

Связь социальной ангедонии и социальной тревожности с эмоциональной дезадаптацией студентов

Козырева Анастасия Даниловна

Студент (специалист)

Курский государственный медицинский университет, Кафедра общей и клинической психологии, Кафедра общей и клинической психологии, Курск, Россия

E-mail: nastya_kozyreva_2002@mail.ru

Введение

Вся деятельность студентов связана с повышенной интеллектуальной и психоэмоциональной нагрузкой, что требует напряжения адаптивных механизмов и может повышать риск возникновения стресса. [2] Жизненная ситуация с подобными характеристиками часто становится причиной эмоциональной дезадаптации и субклинических проявлений расстройств адаптации. В связи с этим встает вопрос о факторах, затрудняющих успешное совладание студентов с жизненным стрессом. [1]

Социальная ангедония - сниженная способность испытывать удовольствие от социального взаимодействия. [4]

Социальная тревожность - включает в себя такие параметры, как повышенная озабоченность оценками со стороны других, высокий уровень стресса в социальных ситуациях, а также избегание этих ситуаций. [5]

Социальная тревожность, и социальная ангедония приводят к:

- дефициту социального опыта;
- отсутствию ощущения интегрированности в общество;
- депрессивным реакциям;
- трудностям управления эмоциями.

Перечисленные факторы и специфика обучения в ВУЗе приводят к эмоциональной дезадаптации, проявляющейся псевдоадаптивным поведением: избеганием, руминацией и трудностями ментализации, а также депрессивными реакциями. [3]

Целью исследования является изучение связи социальной тревожности и социальной ангедонии с эмоциональной дезадаптацией у студентов, с целью обоснования необходимости учета социальной тревожности и социальной ангедонии, как компонентов психологического сопровождения субъектов образовательного процесса.

Материалы и методы

Выборку составили студенты 2 и 3 курсов ФГБОУ ВО КГМУ Минздрава России клинической психологии и лечебного факультетов. Общий объём выборки составил 71 человек. Средний возраст испытуемых - 20 ± 2 года (18-22 года).

Экспериментально-психологический метод, используемый в исследовании включает использование психодиагностических методик: «Диагностика социальной ангедонии» (RSAS), адаптация А. Б. Холмогоровой; «Шкала социального избегания и дистресса» (SADS); «Шкала страха негативной оценка» (FNE); «Опросник эмоциональной дисрегуляции», Н. А. Польская; «Шкала депрессии А. Т. Бека» (BDI), адаптация Н. В. Тарабриной. Для *статистического анализа* были использованы методы описательной статистики (анализ средних тенденций — мода, медиана и среднее, изменчивости признака - размах, стандартное отклонение); метод сравнительной статистики (непараметрические критерии U Манна-Уитни) и корреляционный анализ (коэффициент ранговой корреляции R Спирмена). Все расчеты проводились с использованием статистического пакета фирмы STATISTICA 8.0.

Результаты и обсуждение

При сравнительном исследовании групп студентов клинической психологии и лечебного факультетов по критерию U Манна-Уитни статистически значимых различий в показателях социальной тревожности, социальной ангедонии и эмоциональной дезадаптации не обнаружено ($p\text{-level}>0,1$). На основании полученных данных можно сделать вывод о том, что психологическая компетентность не влияет на подверженность социальной тревожности, социальной ангедонии и эмоциональной дезадаптации.

Получены статистически значимые различия в группах студентов с разными уровнями выраженности ангедонии по следующим параметрам: эмоциональная дезадаптация, руминация ($p\text{-level}=0,03$), трудности ментализации ($p\text{-level}=0,03$), депрессия ($p\text{-level}=0,04$).

Кроме того, данные исследования свидетельствуют о том, что студенты с высоким уровнем социальной ангедонии испытывают трудности в распознавании, как собственных эмоций, так и в понимании переживаний и поступков других людей, их отличает меньшая готовность участвовать во взаимодействии с другими людьми и реагировать на них позитивными чувствами.

При корреляционном анализе по критерию R Спирмена выявлены положительные корреляционные связи между социальной ангедонией, социальной тревожностью и факторами эмоциональной дезадаптации ($p\text{-level}<0,05$).

Наиболее значимыми корреляциями являются положительная прямая взаимосвязь между показателями социального избегания и параметрами «руминация» и «избегание», то есть фиксация на негативных эмоциях и уклонение от эмоциогенного опыта еще больше усиливает негативные ожидания относительно социального взаимодействия, тревогой и дискомфортом в процессе социальных интеракций.

Социальная ангедония и социальная тревожность, являясь следствием накопления опыта переживания отрицательных эмоций от социального взаимодействия, приводят к фиксации на негативных переживаниях, что ведет к нарастанию интенсивности негативных эмоций и приводит к эмоциональной дезадаптации и фиксации малопродуктивных поведенческих паттернов, таких как избегание, помогающих справиться со стрессом.

Заключение

Студенты с выраженными уровнями социальной ангедонии и социальной тревожности склонны к застреванию, болезненным размышлениям и стереотипным возвращениям к негативным эмоциональным состояниям, стремятся избегать переживания, обладающие высоким аффективным зарядом.

Повышение показателей социальной ангедонии и социальной тревожности способствует возникновению проблем понимания собственных и чужих эмоций, чувства беспомощности перед эмоциями, и обнаруживает себя в снижении способности к релевантной интерпретации собственного опыта и поведения других людей.

Данные о выраженности социальной ангедонии и депрессивного состояния и реакций у студентов, а также обнаруженные значимые связи социальной ангедонии и социальной тревожности с эмоциональной дезадаптацией студентов являются основанием учета социальной тревожности и социальной ангедонии как компонентов психологического сопровождения образовательного процесса.

Источники и литература

- 1) Краснова В.В., Холмогорова А.Б. Социальная тревожность и ее связь с эмоциональной дезадаптацией, уровнем стресса и качеством интерперсональных отношений у студентов // Вопросы психологии. – 2011. №3. – С. 49-58.
- 2) Мартяшева Е.Ю. Особенности стрессогенных факторов у студентов-первокурсников с разным уровнем адаптации. – Челябинск: ЮУрГУ, 2018. – 71 с.

- 3) Польская Н.А., Разваляева А.Ю. Разработка опросника эмоциональной дисрегуляции // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 4. С. 71-93.
- 4) Рычкова О.В., Холмогорова А.Б. Адаптация методики диагностики социальной ангедонии (RSAS) на российской выборке // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 4. С. 62-96.
- 5) Холмогорова А.Б., Авакян Т.В., Клименкова Е.Н., Малюкова Д.А. Общение в интернете и социальная тревожность у подростков из разных социальных групп // Консультативная психология и психотерапия. – 2015. №. 4. – С. 102-129.