

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра общей и социальной психологии

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ТЕМПЕРАМЕНТА И ТРЕВОЖНОСТИ В
ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

Полное наименование темы бакалаврской работы

АВТОРЕФЕРАТ

Студента (ки) 5 курса 510 группы

Направления 37.03.01 «Психология»

Факультета психологии

Финогентовой Кристины Маратовны

(ФИО студента)

Научный руководитель

доцент, к.пед.н.

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Жижина М.В.

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

декан, д.псих.н.

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Аксеновская Л.Н.

инициалы, фамилия

Саратов, 2017

ВВЕДЕНИЕ

Тревожность – это одна из типичных проблем, с которой сталкивается психолог. Она является ярким признаком школьной дезадаптации ребенка. Высокий уровень тревожности, отрицательно влияет на все сферы жизни человека: на его способность к обучению, на его общение с окружающим миром, на здоровье и общее психологическое благополучие. В переходном возрасте, проблема тревожности приобретает особую актуальность. Это связано с многочисленными психологическими, физическими и социальными трудностями подростка.

В настоящее время большое значение имеет разработка новых методов снижения уровня тревожности и возможность предупреждения появления этой личностной черты. Однако для этого необходимо знать причины её формирования.

Распространенность проблемы тревожности среди подростков, её негативное влияние на развитие личности и недостаточная изученность причин формирования тревожности определяют актуальность данной работы.

Целью работы является исследование взаимосвязи темперамента и уровня тревожности у подростков.

Объект исследования – особенности темперамента и различные виды тревожности у подростков.

Предмет исследования – причины формирования тревожности.

Гипотеза исследования – индивидуально-типологические особенности темперамента влияют на уровень тревожности подростков.

Задачи исследования:

1. Проанализировать представления о взаимосвязи темперамента и тревожности в современной научной литературе;
2. Организовать и провести эмпирическое исследование взаимосвязи темперамента и тревожности у подростков;
3. Обработать и анализировать результаты проведенного эмпирического исследования;
4. Сформулировать выводы о закономерностях взаимосвязи темперамента и тревожности, исходя из результатов проведенного исследования.

Понятие темперамента и тревожности в современной психологии

Темперамент наиболее четко рассматривается с точки зрения концепции «двухаспектности психики, развиваемой в рамках дифференциальной психофизиологии видными советскими психологами — Б.М. Тепловым, В.Д. Небылицыным, В.С. Мерлиным и их учениками. Суть этой концепции состоит в следующем. Утверждается возможность на определенном уровне научного исследования выделения в индивидуальной психике человека двух аспектов: формально-динамического (называемого также психодинамическим) и содержательного.

Темперамент проявляется во всех сферах психической деятельности человека, но связан не с содержанием психической деятельности, а с формой ее осуществления: темперамент «определяет формально-динамическую, процессуальную сторону психики человека и при его характеристике он отвечает на вопрос «как темперамент характеризует не уровень достижений человека (люди разного темперамента могут добиться одинаково высоких достижений), а способ достижений».

Традиционная психофизиологическая оценка темперамента изменяется и вместо двух параметров — активности и чувствительности — включает уже четыре компонента: эргичность (выносливость), пластичность, скорость и эмоциональность (чувствительность). По мнению Русалова В.М., все эти компоненты темперамента биологически и генетически обусловлены. Темперамент зависит от свойств нервной системы, а они уже рассматриваются как основные характеристики функциональных систем, обеспечивающих интегративную, аналитическую и синтетическую деятельность мозга, всей нервной системы в целом.

Теории и история изучения темперамента

Изучение темперамента имеет непростую и не однозначную историю. В настоящее время, темперамент по-прежнему относится к числу недостаточно изученных психических явлений.

Рассмотрим главные этапы развития научных представлений о темпераменте человека.

Гуморальные теории темперамента. Термин «темперамент», что в переводе обозначает «соразмерность, надлежащее соотношение черт», возник в античности на основе учения древнегреческого врача Гиппократ (VI-V век до н.э.). Гален выделил и дал названия четырем типам темперамента человека: сангвиник (от лат. sanguis – кровь), флегматик (от греч. phlegma – слизь), холерик (от греч. chole – желчь) и меланхолик (от греч. melas chole – черная желчь). Для каждого типа темперамента он составил психологический портрет.

Конституционально-типологические теории темперамента. В 1921 году Э.Кречмер представил новый взгляд на темперамент. Опираясь на результаты своих исследований, Кречмер связал темперамент человека с индивидуальными различиями в телосложении – формой тела, его пропорциями, ростом, весом, величиной жировых отложений. По его мнению, каждому определенному типу телосложения человека можно соотнести определенные психологические особенности.

Концепция темперамента разработанная в 1940-х гг американским врачом и психологом У.Шелдоном, схожа с теорией Кречмера. Основываясь на эмбриологии, с одной стороны, и пользуясь специально разработанной фотографической техникой и сложными антропометрическими измерениями, с другой стороны, Шелдон пришел к выводу о том, что темперамент человека зависит от преобладающего развития одной из трех тканей, берущих начало из трех зародышевых лепестков эмбриона.

Выделим то, что теории темперамента Кречмера и Шелдона в большинстве своем имеют множество сходств. Однако и та, и другая концепция подвергались критике.

Нейродинамические теории темперамента. Новый подход к исследованию темперамента был разработан в 1920-1930-х гг. известным отечественным физиологом И.П. Павловым. Павлов исследовал высшую нервную деятельность живых организмов, проводил многочисленные эксперименты на собаках. В результате этих экспериментов он пришел к выводу о том, что в основе темперамента лежат не свойства жидкостей или телесных тканей, а особенности функционирования нервной системы, а именно – свойства нервных процессов возбуждения и торможения.

Исходя из этого, И.П. Павлов выделил три основных свойства нервных процессов и четыре типа темперамента, основанных на комбинации этих свойств.

Наиболее разработанной является типология темперамента И.П. Павлова, описанная на основании выделенных его последователями свойств темперамента.

Можно сказать, что на современном этапе развития науки темперамент человека изучен недостаточно.

Представления о тревожности в современной психологии

Точки зрения различных авторов на значение понятия «тревога» неоднозначны. Общим мнением для большей части определений тревоги является, во-первых, то, что данный термин относят к отрицательному эмоциональному состоянию, т.е. вызывающим психологический дискомфорт, и порождающим определенное нервно-психическое напряжение. Во-вторых, в основном большинство мнений указывают на то, в отличие от страха, представляющего собой эмоциональную реакцию на конкретную опасность, тревога не имеет четко обозначенного объекта, на который она направлена. Также стоит отметить, что, поскольку, как и любая другая эмоция, тревога связана с потребностями человека, а основные социальные потребности у каждой личности различны, то и поводы для тревоги, связанной с этими потребностями, у каждого человека индивидуальны.

Проявление тревоги также можно выделить на физиологическом и поведенческом уровнях. Из физиологических проявлений тревоги можно отметить учащенное сердцебиение и дыхание, тремор, потливость, диарею, мышечное напряжение, увеличение минутного объема циркуляции крови, повышение артериального давления, возрастание общей возбудимости, снижение порога чувствительности и т.п. Поведенческие проявления тревоги особенно отчетливо выражены у детей: для них характерны беспокойный взгляд, суетливость, напряженность, плач или отчаянный крик при изменении ситуации.

Физиологически выраженные проявления тревоги объясняются ее биологическим значением, т.к., как и другие врожденные эмоции, тревога помогает приспособлению (адаптации) организма к среде.

Взаимосвязь темперамента и тревожности

Взаимосвязь между тревожностью и темпераментом обуславливается тем, что и одно, и другое основывается на биологической основе. Особенностью эмоциональной сферы считается именно сфера проявления темперамента.

С точки зрения большинства авторов, повышенная тревожность в большей степени свойственна меланхоликам. В более открытом виде эта концепция описана в трудах Д.Н.Узнадзе. Он дает характеристику эмоциональной сферы каждого типа темперамента и приводит типы темперамента в соответствие с классификацией эмоций.

Взаимосвязь между тревожностью и темпераментом определенно существует и не подлежит сомнению, но все же конкретные проявления данной взаимосвязи в современной психологии изучены не в полной мере.

Особенности проявлений темперамента и тревожности в подростковом возрасте

Так как темперамент обусловлен биологическими факторами, его первые проявления можно заметить уже у новорожденных. В свой черед, тревожность, обусловленная как биологическими, так и социальными факторами; как устойчивая черта, она формируется обычно в детстве. Следовательно, к подростковому возрасту, ребенок имеет уже с «готовый» темперамент и определенный уровень тревожности. Но притом, что в связи с созреванием нервной системы часть особенностей темперамента может проявиться только в подростковом возрасте, а в связи с социальными факторами уровень тревожности и вовсе может измениться.

В период подросткового возраста у человека полностью меняется вся система внутренней психической деятельности и его взаимоотношения с внешним миром. Окончательно развиваются все психические процессы, завершается формирование личности, на основе чувства взросления происходит становление самосознания. Осуществляется значительное изменение приоритетов подростка: взаимоотношения в родительской семье и учеба в школе уступают место ключевой деятельности подростка – общению со сверстниками.

Подростки с повышенным уровнем тревожности, чаще всего, испытывают эмоциональный дискомфорт во всех вышеперечисленных сферах жизнедеятельности.

Подростки с повышенным уровнем тревожности находятся в постоянном неблагоприятном психологическом состоянии, испытывают усталость, беспокойство, подавленность и раздражительность. Повышенный уровень тревожности подростков создает проблемы в общении со сверстниками и ослабляет уровень успешности обучения в школе, так как имеет связь с общей социально-психологической дезадаптацией подростков.

Можно предположить, что, так как подростковый возраст является кризисным и сопровождается стрессом, то наибольший уровень тревожности имеют подростки-меланхолики как представители наименее адаптируемого типа темперамента. Также можно предположить, что тип темперамента с наименьшим уровнем тревожности – это подростки-сангвиники, так как они наиболее адаптируемые и стрессоустойчивые, а подростки-холерики и флегматики имеют, приблизительно, средний уровень тревожности. Исходя из тех же выводов о кризисном периоде, можно также предположить, что у подростков вышеперечисленные различия должны являться более выраженными, чем у взрослых или у детей младшего школьного возраста.

Выполненный теоретический анализ позволяет сделать вывод о том, что темперамент также как и тревожность является биологически обусловленным психическим свойством. Эти свойства имеют непосредственную связь с эмоциональной сферой личности: темперамент дает нам представление об эмоциональности человека, а тревожность указывает на предрасположенность человека испытывать чувство тревоги. Таким образом, можно предположить, что темперамент является одним из основных факторов, имеющих влияние на развитие тревожности личности.

Выводы эмпирического исследования взаимосвязи темперамента и тревожности у подростков

Установлено, что высокий уровень тревожности у подростков в подавляющем большинстве случаев обусловлен высокой возбудимостью центральной нервной системы, а низкий может быть обусловлен как слабостью процессов возбуждения, так и их чрезмерной силой, с последующим развитием запредельного торможения, снижающего уровень тревоги.

Повышенному уровню тревожности у подростков в значительной части случаев соответствует высокая степень подвижности нервных процессов, а низкой тревожности – инертность (относительно малая подвижность) нервной системы.

В ходе эмпирического исследования установлено, что холерический тип темперамента наиболее тесно коррелирует со всеми изучаемыми видами тревожности – общей, школьной, самооценочной и межличностной. Сангвистический и меланхолический типы темперамента коррелируют с этими видами тревожности гораздо слабее, а у подростков-флегматиков и вовсе не удалось обнаружить статистически значимых взаимосвязей между показателями темперамента и различными видами тревожности.

Высоким уровням спонтанности (импульсивности) и стеничности (агрессивности), оцениваемым по методике ИТО, разработанной Л.Н. Собчик, в подавляющем большинстве случаев соответствует низкая степень выраженности всех изучаемых видов тревожности у подростков – общей, школьной, самооценочной и межличностной.