

<https://doi.org/10.52387/1811-5470.2022.3.07>
 CZU: 159.942-053.6

DEMERSUL EXPERIMENTAL AL ANXIETĂȚII LA ADOLESCENȚI

Iulia RACU,

doctor habilitat în psihologie, conferențiar universitar,
 Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău,
cercetător științific coordonator,
 Institutul de Științe ale Educației
ORCID iD: 0000-0002-9096-7121;

Mirela STANCIU,

doctorandă, Școală Doctorală de Psihologie,
 Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău
ORCID iD: 0000-0001-9569-6183

Rezumat. *Articolul cuprinde rezultatele unui studiu experimental al anxietății la adolescenții contemporani. În lotul de subiecți am încadrat un număr de 269 de adolescenți (123 adolescenți și 146 adolescente) cu vârsta cuprinsă între 14 și 19 ani. Pentru a descoperi nivelurile de manifestare și specificul anxietății la adolescenți, am aplicat următoarele teste și scale: Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck și Scala de manifestare a anxietății Taylor. În rezultat, am evidențiat că un număr mare de adolescenți demonstrează un nivel moderat și ridicat de anxietate. În ceea ce privește dimensiunea „gen”, adolescentele se caracterizează prin anxietate mai accentuată comparativ cu adolescenții. Dimensiunea „vârstă” pune în lumină o anxietate mai ridicată la adolescenții de 16–17 ani.*

Cuvinte-cheie: *anxietate, dimensiunea „gen”, „vârstă”, adolescenți de 14–15 ani, adolescenții de 16–17 ani, adolescenții de 18–19 ani.*

EXPERIMENTAL RESEARCH OF ANXIETY IN ADOLESCENCE

Abstract. *The given article describes the results of an experimental research of anxiety at contemporaneous adolescents. In experimental group we included 269 adolescents (123 boys and 146 girls), 14–19 years old. In order to establish the level and the specific of anxiety in adolescence we applied the following tests: Eysenck test self-assessment of mental states and Manifest anxiety scale by Taylor. As results we discover that a lot of adolescents have a medium and a high level of anxiety. In terms of gender anxiety is more characteristic for girls than boys. The age dimensions highlight that 16–17 years old adolescent manifest more anxiety.*

Keywords: *anxiety, gender dimension, age, 14–15 years old adolescents, 16–17 years old adolescents, 18–19 years old adolescents*

Deși actualmente sunt foarte multe studii și cercetări științifice cu referire la particularitățile vârstei adolescente, în contextul noilor provocări societale încă mai sunt necesare cercetări cu referire la această vârstă. Cercetările indică faptul că în adolescență se produc importante modificări în domeniul biologic, domeniul funcțiilor și proceselor psihice, precum și în domeniul psihosocial. O schimbare fundamentală din adolescență pe planul dezvoltării biologice este faptul că adolescentul ajunge să arate exact ca un adult. În plan psihologic transformările prin care trece adolescentul, de regulă, sunt extrem de rapide și

de o profundă complexitate, cu un tempo intens în cazul unor însușiri psihice și cu curs încet în cazul altor funcții și caracteristici psihice. În planul proceselor psihice vom evidenția o nouă gândire, raționalizare și înțelegere, trecerea la structurile ipotetico-deductive, în cel psihosocial adolescenții prezintă importante schimbări privind identitatea de sine și modalități de interrelaționare cu semenii, sexul opus și adulții. Acest stadiu al dezvoltării umane poate condiționa probleme emoționale și comportamentale. O problemă emoțională cu care se confruntă destul de frecvent adolescenții este trăirea anxietății.

1. Articolul este elaborat în cadrul proiectului „Bazele teoretice și metodologice ale asigurării activității psihologice în sistemul de învățământ general din perspectiva abordărilor societale contemporane”. Cifrul: 20.80009.1606.10.

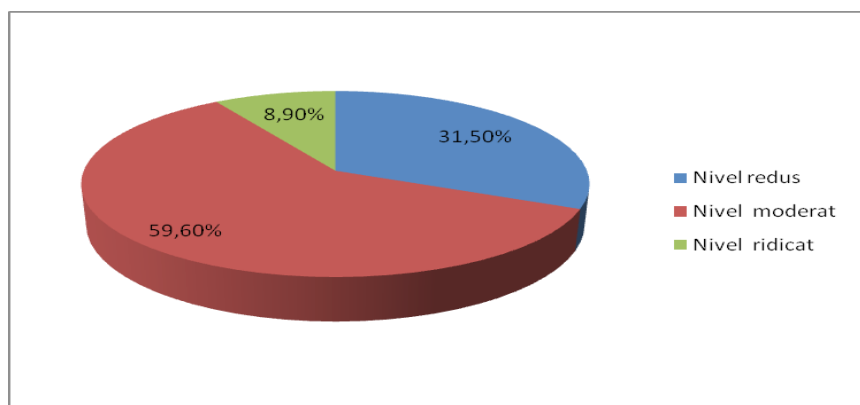


Figura 1. Frecvențele pentru nivelurile redus, moderat și ridicat de anxietate la adolescenți

Metodologia cercetării. Conform celor expuse, am investigat experimental anxietatea la adolescenții contemporani. Lotul de subiecți a cuprins 269 de adolescenți (123 adolescenți și 146 adolescente) cu vârsta cuprinsă între 14 și 19 ani, elevi din clasele a IX-a – a XII-a. A fost posibil să investigăm nivelurile de anxietate prin administrarea pe întregul lot de subiecți *Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck* și *Scala de manifestare a anxietății Taylor*.

Rezultate și discuții. *Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck* pune în lumină câteva dimensiuni importante: agresivitatea, frustrarea, rigiditatea și anxietatea. Figura 1 prezintă frecvențele adolescenților din lotul experimental pentru nivelul scăzut, mediu și ridicat de anxietate.

Analiza frecvențelor din figura 1 ne permite să evidențiem prezența nivelului redus, mediu și ridicat de anxietate la adolescenți. Anxietatea de nivel redus se întâlnește la 31,50% din adolescenți. Anume acest nivel de intensitate nu afectează în mod negativ activitatea și viața adolescenților. Adolescenții pot fi caracterizați ca fiind stabili din punct de vedere emoțional, dau dovadă de rezistență și de un grad înalt de adaptabilitate la situațiile noi și imprevizibile, dar și la cele obișnuite, ce fac parte din viața cotidiană. Aceștia își pot mobiliza energia psihică și toate resursele interioare astfel încât să poată gestiona situațiile problematice și dificultățile cu care se confruntă. Totodată, la ei se evidențiază și stăpânirea de sine, încrederea în sine și o bună cunoaștere a propriei persoane. Sunt sociabili și stabilesc cu o deosebită ușurință relații interpersonale, acestea fiind agreabile, pozitive și armonioase. Nivelul redus de anxietate este absolut necesar adolescenților, pentru că are efect motivant și de mobilizare.

Cu îngrijorare constatăm că cei mai mulți adolescenți, peste jumătate dintre ei (59,60%), prezintă

un nivel moderat de anxietate. Adolescenții cu nivel moderat de anxietate sunt nesiguri, nu au deplină încredere în propriul potențial, în propriile capacități și abilități. Ei întâmpină dificultăți în comunicare cu semenii și alte persoane, în stabilirea de relații interpersonale durabile și armonioase, destul de rar manifestă inițiativă, au rețineri în a-și exprima în public ideile și opiniile proprii. Adolescenții cu nivel moderat de anxietate au tendința de a anticipa obstacolele în atingerea unor obiective și activități. Nivelul moderat de anxietate poate fi însoțit de provocări și manifestări psihosomatice, pe care adolescentul nu întotdeauna le poate recunoaște, detecta și înțelege. Trăirea anxietății la acest nivel de intensitate pentru perioade extinse de timp poate declanșa afecțiuni somatice.

8,90% dintre adolescenți au un nivel ridicat de anxietate. Adolescenții care trăiesc această emoție la un nivel ridicat de intensitate pot fi caracterizați ca fiind agitați, neliniștiți și plini de încărcătură și tensiune psihică. Au încredere redusă în propriile capacități și competențe și în succesul pe care îl pot atinge în confruntarea cu sarcinile de viață. Au tendința de a proiecta diferite obstacole și piedici. Anume aceste proiecții provoacă și condiționează anxietatea la adolescenți, care în permanență sunt alimentate de propriile gânduri și temeri. Anume aceste gânduri și temeri determină adolescenții să adopte o atitudine de neimplicare și evitare a anumitor activități și responsabilități. Nivelul ridicat de anxietate are consecințe negative atât asupra comportamentului adolescenților, cât și asupra stabilității psihoemoționale.

Demersul constativ al anxietății la adolescenți a cuprins evidențierea nivelurilor de manifestare a anxietății, în funcție de dimensiunea „gen”, care sunt ilustrate în figura 2.

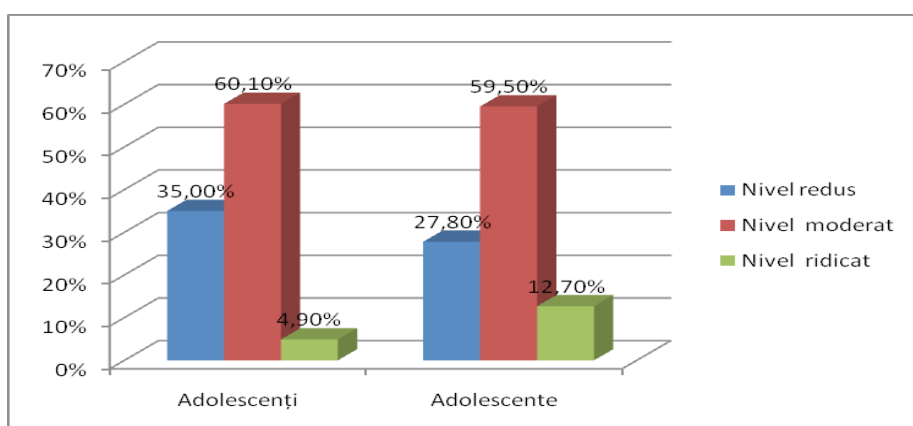


Figura 2. Frecvențele pentru nivelurile redus, moderat și ridicat de anxietate la adolescenți și adolescente

Adolescenții, în funcție de dimensiunea „gen”, prezintă următoarele frecvențe pentru cele trei niveluri de anxietate: 35% dintre adolescenți manifestă nivel redus de anxietate, 60,10% dintre adolescenți dau dovadă de nivel moderat de anxietate și 4,90% dintre adolescenți prezintă nivel ridicat de anxietate.

Adolescentele se disting prin frecvențe diferite pentru nivelurile anxietății: 27,80% dintre adolescente demonstrează nivel redus de anxietate, peste jumătate dintre adolescente (59,50%) au nivel moderat de anxietate și 12,70% dintre adolescente se caracterizează prin nivel ridicat de anxietate.

O analiză comparativă la nivelul lotului de subiecți, în funcție de dimensiunea „gen”, în ceea ce privește anxietatea ne permite să afirmăm că nivelul redus de anxietate are frecvențe mai mari în rândul adolescenților (35%), comparativ cu adolescentele (27,80%). Pentru nivelul moderat de anxietate

frecvențele adolescenților și cele ale adolescentelor sunt apropiate (60,10% și 59,50%). Frecvențele pentru nivelul ridicat de anxietate prezintă o tendință inversă, comparativ cu nivelul redus de anxietate: 12,70% dintre adolescente și 4,90% dintre adolescenți manifestă acest nivel de intensitate a anxietății.

Testul *T-student* pune în lumină existența diferențelor statistice semnificative pentru anxietate între rezultatele adolescenților ($m=1, 69$) și cele ale adolescentelor ($m=1, 84$) ($T=2,088$, $p \leq 0,05$) cu medie mai mare în rândul adolescentelor. Vom evidenția aici că adolescentele sunt mai anxioase, comparativ cu adolescenții.

Studiul anxietății la adolescenți a inclus examinarea nivelurilor de manifestare a anxietății, în funcție de dimensiunea „vârsta”, care pot fi vizualizate în figura 3.

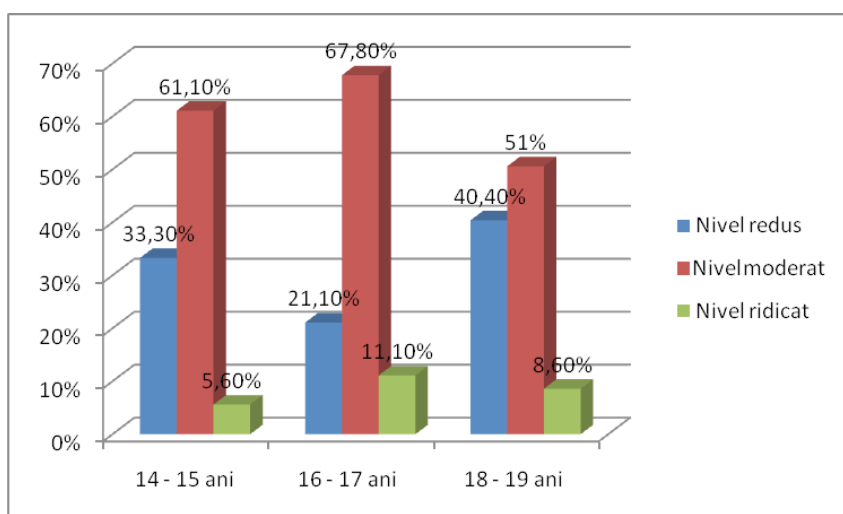


Figura 3. Frecvențele pentru nivelurile redus, moderat și ridicat de anxietate la adolescenții de 14 - 15 ani, 16 - 17 ani și cei de 18 - 19 ani

Frecvențele din Figura nr. 3 ne permit să menționăm că la adolescenții de 14-15 ani acestea se repartizează în felul următor: 33,30% din adolescenți manifestă nivel redus de anxietate, 61,10% au nivel moderat de anxietate și 5,60% dintre adolescenți se caracterizează printr-un nivel ridicat de anxietate.

O altă categorie de vârstă sunt adolescenții cu vârsta cuprinsă între 16 - 17 ani. Aici frecvențele au următoarea distribuție: 21,10% dintre adolescenți prezintă nivel redus de anxietate, o bună parte dintre ei (67,80%) demonstrează nivelul moderat de anxietate, iar nivelul ridicat de anxietate îl întâlnim la 11,10% dintre adolescenți.

La adolescenții de 18 - 19 ani atestăm următoarele: 40,40% dintre ei dau dovadă de nivel redus de anxietate, peste jumătate (51%) se caracterizează printr-un nivel moderat de anxietate și la 8,60% dintre adolescenți se observă un nivel ridicat de anxietate.

Comparând frecvențele pentru nivelurile anxietății, vom menționa că nivelul redus prevalează la adolescenții de 18 - 19 ani, fiind urmați de adolescenții de 14 - 15 ani și de cei de 16 - 17 ani (respectiv, 40,40%, 33,30% și 21,10%). În cazul nivelului moderat de anxietate se înregistrează următoarea tendință: 67,60% dintre adolescenții de 16 - 17 ani, 61,10% dintre cei de 14 - 15 ani și 51% dintre adolescenții de 18 - 19 ani au acest nivel de anxietate. Cea mai mare frecvență pentru nivelul ridicat de anxietate se întâlnește la adolescenții de 16 - 17 ani (12,10%), fiind urmați în descreștere de adolescenții de 18 - 19 ani (8,50%) și de cei de 14 - 15 ani (5,50%).

Conform testului *T-student*, identificăm diferențe statistice semnificative: între rezultatele adolescenților de 14 - 15 ani ($m=1,72$) și cei de 16 - 17 ani ($m=1,90$) ($T=2,074$ $p \leq 0,05$) cu o medie mai mare la

adolescenții de 16-17 ani, precum și între rezultatele adolescenților de 16-17 ani ($m=1,90$) și cei de 18-19 ani ($m=1,68$) ($T=2,401$ $p \leq 0,05$), cu o medie mai mare la adolescenții de 16-17 ani. Punctăm aici că adolescenții de 16-17 ani sunt mai anxioși, comparativ cu adolescenții de 14-15 ani și cei de 18-19 ani.

Anxietatea a fost evaluată de noi și prin administrarea *Scalei de manifestare a anxietății Taylor*. Frecvențele pentru nivelul redus, moderat și ridicat de anxietate sunt ilustrate în figura 4.

Rezultatele din figura 4 sunt următoarele: 2,20% dintre adolescenți au nivel redus de anxietate, cei mai mulți dintre adolescenți (66,30%) prezintă nivel moderat de anxietate și 31,50% dintre ei demonstrează nivel ridicat de anxietate.

Continuăm cu prezentarea coeficientului de corelație între anxietatea examinată prin administrarea *Testului Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck* și a anxietății conform *Scalei de manifestare a anxietății Taylor*.

Tabelul 1. Coeficientul de corelație între variabilele investigate

Variabilele cercetării	Coeficientul de corelație	Pragul de semnificație
Anxietate (Eysenck) / anxietate (Taylor)	$r=0,327$	$p \leq 0,01$

Tabelul 1 ilustrează existența unui coeficient de corelație între anxietate (*Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck*) și a anxietății (*Scala de manifestare a anxietății Taylor*) ($r=0,327$, $p \leq 0,01$). Acest fapt ne permite să punctăm că adolescenții cu nivel ridicat de anxietate la Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck se caracterizează și prin nivel ridicat de anxietate la Scala de manifestare a anxietății Taylor.

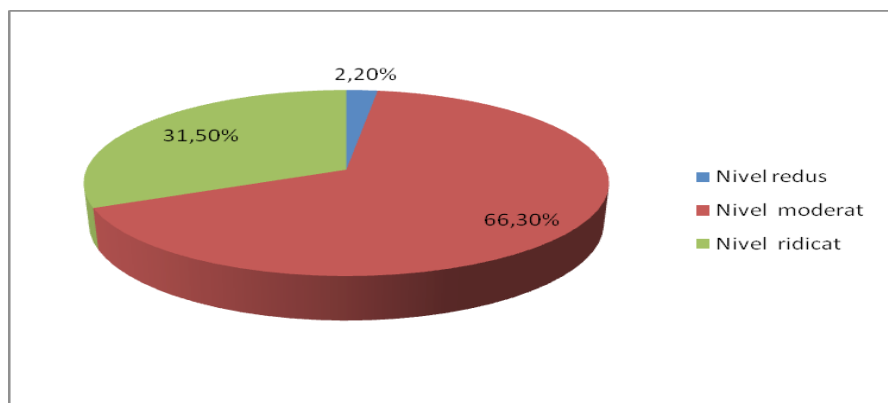


Figura 4. Frecvențele pentru nivelurile redus, moderat și ridicat de anxietate la adolescenți (Taylor)

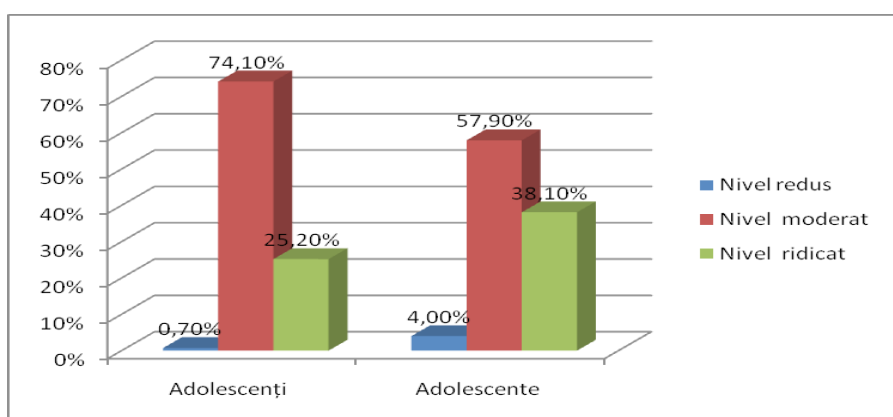


Figura 5. Frecvențele pentru nivelurile redus, moderat și ridicat de anxietate la adolescenți și adolescente (Taylor)

În figura 5 prezentăm frecvențele pentru anxietate la adolescenți și adolescente.

Conform figurii 5, putem menționa că la adolescenți frecvențele pentru nivelurile anxietății se distribuie după cum urmează: la 0,70% dintre ei atestăm un nivel redus de anxietate, la 74,10% - un nivel moderat, iar 25,20% dintre adolescenți prezintă un nivel ridicat de anxietate.

În rândul adolescentelor frecvențele se repartizează în modul următor: 4% dintre ele se caracterizează printr-un nivel redus de anxietate; cu îngrijorare evidențiem că peste jumătate din adolescente (57,90%) manifestă un nivel moderat de anxietate și 38,10% dintre adolescente trăiesc anxietatea la un nivel ridicat de intensitate.

Investigarea comparativă a frecvențelor pune în lumină următorul tablou de rezultate: nivelul redus de anxietate este mai mult caracteristic adolescentelor (4%), spre deosebire de adolescenți (0,70%).

Nivelul moderat de anxietate prevalează la adolescenți, comparativ cu adolescentele (respectiv, 74,10% și 57,90%). În ceea ce privește anxietatea de nivel ridicat, se poate afirma că fetele trăiesc această emoție într-un procent mult mai mare (38,10%), comparativ cu băieții (25,20%).

Cercetarea noastră investigațională continuă cu examinarea frecvențelor pentru nivelurile anxietății la adolescenții de 14 – 15 ani, cei de 16 – 17 ani și adolescenții de 18 – 19 ani.

Distribuția de rezultate pentru nivelurile de anxietate este următoarea: la 2,20% dintre adolescenții de 14 – 15 ani evidențiem un nivel redus de anxietate, la 65,60% dintre adolescenții de 16 – 17 ani constatăm un nivel moderat de anxietate, în timp ce la 32,30% dintre adolescenții de 18 – 19 ani atestăm nivel ridicat de anxietate.

O distribuție similară adolescenților de 14 – 15 ani prezintă și adolescenții de 16 – 17 ani: 2,20%

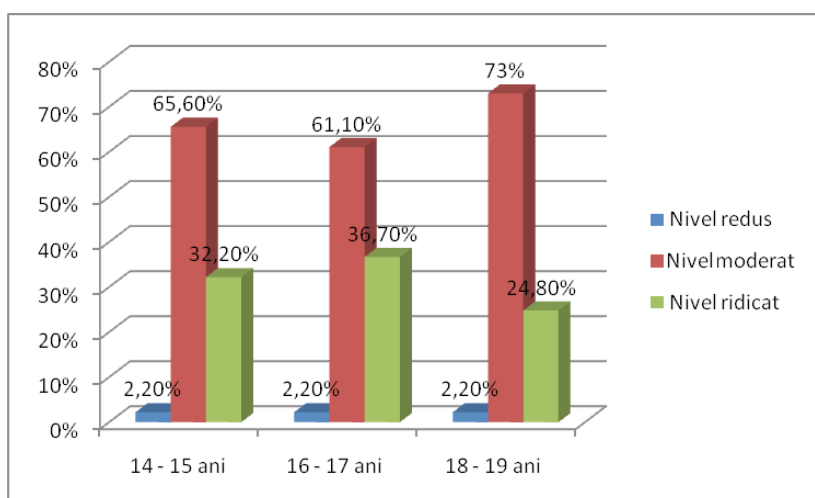


Figura 6. Frecvențele pentru nivelurile redus, moderat și ridicat de anxietate la adolescenții de 14 – 15 ani, 16 – 17 ani și cei de 18 – 19 ani (Taylor)

dintre adolescenți manifestă un nivel redus de anxietate, cei mai mulți dintre adolescenții de această vârstă demonstrează un nivel moderat de anxietate (61,10%) și mai mult de o treime dintre ei se caracterizează printr-un nivel ridicat de anxietate (36,67%).

În rândul adolescenților de 18 – 19 ani frecvențele au următoarea distribuție: 2,20% dintre adolescenți au un nivel redus de anxietate, 73% dintre aceștia manifestă un nivel moderat de anxietate și 24,70% - un nivel ridicat de anxietate.

Comparând frecvențele adolescenților, vom menționa că nivelul redus de anxietate are aceleași frecvențe (2,20% dintre adolescenții de 14 – 15 ani, 16 – 17 ani, 18 – 19 ani). Nivelul moderat de anxietate preponderent îl întâlnim la adolescenții de 18 – 19 ani (73%), în descreștere sunt frecvențele la adolescenții de 14 – 15 ani (65,60%) și adolescenții de 16 – 17 ani (61,60%). Nivelul ridicat de anxietate se regăsește cu cea mai mare frecvență la adolescenții de 16 – 17 ani (36,67%). O descreștere a frecvențelor este caracteristică adolescenților de 14 – 15 ani (32,30%) și cei de 18 – 19 ani (24,70%).

Reieșind din rezultatele obținute, menționăm că un număr mare al adolescenților contemporani resimt și trăiesc un nivel intens de anxietate (8,90% - Testul Autoaprecierea stărilor psihice Eysenck și 31,50% - Scala de manifestare a anxietății Taylor). Adolescențele manifestă o anxietate mai accentuată, comparativ cu adolescenții. Presupunem că anxietatea ridicată a adolescentelor reiese din specificul și caracteristicile vârstei adolescente. Intensificarea anxietății la adolescente este condiționată de schimbările și modificările biologice, ale identității de sine și de problemele și dificultățile cu care se confruntă acestea: relațiile cu semenii, cu sexul opus, neînțelegerile cu părinții, alegerile cu privire la propriul viitor etc. În același timp, consemnăm că dintre toate cele trei categorii de vârstă investigate (adolescenții de 14 – 15 ani, 16 – 17 ani și 18 – 19 ani), cel mai frecvent nivel ridicat de anxietate îl întâlnim la adolescenții de 16 – 17 ani. Creșterea anxietății odată cu vârsta poate fi explicată prin provocările privind propriul viitor, pregătirea pentru examenele de bacalaureat etc.

REFERINȚE BIBLIOGRAFICE

1. ADAMS G., BERZONSKY M. *Psihologia adolescenței. Manualul Balclwell*. Iași: „Polirom”, 2009.
2. GOLU F. *Manual de psihologia dezvoltării. O abordare psihodinamică*. Iași: „Polirom”, 2015.
3. RACU IU. *Psihologia anxietății la copii și adolescenți. Monografie*. Ed. a 2-a rev. și adăugită. Redactor științific: RACU IG. Chișinău: Tipografia UPS „Ion Creangă”, 2021.
4. RACU IU. *Anxietatea la preadolescenți și modalități de diminuare*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”. 2019.