

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

Маргарита Дилова¹, Албена Трайкова и Инна Маноилова

Български превод на скалата за себеосъзнатост на Фенигстейн, Шайер и Бъс (Fenigstein, Scheier & Buss, 1975) беше изпробван върху 358 изследвани лица. Българските изследвани лица имат същите средни стойности по субскалите „лична себеосъзнатост“, „публична себеосъзнатост“ и „социална тревожност“, както в първоначалната извадка. Но факторният анализ на скалата разкри две форми на лична себеосъзнатост, които до голяма степен съответстват на съобщаваните в литературата – „себерефлексия“ и „осъзнаване на вътрешните състояния“. Последният фактор ние нарекохме „себепознание“, тъй като включва и осъзнаването на това как човек изглежда в очите на другите. Себепознанието се оказва положително свързано с равнището на себеоценката, докато всички останали субскали – отрицателно.

Ключови думи: себеосъзнатост, себеоценка

Увод

През 1975 г. Фенигстейн, Шайер и Бъс конструират въпросник, предназначен да измерва индивидуалните различия по една личностна черта, която те наричат себеосъзнатост (self-consciousness). Нейната същност е склонността към себенаблюдение и себеанализ (Fenigstein et al., 1975). Подтик за тази разработка е публикуваната малко преди това теория за обектното себеосъзнаване на Дювал и Уиклънд (objective self-awareness theory – Duval & Wicklund, 1972). Теорията демонстрира и обобщава 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,

¹ д-р Маргарита Дилова – доцент по психология в Нов български университет
Адрес за контакти: : dilova@abv.bg

засилване на его-включването в дейността и на нормативното поведение. Фенигстейн и сътрудници проверяват хипотезата, че съществува устойчива тенденция (черта) на личността да насочва вниманието си към себе си и наричат тази черта „себеосъзнатост“, за да я разграничат от състоянието на себеосъзнаване (self-awareness).

Авторите изтъкват, че индивидуалните различия в себеосъзнатостта биха били твърде важни за психотерапевтичната работа. 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 личност, което Виктор Франкъл (2001) нарича хиперрефлексия, може също да бъде психичен проблем, който да изисква терапевтично третиране. При всички случаи един психометричен метод, който да покаже колко силна е склонността към себенаблюдение и себеанализ, би бил полезен за терапевта.

Скалата за себеосъзнатост 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), публична (public) себеосъзнатост и социална тревожност. Съответно, методът се разделя на три субскали. Личната себеосъзнатост представлява склонност към себенаблюдение и себеанализ, публичната – внимание на личността към начина, по който другите я възприемат и се отнасят към нея, 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. Изследванията показват, че 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 по-късните изследвания на други автори установяват ре-тест надеждност на трите субскали в рамките на 0,75 – 0,85, което подкрепя хипотезата за себеосъзнатостта като устойчива личностна черта (Fennigstein et al., 1975; Burnkrant & Page, 1984; Mittal & Balasubramanian, 1987 и др.).

През изминалите 35 години със скалата за себеосъзнатост са проведени много изследвания. Тя е преведена и адаптирана на редица езици – холандски, френски, немски, полски, португалски, шведски, японски, турски, естонски (виж например Realo & Allik, 1998).

Дискриминантната валидност на личната и публичната себеосъзнатост е демонстрирана добре в различни корелативни и експериментални из-