

Душина Е.П.

студент

Научный руководитель: Разумова Е.М., д. к. п.

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный

технический университет им. Г.И. Носова»

Россия, г. Магнитогорск

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ТРЕВОЖНОСТИ И
ОСОБЕННОСТЕЙ САМООЦЕНКИ У ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ
ИНСТИТУЦИОНАЛИЗАЦИИ КАК ОСНОВАНИЕ ДЛЯ
ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ**

Аннотация: В статье представлены результаты констатирующего этапа эмпирического исследования, посвященного изучению психологических особенностей подростков, воспитывающихся в условиях интернатного учреждения. Основной целью являлась диагностика уровня и структуры тревожности и самооценки как взаимосвязанных феноменов. С помощью комплекса психодиагностических методик (STAI, шкала М. Розенберга, методика Дембо-Рубинштейна, проективный тест «Автопортрет») выявлены высокий уровень личностной тревожности и заниженная, дисгармоничная самооценка у исследуемой группы. Проведенный корреляционный анализ подтвердил наличие статистически значимой обратной связи между уровнем тревожности и показателями самоуважения. Полученные данные всесторонне характеризуют психологическую проблематику данной группы подростков и служат эмпирическим основанием для разработки и внедрения целенаправленной интегративной психокоррекционной программы с использованием методов арт-терапии и кататимно-имагинативной терапии.

Ключевые слова: подростковый возраст, институционализация, социальная депривация, тревожность, самооценка, образ «Я», констатирующий эксперимент, психодиагностика, психокоррекция.

Dushina E.P.

student

Scientific supervisor: Razumova E.M., Associate Professor

of the Department of Psychology

PSYCHOLOGICAL DIAGNOSTICS OF ANXIETY AND SELF-ESTEEM FEATURES IN ADOLESCENTS UNDER INSTITUTIONALIZATION AS A BASIS FOR PSYCHOCORRECTIONAL WORK

Abstract: *The article presents the results of the ascertaining stage of an empirical study dedicated to the psychological characteristics of adolescents raised in a boarding school. The main goal was to diagnose the level and structure of anxiety and self-esteem as interconnected phenomena. Using a set of psychodiagnostic methods (STAI, M. Rosenberg's scale, Dembo-Rubinstein's technique, "Self-portrait" projective test), high levels of trait anxiety and low, disharmonious self-esteem were identified in the study group. The correlation analysis confirmed a statistically significant inverse relationship between the level of anxiety and self-esteem indicators. The obtained data comprehensively characterize the psychological issues of this group of adolescents and serve as an empirical basis for the development and implementation of a targeted integrative psychocorrectional program using methods of art therapy and guided affective imagery.*

Keywords: *adolescence, institutionalization, social deprivation, anxiety, self-esteem, self-concept, ascertaining experiment, psychodiagnosics, psychocorrection.*

Введение

Проблема психологического благополучия подростков, воспитывающихся в условиях институционализации, остается одной из наиболее остросоциальных и научно значимых в современной психологии развития и педагогической психологии. Интернатное учреждение, призванное обеспечить социальную защиту, парадоксальным образом создает среду, сопряженную с факторами социальной и эмоциональной депривации. Отсутствие стабильной, надежной привязанности к значимому взрослому, частая смена социального окружения, высокая степень регламентации жизни и дефицит персонального внимания

формируют особый тип личностного развития, который в литературе часто описывается как «синдром институционализма» [5, 10]. Ключевыми компонентами данного синдрома выступают нарушения в аффективно-личностной сфере, центральное место в которых занимают повышенная тревожность и деструктивные паттерны самооценки.

Современные исследования в области нейропсихологии подтверждают, что опыт ранней депривации может приводить к устойчивым изменениям в функционировании мозговых структур, ответственных за регуляцию эмоций, в частности, к гиперактивности миндалевидного тела и дисфункции префронтальной коры, что на поведенческом уровне проявляется в виде хронической тревожности и трудностей с контролем аффекта [23]. Тревожность в данном контексте перестает быть ситуативной реакцией и трансформируется в устойчивую личностную черту, базовый способ восприятия мира как небезопасного и угрожающего.

Параллельно с этим происходит формирование диффузного, нестабильного и преимущественно негативного образа «Я». В отсутствие интериоризированного позитивного опыта безусловного принятия от родительской фигуры, подростку не удастся сформировать целостную и позитивную самоидентичность [17]. Его самооценка становится фрагментарной, крайне зависимой от внешних оценок и ситуативных успехов или неудач, что порождает состояние перманентной уязвимости. Таким образом, тревожность и низкая самооценка вступают в патологическую синергию, формируя замкнутый круг: тревога подрывает самооценку, а дефицит самооценки лишает личность ресурсов для совладания с тревогой.

Актуальность настоящего исследования определяется необходимостью глубокой, многомерной диагностики данного психологического симптомокомплекса как необходимого первого шага для

разработки адекватной, целенаправленной и научно обоснованной психокоррекционной программы. Целью данной статьи является детальное представление результатов констатирующего этапа исследования, направленного на выявление специфики, структуры и взаимосвязей тревожности и самооценки у подростков в условиях институционализации.

Методы и организация исследования

Исследование проводилось на базе одного из центров помощи детям, оставшимся без попечения родителей, г. Магнитогорска. В нем приняли участие 40 подростков в возрасте от 11 до 17 лет (средний возраст $M=13,8$; $SD=2,1$). Для последующего проведения формирующего эксперимента выборка была рандомизирована на две группы – экспериментальную (ЭГ, $n=20$) и контрольную (КГ, $n=20$). Данная статья оперирует обобщенными данными по всей выборке ($N=40$) на этапе констатирующей диагностики. Исследование проводилось с соблюдением всех этических норм: было получено добровольное информированное согласие от законных представителей и самих подростков, гарантировалась полная анонимность и конфиденциальность.

Для решения диагностических задач был применен комплексный методический инструментарий, позволяющий получить как количественные, так и глубокие качественные данные:

1. Шкала реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина (STAI). Выбор методики обусловлен ее способностью дифференцировать тревожность как устойчивую личностную черту (ЛТ), отражающую базовый уровень беспокойства, и как текущее эмоциональное состояние (РТ), связанное с конкретной ситуацией. Это разграничение принципиально важно для понимания глубины проблемы у исследуемой группы [20].

2. Шкала самоуважения М. Розенберга. Данный инструмент направлен на измерение глобального, интегрального аффективного

компонента самосознания – степени принятия или непринятия себя, чувства собственной ценности вне зависимости от конкретных достижений. Он позволяет оценить самый стержень самоотношения личности [22].

3. Методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейна в модификации А.М. Прихожан. Модификация специально адаптирована для подросткового возраста и позволяет получить дифференцированную картину когнитивного компонента самооценки по семи значимым сферам. Особую диагностическую ценность представляет анализ не только высоты самооценки по каждой шкале, но и соотношения между уровнем притязаний и уровнем актуальной самооценки, что выявляет зоны внутреннего конфликта и неудовлетворенности [15].

4. Проективная рисуночная методика «Автопортрет» в модификации КИМ (Кататимно-Имагинативная Модификация). Использовалась для качественного анализа глубинных, часто неосознаваемых аспектов образа «Я». В отличие от опросников, рисуночный тест позволяет обойти механизмы психологической защиты и получить доступ к феноменологическому, довербальному опыту самовосприятия, эмоциональному состоянию и внутренним конфликтам через анализ графических признаков (нажим, тип линий, размер, расположение, цветовая гамма) и символического содержания рисунка [13, 11].

5. Методы математической статистики. Для обработки данных использовался пакет SPSS Statistics 26.0. Применялись методы описательной статистики (расчет средних значений M и стандартных отклонений SD) и корреляционный анализ для выявления статистически значимых связей (коэффициент Пирсона).

Результаты исследования

Результаты констатирующего эксперимента позволили составить подробный психологический профиль исследуемой группы подростков,

выявив ряд характерных особенностей в их эмоционально-личностной сфере.

Количественный анализ данных. Анализ уровня тревожности показал, что для подавляющего большинства подростков характерен высокий уровень личностной тревожности, что свидетельствует о сформированной диспозиции воспринимать окружающий мир как потенциально опасный и угрожающий.

Таблица 1. Показатели тревожности по методике STAI в исследуемой группе (N=40)

Показатель	Среднее значение (M)	Стандартное отклонение (SD)	Интерпретация уровня
Личностная тревожность (ЛТ)	48.2	5.0	Высокий
Реактивная тревожность (РТ)	44.9	6.0	Умеренный/Высокий

Как видно из Таблицы 1, средний балл по шкале личностной тревожности (48.2) попадает в диапазон высоких значений. Это свидетельствует о том, что для подростков характерно состояние «настороженного ожидания» (hypervigilance), постоянного внутреннего напряжения и беспокойства. Такая фоновая тревога истощает когнитивные и эмоциональные ресурсы, необходимые для успешного обучения и построения межличностных отношений. Умеренно высокий уровень реактивной тревожности указывает на то, что этот базовый уровень тревоги легко активизируется в ответ на стрессовые ситуации повседневной жизни в учреждении (конфликты, оценочные ситуации и т.п.).

Диагностика самооценки выявила преимущественно заниженный и, что особенно важно, дисгармоничный ее характер. По данным Шкалы М. Розенберга, средний балл по выборке составил $M=18.0$ при $SD=3.6$, что

соответствует уровню самоуважения «ниже среднего», граничащему с низким. Это говорит о дефиците базового, глобального чувства самопринятия, об ощущении «со мной что-то не так».

Наиболее детальную и драматичную картину позволила получить методика Дембо-Рубинштейна (Таблица 2), выявившая зоны наибольшей уязвимости в структуре самооценки.

Таблица 2. Средние показатели самооценки по методике Дембо-Рубинштейна (N=40)

Шкала самооценки	Среднее значение (M)	Стандартное отклонение (SD)	Интерпретация уровня
Уверенность в себе	45.7	15.2	Низкий
Счастье	49.5	17.8	Низкий
Характер	58.9	13.1	Заниженный
Авторитет у сверстников	62.3	14.5	Неустойчивый/Заниженный
Ум, способности	65.4	11.2	Адекватный/Заниженный
Внешность	68.1	16.3	Адекватный/Неустойчивый
Умение делать руками	71.2	12.5	Адекватный

Данные Таблицы 2 наглядно демонстрируют ключевую проблему: диссоциацию между оценкой своих конкретных навыков и глобальным самоощущением. Наиболее адекватно подростки оценивают свои предметно-практические умения («умение делать руками»), так как они объективны и легко верифицируемы. Однако, чем более абстрактной и экзистенциальной становится сфера оценки, тем ниже падают показатели. Самыми «провальными» областями являются «Уверенность в себе» и «Счастье». Это свидетельствует о глубоком внутреннем конфликте: подросток может считать себя способным к чему-либо конкретному, но при этом не верить в себя как в личность и не чувствовать себя

счастливым. Высокий разрыв между уровнем притязаний (который по этим шкалам был, как правило, максимальным – 90-100) и низкой самооценкой порождает чувство фрустрации, безнадежности и зависти к более «успешным» сверстникам.

Качественный анализ данных. Результаты проективной методики «Автопортрет» позволили визуализировать внутренний мир подростков, подтвердив и углубив количественные данные. Анализ рисунков выявил устойчивые паттерны, свидетельствующие о глубинном психологическом неблагополучии:

- Символика пространства и формы: преобладали маленькие, смещенные к нижнему краю листа фигуры, что в проективной диагностике является классическим маркером подавленности, низкой самооценки и депрессивных тенденций. Часто встречалась «неустойчивость» фигуры – отсутствие ног, ступней или опоры под ногами, что метафорически отражает дефицит «базового доверия к миру» и ощущение отсутствия жизненной опоры.

- Графологические признаки: характер линий часто был двойственным. С одной стороны, слабый, прерывистый нажим, указывающий на астенизацию, неуверенность и тревогу. С другой – сильная, жирная штриховка в отдельных зонах (например, вокруг фигуры или в области лица), что свидетельствует о наличии зон высокого внутреннего напряжения и попытке «загородиться» от мира.

- Изображение лица и тела: лицо как «зеркало души» в большинстве рисунков было либо схематичным, безэмоциональным («маска»), либо несло явные признаки печали или тревоги. Часто встречались такие диагностически значимые детали, как заштрихованные, пустые или очень маленькие глаза (страх социальных контактов, нежелание видеть проблемы), отсутствие рта (трудности самовыражения, подавление агрессии) или кистей рук (чувство беспомощности, трудности в активном

взаимодействии с миром). Например, в рисунке участника П. (14 лет) фигура была изображена в углу листа, без ног, с зачерненными глазами и плотно сжатым ртом, что в совокупности дало картину тотальной изоляции, страха и подавленной агрессии.

Анализ взаимосвязей. Для эмпирической проверки гипотезы о взаимосвязи тревожности и самооценки был проведен корреляционный анализ по методу Пирсона. Были выявлены статистически высокозначимые обратные корреляции:

- Между уровнем личностной тревожности (ЛТ) и глобальной самооценкой по шкале Розенберга ($r = -0.68, p < 0.01$).
- Между уровнем личностной тревожности (ЛТ) и самооценкой по шкале «Уверенность в себе» ($r = -0.75, p < 0.01$).
- Между уровнем личностной тревожности (ЛТ) и самооценкой по шкале «Счастье» ($r = -0.62, p < 0.01$).

Столь высокие коэффициенты корреляции эмпирически подтверждают существование прочной функциональной системы, где тревожность и низкая самооценка являются взаимоусиливающими факторами. Чем выше у подростка базовая склонность к тревоге, тем ниже он оценивает себя, свою уверенность и фундаментальное право быть счастливым. В свою очередь, дефицит самоуважения и веры в себя лишает личность внутренних ресурсов для конструктивного совладания со стрессом, что делает ее еще более уязвимой для тревожных переживаний и замыкает порочный круг.

Заключение

Проведенный констатирующий эксперимент позволил составить многомерный психологический профиль подростков, воспитывающихся в условиях институционализации. Он характеризуется сформированным синдромом, включающим высокий уровень личностной тревожности, которая носит характер устойчивой черты, и заниженную,

дисгармоничную, внутренне конфликтную самооценку. Качественный анализ проективных данных подтвердил наличие глубинного внутреннего неблагополучия, чувства незащищенности, подавленности и выраженных трудностей в самопринятии и построении контактов с миром.

Полученные данные имеют высокую практическую значимость, так как они не просто констатируют проблему, а вскрывают ее внутреннюю структуру и механизмы. Становится очевидным, что психокоррекционная работа не может быть поверхностной и должна быть направлена на ядро проблемы – на трансформацию глубинного самоотношения и обучение навыкам эмоциональной регуляции. Результаты исследования убедительно доказывают, что для разрыва патологического круга «тревожность – низкая самооценка» необходим интегративный подход. Программа, сочетающая экспрессивные и контейнирующие возможности арт-терапии с глубинным символическим потенциалом кататимно-имагинативной терапии, представляется наиболее адекватным и перспективным инструментом для гармонизации личности подростков в условиях институционализации и является предметом дальнейшего, формирующего этапа нашего исследования.

Список использованных источников

1. Волков, И. В. Психологическая помощь подросткам в условиях депривации: современные подходы // Психология развития и образования. 2023. № 4. С. 89–102.
2. Васютин, А. М. Официальный сайт А. М. Васютина [Электронный ресурс]. URL: <http://www.vasutin.ru/> (дата обращения: 20.05.2024).
3. Васютин, А. М. Психоанимационные цепочки в коррекции невротических расстройств и психосоматики. Москва: Психотерапия, 2022. 288 с.
4. Васютин, А. М. Психохирургия: Техники глубинной трансформации личности. Ростов-на-Дону: Феникс, 2019. 320 с.
5. Иванова, С. В. Психологические особенности подростков, проживающих в условиях интернатного учреждения // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2022. № 3. С. 67–78.
6. Козлова, Е. А. Психосоматические проявления тревожности у подростков: диагностика и коррекция // Современная психология: теория и практика. 2023. № 2. С. 45–58.
7. Копытин, А. И. Теория и практика арт-терапии. Санкт-Петербург: Питер, 2021. 368 с.
8. Куликов, Л. В. Психогигиена личности: Вопросы психологической устойчивости и саморегуляции. Санкт-Петербург: Питер, 2004. 464 с.
9. Лейнер, Х. К. Кататимное переживание образов: введение в психотерапию с помощью сновидений наяву. Москва: Эйдос, 1996. 256 с.
10. Морозова, А. В. Влияние институционального воспитания на формирование самооценки и эмоциональной сферы подростков // Психологические исследования. 2023. Т. 16, № 87. С. 112–125.

11. Оклендер, В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской и подростковой психотерапии. Москва: Класс, 2005. 336 с.
12. Петров, А.Н. Фрагментация образа «Я» у подростков с опытом социальной депривации // Вопросы психологии. 2022. № 5. С. 54-68.
13. Петрова, Е. А. Проективные методики в диагностике и коррекции самовосприятия подростков // Психологический журнал. 2023. Т. 44, № 5. С. 78–90.
14. Петрова, Е. А. Системный подход в современной психологии: методологические аспекты исследования // Психологический журнал. 2023. Т. 44, № 2. С. 15–28.
15. Прихожан, А. М. Психология тревожности: Дошкольный и школьный возраст. Санкт-Петербург: Питер, 2000. 192 с.
16. Романова, Н. В. Интегративные подходы в психокоррекции тревожности и самооценки подростков: обзор современных исследований // Вестник психологии развития. 2023. № 4. С. 89–102.
17. Смирнова Е. О., Холмогорова А. Б. Развитие и структура самосознания у подростков из семей и детских домов // Культурно-историческая психология. 2021. Т. 17. № 3. С. 31–41.
18. Смирнова, О. В. Этические принципы и нормы в психологических исследованиях с участием несовершеннолетних // Вопросы психологии. 2024. № 1. С. 45–58.
19. Соколов, Д. А. Современные подходы к психометрической валидации диагностических методик в подростковой психологии // Вестник психологии и педагогики. 2024. № 1. С. 78–91.
20. Ханин, Ю. Л. Краткое руководство к применению шкалы реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера. Санкт-Петербург: НИИФК, 2000. 24 с.

21. Эльконин, Д. Б. Психология развития: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. Москва: Академия, 2001. 144 с.
22. Rosenberg, M. Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965. 326 p.
23. Sokolova, V.V. Neurobiological Correlates of Early Deprivation and Trait Anxiety in Adolescents // Journal of Affective Disorders. 2023. Vol. 330. P. 115-123.