

МРНТИ 15.21.61  
УДК 159.9.072

<https://doi.org/10.46914/2959-3999-2023-1-1-66-75>

**А.Б. АЛЬМУРАТОВА,\*<sup>1</sup>**

М.П.Н., докторант.

\*e-mail: a.almuratova@turan-edu.kz

ORCID ID: 0000-0002-6127-3286

**М.В. МУН,<sup>1</sup>**

к.пс.н., ассоциированный профессор.

e-mail: m.mun@turan-edu.kz

ORCID ID: 0000-0003-0714-3445

<sup>1</sup>Университет «Туран», г. Алматы, Казахстан

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ФЕНОМЕНА ТРЕВОЖНОСТИ В МЛАДШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

### **Аннотация**

Потребность в психологической профилактике и коррекции психики младших подростков находит свое отражение в трудах различных исследователей и ученых современности (May R., Божович Л.И., Мухина В.С., Эльконин Б.Д.). В настоящее время особое внимание уделяется способам и методам коррекции устойчивой подростковой тревожности (Прихожан А.М., Старшина И.В., DeMond M. Grant, Jing Wu, Мынбаева А., Бердибаева С.К. и др.), которая может привести к нарушениям в эмоциональной сфере восприятия мира подростка, его социализации, дезадаптации личности и другим негативным последствиям. Теоретическая значимость состоит в системном, многоуровневом подходе к диагностике проблем тревожности младших подростков и изучению ее детерминант; в раскрытии возможностей арт-терапии для коррекции уровня тревожности младших подростков; в разработке коррекционной программы на основе арт-терапии; в пополнении теоретических разделов психологии выводами и заключениями, сделанными в рамках данного исследования.

**Ключевые слова:** психологические детерминанты, устойчивая тревожность, младшие подростки.

### **Введение**

В психологической науке мы видим большое количество работ (Божович Л.И., Мухина В.С., Эльконин Б.Д. и др.), посвященных проблемам развития личности подростков, в том числе младших подростков. Стоит отметить, что ученые и исследователи (May R., Захаров А.И., Прихожан А.М., Старшина И.В. и др.) сходятся во мнении, что на развитие личности младшего подростка оказывает влияние целый ряд условий жизнедеятельности и факторов: особенности семейного воспитания, наследственность, особенности межличностного общения, бытовые условия, экологическая среда, культура, особенности исторического этапа и многое другое.

Мы полагаем, что особое внимание необходимо уделить развитию личности в младшем подростковом возрасте, так как именно в этом периоде школьники начинают испытывать целый ряд комплексов, неуверенность и страх, беспричинную тревогу и опасения, связанные с основными сферами их жизни. Такие авторы в области психологии развития, как Мухина В.С. и Эльконин Б.Д., отмечают, что неудачная социализация усиливает общую кризисную ситуацию возраста, нарушает нормальное протекание жизнедеятельности, ведет к дезадаптации личности [1, 2] и может вызывать делинквентное или аддиктивное поведение подростков [3].

Проблему возникновения и закрепления изначально ситуативной тревожности младших подростков в устойчивую тревожность широко освещают зарубежные коллеги (May R., Захаров А.И., Новикова Е.С., Прихожан А.М., DeMond M. Grant, Jing Wu, Heather S. Lonczak и др.).

Потребность в психологической профилактике и коррекции психики младших подростков находит свое отражение в трудах различных исследователей и ученых современности. Так, выявление причин поведения подростков, входящего в противоречие с интересами общества, и выработка эффективных стратегий его коррекции или коррекционных программ является од-

ной из актуальных тем современной психологии и педагогики (Божович Л.И., Мухина В.С., Эльконин Б.Д., Абрамова Г.С., Алимбаева Р.Т., Толегенова А.А. и др.) в силу того, что именно подростковый возраст признается сенситивным периодом для коррекции нарушений в развитии личности.

В настоящее время особое внимание уделяется различным способам и методам коррекции устойчивой подростковой тревожности (Прихожан А.М., Старшинина И.В., DeMond M. Grant, Jing Wu, Мынбаева А., Бердибаева С.К. и др.), которая может привести к нарушениям в эмоциональной сфере восприятия мира подростка, его социализации, к дезадаптации личности и другим негативным следствиям.

В казахстанской психологической науке мы обнаруживаем, что интерес к данной проблеме появился сравнительно недавно, в последние 20 лет. Как показывает анализ литературы, исследователи в области тревожности подростков наиболее заинтересованы в поиске эффективной терапии, которая может применяться в кабинете не только частного психолога, но и школьного. Так, определенный интерес составили такие практики, как изотерапия (Арзыкулова А.Т., Алымбаева Э.А. 2018), арт-педагогика и арт-терапия (Касен Г.А., Айтбаева А.Б. 2019), телесно-ориентированная терапия (Мынбаева А. 2020). Нам видятся данные исследования по теме устойчивой тревожности как скудные, они несистемны и носят своего рода фрагментарный характер (Мынбаева А., Турсунгожинова Г.С., Алимбаева Р.Т.). Следовательно, представляется возможным сказать, что специальных обширных исследований, посвященных особенностям проявления и закрепления устойчивой тревожности у младших подростков, изучению ее детерминант развития, а также разработке коррекционной программы на основе арт-терапии, в Казахстане не хватает: исследования по данной проблеме разрознены и фрагментарны. Существующая проблема определила выбор темы данного эмпирического исследования.

Для Казахстана, на наш взгляд, особенно актуальна проблема коррекции выявленного тревожного поведения младших подростков экономичными средствами, которые могут применяться в каждой школе нашей республики, не прибегая к долгосрочному переобучению педагогов и школьных психологов или закупу дорогостоящего оборудования и оснащения для школы. Таким доступным, но в то же время емким, мягким и экологичным средством мы видим арт-терапию, потенциал которой еще не раскрыт полностью (Мынбаева А., Турсунгожинова Г.С., Алимбаева Р.Т.).

Мы полагаем, что некоторый уровень тревожности характерен всем людям в принципе и является инструментом (механизмом) для нормального приспособления индивида к окружающей действительности. Тем не менее повышенный уровень или, наоборот, очень низкий уровень тревожности в качестве устойчивого психического образования вызывает нарушения в социально-психическом развитии младших подростков. Очень низкий уровень тревожности также может обнаруживать защитные механизмы подростков.

Для настоящего исследования нам интересны как общие характеристики тревожности младших подростков, так и причины возникновения именно устойчивой тревожности. Соответственно, большой интерес представляют работы исследователей в области возникновения тревожности и неудовлетворения ведущих потребностей индивидов (Хорни К., Прихожан А.М., Старшинина И.В. и др.), выявления детерминант тревожности и экспериментально подтвержденных исследований возможностей коррекции или снижения уровня тревожности младших подростков средствами арт-терапии (Арзыкулова А.Т., Алымбаева Э.А., Михайлова С.С., Васильева А.Н., Егорова З.Н., Турищева А. Ю. и др.).

Объект исследования – тревожность в младшем подростковом возрасте.

Предмет исследования – индивидуальные особенности коррекции тревожности средствами арт-терапии.

Цель исследования – изучение детерминант и особенностей феномена тревожности в младшем подростковом возрасте и исследование возможностей коррекции уровня тревожности средствами арт-терапии.

Гипотеза исследования состоит в том, что коррекционная программа арт-терапии может стать эффективным средством коррекции уровня тревожности у младших подростков.

Теоретическая значимость нашего исследования состоит в системном, многоуровневом подходе к диагностике проблем тревожности младших подростков и изучению ее детерминант;

в раскрытии возможностей арт-терапии для коррекции уровня тревожности младших подростков; в разработке коррекционной программы на основе арт-терапии; в пополнении теоретических разделов психологии выводами и заключениями, сделанными в рамках данного исследования.

Практически полученные данные в рамках данного исследования могут быть использованы (практическая значимость):

- ♦ в подготовке учебных материалов (курсы по психологии), для разработки практических занятий, семинарских и лабораторных занятий, составления лекций, для написания методических рекомендаций и практических пособий;
- ♦ в психотерапии, для разработки психологического сопровождения, консультирования младших подростков и их родителей;
- ♦ при организации воспитательного и учебного процесса в школе.

### Материалы и методы

Исследование проводится среди школьников 10-12 лет и их родителей. Родители заполняют опросники и подписывают информированное согласие удаленно через гугл-формы, подростки – на бумажных носителях.

Методики исследования в нашем исследовании делятся на две группы – методики для родителей и методики для подростков. Так как особенности семейного воспитания выступают как одна из детерминант устойчивой тревожности младших подростков, считаем целесообразным и необходимым проводить диагностику родителей также.

Как утверждает А.М. Прихожан, такие характеристики родителей, как непредсказуемость поведения, авторитарная, доминантная позиция, ненадежность, обнаруживают связь с устойчивой тревожностью. Автор заключает, что все, что нарушает чувство защищенности подростка в семье, что ограничивает социальный опыт подростка и вынуждает полностью ориентироваться на свою семью, способствует возникновению и закреплению тревожности у подростка [3, с. 191]. Поэтому для диагностики родителей в рамках нашего исследования были выбраны следующие методики:

- ♦ «Диагностика родительской тревожности» по А.М. Прихожан;
- ♦ опросник Э.Г. Эйдемиллер «Анализ семейных взаимоотношений» (методика АСВ).

Первая методика имеет место быть в исследовании, так как более тревожные родители, как правило, индуцируют свою тревожность на детей. Вторая методика позволяет определить различные нарушения процесса воспитания, выявить тип неграмотного патологического воспитания и установить некоторые причины этих нарушений. Для этого измеряется 11 шкал, относящихся к нарушениям процесса воспитания, и 9 шкал, относящихся к личностным проблемам родителей, которые они решают за счет ребенка.

При изучении устойчивой тревожности у школьников А.М. Прихожан приходит к выводу, что накопление негативного эмоционального опыта складывается из трех основных параметров:

- ♦ неумения учитывать условия ситуации – действия тревожных подростков характеризуются хаотичностью, искаженной стратегией, что подтверждает конфликтное отношение к успеху;
- ♦ отсутствия собственных внутренних критериев успеха и неуспеха – у тревожных подростков отсутствуют или слабо развиты внутренние критерии успеха, внешний локус контроля и ориентация на внешние критерии порождают высокую зависимость от окружающих людей и их мнения и рока судьбы («магическая тревожность»), а также потребность в повышенном самоконтроле;
- ♦ запоминания преимущественно неблагоприятных событий – младшие школьники, как правило, запоминают негативные события в своей жизни, а тревожные подростки при достаточно точном запоминании благоприятных и неблагоприятных событий отмечают неуверенность в своих ответах, постоянные сомнения и колебания, повышенную точность в оценке своего положения, но низкую степень уверенности в ней.

Исходя из этого мы выбрали методику «Локус контроля» Д. Роттера, чтобы убедиться, насколько у тревожных подростков развиты или неразвиты внутренние критерии успеха и умение учитывать условия ситуаций. Методика Rotter's Locus of Control Scale была предложена Д. Роттером на основе его теории субъективной локализации контроля. Под «локусом контроля» понимается устойчивая личностная характеристика, отражающая предрасположенность человека объяснять причины событий внешними или внутренними факторами. Предложенная методика выделяет два типа локуса контроля: экстернальный (ответственность за успехи и неудачи своей жизни приписываются внешним обстоятельствам) и интернальный (ответственность приписывается себе самому).

Для выявления школьной успешности/неуспешности подростков мы используем результаты школьной успеваемости, то есть баллы GPA.

Экспериментальным путем А.М. Прихожан доказывает, что школьники с 4-го по 11-й классы обнаруживают устойчивую связь между тревожностью и конфликтностью самооценки. Как утверждает автор, именно с предпоздкового возраста можно говорить о тревожности как свойстве личности школьника, где центральным фактором являются особенности Я-концепции, отношения к себе [3, с. 212]. Для диагностики внутриличностного конфликта и самооценки младших подростков мы используем небольшой набор методик:

- ♦ «Методику изучения уровня притязаний и самооценки школьника» Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан,

- ♦ «Шкалу самооффективности» по Р. Шварцер и М. Ерусалем (предназначена для измерения субъективного ощущения личностной эффективности. Высокая самооффективность имеет позитивные социальные последствия: она связана с лучшим здоровьем, более высокими достижениями и лучшей социальной интеграцией.)

- ♦ и «Шкалу самоуважения М. Розенберга» в адаптации С.В. Ковалева (факторный анализ выявил два независимых фактора в шкале: самоуничижение и самоуважение. Самоуничижение может быть следствием депрессивного состояния, тревожности и психосоматических симптомов; самоуважение является причиной и следствием активности в общении, лидерства, чувства межличностной безопасности).

Для проведения диагностики индивидуально-типологических черт личности младших подростков мы используем «Опросник структуры темперамента» В.М. Русалова (ОСТ). Опросник предназначен для измерения характеристик поведения, которые наиболее биологически обусловлены, стабильны в развитии личности индивида и относительно независимы от жизненных ситуаций.

Для выявления уровня тревожности младших подростков мы используем две методики:

- ♦ детский вариант шкалы явной тревожности (CMAS) в модификации А.М. Прихожан;
- ♦ шкалу личностной тревожности для учащихся 10-12 лет А.М. Прихожан.

### Основные положения

Существуют различные взгляды на классификацию детерминант устойчивой тревожности подростков. Условно обозначим их как внутренние и внешние детерминанты. Рассмотрим нескольких авторов и их взгляды.

А.М. Прихожан в своих научных трудах выделяет следующие источники тревожности у школьников [3]:

1. Эмоциональный опыт тревожных детей и подростков.
2. Особенности семейного воспитания.
3. Школьная успешность, взаимоотношения с учителями и сверстниками.
4. Посттравматический стресс, экология и природные предпосылки тревожности.
5. Внутриличностные источники тревожности – конфликтность самооценки.

Другой ученый, Н.Э. Солянин, кандидат психологических наук, доцент Ярославского государственного педагогического университета им. К.Д. Ушинского, рассматривает тревожность как индивидуальную психологическую особенность личности, проявляющуюся в склонности к частым и интенсивным переживаниям тревоги без явных оснований. К внешним детерминантам тревожности Н. Солянин и Е. Лебедева относят следующее: стремление подростка соот-

ветствовать требованиям и ожиданиям значимых для него/нее людей; неправильное воспитание и неблагоприятные детско-родительские отношения; неблагополучные взаимоотношения со сверстниками; успешность/неуспешность в школе [4].

К внутренним детерминантам авторы относят следующее: фрустрацию потребности устойчивого удовлетворительного отношения к себе, чаще всего связанную с нарушениями отношений со значимыми другими; низкий уровень самооценки; формирование психастенической акцентуации характера подростка, отличительной особенностью которой являются тревожно-мнительные черты [4].

Ю.А. Зайцев, кандидат психологических наук Московского городского психолого-педагогического университета, считает, что тревожность входит в комплекс негативных эмоциональных переживаний. В своем исследовании он выделяет факторы тревожности относительного неопределенного будущего у подростков и юношей, проживающих вдали от центра [5]:

1. Осознание и переживание подростком низкого социально-экономического статуса родителей.

2. Связанная с этими переживаниями самооценка.

3. Личное стремление молодого человека к высокому статусу и сомнение в его достижении.

Б.А. Гунзунова, кандидат психологических наук Бурятского государственного университета, рассматривает тревожность как устойчивое эмоционально-личностное образование, характерное для подросткового периода. Ученый рассматривает тревожность школьников в условиях инновационной школы и выделяет внешние детерминанты устойчивой тревожности: разность социальных условий, в частности специфики требований инновационной образовательной среды, а также фактор семейного воспитания. К внутриличностным детерминантам устойчивой тревожности подростков автор относит: физиологические показатели вегетативной нервной системы, гетерономность (выраженность в автономии, активности, стремлению к успеху, самоутверждению личности), концентричность (сосредоточенность на своих проблемах), личностные свойства (противоречивость, неустойчивость), высокий уровень работоспособности, успешность деятельности, связанной с интеллектуализацией, наличие стрессового состояния и конфликтность самооценки [6].

Т.С. Павлова, кандидат психологических наук Московского городского психолого-педагогического университета, рассматривает следующие факторы социальной тревожности: социальная фобия в детстве как надежный предиктор социальной тревожности; комплекс семейных, личностных и интерперсональных факторов (с коммуникативными дисфункциями в семье в форме элиминирования эмоций и демонстрации благополучного фасада); нарушения в интерперсональных отношениях в виде низкого уровня социальной поддержки; личностные черты как перфекционизм и враждебность; неадаптивные стратегии совладания со стрессом [7].

А.А. Кузнецова рассматривает следующие факторы развития тревожности: сензитивность (предпосылка развития тревожности); формы общения, принятые в семье; частые упреки, вызывающие чувство вины; фиксация страха, беспричинный страх; расхождения между реальными возможностями и уровнем достижений; с началом подросткового возраста у подростков развивается тревожность по поводу диспропорций в развитии, преждевременного развития и его задержки; страх быть отвергнутым; боязнь личностной несостоятельности; неуспех в профессиональном и личном будущем [8].

Проанализировав разные подходы ученых и исследователей к определению детерминант устойчивой тревожности, в нашем исследовании мы выделяем и исследуем следующие детерминанты устойчивой тревожности младших подростков (на основе классификации А.М. Прихожан):

- ♦ особенности семейного воспитания;
- ♦ неблагоприятный эмоциональный опыт подростка;
- ♦ школьная успешность/ неуспешность;
- ♦ внутриличностный конфликт и самооценка;
- ♦ индивидуально-типологические черты личности;
- ♦ уровень тревожности подростков.

## Обзор литературы

Анализ научной психологической литературы по теме исследования сформировал три основных направления научных трудов:

- ♦ центральными авторами по концепции устойчивой и ситуативной тревожности являются Прихожан А.М. [3], Мэй Р. [9], Старшина И.В. [11, 12], Мынбаева А. [16];
- ♦ психологические особенности младшего подросткового периода раскрываются в работах Мухиной В.С. [1], Божович Л.И. [10], Эльконина Б.Д. [2], Турсунгожиновой Г.С. [20], Алимбаевой Р.Т. [21];
- ♦ экспериментально доказанная эффективность арт-терапии для коррекции уровня тревожности детей и подростков проявляется в трудах Касен Г.А. [13, 23], Айтбаевой А.Б., Сарыбаевой И.С., Арзыкуловой А.Т., Алымбаевой Э.А. [22], Терехановой Т.А. [24], Турищевой А.Ю., Liesbeth Bosgraaf [25] и т.д.

## Результаты и обсуждение

На данный момент исследование проводится среди школьников 10-12 лет на базе лицея «Туран» и авторской школы Жании Аубакировой, г. Алматы; а также на базе государственных средних школ с. Каргалы, Алматинская область, Жамбылский район.

По окончании диагностики подростки делятся на контрольную и экспериментальную группы по уровню тревожности, по возрасту и полу. В экспериментальной группе подростки проходят курс арт-терапии в течение четырех-пяти недель. Спустя две недели после курса арт-терапии все участвующие подростки в обеих группах заново проходят опросники по уровню тревожности и другим параметрам, описанным выше.

Все протоколы психологической диагностики хранятся и не передаются третьим лицам. Личная информация кодируется. Результаты будут представлены в общей SPSS статистике в последующих публикациях авторов.

## Заключение

На данном этапе в силу того, что эмпирическое исследование не завершено, делать выводы не представляется возможным. Тем не менее мы полагаем, что после прохождения курса арт-терапии уровень тревожности у младших подростков скорректируется, школьники вооружатся методами и техниками эмоционального регулирования, школьные психологи и педагоги возьмут разработанную программу арт-терапии для дальнейшего применения и развития своих коррекционных программ.

## ЛИТЕРАТУРА

- 1 Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / Учебник для студ. вузов. – 4-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 456 с. ISBN 5-7695-0408-0.
- 2 Эльконин Б.Д. Психология развития / Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 144 с. ISBN 5-7695-0794-2.
- 3 Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с. (Серия «Библиотека педагога – практика»).
- 4 Сольнин Н.Э., Лебедева Е.П. Психологические причины тревожности в подростковом возрасте // Ярославский педагогический вестник. – № 6. – 2016. – С. 281–284.
- 5 Зайцев Ю.А. Диагностика и коррекция подростково-юношеской тревожности относительно будущего: автореф. дисс. ...канд. психол. наук. – М., 2008.
- 6 Гунзунова Б.А. Психологические детерминанты устойчивой тревожности личности. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. – Улан-Удэ, 2003.

- 7 Павлова Т.С. Психологические факторы социальной тревожности в детском и подростковом возрасте / Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. – Москва, 2014.
- 8 Кузнецова А.А. Причины тревожности в подростковом возрасте // материалы XII МНПК. МЦНС «Наука и просвещение». – С. 270–272.
- 9 May R. The Meaning of Anxiety. N. Y.: Roland press company, 1950.
- 10 Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. (Психологическое исследование.) – М.: Просвещение, 1968. – 464 с. (Акад. пед. наук СССР)
- 11 Старшинина И.В. Феномен подростковой тревожности // Психология и образование. – С. 183–187.
- 12 Старшинина И.В. Психолого-педагогическая поддержка подростков с повышенным уровнем тревожности / Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук. – Москва, 2007.
- 13 Касен Г.А., Айтбаева А.Б. Арт-педагогика и арт-терапия в инклюзивном образовании / Уч. пособие. – Алматы: КазНУ им. аль-Фараби. – 2019.
- 14 DeMond M. Grant. Anxiety in Adolescence // Handbook of Adolescent Health Psychology. Chapter: Anxiety in adolescence. Publisher: Springer. Editors: William O'Donohue, Lorraine Benuto, L.W. Tolle. 2013. DOI: 10.1007/978-1-4614-6633-8\_32
- 15 WU Jing. Психологические особенности переживания страхов у младших школьников и подростков из полных и неполных семей. – Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии. – 2015. – Т. 55. – № 4. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/296>
- 16 Mynbayeva A., Batanova A., Akshalova B.N. Diagnosing anxiety and using body-oriented therapy: a study of 5th grade pupils // Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии. 2020. V. 71. No. 4. P. 4–15. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/982>
- 17 Berdibayeva S.K. et al. The psychological problems of teenagers with addictive behaviour: the role of life meaning strategies // Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии. 2019. V. 70, No. 3. P. 64–73. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/962>
- 18 Захаров А.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков. – Л., 1982.
- 19 Heather S. Lonczak. Anxiety Therapy: Types, Techniques, and Worksheets. 2022. URL: <https://positivepsychology.com/anxiety-therapy-techniques-worksheets/>
- 20 Tursungozhinova G.S. Исследование лиц, подвергшихся ионизирующему излучению и совершивших аутоагрессивные действия // Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии. 2015. V. 52. No. 1. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/239>
- 21 Alimbaeva R.T., Lazareva E.A., Kabakova M.P. Агрессивное поведение современного подростка // Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии. – 2016. – Т. 57. – № 2. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/624>
- 22 Арзыкулова А.Т., Алымбаева Э.А. Коррекция тревожности подростков средствами арт-терапии // Вестник Бишкекского гуманитарного университета. – 2018. – № 2(44). – С. 106–108. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35111000>
- 23 Qasen G.A., Ajtbaeva A.B., Mamyrbekova G.A. Возможности арт-педагогической деятельности в профилактике суицидального поведения подростков и молодежи // Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии. – 2015. – Т. 54. – № 3. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/153>
- 24 Тереханова Т.А. Изучение тревожности детей младшего школьного возраста // Научные исследования и разработки студентов: материалы IV Междунар. студенч. науч.–практ. конф. / редкол.: О.Н. Широков [и др.] – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2016. – С. 94–96. ISBN 978-5-9500416-9-3.
- 25 Liesbeth Bosgraaf, Marinus Spreen, Kim Pattiselanno, Susan van Hooren. Art Therapy for Psychosocial Problems in Children and Adolescents / A Systematic Narrative Review on Art Therapeutic Means and Forms of Expression, Therapist Behavior, and Supposed Mechanisms of Change // Front. Psychol., 08 October 2020. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.584685>
- 26 Abbing A.C., Baars E.W., Van Haastrecht O., Ponstein A.S. Acceptance of Anxiety through Art Therapy: A Case Report Exploring How Anthroposophic Art Therapy Addresses Emotion Regulation and Executive Functioning // Hindawi Case Reports in Psychiatry Volume. 2019. Article ID 4875381, 13 pages. URL: <https://www.hindawi.com/journals/crips/2019/4875381/#:~:text=After%2014%20sessions%20of%20anthroposophic,and%20accepting%20towards%20her%20anxiety.>
- 27 Asa Don Brown. Psychological Benefits of Art Therapy // Canadian Counselling and Psychotherapy Association. 2012. URL: <https://www.ccpa-accp.ca/psychological-benefits-of-art-therapy/#:~:text=%E2%9E%A1%20It%20encourages%20the%20development,providing%20insight%20into%20traumatic%20experiences>

## REFERENCES

- 1 Muhina V.S. (1999) *Vozrastnaja psihologija: fenomenologija razvitija, detstvo, otrochestvo / Uchebnik dlja stud. vuzov. 4-e izd., stereotip.* M.: Izdatel'skij centr «Akademija», 456 p. ISBN 5-7695-0408-0. (In Russian).
- 2 Jel'konin B.D. (2001) *Psihologija razvitija / Ucheb. posobie dlja stud. vyssh. ucheb. zavedenij.* – M.: Izdatel'skij centr «Akademija», 144 p. ISBN 5-7695-0794-2. (In Russian).
- 3 Prihozhan A.M. (2000) *Trevozhnost' u detej i podrostkov: psihologicheskaja priroda i vozrastnaja dinamika.* M.: Moskovskij psihologo-social'nyj institut; Voronezh: Izdatel'stvo NPO «MODJeK», 304 p. (Serija «Biblioteka pedagoga – praktika»). (In Russian).
- 4 Solynin N.Je., Lebedeva E.P. (2016) *Psihologicheskie prichiny trevozhnosti v podrostkovom vozraste // Jaroslavskij pedagogicheskij vestnik.* No. 6. P. 281–284. (In Russian).
- 5 Zajcev Ju.A. (2008) *Diagnostika i korekcija podrostkovo-junosheskoj trevozhnosti otnositel'no budushhego: avtoref. diss. ...kand. psihol. nauk.* M. (In Russian).
- 6 Gunzunova B.A. (2003) *Psihologicheskie determinanty ustojchivoj trevozhnosti lichnosti. Avtoreferat dissertacii na soiskanie uchenoj stepeni kandidata psihologicheskikh nauk.* Ulan-Udje. (In Russian).
- 7 Pavlova T.S. (2014) *Psihologicheskie faktory social'noj trevozhnosti v detskom i podrostkovom vozraste / Avtoreferat dissertacii na soiskanie uchenoj stepeni kandidata psihologicheskikh nauk.* Moskva. (In Russian).
- 8 Kuznecova A.A. *Prichiny trevozhnosti v podrostkovom vozraste // materialy XII MNPK. MCNS «Nauka i prosveshhenie».* P. 270–272. (In Russian).
- 9 May R. (1950) *The Meaning of Anxiety.* N. Y.: Roland press company. (In English).
- 10 Bozhovich L.I. (1968) *Lichnost' i ee formirovanie v detskom vozraste. (Psihologicheskoe issledovanie.)* – M.: Prosveshhenie, 464 p. (Akad. ped. nauk SSSR). (In Russian).
- 11 Starshina I.V. *Fenomen podrostkovoj trevozhnosti // Psihologija i obrazovanie.* P. 183–187. (In Russian).
- 12 Starshina I.V. (2007) *Psihologo-pedagogicheskaja podderzhka podrostkov s povyshennym urovnem trevozhnosti / Avtoreferat dissertacii na soiskanie uchenoj stepeni kandidata pedagogicheskikh nauk.* Moskva. (In Russian).
- 13 Kasen G.A., Ajtbaeva A.B. (2019) *Art-pedagogika i art-terapija v inkluzivnom obrazovanii / Uch. posobie.* Almaty: KazNU im. al'-Farabi. (In Russian).
- 14 DeMond M. (2013) *Grant. Anxiety in Adolescence // Handbook of Adolescent Health Psychology. Chapter: Anxiety in adolescence.* Publisher: Springer. Editors: William O'Donohue, Lorraine Benuto, L.W. Tolle. DOI: 10.1007/978-1-4614-6633-8\_32. (In English).
- 15 WU Jing. (2015) *Psihologicheskie osobennosti perezhivanija strahov u mladshih shkol'nikov i podrostkov iz polnyh i nepolnyh semej. Vestnik KazNU. Serija psihologii i sociologii.* V. 55. No. 4. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/296>. (In Russian).
- 16 Mynbayeva A., Batanova A., Akshalova B.N. (2020) *Diagnosing anxiety and using body-oriented therapy: a study of 5th grade pupils // Vestnik KazNU. Serija psihologii i sociologii.* V. 71. No. 4. P. 4–15. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/982>. (In English).
- 17 Berdibayeva S.K. et al. (2019) *The psychological problems of teenagers with addictive behaviour: the role of life meaning strategies // Vestnik KazNU. Serija psihologii i sociologii.* V. 70. No. 3. P. 64–73. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/962>. (In English).
- 18 Zaharov A.I. (1982) *Psihoterapija nevrozov u detej i podrostkov.* L. (In Russian).
- 19 Heather S. (2022) *Lonczak. Anxiety Therapy: Types, Techniques, and Worksheets.* URL: <https://positivepsychology.com/anxiety-therapy-techniques-worksheets/>. (In English).
- 20 Tursungozhinova G.S. (2015) *Issledovanie lic, podvergshihsjja ionizirujushhemu izlucheniju i sovershivshih autoagressivnye dejstva // Vestnik KazNU. Serija psihologii i sociologii.* V. 52. No. 1. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/239>. (In Russian).
- 21 Alimbaeva R.T., Lazareva E.A., Kabakova M.P. (2016) *Aggressivnoe povedenie sovremennogo podrostka // Vestnik KazNU. Serija psihologii i sociologii.* V. 57. No. 2. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/624>. (In Russian).
- 22 Arzykulova A.T., Alymbaeva Je.A. (2018) *Korrekcija trevozhnosti podrostkov sredstvami art-terapii // Vestnik Bishkekskogo gumanitarnogo universiteta.* No. 2(44). P. 106–108. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35111000>. (In Russian).

23 Qasen G.A., Ajtbaeva A.B., Mamyrbekova G.A. (2015) Vozmozhnosti art-pedagogicheskoy dejatel'nosti v profilaktike suicidal'nogo povedeniya podrostkov i molodezhi // Vestnik KazNU. Seriya psihologii i sociologii. V. 54. No. 3. ISSN 2617-7552. URL: <https://bulletin-psysoc.kaznu.kz/index.php/1-psy/article/view/153>. (In Russian).

24 Terehanova T.A. Izuchenie trevozhnosti detej mlaдshеgo shkol'nogo vozrasta // Nauchnye issledovaniya i razrabotki studentov: materialy IV Mezhdunar. studench. nauch.–prakt. konf. / redkol.: O.N. Shirokov [i dr.] – Cheboksary: CNS «Interaktiv pljus», 2016. – P. 94–96. ISBN 978-5-9500416-9-3. (In Russian).

25 Liesbeth Bosgraaf, Marinus Spreen, Kim Pattiselanno, Susan van Hooren. (2020) Art Therapy for Psychosocial Problems in Children and Adolescents / A Systematic Narrative Review on Art Therapeutic Means and Forms of Expression, Therapist Behavior, and Supposed Mechanisms of Change // Front. Psychol, 08 October. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.584685>. (In English).

26 Abbing A.C., Baars E.W., Van Haastrecht O., Ponstein A.S. (2019) Acceptance of Anxiety through Art Therapy: A Case Report Exploring How Anthroposophic Art Therapy Addresses Emotion Regulation and Executive Functioning // Hindawi Case Reports in Psychiatry Volume. Article ID 4875381, 13 pages. URL: <https://www.hindawi.com/journals/crips/2019/4875381/#:~:text=After%2014%20sessions%20of%20anthroposophic,and%20accepting%20towards%20her%20anxiety>. (In English).

27 Asa Don Brown. (2012) Psychological Benefits of Art Therapy // Canadian Counselling and Psychotherapy Association. URL: <https://www.ccpa-accp.ca/psychological-benefits-of-art-therapy/#:~:text=%E2%9E%A1%20It%20encourages%20the%20development,providing%20insight%20into%20traumatic%20experiences>. (In English).

**А.Б. АЛЬМУРАТОВА,\*<sup>1</sup>**

П.Ф.М., докторант.

\*e-mail: [a.almuratova@turan-edu.kz](mailto:a.almuratova@turan-edu.kz)

ORCID ID: 0000-0002-6127-3286

**М.В. МУН,<sup>1</sup>**

П.Ф.К., қауымдастырылған профессор.

e-mail: [m.mun@turan-edu.kz](mailto:m.mun@turan-edu.kz)

ORCID ID: 0000-0003-0714-3445

<sup>1</sup>«Тұран» университеті,

Алматы қ., Қазақстан

## **ЕРТЕ ЖАСӨСПІРІМДІК КЕЗЕҢДЕГІ МАЗАСЫЗДАНУ ҚҰБЫЛЫСЫНЫҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ДЕТЕРМИНАНТТАРЫ**

### **Андатпа**

Жас жасөспірімдердің психологиялық профилактикасы мен психикасын түзету қажеттілігі қазіргі заманның әртүрлі зерттеушілері мен ғалымдарының еңбектерінде көрінеді (May R., Божович Л.И., Мухина В.С., Эльконин Б.Д.). Қазіргі уақытта жасөспірімдер әлемін қабылдаудың эмоционалдық саласындағы бұзылуларға, оның әлеуметтенуіне, жеке тұлғаның бейімделуіне және басқа да жағымсыз салдарға әкеп соғуы мүмкін тұрақты жасөспірімдердің мазасыздығын түзету әдістері мен әдістемесіне (Прихожан А.М., Старшина И.В., DeMond M. Grant, Jing Wu, Мынбаева А., Бердибаева С.К. және т.б.) ерекше назар аударылады. Теориялық маңыздылығы жас жасөспірімдердің мазасыздық проблемаларын диагностикалауға және оның детерминанттарын зерттеуге жүйелі, көп деңгейлі тәсілден тұрады; жас жасөспірімдердің мазасыздық деңгейін түзету үшін арт-терапияның мүмкіндіктерін ашуда; арт-терапия негізінде түзету бағдарламасын әзірлеуде; психологияның теориялық бөлімдерін осы зерттеу аясында жасалған қорытындылар мен қорытындылармен толықтыруда.

**Тірек сөздер:** психологиялық детерминанттар, тұрақты мазасыздық, жас жеткіншектер.

**A.B. ALMURATOVA,\*<sup>1</sup>**

MA, PhD student.

\*e-mail: a.almuratova@turan-edu.kz

ORCID ID: 0000-0002-6127-3286

**M.V. MUN,<sup>1</sup>**

c.ps.s., associate professor.

e-mail: m.mun@turan-edu.kz

ORCID ID: 0000-0003-0714-3445

<sup>1</sup>Turan University,

Almaty, Kazakhstan

## **PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF THE PHENOMENON OF ANXIETY IN EARLY ADOLESCENCE**

### **Abstract**

The need for psychological prevention and correction of the psyche of younger adolescents is reflected in the works of various researchers and scientists of our time (May R., Bozhovich L.I., Mukhina V.S., Elkonin B.D.). Currently, special attention is paid to the ways and methods of correcting persistent teenage anxiety (Prikhozhan A.M., Starshina I.V., DeMond M. Grant, Jing Wu, Mynbaeva A., Berdibaeva S.K., etc.), which can lead to violations in the emotional sphere of perception of the world of a teenager, his socialization, personality maladaptation and other negative consequences. The theoretical significance lies in a systematic, multi-level approach to diagnosing anxiety problems in younger adolescents and studying its determinants; in revealing the possibilities of art therapy for correcting the level of anxiety in younger adolescents; in the development of a correctional program based on art therapy; in replenishing the theoretical sections of psychology with the conclusions and conclusions made in the framework of this study.

**Key words:** psychological determinants, persistent anxiety, young adolescents.