

БЪЛГАРСКА АДАПТАЦИЯ НА СКАЛАТА ЗА СЕБЕОСЪЗНАТОСТ НА ФЕНИГСТЕЙН, ШАЙЕР И БЪС

Маргарита Дилова*

Българският превод на скалата за себеосъзнатост на Фенигстейн, Шайер и Бъс (Fenigstein, Scheier & Buss, 1975) беше изпробван върху 246 изследвани лица. Субскалите „публична себеосъзнатост“ и „социална тревожност“ показаха добра надеждност, но не и субскалата „лична себеосъзнатост“. Дискриминантната валидност на трите субскали беше потвърдена, като беше показано, че всяка от тях корелира с различен аспект на самооценката. В съответствие с част от предишните изследвания, факторният анализ разкри пет измерения на скалата – две на личната себеосъзнатост (саморефлексия и осъзнаване на вътрешните състояния), две на публичната себеосъзнатост (осъзнаване на стила и на външния вид) и социална тревожност. Тези измерения обаче не формират надеждни субскали.

През 1975 година Фенигстейн, Шайер и Бъс конструират въпросник, предназначен да измерва индивидуалните различия в склонността към себенаблюдение и себеанализ (Fenigstein et al., 1975). Авторите са подтикнати към това от съображението, че тези различия са твърде важни за психотерапевтичната работа в клиничната психология. От една страна — себеанализът обикновено е средство на терапевтичния процес, а повишаването на способността за себеанализ — една от целите на този процес. От друга страна, прекомерното занимаване със собствената

* Доц. д-р Маргарита Дилова — Департамент по когнитивна наука и психология към НБУ

Адрес за контакти: dilova@abv.bg

личност (хиперрефлексията) може да бъде психичен проблем, който да изисква терапевтично третиране. При всички случаи един психометричен метод, който да покаже колко силна е склонността към себеанализ, би бил полезен за терапевта.

Друг подтик за разработването на въпросника идва от публикуваната малко преди това теория за обектното себеосъзнаване на Дювал и Уиклънд (objective self-awareness theory — Duval & Wicklund, 1972). Тази теория обобщава и осмисля множество интересни данни относно експерименталното засилване на вниманието към собствената личност чрез насочващи стимули като огледала, камери или присъствие на наблюдатели. Тази експериментална манипулация има такива важни ефекти като по-ясно и по-точно себевъзприемане, засилване на Аз-участието в дейността и на нормативното поведение. Фенигстейн и сътрудници проверяват хипотезата, че съществува консистентна тенденция (черта) на личността да насочва своето внимание към себе си, която те наричат self-consciousness (себеосъзнатост) за разлика от състоянието self-awareness (себеосъзнаване).

Скалата включва твърдения относно това доколко човек размишлява за своето минало, настояще и бъдеще, обръща внимание на своите чувства, дава си сметка за своите достойнства и недостатъци, мисли върху това как изглежда и как го възприемат другите. Чрез факторен анализ на тези признаци се установява, че могат да се разграничат три вида себеосъзнатост: лична (private) и публична (public) себеосъзнатост и социална тревожност. Съответно методът се разделя на три субскали. Личната себеосъзнатост представлява склонност към себенаблюдение и себеанализ, публичната — внимание към начина, по който другите те възприемат и се отнасят към тебе, а социалната тревожност — преживяване на дискомфорт в присъствието на други хора. Според авторите първите два фактора се отнасят до процеса на фокусиране на вниманието върху себе си, а социалната тревожност е реакцията на този процес. Публичната себеосъзнатост те свързват с концепцията на Мийд за възприемането на гледната точка на другите и на себе си като социален обект. Както потвърждават и последвалите проучвания, личната и публичната себеосъзнатост корелират слабо до умерено (0,23—0,50), т.е. те действително се очертават като два различни вида внимание към себе си. Социалната тревожност корелира слабо само с публичната себеосъзнатост.

Окончателният вариант на скалата се състои от 23 айтема — 10 за лична себеосъзнатост, 7 за публична и 6 за социална тревожност (вж. табл. 1). Както изследванията на Фенигстейн и сътрудници, така и покъсните изследвания на други автори установяват ре-тест надеждност на трите субскали в рамките на 0,75—0,85, което подкрепя хипотезата за склонността към себенаблюдение като устойчива личностна черта