

**Особенности социально-психологической адаптации у подростков с разным уровнем тревоги**

**Научный руководитель – Исраилова Нодира Ачилбаевна**

***Хабиев Темур Рафаэлевич***

*Студент (бакалавр)*

Филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова в г.Ташкенте, Ташкент, Узбекистан

*E-mail: timahitman@inbox.ru*

Интерес к проблеме тревоги прослеживается ещё с XVII века, когда философия рационализма провозглашает “силу разума” над чувственным, то эмоции, переживания и чувства переходят на второй план (взгляды Б. Спинозы, Б. Паскаля и др.). Чувства и эмоции первоначально поддавались контролю разумом, а после вовсе вытеснились. Но к второй половине XIX возникает распад культуры в обществе, возрастание невротических заболеваний и популяризация философских школ иррационализма (А. Шопенгауэр, Ф. Ницше, С. Кьеркегор), выступающие за возврат к познанию чувственного у человека.

Так, начиная с работ З. Фрейда, тревога рассматривается первоначально как результат вытеснения либидо, а после как реакция на опасную ситуацию, грозящая удовлетворению либидо [2]. О. Ранк рассматривает тревогу как переживание отделения, берущая начало от травмы рождения, сопровождающая человека всю его жизнь и позволяющая становится автономным и реализовывать творческие способности [3]. А. Адлер подходит к проблеме тревоги с позиции чувства неполноценности [2]. К. Хорни рассматривает тревогу нормальную и невротическую (базовая тревога), особое значение в тревоге уделяется в амбивалентном отношении ребенка к своим родителям [5]. Г.С. Салливан считает, что тревога возникает и развивается от неодобрительного отношения матери к ребенку. Бихевиористы рассматривали тревогу как закрепленный навык неадаптивного поведения, приобретенный путем научения. В необихевиоризме тревога предстает как усвоенные модели поведения, которые противоречат социальным нормам, или подражая невротическим личностям. К. Роджерс характеризует тревогу как результат конфликта между “Я-реальный” и “Я-идеальный” [6]. Представители когнитивного направления (А. Бек, А. Эллис) уделяют роль искаженным когнитивным схемам и иррациональным представлениям в возникновении тревоги [1]. Ч. Спилбергер и А.М. Прихожан разграничивают тревогу на свойство и состояние, где первое выступает как личностное качество [3,7]. Ими был накоплен эмпирический материал о развитии тревожности и его видах.

В нашем исследовании приняло 150 респондентов подросткового возраста (от 12 до 16 лет), использовалась методика измерения уровня тревоги Дж. Тейлора (в адаптации Т. А. Немчинова) и методика выявления степени социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (в адаптации А. Осницкого). Минимальный балл, набранный участниками нашего исследования, по уровню тревожности составляет 4, а максимальный равен 38. Стоит заметить, что в нашей выборке нет респондента с очень высоким уровнем тревожности, согласно авторам методики, высокий уровень тревожности находится в пределах 40-50 баллов. В целом по выборке уровень тревоги средний ( $M=20,1$ ). Высокий уровень тревоги испытывают 29,3 % (44 человека) участников исследования. Можно предположить, что данная группа несовершеннолетних характеризуется склонностью видеть угрозу со стороны окружающих людей и мира в целом, они в меньшей степени удовлетворены своим настоящим положением. Средний уровень тревоги можно наблюдать у 38,7

% (58 человек), что так же свидетельствует о восприятии ими окружающего мира и людей как несущих угрозу. Однако это состояние проявляется у них менее выражено, чем у испытуемых с высоким уровнем тревоги. Низкий уровень тревоги был обнаружен у 32 % (48 человек), в большинстве случаев им свойственны позитивное восприятие себя, чувство комфорта и безопасности в окружающем мире и среди людей.

Сравнение средних значений результатов методики диагностики социально-психологической адаптации К.Роджерса и Р.Даймонда у детей с различным уровнем тревожности показало следующее. На статистически достоверном уровне ( $p \leq 0.05$ ) было обнаружено, что несовершеннолетние с низким уровнем тревожности в большей степени склонны воспринимать себя и других позитивно, т.е. имеют более высокую самооценку, относятся к другим с уважением. Также у несовершеннолетних с низкой тревожностью можно наблюдать более высокие значения по шкале «интернальность», что свидетельствует об их способности быть ответственными за совершаемые поступки.

Если сравнивать показатели социально-психологической адаптации несовершеннолетних с низким и средним уровнем тревоги, то можно обнаружить следующее, что несовершеннолетние с низким уровнем тревоги в большей мере адаптированы ( $M=62,9$ ), чем несовершеннолетние со средним уровнем тревоги ( $M=56,6$ ) ( $t=2,48$ , при  $p \leq 0,05$ ). Также не тревожные подростки нашей выборки характеризуются более высоким уровнем самопринятия и принятия других, а так же стремлением к доминированию, ответственностью за совершаемые поступки и стремлением к разрешению проблем.

Ранговая корреляция результатов методик диагностики социально - психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда и измерения уровня тревожности Тейлора показала, что существует обратная корреляционная связь между тревожностью и адаптацией ( $r_s = -0,2$ ,  $p < 0.01$ ), а также самопринятием ( $r = -0,2$ ,  $p < 0.01$ ). Это говорит о том, что высокий уровень адаптации предполагает низкий уровень тревожности или её полное отсутствие. Чем тревожнее несовершеннолетний, тем ниже его уровень самопринятия. Других корреляционных связей при сопоставлении двух методик обнаружено не было.

Таким образом, методика измерения уровня тревожности Тейлора позволила нам установить тот факт, что большинство несовершеннолетних нашей выборки обладают высоким (29,3 % человек) и средним (38,7 % человек) уровнем тревожности. Это в свою очередь влияет на уровень их адаптированности.

### Источники и литература

- 1) Бурлачук Л. Ф., Грабская И. А., Кочарян А. С. Основы психотерапии: Учебн. пособие для студентов вузов. — К.: Ника-Центр, 1999. — С. 256. — 320 с.
- 2) Мэй Р. Смысл тревоги / Перев. с англ. М.И. Завалова и А.И. Сибуриной. М.: Независимая фирма «Класс», 2001.— 384 с.
- 3) Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика, - М.: НПО "Модек", 2000. - С. 153-164.
- 4) Ранк О. Травма рождения и её значение для психоанализа. — М.: «Когито-Центр», 2009.
- 5) Хорни К. Невроз и рост личности. — М.: Академический проект, 2008.
- 6) Хьелл Л., Зиглер. Д, Теории личности. СПб.: Питер, 2003. - 608 с.
- 7) Spielberger C.D. Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1983.