

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2020, №2, Том 8 / 2020, No 2, Vol 8 <https://mir-nauki.com/issue-2-2020.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/14PSMN220.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Комарова Ю.В., Костина Л.А., Миляева Л.М., Кубекова А.С. Связь тревожности с готовностью вступления в брак у девушек и юношей // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 №2, <https://mir-nauki.com/PDF/14PSMN220.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Komarova Ju. V., Kostina L. A., Milyaeva L. M., Kubekova A. S. (2020). The relationship of anxiety with the willingness to marry girls and boys. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 2(8). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/14PSMN220.pdf> (in Russian)

УДК 159.923.2

ГРНТИ 15:21:51

Комарова Юлия Вячеславовна

ФГБОУ ВО «Астраханский государственный медицинский университет» Минздрава России, Астрахань, Россия
Студентка 6 курса факультета «Клинической психологии»
E-mail: yulya_komarova_96@list.ru

Костина Лариса Александровна

ФГБОУ ВО «Астраханский государственный медицинский университет» Минздрава России, Астрахань, Россия
Заведующая кафедрой «Психологии и педагогики»
Кандидат медицинских наук, доцент
E-mail: kostina_agma@mail.ru

Миляева Людмила Михайловна

ФГБОУ ВО «Астраханский государственный медицинский университет» Минздрава России, Астрахань, Россия
Доцент кафедры «Психологии и педагогики»
Кандидат педагогических наук, доцент
E-mail: asmila_50@mail.ru

Кубекова Алия Салаватовна

ФГБОУ ВО «Астраханский государственный медицинский университет» Минздрава России, Астрахань, Россия
Старший преподаватель кафедры «Психологии и педагогики»
E-mail: alya_kubekova@mail.ru

Связь тревожности с готовностью вступления в брак у девушек и юношей

Аннотация. В статье представлены результаты экспериментального исследования, посвященного изучению связи тревожности с готовностью вступления в брак молодых людей. Выборка исследования составляет 60 студентов (30 юношей и 30 девушек) обучающихся в Астраханском Государственном медицинском университете в возрасте от 18 до 23 лет, готовящихся вступить в брак. Были использованы методики: «Шкала тревоги Тейлора», «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилберга-Ю.Л. Ханина», «Тест-карта оценки готовности к семейной жизни И.Ф. Юнды». По результатам исследования было определено, что большинство респондентов обладают низкой степенью подготовленности к вступлению в брачные отношения. Лишь только 5 % исследуемых достаточно подготовлены к формированию семейной жизни. Большинство юношей и девушек имеют тенденцию к высокому уровню тревожности. И лишь пятая часть исследуемых имеют тенденцию к низкому уровню тревожности. По итогам корреляционного анализа, реактивная

тревожность оказывает влияние на готовность вступления в брачные отношения и зависимость эта обратнопропорциональная, т. е. если повышается уровень реактивной тревожности, понижается уровень готовности к созданию семьи и наоборот, если тревожность снижается. Личностная тревожность взаимосвязана с готовностью вступления в брачные отношения, т. е. связь обратнопропорциональна, можно сделать вывод о том, что чем выше готовность вступления в брак у юношей и девушек, тем ниже уровень личностной тревожности. На основании проведенного исследования были разработаны и обоснованы рекомендации для психологов по снижению тревожности юношей и девушек, вступающих в брак.

Ключевые слова: личностная тревожность; реактивная тревожность; готовность к вступлению в брак; готовность к семейной жизни; стрессоустойчивость; эмоциональный барьер

В науке существуют различные мнения о том, какой наиболее благоприятный возраст вступления в брачные отношения, к какому моменту личность уже достаточно созрела, сформировались смысложизненные ориентации для создания совместного быта, формирования духовных ценностей, воспитания нового поколения [1]. Стоя на пути принятия решения о вступлении в брак, молодые люди сталкиваются с различного рода трудностями и психологическими барьерами [2]. Во-первых, сложностью самого союза двух людей как социальной и психологической системы. Во-вторых, будущая семья включает в себе большое число всевозможных отношений и взаимосвязей, для формирования которых имеют значение личностные особенности каждого члена, социальное окружение, обычаи, традиции, социально-экономические условия [3; 4]. В-третьих, осложняется скрытостью и интимностью многих происходящих в добрачном союзе событий, а также их изменчивостью, отсутствием четких контуров, что создает некоторую неопределенность, а в некоторых случаях и ощущение опасности ситуации, что, несомненно, оказывает значительное влияние на психоэмоциональное состояние будущих супругов, что способствует повышению их уровня тревожности. Мы опираемся на мнение И.В. Гребенщикова, что психологическая готовность к браку – это определенный уровень личностной зрелости, помогающий активизировать ресурсы, когда появляются семейные проблемы. Факторы тревоги напрямую связаны с эмоциональной неустойчивостью, резкими изменениями условий жизни, предстоящее выполнение сложных задач [6]. Под тревожностью понимается переживание эмоционального неблагополучия, которое связано с предчувствием опасности или неудачи. Несмотря на накопленный в современной науке обширный материал по различным факторам, влияющим на успешность создания семьи, проблема влияния тревожности на готовность молодых людей к вступлению в брачные отношения рассмотрена недостаточно широко. При этом, в ситуации принятия столь важного решения, молодые люди часто испытывают тревогу, которая выражается в чувстве дискомфорта, неуверенности в себе, снижении самооценки [5]. Эти обстоятельства и обусловили выбор темы настоящего исследования.

Цель исследования заключалась в установление связи тревожности с готовностью вступления в брак молодых людей.

Материалы и методы исследования

Исследование было проведено в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Астраханский государственный медицинский университет» Минздрава России. Объем выборки составил 60 студентов (30 юношей и 30 девушек) обучающихся в Астраханском Государственном медицинском университете в возрасте от 18 до 23 лет, готовящихся вступить в брак. В исследовании были

использованы следующие методики: «Шкала тревоги Тейлора» [10], «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилберга-Ю.Л. Ханина» [9], «Тест-карта оценки готовности к семейной жизни И.Ф. Юнды» [7], математические методы вычисления и анализа процентных соотношений, обработки данных первичной статистики, корреляционный анализ, определение коэффициента линейной корреляции Пирсона. Поиск связи между уровнем тревожности (реактивной и личностной) и готовностью вступления в брачные отношения (во всей выборке) дал статистически значимый результат, который позволил судить нам о том, что между тревожностью и готовностью вступления в брак существует отрицательная связь с вероятностью допущения ошибки 0,05, а также с вероятностью 0,01.

Результаты исследования и их обсуждение

С помощью методики шкалы тревоги Тейлора, предназначенной для измерения личностной тревоги, был изучен уровень тревожности у юношей и девушек. Было установлено, что большинство юношей и девушек (70 %) имеют тенденцию к высокому уровню тревожности. И лишь 5 % исследуемых имеют низкий уровень тревожности, а 13 % – тенденцию к низкому уровню тревожности. Только 12 % юношей и девушек обладают высокой степенью тревожности и склонны выбирать определённые темы из окружающей жизни, игнорируя остальные, чтобы доказать, что они правы, рассматривать ситуацию как устрашающую и реагировать соответствующим образом, или, напротив, что их тревога напрасна и не оправдана. Таким образом, если респонденты ошибочно оправдывают свой страх, их тревога усиливается избирательной реакцией, создающий замкнутый круг из тревоги, нарушенного восприятия и повышения тревожности. Если же респонденты ошибочно уверяют самого себя с помощью избирательного мышления, то в данном случае, может редуцироваться оправданная тревожность и субъект не сможет предпринять нужных мер.

По результатам нашего исследования 70 % исследуемых юношей и девушек часто чувствуют перевозбуждение, усталость, повышенную нервозность. В свою очередь, юноши и девушки, имеющие низкий уровень тревожности (5 %), не испытывают чувства внутреннего дисбаланса, пребывают в состоянии уравновешенности и удовлетворены собой.

Для выявления уровня личностной тревожности и реактивной тревожности использовалась методика Спилбергера-Ханина (рисунок 1).

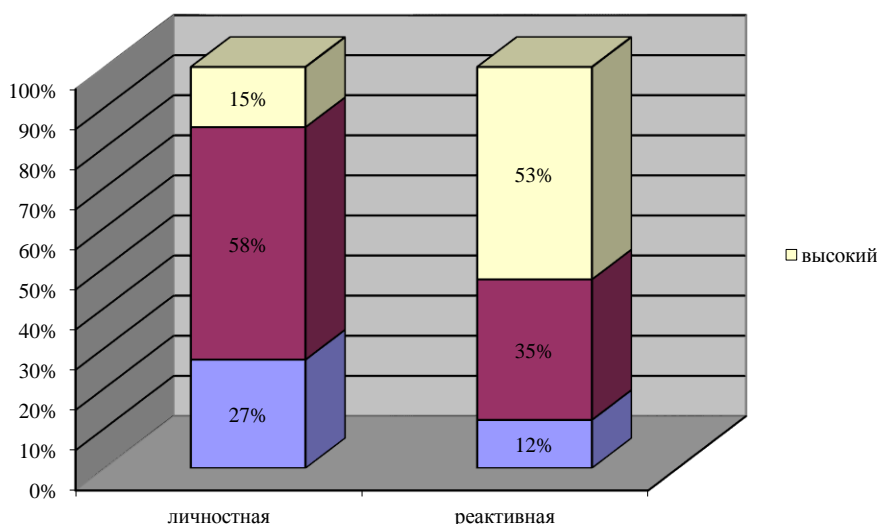


Рисунок 1. Показатели уровня личностной тревожности и реактивной тревожности у студентов

Как видно из диаграммы, большинство юношей и девушек показали средний результат личностной и высокий уровень реактивной тревожности. Высокий уровень реактивной тревожности говорит о том, что 51 % юношей и девушек испытывают состояние тревоги, проявляющееся в психическом напряжении, озабоченности, беспокойстве. Реактивная тревожность порождается объективными условиями, содержащими вероятность неуспеха и неблагополучия (в частности, в ситуации оценки способностей и достижений личности). В таких условиях тревожность может играть положительную роль, т. к. способствует концентрации энергии на достижении желаемой цели, мобилизации резервов организма и личности для преодоления возможных трудностей. Т. е. реактивная тревожность имеет приспособительный характер, если не превосходит определенного оптимального уровня. Таким образом, можно предположить, что именно в ситуации вступления в брачные отношения, показатели по данной шкале оказались очень высокими.

Далее проводилась следующая методика, а именно «Тест-карта оценки готовности к семейной жизни» И.Ф. Юнды (рисунок 2), помогающая определить готовность юношей и девушек выполнять семейные функции: создание положительного семейного фона, поддержание уважительных, доброжелательных отношений с родственниками, воспитание детей, интимная жизнь супругов, налаживание здорового семейно-бытового режима. Содержание теста представляет собой типичные ситуации между супругами, взаимодействие в рамках 10 функций семьи. Для того чтобы определить готовность к семейной жизни, респонденту нужно выбрать в каждой из десяти предложенных ситуаций по одному из трех вариантов ответа (правильное, возможное, неверное) и подсчитать результаты в баллах по шкале оценок для каждого из трех вариантов поведения (во всех десяти ситуациях).

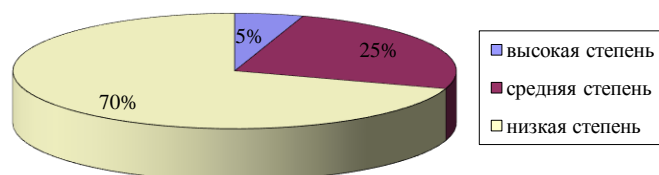


Рисунок 2. Показатели степени готовности к семейной жизни

Проанализировав полученные данные, мы выяснили, что 70 % исследуемых обладают низкой степенью подготовленности к вступлению в брачные отношения. Это может быть связано с рядом таких факторов как: несовпадение структуры ценностей партнеров, конфликтность во взаимоотношениях, недостаточный опыт в совместном времяпрепровождении, психологическая незрелость партнеров. Особое место среди перечисленных факторов, по нашему мнению, занимает уровень тревожности юношей и девушек, готовящихся вступить в брак. Далее, 25 % юношей и девушек удовлетворены выбором партнера и, в целом, подготовлены к семейной жизни. И лишь только 6 % исследуемых достаточно подготовлены к формированию семьи и семейной жизни в целом. Отдельно мы рассмотрели результаты уровня тревожности по шкале тревоги Тейлора, предназначенной для измерения личностной тревожности у юношей и девушек, соответственно.

Как показал сравнительный анализ результатов данной методики, у юношей средний (с тенденцией к высокому) уровень тревожности преобладает над уровнем тревожности у девушек. Также у девушек преобладают показатели высокого уровня над показателями у юноши.

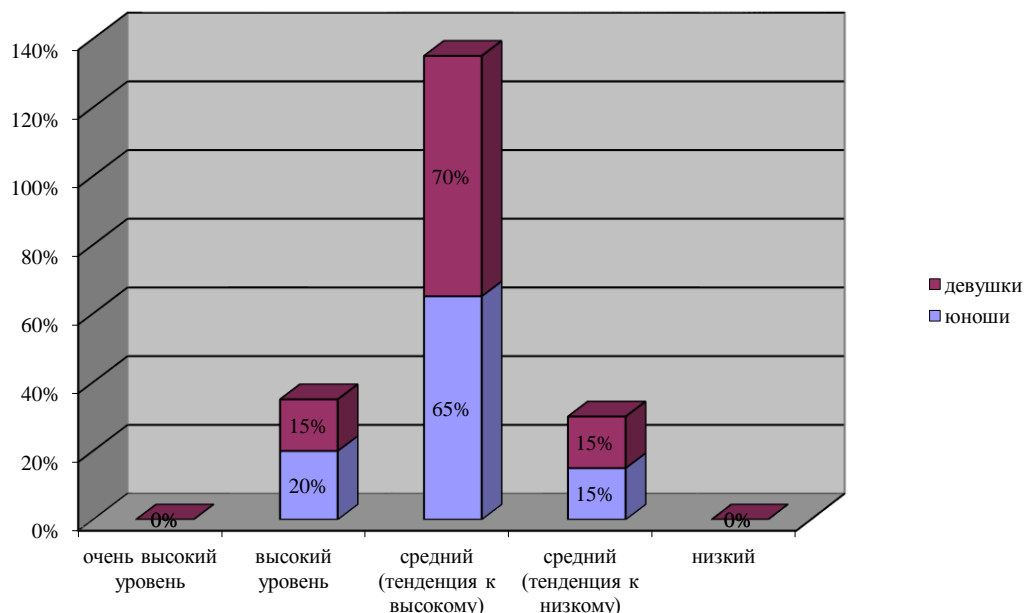


Рисунок 3. Показатели уровня тревожности у юношей и девушек

Результаты по методике Спилбергера-Ханина у юношей и девушек представлены на рисунке 4.

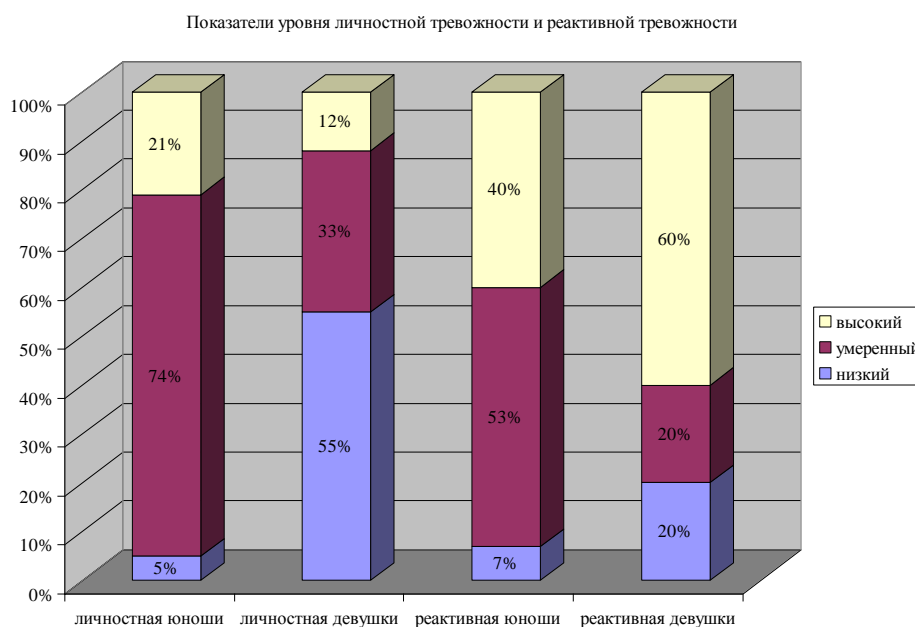


Рисунок 4. Показатели уровня личностной тревожности и реактивной тревожности

Как показал сравнительный анализ результатов данной методики, у девушек уровень личностной тревожности значительно преобладает над уровнем тревожности у юношей. Тогда как у юношей преобладают показатели реактивной тревожности над тревожностью у девушек.

Результаты методики «Тест-карта оценки готовности к семейной жизни» И.Ф. Юнды, проведенный среди юношей и девушек, показали следующие результаты, которые представлены на рисунок 5.

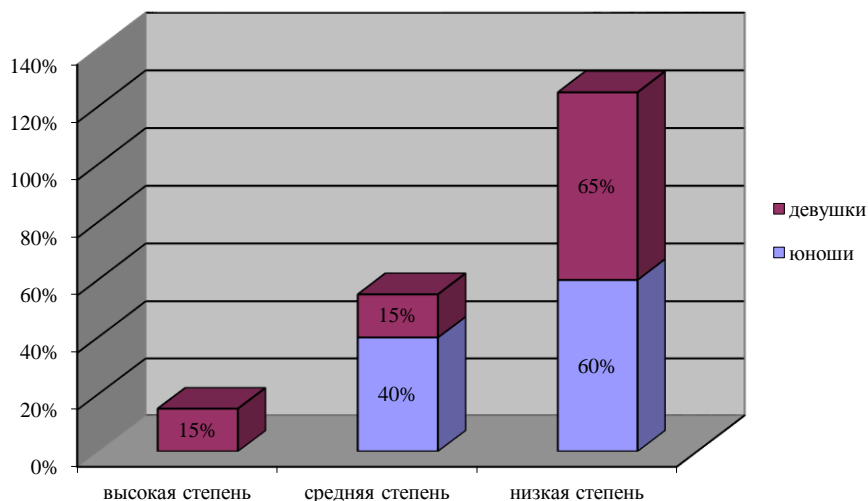


Рисунок 5. Результаты методики «Тест-карта оценки готовности к семейной жизни» И.Ф. Юнды

Было выявлено, что высокая степень готовности к семейной жизни значительно преобладает у девушек, т. к. у юношей готовность к семейной жизни имеет среднюю степень.

Для выявления связи тревожности и готовности вступить в брак юношей и девушек был проведен корреляционный анализ, представленный в табл. 1.

Таблица 1
Корреляционные показатели уровня тревожности вступающих в брак юношей

Шкалы	Общая тревожность	Личностная тревожность	Реактивная тревожность	Готовность вступления в брак
Общая тревожность	1	0,297	0,263	0,291
Личностная тревожность		1	-0,104	-0,341
Реактивная тревожность			1	-0,341
Готовность вступления в брак				1

Рассмотрим показатели, полученные в результате проведенного корреляционного анализа: у юношей показатели шкалы общей тревожности имеют слабую корреляционную связь с показателями шкал личностной тревожности ($r = 0,297$, $p < 0,05$), реактивной тревожности ($r = 0,263$, $p < 0,05$) – положительно; готовность вступления в брак ($r = -0,291$, $p < 0,05$), что свидетельствует о том, что у юношей при возрастании общей тревожности возрастает личностная и реактивная тревожности, а готовность вступления в брак снижается. И наоборот, если готовность вступления в брак высокая, то уровень тревожности, как личностной и реактивной, так и общей, снижается.

Также, согласно показателям, полученных в результате проведенного корреляционного анализа уровня тревожности вступающих в брак девушек были получены следующие результаты (см. табл. 2).

Таблица 2
Корреляционные показатели уровня тревожности вступающих в брак девушек

Шкалы	Общая тревожность	Личностная тревожность	Реактивная тревожность	Готовность вступления в брак
Общая тревожность	1	0,159	0,526	-0,368
Личностная тревожность		1	-0,002	0,053
Реактивная тревожность			1	0,635
Готовность вступления в брак				1

Рассмотрев показатели, полученные в результате проведенного корреляционного анализа выяснилось что у девушек показатели шкалы общей тревожности имеют слабую корреляционную связь с показателями шкал личностной тревожности ($r = 0,159$, $p < 0,05$) – положительно; готовность вступления в брак ($r = -0,368$, $p < 0,05$), что свидетельствует о том, что у девушек при возрастании общей тревожности возрастает реактивная тревожность и значительно снижается уровень готовности вступления в брак.

Переходим к рассмотрению показателей, полученных в результате проведенного корреляционного анализа уровня тревожности вступающих в брак юношей и девушек (см. табл. 3).

Таблица 3
Корреляционные показатели уровня тревожности вступающих в брак юношей и девушек

Шкалы	Общая тревожность	Личностная тревожность	Реактивная тревожность	Готовность вступления в брак
Общая тревожность	1	0,092	0,44	-0,367
Личностная тревожность		1	-0,112	0,011
Реактивная тревожность			1	-0,498
Готовность вступления в брак				1

Используя корреляционный анализ, мы проранжировали показатели тревожности по каждой шкале с показателями готовности вступления в брак. Отрицательная корреляционная связь образовалась между показателями по методике личностной тревожности Тейлора и показателями по методике готовности вступления в брачные отношения И.Ф. Юнды. Это говорит о том, что при возрастании одного признака, второй признак снижается, т. е. если человек обладает низким уровнем личностной тревожности, то он готов к созданию семьи. Таким образом, при возрастании уровня личностной тревожности, готовность вступления в брак снижается.

Корреляционная связь образовалась между показателями готовности вступления в брачные отношения и показателями реактивной тревожности по методике Спилбергера-Ханина. Следовательно, если в стрессовой ситуации человек обладает низким уровнем тревожности, готовность к формированию семьи проявляется на высоком уровне. Иными словами, взаимосвязь между реактивной тревожностью с готовностью юношей и девушек вступления в брачные отношения существует. Также в нашем исследовании прослеживалась взаимосвязь между фактором личностной тревожности по методике Спилберга-Ханина и фактором готовности вступления в брачные отношения И.Ф. Юнды.

Таким образом, личностная тревожность взаимосвязана с готовностью вступления в брак. И т. к. связь обратнопропорциональна, то можно сделать вывод о том, что чем выше готовность вступления в брак у юношей и девушек, тем ниже уровень личностной тревожности.

В ходе анализа результатов исследования мы установили наибольший процент исследуемых с высоким уровнем реактивной тревожности – 53 %. Данные показатели свидетельствуют о том, что, находясь в нестандартной жизненной ситуации, когда организм испытывает определенные стрессовые затруднения, человек пребывает в состоянии дискомфорта и внутреннего неудовлетворения. В данной ситуации в поведении присутствует скованность, недостаточная в себе и раздражительность. Эти факторы способствуют формированию неустойчивости нервных процессов. Человек становится забывчив, резок, его редко посещает чувство радости. Значительные отклонения от уровня умеренной тревожности требуют особого внимания, высокая тревожность предполагает склонность к появлению состояния тревоги у человека в ситуациях оценки его компетентности. В таком случае следует снизить субъективную значимость ситуации и задач и перенести акцент на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в успехе.

Итоги корреляционного анализа показывают, что существует обратнопропорциональная корреляционная связь между факторами реактивной и личностной тревожностями и фактором готовности вступления в брак, т. е. чем ниже один показатель по одной шкале, тем выше показатель по другой. Данный факт подтверждает нашу гипотезу о том, что существует связь между тревожностью и готовностью вступления в брак юношей и девушек, заключающаяся в том, что при возрастании уровня тревожности степень их готовности вступления в брак снижается.

Выводы

Проанализировав полученные в ходе исследования данные, мы выяснили, что 70 % исследуемых обладают низкой степенью подготовленности к вступлению в брачные отношения. И 25 % юношей и девушек удовлетворены выбором партнера и, в целом, подготовлены к семейной жизни. Лишь только 5 % исследуемых достаточно подготовлены к формированию семейной жизни. Большинство юношей и девушек (70 %) имеют тенденцию к высокому уровню тревожности. И лишь пятая часть исследуемых имеют низкий (5 %) тенденцию к низкому (13 %) уровню тревожности. По итогам корреляционного анализа, реактивная тревожность оказывает влияние на готовность вступления в брачные отношения и зависимость эта обратнопропорциональная, т. е. если повышается уровень реактивной тревожности, понижается уровень готовности к созданию семьи и наоборот, если тревожность снижается. Уровень готовности вступления в брак возрастает. Личностная тревожность взаимосвязана с готовностью вступления в брачные отношения. И т.к. связь обратнопропорциональна, можно сделать вывод о том, что чем выше готовность вступления в брак у юношей и девушек, тем ниже уровень личностной тревожности. На основании проведенного исследования были разработаны и обоснованы рекомендации для психологов по снижению тревожности юношей и девушек, вступающих в брак.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бурлачук, Л.Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Л.Ф. Бурлачук, С.М. Морозов. – СПб.: Питер, 2008. – 528 с.
2. Егорова, К.А. Социально-психологические особенности представлений о готовности к браку у студентов ВУЗа / К.А. Егорова, К.С. Солодова, Л.Г. Юрченко // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: материалы междунар. науч.-практ. конф. – Новосибирск: СибАК, 2015. – № 3–4(50). – С. 190–196.
3. Зудилина, И.Ю. Формирование психологической готовности студентов к брачным отношениям: Автореферат диссер. ... канд. психол. н.: 19.00.07 / Сам. гос. пед. ун-т. Самара, 2008. 24 с.
4. Москвичева, И.Л. Мотивация вступления в брак и внутрисемейные ценности современной молодежи // Молодежь в условиях соц.-экон. реформ: Материалы междунар. науч.-практ. конф., 26–28 сент. 1999. СПб.: 1995. Вып. 1. С. 104–105.
5. Несына, С.В. Некоторые аспекты психологической готовности к семейной жизни юношей и девушек. // Вектор науки Тольяттинского гос. университета. Серия: Педагогика, психология. № 4. 2011. С. 204–206.
6. Синкевич, И.А. Социологическое исследование мотивационных установок молодых людей, вступающих в брак / И.А. Синкевич, А.А. Сергеева // Психологические науки. – 2009. № 7. – С. 216–222.
7. Тест-карта оценки готовности к семейной жизни И.Ф. Юнды. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://cyberpedia.su/4x3e39.html> (дата обращения: 17.11.2019).
8. Швец, А.М. Мотивация вступления в брак и ее влияние на кризис будущей семьи [Текст] / А.М. Швец, Е.А. Могилевкин, Е.Ю. Каргаполова // Вопросы психологии. – 2006. – №2. – С.89–97.
9. Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилберга-Ю.Л. Ханина. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://psylist.net/praktikum/istre.htm> (дата обращения: 17.11.2019).
10. Шкала тревоги Тейлора [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.infamed.com/psy/psy03.html> (дата обращения: 17.11.2019).

Komarova Julia Vyacheslavovna

Astrakhan state medical university, Astrakhan, Russia
E-mail: yulya_komarova_96@list.ru

Kostina Larisa Aleksandrovna

Astrakhan state medical university, Astrakhan, Russia
E-mail: kostina_agma@mail.ru

Milyaeva Lyudmila Mikhailovna

Astrakhan state medical university, Astrakhan, Russia
E-mail: asmila_50@mail.ru

Kubekova Aliya Salavatovna

Astrakhan state medical university, Astrakhan, Russia
E-mail: alya_kubekova@mail

The relationship of anxiety with the willingness to marry girls and boys

Abstract. The article presents the results of an experimental study on the relationship of anxiety with the willingness to marry young people. The sample of the study is 60 students (30 young men and 30 girls) studying at the Astrakhan State Medical University aged 18 to 23 years, preparing to enter into marriage. The methods used were: “Taylor's anxiety scale”, “Ch.D. Spielberg-Yu.L. Khanina”, “Test card for assessing readiness for family life I.F. Undy”. According to the results of the study, it was determined that the majority of respondents have a low degree of preparedness for entering into marriage. Only 5 % of the respondents are sufficiently prepared for the formation of family life. Most boys and girls tend to have a high level of anxiety. And only a fifth of the subjects have a tendency to low levels of anxiety. According to the results of the correlation analysis, reactive anxiety affects the willingness to enter into marriage and this dependence is inversely proportional, i.e., if the level of reactive anxiety rises, the level of readiness to start a family decreases, and vice versa, if anxiety decreases. Personal anxiety is interconnected with a willingness to enter into marriage, i.e. the relationship is inversely proportional, we can conclude that the higher the willingness to marry boys and girls, the lower the level of personal anxiety. Based on the study, recommendations for psychologists to reduce the anxiety of young men and women who are getting married were developed and substantiated.

Keywords: personal anxiety; reactive anxiety; willingness to marry; readiness for family life; stress resistance; emotional barrier

REFERENCES

1. Burlachuk, L.F. Dictionary-Reference for Psychodiagnostics / L.F. Burlachuk, S.M. Morozov. – St. Petersburg: Peter, 2008. – 528 p.
2. Egorova, K.A. Socio-psychological characteristics of the idea of marriage readiness among university students / K.A. Egorova, K.S. Solodova, L.G. Yurchenko // Person, family and society: pedagogy and psychology: international materials. scientific-practical conf. – Novosibirsk: SibAK, 2015. – No. 3–4 (50). – S. 190–196.
3. Zudilina, I.Yu. Formation of students' psychological readiness for marital relations: Abstract of the thesis. ... cand. psychol. n.: 19.00.07 / Sam. state ped un-t Samara, 2008. 24 s.
4. Moskvicheva, I.L. Motivation for marriage and intrafamily values of modern youth // Youth in the conditions of social.-econ. Reforms: Materials Int. scientific-practical conf., Sep 26–28 1999. St. Petersburg: 1995. Issue. 1, pp. 104–105.
5. Nesyna, S.V. Some aspects of psychological readiness for the family life of boys and girls. // Vector of science of the Togliatti state. University. Series: Pedagogy, Psychology. No. 4. 2011. P. 204–206.
6. Sinkevich, I.A. A sociological study of the motivational attitudes of young people entering into marriage / I.A. Sinkevich, A.A. Sergeeva // Psychological sciences. – 2009. No. 7. – S. 216–222.
7. Test card for assessing readiness for family life I.F. Unds. [Electronic resource]. Access mode: <https://cyberpedia.su/4x3e39.html> (accessed date: 11/17/2019).
8. Shvets, A.M. Motivation for marriage and its impact on the crisis of the future family [Text] / A.M. Shvets, E.A. Mogilevkin, E.Yu. Kargapolova // Questions of psychology. – 2006. – No. 2. – S. 89–97.
9. Scale for assessing the level of reactive and personal anxiety Ch.D. Spielberg-Yu.L. Hanina. [Electronic resource]. Access mode: <http://psylist.net/praktikum/istre.htm> (accessed: 11/17/2019).
10. Taylor's alarm scale [Electronic resource]. Access mode: <http://www.infamed.com/psy/psy03.html> (accessed: 11/17/2019).