

Юнель Светлана Александровна

кандидат психологических наук, доцент кафедры
психологии и сопровождения развития ребенка.

Псковский государственный университет

iunel.lana@yandex.ru

Svetlana A. Yunel

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor
of the Department of Psychology and Accompanying
the Development of the Child,

Pskov State University

iunel.lana@yandex.ru

**О СВЯЗИ МЕЖДУ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
АДАПТАЦИЕЙ И ТРЕВОЖНОСТЬЮ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

**ON THE LINK BETWEEN SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION
AND ANXIETY IN ADOLESCENCE**

***Аннотация.** Юность – это возраст формирования личностной организации, высокой эмоциональной и интеллектуальной нагрузки. Часто встречаемым явлением современного общества является появление личностной тревожности в юношеском возрасте. В статье рассматривается связь между социально-психологической адаптацией и тревожностью в юношеском возрасте. Анализируются научные подходы к понятиям «социально-психологическая адаптация» и «тревожность». Как отмечает автор, выявленные в исследовании показатели свидетельствуют о наличии личностной тревожности и сниженной адаптации, значимой зависимости между ними.*

***Ключевые слова:** юношеский возраст, тревожность, тревога, социально-психологическая адаптация.*

***Abstract.** Youth is the age of formation of a personal organization, high emotional and intellectual load. A common phenomenon of modern society is the emergence of personal anxiety in adolescence. The article examines the relationship between socio-psychological adaptation and anxiety in adolescence. Scientific approaches to the concepts of "socio-psychological adaptation" and "anxiety" are considered. The indicators identified in the study indicate the presence of personal anxiety and reduced adaptation.*

***Keywords :** youthful age, anxiety, fear, socio-psychological adaptation.*

Введение.

Социально-психологическая адаптация как механизм социализации в обществе связан, как с изменениями во внешнем мире, так и с возрастными

психологическими изменениями в юношеском возрасте. Юность – это возраст формирования личностной организации, высокой эмоциональной и интеллектуальной нагрузки. Часто встречаемым явлением современного общества является появление личностной тревожности в юношеском возрасте. Сегодня тревожность встречается у 30% людей юношеского и молодого возраста [1]. Результаты зарубежных работ подтверждают тот факт, что особенно уязвимыми в психологическом плане группами среди широких масс населения являются люди в возрасте 18-30 и старше 60 лет [2].

Аспекты социально-психологической адаптации личности разрабатывались В.В. Антиповым, А.В. Петровским, В.В. Гриценко, Э.Ф. Зеером и др. Современные исследователи рассматривают ее в связи:

- с самореализацией, развитием (А.А. Налчаджан [3];
- с акцентуациями характера в юношеском возрасте (А.В. Белорусова) [4];
- с наличием тревоги (С.Л. Соловьева) [5].

В нашем исследовании ставилась цель изучить связь социально-психологической адаптации и тревожности у студентов юношеского возраста.

Современные исследователи по-разному трактуют роль тревожности в процессе социально-психологической адаптации. С одной стороны, она рассматривается как защитная функция личности при адаптации (Дж. Рэтбоу (2005), Л. Берри (2001)), с другой стороны, она является причиной социально-психологической дезадаптации (Т. Ларсон (2005), Т. Уилсон (2007), С. Адельсон (2002), Д. Рошер (1998)). Третьи ученые видят в тревожности проявление благополучия в развитии личности (С.В. Белов (2001), Б. Пирс (1999), К. Присли (2004) [6]. Исследователи выделяют разные причины ее появления у молодых людей. Так, Р.В. Тарасова считает, что тревожность является следствием негативного социального опыта и появления трудностей в их поведении и деятельности [7]. Кроме того, молодые люди являются наиболее активными потребителями медиа контента, а значит – имеют больший доступ к разной информации, которая может послужить причиной стресса [8].

Анализ научных исследований по данной проблеме, в целом, показал, что тревожность в юношеском возрасте может отрицательно влиять на социально-психологическую адаптацию.

Методы и выборка исследования.

В рамках нашего исследования представлены результаты изучения уровней ситуативной и личностной тревожности и степени социально-психологической адаптации в юношеском возрасте. В качестве объекта исследования были студенты 1 курса Псковского государственного университета, физико-математического факультета в количестве 68 человек в возрасте 17-19 лет. Исследование проводилось анонимно, очно. Использовались следующие методики: Многоуровневый личностный опросник (МЛО) «Адаптивность» (А.Г. Маклаков, С.В. Чермянин), шкала

тревоги Спилбергера (адаптирована Ю.Л. Ханиным). Полученные данные обрабатывались с помощью методов математической статистики: корреляционного анализа, частотного анализа и критерия Краскала-Уоллиса.

Результаты и обсуждение.

В ходе исследования ситуативной и личностной тревожности в юношеском возрасте были получены следующие результаты. Большинство обследуемых находится на среднем (умеренном) уровне выраженности «Ситуативной тревожности» (73,3%). 50% и 42,1% студентов обнаружили соответственно средний и высокий уровень «Личностной тревожности» (см. табл. 1).

В I группу высоких адаптационных способностей личности не попало ни одного испытуемого. Во II группу хороших адаптационных способностей личности попало лишь 5,3% испытуемых, для которых характерно наличие адаптации к новым условиям внешней среды, ориентации в ситуации, способность к социализации, высокой эмоциональной устойчивости, отсутствие конфликтности. Особого внимания требует III группа средней адаптации и IV группа сниженной адаптации, в которые попали, соответственно, 31,6 % и 63,2% испытуемых. Таким образом, у большинства опрошенных были выявлены дезадаптационные нарушения с проявлением как астенических, так и психотических реакций и состояний. Лица данной группы обладают яркими признаками акцентуаций характера и низкой нервно-психической устойчивостью.

Корреляционный анализ позволил выявить связь между уровнем ситуативной тревожности и группой социально-психологической адаптации, которая является значимой на уровне 0,05 (0,375). Это значит, что при увеличении показателя ситуативной тревожности группасоциально-психологической адаптации снижается от группы хороших адаптационных способностей личности (I-II) до группы сниженной адаптации (IV).

Была выявлена значимая связь между уровнем личностной тревожности и группой социально-психологической адаптации: при увеличении показателя личностной тревожности возрастает показатель дезадаптационных нарушений, значимой на уровне 0,01 (0,422).

Для подтверждения наличия полученной связи между уровнем тревожности и социально-психологической адаптацией, было проведено сравнение трёх юношеских групп с разным уровнем ситуативной и личностной тревожности (низкий, средний и высокий) с помощью критерия Краскала-Уоллиса. В результате было выявлено наличие значимой связи между уровнем личностной тревожности и группой социально-психологической адаптации (0,028). Связь же между уровнем ситуативной тревожности и группой социально-психологической адаптации оказалась незначимой (0,059). Таким образом, в результате данного исследования были выявлены особенности проявления ситуативной и личностной тревожности у молодых людей, находящихся в разных группах социально-психологической адаптации.

Заключение.

В результате проведенного исследования были сделаны следующие выводы. Большинство испытуемых характеризуется преобладанием высокого и среднего уровня личностной тревожности и выраженности среднего (умеренного) уровня ситуативной тревожности. Большая часть испытуемых имеют удовлетворительную и сниженную адаптацию с явным преобладанием последней, характеризуемой наличием дезадаптационных нарушений.

Выявленная значимая связь между уровнем личностной тревожности и группой социально-психологической адаптации проявляется в том, что при увеличении показателя личностной тревожности возрастает показатель дезадаптации. Связь между уровнем ситуативной тревожности и группой социально-психологической адаптации является незначимой. Результаты, полученные в рамках данного исследования, являются практически значимыми и могут быть использованы при психологической коррекции тревожности студентов.

Литература:

1. Кравцова А.Г., Иванова М.Д. Актуальность тревожности в юношеском возрасте при обучении в медицинском вузе // *Международный журнал экспериментального образования*, № 3, 2019. С. 102-106 // *Электронный ресурс*. - URL: <https://expeducation.ru> (дата обращения: 28.04.2021).

2. Lin Y., Hu Z., Alias H., Wong L.P. Knowledge, attitudes, impact, and anxiety regarding COVID-19 infection among the public in China. *Front. Public Heal.*, 2020, vol. 8, 236.

3. Социально-психологическая адаптация личности: (Формы, механизмы и стратегии) [Текст] / Налчаджян А.А.; АН АрмССР, Ин-т философии и права. - Ереван: Изд-во АН АрмССР, 1988. - 262).

4. Белорусова А.В. Изучение влияния акцентуаций характера на социальную адаптацию в юношеском возрасте // *Научно-методический электронный журнал «Концепт»*. 2015. Т. 18. С. 16–20 // *Электронный ресурс*. - URL: <https://e-koncept.ru> (дата обращения: 28.04.2021).

5. Соловьева С.Л. Тревога и тревожность: теория и практика [Электронный ресурс] // *Медицинская психология в России: электрон. науч. журн.* – 2012. – N 6 (17). – URL: <http://medpsy.ru> (дата обращения: 04.05.2021).

6. Кузнецова О.В. Типы реакций на фрустрирующие ситуации при разном уровне личностной тревожности // *Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова*. № 2. Кострома. 2007. - С. 114-118.

7. Тарасова Р.Е. Проблема тревожности студентов // *Международный студенческий научный вестник*. – 2016. – № 5-1.; URL: <http://eduherald.ru/ru/article/view?id=15327> (дата обращения: 04.05.2021).

8. Qiu J., Shen B., Zhao M., Wang Z., Xie B., Xu Y. A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations // *Gen. Psychiatry*. 2020. V. 33 (2): e100213.

Literature:

1. Kravtsova A.G., Ivanova MD The relevance of anxiety in a junior age in training in a medical university // *International Journal of Experimental Education*, No. 3, 2019. P. 102-106 // Electronic resource. - URL: <https://expeducation.ru> (Reference date: 28.04.2021).

2. Lin Y., Hu Z., Alias H., Wong L.P. Knowledge, attitudes, impact, and anxiety regarding COVID-19 infection among the public in China. *Front. Public Heal.*, 2020, vol. 8, 236.

3. Socio-psychological adaptation of the individual: (forms, mechanisms and strategies) [Text] / Nalchajyan A.A.; Academy of Sciences Armsman, Institute of Philosophy and Law. - Yerevan: Publishing House An Armenissre, 1988. - 262).

4. Belorusova A.V. Studying the influence of character accentuations on social adaptation in youthful age // *Scientific and methodical electronic magazine "Concept"*. 2015. T. 18. P. 16-20 // Electronic resource. - URL: <https://e-koncept.ru> (reference date: 28.04.2021).

5. Solovyova S.L. Anxiety and anxiety: theory and practice [Electronic resource] // *Medical psychology in Russia: electron. Scientific journal* - 2012. - N 6 (17). - URL: <http://medpsy.ru> (reference date: 04/04/2021).

6. Kuznetsova O.V. Types of reactions to frustrating situations with different levels of personal anxiety // *Bulletin of the Kostroma State University. ON THE. Nekrasov*. No. 2. Kostroma. 2007. - P. 114-118.

7. Tarasova R.E. The problem of the anxiety of students // *International Student Scientific Bulletin*. - 2016. - № 5-1.; URL: <http://eduherald.ru/ru/article/view?id=15327> (date of handling: 04.05.2021).

8. Qiu J., Shen B., Zhao M., Wang Z., Xie B., Xu Y. A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations // *Gen. Psychiatry*. 2020. V. 33 (2): e100213.