

Научная статья

УДК 159.9

Тревожность и склонность к экстремально рискованному поведению у подростков

Роман Александрович Силкин

Новосибирский государственный технический университет, Новосибирск, Россия, silkin_2014@mail.ru

Лариса Ананьевна Юшкова

Новосибирский государственный педагогический университет, Сибирский государственный университет путей сообщения, Новосибирск, Россия, yushkova_l@mail.ru

Аннотация. В статье проводится теоретический анализ понятий «тревога» и «тревожность», в результате которого достигается уточнение и дифференциация их содержания. Термины «риск» и «склонность к экстремально рискованному поведению» также рассматриваются авторами с нескольких разных методологических позиций. По мнению авторов, тревожные расстройства являются одной из наиболее распространенных проблем психического здоровья, с которой сталкиваются подростки, однако им не уделяется достаточного внимания со стороны психологического сообщества. Актуальность изучения взаимосвязи тревожности и склонности к экстремально рискованному поведению у подростков понимается авторами прежде всего в слабой изученности этой темы, поскольку на данный момент нет современных научных работ по ее изучению. Цель работы состоит в том, чтобы на основе результатов теоретического анализа определить понятие «тревожность» и «склонность к экстремально рискованному поведению», обосновать актуальность исследования и перспективы дальнейшего эмпирического изучения взаимосвязи тревожности подростков и их склонности к экстремально рискованному поведению. В работе делаются выводы о том, что склонность к экстремально рискованному поведению – это личностная характеристика, основанная на поиске новых ощущений, которые содержат элемент достижения определенных целей путем использования экстремальных рисков, способных нанести вред здоровью.

Ключевые слова: тревога, тревожность, риск, рискованное поведение, подростки.

Для цитирования: Силкин Р. А., Юшкова Л. А. Тревожность и склонность к экстремально рискованному поведению у подростков // Развитие человека в современном мире. 2022. № 2. С. 54–62.

Original article

Anxiety and tendency to extreme risk behavior in adolescents

Roman A. Silkin

Novosibirsk State Technical University, Novosibirsk, Russia, silkin_2014@mail.ru

Larisa A. Yushkova

*Novosibirsk State Pedagogical University, Siberian State Transport University,
Novosibirsk, Russia, yushkova_l@mail.ru*

Abstract. The article provides a theoretical analysis of the concepts of “anxiety” and “anxiety”, as a result of which the clarification and differentiation of their content is achieved. The terms “risk” and “tendency to extremely risky behavior” are also considered by the authors from several different methodological positions. According to the authors, anxiety disorders are one of the most common mental health problems faced by adolescents, but they do not receive enough attention from the psychological community. The relevance of studying the relationship between anxiety and a tendency to extremely risky behavior in adolescents is understood by the authors primarily in the poor study of this topic, since at the moment there are no modern scientific works on its study. The purpose of the work is to define the concept of “anxiety” and “tendency to extremely risky behavior” based on the results of theoretical analysis, to substantiate the relevance of the study and the prospects for further empirical study of the relationship between anxiety in adolescents and their tendency to extremely risky behavior. The paper concludes that the propensity for extremely risky behavior is a personal characteristic based on the search for new sensations that contain an element of achieving certain goals by using extreme risks that can be harmful to health.

Keywords: anxiety, uneasiness, risk, risky behavior, adolescents.

For citation: Silkin R. A., Yushkova L. A. The relationship between anxiety and propensity to extreme risky behavior among adolescents. *Human Development in the Modern World*, 2022, no. 2, pp. 54–62. (In Russ.)

Тревога – это эмоция, характеризующаяся чувством напряжения, тревожными мыслями и физическими изменениями, такими как, например, повышение кровяного давления.

Тревожность как состояние человека, которое характеризуется преувеличенной склонностью к беспокойству, сомнениям и тревоге, имеет негативно чувственную окраску, является основой большинства трудностей в процессе социализации личности, а также может спровоцировать нарушение общего прогресса человека.

У людей с тревожными расстройствами обычно возникают повторяющиеся навязчивые мысли или опасения. Они могут избегать определенных ситуаций из-за беспокойства. У них также могут проявляться физические симптомы, такие как потливость, дрожь, головокружение или учащенное сердцебиение. Тревожность не связана с какими-то определенными обстоятельствами и проявляется постепенно. Это состояние, которое всегда с человеком. Тревожность имеет ярко выраженную возрастную специфику, что проявляется в ее причинах, формах и содержании.

Тревожные расстройства являются наиболее распространенной проблемой психического здоровья, с которой сталкиваются сегодня подростки. Это вызывает настороженность и опасения у психологов, учитывая, что имеются довольно веские

данные, что без лечения эти проблемы могут сохраняться и во взрослом возрасте, интенсифицируясь по степени тяжести. Таким образом, знание того, как распознавать тревогу у подростков и реагировать на нее, имеет первостепенное значение в учреждениях первичной медико-санитарной помощи. Тревога – это распространенное психическое расстройство среди современных подростков. В некоторых случаях это состояние может привести к серьезным физическим и умственным нарушениям. Несколько факторов, специфичных для подростковой популяции, делают эту возрастную группу особенно уязвимой для развития тревожности.

Тревожность на протяжении всей истории была захватывающим феноменом в психологии. Существует широкий спектр терминов «тревожность». Первым, кто описал тревогу, был З. Фрейд. Согласно интерпретации З. Фрейда, тревога – это эмоциональное состояние, подобное тому, которое мы испытываем, когда чувствуем угрозу извне, функцию «Эго», и его цель – предупредить человека о неминуемой угрозе, которую необходимо выполнить или избежать. Тревога позволял человеку адаптивно реагировать в угрожающих ситуациях [20].

В отличие от Фрейда, К. Хорни считал, что этимология страха кроется в отсутствии чувства безопасности в межличностных отношениях. В случае с подростком, корень тревожности кроется в нарушении отношений между ребенком и родителями.

Тревогу можно охарактеризовать как «базовую, фундаментальную, дискретную эмоцию». Ее испытывают все люди, независимо от возраста, культуры или расы. К. Изард рассматривали тревогу как смешение эмоций, теоретизируя, что тревога состоит из разнообразной комбинации страха, страдания, печали, гнева, стыда, вины, интереса и возбуждения. Хотя страх является постоянной эмоцией, испытываемой в ситуации беспокойства, контекст или обстановка, предыдущее обучение или воспринимаемая угроза диктуют специфическую смесь эмоций.

Д. Х. Барлоу охарактеризовал тревогу как когнитивно-аффективный процесс, при котором люди входят в «состояние беспомощности из-за воспринимаемой неспособности прогнозировать, контролировать или получать желаемые результаты или результаты в определенных предстоящих лично значимых ситуациях или контекстах [24]. Он предположил, что более точным термином для беспокойства является «тревожное предчувствие», поскольку тревожные люди постоянно находятся в процессе попыток справиться с ожидаемыми негативными будущими предстоящими событиями.

Е. В. Косгроув проводит различие между интернализирующими и экстернализующими расстройствами. Тревога – это интернализирующее расстройство, при котором дистресс выражается вовнутрь, и люди пытаются чрезмерно контролировать или чрезмерно регулировать свое когнитивное и внутреннее эмоциональное состояние. Интернализирующие расстройства включают расстройства настроения (например, депрессию) и тревожные расстройства (например, генерализованную тревогу и фобии). Страх, застенчивость, низкая самооценка и печаль коррелируют с интернализирующими расстройствами, такими как депрессия и тревога. У некоторых молодых людей часто проявляются как внутренние, так и внешние расстройства в сочетании друг с другом.

А. М. Прихожан рассматривает тревогу как переживание эмоционального дискомфорта, которое является предчувствием надвигающейся опасности. Тревожность характеризуется устойчивым длительным индивидуальным формированием. Она имеет поведенческий драйв и постоянную форму реализации, в которой пре-

обладают компенсаторные и защитные проявления [16]. Тревога возникает и закрепляется в связи с неудовлетворенными базовыми потребностями развития ребенка, которые носят гипертрофированный характер. До подросткового возраста тревожным фактором являются семейные расстройства. Даже в подростковом возрасте конструкт трансформируется в постоянную форму личностного образования, которое опосредуется характеристиками «Я-концепции» и отношением к себе. Тревожность консолидируется и усиливается за счет накопления и углубления эмоциональных переживаний как негативных, в результате чего генерируются прогностически негативные оценки и во многом определяется режим текущих переживаний, которые способствуют не только сохранению, но и усилению тревоги [16].

Как и А. М. Прихожан, мы считаем тревожность устойчивой чертой личности с ярко выраженным адаптивным характером. Детская тревожность связана с защитой своих привычных представлений о себе, самооценки и самоощущения. Исходя из определения А. М. Прихожан, можно сделать вывод, что тревожность у подростков – это проявление личностной дисфункции, дезадаптации. Тревожность – это переживание эмоционального дискомфорта, ощущение угрозы.

Со склонностью к риску все так же не однозначно. Зарубежная литература по исследованиям предрасположенности к риску подтверждает, что поведение в опасных ситуациях у людей различно, и может почти полностью зависеть от таких характеристик, как возраст, пол и социальные обстоятельства. Пожилые люди более склонны к осторожности, расстановке приоритетов и недооценке рисков, чем молодые. Гендерные различия более выражены в детстве (мужчины больше рискуют) и исчезают с возрастом. Ориентация на риск является общей для мужчин и женщин, но существуют различия в определенных реакциях, в зависимости от характера определенных условий. Некоторые ситуации более рискованны для мужчин, в то время как другие более рискованны для женщин. Социальные и культурные среды также могут быть определяющими факторами риска. Например, в западных культурах риск рассматривается как необходимая и полезная черта общества.

А. А. Бунас предопределяет природу возникновения опасных манер поведения с биологической, социально–психологической и этической точек зрения. Согласно биологическому подходу предопределяет опасные манеры как влияние психофизиологических, генетических и гормональных обстоятельств [3]. Социально–психологический подход учитывает две модели рискованных манер поведения: микро-социальную и макросоциальную. В микро-социальной модели основной причиной опасных манер объясняется нарушением межличностных отношений. Исследования Л. А. Головей [5], А. Е. Личко [13], Д. Н. Исаева и В. Е. Каган [9] показывают, что отношения в семье и со сверстниками являются основными детерминантами рискованного поведения. В макросоциальной модели выделяют два взаимодополняющих направления. Представитель первого направления С. Гроф объясняет рискованную манеру поведения как особый социальный феномен, несущий конкретную функциональную нагрузку [6]. Б. М. Левин [11], В. Д. Лисовский и Э. А. Колесникова [12] – представители второго направления, изучающие опасную манеру поведения как специфическое функционирование общества, такое как социально-экономическое положение дел, кризис системы значимости, культурных и других норм. В рамках этического подхода сложность опасного образа действий изучали Б. С. Братусь [2], Е. К. Веселова [4], А. Ф. Лазурский [8]. С их точки зрения, опасная манера тракту-

ется как аморальная, мотивированная гедонистическими стремлениями индивида, бездуховностью и моральным несовершенством.

Л. М. Шипицына и Л. С. Шпинели подчеркивают, что манеру поведения человека, можно назвать «зависимой переменной», кроме того, факторами, действующими на манеру поведения, являются специфические для социума положения и отношения к ситуациям, что определяется критериями социализации личности и частными, природными особенностями. Эта область исследований получила название «интеракционистский подход» [22]. Этот подход подтверждает Д. Арнетт [23], который предлагает интегрированную концепцию формирования личности, в которой наряду с биологическими чертами функционирует процесс социализации как основа для поиска сильных эмоций.

Также были обнаружены сложные корреляции между предпочтениями риска и чертами в аффективно-мотивационной сфере. Были изучены не только характеристики рискованного поведения в качестве типа, но также стабильность его показателей, независимо от ситуации и внешней среды. О. Ренн в своей работе о рискованном поведении показал, что его показатели связаны со степенью тревожности, характеристиками стратегий преодоления стресса (копинг-стратегий) и импульсивностью [17]. Было доказано, что важным компонентом рискованного поведения является мотивация человека к немедленному удовлетворению своих потребностей и желаний. По представлению А. Е. Личко [13], люди, характеризующиеся высоким мотивационным уровнем, имеют склонность к импульсивности, нечувствительности и риску, в то время как низкий уровень самоконтроля более выражен на уровне личностных черт.

Еще одна черта личности, изученная зарубежными психологами и связанная с риском, – поиск эмоций, была предложена и описана М. Цуккерманом [27]. Он разработал теоретическое обоснование своей позиции, согласно которой существуют различия между хорошим уровнем возбуждения и возбуждением, и что эти различия влияют на выбор различных форм жизнедеятельности в разных областях человеческой активности – физической, межличностной и социальной. М. Цуккерман предопределяет возбуждение как стремление испытать новое, захватывающее, достичь наивысшего уровня возбуждения и волнения [27]. Он предопределяет поиск ощущений как многомерную черту личности, обусловленную биологическими условиями, которая включает в себя осознание скуки, чувство приключения, поиск новых ощущений, новизны и угрозы.

А. В. Шабольтас [21] рассматривает ряд психологических исследований рискованного поведения и подчеркивает, что продемонстрирована связь между эмоциональными потребностями и злоупотреблением психоактивными веществами, сексуальным поведением и другими формами факторов риска, особенно у подростков.

В отечественной психологии риск рассматривается прежде всего как ситуативная особенность деятельности, проявляющаяся в неопределенности результатов и возможных негативных последствиях неудачи. В. А. Петровский, изучавший индивидуальную инициативу в контексте принятия риска, определил риск в трех взаимосвязанных значениях:

1) риск – это степень потерь, которые можно ожидать в случае неудачи какой-либо деятельности. Он определяется сочетанием вероятности отказа и степени негативных последствий;

2) риск как деятельность, которая может привести к каким-либо потерям (убыткам, травмам, ущербу) для субъекта;

3) риск – это установка между двумя разумными альтернативами: менее привлекательной, но более надежной и более привлекательной, но менее надежной, связанной с возможными вторичными исходами [15].

Основываясь на теоретическом обобщении эмпирического правила, В. А. Петровский предлагает различать несколько видов риска: мотивированные и немотивированные риски, рассчитанные на получение выгоды от деятельности, и оправданные и неоправданные риски, основанные на ожидаемых выгодах и потерях [15].

В. А. Петровский также предложил модель «повышенного риска», основанную на идее дезадаптивности [15]. Другими словами, особые мотивы, такие как альтруизм, ведут к личностному росту и проявляются в особой привлекательности поведения, которая не предопределена результатом в надличностной деятельности. Дезадаптация описывает работу механизмов вмешательства в риск на разных уровнях регулирования: от пассивного поведения до сознательного принятия риска. Поведение человека в рискованных ситуациях является результатом взаимосвязи двух направлений: адаптивной реакции избегания и дезадаптивной реакции привлечения опасности.

В социальной психологии Р. Перкун определил предпочтение рискованных вариантов перед безопасным поведением в межличностных отношениях понятием «рискованное поведение» [14]. В том числе исследователи сосредоточились на явлении так называемых «сдвигов» в сторону более или менее опасного направления во время группового обсуждения определенной ситуации. Результаты показали, что направление изменений в индивидуальных суждениях было систематическим, и что во многих случаях крайние суждения были усилены в результате обсуждения. Впервые об этом феномене «смещения риска» сообщил Д. Стоунер в 1961 г., после чего был проведен анализ влияния групп и общения на принятие личных решений в различных рабочих условиях и средах [25]. В результате было установлено, что коллективное принятие решений было признано более рискованным, чем индивидуальное принятие решений, сделанное до группового обсуждения. Ю. Козелецкий, В. В. Кочетков и И. Г. Скотников также исследовали вопрос риска, связанного с принятием решений [10].

А. А. Бунас подчеркивает, что в психологии риска наиболее широко используются объективная поведенческая теория, модель поведения и убеждений о здоровье и гомеостатическая теория риска [3].

Ю. Г. Фролова в рамках модели убеждений предполагает, что опасный образ действий является результатом неадекватной оценки риска, недооценки масштаба результатов опасного образа действий и ущерба, причиненного опасным образом [19]. В собственной концепции целенаправленного маневрирования П. В. Дика говорится, что опытный маневр контролируется субъектом. Предрасположенность к опасному маневру определяется сочетанием трех обстоятельств:

1) внутренняя мотивация, другими словами, восприятие человеком того, приведет ли определенный метод к желаемому результату, и субъективное восприятие выгоды от этого результата;

2) субъективные поведенческие нормы, то есть ожидание «значимых других» и желание соответствовать ожиданиям других;

3) сознательный контроль над вероятностью возникновения события и нашей собственной способностью справиться с подобными условиями [7].

Дж. С. Уайлд, автор гомеостатической теории риска, объясняет, что концепция гомеостаза или запланированного риска отражает определенный уровень риска, который индивид считает приемлемым для получения максимально возможной выгоды от своей деятельности [18]. Люди сами должны определять границы своего риска, приемлемые в определенных ситуациях, и оценивать вероятные риски для своих целей, здоровья и безопасности.

Р. Лазарус и С. Фолкман ввели понятие коалиции, которая представляет собой действие, которое субъект должен предпринять, чтобы разрешить «трудную» ситуацию, связанную с опасностью [26]. Современные исследования, интерпретируя «трудные» или опасные ситуации, фокусируют внимание не на их отличиях от повседневной жизни, а, во-первых, на их важности для человека, и, во-вторых, на трудностях или опасностях, которые он воспринимает.

По мнению Л. И. Анцыферовой, уровень мотивационной способности справиться с трудной ситуацией зависит от значимости угрожаемого объекта и его положения в семантическом поле личности. То есть трудная ситуация, к которой необходимо адаптироваться, – это та, в которой субъект сталкивается с риском, оцениваемым как угрожающий [1].

В итоге, исследовав учения зарубежных и российских научных работников, можно констатировать, что опасный маневр – это маневр, предполагающий свободное принятие опасной для психофизического состояния субъекта ситуации, содержащей часть достоинства конкретной цели и неочевидный баланс благоприятных и негативных исходов, субъективно воспринимаемых как важные.

Отметим, что рискованное поведение, во-первых, является существенной особенностью процесса социализации личности, во-вторых, оно возникает при объективных (внешних) и субъективных (внутренних) причинах в зависимости от особенностей и поведения человека, в-третьих, у каждого человека свой уровень готовности (склонности) к риску, связанный с чертами личности, такими как импульсивность и стремление к острым ощущениям, и, в-четвертых, рискованное поведение является предпосылкой для развития и формирования девиантного, зависимого и поведенческого виктимного поведения. Из этого можно сделать вывод, что склонность к экстремально рискованному поведению – это личностная характеристика, основанная на поиске новых ощущений, которые содержат элемент достижения определенных целей путем использования экстремальных рисков, способных нанести вред здоровью.

Актуальность изучения взаимосвязи тревожности и склонности к экстремально рискованному поведению заключается в первую очередь в слабой изученности. На данный момент нет работ по изучению взаимосвязи факторов тревожности и склонности к экстремально рискованному поведению среди подростков.

Перспективами дальнейшего исследования могут стать эмпирическое изучение поведения подростков, а также создание программ для профилактики и предупреждения детерминирующего поведения.

Список источников

1. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15, № 1. С. 3–18.

2. *Братусь Б. С.* Аномалии личности. М.: Мысль, 1988. 304 с.
3. *Бунас А. А.* Различные аспекты обоснования природы рискованного поведения личности // Психология: проблемы практического применения: материалы международной научной конференции (г. Чита, июнь 2013 г.). Чита: Молодой ученый, 2013. С. 10–16.
4. *Веселова Е. К.* Нравственный выбор в жизненных ситуациях: диагностика психологических особенностей принятия морального решения // Практикум по психологии жизненных ситуаций: учебное пособие / под ред. Е. Ю. Коржовой. СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2016. С. 74–101.
5. *Головей Л. А., Муртазина И. Р.* К вопросу о психофизиологических и личностных факторах восприятия повседневных стрессоров // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2018. № 2 (26). С. 136–142.
6. *Гроф С.* Психология будущего: Уроки современных исследований сознания / пер. с англ. С. Офертаса, О. Цветковой. М.: АСТ, 2003. 458 с.
7. *Дик П. В.* Психологические концепции риска и рискованного поведения // Актуальные проблемы психологии. 2008. № 2. С. 63–68.
8. Душевная жизнь детей: Очерки по педагогической психологии / под ред. А. Ф. Лазурского, А. П. Нечаева. М.: Польза, 1910. 283 с.
9. *Исаев Д. Н., Каган В. Е.* Половое воспитание детей: Медикопсихологические аспекты. Л.: Медицина, 1988. 160 с.
10. *Кочетков В. В., Скотникова И. Г.* Индивидуально-психологические проблемы принятия решений. М.: Наука, 1993. 143 с.
11. *Левин Б. М.* Главные факторы алкоголизации общества в условиях социальных перемен // Социологические исследования. 1997. № 4. С. 58–76.
12. *Лисовский В. Т., Колесникова Э. А.* Наркотизм как социальная проблема. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2001. 198 с.
13. *Личко А. Е.* Психопатии и акцентуации характера у подростков. Л.: Медицина, 1983. 255 с.
14. *Перкун Р.* Мотивационные расстройства // Клиническая психология / под ред. М. Перре, У. Баумана. СПб.: Питер, 2002. С. 867–872.
15. *Петровский В. А.* Неадаптивный риск: феноменология и опыт интерпретации // Управление риском. 1997. № 3. С. 29–34.
16. *Прихожан А. М.* Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. 1998. № 2. С. 11–17.
17. *Ренн О.* Три десятилетия исследования риска: достижения и новые горизонты // Вопросы анализа риска. 1999. Т. 1, № 1. С. 80–99.
18. *Уайльд Дж. С.* Запланированный риск, связанный со смертельной опасностью, болезнью или травмой, в ежедневных решениях [Электронный ресурс]. URL: <http://profbeckman.narod.ru/Risk.htm> (дата обращения: 21.04.2022).
19. *Фролова Ю. Г.* Психосоматика и психология здоровья: учебное пособие. Минск: ЕГУ, 2003. 172 с.
20. *Хьелл Л., Зиглер Д.* Теории личности. СПб.: Питер Ком, 1998. 608 с.
21. *Шаболтас А. В.* Риск и рискованное поведение как предмет психологических исследований // Вестник СПбГУ. Серия 12. Социология. 2014. № 3. С. 5–16.
22. *Шутицына Л. М.* Психологические риски компьютерной зависимости подростков с нарушением слуха // Вестник СПбГУ. Серия 12. Социология. 2011. № 3. С. 129–137.
23. *Arnett J. J.* Adolescents' uses of media for self-socialization // Journal of Youth and Adolescence. 1995. Vol. 24, № 5. P. 519–533.
24. *Barlow D.* Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic. N. Y.: The Guilford Press, 2004. 704 p.

25. *Stoner J. A. F.* Risky and cautious shifts in group decisions: The influence of widely held values // *Journal of Experimental Social Psychology*. 1968. Vol. 4, № 4. P. 442–459.

26. *Lazarus R. S., Folkman S.* Stress, coping and appraisal. N. Y.: Springer Press, 1984. 134 p.

27. *Zuckerman M.* Dimensions of sensation seeking // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1971. Vol. 36. P. 45–52.

Информация об авторах

Р. А. Силкин – студент 2 курса магистратуры, направление «Психология», магистерская программа «Социальная и организационная психология», факультет гуманитарного образования, Новосибирский государственный технический университет.

Л. А. Юшкова – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей психологии и истории психологии, Новосибирский государственный педагогический университет; доцент кафедры «Государственное и муниципальное управление», Сибирский государственный университет путей сообщения.

Information about the authors

R. A. Silkin – 2nd Year Master's Student, Direction “Psychology”, Master Program “Social and Organizational Psychology”, Faculty of Humanities Education, Novosibirsk State Technical University.

L. A. Yushkova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of General Psychology and the History of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University; Associate Professor of the Department of State and Municipal Administration, Siberian State Transport University.

Статья поступила в редакцию 22.04.2022; одобрена после рецензирования 31.05.2022; принята к публикации 20.07.2022.

The article was submitted 22.04.2022; approved after reviewing 31.05.2022; accepted for publication 20.07.2022.

