

УДК 159.92

СРАВНЕНИЕ УРОВНЕЙ ВЫРАЖЕННОСТИ СИТУАТИВНОЙ И ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Наквасина Светлана Николаевна

студент

Богатова София Юрьевна

студент

Оренбургский государственный медицинский университет, г. Оренбург

Аннотация. Статья посвящена проблеме сравнения уровней выраженности ситуативной и личностной тревожности в юношеском возрасте. На основании факта увеличения требований к личности в юношеском возрасте мы провели исследование уровней выраженности ситуативной и личностной тревожности у 25 лиц юношеского возраста при помощи теста «Исследование тревожности» Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина. Нами выявлено, что уровень личностной тревожности испытуемых статистически достоверно превышает уровень ситуативной тревожности.

Ключевые слова: тревожность, личностная тревожность, ситуативная тревожность, юношеский возраст.

В юношеском возрасте достигается оптимум развития интеллектуальных и физических сил. Также данный период является временем наиболее активного развития нравственных и этических чувств, становления и стабилизации характера. Однако к лицам юношеского возраста предъявляется множество требований, им приходится принимать новые социальные роли (студент, работник, муж, жена, отец, мать и др.), которые ранее были ему не знакомы. Все вышеуказанные факторы могут способствовать повышению тревожности у лиц юношеского возраста.

Тревожность в определенной мере присуща всем людям, и она является необходимым условием активности и развития личности. Тревожность, обусловленная страхом возможной неудачи, оценки со стороны значимых лиц или сверстников, является приспособительным механизмом, повышающим ответственность индивидуума перед лицом общественных требований и установок. Однако высокий уровень тревожности не способствует гармоничному и всестороннему развитию личности, а наоборот, вызывает нарушение адаптации, негативные личностные изменения и различные психосоматические нарушения [1, с. 161; 2, с. 2344].

Ч.Д. Спилбергер выделил два вида тревожности: ситуативную и личностную. Ситуативная тревожность понимается как состояние, возникающее в стрессовых ситуациях и

проявляющееся субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, нервозностью.

Личностная тревожность – это склонность воспринимать практически все ситуации как угрожающие и реагировать на них состоянием сильной тревоги. Высокая личностная тревожность может быть причиной развития невротического конфликта, возникновения эмоционального срыва и психосоматического заболевания [3, с. 89].

Цель исследования: сравнить уровни выраженности ситуативной и личностной тревожности в юношеском возрасте.

В исследовании использовались следующие методы: теоретические (анализ, синтез, обобщение, сравнение); эмпирические (метод тестирования: тест «Исследование тревожности» Ч.Д. Спилбергера, адаптированный на русский язык Ю.Л. Ханиным); методы количественной и качественной обработки данных с использованием методов математической статистики (критерий t-Стьюдента для зависимых выборок). В качестве испытуемых выступили 25 лиц юношеского возраста (7 юношей и 18 девушек) в возрасте от 18 до 22 лет (средний возраст – 19,52).

На первом этапе исследования нами было проведено экспериментальное изучение уровней выраженности ситуативной и личностной тревожности у испытуемых. Низкая ситуативная тревожность выявилась у 8% (2 чел.), средняя – у 64% (16 чел.) и высокая – у 28% (7 чел.). Низкая личностная тревожность выявилась у 4% (1 чел.), средняя – у 36% (9 чел.) и высокая – у 60% (15 чел.). Средний уровень выраженности ситуативной тревожности по выборке составил 40,48 баллов (соответствует среднему уровню выраженности), средний уровень выраженности личностной тревожности – 47,16 баллов (соответствует высокому уровню выраженности).

Полученные данные свидетельствуют о том, что испытуемые склонны воспринимать широкий спектр ситуаций как угрожающие, однако на текущий момент они не находятся в стрессовых ситуациях, благодаря чему ситуативная тревожность характеризуется средним уровнем выраженности.

Статистическое сравнение уровней выраженности ситуативной и личностной тревожности при помощи критерия t-Стьюдента показало, что между ситуативной и личностной тревожностью испытуемых существует различие на очень высоком уровне статистической значимости ($t = 5,594$; $p \leq 0,001$), при этом уровень выраженности личностной тревожности ($M = 47,16$) превышает уровень выраженности ситуативной тревожности ($M = 40,48$). Данный результат подтверждает выводы, сделанные нами при первичной обработке результатов исследования.

Таким образом, в результате сравнения уровней выраженности ситуативной и

личностной тревожности в юношеском возрасте мы выявили, что уровень личностной тревожности испытуемых статистически достоверно превышает уровень ситуативной тревожности. Это может свидетельствовать о том, что испытуемые склонны воспринимать широкий спектр ситуаций как угрожающие, однако на текущий момент они не находятся в стрессовых ситуациях.

Список литературы:

1. Астапов В.М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги // Тревога и тревожность. – СПб., 2001. – С. 156-165.
2. Молоканов А. В., Кондратьева О. А. Исследование ситуативной тревожности студентов I курса факультета психологии в период экзаменационной сессии // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 39. – С. 2341–2345. – URL: <http://e-koncept.ru/2017/970795.htm>.
3. Спилбергер Ч.Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги / Ч.Д. Спилбергер. – Москва // Тревога и тревожность: хрестоматия: [учебное пособие] / сост. В.М. Астапов. – СПб.: Пер Сэ, 2008. – С. 85-99.
4. Ханин Ю.Л. Исследование тревоги в спорте //Вопросы психологии. –1978. – №6. – С.94-106.
5. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ: пер. с англ. /Общая редакция Г.В. Бурменской. – М.: Прогресс-Универс, 1993. – 480с.