

# NEKATERE ZNAČILNOSTI SOCIALNE ANKSIOZNOSTI IN NJEN POJAV V ADOLESCENCI

---

Melita Puklek

---

**KLJUČNE BESEDE:** pozornost nase, socialna anksioznost, adolescenca, Vprašalnik socialne anksioznosti v adolescenci

**KEY WORDS:** self-consciousness, social anxiety, adolescence, Questionnaire of social anxiety in adolescence

## POVZETEK

Socialna anksioznost je tema, s katero se znanstveniki ukvarjajo zadnji dve desetletji. V članku predstavljam nekatere značilnosti socialne anksioznosti in postavljam hipotezo o socialni anksioznosti kot razvojnem fenomenu, ki se pojavi v adolescenci zaradi določenih socialnih in emocionalnih sprememb v tem obdobju.

Na podlagi nekaterih tujih vprašalnikov socialne anksioznosti in intervjujev s slovenskimi adolescenti je bil sestavljen Vprašalnik socialne anksioznosti v adolescenci (VSAA). Faktorska analiza vprašalnika je izločila tri faktorje. S vprašalnikom smo primerjali dve skupini adolescentov ( $N = 266$ ) - mlajšo skupino (starost 15) in starejšo skupino (starost 20). Rezultati so pokazali, da komponente socialne anksioznosti (strah pred negativno evalvacijo, neugodje in inhibicija v stiku z znanimi in neznanimi vrstniki) upadajo skozi

leta adolescence. Pojavile so se tudi razlike po spolu. Fantje kažejo več emocionalnega neugodja v stiku z neznanimi vrstniki in več odpora do izpostavljanja pred skupino vrstnikov ali v razredu.

## ABSTRACT

Social anxiety is a topic which came in the focus of scientific interest in the last two decades. Some characteristics of it are presented in the article and also suggestion about developmental roots of social anxiety because of some cognitive and emotional changes in adolescence.

A Questionnaire of social anxiety in adolescence (VSAA) was constructed. Factor analysis of the VSAA yielded 3 factors. The questionnaire was used to compare two groups of adolescents ( $N=266$ ) - younger (age 15) and older (age 20). The results showed that the components of social anxiety (fear of negative evaluation, distress and inhibition with familiar and unfamiliar peers) decrease through adolescence. We also found some differences within sex. The males showed more emotional distress with unfamiliar peers and more reluctance toward self-display in a group of peers or in the classroom.

## KAJ JE SOCIALNA ANKSIOZNOST

V socialnih situacijah smo mnogokrat v središču pozornosti in objekt vrednotenja drugih ljudi. Pri tem je situacija lahko dejansko evalvativna ali pa je to le naša subjektivna predpostavka. Občutek izpostavljenosti lahko izzove anksioznost, saj smo prepričani, da se moramo predstaviti v čim boljši luči, da nas bodo drugi pozitivno vrednotili.

Želja, da nas drugi sprejemajo, je seveda naravna, saj živimo v socialnem okolju, ki nas določa in s svojimi reakcijami na nas tvori temeljni izvor podatkov o sebi, določa pa tudi, kako te podatke o sebi ovrednotimo (Cooley, 1912; Mead, 1934). Kako so pozitivno vrednotenje, podpora, pozornost drugih ljudi pomembni za lastno pozitivno vrednotenje, govori tudi Rosenberg (1979), ki v svojem raziskovanju izvorov samospoštovanja poleg pomembnosti posameznikovih ocen lastne kompetentnosti in

samoučinkovitosti odkriva tudi pomembnost posameznikovih interpretacij povratnih informacij pomembnih drugih.

Avtorji torej poudarjajo predvsem našo interpretacijo, naše videnje, kako nas ocenjujejo drugi. Pretirano kritična interpretacija, ki že vnaprej predvideva neuspeh, pa je lahko usodna za našo "predstavitev" in učinkovitost v socialnoevalvativni situaciji. Tako smo prepričani, da bo ocena drugih negativna (drugi me bodo ocenili kot nesposobnega, nekompetentnega), posledice pa bodo neugodne (izguba socialnega statusa in zaupanja, izogibanje drugih, občutki manjvrednosti).

Občutek ogroženosti lastne vrednosti v socialni situaciji tako izzove fiziološke, kognitivne in vedenjske reakcije, ki jih lahko označimo s skupnim imenom socialna anksioznost.

Če torej povzamemo, lahko socialno anksioznost definiramo kot pojav, ki vključuje občutek zaskrbljenosti, pozornosti nase (jaz kot objekt vrednotenja drugih) in emocionalno negotovost v pričakovanih ali aktualnih socialnoevalvativnih situacijah (Schlenker in Leary, 1982). Pri tem je pomembno, da oseba zaznava situacijo kot evalvativno in da v njej nastopajo pomembni drugi, ki jih posameznik ceni, pa se hkrati zaveda, da lahko ogrozijo njegov status (npr. vrstniki; avtoritete, ki jih spoštujemo zaradi njihovega znanja in izkušenj; nasprotni spol; publika). V takšni situaciji posameznik sicer ima motivacijo ustvariti ugoden vtis, vendar dvomi, da bo uspel. Vnaprej anticipira situacijo kot polom in razmišlja o neugodnih posledicah.

## **LASTNOSTI SOCIALNOANKSIOZNIH POSAMEZNIKOV**

Socialnoanksiozne posameznike se da kaj hitro prepoznati, saj jih družijo nekaj manifestnih obnašanj. Pretirano so kritični do sebe (hvale ne bodo zlahka sprejeli, saj dvomijo o njeni resničnost, hkrati pa hvala prinaša tudi odgovornost v prihodnosti), zadržani in pasivni v skupini (le redko se bodo izpostavili s svojim mnenjem) (Cheek in Buss, 1982), manifestirajo "prilagojeno" vedenje (smehljanje, kimanje, neprekinjanje sogovornika) (Leary, 1982); kadar so izpostavljeni, govorijo tiho, so nemirni in manipulirajo z deli telesa (igranje z lasmi, oblačili, stiskanje rok); imajo daljšo latenco do prve izgovorjene besede (Pilkonis, 1977). Socialno anksiozni

posamezniki razkrivajo manj informacij o sebi (Post in sodelavci, 1978) in so manj sociabilni kot socialnoneanksiozni (Buss in Cheek, 1981).

Socialnoevalvativnim situacijam se seveda ne moremo izogniti, prav tako ne neprijetnemu subjektivnemu doživljanju, ki je z njimi povezano. Tudi socialnoneanksiozni ljudje lahko čutijo tesnobo, negotovost, usmerijo pozornost nase in kažejo znake socialnega umika v interakciji s tujci, ko govorijo o osebnih zadevah, pri prvem zmenku ali prvem intervjuju za zaposlitev. Ishiyama (1984) tako govori o 2 fazah v izkušnji socialne anksioznosti (namesto SA uporablja izraz "shyness"), ki naj bi diferencirali normalno socialno anksioznost in socialno anksioznost, ki že predstavlja motnjo:

1. primarna faza normalne socialne anksioznosti
2. sekundarna faza, ki vključuje negativno in disfunkcionalno kognitivno procesiranje in trpljenje zaradi socialno-emocionalnih posledic socialne anksioznosti.

## RAZLAGE SOCIALNE ANKSIOZNOSTI

S pojavom socialne anksioznosti so se ukvarjali predstavniki različnih psiholoških usmeritev. Njihova mnenja o vzrokih zanjo in uspešnem načinu odpravljanja te neprijetne izkušnje pa so precej različna.

Tako Curran (1977) meni, da je vzrok socialne anksioznosti *pomanjkanje socialnih veščin*.

Njegovemu modelu nasprotuje *kognitivni model socialne anksioznosti* (Rehm in Marston, 1968; Meichenbaum, 1977), ki predpostavlja, da socialna anksioznost ni posledica objektivnega pomanjkanja socialnih spretnosti, ampak posledica podcenjevanja lastnih socialnih spretnosti in zaznavanja povratnih informacij o lastnem delovanju s strani drugih kot negativno.

Avtorja novejšega modela socialne anksioznosti sta Schlenker in Leary (1982). Njun *samopredstavitveni model socialne anksioznosti* govori o posameznikovi motivaciji za predstavitev pomembnih predstav o sebi drugim, želji, da bi te predstave o sebi drugi ljudje pozitivno ovrednotili, negativnih pričakovanjih in zato občutkih ogroženosti v socialni situaciji in uporabi alternativnih samopredstavitvenih strategij (npr. namerno izzivanje

negativnih pričakovanj pri drugih), s katerimi posameznik poskuša minimizirati stopnjo možnega socialnega neuspeha.

Podrobnejši opis modelov socialne anksioznosti bo tema naslednjega članka. Čas je namreč, da se osredotočimo na povezavo socialne anksioznosti z razvojnimi značilnostmi adolescence in povezavo ilustriramo tudi z empiričnimi ugotovitvami.

## POZORNOST NASE V ADOLESCENCI

Adolescenca je razvojno obdobje, ki vnaša v posameznikovo življenje kvalitativno nove značilnosti tako v kognitivnem kot tudi emocionalnem in socialnem delovanju. Pojavijo se nekatere nove značilnosti socialne kognicije (Selman, 1974): prevzemanje recipročne perspektive ("jaz mislim - ti misliš"), kasneje tudi vzajemne perspektive (zamišljam si, kako interakcija med menoj in sogovornikom izgleda s perspektive tretje osebe) in socialne perspektive (prevzemanje perspektive socialne skupine).

Formalno logično mišljenje adolescentu omogoča refleksijo lastnega mišljenja in delovanja. Njegove predpostavke o sebi in svojem odnosu z okoljem mnogokrat prevladajo nad konkretno izkušnjo. Adolescent postaja vse bolj ozaveščen delovanja lastnega mišljenja, pa tudi mišljenja drugega, za katerega predpostavlja, da je zaposleno z adolescentovim izgledom, mislimi in obnašanjem.

S prevzemanjem perspektive drugega je odprta pot pozornosti na javni vidik sebe (Feningstein, Scheier in Buss, 1975). Gre za občutek, da me drugi opazujejo. Takšne osebe se nenehno sprašujejo, kako jih zaznavajo drugi, in so zelo občutljive na reakcije drugih v socialnih situacijah.

Povečana pozornost nase kot socialnega objekta je podkrepljena z novo kvaliteto egocentrizma v adolescenci (Elkind, 1967). Adolescentu formalne operacije omogočajo predstavljanje misli drugih, vendar pa ni sposoben ločevati med objekti, k katerim so usmerjene misli drugih, in tistimi, ki so fokus njegovega zanimanja. Ustvarja si imaginarno publiko (prepričan je, da so drugi v njegovi bližini prav tako obsedeni z njegovimi mislimi in vedenjem, kot je on sam), prav tako pa je prepričan v svojo edinstvenost in neuničljivost (osebne fabule). Lastna kritičnost in dvomi v svoje telesne, akademske in socialne sposobnosti pa spodbujajo občutek, da je pod stalno kritiko drugih.

Adolescent tako lahko reagira z odporom po izpostavljanju in nepripravljenostjo po samorazkrivanju (Elkind in Bowen, 1979).

Raziskave različnih avtorjev kažejo, da imajo povečana pozornost nase, odpor po samorazkrivanju in negotovost samopredstavitve v evalvativni situaciji različno intenzivnost v različnih obdobjih adolescence. Tako Elkind in Bowen (1979) poudarjata, da je povečana pozornost nase in nepripravljenost samorazkrivanja večja v zgodnejših obdobjih adolescence (13-14 let) kot v preadolescenci (11 let) ali pozni adolescenci (17-18 let). Tudi Enright (1980) ugotavlja, da pretirano ukvarjanje z namišljeno publiko in osebne fabule upadajo skozi leta adolescence. Rosenthal in Simonsson (1989) prav tako ugotavljata upad pozornosti nase kot socialnega objekta skozi leta adolescence, vendar opozarjata, da je pri razvojnih spremembah socialne kognicije potrebno upoštevati tudi stopnjo emocionalne motenosti adolescenta, razvoj formalnih operacij, stopnjo inteligentnosti in zaznano podporo staršev. Navajata tudi študijo Haucka, Martensa in Wetzla (1986), ki ugotavlja, da so socialnoanksiozni adolescenti ohranili pozornost nase tudi v pozni adolescenci.

Elkind (1967) je poskušal razložiti upad pozornosti nase in odpora po samorazkrivanju skozi adolescenco z naraščanjem in utrjevanjem formalnih operacij, ki omogočajo tehtanje različnih perspektiv. Lapsley in njegovi sodelavci (1986) pa so ovrgli Elkindovo predpostavko, saj na vzorcu skupin različno starih adolescentov niso našli pomembnih razvojnih kovariacij v odnosu egocentrizem - formalne operacije. Pozornost nase je bila v vseh razvojnih obdobjih negativno povezana s stopnjo formalnih operacij (čeprav je Elkind predpostavljal, da bodo v zgodnji adolescenci pozitivne korelacije, kasneje pa bo trend šel v smeri vse večje negativne povezanosti). Lapsley predpostavlja, da sta konstrukta namišljene publike in osebnih fabul bolj povezana z razvojem prevzemanja perspektive drugega kot z razvojem logičnega mišljenja.

Drugi avtorji skušajo upadanje pozornosti nase in večjo gotovost vase skozi leta adolescence povezovati z razvojem identitete. Tako Adams (1987) povzema trditve Eriksona (1968), Marcie (1980) in Watermana (1984), ki opozarjajo na povezanost socialno-kognitivnih procesov samozavedanja in pozornosti nase ter različnih stopenj v procesu oblikovanja identitete. Dosežen identitetni status (ki ga lahko pri večini pričakujemo šele v pozni adolescenci) je povezan s sprejemanjem sebe, emocionalno stabilnostjo, zmanjšano pozornostjo nase in večjo pripravljenostjo samorazkrivanja pred

drugimi, saj adolescent zaradi zadovoljstva s samim seboj pričakuje tudi pozitivno potrditev drugih in zato minimizira anksioznost, kadar je v središču pozornosti. Identitetna zmedenost je na drugi strani povezana s pretirano in pri nekaterih tudi destruktivno zaposlenostjo s samim seboj, posledica katere je emocija sramu in nenehno samotestiranje.

Raziskav, ki bi tudi socialno anksioznost poskušale obravnavati kot razvojni fenomen, še nisem zasledila. Hipotetično lahko predvidevamo, da so subjektivne izkušnje in vedenjske manifestacije socialne anksioznosti (občutki zaskrbljenosti in nesproščenosti v socialnih stikih, dvomi o lastni socialni kompetentnosti, strah pred neodobravanjem drugih, nepripravljenost izpostaviti se pred skupino, težnja k umiku) spremljevalke razvojne poti socialno-kognitivnih procesov samozavedanja in pozornosti nase. Skozi uspešne socialne izkušnje, s pridobitvijo čvrste in stabilne slike o sebi in zunanjem svetu, vstopom v intimne stike, ki dajejo nove potrditve, in ustvarjanjem ravnotežja med avtonomijo in odvisnostjo v vrstniški skupini pa lahko starejši adolescent postane relativno neodvisen od socialnih strahov. Z opiranjem na ugotovitve omenjenih avtorjev in lastnih predpostavk skušam v svojih raziskavah pojasniti odnos med variablami pozornosti nase (pozornost na javni vidik sebe, pripravljenost samorazkrivanja, zaposlenost z imaginarno publiko) in socialno anksioznostjo ter empirično preveriti predpostavko, da socialna anksioznost ni le trajna in nespremenljiva osebna lastnost, ampak je tudi razvojni fenomen, ki postaja z vstopom v adolescenco intenzivnejši, v pozni adolescenci pa kot druge variable pozornosti nase upada.

## OSNOVA ZA SESTAVO VPRAŠALNIKA VSAA

Na podlagi tujih vprašalnikov socialne anksioznosti (SASC-R (Social Anxiety Scale for Children- Revised), La Greca (1988); Social Anxiousness Scale, Leary (1983)) in intervjujev slovenskih adolescentov različnih starosti sem sestavila Vprašalnik socialne anksioznosti za adolescente. La Greca (1988) poroča o 3 faktorjih socialne anksioznosti: strah pred negativno evalvacijo, občutki negotovosti in težnja k umiku v stikih z novimi vrstniki ter občutki negotovosti in težnja k umiku v stiku z znanimi vrstniki.

Polstrukturiran intervju, ki sem ga izvedla na slovenskih adolescentih, je vseboval različne konkretne situacije, v katerih se znajde adolescent in predstavljajo možnost njegovega izpostavljanja in "testiranja" s strani drugih

(prihod na zabavo; pred razredom mora povedati svoje mnenje; priključitev manj znanim vrstnikom; vzpostavljanje stikov z nasprotnim spolom). V odgovorih so adolescenti opisali svoja občutja, misli in reakcije v takšnih situacijah. Postavke za nov vprašalnik socialne anksioznosti sem oblikovala na podlagi odgovorov, ki so se pogosto pojavljali in so nakazovali izkušnjo socialne anksioznosti.

V empiričnem delu predstavljam rezultate faktorске analize vprašalnika, razlike v posameznih faktorjih socialne anksioznosti v dveh starostnih skupinah (mlajši in starejši adolescenti) in razlike po spolu. Moja predpostavka je bila, da bodo socialna anksioznost in njeni faktorji bolj izraženi v skupini mlajših adolescentov (15 let) kot v skupini starejših adolescentov (20 let). Razlike v socialni anksioznosti naj bi bile rezultat specifičnih razvojnih značilnosti različnih obdobij adolescence. Prav tako so me zanimale razlike po spolu.

## METODA

### VZOREC

	STAROST 15	STAROST 20	SKUPAJ
MOŠKI	65	69	134
ŽENSKE	66	66	132
SKUPAJ	131	135	266

V vzorec sem vključila dijake prvih letnikov maturitetnih razredov treh ljubljanskih srednjih šol. Vzorec starejših adolescentov so sestavljali študentje prvega in delno drugega letnika različnih smeri Filozofske fakultete in Fakultete za šport. Tako sem skušala zagotoviti primerljivost obeh skupin, saj bo večina poskusnih oseb - srednješolcev, ki bodo opravljali maturo, nekoč študentje.



## INSTRUMENT

Vprašalnik socialne anksioznosti za adolescente (VSAA) je prvotno vseboval 55 trditvev. Trditve so se nanašale na zaskrbljenost zaradi negativne evalvacije, neugodna občutja v stiku z znanimi in neznanimi vrstniki, občutja, kadar je posameznik izpostavljen pred razredom, vrstniško skupino in publiko ter vedenje, ki ga sproža socialnoevalvativna situacija (nepripravljenost izpostavljanja, težnja k umiku).

Poskusne osebe so trditve ocenjevale na 5-stopenjski lestvici (sploh ne drži zame,...vedno drži).

Večje število točk pomeni večjo socialno anksioznost.

Na podlagi odgovorov je bila izvedena faktorska analiza 55 trditvev. Varimax rotacija je bila izvedena na 3, 4 in 6 faktorjih. 3-faktorska solucija se je izkazala kot najbolj primerna glede na število postavk, ki so pripadle posameznim faktorjem. Izračunana je bila tudi notranja konsistentnost vprašalnika.

## FAKTORSKA ANALIZA VPRAŠALNIKA VSAA IN OPIS FAKTORJEV

**TABELA 1:** Lastne vrednosti in kumulativne vrednosti pojasnjene variance (v %) 3 faktorjev VSAA

FACTORS	EIGENVALUES	CUM.%
F1	5.60	51
F2	2.43	61
F3	1.87	66

Notranja konsistentnost vprašalnika, izračunana s Cronbach alpha koeficientom, je 0.82.

## FAKTOR 1

Faktor 1 vsebuje 18 postavk in pojasnjuje 51% variance vprašalnika. Postavke opisujejo posameznikove skrbi in strahove v zvezi z negativnim vrednotenjem vrstnikov in publike (publika je definirana kot "občinstvo", ki ima evalvativno moč: kadar posameznik rešuje naloge v razredu, se udeleži zabave, razpravlja, nastopa na odru).

Primeri postavk: Strah me je prenašanja govoric o meni. Strah me je, da sem vsiljiv vrstnikom, ki jih poznam. Kadar nastopam, me je strah napak, ki bi se lahko zgodile. Strah me je, da bi si vrstniki mislili, da sem nesposoben...

## FAKTOR 2

Faktor 2 vsebuje 8 postavk in pojasnjuje 10% variance vprašalnika. Postavke opisujejo nelagodna občutja in inhibicijo ter željo po umiku v stiku z neznanimi vrstniki ter odpor po izpostavljanju v skupini vrstnikov. Vsebujejo torej situacije z neznanim in nepredvidljivim izidom.

Primeri trditev: V pogovoru z vrstnikom, ki ga ne poznam dobro, sem manj zgovoren kot on. Težko navezujem stike z neznanimi vrstniki. Na zabavi lahko sproščeno pristopim k neznanemu vrstniku in se predstavim.

## FAKTOR 3

Faktor 3 vsebuje 6 postavk. Postavke opisujejo nelagodna občutja ter željo po izogibanju stikom z znanimi vrstniki. Primeri postavk: V družbi znanih vrstnikov mi je neprijetno izraziti svoje mnenje. V družbi znanih vrstnikov sem sproščen. Dogaja se, da se želim v mestu izogniti srečanju s sošolcem, ki mi gre naproti.

## RAZLIKE MED 2 STAROSTNIMA SKUPINAMA IN RAZLIKE PO SPOLU

TABELA 2: Aritmetične sredine, standardne deviacije in dvosmerni t-test posameznih faktorjev in skupnega rezultata VSAA glede na starost in spol

	F1	F2	F3	Total
<b>STAROST</b>				
Starost 15	49.31 (13.01)	24.26 (5.55)	11.53 (3.97)	84.51 (17.10)
Starost 20	41.23 (10.90)	22.94 (4.64)	12.10 (3.17)	76.26 (14.34)
p	0.000	0.038	0.194	0.000
<b>SPOL (vsi)</b>				
Moški	44.64 (12.55)	24.50 (4.97)	12.00 (3.40)	80.33 (15.58)
Ženske	45.92 (12.76)	22.65 (5.15)	11.65 (3.76)	80.09 (16.94)
p	0.221	0.004	0.464	0.986
<b>SPOL (starost 15)</b>				
Moški	49.30 (14.36)	25.11 (6.00)	12.42 (3.57)	85.67 (18.31)
Ženske	49.30 (11.55)	23.39 (4.95)	10.64 (4.17)	83.29 (15.80)
p	0.584	0.086	0.005	0.456
<b>SPOL (starost 20)</b>				
Moški	39.91 (8.07)	23.91 (3.70)	11.61 (3.22)	75.34 (10.36)
Ženske	42.59 (13.09)	21.95 (5.28)	12.62 (3.04)	77.19 (17.52)
p	0.17	0.017	0.045	0.470

Opis statistično pomembnih razlik po starosti in spolu:

### STAROST

1. Mlajši adolescenti imajo višji rezultat na:
  - F1 ( $p=0.004$ )
  - F2 ( $p=0.038$ )
  - skupnem rezultatu ( $p=0.000$ ) kot starejši adolescenti.

### SPOL

1. Moški adolescenti imajo višji rezultat na F2 ( $p=0.004$ ) kot adolescentke.
2. Mlajši moški adolescenti kažejo tendenco k višjemu rezultatu na F2 ( $p=0.08$ ) kot mlajše adolescentke.
3. Mlajši moški adolescenti imajo višji rezultat na F3 ( $p=0.01$ ) kot mlajše adolescentke.
4. Starejši moški adolescenti imajo višji rezultat na F2 ( $p=0.014$ ) kot starejše adolescentke.

## DISKUSIJA

### Vprašalnik VSAA

Vprašalnik socialne anksioznosti za adolescente (VSAA) vsebuje 3 faktorje in ima podobno faktorsko strukturo kot Revidiran vprašalnik socialne anksioznosti za otroke avtorice La Grece (1988). Leary (1983) in La Greca (1989) opozarjata na potrebno razlikovanje med subjektivno izkušnjo strahu, napetosti, neugodja v socialnoevalvativni situaciji in vedenjskimi posledicami socialne anksioznosti. Nekateri posamezniki namreč lahko izkusijo socialno anksioznost, vendar v socialnih stikih funkcionirajo povsem ustrezno. Konceptualno razlikovanje med subjektivnimi in vedenjskimi vidiki anksioznosti sta zagovarjala že Watson in Friend (1969), ki sta identificirala 2 vidika socialne anksioznosti pri odraslih: strah pred negativno evalvacijo ter neugodje in težnja k umiku v socialnih situacijah. Kljub temu pa se je izkazalo tako v njihovih raziskavah kot raziskavah La Grece, da sta konstrukta neugodje in težnja k umiku v socialnih stikih visoko medsebojno povezana, vendar ju še vedno lahko razlikujemo od skrbi in strahov pred negativno evalvacijo. Tudi v Vprašalniku socialne anksioznosti za adolescente (VSAA) se prvi faktor nanaša le na afektivno izkušnjo (strah in zaskrbljenost zaradi možne negativne evalvacije), drugi in tretji faktor pa vsebujeta afektivne izkušnje kot tudi vedenjske vidike socialne anksioznosti v socialnih stikih. La Greca pa poudarja razliko med neugodnimi občutki, ki jih doživljamo v novih socialnih stikih, in neugodnimi občutki, ki nastajajo tudi v stiku z znanimi osebami. Rezultati njenega vprašalnika na preadolescentih in mlajših

adolescentih so tudi empirično potrdili nujnost takšnega razlikovanja. Tudi rezultati VSAA na vzorcu slovenskih adolescentov so potrdili obstoj dveh različnih faktorjev subjektivne izkušnje in vedenja v socialnih stikih: F2 je nasičen s postavkami, ki opisujejo nelagodna občutja in inhibicijo v stiku z neznanimi vrstniki, F3 pa vsebuje postavke, ki opisujejo nelagodna občutja ter izogibanje stikom z znanimi vrstniki. Ločevanje socialnega neugodja in umika, ki je značilno za neznane situacije, in socialnega neugodja in umika, ki je bolj generaliziran in se nanaša tudi na domače okolje, je pomembno tudi za klinično uporabo (La Greca, 1993). F3 lahko napoveduje kasnejše težave v socialnih stikih (Vernberg, 1992).

Zanimivo je, da je F2 nasičen tudi s postavkami, ki se nanašajo na izpostavljenost adolescenta s svojim mnenjem pred razredom. Tako izkušnja stika z neznanim vrstnikom kot tudi izkušnja izražanja svojega mnenja predstavljata situacijo, kjer je izid nepredvidljiv. Adolescent zaradi novosti situacije ne zmore predvideti reakcij vrstnika, ker ga še ne pozna, hkrati pa je pod pritiskom prvega vtisa, ki lahko pusti neugodne posledice. Tudi izražanje svojega mnenja v razredu je nepredvidljiva situacija, saj zahteva sprotno pretvarjanje lastnega stališča v besede in spoprijemanje z možnimi nasprotujočimi reakcijami "poslušalcev" (sošolcev in učitelja). Ali kot je priznala 17-letna adolescentka v intervjuju: "Nerada izražam svoje mnenje, ker to pomeni nevarnost, da bi poslušalci zahtevali argumente zanj. Kako naj ga zagovarjam, če še sama nisem prepričana vanj. Vem, da bi ostala brez besed in da občutek sramote še dolgo ne bi izginil".

### **Starostne razlike v izraženosti socialne anksioznosti**

Primerjava skupin mlajših in starejših adolescentov je pokazala nekaj razlik v posameznih faktorjih socialne anksioznosti, pa tudi v skupnem rezultatu.

Mlajši adolescenti pogosteje doživljajo skrbi in strahove v zvezi z možno negativno evalvacijo drugih v primerjavi s starejšimi adolescenti. Prav tako se mlajši adolescenti pogosteje počutijo nesproščene in težijo k čim manjši izpostavljenosti in samorazkrivanju v stiku z neznanimi vrstniki ali v razredni razpravi. Tudi skupen rezultat Vprašalnika socialne anksioznosti nakazuje pogostejšo izkušnjo socialne anksioznosti pri mlajših adolescentih. Rezultati so v skladu z omenjenimi raziskavami avtorjev (Elkind, 1979; Endler, 1980; Lapsley, 1986; Adams, 1987), ki se ukvarjajo z razvojem socialne kognicije v adolescenci in ugotavljajo, da je mlajši adolescent mnogo

bolj podvržen občutku, da je v središču pozornosti in da ga ljudje kritično opazujejo ter je manj pripravljen razkriti informacije o sebi in svoja stališča drugim, kot je to pripravljen storiti starejši adolescent. Rezultati torej nakazujejo upadanje izkušnje socialne anksioznosti skozi leta adolescence, kar je tudi v skladu z ugotovitvami Hurlockove (1955), ki trdi, da bo posameznik proti koncu adolescentnega obdobja relativno osvobojen socialnih strahov, če je le imel priložnost uspešnega vključevanja v socialne interakcije in je oblikoval čvrst občutek identitete. Kljub sorodnim ugotovitvam moramo biti pri interpretaciji naših rezultatov previdni, saj raziskava nima longitudinalnega značaja, ampak je ugotovljala razlike v doživljanju socialne anksioznosti v dveh starostnih skupinah različnih posameznikov. Nevarnost transversalne narave raziskave pa je možno primerjati dve različni generaciji. Težko je tudi ugotoviti, ali je bil šolski pritisk pri obeh skupinah enak. Večji šolski pritisk in spodbujanje tekmovalnosti lahko pomenita tudi večji stres in zmanjšan občutek lastne kompetentnosti, ki lahko zajame različne dimenzije pojma o sebi (lahko povzroči tudi nižje zaznavanje lastne socialne kompetentnosti).

### Razlike po spolu

Statistično pomembne razlike po spolu so se pojavile predvsem na F2. Moški adolescenti (mlajša, starejša skupina in združeni v eno skupino) poročajo o pogostejših nelagodnih občutjih in tendenci k umiku v stiku z neznanimi vrstniki in odporu po izpostavljanju pred razredom kot ženske adolescentke. Rezultati so v nasprotju s pričakovanji. Pričakovali bi namreč, da bodo ženske pogosteje izkusile socialno anksioznost zaradi socialno željene spolne vloge, ki od njih zahteva adekvatnost v medosebnih stikih. Ženske naj bi v večji meri prevzemale spolno vlogo, ki zahteva orientacijo na interpersonalne odnose in določa občutek lastne vrednosti na osnovi kompetentnosti v socialnih stikih. Raziskave, ki se ukvarjajo z razlikami med spoloma v osebnostnih potezah, se skladajo v ugotovitvah, da je za ženske značilno več nevroticizma in anksioznosti (Musek, 1994). Tudi La Greca (1988, 1993), ki je uporabljala vprašalnik socialne anksioznosti s faktorji, ki imajo podobno vsebino kot VSAA, je na vzorcu preadolescentov (povprečna starost 11 let) ugotovila, da so deklice pokazale več socialne anksioznosti na vseh faktorjih. Kako bi razlagali naš rezultat, ki kaže konsistenten vzorec večje anksioznosti v stikih z neznanimi vrstniki pri fantih v obeh starostnih skupinah?

Socializacija (in s tem spolna vloga) zahteva od fanta tekmovalnost, asertivnost, kompetentnost, dobre akademske in delovne dosežke. Te naloge pa so v razvojnem obdobju adolescence v nasprotju z negotovostjo in ambivalentnimi odločitvami, ki so značilni za adolescenco. Strah pred novimi socialnimi stiki je povezan s strahom pred neznanim. Adolescent ne ve, kako bo neznana oseba reagirala na njegovo vedenje, ali bo lahko uspešno ubranil (v očeh drugih) svojo asertivnost, ki mu kot moškemu pristoji. Temu se pridružuje še imaginarna publika, ki ga neprestano kritično ocenjuje. Na preizkušnjo je postavljena adolescentova sposobnost, da se pred neznanci prikaže v najlepši luči in pusti vtis, da je sposoben in samozavesten. Prav tako je odpor po izpostavljanju v razredu lahko posledica adolescentovega subjektivnega zaznavanja izida diskusije ali reševanja nove naloge kot negotovega in kot grožnja občutku kompetentnosti, ki je zanj kot moškega socialno zaželen.

Po drugi strani se v zadnjem času pojavljajo raziskave, ki ugotavljajo, da je bolj kot spolna vloga za napoved anksioznosti pomembna spolna shema. Avtorji (po M. Tkalčič, 1990) ugotavljajo, da je z anksioznostjo, samospoštovanjem in občutkom kompetence bolj povezana maskulinitet, femininitet ali androginitet poskusnih oseb kot pa spol. Maskuline in androgine poskusne osebe namreč kažejo nižjo stopnjo anksioznosti in večje samospoštovanje kot feminine poskusne osebe. Ugotovitve dajejo sugestijo za nadaljnje raziskovanje povezanosti socialne anksioznosti s spolnimi shemami, ki bi lahko bolje osvetlila dobljene rezultate na področju povezanosti spola in faktorjev socialne anksioznosti.

## LITERATURA

1. Adams, G.R. *The Relations Among Identity Development, Self-Consciousness and Self-Focusing During Middle and Late Adolescence*. *Developmental Psychology*, 1987, 23, 292-297.
2. Elkind D., Bowen, R. *Imaginary Audience Behavior in Children and Adolescents*. *Developmental Psychology*, 1979, 15, 38-44.
3. Feningstein A., Scheier M., Buss, A. *Public and Private Self-Consciousness: Assesment and theory*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1975, 43, 522-527.
4. Hurlock, E. *Adolescent Development*. New York: McGraw Hill, 1955.

5. Ishiyama, F.I. *Shyness: Anxious social sensitivity and self-isolating tendency*. *Adolescence*, 1984, 76, 903-911.
6. La Greca, A.M. *Social Anxiety Scale for Children-Revised: Factor Structure and Concurrent Validity*. *Journal of Clinical Child Psychology*, 1993, 22, 17-27.
7. Lapsley D.K. *Adolescent Egocentrism and Formal Operations: Tests of a Theoretical Assumption*. *Developmental Psychology*, 22, 800-807.
8. Leitenberg, H. *Handbook of Social and Evaluation Anxiety*. New York: Plenum Press, 1990.
9. Leary, M.R. *Social Anxiousness: The Construct and Its Measurement*. *Journal of Personality Assessment*, 1983, 47, 66-75.
10. Musek, J. *Psihološki portret Slovencev*. Lj.: Znanstveno in publicistično središče, 1994.
11. Muuss, R.E. *Theories of Adolescence*. McGraw Hill, Inc., 1988.
12. Prawat, R.S. *Longitudinal study of Attitude Development in Pre-, Early and Later Adolescent Samples*. *Journal of Educational Psychology*, 1979, 71, 363-369.
13. Rosenthal S.L., Simeonsson, R.J. *Emotional Disturbance and The Development of Self-Consciousness in Adolescence*. *Adolescence*, 1989, 95, 659-698.
14. Schlenker, B.R., Leary, M.R. *Social Anxiety and Self Presentation: A Conceptualization and Model*. *Psychological Bulletin*, 1982, 92, 641-669.
15. Tkalčić, M. *Odnos spolne orientacije i nekih aspekata samopojmanja* (magistrska naloga). Ljubljana, Filozofska fakulteta, 1990.
16. Vernberg, E.M. *Social Anxiety and Peer Relationships in Early Adolescence. A Prospective Analysis*. *Journal of Clinical Child Psychology*, 1992, 2, 189-196.