

## ТРЕВОЖНОСТЬ И ЕЁ СВЯЗЬ С САМООЦЕНКОЙ ЛИЧНОСТИ

**Амайрех А. Б., Кузьмин М. Ю.**

*ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет», Иркутск, Россия  
E-mail: amiramaireh@gmail.com*

Проблема тревожности занимает особое место в современном научном психологическом знании. Исследования феномена тревожности, его истоков, причин и форм проявления получили свое развитие во многих работах зарубежных (З. Фрейд, К. Хорни, А. Адлер, Ч. Спилбергер) и отечественных (А. М. Прихожан, Л. И. Божович, В. М. Астапов) психологов. Существуют различные трактовки данного термина. В зависимости от концепции, тревожность рассматривается как:

- состояние напряженности;
- характеристика эмоционально-мотивационной сферы, подразумевающая наличие негативных эмоций, причина которых часто неосознаваемая;
- индивидуальное свойство личности, проявляющееся в склонности к частым переживаниям состояний тревоги и беспокойства.

Нами в данной работе тревожность будет пониматься именно как устойчивое свойство личности. Тревожность оказывает активное влияние на формирование самооценки человека. Целью нашей работы является исследование особенностей взаимосвязи тревожности и самооценки. Можно предположить, что уровень тревожности отрицательно коррелирует с уровнем самооценки.

В нашем исследовании приняли участие студенты 1-го и 2-го курсов дневного отделения факультета психологии, в количестве 54 человек, возрастом от 17 до 30 лет. Использовались опросник Спилбергера – Ханина и методика «Изучение самооценки с помощью процедуры ранжирования» Б. А. Сосновского.

Полученные данные по методике Спилбергера – Ханина отражены в табл. 1. По результатам можно сказать, что большая часть испытуемых (56,25 %) имеют высокие показатели уровня личностной тревожности. Говоря о ситуативной тревожности, можно заметить, что было выявлено равное общее количество испытуемых с высокими и средними показателями по данной шкале. При этом хочется подчеркнуть разницу в результатах между мужчинами и женщинами: у мужчин по обеим шкалам преобладает средний уровень тревожности, в то время как у женщин в основном превалирует высокий уровень как ситуативной, так и личностной тревожности.

Таблица 1

## Результаты исследования тревожности

Уровень тревожности	Мужчины	Женщины	Общее
Личностная тревожность (%)			
Высокий	25	62,5	56,25
Средний	75	37,5	43,75
Низкий	-	-	-
Ситуативная тревожность (%)			
Высокий	-	55	45,83
Средний	87,5	37,5	45,83
Низкий	12,5	7,5	8,3

Для определения соотношения личностной и ситуативной тревожности нами был проведен корреляционный анализ. В ходе проведения корреляционного анализа была получена значимая связь между переменными ( $r = 0,709$ ,  $p < 0,0001$ ). Обнаружена положительная корреляция, следовательно, чем выше показатели по шкале ситуативной тревожности, тем выше они по шкале личностной тревожности и наоборот. Можно предположить, что величина личностной тревожности характеризует прошлый опыт индивида, значит, частота возникновения ситуативной тревожности обуславливает величину личностной. Личностная тревожность также определяет особенности функционирования ситуативной тревожности при ее актуализации, таким образом, можно сделать вывод о двусторонней связи личностной и ситуативной тревожности.

В рамках следующего этапа мы измерили уровень самооценки испытуемых посредством методики «Изучение самооценки с помощью процедуры ранжирования». Результаты отражены в табл. 2, где данные по шкалам завышенной и заниженной самооценки распределены практически идентично с небольшими числовыми различиями.

Таблица 2

## Результаты исследования самооценки

Уровень самооценки	Количество испытуемых (%)
Завышенная	34,2
Адекватная	26,4
Заниженная	39,4

Выявленные показатели тревожности каждого испытуемого сопоставлялись с его уровнем самооценки с помощью корреляционного анализа с вычислением коэффициента корреляции Спирмана. Была выявлена отрицательная корреляционная связь между показателями тревожности и самооценки ( $r = -0,659$ ,  $p < 0,0001$ ). Таким образом, результаты нашего исследования показали, что взаимосвязь между уровнем тревожности и уровнем самооценки имеет обратно-пропорциональный характер.