

УДК 316.6

СОЦИАЛЬНАЯ ТРЕВОГА У РАЗНЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТИПОВ

*Сафиуллова Е.О., студентка 3 курса гуманитарного факультета
ФГБОУ ВО Ульяновский ГУ*

Ключевые слова: *психология, темперамент, социальная тревога, социальный субъект, шкала тревожности, анкетный опрос.*

В статье на основе эмпирических данных, полученных в ходе психологического тестирования студентов 1-2 курсов Ульяновского государственного аграрного университета имени П.А. Столыпина, рассматривается уровень психологической тревожности в зависимости от психотипа.

В современном мире с его потоком информации, с большим числом социальных контактов и рекламы, которая внушает людям, что им нужно многое в себе изменить, чтобы стать успешным, у людей вырабатываются комплексы, которые мешают нормальному взаимодействию с социумом, вызывая чувства страха от ожидания негативной оценки и неодобрения со стороны окружающих.

Каждому человеку приходится ежедневно контактировать с десятками людей, а видится с сотнями, преобладающее большинство которых – незнакомцы. Если при этом человек испытывает дискомфорт или боязнь выглядеть как-то «не так» в глазах других, то это существенно усложняет ему жизнь. Поэтому социальную тревогу нельзя игнорировать, т. к. она может принять более сложную форму.

В современном психологическом научном дискурсе под социальной тревогой понимают ощущение дискомфорта в социальных ситуациях, заставляющее людей чувствовать себя неуютно [3]. Часто она сопровождается социальной неуклюжестью в новых и непривычных ситуациях. Под социальной тревогой также понимают иррациональное беспокойство перед публичными выступлениями, знакомствами и общением с новыми людьми, просьбами о помощи незнакомых или малознакомых людей, вниманием противоположного пола и т. д. [4; с. 35] Людей, которые испытывают волнение перед вышеперечисленным, гораздо больше, чем может показаться на первый взгляд.

Необходимо отметить, что исследование различий в структуре темперамента у людей с разной выраженностью социальной тревоги

имеет практическую направленность. Результаты исследования могут способствовать своевременному выявлению причин и устранения социальной тревоги у людей, а также для создания целостной концепции, которая включала бы в себя представления о социальных тревогах и разработку рекомендаций их преодоления.

Очевидно, к социальной тревоге склонны люди с определенными индивидуально-психологическими характеристиками. Нам стало интересно, связана ли структура темперамента с социальной тревогой.

Гипотезой данного исследования является предположение о существовании различий в структуре темперамента у людей с разной выраженностью социальной тревоги.

Для исследования темперамента испытуемых был выбран тест «Опросник структуры темперамента» (ОСТ) В. М. Русалова [2]. В качестве второй методики для исследования уровня социальной тревоги был выбран «Опросник социальной тревоги и социофобии» (ОСТИСФ) О. А. Сагалаковой и Д. В. Труевцева [1]. Выборку исследования составили студенты 1-2 курсов (от 18 до 22 лет) Ульяновского государственного аграрного университета.

В результате исследования образовалось 2 группы по степени выраженности социальной тревоги : 1 группа – норма (от 0 до 30 баллов), 2 группа – выше нормы (от 31 до 59 баллов). Первую группу составили испытуемые, получившие следующие результаты: социальная смелость, эпизодическое проявление социальной тревоги в экспертных ситуациях оценивания. Во вторую группу вошли испытуемые со следующими результатами: повышенная социальная тревога, умеренно повышенная социальная тревога и высокая социальная тревога.

Каждой группе характерны определенные особенности структуры темперамента, которые наглядно можно увидеть на рисунке.

1. По первой шкале «эргичность» разница между группами очень небольшая. Обеим группа свойственно среднее значение по этой шкале. Это говорит о том, что человек обычно не избегает напряженной работы, но редко проявляет собственную инициативу в какой-либо сфере, где могут быть полезны его способности. Достаточно долго сохраняет свою работоспособность, особенно если выполняемая работа входит в круг его интересов. Обычно, ему необходимо достаточно долгое время для восстановления сил после монотонной работы.
2. По шкале «социальная эргичность» можно заметить, что первая группа имеет более высокие показатели, чем вторая, но тем не ме-

- нее, они обе имеют среднее значение. Это говорит, что человек легко налаживает контакт с теми, кто имеет такие же интересы и близок ему по духу. В знакомых ситуациях хорошо проявляет лидерские качества. Также его могут задеть некоторые замечания и шутки. Можем предположить, что это более свойственно второй группе, т. к. первая группа имеет результаты близкие к высоким значениям.
3. По шкале «пластичность» первая и вторая группы имеют средние значения, это говорит о том, что люди, входящие в эти группы не имеют склонности к определенному виду работы, средняя скорость переключения с одного вида деятельности на другой, не могут заниматься монотонной работой.
 4. Шкала «социальная пластичность» по результатам схожа с предыдущей шкалой. Первая и вторая группы имеют средние значения. Это означает, люди в этих группах имеют достаточно большой набор коммуникативных программ, не испытывают особой трудности при вступлении в социальные контакты, они не импульсивны при взаимодействии с другими людьми. Они не избегают новых знакомств, но сами не часто проявляют инициативу.
 5. В шкале «темп» у обеих групп средние значения. Среднее значение по этой шкале говорит о том, что человек не испытывает явной сложности или заторможенности в движениях, имеет средний темп поведения и среднюю психическую скорость при выполнении каких-либо заданий.
 6. По шкале «социальный темп», видно, что у первой и второй группы небольшие отличия и обе имеют средние баллы, что говорит о среднем темпе речи, речедвигательный аппарат не заторможен, но и не слишком быстрый.
 7. На шкале «эмоциональность» хорошо видно, что и первая, и вторая группы имеют разные значения. У первой группы меньше баллов, она относится к низким значениям. Это означает, что представители этой группы уверены в себе, безразличны к расхождениям между целью и результатом, спокойны, нечувствительны к неудачам. Вторая группа имеет средние значения. Люди этой группы менее уверены в себе, имеют склонность переживать и волноваться по поводу результатов выполняемой ими работы, расстраиваются из-за неудач, но способны взять себя в руки и продолжить работу.
 8. Также разница между показателями двух групп видна по шкале «социальная эмоциональность». Низкие значения у первой группы свидетельствуют о том, что у испытуемых в этой группе низкая

эмоциональность в коммуникативной сфере, безразличие к оценкам окружающих, нечувствительность к неудачам в общении, они спокойны, уверены в себе при социальном взаимодействии. У второй группы средние баллы, это означает, что у них нет явных проблем в общении, но они довольно часто могут испытывать дискомфорт при неудачах во взаимодействии с другими людьми. Чувствую себя неуютно в новых компаниях, но, если они почувствуют, что люди близки им по духу, дискомфорт при общении пропадает.

По результатам исследования, можно сделать вывод, что наибольшее значение на социальную тревогу оказывают такие аспекты структуры личности как эмоциональность и социальная эмоциональность. По последним двум показателям наиболее четко видны различия между группами.

Таким образом, гипотеза о существовании различий в структуре темперамента у людей с разной выраженностью социальной тревоги подтвердилась.

Библиографический список:

1. Баринов Д. Н. Социальные тревоги как феномен общественной жизни (Социально-философский анализ). М.: Московский государственный технологический университет «Станкин», 2011. – 348 с.
2. Ильин Е. П. Психология страха. СПб.: Питер, 2015. - 384с.
3. Левицкий В. Как преодолеть страхи. // Партнер. 2009. - № 2 (137). – С. 28-30.
4. Хасянов О.Р. Социально-демографическая характеристика Ульяновской области во второй половине 1940-х годов: постановка проблемы в отечественной исторической науке // Научный диалог. 2019. № 2. С. 338-349.
5. Ярин С. В. Социальная тревога. Социальная фобия. // [электронный ресурс] // Психологи на b17.ru – 2013 – URL: <https://www.b17.ru/article/15995/> // (дата обращения: 17.03.2018).

SOCIAL ANXIETY DIFFERENT PSYCHOLOGICAL TYPES

Safiullova E. O.

Key words: *psychology, temperament, social anxiety, social subject, anxiety scale, questionnaire survey.*

In the article on the basis of empirical data obtained in the course of psychological testing of students of 1-2 courses, the level of psychological anxiety depending on the psychotype is considered.