необходимо было выбрать наиболее подходящие для него. Таким образом, мы смогли выявить основные трудности, которые субъективно переживаются подростками.

Результаты показали, что самыми часто встречающимися являются трудности в общении с другими людьми. Далее у подростков 13-15 лет следуют проблемы и переживания, связанные с учебной деятельностью – это страх перед контрольными работами (86,2% упоминаний), особенно у девочек, и трудности связанные с выбором будущей профессии (82,8%). Немало переживаний вызывают и физиологические изменения в организме, всё больше возрастающая импульсивность, часто меняющееся настроение и т.п. Особый интерес для нашего исследования представили трудности, испытываемые подростками в коммуникативной сфере. Результаты опроса показали, что большинство подростков испытывают трудности в общении со взрослыми (59,6%) и в общении с братьями и сёстрами (43%). Причём, в основном, эти трудности были отмечены подростками, проживающими в сельской местности. Главный источник этих проблем, по мнению опрашиваемых, – непонимание взрослыми внутреннего мира подростка, их ложные и примитивные представления о его переживаниях, мотивов тех или иных поступков, стремлениях, ценностях и т.п. Ещё хуже на развитии личности молодого человека сказывается его неприятие-отвержение либо безразличие родителей.

Данные нашего исследования показывают, что чаще всего подростки связывают причины своих трудностей: с чрезмерным контролем родителей – 41,6% девочек, 28,1% мальчиков; со сложностью учебной программы – 40,1% девочек, 17% мальчиков; с собственными чертами характера – 32% девочек, 13,9% мальчиков; с недостаточной эмоциональной поддержкой – 11,5% девочек, 12,8% мальчиков; с собственным поведением, дисциплиной – 7,3% девочек, 14,3% мальчиков; с отсутствием друзей – 7,7% девочек, 11,4% мальчиков. Выяснилось, что подростки обращаются за посторонней психологической помощью довольно редко (15,4%). Если же и обращаются, то к друзьям – 42,4%, к матери – 38,2%, к отцу – 15,4%, к родственникам – 14,6%. Причём к отцу обращаются из всех опрошенных только мальчики, к матери - в основном девочки. Можно констатировать, что большинство современных подростков предпочитают держать все свои проблемы «в себе» справляться с ними самостоятельно.

Корреляционное исследование проводилось с помощью метода ранговой корреляции Спирмена ( $r_s$ ) при помощи компьютерной программы SPSS 13.5. Достовер-

ность подтверждалась тем, что нами учитывались связи на уровнях  $p \geq 0,01$  и  $p \geq 0,05$  (уровень значимости указывается в скобках после коэффициента корреляции).

Субъективное признание психологических трудностей подростками у себя связано с фиксацией ими проблем в общении с родителями ( $r=0,24$ ;  $p \leq 0,02$ ); с сиблингами ( $r=0,24$ ;  $p \leq 0,02$ ) и с друзьями ( $r=0,20$ ;  $p \leq 0,05$ ). Наличие психологических трудностей у подростков также оказалось связано с неудовлетворённостью респондентами своей внешностью: ростом ( $r=0,31$ ;  $p \leq 0,01$ ); проблемами с кожей ( $r=0,21$ ;  $p=0,04$ ), а также неуверенностью в себе ( $r=0,20$ ;  $p \leq 0,05$ ) и собственным плохим характером ( $r=0,22$ ;  $p \leq 0,03$ ), что соответствует данным авторов по возрастной психологии.

Нами были выявлены основные причины появления трудностей в общении с братьями или сёстрами, это – наличие других психологических трудностей ( $r=0,24$ ;  $p \leq 0,02$ ); нехватка времени на выполнение домашнего задания ( $r=0,40$ ;  $p \leq 0,01$ ); ощущение подростком своей внешней непривлекательности ( $r=0,22$ ;  $p \leq 0,03$ ); наличие комплексов по поводу своего роста ( $r=0,22$ ;  $p \leq 0,02$ ); наличия смысловых проблем ( $r=0,20$ ;  $p \leq 0,04$ ); частого колебания настроения ( $r=0,22$ ;  $p \leq 0,02$ ); недостаточной эмоциональной поддержки, в том числе и со стороны братьев или сестёр ( $r=0,30$ ;  $p \leq 0,01$ , а также вследствие того, что молодой человек просто не знал к кому можно ему обратиться за помощью ( $r=0,20$ ;  $p \leq 0,04$ ).

Результаты корреляционного исследования показывают, что трудности в общении с друзьями могут возникнуть при наличии других проблем ( $r=0,20$ ;  $p \leq 0,05$ ); ощущения собственной непривлекательности ( $r=0,27$ ;  $p \leq 0,01$ ), трудностей, связанных с выбором будущей профессии ( $r=0,26$ ;  $p \leq 0,01$ ); неуверенности в себе ( $r=0,31$ ;  $p \leq 0,01$ ); проблем в отношениях с родителями ( $r=0,21$ ;  $p \leq 0,01$ ); осознанием наличия у себя негативных черт характера ( $r=0,37$ ;  $p \leq 0,01$ ). Также трудности в общении с друзьями могут появиться в связи с тем, что подросток не считал необходимым делиться с ними своими переживаниями ( $r=0,40$ ;  $p \leq 0,01$ ).

Причинами появления трудностей в общении с противоположным полом могут служить: недостаточная эмоциональная поддержка ( $r=0,22$ ;  $p \leq 0,02$ ); наличие хронических заболеваний ( $r=0,32$ ;  $p \leq 0,001$ ); ощущения: собственной непривлекательности ( $r=0,20$ ;  $p \leq 0,04$ ); повышенной утомляемости ( $r=0,34$ ;  $p \leq 0,01$ ); снижения работоспособности ( $r=0,32$ ;  $p \leq 0,01$ ). Трудности в общении с родителями у подростков возникают тем чаще, чем чаще отмечаются подростком: проблемы в общении с друзьями ( $r=0,21$ ;  $p \leq 0,04$ ), наличие других трудностей ( $r=0,24$ ;  $p \leq 0,02$ ), в том числе трудностей связанных с нехваткой времени на выполнение домашнего задания ( $r=0,24$ ;  $p \leq 0,01$ ), наличие смысловых проблем ( $r=0,25$ ;  $p \leq 0,01$ ), недостаточная эмоциональная поддержка со стороны родителей ( $r=0,21$ ;  $p \leq 0,04$ ), вследствие того, что подросток не считал, необходимым обращаться за психологической помощью к кому бы то ни было ( $r=0,23$ ;  $p=0,02$ ), либо ему было стыдно просить помощи ( $r=0,23$ ;  $p \leq 0,02$ ).

Трудности в общении с другими взрослыми связаны с ложными представлениями подростков относительно того, что взрослые не понимают их переживаний по по-

воду изменений во внешности ( $r=0,22$ ;  $p \leq 0,03$ ); с тем, что подросток не достаточно серьёзно подходит к выбору будущей профессии ( $r=0,40$ ;  $p \leq 0,03$ ). Была выявлена следующая закономерность: чем больше у молодого человека нарастает субъективное переживание чувства усталости, тем больше накапливается трудностей в общении со взрослыми ( $r=0,22$ ;  $p \leq 0,03$ ).

Трудности, по мнению подростков, связанные с их плохой успеваемостью в школе, могут появиться в результате наличия неудовлетворительного поведения ( $r=0,21$ ;  $p \leq 0,04$ ). Чем более развита неуверенность в себе, тем большее количество психологических трудностей ( $r=0,20$ ;  $p \leq 0,05$ ) перечисляли подростки. Чем сильнее ощущается подростком недостаточная эмоциональная поддержка, тем чаще он фиксирует трудности в общении с братьями или сёстрами ( $r=0,31$ ;  $p \leq 0,01$ ), с противоположным полом ( $r=0,22$ ;  $p \leq 0,02$ ), с родителями ( $r=0,21$ ;  $p \leq 0,04$ ), тем больше ощущается им неуверенность в себе ( $r=0,40$ ;  $p \leq 0,01$ ).

### Выводы

Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

Значимых различий в переживании трудностей психологического характера у сельских и городских подростков нами обнаружено не было, что указывает на их «универсальный» характер и, прежде всего, психологическое происхождение.

Результаты нашего исследования показали, что в подростковом возрасте чаще всего возникают трудности в коммуникативной сфере. Обычно такие подростки не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов и т.п. Эти подростки нуждаются в особом внимании социального педагога, психолога, преподавателей и родителей, что свидетельствует о перспективах работы в данном направлении.

Описанные выше психологические трудности и особенности подростков требуют дополнительного исследования детерминирующих их факторов и могут быть применены в практике оказания профессиональной психолого-педагогической помощи подросткам. Основными задачами подобной службы должны стать: повышение психологической грамотности подростков через знакомство с собственными психологическими особенностями и гармонизацию развития личности (через осознание ими самими собственных психологических проблем, адекватизацию их самовосприятия и, прежде всего, развитие коммуникативных навыков). Все сказанное выше в очередной раз подтверждает необходимость создания специальной службы помощи подросткам.

### Примечания:

1. Гамезо М.В. и др. Возрастная психология: личность от молодости до старости. – М.: Ноосфера, 1999. – 269 с.
2. Кон И.С. Психология ранней юности: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.
3. Крайг Г. Психология развития. – СПб.: Издательство «Питер», 2000. – 992 с.

4. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб.: Изд-во «Питер», 2000. – 656 с.
5. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности. – М.: Мир, 1994. – 319 с.
6. Тащѣва А.И., Паненко О.Б. Психологические проблемы студентов вузов // Сборник статей «Интегративный подход к психологии человека и социальному взаимодействию людей». – Майкоп: ООО «АЯКС», 2006. – С. 35-44.
7. Формирование личности в переходный период: от подросткового к юношескому возрасту / Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Педагогика, 1989.