

3. Егорова И.О., Логинова О.С. Логопедическая работа по профилактике нарушений письма у старших дошкольников с ОНР, 2022. № 3(33). С. 28-30
4. Змановская А. Г. Логопедическая работа по коррекции нарушений письма у младших школьников с ОНР // Актуальные научные исследования в современном мире, 2021. № 4-7 (72). С. 162-170
5. Климова О.Ю. Предупреждение предпосылов оптико-пространственных нарушений письма у детей 6-7 лет с ОНР // Молодежь XXI века: образование, наука, инновации, 2019. С. 183-184.
6. Колпакова У.В. Сравнительное изучение сформированности знаково-символических учебных действий у обучающихся 1 класса с ОНР III уровня и нормальным речевым развитием // THE NEWMAN IN FOREIGN POLICY, 2020. № 56 (100). Т. 5. С. 34-37
7. Пиманова А.А., Прищепова И.В. Системно-деятельностный подход при коррекции нарушений письма в условиях реализации ФГОС обучающихся с ОНР, 2022.С. 204-207.
8. Сарсенбаева О.Е. Особенности нарушений письма у младших школьников с ОНР III уровня // Актуальные проблемы современной когнитивной науки, 2019. С. 238-240.

*Лупекина Е.А., канд.псих.наук, доцент  
Мельникова А.В., магистр псих.наук  
кафедра психологии  
УО «Гомельский государственный  
Университет имени Ф. Скорины»  
lupekina@mail.ru  
г. Гомель, Республика Беларусь*

### **Психологические проявления сепарации у студентов**

### **Psychological manifestations of separation among students**

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования социальной тревожности у студентов высших учебных заведений как психологическое проявление сепарации от родителей в период обучения. Установлено, что студенты, проживающие в период обучения в общежитии, т.е. находящиеся в ситуации сепарации от родителей,

значимо чаще испытывают социальную тревогу, проявляющуюся в переживании интенсивных эмоций волнения, нерешительности и смущения, чем студенты, проживающие дома в период обучения. Студенты, проживающие в условиях сепарации, чаще обнаруживают постситуативные руминации, т.е. склонность к самоанализу ситуации, переживание ситуации ещё и еще раз. Студенты, проживающие в условиях сепарации, чаще избегают взаимодействия со стимулами, связанными с оценкой значимых для них людей, большого количества субъектов и ситуаций, связанных с открытым выступлением перед публикой.

**Ключевые слова:** сепарация, социальная тревожность, постситуативные руминации, избегание контакта.

**Abstract.** The article presents the results of a study of social anxiety among students of higher educational institutions as a psychological manifestation of separation from parents during the period of study. It has been established that students living in the hostel during the period of study, i.e. those in a situation of separation from their parents are significantly more likely to experience social anxiety, manifested in the experience of intense emotions of excitement, indecision and embarrassment, than students living at home during the period of study. Students living in separation conditions more often show post-situational ruminations, i.e. a tendency to introspection of the situation, experiencing the situation again and again. Students living in separation are more likely to avoid interaction with stimuli associated with the assessment of significant people for them, a large number of subjects and situations associated with open performance in front of the public.

**Keywords:** separation, social anxiety, post-situational ruminations, contact avoidance.

В последнее время процесс инфантилизации подрастающего поколения привлекает все больше внимания со стороны педагогов и психологов. Ученые заметили общие тенденции в более позднем взрослом возрасте молодых людей: длительное детство, низкая мотивация к достижениям, отсутствие стремления к саморазвитию и нежелание брать

на себя ответственность за собственную жизнь – все эти проблемы актуальны сегодня.

Студенты первого курса, покидая свой дом во время учебы, сталкиваются с проблемами социального характера. Перестройка взаимоотношений между родителями и детьми, является весьма сложным процессом, а иногда и весьма болезненным для обеих сторон. Некоторые студенты сталкиваются с трудностями в налаживании контакта с новым окружающим их социумом.. Первые месяцы учебы могут показаться затруднительными и могут привести к тревожному состоянию, в такие моменты студенты зачастую поглощены воспоминаниями о родном городе и семье.

В психологической литературе под сепарацией (от лат. «separates» - «отдельный») подразумевается отделение, а в аспекте межличностных отношений – расставание с человеком, с которым установлены отношения доверия. В частности, это отделение взрослого ребенка от родительской семьи, его становление как отдельной самостоятельной и независимой личности [1].

Сепарация – это способность человека отделять себя, свои чувства, мысли и эмоции от важного близкого человека и, в конечном счете, от любого другого человека. В социальном и культурном контексте разделение – это накопленный опыт автономного поведения, независимого от действий других, поступков, самостоятельного выбора под влиянием другого, других людей и любых внешних факторов (событий, обстоятельств, людей). А.О. Широкая определяет сепарацию как взаимосвязанный межпсихологический и внутриспсихический процесс, то есть автономное обретение целостности на внутреннем психологическом и на межличностном уровнях [2].

В качестве психологических проявлений сепарации у студентов основе анализа литературы мы выделяем феномен социальной тревожности. Под термином социальной тревожности принято понимать тревожность, триггером которой выступают разного рода ситуации социального взаимодействия. Это понятие довольно широкое и включает в себя целый ряд явлений – от наиболее мягкой формы – застенчивости до такого серьезного расстройства как социальная фобия [3].

Особенность проявления социальной тревожности – это боязнь критических и негативных отзывов. Она проявляется в том, что человек, попадая в любую социальную ситуацию, начинает испытывать панику, сомневаясь в правильности своих действий, озвученных мыслей и т.д. Даже если индивид смог выполнить какие-то социальные функции, то он долго ещё сомневается и анализирует свои действия, сопоставляя их с только ему известным идеалом [4].

Целью нашего исследования явилось установить характер социальной тревожности у студентов, проживающих в условиях сепарации.

В качестве психодиагностического инструментария был применен опросник «Социальной тревоги и социофобии» Сагалаковой О. А., Труевцева Д. В.

Исследование проводилось на базе УО «Гомельский Государственный университет имени Франциска Скорины» и Гомельского филиала «Международного университета «МИТСО»», в котором приняли участие студенты факультетов: психологии, экономики и физической культуры. В общей сумме количество участников составило 200 человек, из них 101 студент проживают дома и 99 студентов проживают в общежитии. Возраст испытуемых от 17 до 21 года.

Результаты исследования уровня социальной тревоги у студентов, проживающих в общежитии и дома, представлен на рисунках 1 и 2.

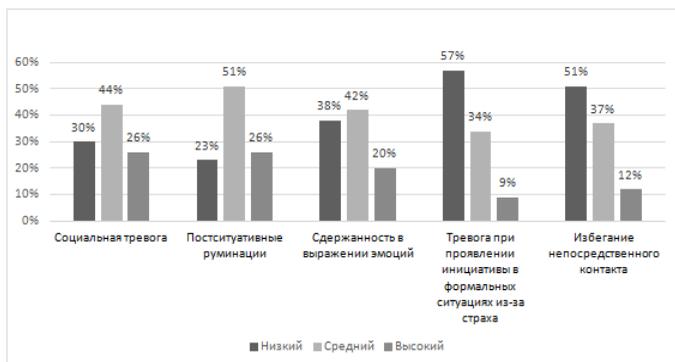
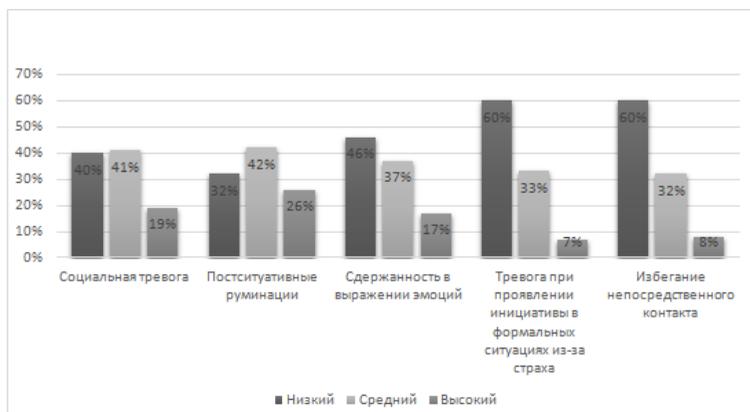


Рис. 1 Уровень социальной тревоги у студентов, проживающих в общежитии



*Рис. 2 Уровень социальной тревоги у студентов, проживающих дома*

Процентное соотношение по шкале «Социальной тревоги» демонстрирует более частое проявление высокого уровня социальной тревоги у студентов, проживающих в общежитии. Для установления различий в проявлениях социальной тревожности у студентов, проживающих в общежитии и дома, был использован t-критерий Стьюдента (с предварительной проверкой выборки на нормальность распределения). Результаты представлены в Таблице 1.

*Таблица 1- Различия в проявлениях социальной тревожности у студентов, проживающих в общежитии и дома*

Шкалы	Средние показатели испытуемых		Тэмп	Ткр		Зона значимости
	Студенты, проживающие в общежитии	Студенты, проживающие по прописке (дома)		0,05	0,01	
Шкала 1 «Социальная тревога»	8.75	7.04	2,8	1,97	2,61	Значима

Шкала 2 «Постситуативные руминации»	9.92	8.3	2,8	1,97	2,61	Значима
Шкала 3 «Сдержанность в выражении эмоций»	6.59	6.22	0,8	1,97	2,61	Не значима
Шкала 4 «Тревога при проявлении инициативы»	5.82	5.42	0,8	1,97	2,61	Не значима
Шкала 5 «Избегание непосредственного контакта»	8.11	6.11	4,1	1,97	2,61	Значима

Данные статистического анализа показывают, что студенты, проживающие в условиях сепарации, чаще испытывают социальную тревогу, проявляющуюся в переживании интенсивных эмоций волнения, нерешительности и смущения. Студенты, проживающие в условиях сепарации, чаще обнаруживают постситуативные руминации, т.е. склонность к самоанализу ситуации, переживание ситуации ещё и еще раз. Студенты, проживающие в условиях сепарации, чаще избегают взаимодействия со стимулами, связанными с оценкой значимых для них людей, большого количества субъектов и ситуаций, связанных с открытым выступлением перед публикой.

Таким образом, студенты, столкнувшиеся с сепарацией и проживающие в общежитии, больше склонны к социальной тревоге, чем студенты, которые проживают дома. Для студентов, проживающих в общежитии, характерно переживание интенсивных эмоции волнения, нерешительность и смущение. В поведении это выражается в избегании из-за невозможности справиться с волнением, смущением, страхом оценивания, в попытках вести себя «нарочито свободно», трудностях проявления инициативы в ситуациях, в которых кто-то уделяет внимание, наблюдает за работой и т.д. Характерны психофизиологические проявления тревоги такие как: сердцебиение, ком в горле, дискомфорт.

Демонстративное неестественно свободное поведение в ситуациях оценивания. Стремление к руминативному анализу прошедшей экспертной ситуации и одновременно — желание избавиться от нерешительности и ее отдельных проявлений.

Исходя из полученных данных видно, что студенты, проживающие в условиях сепарации, стремятся избегать проблем, с которыми сталкиваются как во время адаптации к новому социуму, так и в учебе. Чаще всего студенты применяют данную стратегию, считая это лёгким и лучшим исходом для разрешения неких своих затруднений. Из-за этого студенты чаще начинают сталкиваться с еще большими проблемами, которые уже не в силах избежать, в итоге все это может перерасти не только в обычное беспокойство, а в постоянную тревогу, страх и фобию (страх перед людьми, обстоятельствами и т.д.).

Так же зачастую студенты, проживающие в общежитии, избегают социум в экспертных ситуациях. Из-за новой среды проживания студенты сталкиваются массой новых проблем, таких как адаптация, коммуникация с новыми людьми. Поэтому часто у студентов, живущих в общежитии, наблюдается затруднение или полное отсутствие мотивации к учебе.

**Библиографический список:**

1. Нартова-Бочавер С.К. Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии. СПб.: Питер, 2008. 400 с.
2. Штуценбергер А.А. Синдром предков: транцгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциогаммы. М.: Институт психотерапии, 2005. 256 с.
3. Никитина И.В., Холмогорова А.Б. Социальная тревожность: содержание понятия и основные направления изучения. // Часть 1. Социальная и клиническая психиатрия. 2010. Т. XX. № 1. С. 80-85.
4. Сидоров К.Р., Феномен несоответствия уровней самооценки и притязаний в ранней юности. М.: Москва. 2007. 228 с.