

STUDIUL ANXIETĂȚII LA ADULȚI

*Iulia RACU, dr., conf. univ.,
Soltan LIDIA, psiholog*

Summary

The given article presents a research on an actual theme from modern psychology anxiety at adults. As result were established that anxiety is frequent at adults, 26% of adult from our research manifest a high level of anxiety. Sex and age determine anxiety. Anxiety is more common for women than men. Adults with age 20 – 30 years are more anxious comparative to 30 – 50 years adults. During age for men and women is specific the same trend: anxiety is decreasing with age. Also a relation between anxiety and personality trait were identified.

Anxietatea ca emoție umană, trăită de toți oamenii la un moment dat, este o stare normală și trecătoare. Însă, când simptomele anxietății se prelungesc, vorbim deja de tulburare emoțională care produce repercusiuni asupra tuturor sferelor de viață în care este implicat un individ uman) [3].

Pe parcursul evoluției psihologiei ca știință, de cele mai multe ori anxietatea este descrisă ca:

1. stare afectivă vagă, difuză, de neliniște și apăsare, nemotivată, fără un obiect precizat sau disproporționată cu factorii obiectivi care o determină în mod categoric, fiind dăătoare de disconfort [2, 3, 4].

2. trăsătură sau tendință stabilă a personalității de a percepe lumea din jur ca o amenințare și un pericol iminent [2, 4].

Una din posibilele vârste la care anxietatea se poate manifesta este vârsta adultă. Adolescența și vârsta adultă par a fi perioade sensibile pentru apariția și instaurarea anxietății.

Anxietatea cu debut în copilărie sau adolescență și anxietatea cu debut la vârsta adultă par să aibă o origine și traiectorie de dezvoltare diferite. Copiii și adolescenții anxioși a căror anxietate se perpetuează și la vârsta adultă tind să fi avut factori de risc importanți în copilărie cum ar fi tulburări neurobiologice sau de dezvoltare, familia dizarmonioasă sau instabilă. Odată cu vârsta adultă ar putea apărea

dificultăți cu confruntarea cu această vârstă. Pe de altă parte, pentru foarte mulți adulți, începutul maturității constituie un nou început, o șansă de a găsi roluri și contexte sociale noi, pentru unii adulți reducerea bruscă a structurării și a sprijinului ce însoțesc viața adultă, ar putea să-i descumpănească generând anxietate [1].

În contextul celor expuse, am întreprins o investigație a anxietății la adulți. Cercetarea experimentală a cuprins un eșantion de 100 de adulți cu vârsta cuprinsă între 20 și 50 de ani (50 de adulți – tineri de la 20 la 30 de ani și 50 de adulți de vârsta mijlocie – de la 30 la 50 de ani).

Pentru a evalua anxietatea și trăsăturile de personalitate la adulți, am administrat următoarele inventare: Scala de manifestare a anxietății Taylor și Chestionarul 16 PF Cattel.

Rezultatele pe nivele de anxietate la adulți sunt ilustrate în figura 1.

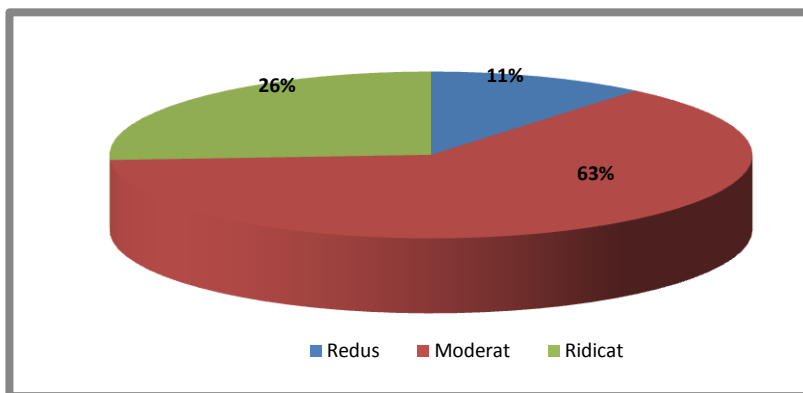


Fig. 1. Frecvența anxietății pe nivele la adulți

Rezultatele din figura 1 ne permit să atestăm că: 11% din adulți manifestă nivel redus de anxietate. Caracteristic acestor adulți le este prezența încrederii în sine, a securității sociale, rezistență la factorii de stres ai mediului, mulțumire de sine, liniște, calmitate și destindere.

Cei mai mulți dintre adulți ce au format lotul experimental (63%) prezintă nivel moderat de anxietate. Ei manifestă unele stări de anxietate în anumite situații cum ar fi: atunci când sunt suprasolicitați sau când simt că anumite probleme îi depășesc.

Îngrijorător este faptul că pentru 26% din adulți este specific nivelul ridicat de anxietate. Adulții cu nivel ridicat de anxietate se caracterizează prin neîncredere în sine, tendințe spre retragere, tendințe de culpabilitate, neliniște, insecuritate, timiditate, vulnerabilitate înaltă la stres și depresii.

Următoarea direcție în cercetarea noastră a fost să stabilim dacă se înregistrează diferențe de gen în anxietate la adulți.

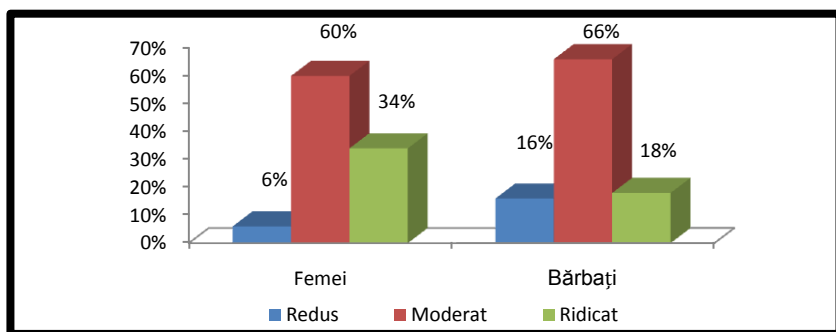


Fig. 2. Frecvența anxietății pe nivele la adulți în dependență de gen

Analiza comparativă a rezultatelor prezentate în figura 2 ne relevă următorul tablou: 6% din femei și 16% din bărbați manifestă nivel redus de anxietate. Pentru nivelul moderat de anxietate frecvența cea mai mare se întâlnește la bărbați (66%), în comparație cu (60%) femeii. La nivelul ridicat de anxietate rezultatele sunt inverse: 34% din femeii și 18% din bărbații au nivel ridicat de anxietate.

Analiza statistică ne permite să identificăm diferențe semnificative după testul U Mann Whitney între rezultatele bărbaților și

rezultatele femeilor ($U=12$, $p\leq 0,05$), cu rezultate mai mari pentru femei. Astfel femeile sunt mai anxioase în comparație cu bărbații.

Rezultatele pentru anxietate la adulți de diferită vârstă (adulții de 20 – 30 ani și adulții de 30 – 50 ani) sunt prezentate în figura 3.

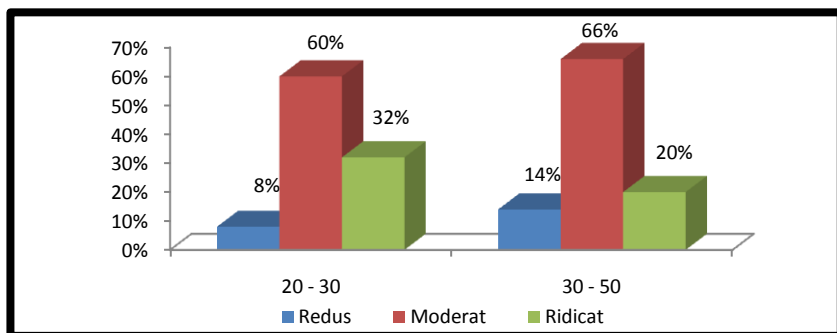


Fig. 3. Frecvența anxietății pe nivele la adulții de diferită vârstă

Nivelul redus de anxietate este mai mult caracteristic adulților de 30 – 50 de ani (14%), comparativ cu adulții de 8%. Pentru nivelul moderat frecvențele s-au repartizat în următorul mod: 60% din adulții de 20 – 30 de ani și 66% din adulții de 30 – 50 de ani prezintă nivel moderat de anxietate. Mai mult, adulții de 20 – 30 de ani (32%) manifestă nivel ridicat de anxietate decât (20%) din adulții de 30 – 50 de ani.

Rezultatele pentru anxietate, per ansamblu, la adulții de diferit gen și de diferită vârstă sunt ilustrate în figura 4.

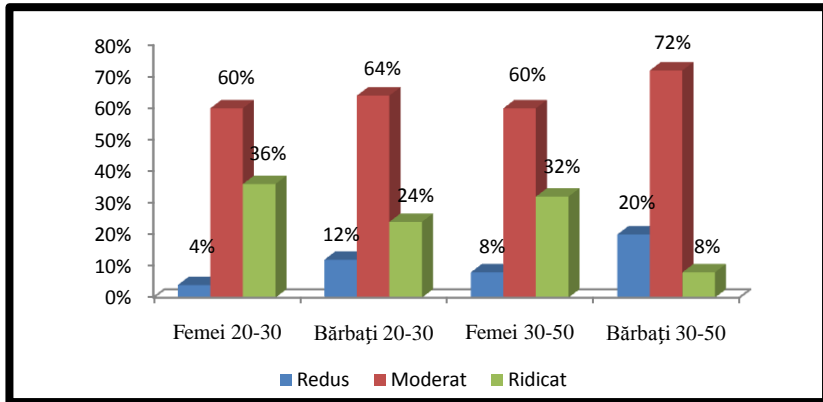


Fig. 4. Frecvența anxietății pe nivele la adulți în dependență de gen și vârstă

Studiind rezultatele adulților de 20 – 30 de ani, observăm că nivel redus este mai caracteristic bărbaților (12%), spre deosebire de femeile (4%). Aceeași tendință se păstrează și pentru nivelul moderat de anxietate (64% din bărbați și 60% din femeile manifestă nivel moderat de anxietate). Pentru nivelul ridicat de anxietate, vom remarca o schimbare a tendinței, astfel sunt mai multe femei anxioase (36%) decât bărbați (24%).

La bărbații și femeile de 30 – 50 de ani se înregistrează aceleași tendințe ca și la cei de 20 – 30 de ani.

Nivelul redus este mai frecvent la bărbați (20%) decât la femeile (8%). Procentual, sunt mai mulți bărbați (72%) cu nivel moderat de anxietate decât femeile (60%). Pentru nivelul ridicat de anxietate avem următoarele rezultate: 32% din femeile și 8% din bărbații manifestă nivel ridicat de anxietate.

Analiza statistică ne-a permis să identificăm diferențe semnificative după testul U Mann Whitney pentru nivelul ridicat al anxietății între rezultatele femeilor de 20 – 30 ani și rezultatele femeilor de 30-50 de ani ($U=0,5$, $p \leq 0,05$), cu rezultate mai mari pentru femeile cu vârsta cuprinsă între 20 și 30 de ani.

Comparând rezultatele femeilor de diferită vârstă, vom menționa că se atestă o tendință de descreștere a anxietății odată cu înaintarea în vârstă. Aceeași tendință este valabilă și pentru bărbați.

Cercetările psihologice, pe de o parte, menționează că anumiți factori de personalitate predispun spre anxietate, iar, pe de altă parte, afirmă că anxietatea este cea care produce modificări în personalitatea umană. Pentru a stabili legătura dintre anxietate și trăsăturile de personalitate, am administrat Chestionarul 16 PF Cattell.

Rezultatele pentru trăsăturile de personalitate la adulții cu diferite nivele de anxietate sunt prezentate în cele ce urmează.

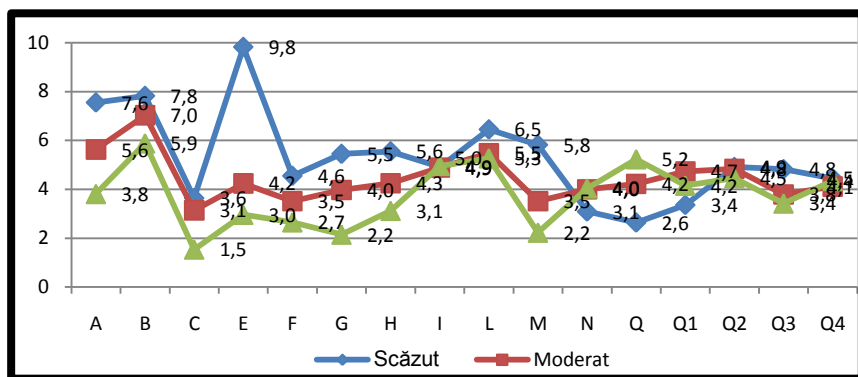


Fig. 5. Factorii de personalitate la adulții cu diferite nivele de anxietate

În urma analizei trăsăturilor de personalitate ale adulților cu diverse nivele de anxietate și în baza prelucrării statistice a datelor obținute, am stabilit că există o legătură de corelație semnificativă între nivelul de anxietate al adultului și anumite trăsături de personalitate. Astfel, putem accentua importanța a 5 factori ce influențează prezența anxietății la adulți: Factorul A: Schizotimia vs. Ciclotimia, Factorul C: instabilitate emoțională vs. stabilitate emoțională, Factorul G: supraeu slab vs. supraeu puternic, Factorul M: praxernia vs. autia și Factorul Q3: sentiment de sine slab vs. sentiment de sine puternic. În continuare vom prezenta punctajul mediu al adulților în dependență de nivelul lor

de anxietate pentru acești factori: Factorul A (adulții cu nivel redus de anxietate: 7,6, adulți cu nivel moderat: 5,6, adulți cu nivel ridicat: 3,8); Factorul C (adulții cu nivel redus de anxietate: 3,6; adulți cu nivel moderat: 3,1; adulți cu nivel ridicat: 1,5); Factorul G (adulții cu nivel redus de anxietate: 5,5; adulți cu nivel moderat: 4; adulți cu nivel ridicat: 2,2) Factorul M (adulții cu nivel redus de anxietate: 5,8; adulți cu nivel moderat: 3,5; adulți cu nivel ridicat: 2,2); Factorul Q3 (adulții cu nivel redus de anxietate: 4,8; adulți cu nivel moderat: 3,8; adulți cu nivel ridicat: 3,4).

Tabelul 1. Corelațiile dintre anxietate și factorii de personalitate la adulți

Variabile	Coeфициentul de corelație (r)	Pragul de semnificație (p)
Anxietate / Factorul A	-0.608	0,05
Anxietate / Factorul C	-0.548	0,05
Anxietate / Factorul G	-0.660	0,05
Anxietate / Factorul M	-0.571	0,05
Anxietate / Factorul Q3	-0.283	0,05

În conformitate cu coeficienții de corelație prezentați în tabelul 1, vom menționa că, cu cât este mai intensă anxietatea manifestată de adulți, cu atât este mai mic punctajul obținut de adulți la Factorul A, Factorul C, Factorul G, Factorul M și Factorul Q3. Astfel, adulții ce prezintă nivel ridicat de anxietate se caracterizează prin: gândire inflexibilă, instabilitate emoțională, nivel înalt al imaginației de anticipație negativă, neîncredere în sine, spirit critic accentuat și tendință de deprimare.

În concluzie, vom menționa că: anxietatea este întâlnită frecvent printre adulți, 26% din adulții ce au format lotul experimental prezintă nivel ridicat de anxietate. Pentru femei este specific un nivel mai ridicat

de anxietate comparativ cu bărbații. Vârsta este factorul care duce la micșorarea nivelului de anxietate printre adulți, astfel nivelul ridicat de anxietate este mai rar întâlnit printre adulții trecuți de 30 de ani decât în cazul celor din prima categorie de vârstă. Pe parcursul vârstei, la bărbați și femei se înregistrează aceeași tendință: și la bărbați și la femei descrește anxietatea odată cu vârsta.

Studiul cu privire la anxietate și trăsăturile de personalitate ne permite să menționăm că adultul cu nivel ridicat de anxietate prezintă labilitate și instabilitate emoțională, susceptibilitate, tensiune, neliniște, spirit critic, afirmare proprie scăzută, lipsă de încredere în forțele proprii.

Bibliografie

1. Papalia, D., Wendkos Olds, S., Duskin Fieldman, R., Dezvoltarea umană, TREI, București, 2010.
2. Racu, Iu., Anxietatea la preadolescenții contemporani și modalități de diminuare. Teză de doctor, Chișinău, 2011. 28 p.
3. Астапов, В., Тревожность у детей, ПЕР СЭ, Москва, 2008.
4. Прихожан, А., Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика, МОДЭК МПСИ, Москва. 2000.