

УДК 159.923.2

ББК 88.37

## ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ У ЛЮДЕЙ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ ЗНАКОМСТВО В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ И РЕАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Бекетова Е.А. Колесникова В.О.

МАОУВО «Краснодарский муниципальный медицинский институт  
высшего сестринского образования»

Краснодар, Россия

В статье рассматриваются особенности самооценки у людей, осуществляющих знакомство в интернет-пространстве и реальной жизни. Общение имеет большое значение для развития личности. Общение - это средство, через которое человек строит свои отношения в другими людьми. В результате глобализации способы установления контакта между людьми меняются. Все большую популярность завоевывают Интернет-знакомства, которые привлекают своей легкостью, доступностью, безопасностью. Виртуальный способ характеризуется тем, что собеседники не имеют возможности увидеть друг друга. Они могут общаться друг с другом с помощью специальных сайтов в Интернете, электронной почты и других приложений. Интернет ресурсы значительно обогащают возможности общения. В настоящее время общение в Интернете расширяется, функционируют тысячи форумов, сайтов знакомств. Мы предположили, что люди с нормальной, адекватной самооценкой чаще знакомятся в реальной жизни, чем в Интернете, чем люди с заниженной и завышенной самооценками. С целью выявления различия уровня самооценки у людей, знакомящихся и взаимодействующих в виртуальном пространстве и в условиях реальной жизни нами проведено исследование. В ходе исследования выдвинутая нами гипотеза подтвердилась. Самооценка влияет на выбор способа знакомств. Люди с нормальной, адекватной самооценкой чаще знакомятся в реальной жизни, чем в Интернете, в отличие от людей с заниженной и завышенной самооценками.

Ключевые слова: социальная сеть, Интернет, уровни самооценки, тревожность, фрустрация, ригидность.

Features self-esteem in people exercising dating in the Internet space and real life

Beketov EA Kolesnikov VO

MAOUVO "Krasnodar Municipal Medical Institute of Higher Nursing Education" (Krasnodar, Komsomolskaya Street, 46, e-mail: Beket\_a@mail.ru)

The article discusses the features of self-esteem in people carrying an acquaintance in the Internet space and the real world. Communication is important for personal development. Communication - is a means through which people build their relations in the other people in the globalization of ways of establishing contact between people changed. All the more and more popular online dating service, which attract their ease, availability, security. Virtual method is characterized in that the sides are unable to see each other. They can communicate with each other by means of special sites on the Internet, e-mail and other applications. Internet resources significantly enrich the possibilities of communication. Currently, the Internet communication is expanding, operating thousands of forums, dating sites. We hypothesized that people with a normal, adequate self-esteem often get acquainted in real life than on the Internet than people with low and high self-esteem. In order to identify differences in the level of self-confidence in people, getting acquainted and interact in a virtual space and in real life we have studied. In the study, we put forward the hypothesis was confirmed. Self-esteem affects the choice of method of dating. People with a normal, adequate self-esteem often get acquainted in real life than on the Internet, as opposed to people with low and high self-esteem.

Tags: social networking, internet, self-esteem, anxiety, frustration, rigidity.

*Актуальность.* Важное значение для развития личности, особенно в юношеском возрасте, имеет общение. Каждый молодой человек стремится встретить друга или подругу, которые будут, разделять его взгляды, увлечения, давать эмоциональную поддержку. Как указывает Б.Г. Ананьев, общение всегда соответствует определённым, исторически сложившимся и социально необходимым формам коммуникаций [1]. Общение можно

охарактеризовать как средство, через которое человек строит свои отношения в другими людьми [2].

В результате глобализации меняются способы установления контакта между людьми. Все большую популярность завоевывают Интернет-знакомства, которые привлекают своей легкостью, доступностью, безопасностью. Виртуальный способ характеризуется тем, что собеседники не имеют возможности увидеть друг друга, но могут общаться друг с другом с помощью специальных сайтов в Интернете, электронной почты и других приложений. Реальные же знакомства являются первоначальной формой знакомств и отличаются наличием между собеседниками визуального, слухового и тактильного контактов [3].

Интернет ресурсы значительно обогащают наши возможности общения. Термин «социальная сеть» был введен социологом Д. Барнсом в 1954 году. Социальная сеть – это интерактивный, многопользовательский сайт, содержание которого наполняется его посетителями с возможностью указания какой-либо информации об отдельном человеке, по которой страницу могут найти другие пользователи. В настоящее время возможности общения в Интернете расширяются, благополучно функционируют тысячи форумов, сайтов знакомств. Социальные сети, приобрели исключительную популярность у молодежи, позволяют легко поддерживать отношения в любой точке мира, расширяют возможности знакомства, поиска друзей, старых знакомых, а иногда и поиска работы, жилья. Знакомиться в интернете стало нормально.

Общение в Интернете способствует снижению психологического дискомфорта. Гораздо проще «добавить в друзья» или прокомментировать фотографию в Контакте, чем подойти на улице и познакомиться. Информация, представленная на странице пользователя заменяет ступени знакомства, так как сразу становятся известны интересы, увлечения и т.п. Но нередко информация страницы оказывается вымышленной, а чувства, испытываемые и выражающиеся участниками общения в смайликах, не настоящими.

Нами проведено эмпирическое исследование с целью выявления различия уровня самооценки у людей, знакомящихся и взаимодействующих в виртуальном пространстве и в условиях реальной жизни. Мы предположили, что люди с нормальной, адекватной самооценкой чаще знакомятся в реальной жизни, чем в Интернете, чем люди с заниженной и завышенной самооценками.

Экспериментальная работа проходила на базе Краснодарского Муниципального Медицинского Института Высшего Сестринского Образования. В исследовании принимали участие 30 студентов второго курса специальности «Сестринское дело» и 45 студентов второго и третьего курсов специальности «Клиническая психология». Совокупная выборка составила 75 респондентов.

Экспериментальная работа включала несколько этапов:

1. Психологическая диагностика самосознания и уровня самооценки личности.

Целью первого этапа было выяснение уровней самооценки респондентов и соотнесение полученных данных о уровнях самооценки с преобладающими у респондентов психическими состояниями. Было проведено тестирование уровня самооценки с использованием разных методов диагностики.

Первый этап включал подсчет результатов, проведение качественного и количественного анализа, а также предварительную интерпретацию результатов исследования.

2. Целью второго этапа исследования было проведение анализа способа знакомств, систематизация данных, формулировка выводов и общих результатов по каждому испытуемому. Было необходимо выяснить, какой способ знакомств наиболее часто используется каждым респондентом и почему. Для реализации поставленной цели использовался опрос.

3. Целью третьего этапа была окончательная обработка и интерпретация результатов исследования, установление и соотнесение данных об уровнях самооценки, преобладающего психического состояния и предпочитаемого способа знакомств.

Исследование проводилось в специально оборудованном кабинете, способствующем созданию соответствующего эмоционального настроения, доверительных отношений между экспериментатором и исследуемыми. Эксперимент включал проведение предварительного и итогового тестирования.

Были использованы следующие методики:

1. Исследование самооценки по методу С. Я. Рубинштейн и Т.В. Дембо в модификации А.М. Прихожан [4].

2. Экспресс-диагностика уровня самооценки авторов Н.П Фетискина, В.В. Козлова и Г.М. Мануйлова [5].

3. Методика диагностики самооценки психических состояний Г. Айзенка.

На первом этапе исследования мы использовали методику Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, которая направлена на выявление уровня самооценки. Респондентам было предложено семь линий, каждая из которых символизировала уровень развития отдельного качества. Они обозначали: здоровье, ум, способности, характер, авторитет у сверстников, умение много делать своими руками, внешность, уверенность в себе. Нижняя точка каждой линии символизировала самое низкое развитие данного качества, а верхняя-наивысшее. На каждой линии чертой (-) необходимо было отметить то, как респондент оценивает у себя развитие этого качества, со стороны своей личности в данный

момент времени. После этого крестиком (x) следовало отметить, при каком уровне развития этих качеств, респондент был бы удовлетворен собой или почувствовал гордость за себя.

В качестве зависимой переменной выступала уверенность в себе. Независимой переменной выступало: пространство. Контролируемыми переменными выступали: уровень уверенности в себе, состав группы, количество людей в экспериментальной и контрольной группах, цели, преследуемые респондентами в момент знакомства в интернет пространстве и в реальной жизни, условия проведения эксперимента, атмосфера в помещении, где будет проводиться исследование. Побочные переменные: социальный статус и характер респондентов, материальное положение, настроение респондентов.

В методике Дембо-Рубинштейн для измерения самооценки были представлены измерительные шкалы на основе которых формировались результаты исследования самооценки респондентов: шкала «здоровья», «ум, способности», «характер», «авторитет среди одноклассников», «умение многое делать своими руками», «внешность», «уверенность в себе». Использовались методы статистической обработки данных и процедуры сравнения на основе анализа полученных результатов.

Для подтверждения достоверности полученных результатов с помощью методики Дембо-Рубинштейн нами использовалась методика диагностики самооценки психических состояний Г. Айзенка. С помощью данной методики возможно диагностировать уровень тревожности, фрустрированности, агрессивности и ригидности респондентов. В качестве дополнительной, нами была использована экспресс-диагностика уровня самооценки авторов Н.П Фетискина, В.В. Козлова и Г.М. Мануйлова.

Результаты исследование соотношения уровней самооценки респондентов представлены на рисунке 1.



Рис. 1. Результаты исследование соотношения уровней самооценки

Из рисунка 1 следует, что самая многочисленная группа 32% респондентов имеют низкую самооценку, 26,7% заниженную. На втором этапе исследования использовалась анкета, позволяющая определить наиболее предпочитаемые респондентами способы знакомств. Для проверки гипотезы исследования была проведена процедура статистического анализа данных.

На основании проведенного нами исследования среди респондентов было выделено семь малых групп, которые в дальнейшем можно определить в три большие группы. Для определения уровня самооценки мы использовали 5 основных терминов: чрезмерно высокая (нереалистичная), высокая, нормальная (реалистичная, средняя, адекватная), низкая, заниженная (критичная). Так же нами учитывались показатели относительной устойчивости и не устойчивости самооценки.

Первая малая группа – люди с высокой, реалистичной, устойчивой, но не завышенной самооценкой, выявленным по обоим методикам. Все они обладают высоким и средним уровнем агрессивности. В равной степени отдают предпочтение знакомствам в реальной жизни и Интернет знакомствам. В причинах, которые, по их мнению, сподвигают людей на знакомства в интернете отмечают стеснительность (2), внешние недостатки, неумение завязать знакомство, маленький словарный запас, недостаток внимания, скуку, рабочие моменты, необщительность (10 человек).

Вторая малая группа – тестируемые с неустойчивой по первому тесту и заниженной по второму тесту (Н. П. Фетискин..., см. Приложение 1) самооценкой. Они обладают повышенными показателями тревожности, фрустрации и ригидности. Показатели агрессивности колеблются от самых низких до высоких, что объясняет повышенный уровень тревожности и неустойчивый уровень самооценки. Такие люди отдают предпочтение знакомствам в Интернете, т.к. слишком о многом тревожатся, не умеют должным образом скрыть или проявить свою агрессивность. Из-за этого они склонны во многом себе отказывать и в общении придерживаться определенных, однажды установленных правил, что повышает показатели ригидности. Причины общения в Интернет пространстве: скука, желание найти интересного человека, скованность при реальном общении, замкнутость, смущение, интроверсия, стеснение (2), не знают (4) (12 человек).

Третья малая группа – респонденты с нормальной, устойчивой и в меру повышенной самооценкой по обоим тестам. Предпочитают знакомства в реальной жизни. Все показатели преобладающих эмоциональных состояний средние, не повышенные. Они уверены в себе и не строят иллюзий. Умеют проявлять себя вовремя и должной силой. Это объясняет выбранный ими способ знакомств. Причины: скука, лень (2), простота (4), легкость (2),

отсутствие зрительного контакта, скованность, низкая самооценка, страх подойти и быть отвергнутым (11 человек).

Четвертая малая группа – испытуемые по первому тесту обладают завышенной неустойчивой самооценкой, а по второму – средней, реалистичной. Знакомятся как в реальной жизни, так и в Интернете. Повышенные показатели агрессивности и ригидности. Средние показатели тревожности. Эта группа респондентов предположительно склонны к завышению собственных возможностей, но обладая относительно стабильной самооценкой не слишком тревожатся о том, что переоценивают себя. Всегда готовы постоять за себя и свои интересы. Причины: скука, неуверенность в себе, скованность (2), застенчивость, интерес к человеку (10 человек).

Пятая малая группа. К ней относятся люди, обладающие нормальной самооценкой по первому тесту и заниженной по второму. Предпочитаются знакомиться в Интернете. Чаще обладают средними показателями тревожности и повышенными показателями агрессивности и ригидности. Занижая собственные способности, избавляются от повышенной тревожности. Зная, что способны на большее они проявляют агрессию, в случае если кто-то позволит себе еще больше, чем они сами занижить их возможности. Причины: стеснительность (2), неуверенность, некоммуникабельность, желание чего-то нового, удобство, низкая самооценка, не ответил 1 (10 человек).

Шестая малая группа – люди с неустойчивой и заниженной самооценкой по первому тесту и заниженной по второму. Обладают высокой ригидностью и средней тревожностью. Предпочитают знакомства в Интернете. Как и все люди, обладающие заниженной самооценкой склонны тревожности. Но следуя своим, определенным жизненным правилам понижают уровень тревожности и избегают ситуаций фрустрации. Не склонны выходить за рамки собственной зоны комфорта. Причины: неуверенность в себе (2), лень (2), недостаток времени, недостаток реального общения, технологии 21 века, доступность, безопасность, избегание страха, возможность в любой момент прекратить общение, 2 не знают (12 человек).

Седьмая малая группа – респонденты с устойчивой, реалистичной самооценкой по первому тесту и пониженной по второму тесту. Испытуемые данной группы не исключают возможности знакомства обеими способами, но все же отдают предпочтение знакомствам в сети Интернета. Все показатели психологических состояний средние. Причины: боязнь реальности, неумение общаться в реальной жизни, скованность, боязнь не понравиться собеседнику в реальной жизни, стеснение (2), осторожность, конфиденциальность. (10 человек).

Результаты исследования представлены в таблицах 1,2.

Таблица 1 - Соотношение уровней самооценки респондентов

Интернет знакомства	50/50	Знакомства в реальной жизни
2, 5 и 6 группы	1, 4 и 7 группы	3 группа
Преобладает неустойчивая, <b>заниженная</b> , критичная и устойчивая <b>низкая</b> , реалистичная самооценки	Преобладает устойчивая <b>высокая</b> , реалистичная и неустойчивая <b>завышенная</b> , нереалистичная самооценки	Преобладает устойчивая, <b>высокая</b> и реалистичная, <b>нормальная</b> самооценка
45,3% (34 чел.)	40% (30 чел.)	14,7% (11 чел.)

Данная таблица позволяет более обобщенно взглянуть на полученные нами результаты. Мы видим, что у подавляющего большинства респондентов, предпочитающих знакомства в Интернет сети, проявляются черты заниженной и завышенной самооценки. Респонденты же с высокой, реалистичной самооценкой предпочитают заводить новые знакомства в реальной жизни.

Также мы использовали данные, полученные с помощью методики диагностики самооценки психический состояний Г. Айзенка. У респондентов выявлялись такие состояния как тревожность, фрустрация, агрессивность и ригидность. Сравнение данных о преобладающих эмоциональных состояниях у лиц, избирающих различные способы знакомств, позволяет понять примерные причины того или иного выбора.

Анализ данных, полученных в результате нашего исследования, представлен в таблице 2. Он помог выявить взаимосвязь самооценки личности и предпочитаемого способа знакомства.

Таблица 2 - Способы знакомств и преобладающие психические состояния

Преобладающие психические состояния	Способы знакомства			Степень выраженности преобладающего психического состояния
	Реальные	Интернет-знакомства	50/50	
Агрессивность	-	-	+	Высокая и средняя
Фрустрация, тревожность, ригидность				Низкая
Тревожность, фрустрация, ригидность	-	+	-	Высокая
Агрессивность				Низкая
Тревожность, фрустрация,				Средняя

агрессивность, ригидность	+	-	-	
Агрессивность, ригидность	-	-	+	Высокая
Тревожность				Средняя
Фрустрация				Низкая
Агрессивность, ригидность	-	+	-	Высокая
Тревожность				Средняя
Фрустрация				Низкая
Ригидность	-	+	-	Высокая
Тревожность				Средняя
Агрессивность, фрустрация				Низкая
Тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность	-	-	+	Средняя

Обобщенные результаты эмпирических исследований представлены на рисунке 2.

Выдвинутая нами гипотеза подтвердилась. Самооценка влияет на выбор способа знакомств. Люди с нормальной, адекватной самооценкой чаще знакомятся в реальной жизни, чем в Интернете, в отличие от людей с заниженной и завышенной самооценками.

В рамках данной проблемы в будущем возможно направить внимание исследователей на изучение причин «застревания» людей с заниженной и завышенной самооценками в сети Интернета.

#### *Список использованной литературы*

1. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания. СПб.: Наука, 2001
2. Блейхер В.М. Клиническая психология. – Ташкент, 1976
3. Пиантонида Р. Классификация Интернет-менов, 2011г
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. В 2 т. М.,1989.
5. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп -М. 2002г.