

Стрессоустойчивость подростков из семей с разным стилем родительского воспитания в условиях пандемии

Е. С. Лукьяненко

кандидат педагогических наук, доцент академии психологии и педагогики,
Южный федеральный университет. Россия, г. Ростов-на-Дону.
ORCID: 0000-0003-2776-437X. E-mail: eslukyanenko@sfedu.ru

Аннотация. Мировые тенденции психологии развития диктуют острые запросы на исследование изученных феноменов в глобально изменившихся условиях социума. Внешние стрессогенные факторы, связанные с возникновением и распространением коронавирусной инфекции COVID-19, послужили толчком для возникновения ситуации тотального напряжения и стресса для людей всех возрастных групп. Резкая смена формата обучения, неготовность к учебной деятельности в домашних условиях посредством онлайн-обучения, тотальный контроль, раздражительность, а иногда и агрессивное поведение со стороны родителей усугубили тревожность и создали дополнительную стрессовую ситуацию всем обучающимся, в частности, и детям подросткового возраста.

В статье представлен краткий теоретический обзор проблемы формирования стрессоустойчивости подростков и стиля родительского воспитания современных подростков, а также результаты эмпирического исследования особенностей стрессоустойчивости подростков из семей с разным стилем родительского воспитания в период пандемии COVID-19. Для опроса родителей применялась анкета для родителей «Нормативно-личностное отношение (НЛО)» Е. О. Смирновой, М. В. Соколовой, для подростков – опросник психологической устойчивости к стрессу Е. В. Распопина. Для подтверждения достоверности результатов были использованы: частотный анализ, описательная статистика, U-критерий Манна – Уитни (пакет программ SPSS 26.0). Полученные результаты выявили характерные стили родительского воспитания подростков (строгий, объяснительный и содействующий) и различия в стрессоустойчивости подростков: для подростков из семей со строгим стилем родительского воспитания характерны высокий уровень психологической устойчивости к изоляции и к ситуациям с временным лимитом, низкий уровень – к межличностным конфликтам и негативным оценкам, к длительным воздействиям стрессора и к будничным трудностям; подростков из семей с объяснительным стилем воспитания отличает высокая резистентность к ограничениям во времени, к неизвестности и непредсказуемости, к повседневным трудностям, рискованным ситуациям и длительному воздействию стрессогенных стимулов, но низкая – к одиночеству и ограничению социальных контактов и к однотипным условиям деятельности; подростки из семей с содействующим стилем демонстрируют высокий уровень сопротивляемости к экстремальным условиям деятельности, к хроническому воздействию стрессора, повседневным трудностям и низкий уровень к однотипной деятельности, к дефициту времени и к изоляции.

Ключевые слова: стресс, стрессоустойчивость, подростковый возраст, подростки, стиль родительского воспитания.

Введение. В условиях тотальной информатизации всех сфер жизнедеятельности человека, эпидемиологической нестабильности и неопределенности будущего нарастающее напряжение и стрессогенные факторы усиливают потребность общества в более глубинном исследовании уже изученных феноменов в глобально изменившихся обстоятельствах социума. На сегодня вопрос общения и отношений между людьми, причем личностных отношений, внутрисемейных и детско-родительских отношений становится как никогда ранее актуальным. Возникшая ситуация социальных ограничений, связанная с пандемией коронавируса COVID-19, охватила весь мир и стала испытанием для граждан всех стран. Дети и взрослые оказались в ситуации абсолютной незащищенности и неизвестности перед совершенно неожиданными реалиями настоящего [12; 17].

Очевидным в настоящее время является, что существует множество факторов, влияющих на состояние личности. Более того, доказано, что как негативные, так и положительные события, ситуации могут выступать стрессогенными факторами по отношению к состоянию и деятельности человека [4; 20]. Стресс как термин для определения общего адаптационного периода и как неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование

предложил Г. Селье в своей биологической концепции стресса. Под неспецифической реакцией автор подразумевает способность индивида приспосабливаться к изменившимся условиям и ситуации, возвращаясь в прежнее состояние [14]. В дальнейшем многие зарубежные авторы (Д. Меканик, И. Джейнис, Н. Эндлер, Р. Лазарус, Дж. С. Эверли и Р. Розенфельд) в своих исследованиях рассматривают частные проявления стресса у представителей различных социальных и возрастных групп, выделяя специфические стрессогенные факторы, взаимосвязи и особенности проявления, проектируя модели и стратегии поведения, опираясь на личностные особенности и внешние предикторы возникновения стрессового состояния [4; 13].

Отечественные исследователи отмечают, что стрессоустойчивость – это свойство личности, способствующее высокой продуктивности деятельности в экстремальном пространстве. Стрессоустойчивость рассматривается как качество личности, состоящее из совокупности психофизиологического, мотивационного, эмоционального, волевого, информационного и интеллектуального компонентов [13]. По мнению С. А. Анохиной, на стрессоустойчивость влияют две переменные – окружающая среда и особенности внутренней структуры личности, в частности, подростка [1].

В результате анализа существующих концепций возникает убежденность в необходимости формирования стрессоустойчивости личности как некой совокупности определенных качеств для адаптации к сложившимся условиям и ситуациям [4]. Осознанный стресс с высокоэмоциональной выраженностью и физиологической реактивностью характерен для подросткового возраста [22], что детерминировано рядом объективных факторов и закономерностями развития данного сенситивного периода становления личности. Подростковое «чувство взрослости» требует автономии от родительской опеки и контроля [23], что абсолютно стало невозможно в условиях карантина.

Информатизация всех сфер жизни, интенсивность ритма и скорость потоков взаимодействия с окружающей действительностью способствуют формированию новых коммуникативных компетенций у детей и подростков. Все глубже погружаясь в виртуальное пространство, большинство подростков проявляют свое истинное Я именно в нереальном мире [16]. В ситуации карантина реальная среда взаимодействия подростков со сверстниками перенеслась в информационное пространство, личностное общение заменилось виртуальным, а взаимоотношения с родителями изменили характер на более тесное взаимодействие [12]. В основе любого стиля воспитания находится определенное родительское отношение, которое проявляется в эмоциональной привязанности, любви к ребенку, с одной стороны, требовательностью и контролем, с другой стороны, а также зависит от индивидуально-личностных особенностей родителя, возраста ребенка и общей социальной ситуации развития данного возрастного этапа [15; 18]. Стиль родительского воспитания, согласно Е. О. Смирновой, предполагает эмоциональное принятие, установку и оценочную позицию родителя, выражающуюся в определенных моделях поведения и детерминированную определенным типом родительского отношения к ребенку [15]. Большинство исследователей подтверждают тот факт, что в реальной действительности наблюдается смешение стилей воспитания, выступая следствием социально-экономических и культурных условий развития личности в онтогенезе [18; 23].

Значимость и неоспоримость влияния семьи на формирование стрессоустойчивости детей рассматривается современными исследователями и остается актуальной для каждого нового поколения [10]. Однако анализ информационных источников по проблеме родительского отношения к подросткам и их влиянию на формирование стрессоустойчивости подростков показал, что данный вопрос исследован недостаточно, особенно в условиях пандемии COVID-19 [12] и повсеместным переходом на онлайн-обучение, что еще больше усиливает стрессогенность социального пространства. Это и послужило основанием для организации и проведения нами исследования особенностей стрессоустойчивости подростков из семей с разным стилем родительского воспитания.

Целью исследования выступило изучение особенностей стрессоустойчивости подростков из семей с разным стилем родительского воспитания. В своем исследовании мы **выдвинули гипотезу**, что у подростков из семей с разным стилем родительского воспитания будут наблюдаться различия в психологической устойчивости к стрессу: в частности, в общем уровне стрессоустойчивости и в психологической устойчивости к некоторым стрессогенным стимулам.

Методы исследования: метод теоретического анализа научных и информационных источников, систематизация и обобщение, контент-анализ; для опроса родителей использо-

влась анкета для родителей «Нормативно-личностное отношение (НЛО)» (Е. О. Смирнова; М. В. Соколова), для подростков – опросник психологической устойчивости к стрессу (Е. В. Распопин). Для подтверждения достоверности результатов были использованы: частотный анализ, описательная статистика, U-критерий Манна – Уитни (пакет программ SPSS 26.0).

Эмпирическое исследование проводилось на базе МАОУ г. Ростов-на-Дону «Школа № 96 «Эврика-Развитие» имени Нагибина Михаила Васильевича». Выборка составила 216 человек: обучающиеся 8-х и 9-х классов (108 подростков 14–15 лет) и их родители (108 человек, преимущественно матери).

Результаты исследования и их обсуждение. На первом этапе эмпирического исследования в начале 2020 – 2021 учебном году было проведено изучение преобладающих стилей родительского воспитания подростков. Обобщенные результаты представлены на рисунке 1.

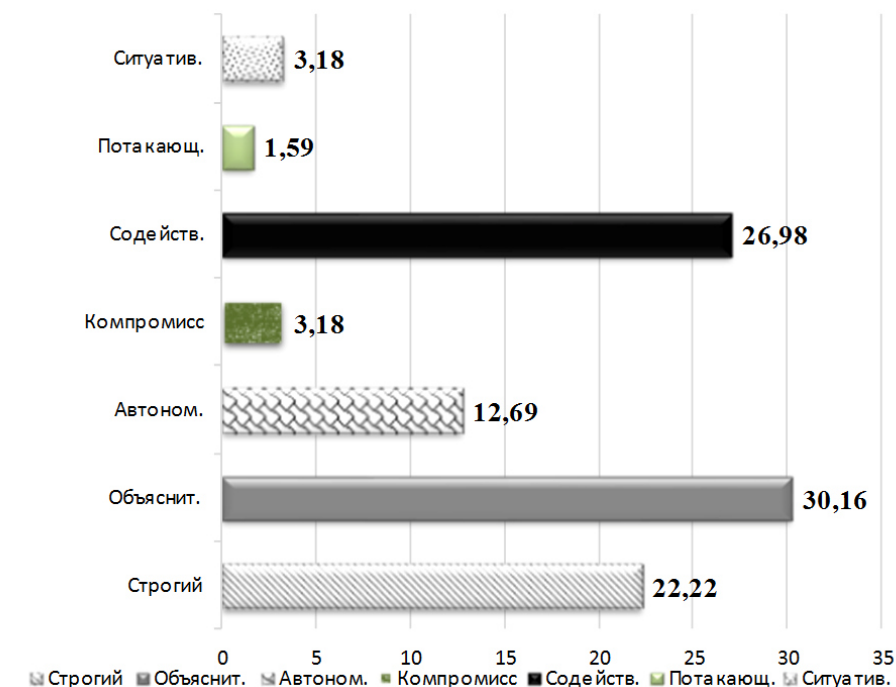


Рис. 1. Представленность стилей родительского воспитания подростков (в %)

Данные показывают, что среди родителей подростков наиболее часто встречается объяснительный стиль воспитания (30,16 %), что проявляется в отношении к подростку как к равному, в стремлении апеллировать к его здравому смыслу. Чуть более четвертой части опрошенных родителей (26,98 %) демонстрируют преобладание содействующего стиля воспитания, что выражается в стремлении помочь и поддержать своего ребенка в любой сложной жизненной ситуации. Родители данной группы прекрасно знают своих детей и готовы в любой момент прийти на помощь, поддержать, подсказать выход из сложившейся ситуации. У пятой части родителей выявлено доминирование строгого стиля воспитания (22,22 %). Им свойственно выдвигать детям требования, ставить ограничения и запреты, нередко прибегая к силовым методам, физическим наказаниям. Автономный стиль воспитания характерен для 12,69 % родителей, которые предполагают, что подросток в состоянии самостоятельно решить вопрос, выйти из ситуации. Родители предоставляют полную свободу своим детям в принятии решений, в выборе стратегии и тактики поведения. Ситуативный и компромиссный стили воспитания доминируют у 3,18 % опрошенных родителей. Первый стиль предполагает разные типы принимаемых родителями решений, в зависимости от конкретной ситуации, проблемы, конфликта. Второй стиль свидетельствует, что родители хорошо знают интересы и потребности своего ребенка, что позволяет им предлагать что-то подростку взамен на необходимое действие. Наименьшее количество родителей (1,59 %) демонстрируют потакающий стиль воспитания, что проявляется в полной ориентации на ребенка, его интересы и потребности.

На основании полученных данных были выделены три эмпирические группы исследования: 1. подростки из семей с преобладающим объяснительным стилем; 2. с преобладающим

содействующим стилем; 3. с преобладающим строгим стилем, с которыми была проведена диагностика психологической устойчивости подростков к стрессу.

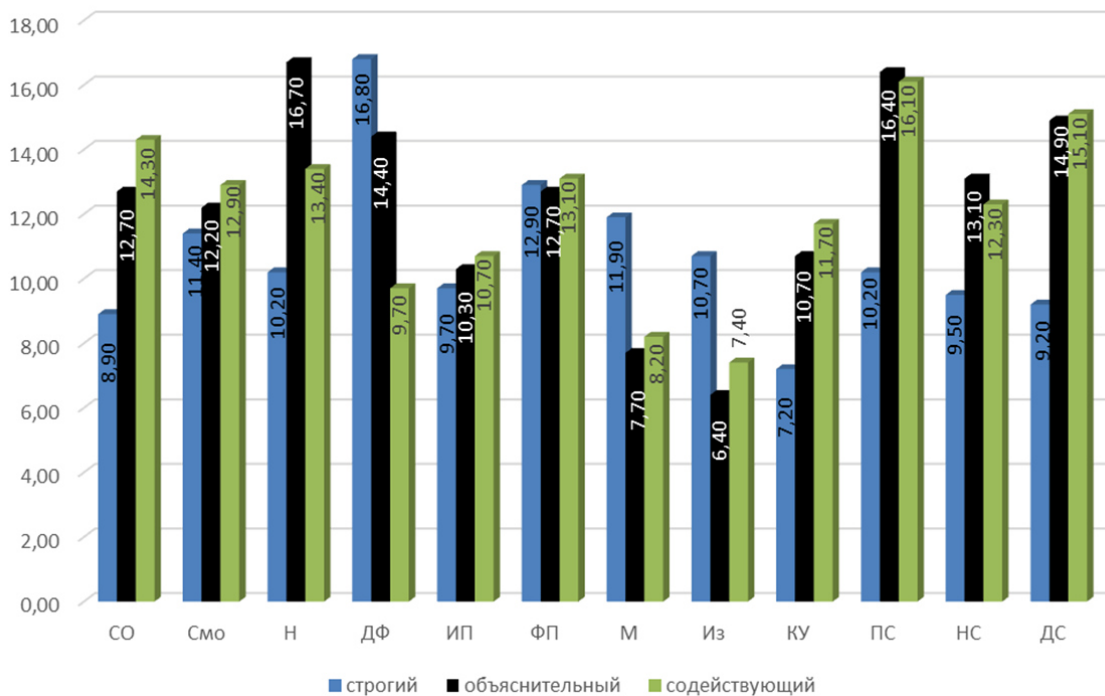


Рис. 2. Среднегрупповые результаты психологической устойчивости к некоторым стрессогенным стимулам подростков

Примечание: СО – негативная социальная оценка, Смо – негативная самооценка, Н – неопределенность, ДФ – дефицит времени, ИП – информационные перегрузки, ФП – физические перегрузки, М – монотонность, Из – изоляция, КУ – конкретная угроза, ПС – повседневный стресс, НС – неожиданный стресс, ДС – длительный стресс.

В группе подростков из семей со строгим стилем выявлен низкий уровень психологической устойчивости к таким стрессогенным факторам, как «негативная социальная оценка» ($x=8,9$ балла), «информационные перегрузки» ($x=9,7$ балла), «конкретная угроза» ($x=7,2$ балла), «неожиданный стресс» ($x=9,5$ балла) и «длительный стресс» ($x=9,2$ балла). На высоком уровне у подростков данной группы выражена стрессоустойчивость к таким факторам, как «дефицит времени» ($x=16,8$ балла), «физические перегрузки» ($x=12,9$ балла) и «монотонность» ($x=11,9$ балла). Стрессоустойчивость к остальным факторам: «негативная самооценка» ($x=11,4$ балла), «неопределенность» ($x=10,2$ балла), «изоляция» ($x=10,7$ балла) и «повседневный стресс» ($x=10,2$ балла) выражена на среднем уровне.

Полученные результаты свидетельствуют о высокой степени стрессовой нагрузки, ранимости в ситуациях межличностного конфликта и негативной оценке их личности или деятельности со стороны окружающих. Они эмоционально нестабильны в экстремальных ситуациях, не готовы к непредсказуемым событиям, нарушающим повседневные планы и тяжело переносят хронические негативные воздействия стрессора. Особое внимание необходимо обратить на низкую стрессрезистентность к информационным и умственным перегрузкам, что однозначно оказывает влияние на школьную успеваемость и качество освоения образовательной программы. При этом подростки из семей со строгим стилем воспитания демонстрируют высокую степень стрессоустойчивости в ситуации жестких временных ограничений, к однотипной, однообразной деятельности, а также устойчивы к воздействиям внешней среды и к физическим перегрузкам.

В группе подростков из семей с объяснительным стилем воспитания выявлен низкий уровень стрессоустойчивости к «информационным перегрузкам» ($x=10,3$ балла) и «изоляции» ($x=6,4$ балла). Высокий уровень психологической устойчивости выявлен к «неопределенности» ($x=16,7$ балла), к «дефициту времени» ($x=14,4$ балла), к «физическим перегрузкам» ($x=12,7$ балла), к «повседневному стрессу» ($x=16,4$ балла) и к «длительному стрессу» ($x=14,9$

балла). Средний уровень психологической устойчивости выявлен к воздействию таких стрессогенных факторов, как «негативная социальная оценка» ($x=12,7$ балла), «негативная самооценка» ($x=12,2$ балла), «монотонность» ($x=7,7$ балла), «конкретная угроза» ($x=10,7$ балла) и «неожиданный стресс» ($x=13,1$ балла).

Можно предположить, что для подростков из семей с объяснительным стилем воспитания характерны низкая психологическая устойчивость и переживание стресса в ситуациях дефицита или отсутствия межличностного взаимодействия, минимизации социальных контактов, а также в случае поступления избыточной информации и интенсивных интеллектуальных нагрузок. Но у них высокая резистентность к ситуациям неопределенности и недостатка лично-важно-важной информации или дефицита времени. Они легко переносят как повседневные трудности и ограничения, так и длительные или часто повторяющиеся воздействия стрессоров, не испытывают стрессовой нагрузки при воздействиях внешней среды и интенсивных физических нагрузках.

Для подростков из семей с содействующим стилем воспитания свойственен низкий уровень психологической устойчивости к «дефициту времени» ($x=9,7$ балла) и «изоляции» ($x=7,4$ балла) и высокий уровень стрессоустойчивости к «неопределенности» ($x=13,4$ балла), к «физическим перегрузкам» ($x=13,1$ балла), к «повседневному стрессу» ($x=16,1$ балла) и к «длительному стрессу» ($x=16,4$ балла). Резистентность к остальным потенциально стрессовым ситуациям в данной группе подростков представлена на среднем уровне: «негативная социальная оценка» ($x=14,3$ балла), «негативная самооценка» ($x=12,9$ балла), «информационные перегрузки» ($x=10,7$ балла), «монотонность» ($x=8,2$ балла), «конкретная угроза» ($x=11,7$ балла) и «неожиданный стресс» ($x=12,3$ балла).

Следовательно, у подростков данной группы повышенное напряжение вызывают недостаток времени или наличие временных ограничений, а также, как и для подростков предыдущей группы, субъективное чувство одиночества, дефицит общения, ограничения в социальных контактах. Но в то же время подростки очень устойчивы к отсутствию или недостатку информации о ситуации или перспективах, к трудностям и ограничениям, возникающим каждый день, к длительному воздействию стресс-фактора. Также достаточно легко они переносят высокие физические нагрузки, интенсивное воздействие факторов окружающей среды.

Можно предположить, что у подростков из семей с разным типом родительского воспитания есть некоторые особенности в резистентности к некоторым стрессогенным факторам. Для проверки высказанных предположений был проведен статистический анализ. С целью получения более точных данных сравнительный анализ степени выраженности психологической устойчивости к стрессогенным факторам был проведен в группах попарно, с использованием критерия Манна – Уитни (таблица 1).

Подростков из семей с объяснительным стилем воспитания, в сравнении с подростками из семей со строгим стилем воспитания, отличает более высокая психологическая устойчивость к ситуациям неизвестности, к будничным трудностям и ежедневным ограничениям, а также к стресс-факторам, воздействующим длительное время, либо к регулярно повторяющимся стресс-факторам. Как показано в таблице 1, в «зоне неопределенности» располагаются показатели по таким стрессогенным факторам, как «негативная социальная оценка» ($U=76,000$, $p=0,046$), «конкретная угроза» ($U=74,500$, $p=0,047$) и «неожиданный стресс» ($U=74,500$, $p=0,047$), что говорит о наличии различий, но не подтверждает их достоверность. Следовательно, степень выраженности психологической устойчивости подростков из семей со строгим стилем родительского воспитания и из семей с объяснительным стилем родительского воспитания к конфликтам и негативной оценке окружающих, к ситуациям, связанным с риском, и к непредсказуемым событиям, представлена на одном уровне. Статистически значимые различия выявлены по уровню психологической устойчивости к таким стрессогенным факторам, как «неопределенность» ($U=47,500$, $p=0,000$), «монотонность» ($U=58,000$, $p=0,006$), «изоляция» ($U=58,000$, $p=0,006$), «повседневный стресс» ($U=49,000$, $p=0,000$) и «длительный стресс» ($U=60,500$, $p=0,008$). Следовательно, подростки со строгим стилем, в сравнении с подростками с объяснительным стилем воспитания обладают более выраженной стрессоустойчивостью к монотонной деятельности, однотипным условиям работы, а также к одиночеству, дефициту социальных контактов или отсутствию межличностного взаимодействия.

Таблица 1

Статистически значимые показатели критерия Манна – Уитни

Психологическая устойчивость к стресс-факторам подростков из семей со строгим и из семей с объяснительным стилем воспитания		
Шкалы	U-критерий	P-значимость
Негативная социальная оценка	76,000	0,046
Неопределенность	47,500	0,000
Монотонность	58,000	0,006
Изоляция	58,000	0,006
Конкретная угроза	74,500	0,047
Повседневный стресс	49,000	0,000
Неожиданный стресс	74,500	0,047
Длительный стресс	60,500	0,008
Психологическая устойчивость к стресс-факторам подростков из семей со строгим и из семей с содействующим стилем воспитания		
Негативная социальная оценка	52,000	0,006
Неопределенность	66,500	0,050
Дефицит времени	45,000	0,000
Монотонность	64,000	0,047
Изоляция	66,000	0,050
Конкретная угроза	53,500	0,009
Повседневный стресс	49,500	0,008
Длительный стресс	49,500	0,008
Психологическая устойчивость к стресс-факторам подростков из семей с объяснительным и из семей с содействующим стилем		
Неопределенность	98,000	0,049
Дефицит времени	79,500	0,009

Степень выраженности психологической устойчивости подростков из семей со строгим и из семей с содействующим стилем воспитания к неизвестности и неопределенности, к однообразной деятельности и отсутствию межличностных контактов представлена на одном уровне. Данные в таблице 1 свидетельствуют, что эмпирическое значение критерия по таким стрессогенным факторам, как «неопределенность» ($U=66,500$, $p=0,050$), «монотонность» ($U=64,000$, $p=0,047$) и «изоляция» ($U=66,000$, $p=0,050$), располагаются в «зоне неопределенности», что говорит о наличии различий, но не подтверждает их статистической значимости. В уровне психологической устойчивости к таким стрессогенным факторам, как «негативная социальная оценка» ($U=52,000$, $p=0,006$), «дефицит времени» ($U=45,000$, $p=0,000$), «конкретная угроза» ($U=53,500$, $p=0,009$), «повседневный стресс» ($U=49,500$, $p=0,008$) и «длительный стресс» ($U=49,500$, $p=0,008$), выявлены статистически значимые различия. Отсюда следует, что подростков из семей со строгим стилем воспитания, в сравнении с подростками из семей с содействующим стилем, отличает более высокая устойчивость к ситуациям дефицита или лимита времени. Для подростков из семей с содействующим стилем, в сравнении с подростками из семей со строгим стилем воспитания, в большей степени характерна высокая стрессоустойчивость к межличностным конфликтам и эмоционально насыщенным ситуациям, а также к ситуациям с высокой степенью риска, к ежедневным трудностям и препятствиям, а также к длительным и повторяемым стрессорам.

Подростков из семей с объяснительным стилем родительского воспитания, в сравнении с подростками из семей с содействующим стилем, отличает более выраженная стрессоустойчивость к ситуациям с ограничением времени. Данные таблицы 1 указывают, что эмпирическое значение критерия Манна – Уитни по шкале «неопределенность» располагается в так называемой «зоне неопределенности» ($U=98,000$, $p=0,049$), что не дает нам право утверждать, что выявленные различия статистически значимы. Достоверно значимые различия выявлены только по степени психологической устойчивости к дефициту времени ($U=79,500$, $p=0,009$).

На рисунке 3 представлены среднегрупповые результаты общего уровня психологической устойчивости к стрессу подростков из семей с разным стилем воспитания: у подростков из семей со строгим стилем – 128,9 балла, у подростков с объяснительным стилем воспитания – 148,6 балла и у подростков с содействующим стилем – 145,1 балла.

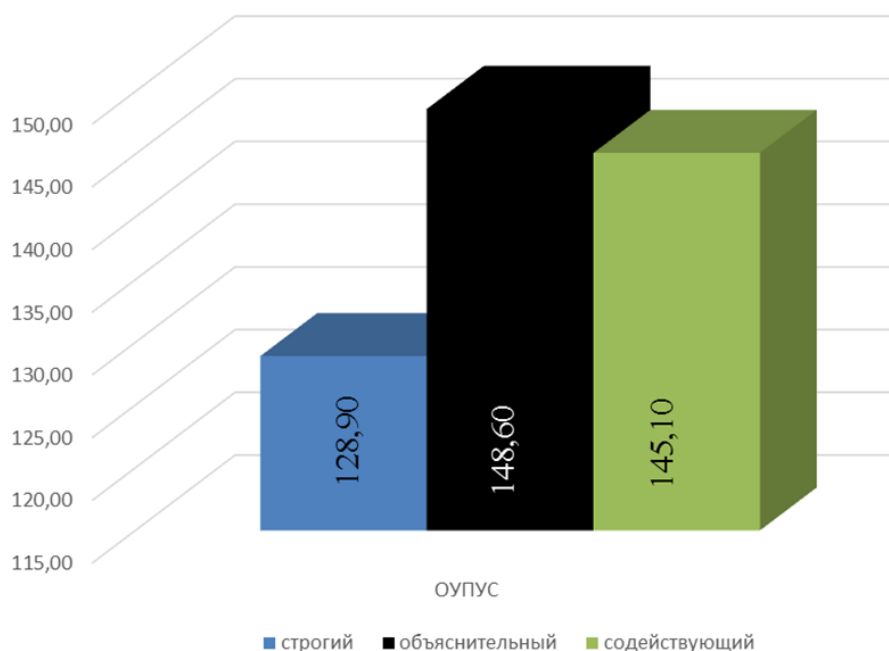


Рис. 3. Среднегрупповые показатели общего уровня психологической устойчивости подростков из семей с разным стилем родительского воспитания

Необходимо отметить, что показатели во всех группах соответствуют среднему уровню психологической устойчивости к стрессу, однако полученные результаты (таблица 2) демонстрируют отсутствие статистически значимых различий в общем уровне психологической устойчивости к стрессу между подростками из семей с содействующим и объяснительным стилем воспитания ($U=137,500$, $p=0,435$), что свидетельствует о хорошей резистентности к воздействию стрессогенных стимулов, об умении снять напряжение и не давать бурных эмоциональных реакций на стрессовую ситуацию. Однако некоторые стресс-факторы и стрессовые ситуации вызывают сильное эмоциональное и нервное возбуждение, что может привести к дезорганизации поведения в целом. А в группах подростков из семей с объяснительным и с содействующим стилями воспитания выявлены статистически значимые различия ($U=58,000$, $p=0,006$ и $U=38,000$, $p=0,000$ соответственно).

Таблица 2

**Статистически значимые показатели критерия Манна - Уитни
 (общая психологическая устойчивость к стрессу)**

Шкалы	Строгий/ Содействующий	Строгий/ Объяснительный	Содействующий/ Объяснительный
U-критерий	38,000	58,000	137,500
p-значимость	0,000	0,006	0,435

Следовательно, подростков из семей со строгим стилем родительского воспитания отличает более низкий уровень психологической устойчивости к стрессу, в сравнении с подростками из других групп. Они достаточно хорошо справляются с воздействием стрессогенных факторов, однако большее количество ситуаций и стресс-факторов вызывают у них высокое нервное напряжение, либо используемые ими защитные механизмы имеют низкую эффективность.

Обсуждение результатов. Попытки научного и практического разрешения проблемы стрессоустойчивости подростков предпринимаются сегодня как учеными, так и практиками: динамика развития стрессоустойчивости [1], формирование стрессоустойчивости у школьников в процессе учебной деятельности [8], исследование стрессогенных факторов в период обучения в вузе [2], формирование стрессоустойчивости у старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ [7], влияние пандемии на тревожность студентов [10], саморегуляция и стрессоустойчивость в профилактике аддиктивного поведения [3], взаимосвязь стрессоустойчивости, конфликтности и стиля поведения подростков [11], психологическое сопровождение подростков, находящихся в

состоянии стресса [5], исследование эффективности психотерапевтических практик осознанности в регуляции стрессоустойчивости в подростковом возрасте [19].

В современных исследованиях отмечается влияние семьи на формирование стрессоустойчивости в подростковом возрасте [6; 9], рассматриваются родительские стрессоры как предикторы развития личностных особенностей ребенка [21], однако более детальное изучение уровня стрессоустойчивости и психологической устойчивости к некоторым стрессогенным стимулам подростков из семей с разным стилем родительского воспитания ранее не проводилось. Выводы на основе эмпирического исследования.

1. Выявлено распределение по разным стилям родительского воспитания подростков:

– наиболее часто встречается объяснительный стиль воспитания (30,16 %), чуть более четвертой части опрошенных родителей (26,98 %) демонстрируют преобладание содействующего стиля, у пятой части родителей выявлено доминирование строгого стиля (22,22 %); 12,69 % родителей – автономный стиль воспитания, наименьшее количество родителей демонстрируют ситуативный (3,18 %), компромиссный (3,18 %) и потакающий (1,59 %) стили воспитания.

2. Выявлены особенности резистентности к различным стрессогенным факторам у подростков из семей с разным стилем родительского воспитания:

– для подростков из семей со строгим стилем родительского воспитания характерны высокий уровень психологической устойчивости к изоляции и одиночеству, монотонной или однотипной деятельности, к ситуациям с временным дефицитом или лимитом. И низкий уровень стрессоустойчивости к межличностным конфликтам и негативным оценкам со стороны третьих лиц, к длительным воздействиям стрессора и к будничным трудностям и препятствиям;

– подростков из семей с объяснительным стилем родительского воспитания отличает высокая резистентность к ситуациям с ограничением во времени исполнения, к ситуациям неизвестности и непредсказуемости развития событий, к повседневным трудностям, а также к рискованным ситуациям и длительному воздействию стрессогенных стимулов. И низкая психологическая устойчивость к одиночеству и ограничению социальных контактов и к однотипным условиям деятельности;

– подростки из семей с содействующим стилем родительского воспитания демонстрируют высокий уровень сопротивляемости к экстремальным условиям деятельности, к ситуациям хронического воздействия стрессора, а также к трудностям, возникающим в повседневной жизни. И низкий уровень к ситуациям с однотипными условиями деятельности, с дефицитом времени и в ситуации межличностной изоляции.

3. Выявлены различия в общем уровне психологической устойчивости к стрессу у подростков из семей с разным стилем родительского воспитания:

– подростков из семей с объяснительным и содействующим стилями родительского воспитания отличает средний уровень психологической устойчивости к стрессу;

– подростков из семей со строгим стилем родительского воспитания отличает средний с тенденцией к низкому уровню психологической устойчивости к стрессу.

Заключение. Полученные эмпирическим путем результаты полностью подтверждают выдвинутую гипотезу: у подростков из семей с разным стилем родительского воспитания наблюдаются различия в психологической устойчивости к стрессу. Вышеизложенные данные могут служить основанием для разработки программ психолого-педагогического сопровождения формирования стрессоустойчивости подростков, использоваться в практической деятельности педагога-психолога для разработки рекомендаций и консультирования родителей и учителей по вопросам развития и взаимоотношений с подростками, снижения стрессогенных факторов.

Намечена перспектива дальнейшего исследования особенностей стрессоустойчивости подростков во взаимосвязи с типом родительского отношения (личностного и предметного начала), влияния эмоциональной социализации родителей на стрессоустойчивость подростков, а также влияния внутрисемейных отношений, родительской позиции и ценностных ориентаций родителей на формирование стрессоустойчивости подростков.

Список литературы

1. Анохина С. А. Особенности и тенденции развития стрессоустойчивости в подростковом возрасте // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия: 12. 2008. Вып. 1.
2. Бушма Т. В., Зуйкова Е. Г., Волкова Л. М. Стрессоустойчивость студентов разных профилей обучения // Уч. зап. ун-та Лесгафта. 2019. № 6 (172). С. 22–26.

3. Васильева Е. В. Умения саморегуляции и стрессоустойчивости в профилактике аддиктивного поведения подростков // Психолого-педагогический журнал ГАУДЕАМУС. 2017. Т. 16. № 3.
4. Газиева М. З. Современные подходы в проблеме исследования стресса и стрессоустойчивости // Мир науки, культуры, образования. 2018. № (70).
5. Долганина В. В., Бондаренко А. С. Психологическое сопровождение подростков, находящихся в состоянии стресса // Perspectives of world science and education : сб. ст. по итогам IX Междунар. науч.-практ. конф. 20–22 мая 2020, Осака, Япония. С. 449–457.
6. Ершова И. А., Морозова Н. Э., Садкина Т. М. Исследование связи самооценки и стрессоустойчивости подростков с их представлениями о родительском отношении // Педагогическое образование в России. 2018. № 9. DOI: 10.26170/ro18-09-12.
7. Залыгаева С. А., Шалагинова К. С., Декина Е. В. Психологическая подготовка к ЕГЭ: формирование стрессоустойчивости у старшеклассников // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. Т. 7. № 2. С. 49.
8. Каган Е. С., Тупикина Г. Г., Цигичко Е. А. Развитие интеллектуальных способностей младших подростков с различными уровнями стрессоустойчивости // Вестник Кемеровского государственного университета. Серия: Гуманитарные и общественные науки. 2021. Т. 5. № 2. С. 125–132. DOI: 10.21603/2542-1840-2021-5-2-125-132.
9. Ковалевская А. А. Стрессоустойчивость подростков // Проблемы современного педагогического образования. 2018.
10. Кольцова И. В., Долганина В. В. Психолого-педагогическое сопровождение развития стрессоустойчивости подростков // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. 2021. № 3 (56). С. 65–76. DOI: 10.26456/vtspyped/2021.3.065.
11. Круглова К. С., Данилова М. В. Выявление взаимосвязи стрессоустойчивости, конфликтности и стиля поведения подростков в ситуации конфликта // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. № 6.
12. Крюкова Т. Л., Екимчик О. А., Опекина Т. П., Шипова Н. С. Стресс и совладание в семье в период самоизоляции во время пандемии COVID-19 // Социальная психология и общество. 2020. Т. 11. № 4. С. 120–134. DOI: 10.17759/sps.2020110409.
13. Самвелян Ф. Г. Анализ подходов к определению сущности понятия «стрессоустойчивость в психологии» // Вестник АмГУ. 2019. Вып. 84.
14. Селье Г. Стресс без дистресса. М. : Книга по требованию, 2012.
15. Смирнова Е. О., Соколова М. В., Хохлачева И. В. Изменения отношения родителей к детям в начале XXI века // Перинатальная психология и психология репродуктивной сферы. М., 2010.
16. Фельдштейн Д. И. Глубинные изменения современного Детства и обусловленная ими актуализация психолого-педагогических проблем развития образования // Вестник практической психологии образования. 2011. № 4 (29).
17. Формирование стрессоустойчивости у подростков : уч.-метод. пособие / ред. коллегия: И. А. Боброва, Е. Н. Францева. Ставрополь : СКIRO ПК и ПРО, 2020. 121 с.
18. Baumrind D. Parenting styles and adolescent development / R. M. Lerner, A. C. Petersen, J. Brooks-Gunn (eds) // Encyclopedia of adolescence. N. Y., 1991. V. 2. Pp. 746–758.
19. Davydova Oksana V. The effectiveness of mindfulness psychotherapeutic practices in the regulation of stress resistance in adolescence // Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: «Психологія». Проблеми консультативної психології та психотерапії. 2021. № 13. DOI: 10.25264/2415-7384-2021-13-96-103.
20. Garnezy Stress-resistant children: The search for protective factors. Recent research in developmental psychopathology / J. E. Stevenson // Journal of Child Psychology and Psychiatry. Oxford : Pergamon Press, 1985. Pp. 213–233.
21. Lauren Allport, MinKyoung Song, Cindy W. Leung, Kellye C. McGlumphy, Rebecca E. Hasson Influence of Parent Stressors on Adolescent Obesity in African American Youth // Hindawi Journal of Obesity Volume. 2019. 10 p. Article ID 1316765. DOI: 10.1155/2019/1316765.
22. Leslie R. Rith-Najarian, Katie A. McLaughlin, Margaret A. Sheridan, Matthew K. Nock The biopsychosocial model of stress in adolescence: self-awareness of performance versus stress reactivity // Stress. The International Journal on the Biology of Stress. 2014. V. 17. DOI: 10.3109/10253890.2014.891102.
23. Slee Phillip T. Child, adolescent and family development. Cambridge, 2002.

Stress tolerance of adolescents from families with different parenting styles in a pandemic

E. S. Lukyanenko

PhD in Pedagogical Sciences, associate professor of the Academy of Psychology and Pedagogy,
Southern Federal University, Russia, Rostov-on-Don.

ORCID: 0000-0003-2776-437X. E-mail: eslukyanenko@sfnu.ru

Abstract. Global trends in developmental psychology dictate urgent requests for the study of the studied phenomena in the globally changed conditions of society. External stressful factors associated with the emergence and spread of COVID-19 coronavirus infection have triggered a situation of total tension and stress for people of all age groups. A sharp change in the format of education, unwillingness to study at home through online learning, total control, irritability, and sometimes aggressive behavior on the part of parents aggravated anxiety and created an additional stressful situation for all students, in particular, and teenage children.

The article presents a brief theoretical overview of the problem of the formation of adolescent stress tolerance and parenting style of modern adolescents, as well as the results of an empirical study of the characteristics of stress tolerance of adolescents from families with different parenting styles during the COVID-19 pandemic. The questionnaire for parents "Normative-personal attitude (UFO)" by E. O. Smirnova, M. V. Sokolova was used for the survey of parents, and the questionnaire of psychological resistance to stress by E. V. Raspopin was used for teenagers. To confirm the reliability of the results, the following methods were used: frequency analysis, descriptive statistics, Mann-Whitney U-test (SPSS 26.0 software package). The results revealed the characteristic styles of parenting of adolescents (strict, explanatory and supportive) and differences in the stress resistance of adolescents: adolescents from families with a strict style of parenting are characterized by a high level of psychological resistance to isolation and to situations with a time limit, a low level – to interpersonal conflicts and negative assessments, to prolonged stressor effects and to everyday difficulties; adolescents from families with an explanatory parenting style are distinguished by high resistance to time constraints, to uncertainty and unpredictability, to everyday difficulties, risky situations and prolonged exposure to stressful stimuli, but low – to loneliness and restriction of social contacts and to the same type of conditions of activity; teenagers from families with a supportive style demonstrate a high level of resistance to extreme conditions of activity, to the chronic effects of stressors, everyday difficulties and a low level to the same type of activity, to lack of time and to isolation.

Keywords: stress, stress tolerance, adolescence, adolescents, parenting style.

References

1. Anohina S. A. *Osobennosti i tendencii razvitiya stressoustojchivosti v podrostkovom vozraste* [Features and trends in the development of stress resistance in adolescence] // *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Seriya: 12* – Herald of St. Petersburg University. Series: 12. 2008. Is. 1.
2. Bushma T. V., Zujkova E. G., Volkova L. M. *Stressoustojchivost' studentov raznyh profilej obucheniya* [Stress resistance of students of different learning profiles] // *Uch. zap. un-ta Lesgafu* – Scientific notes of Lesgafu university. 2019. No. 6 (172). Pp. 22–26.
3. Vasil'eva E. V. *Umeniya samoreguljatsii i stressoustojchivosti v profilaktike addiktivnogo povedeniya podrostkov* [Skills of self-regulation and stress resistance in the prevention of addictive behavior of adolescents] // *Psihologo-pedagogicheskij zhurnal GAUDEAMUS* – Psychological and pedagogical journal GAUDEAMUS. 2017. Vol. 16. No. 3.
4. Gaziya M. Z. *Sovremennye podhody v probleme issledovaniya stressa i stressoustojchivosti*. [Modern approaches to the problem of stress and stress resistance research] // *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya* – The world of science, culture, education. 2018. No. (70).
5. Dolganina V. V., Bondarenko A. S. *Psihologicheskoe soprovozhdenie podrostkov, nahodyashchihsya v sostoyanii stressa* [Psychological support of adolescents under stress] // *Perspectives of world science and education: sb. st. po itogam IX Mezhdunar. nauch.-prakt. konf. 20–22 maya 2020, Osaka, Yaponiya* – Perspectives of world science and education: collection of articles on the results of the IX International Scientific and Practical Conference. May 20–22, 2020, Osaka, Japan. Pp. 449–457.
6. Ershova I. A., Morozova N. E., Sadkina T. M. *Issledovanie svyazi samoocenki i stressoustojchivosti podrostkov s ih predstavleniyami o roditel'skom otnoshenii* [Investigation of the relationship of self-esteem and stress tolerance of adolescents with their ideas about parental attitude] // *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii* – Pedagogical education in Russia. 2018. No. 9. DOI: 10.26170/po18-09-12.
7. Zalygaeva S. A., Shalaginova K. S., Dekina E. V. *Psihologicheskaya podgotovka k EGE: formirovanie stressoustojchivosti u starsheklassnikov* [Psychological preparation for the Unified State Exam: the formation of stress resistance in high school students] // *Mir nauki* – World of science. Pedagogy and psychology. 2019. Vol. 7. No. 2. P. 49.

8. Kagan E. S., Tupikina G. G., Cigichko E. A. *Razvitie intellektual'nyh sposobnostej mladshih podrostkov s razlichnymi urovniami stressoustojchivosti* [Development of intellectual abilities of younger adolescents with different levels of stress resistance] // *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye i obshchestvennye nauki* – Herald of Kemerovo State University. Series: Humanities and Social Sciences. 2021. Vol. 5. No. 2. Pp. 125–132. DOI:10.21603/2542-1840-2021-5-2-125-132.
9. Kovalevskaya A. A. *Stressoustojchivost' podrostkov* [Stress resistance of adolescents] // *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya* – Problems of modern pedagogical education. 2018.
10. Kol'cova I. V., Dolganina V. V. *Psihologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie razvitiya stressoustojchivosti podrostkov* [Psychological and pedagogical support for the development of stress tolerance of adolescents] // *Vestnik Tverskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika i psihologiya* – Herald of Tver State University. Series: Pedagogy and Psychology. 2021. No. 3 (56). Pp. 65–76. DOI: 10.26456/vtspyped/2021.3.065.
11. Kruglova K. S., Danilova M. V. *Vyyavlenie vzaimosvyazi stressoustojchivosti, konfliktnosti i stilya povedeniya podrostkov v situacii konflikta* [Identification of the relationship of stress resistance, conflict and behavior style of adolescents in a conflict situation] // *Mir nauki. Pedagogika i psihologiya* – The world of science. Pedagogy and psychology. 2020. No. 6.
12. Kryukova T. L., Ekimchik O. A., Opekina T. P., Shipova N. S. *Stress i sovladanie v sem'e v period samoizol'yacii vo vremya pandemii COVID-19* [Stress and coping in the family during self-isolation during the COVID-19 pandemic] // *Social'naya psihologiya i obshchestvo* – Social psychology and society. 2020. Vol. 11. No. 4. Pp. 120–134. DOI: 10.17759/sps.2020110409.
13. Samvelyan F. G. *Analiz podhodov k opredeleniyu sushchnosti ponyatiya "stressoustojchivost' v psihologii"* [Analysis of approaches to determining the essence of the concept of "stress resistance in psychology"] // Herald of the AmSU. 2019. Is. 84.
14. Selye G. *Stress bez distressa* [Stress without distress]. M. Kniga po trebovaniu (Book on demand). 2012.
15. Smirnova E. O., Sokolova M. V., Hohlacheva I. V. *Izmeneniya otnosheniya roditelej k detyam v nachale XXI veka* [Changes in the attitude of parents to children at the beginning of the XXI century] // *Perinatal'naya psihologiya i psihologiya reproduktivnoj sfery* – Perinatal psychology and psychology of the reproductive sphere. M. 2010.
16. Feldstein D. I. *Glubinnye izmeneniya sovremennogo Detstva i obuslovlennaya imi aktualizaciya psihologo-pedagogicheskikh problem razvitiya obrazovaniya* [Deep changes in modern childhood and the actualization of psychological and pedagogical problems of educational development caused by them] // *Vestnik prakticheskoy psihologii obrazovaniya* – Herald of Practical Psychology of Education. 2011. No. 4 (29).
17. *Formirovanie stressoustojchivosti u podrostkov : uch.-metod. posobie* – Formation of stress resistance in adolescents : teaching method. manual / editorial board: I. A. Bobrova, E. N. Frantseva. Stavropol. SKIRO PC and PRO. 2020. 121 p.
18. Baumrind D. Parenting styles and adolescent development / R. M. Lerner, A. C. Petersen, J. Brooks-Gunn (eds) // *Encyclopedia of adolescence*. N. Y., 1991. V. 2. Pp. 746–758.
19. Davydova Oksana V. The effectiveness of mindfulness psychotherapeutic practices in the regulation of stress resistance in adolescence // *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: «Психологія». Проблеми консультативної психології та психотерапії*. 2021. No. 13. DOI: 10.25264/2415-7384-2021-13-96-103.
20. Garmezy Stress-resistant children: The search for protective factors. Recent research in developmental psychopathology / J. E. Stevenson // *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. Oxford : Pergamon Press, 1985. Pp. 213–233.
21. Lauren Allport, MinKyoung Song, Cindy W. Leung, Kellye C. McGlumphy, Rebecca E. Hasson Influence of Parent Stressors on Adolescent Obesity in African American Youth // *Hindawi Journal of Obesity* Volume. 2019. 10 p. Article ID 1316765. DOI: 10.1155/2019/1316765.
22. Leslie R. Rith-Najarian, Katie A. McLaughlin, Margaret A. Sheridan, Matthew K. Nock The biopsychosocial model of stress in adolescence: self-awareness of performance versus stress reactivity // *Stress. The International Journal on the Biology of Stress*. 2014. V. 17. DOI: 10.3109/10253890.2014.891102.
23. Slee Phillip T. *Child, adolescent and family development*. Cambridge, 2002.