

А.С. ЯКОВЛЕВА

Республика Беларусь, Витебск, Лицей ВГУ имени П.М. Машерова

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ДОВЕРИЯ К СЕБЕ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Введение. Юношеский возраст – это период интенсивного формирования ценностно-мотивационной сферы, мировоззрения, системы оценочных суждений, а также новых моделей поведения, соответствующих особенностям данного возрастного этапа. Именно в юношеском периоде возникает новое, своеобразное отношение к цели посещения школы учащимися рассматриваемого возрастного этапа, когда юноши ходят в школу не для получения знаний, приобретения новых умений и навыков, а ради общения со сверстниками, чаще всего с противоположным полом [1].

Возраст испытуемых – юношество – нами был выбран не случайно, так как этот период знаменуется для личности самостоятельным вхождением в новую систему общественных отношений, выстраиванием новых социальных контактов. И.С. Кон считает, что в юношеском возрасте у личности происходит осмысление мира, своего места в нем, смысла собственной жизни и поиск профессионального призвания.

Задачи исследования:

1. Раскрыть содержание понятия и составляющие доверия к себе.
2. Описать специфику формирования доверия к себе в юношеском возрасте.
3. Изучить выраженность доверия к себе у лицеистов.
4. Определить выраженность гендерных различий в выраженности доверия к себе у лицеистов.
5. Разработать тренинг формирования доверия к себе «Доверие к миру, доверие к другу – путь к себе».

Гипотеза исследования – для юношей характерен более высокий уровень доверия к себе, чем для девушек.

Основная часть. Методы исследования: теоретический анализ литературных источников, синтез, обобщение, методика «Оценка доверия к себе» (Т.П. Скрипкина), методы статистической обработки данных (U-критерий Манна-Уитни). База исследования: Лицей Витебского государственного университета имени П.М.Машерова».

Юношеский возраст довольно часто относят к ранней молодости. В юношестве планируются будущее и методы его достижения. Большая часть исследователей к нижнему пределу юношеского возраста относят период с 16 до 17 лет. Именно тогда человек обретает начальную социализацию. Верхняя граница определена в период с 24 до 25 лет. В этот диапазон времени происходит окончание социализации, то есть, освоение служебных, семейных и ряда других функций.

Г.С. Абрамова отмечает, что в этот отрезок времени молодежь опробует новые места в социуме, создает социально ответственное поведение и изучает разные социальные общности. Изучаемый период достаточно часто относят к самостоятельной и ранней ступени ранней взрослости. В отношении его специфики можно зафиксировать то, что в этом периоде времени, человеческие поступки напрямую сопряжены с изучением профессии, будущей работы и само совершенствованием [1, с. 79]. В это же время случаются серьезные перемены в личных отношениях, растет необходимость в понимании со стороны близких, возникает ощущение своего места в общественной жизни.

К.Г. Юнг отмечал то, что во время юности можно отметить преобладание экстравантированной позиции. Ведь человек должен быть обращен в внешнему миру и стремится к взаимодействию [2, с. 92]. В юности осуществляется психическое совершенствование человека, происходит перемена состава личности. Кроме этого, юность отличается и появлением возрастных новообразований. Так, И. Кон к новообразованиям юношеского периода относит рост самостоятельного логического мышления, образной памяти, персонального образа мысленной деятельности, интерес к поиску [3, с. 68]. Ключевое новообразование этого временного периода – усиление развития самообразования. Другими словами, самопознания. Его суть заключена в определении установок по отношению самого к себе. Эта установка включает в себя открытие собственного «Я», представление о персональности своих качеств и самооценки.

Главными психическими процессами юности можно назвать усовершенствование сознания и самосознания. Большую роль отводил этим процессам Л.С. Выготский. В это время происходит открывание собственного «Я», своего мира дум, чувств, определенных переживаний. И каждый субъект принимает их как неповторимые и персональные. Желание опознать себя как личность, рано или поздно приводит к возникновению рефлексии и глубокому самоанализу. Появление и рост рефлексии приводит к критической переоценке установленных ценностей и самого смысла жизни. Вполне возможно их перемены и дальнейшее усовершенствование [4, с. 22].

Из трех видов доверия у лицеистов значимо положительно со счастьем связано только доверие к себе. Возможно, счастливые люди более самодостаточны и уверены в себе, они знают, чего хотят достичь в жизни и каким образом получить желаемое, и предпочитают опираться на собственные способности и возможности. Между ощущением счастья и доверием к миру выявлена значимая отрицательная корреляция. Чем выше у человека уровень счастья, тем ниже у него уровень доверия к окружающему миру, или, возможно, чем менее счастливым себя чувствует человек, тем больше его ожидания, его зависимость от окружения, от социума.

Д.А. Аскарлова, исследуя особенности самоотношения у молодежи с разным уровнем межличностного доверия, сделала вывод, что выстраивание доверительных отношений на основе представления о другом человеке как о надежном, способном оказать помощь, поддержать в трудной ситуации связано с таким структурным элементом самоотношения, как самоуважение, выражающееся в представлении о себе как о волевом, энергичном и надежном человеке.

Однако наблюдается склонность оценивать человека, которому доверяют больше всего, более непредсказуемым и ненадежным по сравнению с человеком, который утратил доверие, предъявлять к нему более высокие требования. То есть, выстраивая доверительные отношения, человек обращает внимание на недостатки партнера по взаимодействию и настороженно относится к их возможным проявлениям [3].

В ходе исследования были изучены различия ценностных ориентаций молодежи с высоким и средним уровнем доверия к себе. Достоверно имеются различия ценностей нормативных идеалов: лицеисты с высоким уровнем доверия к себе более ориентированы на ценности «традиции», «универсализм», «самостоятельность», «стимуляция», «достижения», «власть». В реальных жизненных ситуациях у лицеистов с высоким уровнем доверия к себе более выражены установки на «самостоятельность», «стимуляцию» и «безопасность», по сравнению с лицеистами, имеющими средний уровень доверия к себе [6].

Эмпирическая часть исследования заключалась в изучении психологических аспектов доверия к себе лицеистов. В исследовании приняли участие 50 лицеистов в возрасте 15 – 16 лет (25 юношей и 25 девушек).

Исследование включало несколько этапов:

1. Подбор диагностического инструментария, инструктирование респондентов.
2. Изучение выраженности доверия к себе лицеистов.
3. Определение гендерных различий в выраженности доверия к себе у лицеистов.

В качестве диагностического инструментария выступила методика «Оценка доверия к себе» (Т.П. Скрипкина), которая направлена на изучение степени выраженности доверия к себе в разных сферах жизни. Респонденту предлагается ряд высказываний, касающихся разнообразных сторон жизни. На регистрационном бланке испытуемый, в случае согласия с утверждением, напротив номера должен поставить знак «+» («верно»), несогласия – «-» («неверно»).

Если по каждой шкале положительных ответов более половины, то можно считать, что в данной сфере человек более склонен доверять себе, чем не доверять. Суммарный уровень доверия к себе соответственно тоже должен содержать более половины положительных ответов на каждый вопрос.

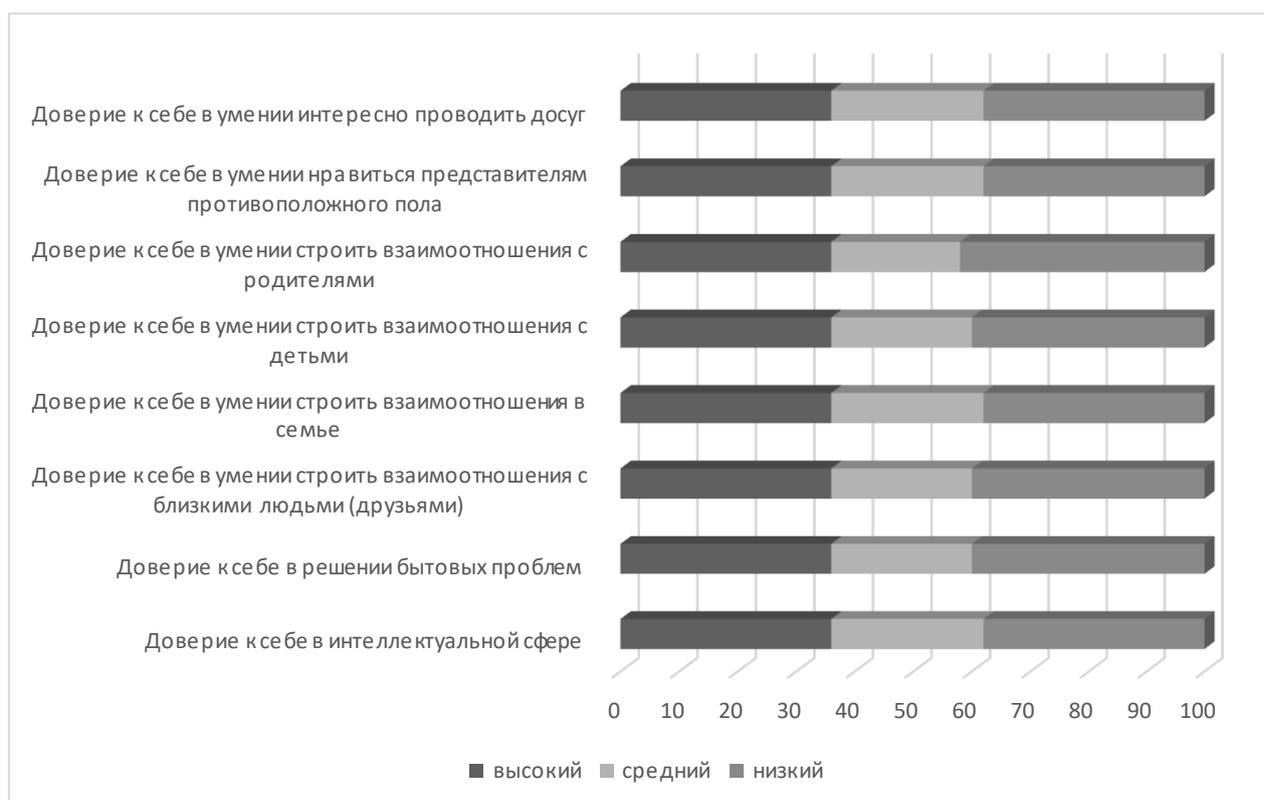
Для проведения статистического анализа применялся U-критерий Манна-Уитни. Метод основан на определении того, достаточно ли мала зона перекрещивающихся значений между двумя вариационными рядами.

Подсчет осуществлялся следующим образом: за каждый положительный ответ присваивался 1 балл, а за каждый отрицательный – 0 баллов. Затем подсчитали общее количество показателей по основным шкалам. На основании данных составили сводную таблицу данных доверия к себе (таблица 1).

Таблица 1. – Данные степени выраженности доверия к себе у лицеистов

п/п	Шкалы	высокая степень		средняя степень		низкая степень	
		Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
1.	Доверие к себе в интеллектуальной сфере	18	36	13	26	19	38
2.	Доверие к себе в решении бытовых проблем	18	36	12	24	20	40
3.	Доверие к себе в умении строить взаимоотношения с близкими людьми (друзьями)	18	36	12	24	20	40
4.	Доверие к себе в умении строить взаимоотношения в семье	18	36	13	26	19	38
5.	Доверие к себе в умении строить взаимоотношения с детьми	18	36	12	24	20	40
6.	Доверие к себе в умении строить взаимоотношения с родителями	18	36	11	22	21	42
7.	Доверие к себе в умении нравиться представителям противоположного пола	18	36	13	26	19	38
8.	Доверие к себе в умении интересно проводить досуг	18	36	13	26	19	38

Данные таблицы представили графически (рисунок 2.1)



Для определения различий в выраженности доверия к себе у юношей и девушек, лицейстов, был выполнен статистический анализ данных с помощью U-критерия Манна-Уитни. Результаты проведенного анализа представлены в таблице 2.

Таблица 2. – Статистический анализ выраженности доверия к себе у девушек и юношей, лицейстов

Name	Mean_1	Mean_2	Rank_1	Rank_2	U	p_value
Доверие к себе в интеллектуальной сфере	4,16	6	20,76	30,24	201,5	0,028*
Доверие к себе в решении бытовых проблем	2,88	4,4	20,5	30,5	177	0,007*

Доверие к себе в умении строить взаимоотношения с близкими людьми (друзьями)	3,48	5,24	20,88	30,12	183	0,01*
Доверие к себе в умении строить взаимоотношения в семье	3	4,44	20,76	30,24	191,5	0,016*
Доверие к себе в умении строить взаимоотношения с детьми	2,68	3,96	20,66	30,34	194	0,018*
Доверие к себе в умении строить взаимоотношения с родителями	1,92	2,72	20,32	30,68	197	0,017*
Доверие к себе в умении нравиться представителям противоположного пола	2,48	3,64	20,08	30,92	187,5	0,011*

Данные, представленные в таблице, свидетельствуют о том, что по всем шкалам выявлены статистически значимые различия. Так, для юношей характерен более высокий уровень доверия к себе во всех сферах доверия.

Таким образом, гипотеза, выдвигаемая в начале исследования, подтвердилась: для юношей характерен более высокий уровень доверия к себе, чем для девушек. Данный факт можно объяснить тем, что юноши более уверены в себе, чем девушки, привыкли рассчитывать на свои силы, а девушки чаще ищут социальной поддержки у окружающих.

В связи с выявлением низкого уровня доверия к себе у лицеистов, возникла необходимость в организации коррекционной работы.

Вид тренинга – тренинг личностного роста для открытой группы

Цель тренинга – исследовать причины, влияющие на формирование доверия к миру; получить и осознать новый опыт взаимодействия с миром, исходя из позиции «доверяю» и «принимаю». Формат тренинга – 1 день, 8 часов. Упражнения: «Умные ручки», «Молекула», «Разведка».

Заключение. Доверие – это ожидания, предположения или веру (убеждение) в вероятность того, что будущие действия другого будут выгодными, благоприятными и, по крайней мере, не нанесут ущерба интересам другого (И.В. Антоненко).

Структура доверия к себе в юношеском возрасте включает аффективный, когнитивный и поведенческий компоненты. Критериями проявления аффективного компонента является самого принятия, когнитивного, – сама ценность, поведенческого – сама благосклонность личности. Благодаря доверию к себе, человек приписывает себе определенный набор возможностей, стремится соответствовать миру и самому себе.

В ходе проведенного исследования было определено, что для большинства лицеистов характерен низкий уровень доверия к себе в интеллектуальной сфере (38%), в решении бытовых проблем (40%), в умении строить взаимоотношения с близкими людьми (40%), в умении строить взаимоотношения в семье (38%), в умении строить взаимоотношения с детьми (40%), в умении строить взаимоотношения с родителями (42%), в умении нравиться представителям противоположного пола (38%) и в умении интересно проводить досуг (38%).

При этом было выявлено, что для юношей характерен более высокий уровень доверия к себе по всем шкалам. Данный факт можно объяснить тем, что юноши более уверены в себе, чем девушки, привыкли рассчитывать на свои силы, а девушки чаще ищут социальной поддержки у окружающих.

Список цитированных источников:

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология / Г.С. Абрамова – М.: Владос, 2017. – 715 с.
2. Аршавский, И.А. Основы возрастной периодизации / И.А. Аршавский. – М.: Наука, 2015. – 205 с.
3. Аскарова, Д.А. Исследование особенностей самооотношения у студенческой молодежи с разным уровнем межличностного доверия [Электронный ресурс] / Д.А. Аскарова // Гуманитарные науки. – 2021. – №2 (54). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-osobennostey-samoотноsheniya-u-studencheskoy-molodezhi-s-raznym-urovнем-mezhlichnostnogo-doveriya>. – Дата доступа: 19.12.2022.
4. Выготский, Л. С. Проблема возраста / Л. С. Выготский. – М.: Изд-во МГУ, 2008. – 288 с.
5. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2016. – 940 с.
6. Пухарева, Т.С. Взаимосвязь ценностных установок и доверия к себе у студенческой молодежи [Электронный ресурс] / Т.С. Пухарева // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. – 2018. – №3 (22). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-tsennostnyh-ustanovok-i-doveriya-k-sebe-u-studencheskoy-molodezhi>. – Дата доступа: 23.12.2022.
7. Пухарева, Т.С. Доверие к себе и к другим у студентов юридического факультета в процессе профессионального обучения [Электронный ресурс] / Т.С. Пухарева. – Режим доступа: <https://core.ac.uk/download/pdf/287180717.pdf>. – Дата доступа: 20.12.2022.