

UDC 159.62

DOI: 10.34671/SCH.BSR.2019.0304.0014

## ИЗСЛЕДВАНЕ НА ВРЪЗКИТЕ МЕЖДУ ВРЕМЕТО НА ПРЕБИВАВАНЕ В ИНТЕРНЕТ И САМООЦЕНКАТА, ИЗЯВЕНА В ПЕРИОДА НА ЮНОШЕСТВОТО

© 2019

Славчева-Андонова Гергана Василева, PhD, главен асистент

Пловдивски университет „Паисий Хилендарски“

(4000, България, Пловдив, бул. „България“ №324, e-mail: slavcheva@uni-plovdiv.bg)

**Анотация.** Редица съвременни изследвания доказват, че самооценката е важна личностна характеристика, която влияе върху удовлетвореността от живота и върху психичното здраве. Това влияние е силно изявено в юношеска възраст. В настоящата статия се анализират връзките между времето на пребиваване във виртуалната среда на интернет и самооценката, изявена в периода на юношеството. Изследването е проведено с 312 юноши на възраст между 14 и 17 години от различни градове на страната. Приложената изследователска методика: *Скала за изследване на глобалната самооценка* [8] дава възможност да се анализират характеристиките на общата самооценка и проявите на самоуважение и самоподценяване в периода на юношеството. Изследвани са и връзките между времето на пребиваване в интернет и проявените нива на обща самооценка, самоуважение и самоподценяване. Според констатираните данни лицата, които демонстрират високи нива на обща самооценка пребивават в интернет най-продължително време – пет или повече часа на ден. Най-кратко пребивават в интернет лицата, които демонстрират високи нива на самоподценяване. Това пребиваване е епизодично или един-два пъти седмично. Получените емпирични данни са информативни за факта, че продължителният престой в интернет, констатиран при юношите с високи нива на самооценка, крие рискове от формиране на интернет зависимо поведение.

**Ключови думи:** виртуална среда, самооценка, юношество

## RESEARCH ON THE CONNECTION BETWEEN TIME SPENT ON THE INTERNET AND THE SELF-ESTEEM EXPRESSED DURING ADOLESCENCE

© 2019

Slavcheva-Andonova Gergana Vasileva, PhD, Chief Assistant

Plovdiv University „Paisii Hilendarski“

(4000, Bulgaria, Plovdiv, bld. „Bulgaria“ №324, e-mail: slavcheva@uni-plovdiv.bg)

**Abstract.** A number of recent studies have proven that self-esteem is an important personality trait that affects satisfaction with one's life and mental health. This influence is very pronounced in adolescence. This article analyses the connection between time spent in the virtual internet environment and self-esteem expressed during adolescence. The study was conducted among 312 adolescents between the age of 14 and 17, from different cities in the country. The applied research methodology: *A Scale for the study of general self-esteem* [8] provides an opportunity to analyse the characteristics of general self-esteem and the manifestations of self-esteem and self-underestimation in adolescence. The connection between time spent on the Internet and the levels of general self-esteem, self-respect and self-underestimation were also examined. According to the findings, individuals who exhibit high levels of general self-esteem spend the longest time on the Internet - five or more hours per day. The persons who demonstrate high levels of self-underestimation are those who spend the shortest time on the Internet. This time is episodic or once or twice a week. The empirical evidence obtained is informative of the fact that prolonged time spent on the Internet, found in adolescents with high levels of self-esteem, carry the risks of forming Internet-dependent behaviour.

**Keywords:** virtual environment, self-esteem, adolescence

## ИССЛЕДОВАНИЕ ОТНОШЕНИЙ МЕЖДУ ВРЕМЕНЕМ ПРЕБЫВАНИЯ В ИНТЕРНЕТЕ И САМООЦЕНКОЙ В ПЕРИОД ЮНОШЕСТВА

© 2019

Славчева-Андонова Гергана Василева, PhD, главный ассистент

Пловдивский университет им. „Паисий Хилендарски“

(4000, Болгария, Пловдив, бул. „Болгария“ №324, e-mail: slavcheva@uni-plovdiv.bg)

**Аннотация.** Ряд современных исследований доказывают, что самооценка является важной личностной характеристикой, которая влияет на удовлетворенность жизни, а так же на психическое здоровье. Это влияние сильно проявляется в периоде юношества. В этой статье анализируются отношения между временем пребывания в виртуальной среде интернета и самооценкой, которая проявляется в период юношества. Исследование проведено с 312 юношами в возрасте с 14 по 17 лет с разных городов страны. *Шкала исследования глобальной самооценки* [8] дает возможности анализировать характеристики общей самооценки и проявление самоуважения и самоутверждения в период юношества. Так же проведено исследование отношений между временем пребывания в интернете и проявлением общей самооценки, самоуважения и самоутверждения. На основе полученных результатов лица, которые показывают высокий уровень общей самооценки, пребывают в интернете в порядке 5-и или более часов. Самое короткое по времени пребывание в интернете демонстрируют лица, у которых высокий уровень самоутверждения. У них пребывание эпизодическое или проявляются раз-два в выходные дни. Полученные эмпирические результаты являются только информативными по отношению того факта, что продолжительное пребывание в интернете проявляется у юношей с высоким уровнем самооценки скрывают формирование у них интернет зависимого поведения.

**Ключевые слова:** виртуальная среда, самооценка, юношество

През последните десетилетия виртуалната среда на интернет промени качествено не само информационно-то и комуникационното пространство на планетата, но и създаде нови траектории за развитие на междуличностните връзки и изява на хората. За съвременната психологическа наука провокативните въпроси са свързани с необходимостта да се анализират онези характеристики на виртуалната среда, които я правят привлекателна за децата и юношите на XXI век. Тази необходимост е породена от факта, че при децата и юношите се наблюдава

дава все по-продължителен престой в интернет.

В настоящата статия се анализират връзките между времето на пребиваване във виртуалната среда на интернет и самооценката, изявена в периода на юношеството.

Редица съвременни изследвания доказват, че самооценката е важна личностна характеристика, представяща готовността за гъвкавост на индивида, с цел контрол и постигане на съответствие със средата [2], [16], [17]. Множество научни данни също така доказват, че самооценката е свързана и влияе директно върху удовлетворе-

ността от живота и върху психичното здраве [11], [20], [5], [6], [14].

При юношите на XXI век самооценката се изгражда чрез изяви както в реалната среда, в която те израстват и се социализират, таки и чрез изяви във виртуалната среда на интернет. За това способстват особеностите на юношеството, като период на преход между детството и зрелостта, и качествените характеристики на интернет, които се съдържат и се изразяват чрез виртуалността.

Психологически доказан факт е, че юношеството е период и на ярко изразени когнитивни промени. Според Пиаже юношеството е периода на последния стадий в когнитивното развитие и завършва със способността за логическо мислене. Мисленето чрез формални операции се характеризира със способността да се формулират хипотези, да се мисли абстрактно и систематично, и да се извличат закономерности. Формалните операции се отнасят до възможни преобразувания на реалността. Мисловните операции добиват своята независимост от предметите, за които се отнасят. Наблюдава се интерес към философия, политика, правосъдие и индивидуална свобода, религия, идеология, и т.н. Изявяват се размисли за идеалите и бъдещето. Това е свързано с изявите на интелекта в сферата на морала. Едно от твърденията на Пиаже е, че в подрастваща възраст се проявява егоценетризм при формиране на личността и отношението към света. Подрастващите имат възможност да концептуализират мисълта на другия. Новото им равнище на мислене им дава основание да предполагат, че техните мисли и действия са интересни за другите хора. Те стигат до заключението, че другите са възхитени от тях или пък са критично настроени. Много от подрастващите започват страстно да критикуват съществуващата политическа, социална и религиозна система, опитвайки се да построят собствени, често щателно разработени системи – явление също свързано с развитието на способността за формално операционално мислене. Страстната загриженост на подрастващите за недостатъците на техните родители, съществуващите социални порядки и създаването на собствени „плодотворни“ теории е свързано не с конкретни дела, а с разсъждения [13]. Възможно е това да е свързано с факта, че даденият етап от когнитивното развитие все още да не е навлязъл органически в поведението. Повечето изследователи са съгласни, че началото на юношеството не сигнализира появата на напълно развита мисъл на формалните операции.

Социалните преходи са в унисон с физическите промени в пубертета и се фокусират върху такива разнообразни области като личностна идентичност, независимост, полови роли, морален кодекс, ценности и постижения. Повечето специалисти са съгласни, че конструктът за идентичността повече от всеки друг, изглежда, интуитивно улавя някои от най-важните промени, които се появяват по време на юношеството. Идентичността включва усещане за индивидуалност, тъждественост и цялостност, единство и синтез на опита и социална солидарност [3].

В проведено изследване с 523 български юноши Байчинска и колеги установяват, че доминиращи са статусите „мораториум“ и „дифузия“ над изградената и предришената идентичност, като при преобладаващата част от юношите доминира т.нар. „недиференциран мораториум“. В съдържателен план недиференцираният мораториум се интерпретира като опити от страна на юношите да скъсат с приетите ценности и цели, и да започнат да определят сами ролите, нормите, и ценности, с които ще се идентифицират [1].

В съвременното общество юношите се сблъскват с явление, наречено възрастова сегрегация [4]. Това явление е свързано със своеобразна отдалеченост както от по-малките деца и от техните проблеми, така и от възрастните. Така на практика юношите се оказват в ситуация на бездействие, прекарвайки дълги часове откъснати от основните видове дейности, обичай и задълже-

ния, характерни за обществото. Разбира се, юношеската сегрегация не е всеобщо явление, тъй като голяма част от юношите се оказват ангажирани с по-младите си братя и сестри, и с многобройни дейности, помагайки на родителите си, или работят след училище, като по този начин се сблъскват със света на професионалните дейности и отговорности.

В обществото на напредналите технологии, където сложните дейности се изпълняват от възрастните, юношите съхраняват зависимото си положение за дълъг период от време. В болшинството от случаите за тях е достъпна такава работа, която не е интересна по съдържание и не е атрактивна по заплащане. Поради тази причина някои учени са склонни да приемат юношеството като период на ограничени права и възможности, и строго предписани роли.

Преходният характер на възрастта поставя юношите пред множество жизнени избори, което повишава възможностите както за прогрес, така и за регрес. Е. Ериксън обозначава тази ситуация на жизнен избор с понятието „психосоциална криза“, като обаче го освобождава от патопсихологичния му оттенък и го свързва с реалните възможности за развитие на личността. В този аспект кризата на идентичността се обозначава като решаващ момент, когато развитието трябва да поеме определен път, обединявайки ресурсите за израстване и по-нататъшна диференциация. Успешното преодоляване на психосоциалната криза на юношеството е необходимо условие за израстването на Аз-а [3]. То е свързано със субективното усещане за щастие и собствена ефективност, и в голяма степен определя психосоциалната сила, необходима за разрешаване на противоречията в следващите стадии.

Намирането на положителна идентичност не е единственият проблем, пред който се изправят юношите. Освен с вътрешния сблъсък със самите себе си, те трябва да се справят и с големите промени във взаимоотношенията с родителите и връстниците. Това са базисните междуличностни взаимодействия в юношеска възраст, осигуряващи психологически комфорт и адекватна самооценка. Проявлението на чувството за идентичност е в много голяма степен обусловено от утвърждаването сред връстниците.

В много от анонимните си изповеди в сайтове на интернет, юноши споделят, че са имали периоди, в които са се чувствали болезнено самотни и че интернет им е помогнал да намерят нови приятели. Особеностите на виртуалната среда на интернет, свързани с нейната неопределеност, невидимост на субекта, значително разнообразие на дейностите и възможностите за изяви и общуване, позволяват поведението в интернет да се определя повече от личността, отколкото от социалните очаквания. В собствени емпирични изследвания, [10], [19] установихме, че при съвременните юноши трайно се наблюдава тенденцията за увеличаване на времето, през което те пребивават в интернет. Тази тенденция налага детайлизация на научните данни, свързани с изследване на връзките между времето на пребиваване в интернет и формиращите се личностни характеристики в периода на юношеството.

#### *Емпирично изследване*

В емпиричното изследване си поставяме за цел да анализираме връзките между времето на пребиваване в интернет и самооценката, изявена при юноши на възраст между 14 и 17 години. Изследваната извадка се състои от 312 юноши от различни градове на страната. Изборът в изследването да бъдат включени юноши на възраст между 14 и 17 години е мотивиран от констатираните в няколко български изследвания данни [1], [9], че през този етап от юношеството се наблюдават динамични промени в когнитивното развитие и изграждането на идентичността.

Поставената изследователска цел се реализира чрез следните задачи:

1. Да се изследват нивата на общата самооценка в юношеска възраст.

2. Да се изследват връзките между времето на пребиваване в интернет и проявените нива на общата самооценка в юношеска възраст.

3. Да се изследват връзките между времето на пребиваване в интернет и проявените нива на самоуважение в юношеска възраст.

4. Да се изследват връзките между времето на пребиваване в интернет и проявените нива на самоподценяване в юношеска възраст.

#### Изследователски методи

1. Скала за изследване на глобалната самооценка-български вариант [8] на салата на М. Розенберг (M. Rozenberg) [18] за изследване на общата самооценка. Скалата се състои от десет твърдения, които отразяват специфични характеристики на самооценката и се обособяват в два отделни фактора – *Самоуважение* и *Самоподценяване*, които оформят две самостоятелни субскали. Включените в скалата твърдения са следните: 1. *Мисля, че съм достоен за уважение човек*; 2. *Винаги съм склонен да се възприемам като неудачник*; 3. *Мисля, че притежавам редица добри качества*; 4. *Способен съм да се справя с някои неща не по-зле от другите хора*; 5. *Струва ми се, че няма с какво особено да се гордея*; 6. *Мисля, че се отнасям добре със себе си*; 7. *Като цяло съм доволен от себе си*; 8. *Бих желал да се уважавам повече*; 9. *Понякога съвсем ясно чувствам своята безполезност*; 10. *Понякога си мисля, че за нищо не ме бива*. В зависимост от степента на своето съгласие или несъгласие с всяко от твърденията, изследваните лица избират един от следните варианти на отговори: 1 – „напълно несъгласен”, 2 – „несъгласен” 3 – „съгласен”, 4 – „напълно съгласен”. Субскала *Самоподценяване* включва твърденията с № 2,5,8,9,10. Субскала *Самоуважение* включва твърденията с № 1,3,4,6,7. Методиката позволява да бъдат отчетени три нива (ниско, средно или високо) на глобалната самооценка и на проявите на самоуважение и самоподценяване.

Употребата на *Скалата за изследване на глобалната самооценка* на М. Розенберг (M. Rozenberg), доказва нейната полезност за практиката като инструмент, който в рамките на 10-15 минути, в условията на групово изследване дава възможност за оценяване на общата самооценка и проявите на самоуважение и самоподценяване в периода на юношеството.

2. *Авторска анкетна карта за изследване на времето на пребиваване в интернет*. Времето на пребиваване в интернет се изследва чрез пет равнища: *Рядко; Един-два пъти седмично; Почти всеки ден по един-два часа; Повече от два часа на ден; Повече от пет часа на ден*.

За установяване на зависимости между фактора *Време на пребиваване в интернет* и зависимите променливи *Бал по Скалата за изследване на глобалната самооценка*, *Бал по субскала Самоуважение* и *Бал по субскала Самоподценяване* прилагаме метода кростабулационен анализ. Установяват се стойностите на  $\chi^2$  статистиката при равнища на значимост  $p < 0,05$ .

#### Резултати

1. Констатиран нива на общата самооценка, проявена в юношеска възраст.

Отчита се следното разпределение на данните за нивата на общата самооценка: ниско ниво демонстрират 60 изследвани лица, които представляват 19,2% от изследваните юноши; средно ниво демонстрират 186 изследвани лица, които представляват 59,6% от изследваните юноши; високо ниво демонстрират 66 изследвани лица, които представляват 21,2% от изследваните юноши.

По фактор *Самоподценяване* резултатите са следните: ниско ниво демонстрират 56 изследвани лица, които представляват 17,9% от изследваните юноши; средно ниво демонстрират 203 изследвани лица, които представляват 65% от изследваните юноши; високо ниво демонстрират 53 изследвани лица, които представляват 16,9%

от изследваните юноши.

По фактор *Самоуважение* се констатира следните резултати: 52 изследвани лица, които представляват 16,6% от цялата извадка демонстрират ниско ниво; 193 изследвани лица, които представляват 61,8% от изследваните юноши демонстрират средно ниво; 67 изследвани лица, които представляват 21,5% от изследваните лица демонстрират високо ниво на самоуважение.

Обобщените данни илюстрират, че ниско ниво на самооценка демонстрират приблизително една пета от всички изследвани юноши. Според мненията на специалисти [12], [15], хората с ниска самооценка демонстрират широко разнообразие от дезадаптивни когнитивни, емоционални, мотивационни и поведенчески проблеми. Хората с ниска самооценка са склонни да се самооценяват негативно, доверяват се на негативна и неблагоприятна за тях информация и изживяват широк кръг от негативни емоции, включително тревожност и депресия. Е. Папазова [7] цитира данни според които хората с ниска самооценка подхождат със значима несигурност по отношение на притежаваните от тях позитивни или негативни качества. Те искат да получат потвърждение за своите положителни качества, като в същото време се стремят да избегнат потвърждение на страховете си, че имат и негативни качества. Приблизително 17% от включените в нашето изследване юноши демонстрират ниско ниво на самоуважение, което показва, че те се възприемат като по-малко достойни за уважение в сравнение с другите, смятат, че притежават малко добри качества, мислят, че не се справят достатъчно добре с някои неща в сравнение с другите хора, не се отнасят достатъчно добре със себе си и като цяло са недоволни от себе си. 17% от изследваните юноши демонстрират високото ниво по фактор *Самоподценяване*, което също е индикатор за дефицити при формирането на самоуважение.

2. Резултати от изследването на връзките между времето на пребиваване в интернет и проявените нива на общата самооценка в периода на юношеството.

Установява се наличие на статистически значима зависимост между времето на пребиваване в интернет и нивата на общия бал по *Скалата за изследване на глобалната самооценка* ( $\chi^2 = 30,464$ ;  $p < 0,05$ ). Лицата, които демонстрират високи нива на обща самооценка пребивават в интернет най-продължително време.

Резултатите могат да се тълкуват като илюстрация на факта, че виртуалната среда предоставя разнообразни възможности за изява на собствените личностни качества и способности. В обществото на напреднали технологии юношите, които продължително време пребивават в интернет успешно се справят с предизвикателствата на виртуалната среда и това им дава възможност да се чувстват достойни за уважение, да се възприемат като способни и компетентни личности, да изграждат позитивно отношение към себе си и да се чувстват удовлетворени от собствените си постижения. В едно от мащабните български изследвания, посветени на юношеската самооценка [7] се установява, че общата самооценка си взаимодейства със следните личностни детерминанти – психологичен тип, полово-ролеви ориентации, афективен баланс, психосоциална зрялост, проблемно поведение и субективна възраст. Нашето изследване допълва изследователските данни с факта, че през второто десетилетие на XXI век, общата самооценка е зависима от продължителността на пребиваване на юношите във виртуалната среда на интернет.

3. Резултати от изследването на връзките между времето на пребиваване в интернет и проявените нива на самоуважение в периода на юношеството.

Установява се наличие на статистически значима зависимост между времето на пребиваване в интернет и проявените нива на самоуважение в периода на юношеството ( $\chi^2 = 18,484$ ;  $p < 0,05$ ). Лицата, които демонстрират високо ниво на самоуважение пребивават най-про-



дължително време в интернет. Данните са информативни, че предоставените от виртуалната среда възможности за изживя и развитие на личностни качества и компетентности, се свързва с ежедневен престой във виртуалната среда пет или повече часа на ден. Индиректно даните са информативни, че този продължителен престой пред екрана на свързващото устройство може да породи някои здравословни проблеми и да повиши риска от формиране на интернет зависимо поведение в периода на юношеството.

4. Резултати от изследването на връзките между времето на пребиваване в интернет и проявените нива на самоподценяване в периода на юношеството.

Установява се наличие на статистически значима зависимост между времето на пребиваване в интернет и проявените нива на самоподценяване в периода на юношеството. Лицата, които демонстрират високо ниво на самоподценяване пребивават в интернет най-кратко време. Резултатите са илюстративни относно факта, че липсата на изяви в интернет са свързани с липса на удовлетвореност от собствените личностни качества и постижения.

*Изводи:*

- При юношите на възраст между 14 и 17 години високото ниво на самооценка е свързано с ежедневен престой в интернет пет или повече часа на ден.

-Тенденцията за негативно оценяване на собствените личностни качества е най-силно изявена при юношите, които пребивават рядко или един-два пъти седмично в интернет.

-Индиректно данните информират, че продължителният престой в интернет, констатиран при юношите с високи нива на самооценка крие рискове от формиране на интернет зависимо поведение.

#### СПИСЪК НА ЛИТЕРАТУРАТА:

1. Байчинска, К., Бакрачева, М., Савова, С. Статуси на психосоциална и национална идентичност, ценности и психично благополучие в юношеска възраст. София, Академично издателство Марин Дринов, 2009.
2. Захариева, Г. Емоционална интелигентност, самооценка и кариерно развитие при млади хора. Автореферат. София, СУ „Св. Климент Охридски“, 2018.
3. Ериксън, Е. Идентичност: младост и криза. София, Рива, 2013.
4. Крайг, Г. Психология развития. Москва, Питер, 2000.
5. Минев, М., Савов, С. Самооценка и социална тревожност при юношите. Осми научен конгрес по психология – София, 3-5.11. – 2017г. Сборник научни доклади, 2017.
6. Минев, М. Самооценка и психопатологични симптоми в юношеска възраст. Автореферат. Стара Загора, Медицински факултет на Тракийски университет, 2018.
7. Папазова, Е. Личностни характеристики и социални проблеми в юношеството. София, Емайви Консулт, 2013.
8. Пенева, И., Стоянова, С. Адаптация на скалата на М. Розенберг за изследване на глобалната самооценка. Сборник доклади от десета международна научна конференция „Приложна психология и социална практика“, ВСУ „Черноризец Храбър“, Варна, Т.2, 2011.
9. Силгиджиян, Х. Аз-концепция и психосоциална идентичност. София, Наука и изкуство, 1998.
10. Славчева, Г. Изследване на взаимовръзките между времето на пребиваване в интернет и проявите на личностна тревожност при юношите. Българско списание по психология, Бр. 1-3, 2014.
11. Baumeister, R., Campbell, J. Krueger, J., Vohs, K. Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4, 2003. <http://dx.doi.org/10.1111/1529-1006.01431>.
12. Brown, J., Dutton, K. The thrill of victory, the complexity of defeat: Self-esteem and people's emotional reactions to success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology* № 68, 1995.
13. Conger, J., Galambos, N. *Adolescence and youth: Psychological Development in a Changing World*. New York, Longman, 1997.
14. Johnson, M., Galambos, N., Paths to intimate relationship quality from parent-adolescent relations and mental health. *Journal of Marriage and Family*, 76, 2014. <http://dx.doi.org/10.1111/jomf.12074>.
15. Kerns, M., Brocker, J., Frankel, B. Self-esteem and reactions to failure: The mediating role of overgeneralization. *Journal of Personality and Social Psychology*, № 57, 1989.
16. Kuster, F., Orth, U., Meier, L. High self-esteem prospectively predict better work conditions and outcomes. *Social Psychological and Personality Science*, 4, 2013. <http://dx.doi.org/10.1177/1948550613479806>.
17. Mund, M., Finn, C., Hagemeyer, B., Zimmermann, J., Neyer, F. The dynamics of self-esteem in partner relationships. *European Journal of*

*Personality*, 29, 2015. <http://dx.doi.org/10.1002/per.1984>.

18. Rozenberg, M. *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press, New York, 1965.

19. Slavcheva-Andonova, G. Psychological characteristics of internet use of modern adolescence. 13<sup>th</sup> International Technology, Educational and Development Conference. Valencia, Spain, INTED, 2019. <https://library.iated.org/publications/INTED2019>.

20. Trzesniewski, K., Donnellmann, M., Moffitt, T., Robins, R., Poulton, R., Caspi, A. Low self-esteem during adolescence predicts poor health, criminal behavior, and limited economic prospects during adulthood. *Developmental Psychology*, 42, 2006. <http://dx.doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.381>.