

Васильева Кристина Сергеевна

Магистрант, Армавирский государственный педагогический

университет,

Россия, г. Армавир

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ НА СОЦИАЛИЗАЦИЮ ЧЕЛОВЕКА

***Аннотация.** Статья посвящена исследованию выявления взаимосвязи между уровнем тревожности и социализацией человека.*

***Ключевые слова:** тревожность, социализация, адаптация.*

Abstract. The article is devoted to the study of the relationship between the level of anxiety and human socialization.

Keywords: anxiety, socialization, adaptation.

Проблема тревожности занимает одно из центральных мест в современной психологии личности, клинической психологии и социальной психологии, что обусловлено её высокой распространённостью и значительным влиянием на поведение человека, межличностные отношения и процессы социализации. В условиях ускоряющихся социальных изменений, роста неопределённости и информационной нагрузки тревожность становится не только индивидуально-психологическим, но и социально значимым феноменом.

Понятия тревога и тревожность часто используются в тесной взаимосвязи, однако между ними проводится принципиальное различие. Под тревогой обычно понимается кратковременное эмоциональное состояние, возникающее в ответ на

конкретную ситуацию, тогда как тревожность рассматривается как относительно устойчивая личностная характеристика.

Одним из первых к систематическому изучению тревоги обратился З. Фрейд, который рассматривал её как сигнал опасности, предупреждающий «Я» о возможной угрозе со стороны внешнего мира или внутренних конфликтов личности [6]. В психоаналитической концепции тревога выступает как следствие внутриличностного конфликта между структурами личности — «Оно», «Я» и «Сверх-Я». Фрейд выделял реальную, невротическую и моральную тревогу, связывая их с различными источниками угрозы

Развитие идей психоанализа нашло отражение в работах К. Хорни, которая рассматривала тревожность как результат нарушенных межличностных отношений в детстве. По её мнению, базальная тревожность формируется в условиях дефицита безопасности, эмоционального тепла и принятия со стороны значимых взрослых. Хорни подчёркивала социальную природу тревожности и её тесную связь с процессами адаптации и социализации личности [4].

В гуманистической психологии, представленной трудами К. Роджерса и А. Маслоу, тревожность трактуется как следствие рассогласования между реальным «Я» и идеальным образом себя. Чем выше уровень несоответствия между личностными потребностями и возможностями их реализации, тем выше вероятность формирования устойчивой тревожности [1].

В отечественной психологии значительный вклад в разработку понятия тревожности внесли Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн. В рамках деятельностного подхода тревожность рассматривается как эмоциональное состояние, возникающее в ситуации неопределённости условий деятельности и значимости её результатов для субъекта. А.Н. Леонтьев подчёркивал, что тревожность связана с личностным смыслом ситуации и отражает субъективную оценку возможных последствий деятельности.

Современное определение тревожности во многом опирается на концепцию Ч. Спилбергера, который ввёл различие между ситуативной тревогой (state anxiety) и личностной тревожностью (trait anxiety) [5]. Согласно его подходу, личностная тревожность представляет собой устойчивую индивидуальную характеристику, проявляющуюся в склонности воспринимать широкий круг ситуаций как угрожающие и реагировать на них повышенным уровнем тревоги.

В российской психологии данное различие активно используется в работах А.М. Прихожан, которая определяет тревожность как устойчивое личностное образование, выражающееся в ожидании неблагоприятного развития событий и повышенной чувствительности к оценке со стороны окружающих [3].

Наиболее распространённой является классификация, предложенная Ч. Спилбергером, в рамках которой выделяются: ситуативная тревога и личностная тревожность.

Личностная тревожность оказывает более выраженное влияние на процессы социализации, так как формирует устойчивые поведенческие стратегии, установки и способы взаимодействия с окружающими.

Причины формирования тревожности носят многофакторный характер и включают биологические, психологические и социальные компоненты.

К биологическим факторам относят особенности функционирования нервной системы, уровень нейротизма, наследственную предрасположенность к повышенной эмоциональной реактивности. Исследования Г. Айзенка и Р. Кеттелла показали, что высокий уровень тревожности коррелирует с определёнными темпераментными характеристиками [2].

Психологические причины тревожности связаны с особенностями самосознания, самооценки и уровня притязаний личности. Заниженная самооценка, внутренние конфликты, неразрешённые эмоциональные переживания и негативный опыт межличностных отношений способствуют формированию устойчивой тревожности.

Социальные факторы играют ключевую роль в развитии тревожности. К ним относятся стиль семейного воспитания, уровень эмоциональной поддержки, особенности школьной и профессиональной среды, социальные ожидания и требования. А.М. Прихожан подчёркивает, что авторитарный стиль воспитания, частая критика и отсутствие позитивного подкрепления значительно повышают риск формирования тревожности у детей и подростков [3].

В совокупности перечисленные факторы формируют индивидуальную структуру тревожности, которая в дальнейшем оказывает существенное влияние на поведение личности и её социализацию.

В психологической науке тревожность рассматривается не только как негативное явление, но и как функционально значимый компонент эмоциональной регуляции поведения. В ряде исследований подчёркивается двойственная природа тревожности, сочетающая как адаптивные, так и дезадаптивные функции.

Адаптивная функция тревожности заключается в её сигнальной роли. Тревожность предупреждает субъекта о возможной опасности, неопределённости или значимости ситуации, способствуя мобилизации ресурсов организма и повышению готовности к действию.

Кроме того, тревожность может выполнять мотивирующую функцию, побуждая человека к более тщательной подготовке, самоконтролю и ответственному отношению к выполняемой деятельности. В умеренных пределах тревожность способствует развитию саморефлексии, формированию социальных норм и ответственности за собственное поведение.

Однако при высоком уровне выраженности тревожность приобретает дезадаптивный характер, нарушая процессы саморегуляции и социализации. Чрезмерная тревожность приводит к снижению когнитивной активности, затрудняет принятие решений, способствует формированию избегающих форм поведения.

Таким образом, влияние тревожности на поведение и социализацию человека определяется не столько её наличием, сколько уровнем выраженности и устойчивостью.

Формирование тревожности представляет собой сложный процесс, включающий взаимодействие индивидуально-психологических и социальных механизмов. Одним из ключевых факторов является опыт ранних межличностных отношений, прежде всего в семье. Согласно концепциям К. Хорни и Дж. Боулби, дефицит эмоциональной безопасности в детстве способствует формированию базального чувства тревоги, которое в дальнейшем проявляется в отношениях с окружающими.

Проявления тревожности имеют выраженную возрастную специфику, что отражено в многочисленных исследованиях отечественных и зарубежных авторов. В детском возрасте тревожность часто связана с разлукой с близкими, страхами наказания и нарушением привычной среды. По данным А.М. Прихожан, школьная тревожность формируется в условиях повышенных учебных требований и частой оценки со стороны значимых взрослых [25].

В подростковом возрасте тревожность приобретает социально-личностный характер и тесно связана с проблемами самооценки, самопрезентации и принятия сверстниками. Усиление рефлексии и стремление к социальной значимости делают подростков особенно чувствительными к оценке окружающих, что повышает риск развития социальной тревожности.

Во взрослом возрасте тревожность часто обусловлена профессиональной деятельностью, межличностными отношениями и ответственностью за принимаемые решения. В условиях социальной нестабильности и неопределённости тревожность может приобретать хронический характер, оказывая влияние на качество жизни и эффективность социальной адаптации.

Социализация предполагает активное включение личности в систему социальных отношений, усвоение норм, ролей и ценностей общества. Повышенная тревожность может существенно ограничивать данные процессы.

Лица с высоким уровнем тревожности нередко демонстрируют избегающее поведение, затруднения в установлении межличностных контактов и склонность к социальной изоляции. Социальная тревожность снижает эффективность коммуникации, препятствует формированию устойчивых социальных связей и профессиональной самореализации.

Исследования показывают, что тревожность влияет на стиль социального взаимодействия, формируя зависимые, пассивные или, напротив, защитно-агрессивные модели поведения. Это, в свою очередь, может приводить к снижению уровня социальной адаптации и удовлетворённости жизнью.

Таким образом, тревожность представляет собой сложное и многомерное психологическое явление, включающее как ситуативные эмоциональные состояния, так и устойчивые личностные характеристики, формирующиеся под влиянием биологических, психологических и социальных факторов. Анализ научных подходов отечественных и зарубежных авторов позволяет рассматривать тревожность не только как негативное переживание, но и как регулятор поведения, выполняющий адаптивные функции при умеренном уровне выраженности и приобретающий дезадаптивный характер при хроническом или чрезмерном проявлении. Повышенная тревожность оказывает значительное влияние на поведение личности, особенности межличностного взаимодействия и процессы социализации, что обуславливает необходимость её дальнейшего изучения в контексте социального функционирования человека.

Список литературы:

- Маслоу А. Мотивация и личность. - СПб. : Питер, 2006. - 321 с.
- Осипова А. А. Общая психокоррекция - М. : Сфера, 2022. - 512 с.

- Прихожан А. М. Психология тревожности. - СПб. : Питер, 2017. - 192 с.
- Робер М. А. Психология индивида и группы. - М. : Прогресс, 1988. - 256 с.
- Спилбергер Ч. Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги. - М. : Прогресс, 2023. - 514 с.
- Фрейд З. Тревога // Психология эмоций. Хрестоматия / Под ред. Вилюнаса В. - СПб. : Питер, 2004. - 496 с.

List of literature:

- Maslow A. Motivation and Personality. - SPb.: Peter, 2006. - 321 p.
- Osipova A. A. General Psychocorrection - M.: Sfera, 2022. - 512 p.
- Prikhozhan A. M. Psychology of Anxiety. - SPb.: Peter, 2017. - 192 p.
- Robert M. A. Psychology of the Individual and the Group. - Moscow: Progress, 1988. - 256 p.
- Spielberger C. D. Conceptual and Methodological Issues in the Study of Anxiety. - Moscow: Progress, 2023. - 514 p.
- Freud Z. Anxiety // Psychology of Emotions. Anthology / Edited by Vilyunas, V. - St. Petersburg: Peter, 2004. - 496 p.