

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ GENERAL PSYCHOLOGY, PSYCHOLOGY OF PERSONALITY, HISTORY OF PSYCHOLOGY

Научная статья
УДК 159.9.07; 159.923
DOI: 10.14529/jpps220101

Социальная тревога и психологическая атмосфера в группе как корреляты жизнеспособности студентов различных профилей подготовки

К.О. Богомазова[✉], О.В. Байгужина

Южно-Уральский государственный университет, г. Челябинск, Россия

[✉] bogomazovako@susu.ru

Аннотация

Введение. В статье представлены результаты исследования отдельных социально-психологических аспектов жизнеспособности, пока еще мало освещенных в научной периодике. **Цель исследования:** выявить особенности связей жизнеспособности с проявлениями социальной тревоги и спецификой психологической атмосферы в группах студентов различных профилей подготовки. **Материалы и методы исследования.** Используются стандартизированные методики: «Жизнеспособность человека» (Е.А. Рыльской), «Социальная тревожность» (О.А. Сагалакова, Д.В. Труевцев), «Оценка психологической атмосферы в коллективе» (А.Ф. Фидлер). Выборка исследования: студенты выпускного курса педагогического ЮУрГГПУ (n = 69) и спортивного вуза УралГУФК (n = 35), в том числе 27 юношей и 77 девушек. Статистическая обработка проводилась с помощью корреляционного анализа с применением статистического пакета SPSS Statistics v. 17.0. **Результаты.** Выявлена относительно низкая вариабельность значений шкал «Общая жизнеспособность» и «Общая оценка социальной тревожности» у студентов спортивного вуза, «Способности адаптации» – у студентов педагогического вуза. Средние значения по интегральной шкале «Общая жизнеспособность» в сравниваемых группах студентов соответствуют уровню «ниже среднего». Значения шкал «Социальная тревога в ситуации наблюдения», «Постситуативные руминации ...» и «Сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения» методики «Социальная тревога» отражают средний уровень значимости причин указанных вариантов тревожности у студентов всех профилей подготовки. Независимо от программы подготовки психологический климат в коллективе студентов характеризуется преобладанием положительных признаков, а в структуре связей жизнеспособности с социально-психологическими характеристиками выявляются отрицательные связи способностей адаптации с тревогой в ситуации «быть в центре внимания» и с тревогой, опосредованной страхом критики. Все остальные связи принципиально разные, что свидетельствует о высокой вариативности корреляционных структур жизнеспособности у студентов разных профилей подготовки. **Заключение.** Анализ структуры жизнеспособности человека должен учитывать ее связи с социально-психологическими свойствами, что может служить основой для разработки программ развития и поддержания жизнеспособности студенческой молодежи в период обучения в вузе.

Ключевые слова: жизнеспособность, студенческая молодежь, социальная тревожность, профили подготовки

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: Богомазова К.О., Байгужина О.В. Социальная тревога и психологическая атмосфера в группе как корреляты жизнеспособности студентов различных профилей подготовки // Психология. Психофизиология. 2022. Т. 15, № 1. С. 5–15. DOI: 10.14529/jpps220101

Social anxiety and psychological climate as indicators of vitality in students of different education fields

K.O. Bogomazova[✉], **O.V. Baiguzhina**
South Ural State University, Chelyabinsk, Russia
[✉] bogomazovako@susu.ru

Abstract

Introduction. The paper presents certain social and psychological aspects of vitality, which received little attention in scientific publications. The paper **aims** to identify the relationship between vitality, anxiety, and psychological climate in students of different education fields. **Materials and methods:** Standard methods were used for the purpose of the study, including the E.A. Rylskaya human vitality test, O.A. Sagalakova and D.V. Truevtsev social anxiety test, A.F. Fidler psychological climate in a group test. The study involved last-year students of South Ural State Humanitarian Pedagogical University (n = 69) and Ural State University of Physical Education (n = 35), including 27 male and 77 female students. Data processing was performed with correlation analysis and SPSS Statistics v. 17.0. **Results.** In sports university students, a relatively low alteration of general vitality and general social anxiety values was recorded; in pedagogical students, adaptation skills changed insignificantly. The mean values of general vitality in both groups corresponded to below average. The data of certain scales (social anxiety in the situation of being the center of attention, post-situational ruminations, and restraint in expressing emotions due to fear of rejection) of the social anxiety test reflect the average significance level for the reasons of these anxiety types regardless of students' education fields. In both groups, psychological climate was characterized as predominantly positive. However, negative relationships were found between adaptation skills and the situation of being the center of attention/fear of being criticized. The rest correlations were principally different indicating a high variability of correlational structures of vitality in students of different education fields. **Conclusion.** An analysis of the structure of human vitality should take into account its relationships with socio-psychological components and can be used as a basis for developing and maintaining vitality in university students.

Keywords: vitality, university students, social anxiety, education fields

The authors declare no conflict of interest.

For citation: Bogomazova K.O., Baiguzhina O.V. Social anxiety and psychological climate as indicators of vitality in students of different education fields. *Psikhologiya. Psikhofiziologiya = Psychology. Psychophysiology*. 2022;15(1):5–15 (in Russ.) DOI: 10.14529/jpps220101

Введение

Основа эффективности профессиональной деятельности формируется на этапе активного обучения человека. Условия образовательной среды сегодня предъявляют повышенные требования к возможностям (ресурсам) личности, а в случае их истощения становятся причиной ряда негативных состояний, деформирующих мотивационную сферу студенческой молодежи в процессе профессионального самоопределения и влияющих на жизнеспособность студента в целом [1–3].

Для студентов выпускных курсов особенно острыми являются проблемы профессионального самоопределения, выбора специализации, темы дипломной работы. Такие факторы, как частое недосыпание, истощение, ака-

демические задолженности, трудности самоорганизации и несформированность конструктивных копинговых стратегий, дефицит социальной поддержки, сложные семейные обстоятельства, социальные стрессы, невозможность обеспечить свою жизнь, часто становятся причинами эмоциональной дезадаптации и психических расстройств у студентов. Обучение в вузе тесно связано с социальным взаимодействием. Такое явление, как социальная тревожность, способно оказать серьезное негативное влияние на процесс социальной и эмоциональной адаптации и качество жизни студентов. Социальная тревожность – это состояние эмоционального дискомфорта, страха, опасения и беспокойства в отношении социальной ситуации и оценки другими

людьми [3]. Среди студентов наиболее высок риск манифестации психической патологии в связи с высоким уровнем нагрузки и стресса в этот период жизни [2].

В рамках концепции формирования жизнеспособности теоретическую значимость имеет ее социально-личностный компонент¹. В своей работе Е.А. Рыльская (2014) определяет жизнеспособность как интегральную способность сохранения человеком своей целостности, принимая решения в условиях «постоянного сопряжения с требованиями социального бытия»²; как сложное биопсихосоциальное явление, проявляющееся в сочетанном воздействии природной и социальной сред на комплекс личностных характеристик человека [4]. Жизнеспособность человека, обеспечивая успешность профессиональной деятельности, обучения, развития и становления личности, является в значительной мере социально-детерминированным процессом, а динамика определенных социально-психологических свойств может вызывать согласованные изменения ее показателей. Вышесказанное определяет цель исследования: выявить особенности связей жизнеспособности с проявлениями социальной тревоги и спецификой психологической атмосферы в группах студентов различных профилей подготовки.

Организация и методы исследования

В обследовании на добровольной основе приняли участие студенты выпускного курса Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета ($n = 69$) и Уральского государственного университета физической культуры г. Челябинска ($n = 35$), из них 27 юношей и 77 девушек. Опрос осуществлялся дистанционно с применением специализированного сервиса Google forms и включал несколько методик. Анализ данных проводился без учета половой принадлежности обследованных.

¹ Паатова М.Э. Концепция формирования социально-личностной жизнеспособности подростков с девиантным поведением в специальных образовательных организациях закрытого типа: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01. Майкоп: Адыгейский государственный университет, 2019. 429 с.

² Рыльская Е.А. Психология жизнеспособности человека: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01. Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет, 2014. 446 с.

Тест «Жизнеспособность человека» представлен шкалами «Способности адаптации», «Способности саморегуляции», «Способности саморазвития» и «Осмысленность жизни» [5].

Методика «Оценка психологической атмосферы в коллективе» включает 10 биполярных шкал – факторов, детерминирующих психоэмоциональный фон: дружелюбие – враждебность, согласие – несогласие, удовлетворенность – неудовлетворенность, продуктивность – непродуктивность, теплота – холодность, сотрудничество – несогласованность, взаимная поддержка – недоброжелательность, увлеченность – равнодушие, занимательность – скука, успешность – безуспешность [6].

Опросник социальной тревоги и социофобии использован для определения выраженности аспектов проявления фобии оценивания личности в определенных ситуациях, обобщенных в следующих шкалах: «Социальная тревога в ситуации „быть в центре внимания, под наблюдением“»; «Постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу»; «Сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения и блокирование признаков тревоги» и «Тревога при проявлении инициативы в формальных ситуациях из-за страха критики в свой адрес и потери субъективного контроля» [7].

Соответствие распределения значений исследуемых показателей закону нормального распределения определяли с помощью критерия Шапиро – Уилка; уровень значимости различий между медианными значениями показателей в сравниваемых группах обследованных – с помощью U-критерия Манна – Уитни. Корреляционный анализ проведен с помощью коэффициента Спирмена [8]. Результаты считали статистически значимыми при $p < 0,05$.

Результаты исследования

Представленные в таблице данные отражают показатели жизнеспособности и социальной тревоги у студентов различных профилей профессиональной подготовки.

Сопоставление медианных значений изучаемых показателей обеих методик не выявило значимых различий в сравниваемых группах студентов. Однако следует указать на относительно *низкую* вариабельность значений шкал «Общая жизнеспособность» и «Общая оценка социальной тревожности» у студентов спортивного вуза; «Способность адаптации» – у студентов педагогического вуза. Данное за-

Показатели шкал тестов «Жизнеспособность человека» и «Социальная тревога» у студентов различных профилей подготовки (Me (Q1;Q3))
Indicators of the test scales "Human vitality" and "Social anxiety" among students of various training profiles (Me (Q1; Q3))

Шкала Scale	Студенты спортивного вуза Sports university	Студенты педагогического вуза Pedagogical university	U- критерий U-test	p-уровень p-level
«Жизнеспособность человека» / Human vitality				
Способности адаптации Adaptation skills	62 (57,5; 69)	63 (60; 68)	1134,0	0,613
Способности саморегуляции Self-regulation skills	34 (32; 36,5)	33 (30; 35)	1056,0	0,296
Способности саморазвития Self-development skills	42 (41; 45,5)	43 (39; 45)	1166,5	0,777
Осмысленность жизни Meaningfulness of life	30 (28,5; 33,5)	31 (29; 33)	1141,5	0,648
Общая жизнеспособность General vitality	168 (163; 177)	169 (163; 176)	1176,5	0,831
«Социальная тревога» / Social anxiety				
Социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением» Social anxiety in the situation of being the center of attention	7 (3; 9)	7 (4; 11)	679,5	0,27
Постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу Post-situational ruminations and the desire to cope with anxiety	7 (5; 9)	7,5 (5; 10)	679,5	0,27
Сдержанность в выражении эмо- ций из-за страха отвержения Restraint in expressing emotions due to fear of rejection	6 (4; 8)	7 (5; 9)	653,5	0,179
Тревога при проявлении инициа- тивы в ситуациях из-за страха критики Fear of being criticized	5 (3; 9)	7 (3,3; 9)	723,5	0,483
Общая оценка социальной тре- вожности Generalsocialanxiety	30 (18; 41)	34,5 (20,3; 46)	670,0	0,235

мечание свидетельствует о стабильности проявления указанных свойств.

Примечательно, что медианные значения по интегральной шкале «Общая жизнеспособность» в сравниваемых группах студентов соответствуют уровню «ниже среднего».

Оценивая значения шкал «Социальная тревога в ситуации наблюдения», «Постситуативные руминации ...» и «Сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения» методики «Социальная тревога», констатируем средний уровень значимости причин указанных вариантов тревожности у студентов независимо от профиля их подготовки. Однако в группе студентов спортивного

вуза медианное значение шкалы «Тревога при проявлении инициативы в ситуациях из-за страха критики» соответствует низкому уровню выраженности данного вида тревоги.

Метод семантического дифференциала, который реализован в методике «Оценка психологической атмосферы в коллективе», позволил дать оценку студентами проявления различных аспектов жизни по биполярным шкалам (позитивная/негативная стороны) в условиях учебного коллектива (рис. 1).

Полученные результаты отражают преимущественно выраженность положительных признаков, характеризующих психологический климат в коллективе студентов независимо от



Рис. 1. Показатели шкал методики оценки психологической атмосферы в коллективе (по А.Ф. Фидлеру) у студентов различных профилей подготовки (Me (Q1; Q3))
 Fig. 1. Indicators of psychological climate (A.F. Fidler test) among students of different education fields (Me (Q1; Q3))

профиля их подготовки. Статистическая значимость различий сравниваемых показателей установлена лишь в биполярной шкале «дружелюбие – враждебность» с выраженным проявлением дружелюбия в группе студентов спортивного вуза ($U = 577$ при $p = 0,031$).

На рис. 2 представлена корреляционная плеяда взаимосвязей исследуемых показателей социально-личностных компонентов и жизнеспособности у студентов различных профилей профессиональной подготовки.

Независимо от программы подготовки, общим у студентов является ряд отрицательных взаимосвязей: показателя шкалы «Способности адаптации» (теста «Жизнеспособность человека») с тревогой в ситуации «быть в центре внимания» и с тревогой, опосредованной страхом критики. Все остальные взаимосвязи показателей изучаемых методик у студентов сравниваемых групп принципиально разные (см. рис. 2).

Так, например, показатель «Способности адаптации» (теста «Жизнеспособность человека») у студентов спортивного вуза имеет отрицательную взаимосвязь с блокированием эмоций и тревогой, связанной со страхом отвержения ($r_s = -0,491$ при $p < 0,05$), тогда как у

студентов – будущих педагогов – с руминацией и желанием преодолеть тревогу ($r_s = -0,491$ при $p < 0,05$).

Примечательно, что только в группе студентов педагогического вуза интегральный (обобщающий) показатель теста «Жизнеспособность человека» имеет значимые отрицательные взаимосвязи практически с каждой шкалой теста «Оценка социальной тревоги» и с бинарными шкалами «теплота – холодность», «сотрудничество – несогласованность», «взаимная поддержка – недоброжелательность» и «успешность – безуспешность» методики «Оценка психологической атмосферы». В группе студентов спортивного вуза интегральный (обобщающий) показатель теста «Жизнеспособность человека» имеет единственную отрицательную взаимосвязь со шкалой «согласие – несогласие» методики «Оценка психологической атмосферы». Особенностью в данной группе студентов можно считать положительные взаимосвязи показателя шкалы «способности саморегуляции» теста «Жизнеспособность человека» со шкалами «взаимная поддержка – недоброжелательность» и «успешность – безуспешность» методики «Оценка психологической атмосферы».

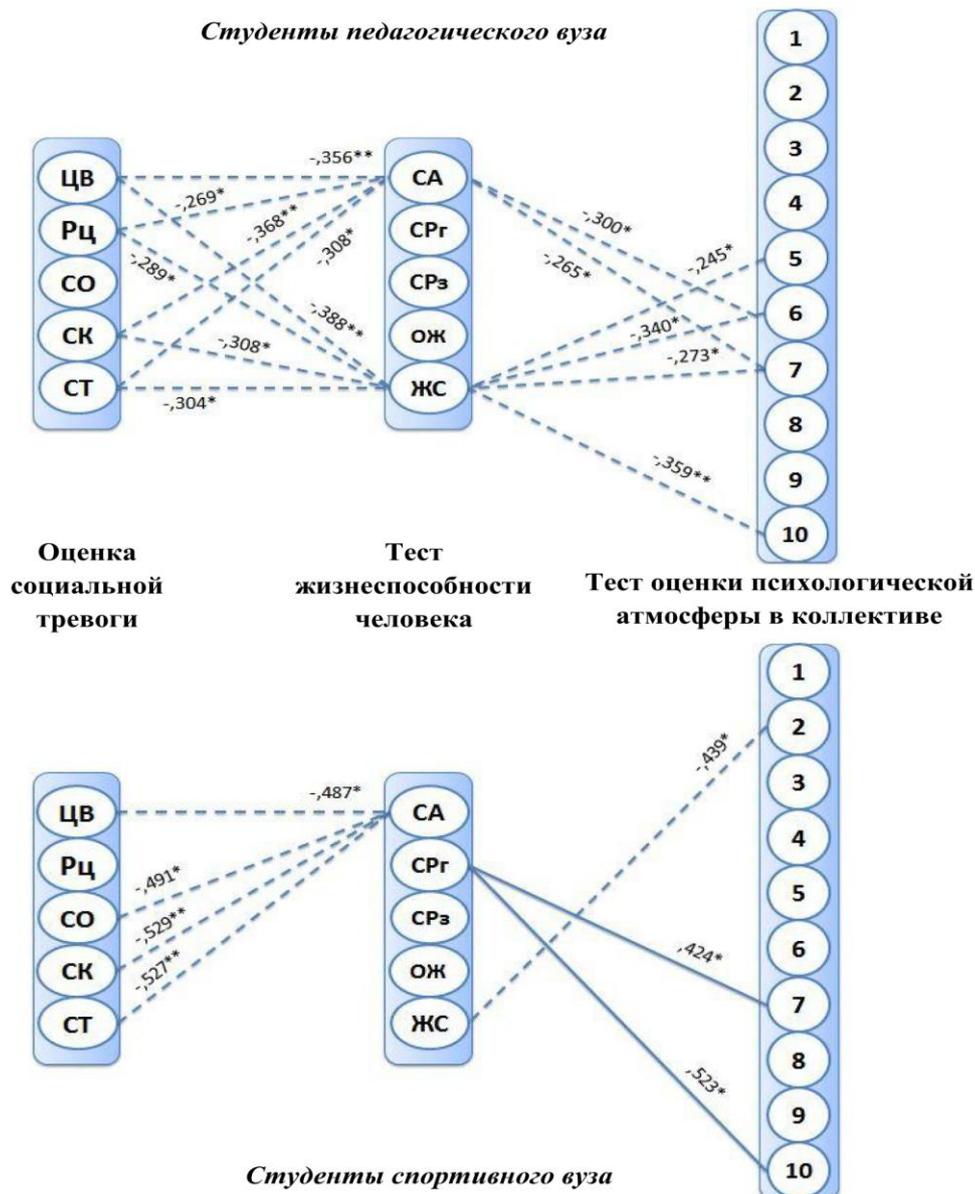


Рис. 2. Корреляционная плеяда показателей тестов, отражающих взаимосвязи социально-личностных компонентов жизнеспособности у студентов различных профилей подготовки
 Fig. 2. Correlation pleiades reflecting the relationship between social and personal components of vitality among students of different education fields

Примечание. Сплошная линия – прямая взаимосвязь, пунктирная – обратная взаимосвязь; * – статистически значимая взаимосвязь на уровне $p < 0,05$; ** – то же на уровне $p < 0,01$. **Тест «Оценка социальной тревоги»:** ЦВ – социальная тревога в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением»; Рц – постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу в экспертных ситуациях; СО – сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения и блокирование признаков тревоги в экспертных ситуациях; СК – тревога при проявлении инициативы в формальных ситуациях из-за страха критики в свой адрес и потери субъективного контроля; СТ – общая оценка. **Тест «Жизнеспособность человека»:** СА – способность адаптации; СРг – способность саморегуляции; СРз – способность саморазвития; ОЖ – осмысленность жизни; ЖС – общая жизнеспособность. **«Тест оценки психологической атмосферы в коллективе»:** 1 – дружелюбие – враждебность, 2 – согласие – несогласие, 3 – удовлетворенность – неудовлетворенность, 4 – продуктивность – непродуктивность, 5 – теплота-холодность, 6 – сотрудничество – несогласованность, 7 – взаимная поддержка – недоброжелательность, 8 – увлеченность – равнодушие, 9 – занимательность – скука, 10 – успешность – безуспешность

Note. Solid line – direct relationship, dotted line – inverse relationship; * – statistically significant relationship at $p < 0.05$; ** – statistically significant relationship at $p < 0.01$. **Social anxiety test:** ЦВ – social anxiety in the situation of being the center of attention; Рц – post-situational ruminations and the desire to cope with anxiety; СО – restraint in expressing emotions due to fear of rejection; СК – fear of being criticized; СТ – general score. **Human vitality test:** СА – adaptation skills; СРг – self-regulation skills; СРз – self-development skills; ОЖ – meaningfulness of life; ЖС – general vitality. **Psychological climate in a team:** 1 – friendliness-hostility, 2 – agreement-disagreement, 3 – satisfaction-dissatisfaction, 4 – productivity-unproductivity, 5 – warmth-coldness, 6 – cooperation-inconsistency, 7 – mutual support-ill-will, 8 – passion-indifference, 9 – joy-boredom, 10 – success-failure

Обсуждение

В данном разделе статьи считаем целесообразным провести обсуждение результатов корреляционного анализа, который выявил принципиальные различия в структуре взаимосвязей показателей социально-личностного компонента жизнеспособности у студенток с различным профилем профессиональной подготовки.

Специфика психологической стратегии адаптации личности к условиям социального взаимодействия в образовательной среде, вероятно, определяется программой подготовки студентов. Так, у студентов педагогического вуза общая жизнеспособность достигается и реализуется через механизм социальной адаптации, в котором первостепенными являются взаимосвязи с параметрами тревоги. У студентов же спортивного вуза взаимосвязи параметров социальной тревоги имеют лишь со шкалой «Способности к адаптации».

Возможно, способности к адаптации у студентов педагогического вуза детерминируются сформированностью качеств эффективного социального взаимодействия, в частности сотрудничеством и взаимной поддержкой. Общая жизнеспособность также достигается положительным психоэмоциональным фоном при оценке психологической атмосферы в коллективе за счет выраженности теплоты общения, сотрудничества, взаимной поддержки, что в итоге определяет успешность деятельности. Указанные особенности являются образовательным результатом формирования профессиональных компетенций, а также профессионально значимых качеств будущих педагогов.

Общая жизнеспособность студентов спортивного вуза определяется выраженностью согласия, вероятно, как формы проявления единомыслия в учебной группе или спортивной команде. Особенной считаем положительную взаимосвязь саморегуляции поведения с недоброжелательностью и безуспешностью. Интерпретация данной связи следующая: в ситуациях возникновения латентной конфликтной ситуации (недоброжелательность), равно как отражения деятельности студентов как безуспешной, повышаются требования к саморегуляции как компенсаторному механизму в социальном взаимодействии.

Выявленные различия в структуре взаимосвязей показателей социальной тревоги, психологической атмосферы в коллективе и жизнеспособности у студентов с различным профилем подготовки детерминируются не столько результатом формирования профес-

сиональных компетенций, сколько условиями учебно-профессиональной деятельности.

Труд (деятельность) студентов старших курсов, реализующих первичные профессиональные навыки в рамках производственных практик (педагогической, тренерской), характеризуется высокой напряженностью [9]. Учебно-тренировочная деятельность студентов-спортсменов относится к очень тяжелому физическому труду³, а функциональное состояние организма соответствует низкому уровню, что характеризует напряжение адаптационных механизмов [10]. При этом показано, что функциональный уровень нервной системы, индекс напряжения являются надежными критериями социальной адаптации студентов-спортсменов [11]. Значимость проблемы социальной адаптации студентов старших курсов очевидна.

Жизнеспособность студентов сравниваемых групп как отражение качества социальной адаптации у будущих учителей проявляется через механизмы адаптации к условиям среды (шкала «Способность адаптации»), у будущих тренеров – через регуляторные механизмы (шкала «Способность регуляции»). Выявленные различия, как правило, обусловлены спецификой предыдущего опыта учебно-тренировочной деятельности студентов-спортсменов [12].

Практическую ценность имеет анализ взаимосвязей параметров социальной тревожности с жизнеспособностью у студентов сравниваемых групп. Имеются данные о формировании социальной тревожности у спортсменов-студентов, источником которой является социально-оценочный характер учебно-тренировочной деятельности, в частности – предъявление высоких требований к спортивной результативности [13]. В нашем случае это правомерно и подтверждается наличием взаимосвязи шкалы «Способности адаптации» со страхом быть отверженным, что характерно для блокирования тревоги за счет эмоциональной ригидности.

У студентов педагогического вуза взаимосвязь шкалы «Способности адаптации» с постситуативной руминацией, с одной стороны, указывает на активную рефлексию, направленную на преодоление тревоги. С другой стороны, и грань между руминацией (переживанием) и фрустрацией [14] или обес-

³ Погадаев М.Е. Физиолого-гигиеническая оценка тренировочной деятельности студентов-спортсменов: дис. ... канд. биол. наук: 14.00.07. Уфа, 2003. 162 с.

сивно-компульсивным расстройством достаточно условна [15, 16]. Так, например, тревожные расстройства выявлены более чем у половины студентов четвертого курса, причем у лиц женского пола в 1,5 раза чаще (выборка студентов медицинского вуза). Депрессивные состояния отмечены у каждого пятого студента независимо от курса обучения. Каждый третий студент четвертого курса страдает обсессивно-компульсивным расстройством разной степени тяжести [15].

Не в пользу студентов педагогического вуза интерпретируются результаты оценки эмоциональной зрелости: у 44,6 % диагностирован кризисный тип эмоционального развития. По данным исследователей, такие студенты демонстрируют высокую личностную тревожность и сопутствующие ей переживания страха, стыда и вины на фоне доминирующей стратегии избегания трудностей и проблем [17], а также агрессивного поведения по отношению к окружающим [17, 18].

Таким образом, особенности проявления собственно социальной тревоги детерминированы социальными страхами, источники которых у исследуемых групп студентов различные. Последствия неконтролируемой личностной тревожности и наличия (воздействия) социальных страхов искажают должную мотивацию к обучению [19], определяют соответствующий уровень академической успеваемости [20] и рассматриваются как прогностические предикторы неполноценности социальных отношений студентов в будущей профессиональной деятельности [21].

Заключение

Сравнение медианных значений шкал тестов, отражающих социально-личностные компоненты жизнеспособности, не выявило значимых различий между группами студентов, обучающихся по различным профессиональным программам подготовки.

В результате корреляционного анализа исследуемых показателей у сравниваемых групп студентов обнаружены специфические особенности в структуре взаимосвязей показателей социальной тревожности, психологической атмосферы в коллективе и жизнеспособности. В системе «жизнеспособность – социальная тревога» у студентов педагогического вуза компонент «способности адаптации» (как ведущий компонент) не имеет связи лишь со страхом отвержения; у студентов спортивного вуза – с руминацией. У будущих учителей с показателями «психологической атмосферы в коллективе» взаимосвязаны «способности адаптации», у будущих тренеров – «способности саморегуляции».

Выявленные различия в структуре взаимосвязей обусловлены, на наш взгляд, не столько спецификой профессиональной подготовки студентов, сколько демонстрацией и отражением стереотипов и стратегий поведения, сформированных в учебно-тренировочный период и опытом соревновательной деятельности студентов, обучающихся в спортивном вузе. Психологический портрет спортсмена в динамике его становления представлен завышенной самооценкой, мотивацией к успеху, демонстративностью, нервно-психической устойчивостью.

Учитывая выявленные особенности проявления социально-психологических аспектов в структуре жизнеспособности студента-спортсмена в целях профилактики социальной тревожности целесообразно и эффективно применение коррекционно-формирующих программ, основанных на модели физкультурно-спортивного образования.

Анализ структуры жизнеспособности человека должен учитывать взаимосвязи социально-психологических свойств, определяющих его адаптационный потенциал, реализованный преимущественно за счет механизмов саморегуляции.

Список источников

1. Селезнёва Н.Т., Рубленко Н.В., Годышева Т.Ю. Жизнеспособность личности: монография. Красноярск: Изд-во Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева, 2015. 308 с.
2. Краснова-Гольева В.В., Холмогорова А.Б. Социальная тревожность и студенческая дезадаптация [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2011. Том 3. № 1. URL: https://psyjournals.ru/psyedu_ru/2011/n1/39944.shtml (дата обращения: 14.12.2021)
3. Корытко И.Д. Психологические факторы социальной тревожности студентов // Научные труды Московского гуманитарного университета. 2021. № 1. С. 13–17. DOI: <https://doi.org/10.17805/trudy.2021.1.2>

4. Рыльская Е.А., Мошкина Л.Д. Жизнеспособность в структуре интегральной индивидуальности студентов // Психология. Психофизиология. 2021. Т. 14, № 4. С. 24–36. DOI: <https://doi.org/10.14529/jpps210403>.
5. Рыльская Е.А. Тест «Жизнеспособность человека»: разработка и психометрические характеристики // Социум и власть. 2016. № 1 (57). С. 25–30.
6. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Методика оценки психологической атмосферы в коллективе (по А.Ф. Фидлеру). М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. С. 190–191.
7. Сагалакова О.А., Труевцев Д.В. Опросник социальной тревоги и социофобии [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электронный научный журнал. 2012. № 4 (15). URL: http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2012_4_15/nomer/nomer19.php (дата обращения: 19.12.2021).
8. Шишлянникова Л.М. Применение корреляционного анализа в психологии // Психологическая наука и образование. 2009. № 1. С. 98–107.
9. Байгужин П.А. Гигиеническая оценка напряженности умственного труда студентов в ситуации тестирования теоретической подготовленности // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура. 2011. № 39 (256). С. 16–18.
10. Режим дня студентов в условиях сочетанного влияния умственных и физических нагрузок / О.А. Макунина, Е.В. Быков, О.И. Коломиец, И.А. Якубовская // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. 2018. № 1(17). С. 50–55.
11. Психофизиологические критерии социальной адаптации студентов-спортсменов / О.А. Макунина, Е.В. Быков, И.Ф. Харина, М.В. Светлакова // Теория и практика физической культуры. 2021. № 11. С. 75–76.
12. Отбор и медико-биологическое сопровождение одаренных обучающихся, реализующих образовательную и спортивную деятельность / Д.З. Шибкова, П.А. Байгужин, В.В. Эрлих, А.Э. Батуева, Е.С. Сабирьянова // Science for Education Today. 2020. Т. 10, № 5. С. 196–210. DOI: <https://doi.org/10.15293/2658-6762.2005.11>.
13. Generalization of social anxiety to sporting and athletic situations: Gender, sports involvement, and parental pressure / P.J. Norton, J.A. Burns, D.A. Hope [et al.] // Depression and anxiety. 2000. Vol. 12 (4). P. 193–202. DOI: <https://doi.org/10.1002/1520-6394>.
14. Мануйлов Г.В., Горелова Г.Г., Яценко Е.Ф. Особенности эмпатии и рефлексии личности на разных этапах учебной деятельности // Психология. Психофизиология. 2020. Т. 13, № 1. С. 5–13. DOI: <https://doi.org/10.14529/jpps200101>.
15. Герасимова О.Ю., Семченко Л.Н. Тревожные расстройства у студентов медицинского университета // Психология. Психофизиология. 2020. Т. 13, № 4. С. 30–38. DOI: <https://doi.org/10.14529/jpps200404>.
16. Cognitive mechanisms influence the relationship between social anxiety and depression among college students / J.D. Kraft, D.M. Grant, E.J. White [et al.] // Journal of American college health. 2021. Vol. 69 (3). P. 245–251. DOI: <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1661844>.
17. Шабанова Т.Л., Тарабакина Л.В. Исследование эмоциональной зрелости у студентов педагогического вуза // Вестник Мининского университета. 2018. Т. 6, № 1(22). С. 13. DOI: <https://doi.org/10.26795/2307-1281-2018-6-1-13>.
18. Байгужин П.А., Байгужина О.В., Прачева А.А. Структура агрессии студенток педагогического вуза // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2014. № 6. С. 6. DOI: <https://doi.org/10.12731/2218-7405-2014-6-6>.
19. Заусенко И.В., Озерова Е.В. Связь тревожности и мотивации к обучению у студентов // Педагогическое образование в России. 2019. № 5. С. 90–96. DOI: <https://doi.org/10.26170/po19-05-13>.
20. Бородина К.М. Социальная тревожность как фактор снижения успеваемости студентов // Региональный вестник. 2019. № 22 (37). С. 7–8.
21. Акопов Г.В., Акопян Л.С., Тимошкин С.И. Особенности эмоционального профиля и содержание социальных страхов студенческой молодежи // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Социальные, гуманитарные, медико-биологические науки. 2019. Т. 21, № 69. С. 10–15.

Поступила 28.09.2021; одобрена после рецензирования 10.12.2021; принята к публикации 28.12.2021.

Информация об авторах

Богомазова Кристина Олеговна, соискатель кафедры психологии управления и служебной деятельности; заместитель директора по внеучебной и воспитательной работе, Институт спорта, туризма и сервиса, Южно-Уральский государственный университет (Россия, 454080, г. Челябинск, проспект Ленина, 76), ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1543-3007>, bogomazovako@susu.ru,

Байгужина Ольга Вадимовна, кандидат биологических наук, старший научный сотрудник, научно-исследовательский центр спортивной науки, Институт спорта, туризма и сервиса, Южно-Уральский государственный университет (Россия, 454080, г. Челябинск, проспект Ленина, 76), ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4292-321X>, baiguzhinaov@susu.ru.

Заявленный вклад авторов

Богомазова К.О. – разработка материалов исследования, постановка исследовательской задачи, обзор соответствующей литературы, сбор данных, подготовка окончательной редакции текста.

Байгужина О.В. – разработка концепции статьи, сбор и обработка данных, визуализация данных в тексте, интерпретация данных, формулировка выводов.

Все авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

References

1. Selezneva N.T., Rublenko N.V., Todysheva T.Yu. Viability of the individual: a monograph. Krasnoyarsk, Publ. House of Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafyev. 2015:308. (in Russ.).

2. Krasnova-Goleva V.V., Kholmogorova A.B. Social Anxiety and Student Disadaptation. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie psyedu.ru = Psychological Science and Education psyedu.ru*. 2011;3(1). (in Russ.). Available at: https://psyjournals.ru/psyedu_ru/2011/n1/39944.shtml (accessed 14.12.2021)

3. Korytko I.D. Psychological factors of social anxiety in students. *Nauchnye trudy Moskovskogo gumanitarnogo universiteta = Scientific works of the Moscow University for the Humanities*. 2021;1:13–17. (in Russ.). DOI: <https://doi.org/10.17805/trudy.2021.1.2>

4. Rylskaya E.A., Moshkina L.D. Resilience in the Integral Individuality of Students. *Psikhologiya. Psikhofiziologiya = Psychology. Psychophysiology*. 2021;14(4):24–36. (in Russ.). DOI: <https://doi.org/10.14529/jpps210403>

5. Rylskaya E.A. Test “Human system capability”: working out and psychometrical characteristics. *Sotsium i vlast' = Society and Power*. 2016;1(57):25–30. (in Russ.).

6. Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manuilov G.M. Methodology for assessing the psychological atmosphere in the team (according to A.F. Fidler). Moscow, Publ. house of the Institute of Psychotherapy. 2002:190–191. (in Russ.).

7. Sagalakova O.A., Truevtsev D.V. Questionnaire of social anxiety and sociophobia. *Meditinskaya psikhologiya v Rossii: elektronnyy nauchnyy zhurnal = Medical psychology in Russia: electronic scientific journal*. 2012;4(15). Available at: http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2012_4_15/nomer/nomer19.php (accessed 19.12.2021). (in Russ.).

8. Shishlyannikova L.M. Application of correlation analysis in psychology. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological science and education*. 2009;1:98–107. (in Russ.).

9. Baiguzhin P.A. Hygienic estimation of intensity brainwork of students in the situation of testing of theoretical readiness. *Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Obrazovanie, zdavookhranenie, fizicheskaya kul'tura = Bulletin of South Ural State University. Series “Education, Healthcare, Physical Education*. 2011;39(256):16–18. (in Russ.).

10. Makunina O.A., Bykov E.V., Kolomiets O.I., Yakubovskaya I.A. The regime of students' day in terms of complex influence of mental and physical loads. *Nauchno-sportivnyy vestnik Urala i Sibiri = Ural and Siberia bulletin of sports science*. 2018;1(17):50–55. (in Russ.).

11. Makunina O.A., Bykov E.V., Kharina I.F., Svetlakova M.V. Social adaptation of sporting students: psycho-physiological health tests and analysis. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury = Theory and practice of physical culture*. 2021;11:75–76. (in Russ.).

12. Shibkova D.Z., Baiguzhin P.A., Erlikh V.V., Batueva A.E., Sabiryanova E.S. Selection and biomedical support for gifted children simultaneously involved in education and sports. *Science for Education Today*. 2020;10(5):196–210. (in Russ.). DOI: <https://doi.org/10.15293/2658-6762.2005.11>.
13. Norton P.J., Burns J.A., Hope D.A. et al. Generalization of social anxiety to sporting and athletic situations: Gender, sports involvement, and parental pressure. *Depression and anxiety*. 2000;12(4):193–202. DOI: <https://doi.org/10.1002/1520-6394>.
14. Manuilov G.V., Gorelova G.G., Yashchenko E.F. The Features of Empathy and Reflection in a Person at Different Stages of Education. *Psikhologiya. Psikhofiziologiya = Psychology. Psychophysiology*. 2020;13(1):5–13. (in Russ.). DOI: <https://doi.org/10.14529/jpps200101>
15. Gerasimova O.Yu., Semchenko L.N. Anxiety Disorders among Medical Students. *Psikhologiya. Psikhofiziologiya = Psychology. Psychophysiology*. 2020;13(4):30–38. (in Russ.). DOI: <https://doi.org/10.14529/jpps200404>
16. Kraft J.D., Grant D.M., White E.J. et al. Cognitive mechanisms influence the relationship between social anxiety and depression among college students. *Journal of American college health*. 2021;69(3):245–251. DOI: <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1661844>.
17. Shabanova T.L., Tarabakina L.V. Study of emotional maturity among students of a pedagogical university. *Vestnik Mininskogo universiteta = Bulletin of the Minin University*. 2018;6(1):13. (in Russ.). DOI: <https://doi.org/10.26795/2307-1281-2018-6-1-13>.
18. Baiguzhin P.A., Baiguzhina O.V., Pracheva A.A. The structure of aggression of female students of a pedagogical university. *Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem (elektronnyy nauchnyy zhurnal) = Modern studies of social problems (electronic scientific journal)*. 2014;6:6. (in Russ.). DOI: <https://doi.org/10.12731/2218-7405-2014-6-6>.
19. Zausenko I.V., Ozerova E.V. The relationship of anxiety and motivation to learn from students. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii = Pedagogical Education in Russia*. 2019;5:90–96. (in Russ.). DOI: <https://doi.org/10.26170/po19-05-13>
20. Borodina K.M. Social anxiety as a factor in reducing student performance. *Regional'nyy vestnik = Regional Bulletin*. 2019;22(37):7–8. (in Russ.).
21. Akopov G.V., Akopyan L.S., Timoshkin S.I. Features of emotional profile and content of social ears of student youth. *Izvestiya Samarskogo nauchnogo tsentra Rossiyskoy akademii nauk. Sotsial'nye, gumanitarnye, mediko-biologicheskie nauki = Izvestiya of the Samara Russian Academy of Sciences scientific center. Social, humanitarian, medicobiological sciences*. 2019;21(69):10–15. (in Russ.).

Submitted 28.09.2021; approved after reviewing 10.12.2021; accepted for publication 28.12.2021.

About the authors:

Kristina O. Bogomazova, Candidate of the Department of Psychology of Management and Performance; Deputy Director for Extracurricular and Educational Work, Institute of Sports, Tourism and Service, South Ural State University (76, Lenin Avenue, Chelyabinsk, 454080, Russia), ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1543-3007>, bogomazovako@susu.ru

Ol'ga V. Baiguzhina, Candidate of Biological Sciences, Senior Researcher, Sports Science Research Center, Institute of Sports, Tourism and Service, South Ural State University (76, Lenin Avenue, Chelyabinsk, 454080, Russia), ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4292-321X>, baiguzhinaov@susu.ru

Contribution of the authors:

K.O. Bogomazova – development of research materials, reviewing the relevant literature, research problem statement, data collection, preparation of the final version of the text.

O.V. Baiguzhina – development of the research concept, data collection and processing, visualization of data in the text, interpretation of research data, formulation of conclusions.

All authors have read and approved the final manuscript.