

К. В. Антипова

**САМООТНОШЕНИЕ, ДОВЕРИЕ И САМОРАСКРЫТИЕ
У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК С РАЗНЫМ УРОВНЕМ
СУБЪЕКТИВНОГО ОДИНОЧЕСТВА**

Статья посвящена изучению самооотношения, доверия и самораскрытия у юношей и девушек с разным уровнем субъективного одиночества. В статье рассмотрены такие понятия, как «самоотношение», «доверие» и «самораскрытие». Приведены результаты эмпирического исследования самооотношения, доверия и самораскрытия юношей и девушек. В работе были использованы опросник самооотношения В. В. Столина, С. Р. Пантилеева, методика «Шкала межличностного (социального) доверия» Дж. Б. Роттера и методика «Эмоциональное самораскрытие личности» С. Джуларда.

Самоотношение в разном возрасте имеет свою специфику. Так, Т. В. Ледовская отмечает, что в юношеском возрасте психологическая структура самооотношения более сформирована за счет более развитых компонентов и показателей структуры самооотношения, что связано с рефлексивностью и высокой самооценкой. Также Т. В. Ледовская утверждает, что ведущими компонентами самооотношения в юношеском возрасте являются саморуководство и ожидаемое отношение со стороны окружающих [1, с. 229–233].

По мнению Т. П. Скрипкиной, доверие связывает человека с миром, выступает стимулом к развитию, саморазвитию, даёт человеку почувствовать себя целостным, способствует нормальной жизнедеятельности, помогает ставить цели и задачи, принимать решения, выбирать поведение [2, с. 126].

Здорового самооотношения и умения доверять себе и другим, не может быть без такого процесса, как самораскрытие. Та же Т. П. Скрипкина определяет самораскрытие как факт добровольного раскрытия конфиденциальной информации о собственном внутреннем мире перед другим человеком [3]. Нежелание самораскрываться может привести к изоляции от общества и обострению психологических проблем.

Данные особенности актуализировали проведение эмпирического исследования самооотношения, доверия и самораскрытия. Базой исследования являлся «ГГУ имени Ф. Скорины». Выборочную совокупность составили 81 человек, из них 41 девушка и 40 юношей в возрасте от 17 до 25 лет, обучающихся на гуманитарных специальностях.

В результате опроса среди студентов по методике изучения самооотношения В. В. Столина и С. Р. Пантилеева были полученные следующие данные, представленные на рисунках 1 и 2, на основании которых, можно сделать выводы:

- девушки с низким и средним уровнем одиночества, как и девушки с высоким уровнем одиночества, склонны к самоизучению и ждут оценки от других;
- юноши с низким и средним уровнем одиночества, как и юноши с высоким уровнем одиночества, более уверены в себе, из-за чего способны брать на себя ответственность, но при неудачах склонны к самобичеванию;
- стоит отметить, что по показателям всех шкал методики, кроме шкалы самообвинения, девушки и юноши с низким и средним уровнем одиночества превосходят девушек и юношей с высоким уровнем одиночества, что может говорить о заниженной самооценке и значимости собственных чувств;

– девушки с высоким уровнем одиночества значительно менее самоуверенны, нежели юноши с высоким уровнем одиночества;

– по данным, полученным в исследовании, девушки и юноши в одинаковой степени принимают себя такими, какие они есть.

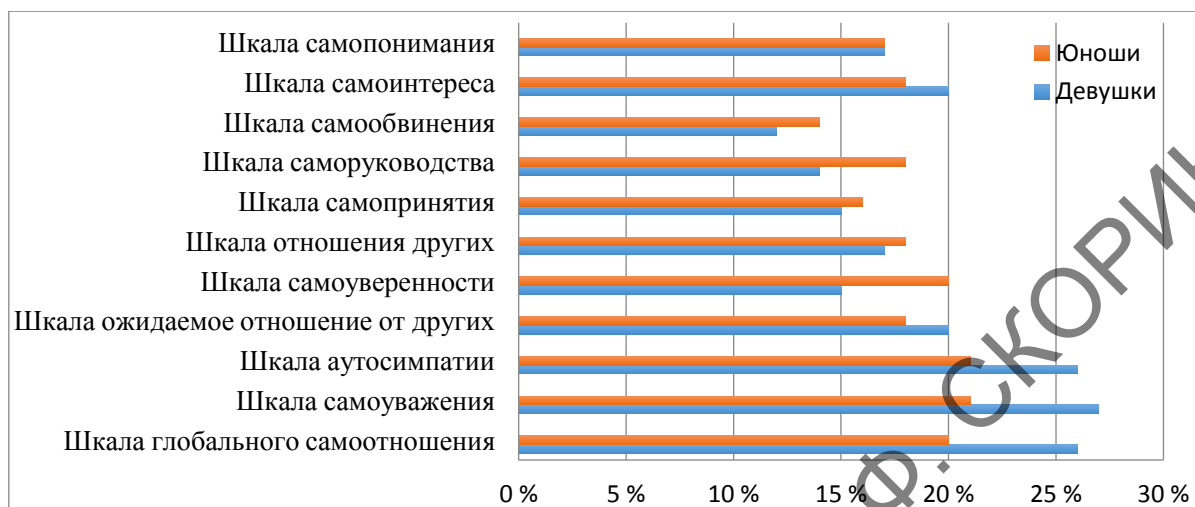


Рисунок 1 – Результаты девушек и юношей с низким и средним уровнем субъективного одиночества по методике изучения самоотношения В. В. Столина и С. Р. Панталева

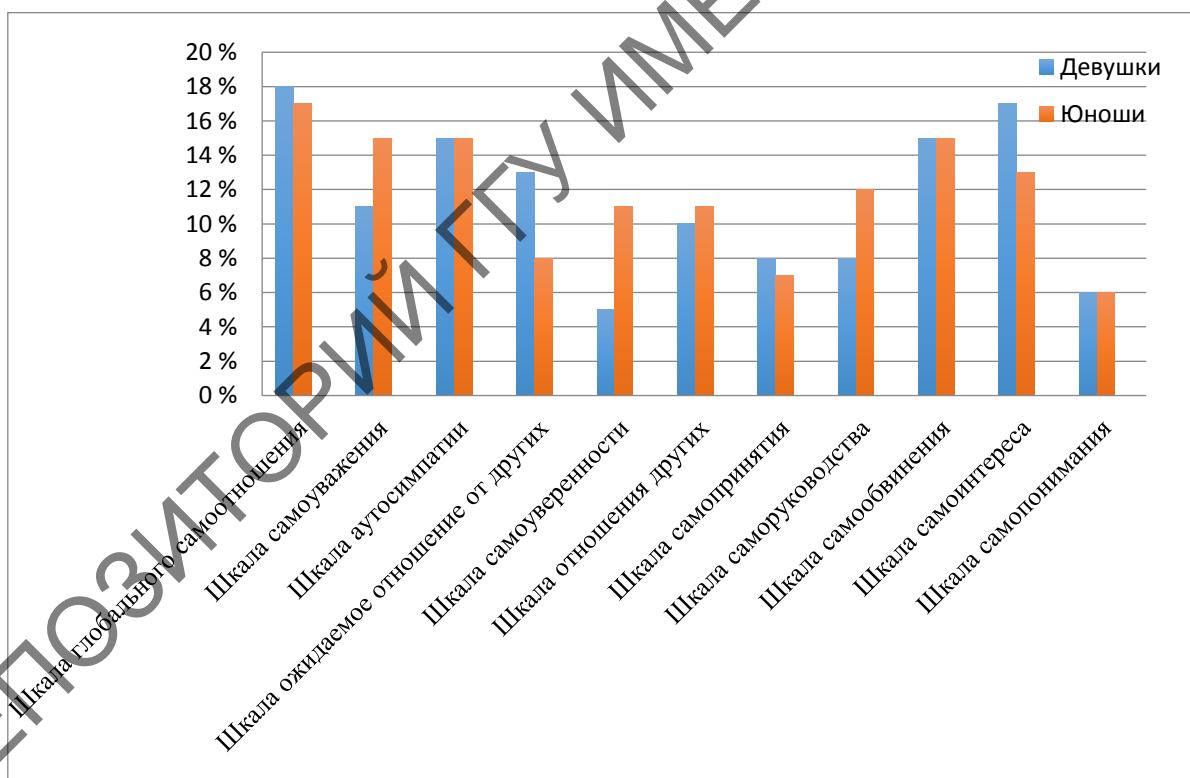


Рисунок 2 – Результаты девушек и юношей с высоким уровнем субъективного одиночества по методике изучения самоотношения В. В. Столина и С. Р. Панталева

В результате опроса среди студентов по методике «Шкала межличностного (социального) доверия» Дж. Б. Роттера получены следующие данные, представленные на рисунке 3.

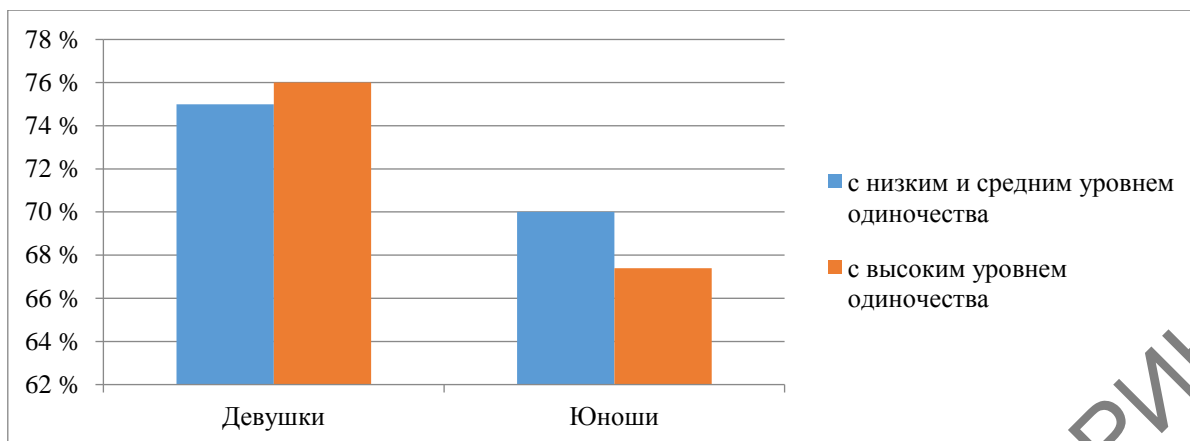


Рисунок 3 – Результаты юношей и девушек по методике «Шкала межличностного (социального) доверия» Дж. Б. Роттера

Согласно представленным на рисунке 3 данным, можно сделать следующие выводы: юноши с высоким уровнем субъективного одиночества испытывают меньше доверия к окружающим, чем юноши со средним и низким уровнем субъективного одиночества (67 % и 70 % соответственно), в то время как у девушек с высоким уровнем субъективного одиночества и девушек со средним и низким уровнем субъективного одиночества существенных различий в доверии (76 % и 75 %) выявлено не было.

В результате опроса среди студентов по методике «Эмоциональное самораскрытие личности» С. Джуларда были полученные следующие данные, представленные на рисунке 4.

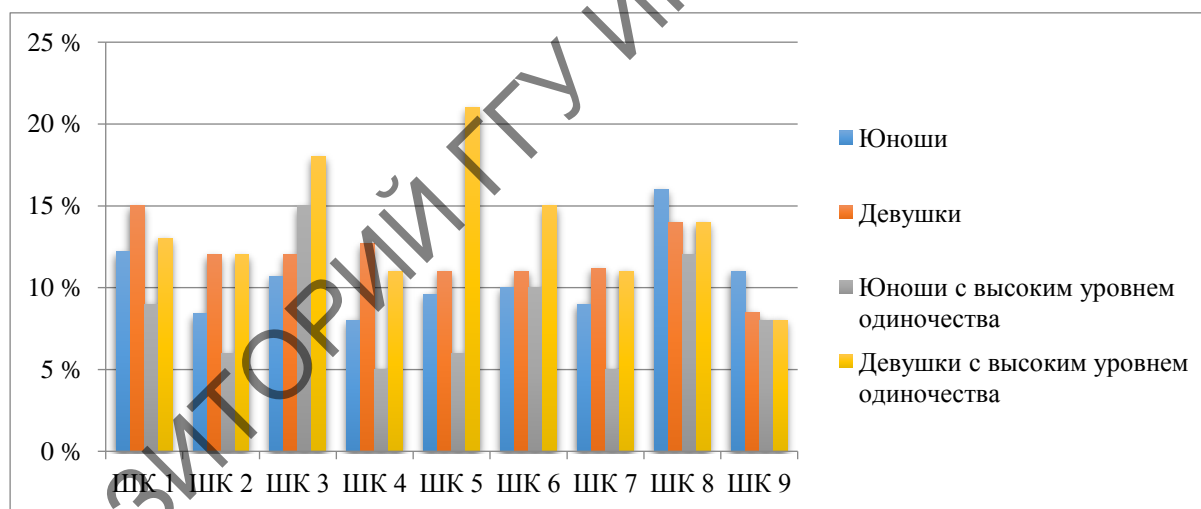


Рисунок 4 – Результаты юношей и девушек с низким, средним и высоким уровнем субъективного одиночества по методике «Эмоциональное самораскрытие личности» С. Джуларда

Согласно представленным на рисунке 4 данным, можно сделать следующие выводы:

- девушки более склонны к самораскрытию в общении, чем юноши;
- наиболее заметный интервал в результатах между юношами и девушками по шкалам семейные традиции (12 % и 15 %), эмоциональность (8 % и 12 %), реальное эмоциональное самораскрытие (ЭСР) (8 % и 13 %) и выбор партнёра (9 % и 11 %) свидетельствует о том, что девушкам важно иметь возможность для самораскрытия в кругу близких людей;

– наиболее заметный интервал в результатах между юношами и девушками с высоким уровнем одиночества по шкалам: семейные традиции (9 % и 13 %), эмоциональность (6 % и 12 %), реальное ЭСР (5 % и 11 %), функции ЭСР (6 % и 21 %), отношение к чужому ЭСР (10 % и 15 %) и выбор партнёра (5 % и 11 %) свидетельствует о том, что девушки признают важность эмоционального самораскрытия и им важно иметь возможность для самораскрытия в кругу близких людей;

– небольшие интервалы в результатах между юношами и девушками заметны по шкалам потенциальное ЭСР (11 % и 12 %), функции ЭСР (10 % и 11 %), отношение к чужому ЭСР (10 % и 11 %), что говорит о том, что юноши не так, как девушки, признают важность эмоционального самораскрытия;

– небольшие интервалы в результатах между юношами и девушками с высоким уровнем одиночества заметны по шкалам потенциальное ЭСР (15 % и 18 %) и искренность (12 % и 13 %), что говорит о том, что для юношей, как и для девушек, важно иметь возможность для эмоционального самораскрытия;

– большой интервал между реальным ЭСР (5 % и 11 %) и потенциальным ЭСР (15 % и 18 %) может говорить о том, что в общении юноши и девушки с субъективным ощущением одиночества не могут, или боятся, поделиться всеми своими переживаниями;

– юноши были наиболее искренны (16 %) при ответах, чем девушки (14 %), что может говорить о том, что юноши более прямолинейны;

– но также юношам труднее выражать свои переживания (11 %), чем девушкам (9 %);

– никакого интервала по шкале «языковые трудности» у юношей (8 %) и девушек (8 %) с высоким уровнем одиночества не наблюдается, что может говорить о том, что и юношам, и девушкам с высоким уровнем субъективного ощущения одиночества трудно выражать свои переживания.

На основании всего вышесказанного можно сделать вывод, что для юношей и девушек с высоким уровнем субъективного ощущения одиночества очень важно иметь возможность для эмоционального самораскрытия, и им гораздо труднее выражать свои переживания, чем юношам и девушкам с низким или средним уровнем субъективного ощущения одиночества.

Подводя итог всему вышечисленному, можно сделать следующие выводы:

– девушки как с низким и средним уровнем одиночества, так и с высоким уровнем одиночества склонны к самоизучению и ждут оценки от других;

– по показателю шкалы самообвинения, девушки и юноши с высоким уровнем одиночества превосходят девушек и юношей с низким и средним уровнем одиночества, что может говорить о заниженной самооценке и значимости собственных чувств у первых;

– девушки и юноши в одинаковой степени принимают себя такими, какие они есть;

– при наличии должного уровня доверия юноши стремятся к самораскрытию больше, чем девушки, однако в реальности девушки раскрываются чаще, чем юноши;

– у девушек и юношей с высоким уровнем субъективного одиночества потребность в самораскрытии гораздо больше, но им труднее доверять другим свои переживания.

Литература

1 Ледовская, Т. В. Психологическая структура самоотношения в подростковом и юношеском возрасте / Т. В. Ледовская // Ярославский педагогический вестник. – 2017. – № 4. – С. 229–233.

2 Скрипкина, Т. П. Психология доверия / Т. П. Скрипкина. – Москва : Издательский центр «Академия», 2000. – 264 с.

3 Скрипкина, Т. П. Доверие людей в процессе общения / Т. П. Скрипкина // Эмоциональные и познавательные характеристики общения / под ред. В. А. Лабунской. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1990. – С. 33–53.