

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»  
Институт психологии  
Кафедра общей психологии

**ОСОБЕННОСТИ САМООТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ,  
СКЛОННЫХ К СЕЛФИ-ЗАВИСИМОСТИ**

**Направление «37.03.01- Психология»**

Выпускная квалификационная работа

Квалификационная работа  
допущена к защите  
Зав. кафедрой С.А. Минюрова  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2017 г.

\_\_\_\_\_  
Руководитель ОПОП  
\_\_\_\_\_ Ю.Е. Водяха

Исполнитель:  
Алена Владимировна Мамаева –  
обучающаяся 403 группы, очного  
отделения

Научный руководитель:  
Елизавета Михайловна Соловьева -  
старший преподаватель кафедры  
общей психологии

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	3
<b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ САМООТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ, ИМЕЮЩИХ СКЛОННОСТЬ К СЕЛФИ-ЗАВИСИМОСТИ</b>	
1.1. Понятие самоотношения личности .....	7
1.2. Строение самоотношения как проблема.....	12
1.3. Функции самоотношения.....	20
1.4. Селфи-зависимость как психологическая проблема.....	22
1.5. Этапы и причины формирования селфи-зависимости.....	25
1.6. Выводы по первой главе.....	29
<b>ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ САМООТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ, СКЛОННЫХ К СЕЛФИ- ЗАВИСИМОСТИ</b>	
2.1. Организация исследования.....	31
2.2. Описание и анализ результатов исследования.....	35
2.3. Выводы по второй главе.....	50
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	52
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	54
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b> .....	57

## ВВЕДЕНИЕ

Данная работа представляет исследование самоотношения студентов, склонных к селфи-зависимости. Теоретические аспекты изучения посвящены рассмотрению проблематики самоотношения, представления Я-концепции, а так же исследованию теоретических предпосылок к изучению к селфи-зависимости. В ходе эмпирического изучения продемонстрирован экспериментальный разбор совокупности факторов отношения к себе у молодых людей, склонных к селфи-зависимости.

На проблеме самоотношения акцентировали свое внимание такие психологи, как Пантилеев С.Р., Столин В.В., Бернс Р., Рубинштейн С.Л. и другие.

В настоящее время в отечественной и зарубежной психологии представление о самоотношении складывается на основе подхода Я-концепции. Влияние определенных условий социума на формирование отношения к себе приводит к его условному рассмотрению, за пределами теории личности. Исследователи выделяют структурные компоненты самоотношения, опираясь не только на научные открытия в контексте рассматриваемой личности, а на знания в рамках Я-концепции, связывая самоотношение с самосознанием, сознанием личности в целом.

В тот же момент, анализ достижений в области исследования самоотношения в отечественной психологии говорит о сформировавшихся предпосылках обозначения самоотношения в теоретико-методологическом рассмотрении.

Акцентируя внимание на изучении проблемы селфизма в целом и селфи-зависимости в психологии необходимо рассмотреть данные понятия, разобраться в причинах их возникновения. Исследуемое явление получило свое широкое распространение в 2010-е годы, хотя первые селфи были замечены еще в прошлом веке. В 2013 году «селфи» было объявлено словом

года. Создание такого автопортрета заключается в самофотографировании при помощи мобильного телефона со встроенной камерой на расстоянии вытянутой руки, или современного приспособления-селфи-палки, тем самым демонстрируя себя другим людям. Сейчас селфи излишне популярны, ими увлекаются не только молодежь, но и разные знаменитости, испытатели полета, и другие.

Американская психиатрическая ассоциация включила селфи в классификатор DSM-V (**D**iagnostic and **S**tatistical **M**anua) – это диагностическое и статистическое руководство по психическим расстройствам 5-го издания, обозначив самофотографирование как обсессивно-компульсивное расстройство. Психологами принято выделять три основных стадий развития селфи-зависимости: начальную, острую и хроническую.

На постсоветском пространстве селфи-зависимость рассматривается как форма проявления аддиктивной личности, то есть под этим подразумеваются такие действия, которые постоянно повторяются и мешают личностному и социальному развитию человека.

Также важно отметить, что студенческий возраст (18-23 лет) - один из важнейших этапов развития личности человека, становления и стабилизации характера. Юность – пора самоанализа и самооценок. Самооценка осуществляется путем сравнения идеального "я" с реальным. Но идеальное "я" еще не выявлено, а реальное "я" еще всесторонне не оценено самой личностью. Эти противоречия в развитии личности молодого человека может вызвать у него внутреннюю неуверенность в себе. Канадский психолог Джеймс Марша утверждал, что на данном возрастном этапе для студентов характерно прохождение стадий развития идентичности, одна из которых именовалась так называемой «мораторией». Характеризуется тем, что индивид находится в процессе нормативного кризиса самоопределения.

**Актуальность темы Выпускной Квалификационной работы** связана со значительным распространением исследуемого явления и

необходимостью его изучения для разработки рекомендаций по совершенствованию работы в рассматриваемой области.

**Проблема данной работы** состоит в понимании самоотношения при наличии склонности к селфи-зависимости.

**Цель:** выявить особенности самоотношения студентов, склонных к селфи-зависимости.

**Задачи:**

1. На основе анализа научной литературы раскрыть понятия самоотношения и селфи-зависимости.

2. Обобщить подходы к рассмотрению строения самоотношения и селфи-зависимости.

3. Сравнить особенности самоотношения студентов, имеющих склонность к селфи-зависимости с самоотношением студентов, не имеющих такой склонности.

4. Выявить и описать различия психологического содержания самоотношения студентов со склонностью к селфи-зависимости и без таковой.

**Объект:** самоотношение личности.

**Предмет:** самоотношение студентов при селфи-зависимости.

**Гипотеза:** Особенности самоотношения студентов, склонных к селфи-зависимости имеют отличия от особенностей самоотношения студентов, не имеющих такой склонности.

**Теоретико-методологическая база:**

Для исследования проблемы самоотношения обращались к трудам таких психологов как Пантилеев С.Р., Столин В.В. Опирались на подход Я-концепции.

Для изучения проблемы «селфизма» и селфи-зависимости опирались на работы А. Лябиной, Н.В. Лакосиной, Д.В.Погонцевой, Е.А. Гриньковой.

**Методы:**

1. Теоретический метод: анализ используемой литературы.

2. Эмпирические методы: методы психодиагностики - для определения уровня склонности к селфи-зависимости использовалась Методика В.В.Юсупова «Аддиктивная склонность» [22], для изучения особенностей самоотношения использовалась МИС (методика исследования самоотношения) С.Р.Пантелеева [23], а также проективная методика «Автопортрет» Р.Бернса [24].

3. Методы математической статистики.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ САМООТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ, ИМЕЮЩИХ СКЛОННОСТЬ К СЕЛФИ-ЗАВИСИМОСТИ

## 1.1 Понятие самоотношения

Рассмотрим теоретические аспекты изучения самоотношения личности как проблемы. Для начала определим, что личность - структура, которая занимает особое положение в системе социальных отношений. Личность можно определить как установочное отношения к окружению и самому себе. Такое отношения и выражается во вторичной структуре как самоотношение.

Авторы определяют самоотношение во время исследования сущности самоознания. Рассуждения строятся таким образом: индивид осознает некоторые стороны, отношение к себе включается в самосознание, выражаемое в самооценке и аффективном отношении к себе. В такой формулировке, самоотношение является образованием, которое взаимодействует с самопознанием и самоконтролем. Таким образом, **самоотношение** в его общем понимании – это проявление специфики отношения личности к собственному «Я» [29].

Самоотношение также включает самооценку, самопознание, самосознание, эмоциональное отношение. Само понятие самоотношения воспринимается как близкое по значению понятий самооценки и также других, которые отражают некоторые аспекты внутренней жизни человека.

Итак, личность не обладает собственной природой. Существование личности обусловлено отношениями в социуме и также способностью к формулированию отношения к внешнему и внутреннему миру. Отсутствие собственной и независимой природы личности обозначает, что «самость» или «Я» не имеет собственной реальности или же абстракции. Можно допустить существование собственной природы «Я».

Какие можно сделать выводы из данного утверждения? Оно может привести к признанию отсутствия историчности природы личности и понятия самости, а также их постоянности и завершенности. Это может привести и к исключению развития и формирования «Я». Такое утверждение можно приравнять к допущению существования «Я» самого по себе. В таком случае, отношение к миру будет являться лишь внешними проявлениями внутренних особенностей и сил. Также возникает потребность в признании деривантности системы отношения и ее вторичную (пассивную) роль. Это выражается следующим образом: существуют две отдельные сущности – внутренний мир (как субъект) и внешний мир (как объект); они разделены между собой, при этом формируются отношения между этими сущностями, которые выходят или из свойств внутреннего мира, или из свойств внешнего.

Когда мы заменяем понятия «внутренний мир» и «внешний мир» понятиями «личность» и «социум», то получаем похожую формулировку: личность инородна по отношению к социуму, то есть отделена от него, а связь между ними имеет механический характер и выходит либо из природы личности, либо из социума. В первом случае очевидна имплицитная теория эманации: сущность связи с социумом происходит благодаря внутренней природе личности. В другом случае наблюдается модель однонаправленной детерминации человеческой природы внешним фактором (социумом). Такой результат мы получим благодаря замене.

Нужно понять, что природа сущности определяется системой ее отношений. Особенности личности не определяют связь субъекта с объектом. Такие особенности могут определить только характеристики личности.

Термин «самоотношение» не употреблялся в советской литературе до 1974 года. Ю.И. Емельянов в одной из своих статей упоминает этот факт. После этого термин стал использоваться чаще. В наше время авторы также его используют.

Если развивать это рассуждение дальше, то можно сделать следующие выводы: «Я» существует потому, что оно является и субъектом и объектом отношения, самость – это один из видов отношения к себе; самоотношение определяет самость.

Такие выводы требуют некоторых уточнений. Самоотношение включается как часть подструктуры в общей системе отношений. С другой точки зрения — самоотношение связано с отношением субъекта с внешним миром. В таком случае, возникает два общих вопроса:

1) В чем заключаются особенности самоотношения, и какие они имеют отличия от способа отношения личности к внешнему миру?

2) Что является общим основным механизмом, который является основным в способе и содержательных характеристик отношения человека к внешнему миру и к себе?

Формулируя ответ на первый вопрос, стоит отметить, что отличия между отношением и самоотношением к внешнему миру обусловлено только различием в референтах: в одной ситуации референтом отношения является физический аспект индивида и также (или) психологические, социальные и личностные особенности, а в другой - социум и также факторы внешнего мира. Касаемо типов отношения к себе и к окружающей действительности, то во всех ситуациях можно утверждать о присутствии двух, уже отмеченных при анализе природы социальных установок видов отношений – субъект-объектное, также отношение типа объект-объект.

Этим утверждением мы хотели обратить внимание на то, что особенности самоотношения не могут иметь связь с разными способами отношения, которые показывают как отношения субъекта к себе и к внешнему миру. Его особенности связаны лишь с референтом отношения, то есть с тем, на что направлен субъект. Систематизированное подтверждение этого тезиса будет приведено ниже. Далее мы предоставим развернутые ответы на вопрос, который указан выше.

Данный вопрос относится к существованию общепринятого и единого механизма, который в свою очередь определяет способы и главные определения отношений личности к себе и внешнему миру. Главным механизмом является установка, в понимании исследователя Д.Н. Узнадзе[28]. Установка - состояние соединения потребности субъекта и фактора реализации этих потребностей, выступающей как готовность к определенной модели поведения. Если рассматривать установку с позиции условий (а также механизмов возникновения) и внутренней структуры, то она не сводится к ситуационному фактору и фактору потребности. Установка представляется как разновидность их связи. Она не самодостаточна, а скорее относительна по своей природе. Установка работает в качестве отношения потребности субъекта к возможности(ситуации) ее удовлетворения. Также одним из главных постулатов этой теории является то, что установка считается главной составляющей активности, а поведение осуществлением через лежащую в его основе установку. Из вышесказанных утверждений можно сделать следующий вывод: с одной стороны, природа установки заключается в ее относительности. С другой стороны - установка будет определять конкретное поведение человека. Фактор Активности личности будет отражать относительную природу установки. Существование установки сводится к способу и отношению к миру и к себе.

Справедливо будет дополнение следующим утверждением. При условии правильности утверждения о том, что установка - это отношение субъекта потребности к возможности ее реализации, и, с другой стороны, такое установочное отношение реализуется в процессах и посредством познания, чувства и действия, то следовательно, самоотношение реализуется в процессе самопознания, эмоциональных состояниях и действиях по отношению самому себе. Самоотношение не будет сводиться к одному из его проявлений, таких как самосознание, самопознание, и эмоциональное отношение к себе или действия относительно самого себя.

На вопрос о том, какие аспекты жизни субъекта отражаются в самоотношении, нашли ответ советские психологи. Например, В.В. Столин говорит о том, что в нем отображаются социальные, индивидуальные, личностные признаки и состояния [24]. Автор обосновал это в нескольких теориях и экспериментальных исследованиях. Тем не менее, там недостаточно точно освещены такие составляющие системы самоотношения, таких как интеллектуальные, эмоциональные и волевые качества. Поэтому следует заполнить некоторые пробелы.

Мы опираемся на трехчастную структуру измерений человека авторства Ш.Н. Чхартишвили. Она имеет такие составляющие: биологическая, психологическая и социальная. Автор вывел биогенные, психогенные и социогенные потребности индивида. Дополнить основные характеристики самоотношения можно следующим утверждением: в самоотношении отражены характеристики индивида, которые берут начало в биологических, психологических и социальных структурах его активности.

Отношение к тому, как ко мне относятся другие, чего от меня ожидают и т. п.

Отношение к себе как носителю определенных социально-нравственных норм и ценностей.

Важно отметить то, что в вышеназванных составляющих самоотношения будет то отношение к своей внешности и физическим способностям или к собственным интеллектуальным, эмоциональным, волевым и социально-статусным характеристикам, возможные способы подхода к себе могут нести на себе влияние субъектно-объектного или субъект-субъектного самоотношения. Отношения к этим составляющим может быть разным. Например, отношение к внешности может быть субъектно-объектным, а отношение к волевым – субъект-субъектным. Можно привести в пример многочисленные случаи из консультационной практики, когда отношение к своей внешности является объектно-манипуляторным. Некоторые авторы говорят о том, что причина

недовольства своей внешностью у многих людей, которые прошли через пластические хирургические операции лица, заключается в собственных представлениях о внешности, а не о реальных дефектах. Представления вписываются в объективную установку к себе.

Таким образом, в ходе теоретического анализа мы получили информацию о понятии самоотношения, а так же о его содержательных характеристиках. Далее перейдем к подробному рассмотрению структурного строения самоотношения личности.

## **1.2. Структура самоотношения как проблема**

Формулировка определения самоотношения как самостоятельного объекта в психологическом анализе часто осуществляется разделением процесса самосознания на две составляющие, а именно: на приобретение знаний о себе и самоотношение (как с постоянной характеристикой субъекта). Такое разделение, до определенной степени является абстракцией. Это можно связать с тем, что разделение знаний о себе и отношения к себе в реальности довольно проблематично. Любая попытка охарактеризовать себя (со стороны самого человека) имеет некоторый оценочный фактор, который определяется признанными нормами, моралью, общими правилами поведения. Оба фактора формулируют целостную Я-концепцию. Она определяется представлениями индивида о себе, которая сопровождается оценкой.

Описанием Я-концепции, обычно называется образ «Я» или представления о самом себе. Сюда можно включить самооценку, самоуважение, самопринятие, и эмоционально-ценностное отношение к себе, если сказать проще – самоотношение.

Что касается различий в употреблении некоторых терминов, то за ними не наблюдается концептуальных разграничений. Их подлинный смысл

можно понять в рамках определенных исследований или теорий. Четко определенных терминов в этой сфере пока не существует.

Несмотря на определенные проблемы с терминологией, есть определенные различия в теоретическом понимании самоотношения. Большое число исследований проистекает из представлений о самоотношении как социальной установке и ее эмоциональной составляющей. В любом случае, такие взгляды присущи авторитетным авторам, которые проводили экспериментальные исследования данного вопроса.

Я-концепция, как совокупность установок «на себя» можно увидеть у Р. Бернса [3]. Как правило, выделяют три составляющие установки, а именно: когнитивную, эмоциональную и поведенческую. В применении к Я-концепции они дополняются следующим образом:

*Образ «Я» - представление индивида о самом себе.*

Самооценка - эмоционально оценка этого образа, и в зависимости от ситуации может приобретать разную степени интенсивности. Связано это с тем, что конкретные элементы образа «Я» могут вызывать определенные эмоции, которые обычно связаны с их подавлением и принятием.

Потенциальная поведенческая реакция, то есть конкретные действия, которые обусловлены образом «Я» и самооценкой.

Самооценка как эмоциональный аспект установки на себя существует, так как познавательную составляющую индивид не может воспринимать безразлично. Поэтому пробуждается эмоциональная реакция оценки. Их сила будет иметь зависимость от ситуации и ее контекста.

Проведя анализ разных способов измерения самооценки, можно прийти сделать вывод, что суммирование отдельных самооценок, которое применяется в процедурах диагностики, является следствием ошибки в теоретическом аспектом. В этом случае, нужно действовать учитывая важность пунктов, а также их влияние на обобщенную самооценку.

Помимо этого была сформулирована интерактивная гипотеза. Она заключается в том, что влияние особого аспекта «Я» на самооценку меняется. На изменение влияет уровень самооценки и значимость для аспекта. Повышенные уровни данных факторов увеличивают показатель самооценки. Низкий уровень уменьшает фактор самоотношения. Самооценка по другим аспектам (которые имеют меньшую значимость) окажут меньшее влияние на общий показатель самооценки.

Опираясь на эту гипотезу, структуру самоотношения можно представить таким образом. Есть два уровня самоотношения – обобщенная самооценка и частные самооценки. Главным принципом, который объединяет эти уровни в единую структуру, является объединение частных самооценок учитывая их субъективную важность. Система самоотношения сводится к структуре аспектов «Я», которые входят в Я-концепцию.

Помимо таких воззрений, были стремления к созданию более сложных структур самоотношения (в том числе и иерархические). Фундаментальной идеей, как правило, является отрицание прямой связи частных самооценок с общим самоуважением. Частные самооценки образуют вторичную структурную часть, которая определяется личностными проявлениями и жизненными сферами человека. Одна из самых известных структур – ряд сфер, значимых для общего понимания «Я». Согласно такой структуре, общая самооценка занимает главенство в иерархии. Она может разделяться на академическую (которая связана с успехами в учебном процессе) и неакадемическую. Неакадемическая разделяется на эмоциональную, физическую и социальную составляющую. Предпринимались попытки операционализации такой структуры, но выделенные области не имеют допустимой дискриминативной валидности. Можно сказать, что структура самоотношения упрощается по отношению к непсихологическим сферам жизни. Таким образом, самоотношения перестает быть важным объектом анализа в психологии. Это и выражается в критике исследований, которые разделяющий познавательные и оценочные составляющие Я-концепции.

Можно сделать вывод, что такое разделение не имеет смысла, так оно не имеет теоретических или эмпирических подтверждений. Следовательно, обобщенная самооценка и Я-концепция является одним и тем же. Изучением механизмов защиты самоотношения и самоподдержанием занимались многие авторы. Но все же, анализ их работ помешал бы рассмотрению главного вопроса о структуре самоотношения, ведь механизмы защиты не имеет прямой связи с представлениями о системе самоотношения.

В таком случае, закрепим утверждение о том, что самоотношение понимается как общее одномерное формирование, которое имеет свойство отражения уровня положительного или отрицательного отношения человека к себе. Вопрос о внутренней структуре самоотношения в таком определении, как правило, не поднимается.

Все же определение самоотношения как многоцелевого и статичного самоуважения, отраженное в определениях глобальной самооценки, будет не совсем верным.

Глубинность является отличием между любовью к себе и самопрियाтием. Самопрियाтие – это особый процесс, в котором подчеркивается сознательность или предсознательность суждений. Этот процесс и выражает самоотношение. Любовь к себе можно рассмотреть как более глубокий процесс. Он включает в себя энергии (в теориях психоанализа) или основополагающие опасности (в экзистенциальных теориях).

В теориях самопрियाтия основными механизмами представляются не инстинкты, но система и ориентация отношений, которые формируются у человека со внешним миром и собой. Такое мнение встречается у неофрейдистов и в феноменологических подходах.

Понимания самоотношения в сфере компетентности, основной упор делается на оценивании. То есть сравнивается объект и события. Причем главной характеристикой в таком случае является неудача или успех.

Фундаментом такого переживания является уверенность в своих силах и себе.

Определение самопрятия в подходе к самоотношению, как правило, формулируется на самооценке субъекта в отношении определенного идеала. Важным фактором этого процесса будет переживания или чувства приводящие к оценке. Сравнение собственных успехов с успехами других формирует самооценку по определенному качеству. Самопрятие будет выступать больше способом отношения к себе, нежели оценкой.

Большинство авторов определяют аффективный процесс как самооценивания. Оно описывается терминами эмоций. Суть заключается в различных взглядах на единую реальность. Обобщая точку зрения исследователей, Р. Берне говорит о том, что положительная Я-концепция формируется благодаря трем аспектам. К этим аспектам относится убежденность в принятии другими людьми, уверенность в собственных способностях и чувство значимости. В общем, выделяется три главных фактора определяющих самоотношения. Последняя характеристика (чувство значимости или ничтожности) является следствием общей оценки, которая формируется интуитивно под воздействием остальных двух факторов.

В ходе теоретического анализа по заимствованной литературе мы изучили материал, связанный с основными представлениями и научными подходами о строении самоотношении личности. Таким образом, мы можем подвести итоги и выделить самое основное: во-первых, «я» это совокупность самооценок личности, которые построены исходя из Я-концепции. Во-вторых, самоотношение представляет собой одну систематичную самооценку в частности, которая регулируется в зависимости от ощущения собственной значимости.

Самоотношение является таким родовым и общим понятием для многих, входящих в него других элементов, в своем строении самоотношение представляет другие самооценки, которые определяются в зависимости от сферы явлений личности. Самоотношение строится на

представлении о своем большом «Я». Именно «Я» личности определяет структуру всего самоотношения в целом. Вообще измерение самооценки личности лишь относительно может отразить основу представления о самоотношении, выделить его обобщенность. Самоотношение как комплекс чувств со стороны своего «Я» подразумевает эмоциональную окраску некоторых переживаний по поводу самоуверенности, своего принятия, аутосимпатии и прочих.

Многообразие научных представлений по данному феномену связано в первую очередь с тем, что ученые сводят изучение самоотношения к самосознанию, и рассматривают его в структуре Я-концепции, которая определяет структуру самосознания. Рассмотрим строение самоотношения по его отдельным составляющим.

В структуру самоотношения входят такие факторы как когнитивный, эмоциональный и поведенческий.

Когнитивный фактор. Рассматривая данный фактор, напрашивается два основополагающих вопроса: какие познавательные психические функции выражают отношение личности к самой себе (посредством мышления, представления, восприятия и т.д.) А так же что за функции из перечисленных несут для человека информацию о самом себе.

Во-первых, важно отметить, что все познавательные функции включены в структуру самосознания, способствуя его отражению, и невозможно назвать лишь одну какую-либо функцию. Поскольку каждая осуществляет свою реализацию и способствует целостному отражению и формированию самоотношения личности. И представление, и память, и мышление, и восприятие, прочее, выполняет свою работу.

Самоощущение, представленное в работе В.В. Столина, основополагается на оргазмическую подвижность личности [26]. То есть тело человека с его переживаниями и состояниями, отраженное в самосознании, опирается на самоощущение и таким образом строится

схематичное представление построения своего тела. О влиянии ощущения на формирование самосознания также говорил И.М.Сеченов.

Процессы восприятия несут необходимую информацию человека о самом себе. Именно они оказывают большое воздействие на складывающееся представление о своей внешности в разные возрастные этапы человека, особенно в подростковый период, когда человек подвергается серьезным внешним изменениям и преобразованиям. Из этого можно заключить, что восприятие себя определяет процесс построения самосознания.

То, каким человек себя видит и представляет, влияет на управление его внутренним поведением и его саморегуляцию, поскольку личные представления о самом себе соотносятся с целями и мотивами его конкретных действий. Особенно это заметно, когда человек для решения какой-либо задачи и достижения своей цели, соотносит представления «Я» со своими возможностями для успешного выполнения. В связи с этим, происходит смена уровня притязаний, у кого-то он повышается, а у кого-то понижается.

Складывающиеся представления о своих переживаниях и о состоянии дают свою психотерапевтическую эффективность результатов, так как способность представлять себя на месте другого человека помогает понять его личные переживания, что способствует получению информации, как о другом человеке, так и о самом себе. Это определяет регуляцию человеческих отношений между друг другом в социуме.

Память несет одну из важнейших функций, которая определяет формирование складывающейся формы представления и мнения о себе. Поскольку благодаря памяти мы накапливаем свой внутренний опыт, воспоминания дают возможность анализировать себя и свои поступки в прошлом, отталкиваясь от них мы занимаемся построением образа «Я».

Мыслительный процесс определяет формирование умственных действий, при помощи анализа, построении выводов, и умозаключений человек складывает представление о себе. Тем самым определяя структуру

самоотношения, и познавая себя. Отталкиваясь от идеи Д.Н.Узнадзе о двух видах психической активности, Ш.А. Надирашвили говорит, что активность человека направлена помимо развития представления о своей внешности, еще и на осознание своей уникальности и способностях. Вследствие чего личность формирует свой психологический пострет.

Эта мысль также прослеживается в трудах В.В. Столина, который утверждал, что человек судит о своей из личных черт из-за трудности действий, чему эта черта препятствует.

Процессы воображения позволяют формировать у личности образ «я» идеального, чем личность мотивируется для его достижения. Так же воображение позволяет сконструировать представление о своих личных возможностях, которые могут определять направленность жизнедеятельности индивида и строить ситуацию его будущего существования.

Таким образом, мы рассмотрели структуру когнитивного фактора на основе выполнения существующих его функций. Необходимо помнить, что самоотражение руководствуется самооценкой, а когнитивный фактор включает самооценку.

Эмоциональный фактор. В данном контексте самоотношение рассматривается как совокупность разных установок, направленных на себя, которые включают эмоциональную окрашенность. То есть человек помимо представления о себе, может любить или не любить себя, испытывать как положительные, так и негативные эмоции по отношению к себе. С точки зрения установок, структура самоотношения включает в себя три значимых элемента, и эмоциональное отношение к себе- это одно из них. По идеологии В.В.Столина, принято рассматривать три элемента эмоционального конструкта: это симпатия-антипатия, уважение-неуважение, и близость-отдаленность. Также данные критерии эмоциональной оценки способствуют построению отношения не только к себе, но и к другой личности. Данные представления складываются эмоциональных реакций

по отношению к себе и к другим объяснял Л.С.Выготский, он писал о том, что существует единый механизм, который способствовал перенаправлению интерпсихических отношений в противоположную область.

**Поведенческий фактор.** Данный фактор включает в себя внутренне управление действиями в свою сторону. Это подразумевает, например, склонение между внутренними сомнениями, самообвинение, самоконтроль, и прочее.

Эти поведенческие действия определяются отношением к себе личности: как к объекту или же как к субъекту деятельности. Данный фактор включает взаимосвязь первых двух, то есть эмоционального и когнитивного.

Таким образом, мы рассмотрели основные факторы определяющие строение структуры самоотношения личности.

### **1.3. Функции самоотношения личности**

Самоотношение как система подразумевает выполнение множества функций. Рассмотрим некоторые из них, составляющие картину представления самоотношения:

1. Функция «зеркала» (отображения себя). Человек со способом своей жизнедеятельности не только отражается в сознании окружающих, но и это «зеркало» переносится вовнутрь отображая личность как во внешнем (физическое самоотображение), так и во внутреннем плане. Роль этой функции особо наглядна в онтогенетическом развитии человека. Также выделяют «стадию зеркала» в психическом развитии ребенка. Более того, физическое зеркало во многих исследованиях применялось в качестве экспериментального средства изучения генеза самоосознания. Во многих методах группового тренинга взрослых с целью самоотображения и самокоррекции своих поступков применяются различные видеотехнические средства.

2. Функция самовыражения и самореализации. По-видимому, было бы излишним отдельно и детально указывать на ту роль, которую система самоотношения выполняет в активности личности, направленной на самовыражение и самореализацию.

3. Функция сохранения внутренней стабильности и континуальности «Я». Эта функция самоотношения осуществляется по мере и в силу той тенденции к внутренней согласованности и конгруэнтности, которая свойственна когнитивным представлениям о себе, эмоциональным реакциям относительно своих проявлений и действий, адресованных себе.

4. Функция саморегуляции и самоконтроля. Лишь имея сложившиеся представления о себе и определенным образом, относясь к себе, личность способна регулировать и контролировать свою деятельность.

5. Функция психологической защиты. При получении информации, представляющих угрозу сложившимся представлениям о собственным «Я», и при жизненной неудаче или различающихся по степени интенсивности психотравмах защитные механизмы личности могут быть направлены на рационализацию, создание образа «фальшивого я» и т. д.

6. Функция интракоммуникации. Социальная природа личности заключается не только в том, что она включена в процесс Постоянного взаимодействия с социальным миром, но и в том, что для себя самой личность выступает в роли социума, взаимодействуя с самой собой и «разыгрывая» коммуникационные процессы на «сцене» внутренней жизни. Базой для таких интракоммуникационных процессов является система самоотношений. Если принять во внимание идею Э. Берне о трех порциях общающихся сторон, то во внутриличностном общении возможными вариантами занимаемой позиции субъекта относительно самого себя могут быть позиции родителя, взрослого и ребенка.

Сказанное о характеристиках системы самоотношения уже создает некоторую картину представления о данном явлении, теперь требуется

отдельное рассмотрение феномена селфи-зависимости. Изучим, что это такое и как оно возникает.

#### **1.4. Селфи-зависимость как психологическая проблема**

Селфи (от англ. self – сам, себя, лично) – разновидность автопортрета, который подразумевает фотографирование себя на телефон с расстояния вытянутой руки. В 2013 г. Оксфордский словарь признал «селфи» словом года.

Популяризация создания селфи-фотографий в настоящее время влечет за собой «Бедствие вселенского масштаба». Сейчас уже невозможно встретить человека, который не отправлял хотя бы один свой снимок в социальную сеть, инстаграм, фейсбук и другие обменные приложения для фото и общения. Для большинства людей создание селфи не подразумевает что-то деструктивное, для них это выглядит как безобидное развлечение. Для кого-то селфи выступает в качестве дополнительного хобби, но также есть те, для которых создание селфи приобретает смысл личного существования. Эксперты, занимающиеся изучением данного феномена, относят селфи к психическим расстройствам. Так, например, Американская психиатрическая ассоциация включила селфи в классификатор (DSM-Diagnostic and Statistical Manual -диагностическое и статистическое руководство), назвав «селфи» обсессивно – компульсивным расстройством, для которого свойственно постоянное желание сфотографироваться и публиковать свои снимки в социальные сети, чтобы зарабатывать много «лайков», тем самым удовлетворяя потребность в получении положительных эмоций.

В качестве небольшой исторической справки следует обратить внимание на то, что первое селфи в мире было совершено в 1839 году,

которое было признано как самое старое селфи. Автором данного снимка является фотограф Роберт Корнелиус из Филадельфии, который самостоятельно сфотографировал себя почти 175 лет тому назад. И, несмотря на то, что слово «селфи» с недавних пор активно начало употребляться нами, люди уже предпринимали подобные попытки по созданию этих фотографий в прошлой эпохе, до нашего рождения. Например, в 1914 году Анастасия-Дочь русского царя Николая из династии Романовых, сделала автопортрет посредством съемки через зеркало, которая только сейчас представляет собой невероятную популярность среди молодежи. Период 20 века характеризуется колоссальным интересом к фотосъемке и созданию автопортретов с помощью штативов или зеркал, но только в 21 веке, с появлением цифровых камер и смартфонов автопортрет предстает на новом уровне своего развития, который позволяет приписать фотографиям необыкновенную важность и значимость. По статистике, только за последний год в приложении инстаграм для обмена снимками было выложено свыше 30 миллионов фотографий с хэштегом «селфи». Причем такие снимки активно выкладывает не только молодежь, но и взрослые люди, знаменитости разных стран, и даже испытатели космических полетов. А три года назад в рамках проводимой акции Лондонская галерея искусств выбрала день для создания селфи, когда каждый посетитель мог сфотографировать себя на фоне определенных экспонатов.

Предметом внимания в трудах О. Конфедерат [6] выступает фотопортрет, который рассматривается в качестве проблемы с точки зрения Р.Барта, автор делает умозаключение о том, что «в силу технической природы фотографии и самого акта фотографирования, экранный образ содержит необъективируемый элемент, придающий изображению характер речи от первого лица».

Исследуя созданный в процессе фотосъемки автопортрет, как культурный феномен, а также его психологическое значение, можно утвердить, что автопортрет – это в первую очередь «форма, представляющая

собой выработанный сознание образ, в основе которого лежит собственный опыт прошлого, настоящего и будущего» [2].

Второй момент, граничащий с явлением селфи и созданием автопортрета при помощи фотоаппарата или мобильного телефона, сконцентрирован вокруг представления себя другим людям и самопрезентации. В случае данного подхода автопортрет уже рассматривается как запечатленный невербальный образ, который представляет собой некий рассказ, повествование о себе или отдельных событиях своей жизни окружающим людям (это могут быть друзья, просто знакомые, или даже неизвестные люди). По мнению О.А.Герасимовой и В.А.Лабунской «конструирование внешнего облика, трактуемое как конструирование образа для других или переконструирование образа о себе у других и у самого себя о себе, является всегда связанным с определенными жизненными событиями». По идеологии авторов, видимый облик, во-первых, складывает социально-психологический образ человека, отражает общие поло-возрастные особенности с другими людьми, демонстрирует социальный статус и положение в обществе. И, во-вторых, этот облик, который отражается и оценивается самим человеком, выводит на поверхность все особенности его «Я». А оценка своей внешности устанавливаются в качестве показателя отношения к себе личности, а также демонстрирует ожидаемое отношение со стороны других. В.А.Лабунская в своей работе пишет, что «внешний облик становится одним из важнейших средств построения типологий, выделения и распознавания определенных социальных групп, страт, описания стилей жизни. Внешний облик человека становится способом визуальной коммуникации и стратификации» [7]. Из чего следует, что представление себя другим, самопрезентация в виде фотопортрета используется как вариант визуальной коммуникации, и применим как элемент «фотовизуализации жизненных событий», что позволяет сконструировать «визуальную социально-психологическую» историю личности.

Психологи выделили несколько основных видов встречаемых селфи-расстройств. К ним относятся:

1) «Пограничный селфит» – который подразумевает создание селфи-снимков не более 2-3 раз в день без стремления выкладывать их в социальную сеть.

2) «Острый селфит» - при котором, человек снимает себя от 3 раз и более, при этом прослеживается тенденция опуббликовывать свои фотографии в социальных сетях, на аккаунте.

3) Хронический селфит –создание автопортрета в любое удобное время, которое сопровождается активной публикацией снимков в социальных сетях.

4) Пограничный селфит - это крайний вариант нормы.

Далее разберем, что оказывает влияние на развитие данного феномена и как формируется селфи-зависимость, поскольку эти вопросы требуют отдельного рассмотрения.

### **1.5. Этапы и причины формирования селфи-зависимости**

Рассмотрим поэтапное формирование селфи-зависимости:

Этап I. *Втягивание и вовлечение.* На данном этапе только начинает выработываться модель зависимого поведения. Человек лишь иногда появляется в социальных сетях, заходит на свою страницу или аккаунт, не выпадая из реального мира. Селфи делаются не так часто, примерно 2-3 фото в неделю, не более того, публикация фото происходит нерегулярно, число набранных лайков не имеют особой значимости для такого человека. Для личности его аккаунт представляет собой только форму общения.

Этап II. *Привыкание и закрепление.* На втором этапе фотографирование себя является формой демонстративного поведения, для того, чтобы повысить личную самооценку. Человек акцентирует внимание на

тех областях своей внешности и жизни в целом, одобрение которых необходимо для него стороны, дабы повысить для себя их значимость, свою самооценку, увеличить свою ценность для окружающих людей. Если, например, обратить внимание на страницы в соц.сетях разных людей, то большая часть их личных фотографий представляет собой автопортреты с крупным изображением лица, демонстрируя тем самым свою идеальную внешность или ее составляющие. Как правило, такие личности хотят удовлетворить свою потребность в одобрении со стороны других людей, получая от них большое количество лайков и приятных комментариев. Обычно томятся в ожидании, и испытывают сильное негодование, в случае их недостаточного количества или вовсе неполучения. Селфи такие люди создают регулярно, активно выкладывая их в сеть, вплоть до ежедневных публикаций. На данном этапе сильно завышается ценность социальной страницы и фотографий аккаунта. Жизнь такой личности в виртуальном мире сильно значима.

Этап III. *Развитая зависимость.* На заключительном этапе формирования селфи-зависимости происходит восполнение не только коммуникативных нужд, но и осуществление самореализации и функции личного представления. Именно сумма заработанных лайков в соц. сетях определяет индикатор успеха личности, создающей селфи-снимки. В случае дефицита лайков или их малого количества селфер терпит личную неудовлетворенность. Подобное ощущает человек, если не обновлял свою страницу или аккаунт в течение некоторого непродолжительного времени. Это напоминает своего рода «ломку». Для такого человека свойственно превышать норму допустимого количества сделанных снимков, он может делать их по 10 и более за раз, селфи производятся почти ежечасно. В сеть выкладывают только успешно получившиеся фото, которые также отображают всем виртуальным друзьям яркие и приятные фрагменты личной жизни человека. Человек теряет в виртуальном мире, избегая скучную и обычную для него реальность, предпочитая проводить все

свободное время за аккаунтом. Возникает отрицательная установка о том, что реальная жизнь нужна для лишь для реализации виртуальной, происходит замена реально существующей жизни на искусственные образы. Так и осуществляется замена многих жизненно-смысловых ценностей личности. В качестве примера утраты реальности достаточно обратить внимание на селферов, которые делают автопортреты с риском для собственной жизни с целью создания редкого и неповторимого снимка. Именно такое исключительное селфи приобретает большую ценность и значимость для человека нежели его собственная жизнь.

Таким образом, мы ознакомились с этапами развития селфи-зависимости. Для детального понимания этого феномена, и его формирования рассмотрим возможные причины появления селфи-зависимости.

Существует огромное множество возможных причин формирования селфи-зависимости, но мы остановимся на рассмотрении самых основных, которые обозначили психологи.

### **Причины возникновения селфи-зависимости:**

#### **1. Недовольство своей жизнью**

Уход в виртуальный мир сетей для избегания скудности и обыденности реального мира. Селфером управляет явное нежелание сталкиваться с суровой реальностью. Делая новые селфи и публикуя их в сети, человек компенсирует всю неудовлетворенность своим реальным существованием. И его созданная страница в сети с личными снимками - отличный вариант бегства.

#### **2. Ощущение жизненной пустоты**

Ощущая некоторую пустоту в своей жизни, человек начинает замещать ее созданными селфи-снимками, искусственными виртуальными образами, тем самым компенсируя и дополняя ее. Когда человек начинает чувствовать, что его жизнь ему не принадлежит, он меняет ее, внося нечто яркое, приятное новшество для него самого. А публикация селфи-фотографий

предоставляет такой шанс. Таким образом, селферы справляются с обыденностью «серых будней».

### **3. Чувство одиночества**

Люди, которые предпочитают делать частое и большое количество селфи-фотографий испытывают ярко выраженную потребность во внимании. Они находят свое удовлетворение в сумме набранных лайков, которые помогают им избавиться от чувства одиночества. Лайки создают иллюзию в представлении человека о том, что он кому-то нужен, на него обращают внимание.

### **4. Низкая самооценка, внутренние личные сомнения**

Создавая новые селфи-снимки и выкладывая их на своем аккаунте в социальных сетях, человек пытается бороться со своими внутренними сомнениями касательно своей внешности. Заработанные лайки помогают получить одобрение со стороны виртуальных друзей, что способствует повышению самооценки личности, приобретению собственной значимости в глазах других людей. Люди продолжают делать селфи, стараясь создать самое лучшее, и показывать их другим людям, что влияет на уменьшение внутренней неуверенности, здесь селфи выступает как вариант самоутверждения.

### **5. Нарциссизм**

Люди, которые увлекаются созданием селфи «в погоне за новыми лайками», на самом деле удовлетворяют свою потребность в высокой оценке своей внешности со стороны других, что свойственно в результате наличия нарциссических склонностей личности. Похвала и приятные комментарии под фотоснимками также помогают удовлетворить потребности нарциссов. Конечно, в основе нарциссических склонностей кроется давняя и личная неуверенность в себе, в своих способностях и в своих внешних данных, селферы компенсируют их, тем самым стараясь избавиться от них.

### **6. Перфекционизм**

Некоторыми селферами руководит стремление к идеалу, потому они стараются создать вокруг себя лучшую обстановку, и сделать лучший снимок, быть ближе к своему выдуманному идеалу. Это наваждение определяет стремление создавать новые фото и публиковать их на своем аккануте, получать восхищения других, лестные комментарии, большое количество лайков, похвалу от других людей.

## **7. Упущения в детском воспитании**

Стремление создавать селфи оправдывается необходимостью в получении признания и одобрения. Главным моментом является именно детская неудовлетворенная потребность в любви и одобрении. Редко хвалили в детстве, недолюбили, не давали положительную обратную связь о личных качествах и внешности, все это в дальнейшем вытекает в порождение селфи-зависимости у такого представителя, так как именно фото селфи и лайки под ними в сети дают возможность в получении того самого необходимого признания и одобрения.

Таким образом, нам удалось изучить причины появления и развития селфи-зависимости личности. Чтобы избавиться от этой проблемы человеку необходимо приложить много усилий, например, повысить самоконтроль, или обратиться к специалисту для коррекции своей личности, ведь многие из представленных причин закладываются еще в далеком детстве, а потому требуют их серьезной проработки.

## **1.6. Выводы по главе**

В ходе теоретического анализа литературы, мы выяснили, что феномен самоотношения в качестве своих отдельных сторон включает самосознание, самопознание, самооценку, эмоциональное к себе отношение, самоконтроль, саморегуляцию. Тем самым, самоотношение подразумевает *определенное отношение к себе, выражающееся в самооценке личности и эмоциональном*

*отношении к себе* [29]. А так же изучили систему взглядов на понимание феномена самоотношения и его содержательных характеристик в трудах различных ученых (Столина, Пантелеева, Бернса и др.). Рассмотрели основные функции самоотношения.

Так же мы установили, что селфи-зависимость это тяга к постоянному фотографированию себя и окружающих предметов и явлений, которая нарушает внутренний мир индивида и препятствует полноценному межличностному общению.

По мнению, О.А.Герасимовой и В.А.Лабунской, селфи представляет собой формирование социально-психологического образа человека. По представлению Н.В.Лакосиной, самофотографирование это визуализация своих жизненных событий, выступает как фактор отражения отношения личности к своей жизни.

Итак, мы изучили существующие в литературе основные представления о строении обобщенного самоотношения и узнали о причинах и этапах формирования селфи-зависимости у личности.

## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ САМООТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ, СКЛОННЫХ К СЕЛФИ-ЗАВИСИМОСТИ**

### **2.1. Организация исследования**

Эмпирическое исследование самоотношения студентов, склонных к селфи-зависимости проводилось в городе Екатеринбург в период с 2016 по 2017 год. В данном исследовании приняло участие 80 человек, из них 64 женского пола и 16 – мужского. На момент исследования все являлись студентами государственных вузов, находились в процессе получения образования с 1-го по 4-е курсы, возрасте от 17 до 24 лет, средний возраст по выборке составляет 20 лет. Также, наши респонденты являются обладателями современных смартфонов с функцией съемки фотографий и видео, что позволяет им делать селфи-снимки. Исследование осуществлялось в форме опроса, который респонденты проходили в интернете. Материал представлял собой стандартизированные методики с формализованными ответами и проективную методику.

#### **Используемые методики**

##### **1. Опросник «Аддиктивная склонность» - В.В.Юсупов [22]**

Поскольку в настоящее время не существует специализированных опросников для диагностики селфи-зависимости, мы взяли за основу тест-опросник «Аддиктивная склонность» В.В. Юсупова. Данная методика позволяет выявить лица, имеющие склонность к аддиктивному поведению. В этом опроснике мы видоизменили часть утверждений, которые могут охарактеризовать селфизависимых индивидов. Например, вместо формулировки утверждения: «если человек в меру употребляет вредные вещества, влияющие на психику-это нормально» была предложена формулировка: «если человек в меру и не так часто делает селфи-снимки - это нормально», или утверждение «среди моих знакомых есть люди,

которые использовали токсические вещества» было заменено на «среди моих знакомых есть люди, которые делали селфи-снимки». Испытуемому предлагается 30 утверждений, и дается инструкция: «поставьте галочку напротив выбранного утверждения в случае вашего личного согласия». Каждый знак «плюс» рядом с выбранными утверждениями оценивается в один балл. Интерпретация осуществляется с помощью подсчета суммы баллов. Таким образом, с помощью данной методики мы определяем уровень селфи-зависимости испытуемых.

## **2. Методика исследования самооотношения (МИС) - С.Р.Пантелеев [23].**

Для диагностики предложена данная методика, которая позволяет выявить структуры самооотношения личности, а так же выраженность ее отдельных компонентов: закрытости, самоуверенности, саморуководства, отраженного самооотношения, самооценности, самопривязанности, внутренней конфликтности и самообвинения. Испытуемому предлагается перечень суждений, характеризующих отношение человека к себе, к своим поступкам и действиям, испытуемый ставит знак «плюс» в случае своего согласия, каждый такой ответ оценивается в 1 балл, после чего все баллы суммируются и переводятся в звезды. Инструкция: «Вам предложен перечень суждений, характеризующих отношение человека к себе, к своим поступкам и действиям. Внимательно прочитайте каждое суждение. Если Вы согласны с содержанием суждения, то в бланке для ответов, рядом с порядковым номером суждения поставьте "+", если не согласны, то "-". Работайте быстро и внимательно, не пропускайте ни одного суждения. Возможно, что некоторые суждения покажутся Вам излишне личными, затрагивающими интимные стороны Вашей личности. Постарайтесь определить их соответствие себе как можно искренне. Ваши ответы никому не будут демонстрироваться». На выполнение заданий отводится 30-40 минут. Использование данной методики позволяет соотнести тестовые данные с

самооценочными данными испытуемых, имеющих склонность к селфи-зависимости и не имеющих такой склонности.

### 3. Проективная методика «Автопортрет» - Р.Бернс [24].

Благодаря данной методике, мы можем изучить особенности самосознания, самоотношения и самооценки личности, какое представление формирует человек о самом себе. Следуя инструкции «необходимо нарисовать самого себя в полный рост». В рисунке наше внимание акцентировалось в основном на тех, элементах, которые могут в той или иной мере отразить какое-либо самоотношение испытуемого. Для этого мы так же структурировали выделенные критерии для диагностики самоотношения студентов. Например, рассмотрение признака «расположение на листе» позволяло выделить завышенную самооценку индивида, если изображение человека является крупным и расположено в центре листка, или акцентирование на себе и склонность к самоанализу, если фигура человека изображена на листе со смещением влево.

Таблица №1

Пример основных критериев для диагностики самоотношения по проективной методике «Автопортрет»

Признак	Описание интерпретации
Расположение на листе	<p>1-смещение влево-акцентирование на себе, склонность к самоанализу</p> <p>2-смещение вправо-ориентация на внешний мир</p> <p>3-внизу листа-угнетенность, подавленность</p> <p>4-вверхняя часть листа-оптимизм</p> <p>5-крупная фигура в центре листа-завышенная самооценка</p>

<p><b>Фигура человека</b></p>	<p>1-Маленькая худощавая-сжатое это, чувство соматической дезорганизации</p> <p>2-Крупная Полная-недовольство своей внешностью</p> <p>3-пропорциональная фигура умеренных размеров-доволен собой</p>
<p><b>Голова (локализация «Я», сфера интеллекта)</b></p>	<p>1-большая-свойственно для нарциссичных, высокомерных натур, выражение преувеличенного «Эго».</p> <p>2-маленькая-низкая значимость своих интеллектуальных способностей</p>

Для проверки гипотезы о том, что самоотношение студентов, имеющих склонность к селфи-зависимости существенно отличается от самоотношения студентов, не имеющих склонности к селфи-зависимости, мы использовали тест-опросник В.В.Юсупова «Аддиктивная склонность», методику исследования самоотношения (МИС) С.Р.Пантелеева и проективную методику Р. Бернса «Автопортрет».

#### **Метод мат. статистической обработки критерий Манна-Уитни [23]**

Для проверки полученных результатов мы проводим сравнение показателей, используя критерий сравнения Манна-Уитни-непараметрический статистический критерий используемый для оценки различий между двумя выборками по признаку, измеренному в количественной или порядковой шкале. U-критерий является ранговым, поэтому он инвариантен по отношению к любому монотонному преобразованию шкалы измерения.

*Критерий Манна-Уитни* предполагает, что рассматриваемые переменные измерены, по крайней мере, в порядковой шкале (ранжированы). U критерий вычисляется, как сумма индикаторов попарного сравнения

элементов первой выборки с элементами второй выборки. У критерий - наиболее мощная (чувствительная) непараметрическая альтернатива  $t$ -критерия для независимых выборок.

## **2.2. Описание и анализ результатов исследования**

Для проведения исследования была сформирована выборка из 80 человек: 29 человек, имеющие склонность к селфи-зависимости, и 51 человек, не имеющих склонности к селфи-зависимости. Испытуемые находились в возрасте от 17- до 25, что характерно для этапа студенчества. Выборка набиралась из города Екатеринбург.

Деление на две группы осуществлялось следующим образом. В ходе исследования нами была использована методика В.В. Юсупова «Аддиктивная склонность», видоизменение которой позволило определить уровень селфи-зависимости у испытуемых. Исходя от суммы набранных баллов по прохождению теста-опросника, выявляется риск зависимого поведения: от 0 до 13 баллов - риск зависимого поведения не выражен, от 13 баллов и выше – говорит о выраженном риске и наличии признаков селфи-зависимого поведения. В результате прохождения теста только 29 человек из 80 набрали больше 13 баллов, что позволило их отнести к первой группе, которую мы назвали «имеющие склонность к селфи-зависимости». Остальные респонденты набрали меньшее количество баллов, в связи с чем, мы включили их во вторую группу, «не имеющих склонности к селфи-зависимости».

В ходе первичного опроса для выявления уровня выраженности риска селфи-зависимого поведения было установлено:

1) В группе «имеющих склонность к селфи-зависимости» из числа опрошенных, только 36% респондентов имеют признаки зависимого поведения.

2) Группа «не имеющих склонности к селфи-зависимости» составляет 64% .

Для наглядности представим это ниже в виде круговой диаграммы.

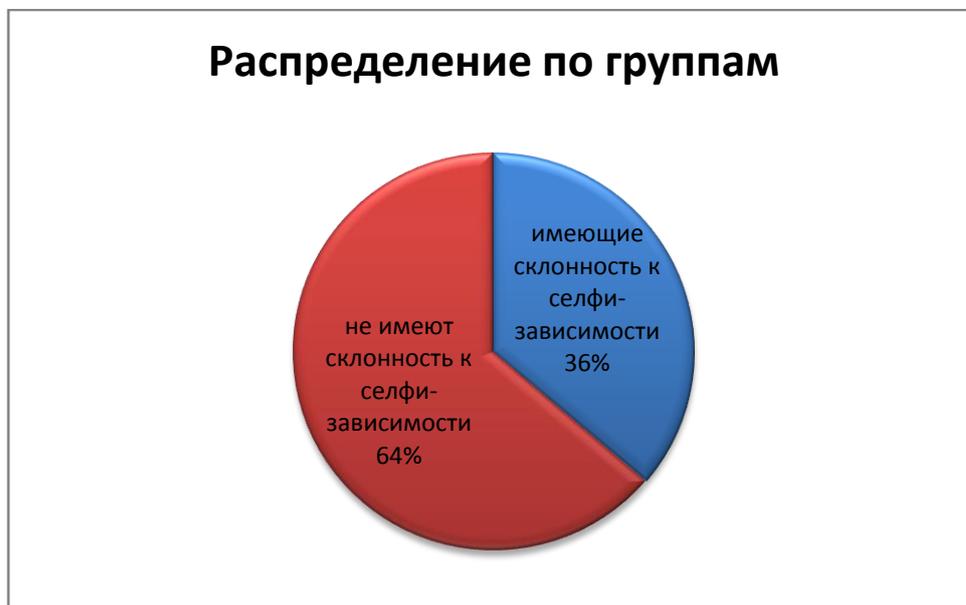


Рис. №1. Распределение респондентов по группам в процентах.

Для проверки гипотезы о том, что самоотношение студентов, склонных к селфи-зависимости, существенно отличается от самоотношения студентов, не имеющих этой склонности, мы применяем методику исследования самоотношения Пантелеева. Анализ результатов данных выявил следующие отличия (см. приложение А, Б).

**Для группы, имеющей склонность к селфи-зависимости** характерна открытость чуть выше среднего, что говорит о том, что представители этой группы скорее склонны не выдавать информацию о себе. Однако, стоит посмотреть на моду, которая принимает ровно среднее значение, что не позволяет говорить о том, что общительность склоняется в какую-либо из сторон. Самоуверенность же у первой группы находится на повышенном значении, что подтверждает и мода. Это говорит о том, что для первой группы характерна несколько повышенная самоуверенность и мнение, т.е. высокое самомнение и пониженная внутренняя напряжённость. Также повышено и саморуководство, а мода имеет значение, очень близкое к

максимальному, что говорит о том, что люди в этой группе понимают своё «Я», как образующее их личность, составляющее в совокупности личность и деятельность, полагают, что судьба в их собственных руках.

Отражённое самоотношение имеет средние значения, что не позволяет говорить о какой-то специфике данной шкалы. Самоценность же имеет вновь повышенные значения, что говорит о том, что для лиц, которые любят делать селфи, их личность является очень ценной и они заинтересованы в ней. Самопринятие имеет средние значения, но самопривязанность имеет уже пониженные значения, что говорит о том, что они хотят что-то изменить в себе, соответствовать идеализированному образу себя. При этом, стоит отметить, что это также означает и способность меняться, а также отсутствие привязанности к деструктивному образу себя.

**Для группы, не имеющей склонности к селфи-зависимости** характерны повышенная самоценность, но пониженная самопривязанность, самообвинение, отражённое самоотношение и открытость.

Рассмотрим полученные результаты подробнее относительно каждой шкалы:

По первой шкале «открытость» респонденты, имеющие склонность к селфи-зависимости, набрали средние значения, что говорит об избирательном отношении к себе, данные индивиды способны преодолевать защитные механизмы при активации других. И только один человек из 29, группы зависимых, показал низкие значения в данной шкале, что утверждает о его внутренней честности с самим собой, и способности к рефлексии.

Группа без склонности к селфи-зависимости в основном набрали средние и ниже среднего значения по данной шкале, и только 4 человека из 51 набрали высокие показатели по шкале, это говорит о защитном поведении личности, желании соответствовать общественному мнению, нормам. Шкала «открытость» выражает осознание отношения респондентов к себе, насколько открыто выражают значимую или неприятную информацию о себе. Студенты «зависимые» и «независимые» набрали относительно равные

средние значения, что в результате говорит о равном объеме информации, которым они обладают о себе и о своих способностях.

По шкале «самоуверенность» результаты дают информацию о личном отношении человека к себе, о представлении респондента себя, как о волевом и энергичном человеке, которого можно уважать. В группе со склонностью к селфи-зависимости 8 человек из 29 продемонстрировали высокие показатели по данной шкале, что говорит о довольстве собой и своими способностями. Во второй группе из 51 только 10 человек сумели набрать высокие баллы. Таким образом, группа, имеющих зависимость, показала набранные значения чуть выше среднего по сравнению с группой независимых, что говорит о меньших сомнениях зависимых касательно себя и способности вызывать уважение окружающих.

Следующая шкала «саморуководство» определяет доминирование собственного «Я», либо обстоятельств над ним. Из группы имеющих зависимость 11 человек набрали высокие значения, что подразумевает видение себя, как источника успехов и собственных достижений, остальные респонденты данной группы набрали средние значения, которые говорят о возможности самоконтроля только в знакомых ситуациях, в новых же условиях возможности «Я» слабеют и возникает подчиненность среде. Группа, не имеющих склонности к зависимости, набрала схожие значения, из них высокие показатели принадлежат 15 испытуемым, а средние - остальным 36. А это значит, что и зависимые и независимые в равной степени проявляют способности своего «Я» только в привычной для себя среде, а в новом окружении личный контроль слабеет.

Шкала «отраженное самоотношение» подразумевает представление индивида о его личной способности вызывать со стороны симпатию, восхищение и уважение. Полученные результаты по данной шкале позволяют утверждать, что здоровое и адекватное отражение самоотношения присуще только 7 респондентам из группы склонных к зависимости, остальные набрали средние значения, которые заявляют об

избирательности восприятия отраженного самоотношения. В группе, не имеющей зависимости только для 6 из 51 человек характерно адекватное самоотношение, остальные респонденты набрали равные средние значения. В целом и для склонных к селфи-зависимости, и для не склонных к зависимости свойственна избирательность отражения своего отношения, то есть и тем, и другим кажется, что его, как личность можно любить и уважать за отдельные положительные качества, а другие могут вызывать негодование либо раздражение.

Пятая шкала - «Самоценность предполагает отражение формирования взглядов касательно своей значимости и ценности своего «Я». В первой группе (склонных к селфи-зависимости) 12 человек набрали высокие значения, которые позволяют утверждать, что человек из данной группы высоко оценивает себя, свои способности и возможности, уверен в себе, ценит свою уникальность и неповторимость, считает себя индивидуальностью. И только двое из 29 набрали низкие значения, которые говорят о том, что респонденты недооценивают свое «Я». В группе не имеющих склонность к зависимости 21 человек из 51 также набрали высокие значения по этой шкале, и лишь трое показали низкие значения. Остальные респонденты показали средние результаты, что дает основания для утверждения об избирательности отношения к себе, то есть некоторые свои личные качества испытуемые высоко оценивают, но другие же вызывают у них малоценность.

Далее рассмотрим полученные результаты по шкале «Самопринятие». По данной шкале мы получаем информацию о представлении человека себя таким, каким он является в сущности и принятии себя. Анализируя данные, мы видим, что высокие показатели по шкале в группе зависимых набрали 7 человек, что характеризует у них формирование положительного фона отношения к себе, принятия всех своих достоинств и недостатков, даже в случаях негативных ситуаций, человек склонен считать себя хорошей личностью и принимать все свое «Я» целиком. И 7 человек в группе

зависимых набрали низкие значения, что указывает на негативный фон принятия себя, отсутствие симпатии к себе и излишняя критичность к своей персоне. В группе независимых 10 человек из 51 набрали высокие показатели по этой шкале, и 4 – низкие. Остальные респонденты продемонстрировали средние показатели, и зависимые, и независимые, позволяют судить о выборочности отношения к себе, и желании измениться частично, при сохранении основных личных качеств.

Следующая шкала «Самопривязанность» демонстрирует самоотношение и зависимых и независимых, которое характеризуется ригидностью образа «Я». Анализ результатов выявил, что в группе зависимых только для трех человек из 29 свойственна привязанность к себе и желание сохранить свои качества неизменными, так же сюда относят ощущение самодостаточности и совершенности, 7 человек набрали низкие значения по шкале, что говорит о их готовности к самораскрытию, готовности изменить свое «Я», самосовершенствоваться и получать новый опыт. В группе независимых 8 человек из 51 набрали высокие значения, и 9 человек низкие. Для остальных свойственны средние показатели, в целом по данной шкале нет значимых различий между двумя группами.

Шкала «Внутренняя конфликтность» позволяет выявить наличие внутренних конфликтов у зависимых и независимых. При чем полученные результаты утверждают, что выраженность данного показателя значительно ниже у селфи-зависимых по сравнению с независимыми. Это позволяет говорить о том, что для группы зависимых характерно построение адекватного образа «Я», а группа независимых чаще подвергается различным сомнениям и несогласию со своим «Я».

Шкала «Самообвинение» говорит о наличии негативных эмоций, направленных в собственную сторону. В результате анализа полученных данных следует, что выраженное самообвинение характерно для второй группы – независимых. Отсюда следует, что для первой группы – селфи-зависимых не ярко выражено стремление к поиску недостатков и порицаний

в свой адрес. Таким образом, мы можем утверждать, что независимые чаще винят себя в разных своих неудачах, промахах и недостатках.

Для сравнения полученных результатов двух обследованных выборок и для проверки гипотезы о существовании различий нами был проведен анализ данных по U-критерию Манна-Уитни.

Таблица №2

### Результаты теста по U-критерию Манна-Уитни

	Сум.ранг (Группа 1)	Сум.ранг (Группа 2)	U	р- уров.
Открытость	1221,50	2018,50	692,50	0,64
Самоуверенность	1150,00	2090,00	715,00	0,81
Саморуководство	1188,50	2051,50	725,50	0,89
ОтраженноеСамоотношение	1205,50	2034,50	708,50	0,76
Самоценность	1141,50	2098,50	706,50	0,74
Самопринятие	1068,00	2172,00	633,00	0,29
Самопривязанность	1001,50	2238,50	566,50	0,08
ВнутрКонфликт	1468,00	1772,00	446,00	<b>0,001</b>
Самообвинение	1379,50	1860,50	534,50	<b>0,04</b>
Самоуважение	1179,50	2060,50	734,50	0,96
Аутосимпатия	1041,50	2198,50	606,50	0,18
Внутренняя неустойчивость	1429,50	1810,50	484,50	<b>0,01</b>

Поскольку наша гипотеза подразумевает, что самоотношение студентов, склонных к селфи-зависимости значительно отличается от самоотношения студентов, не имеющих склонности к селфи-зависимости, мы использовали для сравнения двух групп критерий Манна-Уитни.

Критерий Манна-Уитни показал, что имеются значимые различия по шкалам внутренняя конфликтность, самообвинение и внутренняя неустойчивость. Данная таблица демонстрирует повышенный уровень

выделенных шкал у второй группы по сравнению с первой, что означает, что у группы, не имеющей склонности к селфи-зависимости, выше внутренний конфликт, самообвинение и внутренняя неустойчивость. По остальным же шкалам данной методики Пантелеева значимых различий не выявлено. Опираясь на выделенные критерии, мы можем охарактеризовать наши выборки таким образом.

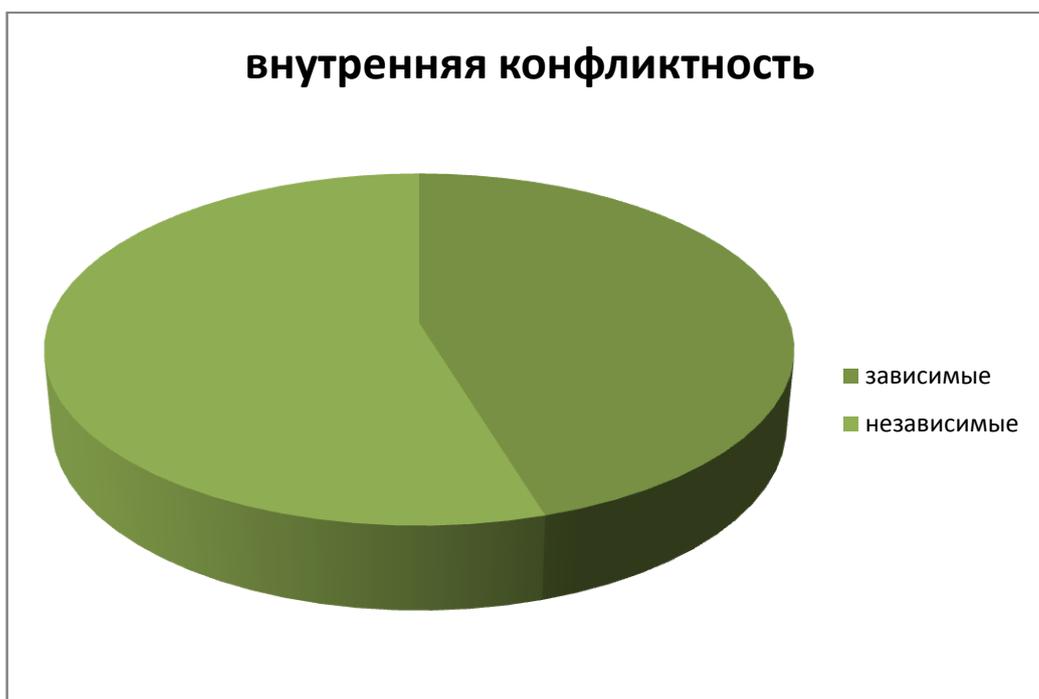


Рис.№2. Выраженность шкалы «внутренняя конфликтность» в двух группах: зависимых и независимых.

Шкала «Внутренний конфликт». У испытуемых, имеющих склонность к селфи-зависимости, отсутствует внутренняя конфликтность, они в целом довольны собой и жизненной ситуацией. У индивидов с отсутствием склонности к селфи-зависимости чаще имеются внутренние конфликты и сомнения, что приводит к выраженной рефлексии и самоанализу. Человек предъявляет к себе высокие требования и при несоответствии им чувствует себя малоценным.

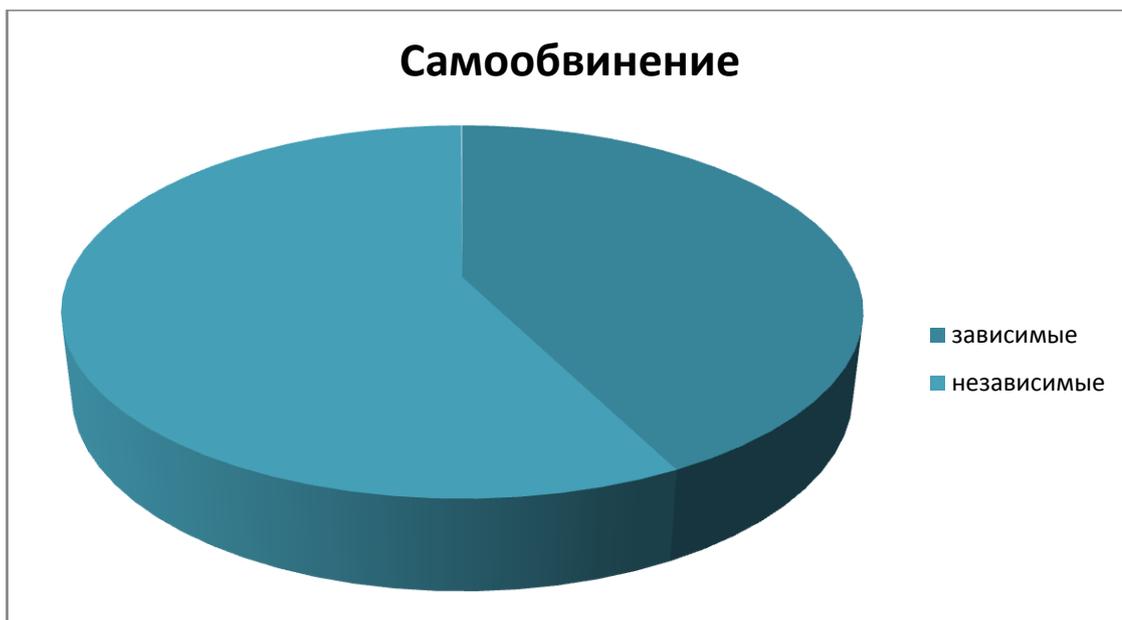


Рис.№3. Выраженность шкалы «самообвинение» в двух группах: имеющих зависимость и не имеющих зависимость.

Шкала «Самообвинение». Респонденты со склонностью к селфи-зависимости не требовательны к себе, они отрицают наличие своей вины в конфликтах, защищают свое «Я» с помощью обвинения других. Респонденты из группы с отсутствием зависимости характеризуются высокой требовательностью к себе и в случае неудачи считают себя ее источником. Все проблемы и конфликты заканчиваются порицанием себя самого внутренним напряжением, ощущением невозможности удовлетворить собственные потребности.

Шкала «Внутренняя неустойчивость». Испытуемые, имеющие склонность к селфи-зависимости, уверены в себе, довольны собой, своими качествами, внешностью, не замечая недостатков. Студенты, не имеющие склонность к селфи-зависимости, находятся в постоянной неуверенности за свои силы и возможности. Постоянный контроль за своим «Я» и развитая рефлексия сводятся к тому, что человек видит недостатки, прежде всего в себе и тем самым создает внутреннее напряжение и неуверенность.

Для изучения особенностей самоотношения мы прибегаем к использованию методики «Автопортрет». Анализ результатов, полученных по данной методике Р.Бернса также выявил некоторые сходства и различия самооценки и самоотношения респондентов, имеющих склонность к селфи-зависимости и не имеющих таковой. Интерпретация осуществлялась на основе следующих выделенных критериев: «Расположение на листе», «размер», «фигура человека», «голова», «черты лица», «волосы», «размер глаз», «нос», «уши», «рот», «тело», «плечи», «руки», «ноги», «одежда», наличие и размер которых говорит об определенных особенностях самоотношения испытуемых.

Таблица №3

**Критерии для диагностики самоотношения по проективной методике «Автопортрет»**

Признак	Описание интерпретации
Расположение на листе	1-смещение влево-акцентирование на себе, склонность к самоанализу 2-смещение вправо-ориентация на внешний мир 3-внизу листа-угнетенность, подавленность 4-вверхняя часть листа-оптимизм 5-крупная фигура в центре листа-завышенная самооценка
Размер	1-маленькое изображ-чувство незащищенности, тревожность, низкая самооценка 2-чрезмерно громоздкое-слабый внутр.контроль, экспансивность 3-умеренное среднее изображение
Фигура человека	1-Маленькая худощавая-сжатое эго, чувство соматической дезорганизации 2-Крупная Полная-недовольство своей внешностью 3-пропорциональная фигура умеренных размеров-доволен собой

Голова (локализация «Я», сфера интеллекта)	1-большая-свойственно для нарциссичных, высокомерных натур, выражение преувеличенного «Эго». 2-маленькая-низкая значимость своих интеллектуальных способностей
волосы	1-Закрывают большую часть головы-переживания по поводу своей мужественности 2-тщательно нарисованная прическа-потребность в повышенном внимании к себе, потребность быть в центре внимания
Черты лица(импульс к соц.контакту)	1-хорошо проработаны – потребность во внимании, здоровое самоуважение 2-чрезмерное подчеркивание и выделение черт лица-слабость самоутверждения 3 –нечетко прорисованы- сильное стремление к соц.принятию,эгоцентризм 4-закрашенное лицо-потеря идентичности, утрата чувства собственного «Я»
Глаза (главная точка концентрации чувства «Я»)	1-изображены как точки или щелочки-потребность в зависимости 2-красивые,хорошо прорисованные, симметричные-желание быть симпатичным и привлекательным другим людям 3-пустые глазницы-крайний эгоцентризм
Размер глаз	1-маленькие-погруженность в себя 2- большие-гиперчувствительность по отношению к общественному мнению
ресницы	Подчеркунто длинные-демонстративность
Нос	1-большой-неудовлетворенность своей внешностью 2-Подчеркнут и выделен-переживание своей неполноценности

Уши	1-маленькие (их отсутствие)-нежелание принимать критику окр-х. 2-тщательная прорисовка-чувствительность к замечаниям 3-большие-неуверенность в своей внешности
Рот	1-изображение приподнятой на концах изогнутой линией-стремление к одобрению
Губы	2-Четко прорисованы-нарциссические наклонности
Шея – способность к рациональному самоконтролю	1-длинная-сжатый моральный человек, хорошо контролирующей себя 2-толстая короткая-уступки своим слабостям 3-Выделение стирание и подчеркнутость-конфликт между самовыражением и соц-ми предписаниями, сила супер эго
Тело	1-слабое, безвильное туловище-признак игнорирования самоконтроля 2-слишком крупное-неудовлетворенность осознаваемых потребностей 3-крупное и сильное тело с мощными плечами-сильное эго 4-ненормально маленькое-малоценность 5-очень худое-неудовлетворенность своим типом тела
Средняя линия (галстук, пуговицы, просто линия вдоль тела)	Инфантильные и нарцисстические личности, отражение озабоченности телесными проблемами
Плечи	1-широкие-необходимость в ощущении силы в себе 2-мелкие-малоценность, ничтожность
Руки	1-неясно очерченные-нехватка самоуверенности, 2-тонкие или слабые-ощущение недостаточности достигнутого 3-сильные-энергичность, агрессивность 4-Длинные сильные –вовлеченность в события внешнего мира, высокий уровень притязаний, высокая самооценка

Ноги	1-короткие-чувство физической или психологической неловкости 2-слабые плохо прорисованы-выражение неуверенности, чувство никчемности 3-большие-потребность в безопасности
Одежда (защитный механизм)	1-избыток деталей – нарцисстические личности, потребность во внимании 2-малое кол-во одежды-эгоцентрическая эмоциональность 3-пуговицы, бляжка ремня, верт. линия-зависимость

По первому признаку «расположение на листе» мы увидели следующее: только 7 человек из 29 в первой группе (зависимых), предпочли изобразить фигуру человека со смещением влево, что подразумевает склонность к самоанализу и акцентирование на себе. А во второй группе такой признак наблюдался у 15 респондентов из 51. Изображение крупной фигуры человека в самом центре листка говорит о завышенной самооценке испытуемого, данный признак был отмечен у 6 респондентов из группы зависимых, и у 15 респондентов группы независимых.

Второй признак «размер» показал, что у 9 испытуемых первой группы изображение очень мелкое, что позволяет говорить о низкой самооценке личности, повышенной тревожности и наличии чувства незащищенности. У испытуемых второй группы такой признак был отмечен у 16 человек. Чрезмерно громоздкий и увеличенный размер изображения человека на листе свидетельствует о слабом внутреннем контроле, такой признак наблюдался у 5 респондентов первой группы и у 14 респондентов второй группы. Изображения остальных респондентов было умеренно средних размеров, что говорит о здоровом восприятии себя.

Следующий признак называется «фигура человека», который включал описание трех видов фигуры. В первой группе 9 испытуемых предпочли изобразить фигуру человека маленькой и худощавой, что свидетельствует о чувстве соматической дезорганизации и сжатом ЭГО, во второй группе таких

испытуемых насчитывалось около 18. Изображение крупной и полной фигуры человека говорит о его недовольстве собой и своей внешностью, такой признак был отмечен у 9 респондентов первой группы, во второй же группе данный признак наблюдался у 19 человек. А пропорционально изображенная фигура умеренных размеров, свидетельствующая о довольстве собой, была замечена у 10 респондентов первой группы, и у 13 респондентов второй группы и т.д.

Анализ проективной методики дал нам возможность изучить особенности самоотношения студентов двух групп. Далее мы применили критерий Манна-Уитни для выявления значимых различий между первой и второй группами. Обратим внимание на таблицу №5, приведенную ниже.

Таблица №5

**Анализ полученных данных по U-критерию Манна-Уитни**

	Сум.ранг Группа 1	Сум.ранг Группа 2	U	Z
расположение на листе	1168,00	2072,00	733,00	-0,06
фигура человека	1231,00	2009,00	683,00	0,56
размер	1244,50	1995,50	669,50	0,70
голова	1254,50	1985,50	659,50	0,80
черты лица	1107,50	2132,50	672,50	-0,67
волосы	1291,50	1948,50	622,50	1,17
глаза	1082,00	2158,00	647,00	-0,92
размер глаз	1112,00	2048,00	706,00	-0,08
нос	790,00	1290,00	387,00	1,05
уши	1236,00	2004,00	678,00	0,61
рот	768,50	1787,50	492,50	-0,72
тело	844,50	2158,50	493,50	-1,82

Продолжение таблицы №5

плечи	1170,50	1910,50	635,50	0,67
руки	1292,50	1947,50	621,50	1,18
ноги	1077,00	1926,00	651,00	0,25
одежда	966,50	2273,50	531,50	-2,08

Исходя из данной таблицы, мы видим, что имеются значимые различия по признаку «Одежда». Других достоверных различий не обнаружено. Опираясь на данный критерий, мы можем охарактеризовать выборки следующим образом.

Признак «одежда» характеризует наличие защитных механизмов личности. Исходя из таблицы, мы можем утверждать, что у первой группы испытуемых значительно не выражены нарциссические наклонности и эгоцентрическая эмоциональность. Повышенный уровень выраженности данного признака у второй группы по сравнению с первой, позволяет утверждать, что у студентов, не имеющих склонность к селфи-зависимости, гораздо выше эгоцентрическая направленность и нарциссические наклонности.

Наличие данного признака в рисунках испытуемых показало, что в группе зависимых избыток деталей (различные элементы одежды, аксессуары и прочее) присущ 12 респондентам из 29, что говорит о нарциссической личности, а также о наличии острой потребности во внимании, в то время, как во второй группе избыток деталей был замечен у 11 респондентов из 51. Изображение малого количества одежды, характеризует эгоцентрическую эмоциональную личность, этот признак прослеживался у 11 испытуемых в группе зависимых, а в группе независимых встречался у 21 человека. Наличие таких элементов в одежде, как пуговицы, ремни, а также наличие вертикальной линии говорит о зависимости к чему-либо, подобное встречалось у 5 испытуемых в первой группе, и у 19 испытуемых из второй группы.

Анализ проективной методики «Автопортрет» Р.Бернса дает нам возможность выявить особенности самоотношения студентов из двух групп.

Таким образом, мы видим, что особенности самоотношения студентов, склонных к селфи-зависимости отличаются от особенностей самоотношения студентов, не имеющих склонности к селфи-зависимости.

*Попытки объяснить механизмы формирования моделей поведения и особенностей самоотношения селфи-зависимых и независимых:*

Возможно, такие отличия обусловлены тем, что студенты из первой группы, делая селфи-фотографии, удовлетворяют свои внутренние потребности во внимании, одобрении. Они чувствуют себя значимыми для других людей, довольными своими внешними данными. Делая селфи, человек строит образ своего «я», что помогает разрешать внутренние сомнения, повышать удовлетворенность собой. Таким образом, люди, создающие селфи-снимки, чувствуют себя гораздо лучше в эмоциональном и психологическом плане.

Представители второй же группы, по-видимому, чувствуют себя малоценными и имеют много сомнений, по поводу своей внешности и своих качеств, так как не делают селфи-фотографий, которые бы могли им помочь в повышении самооценки и ощущении своей значимости. Поскольку они не являются селфи-зависимыми, то им приходится сталкиваться с внутренним напряжением и переживать из-за невозможности удовлетворения своих потребностей.

### **2.3. Выводы по главе**

Использованные методики позволили нам установить, что особенности самоотношения студентов, имеющих склонность к селфи-зависимости действительно отличаются от особенностей самоотношения студентов, которые не имеют такой склонности.

На этом основании складываются некоторые представления о самоотношении первой и второй групп: для студентов, имеющих склонность к селфи-зависимости, характерно адекватное построение образа «я», формирование положительного фона отношения к себе, отсутствие внутриличностных конфликтов, в целом они довольны своей жизненной ситуацией и собой в частности, при этом возможно отрицание имеющихся проблем и поверхностное восприятие себя. Свойственно отрицание собственной вины, защита своего «Я», ощущение удовлетворенности собой в сочетании с порицанием других людей. Почти половина зависимых испытуемых испытывает острую потребность во внимании, не видят своих недостатков, они довольны собой и своими личными качествами.

Для студентов, которые не имеют склонности к селфи-зависимости, свойственно наличие внутриличностных конфликтов, разных сомнений, которые приводят к выраженной рефлексии и самоанализу. Как правило, они предъявляет к себе высокие требования и при несоответствии им чувствует себя малоценными, в случае неудачи считают себя ее источником. Все проблемы и конфликты заканчиваются порицанием себя, что сопровождается внутренним напряжением, ощущением невозможности удовлетворить собственные потребности. Замечают свои недостатки, из-за чего чувствуют себя неуверенными. Постоянный контроль за своим «Я», эгоцентрическая эмоциональность.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Во время исследования нами на первом этапе была изучена соответствующая теме психологическая литература отечественных и зарубежных авторов по проблеме самоотношения и селфи-зависимости. Нами были прочитаны работы Пантелеева С.Р., Столина В.В., Сарджвеладзе Н.И., Бернса Р., Рубинштейна С.Л. и других, для исследования теоретических предпосылок по проблеме самоотношения, а также мы рассмотрели работы А. Лябиной, Н.В. Лакосиной, Д.В.Погонцевой, Е.А. Гриньковой, посвященные изучению проблемы «селфизма» и селфи-зависимости личности. Мы выяснили, что под селфи-зависимостью подразумевают яркое стремление фотографировать себя, данный феномен включен в классификацию психологических расстройств. А самоотношение является родовым относительно понятий самопознания, самооценки, отражающих широкий спектр феноменов внутренней жизни личности. Самоотношение - определенное отношение к себе, выражающееся в самооценке личности и эмоциональном отношении к себе.

В начале исследования нами была выдвинута гипотеза о том, что особенности самоотношения студентов, имеющих склонность к селфи-зависимости, отличаются от особенностей самоотношения студентов, не имеющих такой склонности. Для проверки данной гипотезы мы создали две выборки: первая включала в себя индивидов, которые имели склонность к селфи-зависимости, а вторая включала в себя индивидов, не имеющих склонность к селфи-зависимости. С помощью критерия Манна-Уитни мы установили присутствие значимых различий по шкалам методики Пантелеева «внутренняя конфликтность», «самообвинение», и «внутренняя неустойчивость», а также по признаку «одежда» в проективной методике Бернса. В результате проведенной нами обработки полученных данных можно заключить, что гипотеза полностью подтверждается. Респонденты из первой группы действительно продемонстрировали свои особенности

самоотношения отличительные от особенностей респондентов второй группы.

Данные результаты, по нашему мнению, можно использовать, в первую очередь, как основу для дальнейших исследований самоотношения селфи-зависимой личности. Также возможно использовать их, как информацию для психолога, проводящего психокоррекционные и психотерапевтические занятия с селфи-зависимыми студентами.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Айзенк Г.Ю. Структура личности / Пер. с англ.. - М.; СПб: КСП+; Ювента, 1999. - 463 с.
2. Апасова И.М. Первобытие автопортрета как интенция к самопознанию // Вестник Тюменского государственного университета. 2008. № 5. С. 268-273.
3. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986.
4. Берталанфи фон Л. Общая теория систем – критический обзор // Исследования по общей теории систем / Ред. В. Н. Садовский, Э. Г. Юдин. М., 1969.
5. Кон И.С. 'Психология старшеклассника' - Москва: Просвещение, 1980 - с.192
6. Конфедерат О. В. Модификации «Я» в экранном образе и проблема фотографического автопортрета // Вестник Челябинского государственного университета. Филология. Искусствоведение. Вып. 72. № 36 (290). 2012. С. 82–88.
7. Лабунская В.А. «Видимый человек» как социально-психологический феномен // Социальная психология и общество. № 1/2010, стр. 26-39.
8. Лабунская В.А. Интерпретация невербального поведения в межличностном общении // автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора психологических наук / Москва, 1989
9. Лабунская В.А., Наровская Я.Б. Типы преобразования внешнего облика как отражение направленности преобразовательной активности субъекта в социальном общении // Мир психологии. 2006, №4. С. 96-104
10. Лакосина Н.В. Динамика удовлетворенности жизнью в результате фотовизуализации жизненных событий // Российский психологический журнал. Т.6, №3, 2009. С. 65-67.

11. Лебедева Л. Д., Никонорова Ю. В., Тараканова Н. А. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии СПб.: Речь, 2006-336 с.
12. Погонцева Д.В. Selfie как современный социально-психологический феномен // Научно-методический электронный журнал “Концепт”. 2013. № 12 (28). С. 111-115.
13. Погонцева Д.В. Презентация в социальной сети как создание виртуальной татуировки // Философские проблемы информационных технологий и киберпространства. 2013. № 1. С. 92-98.
14. Погонцева Д.В. Самопрезентация в киберпространстве // Философские проблемы информационных технологий и киберпространства. 2012. № 2 (4). С. 66-72.
15. Погонцева Д.В. Формирование впечатления средством виртуального общения // Научно-методический электронный журнал “Концепт”. 2013. № 1 (17). С. 135-141.
16. Погонцева Д.В., Гринькова Е.А. Selfie – как способ самопрезентации музыкантов и не музыкантов // Психология, социология и педагогика. – Апрель 2014. – № 4
17. Погонцева Д.В., Гринькова Е.А. Особенности самопрезентации музыкантов в интернет-пространстве // Современные научные исследования и инновации. 2014. № 8-2 (40). С. 170-173.
18. Погонцева Д.В. Самопрезентация в киберпространстве // Философские проблемы информационных технологий и киберпространства. 2012. № 2 (4). С. 66-72.
19. Рубинштейн С.И. Основы общей психологии / С.И. Рубинштейн. — СПб.: Питер, 1998.-688с.
20. Рубинштейн С.И. Самосознание личности и ее жизненный путь / С.И. Рубинштейн // Психология личности. Тексты. / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря. М.: Изд-во МГУ, 1982. - с. 127-132.

21. Сарджвеладзе Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. Тбилиси, 1989. - 204 с.
22. Сарджвеладзе Н.И. Структура самоотношения личности и социогенные потребности / Н.И. Сарджвеладзе // Проблемы формирования социогенных потребностей. Тбилиси: Мецниереба, 1974. - С. 103-107.
23. Сидоренко Е. В. "Методы математической обработки в психологии". СПб.: ООО "Речь", 2007 г.
24. Столин В.В. Познание себя и отношение к себе в структуре самосознания личности: Автореф. Дис... доктора психол. наук. – М., 1985. – 37 с.
25. Столин В.В. Психодиагностика самосознания // Общая психодиагностика / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. М., 1987, С. 245-289.
26. Столин В.В. Самосознание личности. – М.: МГУ, 1983. – 284с.
27. Столин В.В., Пантилеев С.Р. Опросник самоотношения // Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы. М., 1988. С. 123-130.
28. Узнадзе Д.Н. Психология установки / Д.Н. Узнадзе. СПб.: Питер, 2001. -416с.
29. Энциклопедический словарь по психологии и педагогике. 2013. [Электронный ресурс] // Сайт «Академик» / URL: [http://psychology\\_pedagogy.academic.ru/19183/](http://psychology_pedagogy.academic.ru/19183/)
30. В.В. Юсупов, В.А. Корзунин. Психологическая диагностика зависимого поведения. – СПб.: Речь, 2007г.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### ПРИЛОЖЕНИЕ А

#### Описательная статистика для первой группы (со склонностью к селфи-зависимости)

	Среднее	Медиана	Мода	Станд.откл	Дисперсия	Асимметрия	Экссесс	Минимум	Максимум
Открытость	5,59	5,00	5,00	1,15	1,32	1,06	1,83	4,00	9,00
Самоуверенность	6,17	6,00	5,00 <sup>a</sup>	1,67	2,79	0,10	-0,57	3,00	10,00
Саморуководство	6,14	7,00	8,00	2,20	4,84	-0,64	-0,60	1,00	9,00
Отраженное Самоотношение	5,66	6,00	4,00	2,11	4,45	0,03	-1,07	2,00	9,00
Самоценность	6,83	7,00	9,00	2,49	6,22	-0,46	-0,74	1,00	10,00
Самопринятие	5,72	6,00	3,00	2,03	4,14	0,05	-1,01	3,00	10,00
Самопривязанность	4,69	5,00	3,00 <sup>a</sup>	2,29	5,22	-0,17	-1,29	1,00	8,00
ВнутКонфликт	6,31	6,00	5,00 <sup>a</sup>	1,67	2,79	0,36	0,09	3,00	10,00
Самообвинение	6,10	6,00	4,00 <sup>a</sup>	2,06	4,24	0,01	-1,01	2,00	9,00
Самоуважение	23,55	22,00	28,00	5,81	33,76	0,02	-1,11	14,00	34,00
Аутосимпатия	17,24	20,00	21,00	5,66	32,05	-0,42	-1,21	7,00	25,00
Внутренняя Неустойчивость	12,41	12,00	11,00 <sup>a</sup>	3,43	11,75	0,16	-0,82	7,00	19,00

## ПРИЛОЖЕНИЕ Б

### Описательная статистика для второй группы (не имеющей склонности к селфи-зависимости)

	Средне е	Медиа на	Мода	Станд. откл.	Дисперси я	Асиммет рия	Экссесс	Миниму м	Максим ум
Открытость	5,53	5,00	5,00	1,49	2,21	0,95	1,07	3,00	10,00
Самоуверен ность	6,31	7,00	7,00	1,97	3,90	0,03	-0,42	2,00	10,00
Саморуково дство	6,18	6,00	5,00 <sup>a</sup>	1,87	3,51	-0,57	0,61	1,00	10,00
Отраженное Самоотноше ние	5,47	6,00	6,00	2,13	4,53	-0,06	-0,39	1,00	10,00
Самоценнос ть	7,06	7,00	7,00	2,16	4,66	-0,61	0,18	1,00	10,00
Самопринят ие	6,25	7,00	7,00	1,56	2,43	-0,28	0,00	3,00	10,00
Самопривяз анность	5,69	6,00	7,00	2,11	4,46	-0,23	-0,40	1,00	10,00
ВнутрКонф ликт	5,14	5,00	6,00	1,52	2,32	0,50	0,02	3,00	9,00
Самообвине ние	5,06	5,00	4,00	1,96	3,86	0,10	-0,71	1,00	9,00
Самоуважен ие	23,49	24,00	27,00	5,44	29,58	-0,25	-0,49	12,00	35,00
Аутосимпат ия	19,00	20,00	23,00	4,92	24,20	-0,65	0,28	5,00	27,00
Внутренняя Неустойчив ость	10,20	10,00	7,00 <sup>a</sup>	3,27	10,72	0,18	-0,89	4,00	17,00