

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2023.33.33.022

## Исследование взаимосвязи социальной тревожности и локуса контроля в ситуациях неопределенности у студентов

**Шукшина Людмила Викторовна**

Доктор философских наук,  
профессор кафедры социально-гуманитарных дисциплин,  
Российский биотехнологический университет,  
125080, Российская Федерация, Москва, шоссе Волоколамское, 11;  
e-mail: liudmila.shukshina@yandex.ru

**Шукшина Татьяна Александровна**

Кандидат юридических наук,  
ассистент кафедры гражданско-правовых дисциплин,  
Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова,  
117997, Российская Федерация, Москва, пер. Стремянный, 36;  
e-mail: tatyana.shukshina@yandex.ru

### Аннотация

Социальная тревожность оказывает влияние на то, как студент выполняет учебную деятельность, как он ведет себя в тех или иных ситуациях и как чувствует себя. Излишняя социальная тревожность может иметь сильные негативные последствия, которые будут сказываться на состоянии человека. В современном мире социальная тревожность у многих возрастает из-за различных тревожных ситуаций, которые создают чувство неопределенности. Также она может возрастать из-за повышенной личной ответственности за неудачу. Из-за этой ответственности люди не хотят лишней раз сталкиваться с оценкой со стороны других людей, избегают ее. В связи с этим встает вопрос о том, имеется ли взаимосвязь между социальной тревожностью и показателем локуса контроля у студентов в ситуациях неопределенности, или же эти два психологических фактора не имеют существенной зависимости друг от друга.

### Для цитирования в научных исследованиях

Шукшина Л.В., Шукшина Т.А. Исследование взаимосвязи социальной тревожности и локуса контроля в ситуациях неопределенности у студентов // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2023. Т. 12. № 10А. С. 214-222. DOI: 10.34670/AR.2023.33.33.022

### Ключевые слова

Социальная тревожность, уровень тревожности, локус контроля, экстернальная локализация контроля, интернальный локус контроля, ситуация неопределенности.

## Введение

Социальная тревожность является очень важным фактором, который влияет на состояние человека. Под понятием социальной тревожности обычно понимают тревожность, причинами которой являются именно социальные факторы, т.е. такие ситуации, в которых человеку приходится взаимодействовать с другими людьми. Социальная тревожность включает в себя целую совокупность явлений различной степени проявления. У социальной тревожности можно выделить различные признаки. К ним относят навязчивые и часто необоснованные страхи: страх быть осужденным или униженным, переживание, что окружающие заметят твои страхи. Также выделяют следующие причины: генетические факторы, внешние факторы, окружающая среда и воспитание [Мамедова, 2006, 68]. Одним из первых психологов, который рассматривал феномен тревоги, был З. Фрейд. Он описывал тревогу как нечто, имеющее неприятный признак в сочетании с определенными физическими ощущениями. Также Фрейд отмечал, что тревога является необходимым компонентом в психике человека. Австрийский психолог и психиатр А. Адлер в своей индивидуальной теории личности рассматривал тревогу в качестве симптома невроза, а последний понимал достаточно широко – как диагностически неоднозначный термин, охватывающий многочисленные поведенческие нарушения. Доктор психологических наук В. М. Астапов объясняет тревожность следующим образом: тревожность – это такая склонность человека испытывать состояние напряжения, которая сопровождается различными эмоциональными переживаниями, беспокойством. Также тревожность он рассматривал с точки зрения физиологии, и под ней он понимает активацию нервной системы, а точнее ее вегетативного отдела.

В современной психологии понятие «тревожность» трактуется как переживание, связанное с ожиданием опасности, неудачи и других негативных последствий [Автономов, 2013, 82]. Также тревожность может характеризоваться именно как индивидуальная психологическая особенность человека, отражающая его склонность к ожиданию неприятностей.

Локус контроля является важным свойством личности, которое определяет отношение человека к результатам своей деятельности. Под локусом контроля понимают такое свойство личности человека, которое обозначает то, насколько он склонен приписывать результаты своей деятельности внешним или внутренним факторам. Выделяют внешний и внутренний локус контроля в зависимости от того, к внешним или к внутренним факторам соответственно человек приписывает свои успехи и неудачи [Гончарова, 2012, 191].

Первый вид – внешний локус контроля, или, по-другому, экстернальный, говорит о том, что человек склонен считать, что различные внешние факторы (например, другие люди, случайные события и др.) преимущественно влияют на результаты его деятельности. Противоположность внешнему локусу контроля – внутренний, или, другими словами, интернальный, характеризует свойство человека считать, что в основном различные внутренние факторы (собственные усилия, качества характера, умения, навыки и т.д.) влияют на деятельность человека [Крутых, 2014, 520].

Ключевая разница между тем, ведущим видом у человека является экстернальный или интернальный локус контроля, заключается в различном отношении человека к своей деятельности, в наличии или отсутствии таких личностных характеристик, как ответственность, уверенность в себе, уравновешенность, агрессивность, конформность. В целом тот или иной вид локус контроля описывает противоположные жизненные позиции людей [Ксенофонтова, 1999, 104]. На то, почему у человека преобладает именно определенный вид, могут влиять многие

личностный факторы, например, такие, как уровень самооценки, тревожности и др.

Целью исследования является изучение взаимосвязи социальной тревожности и локуса контроля у студентов.

Объект исследования – социальная тревожность и локус контроля студентов.

Предмет исследования – особенности социальной тревожности и локуса контроля у студентов.

Гипотеза: у студентов с высокой социальной тревожностью преобладает внутренний локус контроля.

Методы исследования:

- «Опросник социальной тревоги и социофобии, ОСТиСФ» О.А. Сагалаковой, Д.В. Труевцева.
- Опросник «Исследование локуса контроля» Д. Роттера.
- Опросник «Уровень субъективного контроля» (УСК) Е.Ф. Бажина, Е.А. Голыкиной, А.М. Эткинда.
- Методы математического анализа.

Эмпирическое исследование по выявлению уровня социальной тревожности, а также по определению типа контроля у студентов было проведено при помощи Google Форм. Были опрошены студенты московских вузов, обучающихся с 1 по 5 курсы, и магистранты.

В исследованиях приняли участие 50 испытуемых: 37 девушек и 13 юношей в возрасте от 18 до 25 лет.

### Основная часть

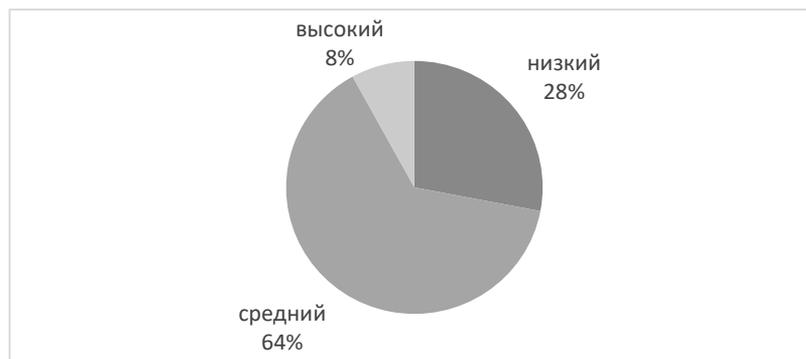
После выгрузки данных в Excel с помощью бланков методик были подсчитаны результаты каждого студента. По первой методике для определения уровня социальной тревожности были подсчитаны суммы баллов, набранных по основной шкале и по каждой из четырех субшкал. Студенты по шкале «Социальная тревожность и социофобия» получили баллы в диапазоне от 13 до 66. Для большей наглядности данные, полученные в ходе проведения этой методики, представлены в виде диаграммы (рис. 1).



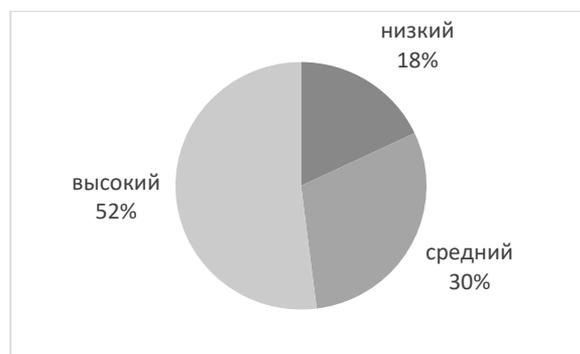
**Рисунок 1 - Результаты по шкале «Социальная тревожность и социофобия» (Опросник «ОСТиСФ»)**

Из диаграммы видно, что наибольшее количество респондентов имеют умеренный уровень социальной тревожности. Почти столько же человек (28%) имеют повышенный уровень социальной тревожности. Одинаковое количество студентов показали результат, относящийся к высокому и умеренно повышенному уровням. Невыраженный уровень социальной тревожности имеет самое маленькое количество студентов – всего 2 %.

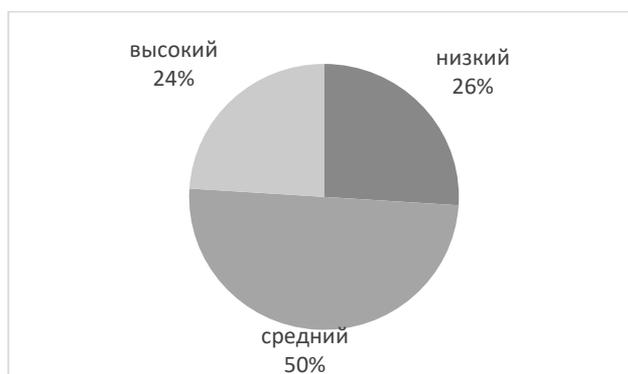
Также после проведения методики и подсчета баллов были получены результаты отдельно по каждой из четырех субшкал методики «ОСТИФС». По шкале 1 баллы находятся в диапазоне от 2 до 17, по шкале 2 – от 2 до 15, по шкале 3 – от 1 до 14 и по шкале 4 – от 0 до 16. Ниже представлены круговые диаграммы с результатами по субшкалам методики (рис. 2-5).



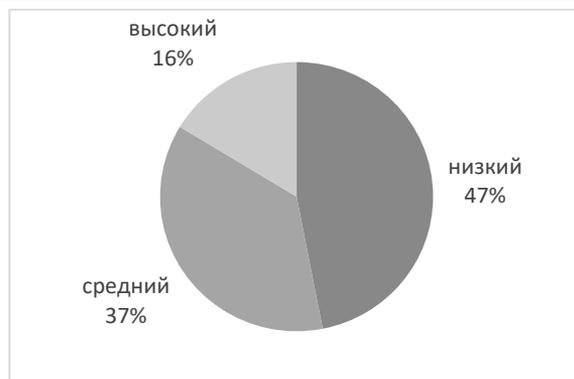
**Рисунок 2 - Результаты по шкале 1**



**Рисунок 3 - Результаты по шкале 2**



**Рисунок 4 - Результаты по шкале 3**



**Рисунок 5 - Результаты по шкале 4**

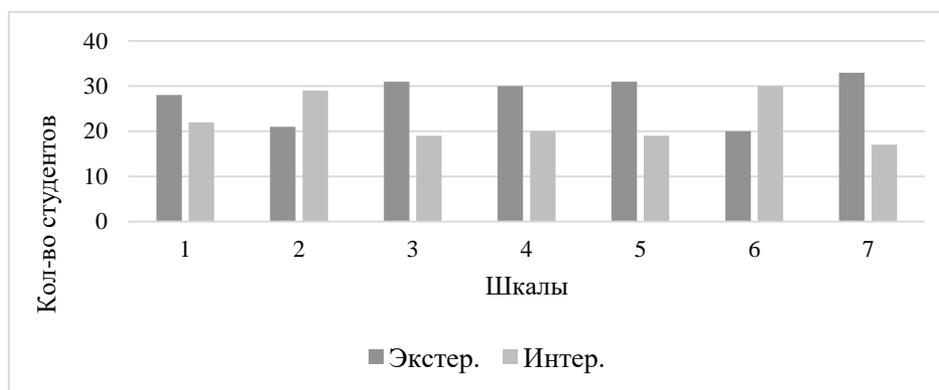
Если рассматривать полученные результаты по шкале социальной тревоги в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением» (рис. 2), то можно выделить, что большинство студентов (64%) имеет средний уровень. Остальная часть студентов имеет низкий уровень (28%) и только самая малая часть 8% – высокий уровень. По второй шкале «Постситуативные руминации и желание преодолеть тревогу в экспертных ситуациях» (рис. 3) можно наблюдать, что более чем у половины студентов (52%) наблюдается высокий уровень тревожности, меньшее количество респондентов (30%) имеет средний уровень и все остальные (18%) относятся к низкому. Из диаграммы про третью шкалу «Сдержанность в выражении эмоций из-за страха отвержения» (рис. 4) видно, что ровно половина респондентов (50%) имеет средний уровень социальной тревожности, а оставшаяся половина разделилась практически поровну: 26% студентов имеют низкий уровень тревожности и 24% – высокий. По последней шкале – «Тревога при проявлении инициативы в формальных ситуациях из-за страха критики» – видно, что практически у половины студентов (47%) наблюдается низкий уровень тревоги. Высокий уровень показали лишь 16% респондентов, остальная часть (37%) – студенты, набравшие баллы, которые соответствуют среднему уровню тревожности.

Следующая методика, которая была использована в данной работе, – это методика на исследование локуса контроля Роттера. По ее результатам данные были представлены в двух шкалах – по шкале интернальности и по шкале экстернальности. Максимальные и минимальные баллы по этим шкалам примерно одинаковые – по интернальности максимальный балл 73, минимальный – 30, по экстернальности – 70 и 27 соответственно. В результатах по данной методике необходимо обращать внимание именно на то, насколько расходятся баллы по двум шкалам у конкретного респондента.

В последнем опроснике «Уровень субъективного контроля», использованном в рамках данной работы, были получены следующие результаты: почти по всем шкалам (кроме субшкалы «Область неудач») максимальным баллом является наивысший балл, которой можно набрать в этой методике – 10, самым низким баллом является также нижняя граница в этом опроснике – 1 балл (кроме субшкалы «Межличностные отношения»). Такие результаты можно наблюдать потому, что в данной методике разброс баллов небольшой – всего от 1 до 10. Для наглядности результаты, полученные в ходе проведения этой методики, представлены в виде диаграммы (рис. 6).

Из данной диаграммы можно заметить, что большее количество студентов показали результаты, соответствующие экстернальному локусу контроля, т.е. уровень субъективного контроля они имеют более низкий. Такие результаты получились по следующим шкалам: 1

(«Общая шкала интернальности»), 3 («Область неудач»), 4 («Семейные отношения»), 5 («Производственные отношения»), 7 («Здоровье и болезни»). По оставшимся шкалам под номером 2 и 6 – «Область достижений» и «Область межличностных отношений» соответственно большее количество студентов получили результаты, которые свидетельствуют об интернальности в этих областях. То есть большинство студентов считают себя ответственными за свое здоровье и полагают, что они сами добились успехов в своей жизни.



**Рисунок 6 – Результаты опросника «УСК» по каждой из шкал**

Анализ результатов проводился с помощью программы Excel. Для выявления зависимости локуса контроля от социальной тревожности у студентов был использован статистический критерий хи-квадрат. Этот критерий позволяет понять, подчиняется ли величина некому теоретическому закону распределения.

В работе использовались три методики: одна на определение уровня социальной тревожности и две – на выявление ведущего локуса контроля.

Были проведены вычисления для выявления зависимости между социальной тревожностью и экстернальностью/интернальностью локуса контроля. Для этого использовался критерий хи-квадрат. Были составлены две таблицы наблюдаемых частот, затем проведены вычисления, и в результате не было обнаружено зависимости между этими шкалами.

Так как для определения вида локуса контроля была использована вторая методика, которая дает более глубокие результаты, то затем были проведены вычисления для выявления взаимосвязи между социальной тревожностью и интернальностью/экстернальностью в различных областях жизни. Ниже представлена таблица, наглядно отображающая результаты вычисления с помощью критерия хи-квадрат.

**Таблица 1 – Результаты критерия хи-квадрат**

Шкалы «УСК»	Шкалы «ОСТиСФ»				
	Соц. тревога	Шкала 1	Шкала 2	Шкала 3	Шкала 4
Общая шкала интернал.	независимы	независимы	независимы	независимы	независимы
Область достижений	независимы	независимы	независимы	независимы	независимы
Область неудач	независимы	зависимы	независимы	независимы	независимы
Семейные отношения	независимы	независимы	независимы	независимы	независимы
Производ. отношения	независимы	независимы	независимы	независимы	независимы
Межлич. отношения	независимы	независимы	независимы	независимы	независимы
Здоровье и болезни	независимы	независимы	независимы	независимы	независимы

Из таблицы видно, что почти между всеми параметрами зависимость не была найдена. Но она присутствует между шкалой номер 1 (из опросника «ОСТИСФ») и интернальностью в области неудач (опросник «УСК»). Для проверки зависимости между каждым параметром сначала была создана таблица наблюдаемых частот, затем была определена нулевая гипотеза. Ниже для наглядности представлена таблица, в которой представлены результаты между двумя параметрами, которые оказались зависимы друг от друга.

**Таблица 2 – Результаты критерия хи-квадрат (шкала 1 и «Область неудач»)**

Н0:	Переменные X и Y независимы
Н1:	Переменные X и Y зависимы
Уровень значимости $\alpha =$	0,05
df =	2
Критическое значение хи-квадрат	<b>5,99146</b>
Н0 не принимается, т.к.	<b>7,62798 &gt; 5,99146</b>

Из таблицы 2 мы видим, что расчетное значение хи-квадрат больше, чем критическое значение. Отсюда следует вывод, что нулевая гипотеза отвергается, значит принимается гипотеза о зависимости X и Y, т.е. о зависимости уровня по шкале 1 и показателя, полученного в области неудач. Эти два показателя имеют прямую взаимосвязь, т.е. чем уровень социальной тревожности выше в данной сфере у студента, тем чаще будет встречаться интернальный показатель в области неудач.

Таким образом, был высчитан статистический критерий хи-квадрат между всеми показателями методик. После подсчета результатов можно сказать, что поставленная в работе гипотеза (у студентов с высокой социальной тревожностью преобладает внутренний локус контроля) в рамках данного исследования подтвердилась частично. Было выявлено, что социальная тревожность в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением» имеет прямую связь с интернальностью в области неудач. То есть высокий уровень социальной тревожности студентов говорит о том, что по шкале интернальности в области неудач скорее всего также будет высокий показатель. При этом связи других параметров выявлено не было.

## Заключение

На основании проведенного исследования с помощью статистического критерия можно сделать вывод, что уровень социальной тревожности связан с показателем локуса контроля. Но эта связь проявляется только между определенными показателями. Она существует между социальной тревожностью в ситуации «быть в центре внимания, под наблюдением» и интернальностью в области неудач. На наш взгляд, эта связь может проявляться из-за того, что когда человек находится в сфере внимания других людей, он испытывает интенсивные негативные эмоции (волнение, смущение). Человек может избегать такие ситуации по причине того, что он не находит силу, чтобы справиться с этими переживаниями. Если человек не может их избежать, а все-таки сталкивается со страхом оценивания, трудностями в проявлении инициативы и с другими ситуациями, то в таком состоянии он склонен обвинять себя в этих неприятностях и страданиях, потому что он не может сам с ними справиться. Это указывает на высокий уровень субъективного контроля тех событий, которые отрицательно влияют на человека.

---

**Библиография**

1. Автономов Д.А. Проблема тревоги, аддикции и «новых» симптомов у современных пациентов с позиции психоанализа // Журнал Практической Психологии и Психоанализа. 2013. № 2. С. 82-87.
2. Бокова О.А. К вопросу о теоретических основах изучения психологических феноменов ответственности и локуса контроля // Мир науки, культуры, образования. 2014. 191 с.
3. Гончарова Т.Н. Взаимосвязь локуса контроля и самоотношения в старшем подростковом возрасте // Психология, социология и педагогика. 2012. № 6 С. 191-195.
4. Кондаков И.М., Нилопец М.Н. Экспериментальное исследование структуры и личностного контекста локуса контроля // Психологический журнал. 1995. Т. 16. № 1. С. 43-51.
5. Крутых Е.В. Взаимосвязь самоактуализации и локуса контроля личности // В мире научных открытий. 2014. № 5.1 (53). С. 520-526.
6. Ксенофонтова Е.Г. Исследование локализации контроля личности - новая версия методики «Уровень субъективного контроля» // Психологический журнал. 1999. Т. 20. № 2. С. 103-114.
7. Мамедова Ж.С. Ценностные ориентации личности в контексте временной перспективы // Гуманитарные и социально-экономические науки. Выпуск «Педагогика». 2006. № 6. С. 67-78.
8. Wang S., Tomlinson E. C., Noe R. A. The role of mentor trust and protégé internal locus of control in formal mentoring relationships // Journal of applied psychology. – 2010. – Т. 95. – №. 2. – С. 358.
9. Spector P. E. et al. Do national levels of individualism and internal locus of control relate to well-being: an ecological level international study // Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior. – 2001. – Т. 22. – №. 8. – С. 815-832.
10. Tobias L. L., MacDonald M. L. Internal locus of control and weight loss: an insufficient condition // Journal of Consulting and Clinical Psychology. – 1977. – Т. 45. – №. 4. – С. 647.

**The study of the relationship between social anxiety and the locus of control in situations of uncertainty among students****Lyudmila V. Shukshina**

Doctor of Philosophy,  
Professor of the Department of Social and Humanitarian Disciplines,  
Russian Biotechnological University,  
125080, 11 Volokolamskoe highway, Moscow, Russian Federation;  
e-mail: liudmila.shukshina@yandex.ru

**Tat'yana A. Shukshina**

PhD in Law,  
Assistant of the Department of civil law disciplines,  
Russian Economic University named after G.V. Plekhanov,  
117997, 36 Stremyanny lane, Moscow, Russian Federation;  
e-mail: tatyana.shukshina@yandex.ru

**Abstract**

Social anxiety affects how students perform educational activities, how they behave in certain situations and how they feel. Excessive social anxiety can have strong negative consequences that will affect a person's condition. In the modern world, many people's social anxiety increases due to various disturbing situations that create a sense of uncertainty. It may also increase due to increased personal responsibility for failure. Because of this responsibility, people do not want to face

evaluation from other people once again, they avoid it. In this connection, the question arises whether there is a relationship between social anxiety and the indicator of the locus of control in students in situations of uncertainty, or whether these two psychological factors do not have a significant dependence on each other.

### For citation

Shukshina L.V., Shukshina T.A. (2023) Issledovanie vzaimosvyazi sotsial'noy trevozhnosti i lokusa kontrolya v situatsiyakh neopredelennosti u studentov [The study of the relationship between social anxiety and the locus of control in situations of uncertainty among students]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 12 (10A), pp. 214-222. DOI: 10.34670/AR.2023.33.33.022

### Keywords

Social anxiety, anxiety level, locus of control, external localization of control, internal locus of control, situation of uncertainty.

## References

1. Avtonomov D.A. (2013) Problema trevogi, addiktzii i «novykh» simptomov u sovremennykh patsientov s pozitsii psikhoanaliza [The problem of anxiety, addiction and “new” symptoms in modern patients from the perspective of psychoanalysis]. *Zhurnal Prakticheskoy Psikhologii i Psikhoanaliza* [Journal of Practical Psychology and Psychoanalysis], 2, pp. 82-87.
2. Bokova O.A. (2014) K voprosu o teoreticheskikh osnovakh izucheniya psikhologicheskikh fenomenov otvetstvennosti i lokusa kontrolya [On the question of the theoretical foundations for studying the psychological phenomena of responsibility and locus of control]. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya* [World of science, culture, education].
3. Goncharova T.N. (2012) Vzaimosvyaz' lokusa kontrolya i samootnosheniya v starshem podrostkovom vozraste [The relationship between locus of control and self-attitude in older adolescence]. *Psikhologiya, sotsiologiya i pedagogika* [Psychology, sociology and pedagogy], 6, pp. 191-195.
4. Kondakov I.M., Nilopets M.N. (1995) Eksperimental'noe issledovanie struktury i lichnostnogo konteksta lokusa kontrolya [Experimental study of the structure and personal context of locus of control]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 16 (1), pp. 43-51.
5. Krutykh E.V. (2014) Vzaimosvyaz' samoaktualizatsii i lokusa kontrolya lichnosti [The relationship between self-actualization and personal locus of control]. *V mire nauchnykh otkrytiy* [In the world of scientific discoveries], 5.1 (53), pp. 520-526.
6. Ksenofontova E.G. (1999) Issledovanie lokalizatsii kontrolya lichnosti - novaya versiya metodiki «Uroven' sub"ektivnogo kontrolya» [Study of the localization of personality control - a new version of the “Level of Subjective Control” methodology]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 20 (2), pp. 103-114.
7. Mamedova Zh.S. (2006) Tsennostnye orientatsii lichnosti v kontekste vremennoy perspektivy [Value orientations of the individual in the context of a time perspective]. *Gumanitarnye i sotsial'no-ekonomicheskie nauki. Vypusk «Pedagogika»* [Humanitarian and socio-economic sciences. Issue "Pedagogy"], 6, pp. 67-78.
8. Wang, S., Tomlinson, E. C., & Noe, R. A. (2010). The role of mentor trust and protégé internal locus of control in formal mentoring relationships. *Journal of applied psychology*, 95(2), 358.
9. Spector, P. E., Cooper, C. L., Sanchez, J. I., O'Driscoll, M., Sparks, K., Bernin, P., ... & Yu, S. (2001). Do national levels of individualism and internal locus of control relate to well-being: an ecological level international study. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 22(8), 815-832.
10. Tobias, L. L., & MacDonald, M. L. (1977). Internal locus of control and weight loss: an insufficient condition. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 45(4), 647.