

Осознание ответственности — это, прежде всего, отражение в субъекте бытия социальной необходимости, т.е. понимание смысла совершаемых действий и последствий.

В итоге атрибуция ответственности порождается жизненной необходимостью оценивать результаты деятельности, а также определять уровень успеха или неудачи, налагать взыскания и так далее. Ответственное поведение личности связано, главным образом, с ситуативными, когнитивными факторами. Позитивные формы поведения управляются чаще всего «личными нормами», определяемыми как самоожидания индивида, возникающие из социально разделяемых норм.

Следовательно, какие бы ни были многомерные психологические трактовки понятия ответственности, основной смысловой нагрузкой является внутренняя готовность человека ответить, дать ответ. Поэтому целесообразным является диагностирование установки, диспозиции, отношения человека к ответственности.

*Е.Н. Коробова, Ю.А. Сыченко
Екатеринбург, УрГИ⁵*

Самоотношение как ресурс стрессоустойчивости женщин

В современном обществе актуализировалась проблема гиперответственности женщин на фоне сниженной мужской активности. Множество социальных ролей предоставляется обществом женщинам, и добровольно ими на себя возлагается. Всё чаще можно наблюдать случаи, когда женщина не справляется с взятыми на себя обязательствами. И женщины, может, и хотели бы уже вернуться к истинно-женским функциям, но мужская половина общества уже не в состоянии приступить к исполнению истинно-мужских

⁵ УрГИ - Уральский гуманитарный институт

обязанностей. Наряду с общей стрессогенной ситуацией в обществе, этот факт способствует возникновению у женщин стрессовых состояний.

Актуальность изучения стрессоустойчивости заключается в поддержке и реабилитации женщин, попавших под влияние стресса. Актуальность же темы особенностей самоотношения женщин с разным уровнем стрессоустойчивости состоит в поиске и содействии в формировании внутренних ресурсов стрессоустойчивости.

Гипотеза проведенного нами исследования заключается в следующем: женщины с разным уровнем стрессоустойчивости обладают специфическими характеристиками самоотношения, а именно: для женщин с высоким уровнем стрессоустойчивости характерно позитивное отношение к себе, проявляющееся в самоуважении, аутосимпатии и самопонимании; женщинам с низким уровнем стрессоустойчивости свойственны противоположные тенденции самоотношения.

В исследовании приняли участие 35 женщин в возрасте от 21 года до 57 лет. При отборе испытуемых учитывалось семейное положение (18 женщин состоят в браке, 17 – не состоят).

В качестве инструментария были использованы тест-опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев) и тест самооценки стрессоустойчивости (С. Коухен, Г. Виллиасон).

Представим результаты анализа первичной статистики. Средний показатель стрессоустойчивости, измеренный при помощи методики С. Коухена, Г. Виллиансона – 14,65 баллов, что соответствует удовлетворительному уровню стрессоустойчивости (стандартное отклонение $S=4,29$ баллов).

Данные, полученные с использованием методики В. Столина, С. Пантелеева, показывают, что для выборки в среднем характерно позитивное самоотношение (рис.).

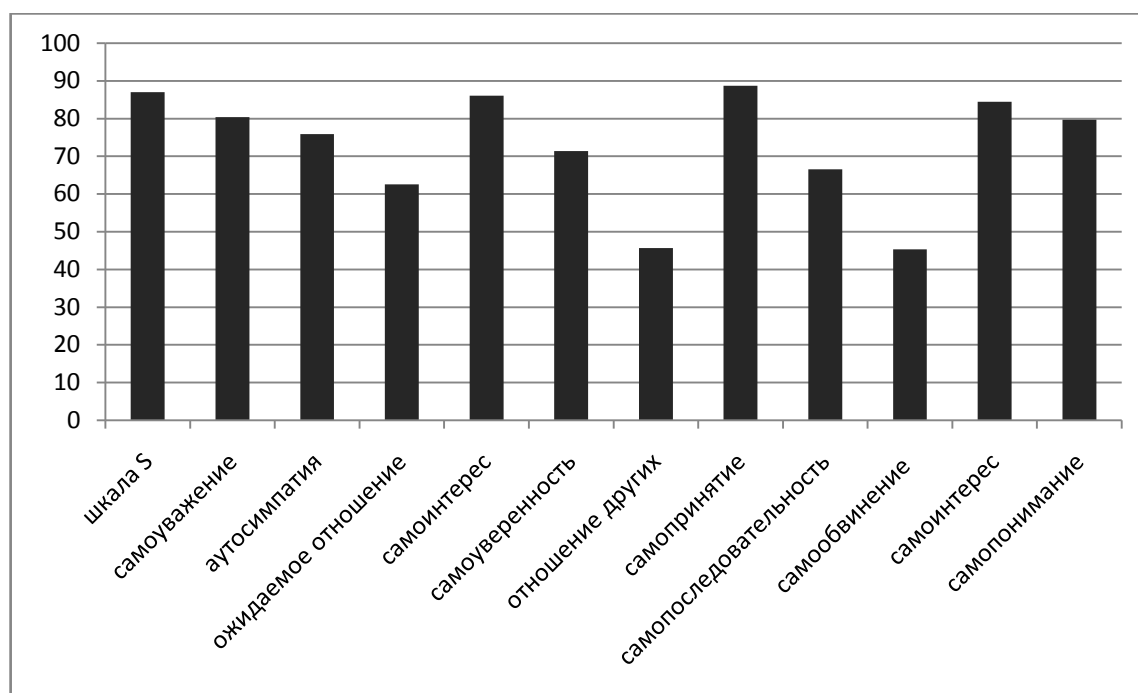


Рис. – Средние показатели шкал теста-опросника самооотношения В.В. Столина, С.Р. Пантелеева

Наиболее явно выражено позитивное самооотношение по шкалам:

- S – глобальное самооотношение, интегральное чувство «за» или «против» собственно «Я» испытуемого (M=87,0; S=10,6);
- самоуважение (M=80,4; S=19,3);
- аутосимпатия (M=75,9; S=18,9);
- самоинтерес (M=86,1; S=18,8);
- самопринятие (M=79,9; S=20,2);
- самопонимание (M=79,7; S=20,2).

По всем названным шкалам показатели превышают 74 стандартных баллов, что свидетельствует о ярком проявлении признака (в интервале от 50 до 74 признак выражен, менее 50 – признак считается не выраженным).

Обращает на себя внимание показатель по шкале «Отношение других» (M=45,7; S=18,3). Учитывая, что нижняя граница позитивного самооотношения по используемой методике составляет 50 стандартных баллов, этот показатель следует считать низким, что свидетельствует о негативных установках по поводу отношения окружающих.

При интерпретации этих данных необходимо сопоставить результаты по двум шкалам – «Ожидаемое отношение от других» и «Отношение других». Первая из них отражает в целом ожидание позитивного или негативного отношения к себе окружающих; вторая измеряет выраженность установки на те или иные действия в адрес «Я» респондента. Таким образом, данные по шкале «Отношение других» связаны с оценкой поведения окружающих по отношению к испытуемому. Мы видим, что женщины, вошедшие в выборку, оптимистичны по поводу отношения общего отношения окружающих, и достаточно критичны в смысле проявления этого хорошего отношения на уровне поведения.

С целью определить наличие связей между самоотношением и стрессоустойчивостью личности мы провели корреляционный анализ результатов методик самооценки стрессоустойчивости и теста-опросника самоотношения. Поскольку распределение данных отличается от нормального, нами был использован непараметрический критерий – коэффициент корреляции r -Спирмена.

Таблица – Результаты корреляционного анализа связей показателей стрессоустойчивости и самоотношения (n=35)

Признак	Самоуважение	Отношение других	Самопонимание
Стрессоустойчивость	-0,332	0,412	-0,434
p	$p < 0,05$	$p < 0,05$	$p < 0,01$

По результатам корреляционного анализа (табл.) видно, что для выборки характерны связи между уровнем стрессоустойчивости и показателями самоотношения (шкалы «самоуважение», «самопонимание» и «отношение других»). При этом по мере возрастания уровня самопонимания и самоуважения, возрастает и стрессоустойчивость ($r=0,434$, $p=0,009$; и $r=0,332$, $p=0,05$ соответственно). Однако, со все более явной установкой на позитивное отношение других людей стрессоустойчивость испытуемых снижается

($r=0,412$, $p=0,014$). Вероятно, чем больше испытуемая ориентирована на мнение окружающих и чем сильнее она демонстрирует уверенность в его позитивности, тем ниже ее стрессоустойчивость.

Таким образом, мы установили, что уровень стрессоустойчивости женщин положительно связан с такими чертами позитивного отношения к себе, как самопонимание и самоуважение, и отрицательно – с ожидаемым поведением окружающих по отношению к себе. Это частично подтверждает нашу гипотезу, поскольку наличие связей между стрессоустойчивостью и самоотношением позволяет предположить, что существуют различия в самоотношении между женщинами с высоким и низким уровнями стрессоустойчивости. Для дальнейшей проверки гипотезы необходимо выявить статистически значимые различия с использованием U-критерия Манна-Уитни.

Практическая значимость проведенного исследования. Общеизвестно, что отношение человека к себе является базовым конструктом личности, оказывает регулирующее влияние практически на все аспекты поведения, играет важнейшую роль в установлении межличностных отношений, в постановке и достижении целей, в способах формирования и разрешения кризисных ситуаций. Положительное самоотношение можно рассматривать в качестве ресурса стрессоустойчивости. В связи с этим можно ожидать, что формирование позитивного самоотношения женщин к себе, повышение уровня самопонимания и самоуважения с одной стороны, и коррекция оценки отношения окружающих с другой, позволят более конструктивно выстраивать межличностные отношения и эффективно разрешать кризисные ситуации.