

УДК 159.922.8

Лещинская Светлана Борисовна

кандидат психологических наук, научный
сотрудник лаборатории когнитивных
исследований и психогенетики
Национальный исследовательский Томский
государственный университет
Томск, Россия
s_leschins94@mail.ru

Svetlana B. Leshchinskaya

Candidate of Psychological Sciences,
Researcher at the Laboratory of Cognitive
Research and Psychogenetics
National Research Tomsk State University
Tomsk, Russia

Терехина Ольга Владимировна

кандидат психологических наук, доцент
кафедры психотерапии и психологического
консультирования
Национальный исследовательский Томский
государственный университет
Томск, Россия
doterekhina@mail.ru

Terekhina Olga V.

Candidate of Psychological Sciences, Associate
Professor of the Department of Psychotherapy
and Psychological Counseling
National Research Tomsk State University
Tomsk, Russia

**СОЦИАЛЬНАЯ ТРЕВОГА И ГЕЛАТОФОБИЯ
УЧАЩИХСЯ: СРЕДОВОЙ, ГЕНДЕРНЫЙ И
ВОЗРАСТНОЙ АСПЕКТЫ¹**

**SOCIAL ANXIETY AND GELOTOPHOBIA
AMONG STUDENTS: ENVIRONMENTAL,
GENDER AND AGE ASPECT**

Аннотация

В статье исследуется проблема социальной тревоги и гелатофобии в образовательной среде. Проводится анализ особенностей переживания социальной тревоги и страха насмешек (гелатофобии) у учащихся в разных образовательных средах, в зависимости от возраста и гендера. Результатами исследования являются выявленные различия между учащимися двух образовательных сред (высшего и средне-специального образования) во всех индикаторах и общем уровне социальной тревоги, но отсутствовали различия по уровню гелатофобии. Сделан вывод о том, что среди студентов университета в отличие от учащихся техникумов нет возрастной и гендерной специфики в переживании социальной тревоги и гелатофобии.

Ключевые слова:

социальная тревога, социофобия, страх насмешек, гелатофобия

Abstract

The article examines the problem of social anxiety and gelatophobia in the educational environment. The analysis of the peculiarities of experiencing social anxiety and fear of ridicule (gelatophobia) in students in different educational environments (the system of secondary special and higher education), depending on age and gender. The results of the study revealed differences between students of two educational environments (higher and secondary special education) in all indicators and the general level of social anxiety, but there were no differences in the level of gelatophobia. It is concluded that among university students, unlike students of technical schools, there is no age and gender specificity in experiencing social anxiety and gelatophobia.

Keywords:

social anxiety, social phobia, fear of ridicule, gelotophobia

Согласно национальным целям развития страны до 2023 года, поставленным Президентом РФ В.В. Путиным, Российская Федерация должна войти в число десяти ведущих стран мира по качеству образования, должна быть сформирована эффективная

¹ **Финансирование:** Исследование выполнено при финансовой поддержке гранта Президента Российской Федерации, номер проекта МК-2932.2022.2 «Психологические предикторы качества жизни и психологической безопасности студентов в разных образовательных средах»

система выявления, поддержки и развития способностей и талантов у молодежи, основанной на принципах справедливости, всеобщности и направленной на самоопределение и профессиональную ориентацию всех обучающихся [1]. Однако проблемы межличностного общения стали распространенной психологической проблемой, с которой сталкиваются современные студенты, а социальная тревога является одной из наиболее важных психологических проблем, влияющих на учебу и жизнь студентов, что негативно влияет на возможности реализации стратегий по достижению поставленных Президентом целей [2]. Ежедневные социальные контакты у людей с повышенной социальной тревогой могут привести к необоснованному беспокойству, страху, застенчивости и смущению, симптомы могут включать сильный страх быть осужденным, чувство смущения, стыда или беспокойство о том, что кто-то расстроится [3]. Таким образом, социальная тревога может препятствовать благополучному развитию когнитивной, эмоциональной и поведенческой зрелости студентов.

В отечественных исследованиях показаны особенности связей жизнеспособности с проявлениями социальной тревоги и спецификой психологической атмосферы в группах студентов различных профилей подготовки [4], что социальная тревога у юношей является одним из видов личностной тревоги и определяется как вид тревоги, триггером которого выступают ситуации социального взаимодействия, основным содержанием которых является страх негативной оценки со стороны окружающих, в ситуации общения и взаимодействия со сверстниками, а также в учебно-профессиональной среде самооценка юношей и уровень его социальной тревоги взаимосвязаны [5]. Социальная тревога в ситуациях выражения чувств и собственного мнения более выражена в 16 и 17 лет, чем в 18 и 19 [6].

Цель данного исследования заключается в выявлении особенностей переживания социальной тревоги и страха насмешек (гелатофобии) у учащихся в разных образовательных средах (система средне-специального и высшего образования), в зависимости от возраста и гендера. Выборку составили 380 человек в возрасте от 18 до 23 лет (180 юношей и 200 девушек) – студенты Национального исследовательского Томского государственного университета, г. Томск, и 312 учащихся двух техникумов г. Томска в возрасте от 15 до 19 лет (162 юноши и 150 девушек). Психодиагностические методики: Опросник социальной тревоги и социофобии (Сагалакова О.А., Труевцев Д.В.), определяющий общий уровень социальной тревоги и выраженности тревоги по пяти разным проявлениям в ситуациях

оценивания (индикаторам): Социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением, Постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу в экспертных ситуациях, Сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения и блокирование признаков тревоги в экспертных ситуациях, Тревога при проявлении инициативы в формальных ситуациях из-за страха критики в свой адрес и потери субъективного контроля, Избегание непосредственного контакта при взаимодействии в субъективно экспертных ситуациях; Опросник гелатофобии (Рух, Проьер), оценивающий общий уровень страха насмешек. Статистический анализ: методы описательной статистики (среднее арифметическое, стандартное отклонение), частотный анализ, сравнительный (критерий Манна-Уитни) и корреляционный анализ (критерий Спирмена). Внутренняя согласованность всех шкал α -Кронбаха варьировалась от 0,80 до 0,94.

Результаты. На первом этапе исследования проводился сравнительный анализ выраженности социальной тревоги и гелатофобии между студентами университета и учащимися техникума. Различия между учащимися двух образовательных сред обнаружены по всем шкалам опросника социальной тревоги и социофобии, по уровню гелатофобии между учащимися различий не было (табл. 1). У студентов университета значимо выше выраженность уровня социальной тревоги в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением, чем у учащихся техникумов, а по остальным показателям преобладает выраженность тревоги у учащихся техникумов над студентами.

Для студентов университета характерен промежуточный уровень выраженности, умеренная тревога в отдельных ситуациях «быть в центре внимания, под наблюдением» (например, только при общении с противоположным полом, посещении кафе или в беседе с преподавателем), а для учащихся техникумов – низкий уровень социальной тревоги в таких ситуациях. Однако, в целом учащиеся техникумов имеют повышенный уровень социальной тревоги, из-за чего могут возникать проблемы в социальной адаптации, трудности установления контактов или отдельные социальные страхи в специфических ситуациях, характерны опасения критики, отвержения, не доходящие, однако, до полного избегания данных ситуаций, у студентов университета при этом наблюдается умеренно повышенная социальная тревога, которая может увеличиваться в ситуации сильного стресса. У большинства учащихся техникумов отмечается выраженная тревога в ситуациях экспертного оценивания, которая сочетается с мотивом достижения и успешной самореализации в

них, постситуативные руминации (мысленный интрузивный возврат прошедшей ситуации), субъективное переживание нехватки социальных навыков и желание их восполнить, умеренная тревога в ситуации выражения симпатии и оценки экспертами, легкая тенденция к сосредоточению внимания на собственных проявлениях в ситуации, попытки скрыть волнение, проявления психологического дискомфорта в субъективно неконтролируемых ситуациях взаимодействия с незнакомыми людьми, попытки избегания непосредственного контакта при взаимодействии в субъективно экспертных ситуациях.

Таблица 1 – Результаты описательной статистики и сравнительного анализа выраженности гелатофобии и социальной тревоги

Шкалы	U Манна- Уитни	p	Среднее±стандартное отклонение	
			Студенты университета	Учащиеся техникумов
Уровень гелатофобии	1414,5	0,052	1,92±0,50	1,74±0,47
Общий уровень социальной тревоги	942,5	≤0,001	39,26±15,53	47,69±13,27
Шкала 1. Социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением	1079,5	≤0,001	8,76±4,65	5,66±3,94
Шкала 2. Постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу в экспертных ситуациях	1175,5	0,002	8,61±3,12	10,78±3,23
Шкала 3. Сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения и блокирование признаков тревоги в экспертных ситуациях	962	≤0,001	7,32±3,03	9,92±2,76
Шкала 4. Тревога при проявлении инициативы в формальных ситуациях из-за страха критики в свой адрес и потери субъективного контроля	816	≤0,001	6,97±3,50	10,62±3,21
Шкала 5. Избегание непосредственного контакта при взаимодействии в субъективно экспертных ситуациях	886,5	≤0,001	7,61±3,29	10,76±2,87

Корреляционный анализ не выявил взаимосвязи ($p > 0,05$) возраста студентов университета с выраженностью социальной тревоги и каждого ее индикатора, уровня гелатофобии. Специфичным для учащихся техникума является наличие обратной связи ($r = -0,224$; $p = 0,029$) возраста респондентов с выраженностью индекса социальной тревоги - Избегание непосредственного контакта при взаимодействии в субъективно экспертных ситуациях, т.е. выраженная тенденция к избеганию контакта

(переживание неловкости при отказе в просьбе знакомому, оттягивание времени или избегание участия в ситуации оценивания знаний и умений, стеснение при примеривании одежды перед покупкой, дрожь и пропадание голоса при выступлении в незнакомой аудитории, трудности смотреть собеседнику прямо в глаза, смущение, покраснение, опускание глаз при разговоре с противоположным полом) наблюдается у учащихся более молодого возраста, а у учащихся техникумов старшего возраста этот индикатор ослабляется.

Следующим этапом было определение гендерной специфики переживания гелатофобии и социальной тревоги в каждой группе респондентов (рис. 1).

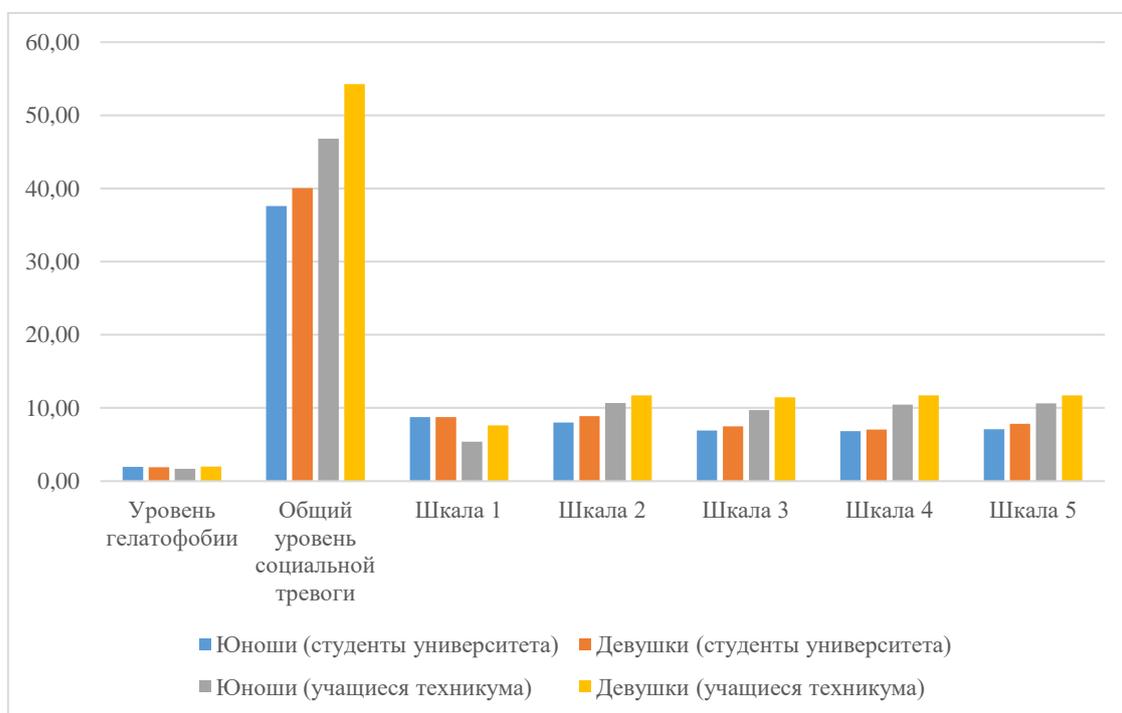


Рисунок 1 – Выраженность гелатофобии и социальной тревоги у юношей и девушек

В группе студентов университета значимых различий ($p > 0,05$) по критерию Манна-Уитни между юношами и девушками не обнаружено. Среди учащихся техникумов у девушек по сравнению с юношами более выражены страх насмешек и страх оценивания при социальном взаимодействии. Причем уровень выраженности социальной тревоги девушек соответствует высокому уровню, отражающему тенденции к их избеганию социальных ситуаций, сильное напряжение при участии в специфических социальных ситуациях, вероятна декомпенсация в значимых ситуациях критики, потенциально негативного оценивания, вероятны социальные страхи

отдельных аспектов социальной ситуации (окружающие увидят признаки волнения, работать под наблюдением, проявить инициативу в каких-то ситуациях, пр.), субъективно переживается нехватка коммуникативных навыков, недостаток коммуникативной смелости при одновременном выраженном желании самопредъявления и активной социальной самореализации в разных сферах жизни, возможны попытки оттянуть участие в экспертных ситуациях на какое-то время, мысли об избегании, которые реализуются лишь частично.

Интересными оказались результаты сравнения уровня гелатофобии и социальной тревоги отдельно у юношей между двумя группами в зависимости от уровня образовательной среды и отдельно у девушек. Среди юношей обнаружены различия по всем шкалам опросника социальной тревоги ($p \leq 0,05$): Социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением» сильнее выражена в системе высшего образования, а остальные индикаторы социальной тревоги и ее общий уровень выше у учащихся техникумов. Среди девушек у учащихся техникума по сравнению со студентками университета чаще наблюдаются постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу в экспертных ситуациях, сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения и блокирование признаков тревоги в экспертных ситуациях, тревога при проявлении инициативы в формальных ситуациях из-за страха критики в свой адрес и потери субъективного контроля, избегание непосредственного контакта при взаимодействии в субъективно экспертных ситуациях.

Корреляционный анализ (критерий Спирмена) также показал отрицательную взаимосвязь возраста с индикаторами социальной тревоги отдельно у юношей и девушек (без разделения на уровень образовательной среды). Возраст юношей отрицательно коррелирует со сдержанностью в выражении эмоций из-за страха отвержения и блокирование признаков тревоги в экспертных ситуациях и избеганием непосредственного контакта при взаимодействии в субъективно экспертных ситуациях, т.е. для более старших юношей эти проявления социальной тревоги становятся менее выраженными или полностью нивелируются.

Вывод. В нашем исследовании между учащимися двух образовательных сред (высшего и средне-специального образования) обнаружены различия во всех индикаторах и общем уровне социальной тревоги, но отсутствовали различия по уровню гелатофобии. Возраст студентов университета не связан с выраженностью

социальной тревоги и каждого ее индикатора, уровня гелатофобии. Специфичным для учащихся техникума является наличие обратной связи возраста респондентов с выраженностью избегания непосредственного контакта при взаимодействии в субъективно экспертных ситуациях. Отрицательно связан возраст с индикаторами социальной тревоги отдельно у юношей и девушек (без разделения на уровень образовательной среды). В группе студентов университета отсутствует гендерная специфика. Среди учащихся техникумов у девушек по сравнению с юношами более выражены страх насмешек и страх оценивания при социальном взаимодействии. Среди юношей социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением» сильнее выражена в системе высшего образования, а остальные индикаторы социальной тревоги и ее общий уровень выше у учащихся техникумов. Среди девушек у учащихся техникума по сравнению со студентками университета чаще наблюдаются ряд индикаторов социальной тревоги.

Список использованных источников

1. На период до 2030 года определены национальные цели развития России, а также установлены целевые показатели, характеризующие их достижение: сайт Консультант плюс. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.consultant.ru/law/hotdocs/63714.html> (дата обращения: 05.12.2023).

2. Pan Z., Zhang D., Hu T., et al. The relationship between psychological Suzhi and social anxiety among Chinese adolescents: the mediating role of self-esteem and sense of security // Child Adolesc Psychiatry Ment Health. 2018. №12(50). DOI: 10.1186/s13034-018-0255-y

3. Laldinpuii B., Bhattacharjee R. A study on prevalence of social anxiety among students // The Pharma Innovation. 2023. № 12(9). P. 2522-2526.

4. Богомазова К.О, Байгужина О.В. Социальная тревога и психологическая атмосфера в группе как корреляты жизнеспособности студентов различных профилей подготовки // Психология. Психофизиология. 2022. №15(1). С. 5-15.

5. Покидько М.В. Взаимосвязь социальной тревоги и самооценки в юношеском возрасте // Психологическая студия : сборник научных статей студентов, магистрантов, аспирантов, молодых исследователей кафедры психологии ВГУ имени П.М. Машерова. Т.15. Витебск : Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2022. С. 170-171.

6. Сагалакова О.А., Стоянова И.Я., Труевцев Д.В. Социальная тревога – маркер антивиталяного поведения в подростковом и юношеском возрасте // Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн. 2014. №4 (6) [Электронный ресурс]. URL: <http://medpsy.ru/climp> (дата обращения: 05.12.2023).