

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ И СТИЛЕЙ ПРИВЯЗАННОСТИ В МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЯХ СТУДЕНТОВ**

**М. В. Крыжановская**

УО «Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка»

Минск (Республика Беларусь)

Науч. рук. – Е. В. Бондарчук, канд. психол. н., доц.

## **THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND ATTACHMENT STYLES IN STUDENTS' INTERPERSONAL RELATIONSHIPS**

**M. V. Kryzhanovskaya**

Belarusian State Pedagogical University named after Maxim Tank

Minsk (Republic of Belarus)

Scientific adviser – E. V. Bondarchuk, Dr. PsD Associate professor

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме взаимосвязи самооценки и стилей привязанности в межличностных отношениях студентов. Результаты исследования показали, что для большинства студентов характерен адекватный уровень самооценки, т.е. они могут адекватно оценить личностные возможности и потенциал, а также сопоставить их с текущими задачами. В процессе исследования определена доминирующая тенденция безопасной привязанности в отношениях. Выявлена взаимосвязь между самооценкой и стилями привязанности студентов.

**Abstract.** The article focuses to the problem on the correlation between self-esteem and attachment styles in interpersonal relationships of students. The results of the study showed that most students are characterized by an adequate level of self-esteem, i.e. they can adequately assess their personal abilities and potential, as well as correlate them with current tasks. The study identified a dominant tendency towards secure attachment in relationships. The correlation between students' self-esteem and attachment styles was revealed.

**Ключевые слова:** самооценка; студенты; межличностные отношения; стили привязанности; взаимосвязь самооценки и стилей привязанности.

**Keywords:** self-esteem; attachment styles; students, the relationship of self-esteem and attachment styles; interpersonal relationships.

В настоящее время актуальной является проблема взаимосвязи уровня самооценки и стилей привязанности в межличностных отношениях студентов. Изучение данной проблематики имеет большое значение для понимания и улучшения качества межличностных отношений между людьми. Студенческий возраст является периодом активного формирования личности и поиска своего места в обществе. В этот период юноши и девушки часто сталкиваются с проблемами низкой самооценки и неуверенности в себе, что может негативно сказаться на их межличностных отношениях.

Самооценка и стиль привязанности индивида являются важными психологическими конструктами, которые оказывают значительное влияние на выбор поведения и эмоционального отклика в контексте отношений [1]. Самооценка отражает оценку себя как личности (А. И. Липкина), а стиль привязанности воспроизводит типичный способ взаимодействия с близкими людьми (Дж. Боулби). Вопросы определения самооценки, ее структуры, функций, а также влияния на другие сферы жизни обсуждаются в работах отечественных и зарубежных психологов (Л. И. Божович, Л. С. Выготского, М. И. Лисиной; Р. Бернса, У. Джеймса, К. Роджерса и др.).

Самооценка – это индивидуальное оценочное отношение личности к себе, которое базируется на собственных ожиданиях, ценностях, убеждениях и опыте индивида. Она включает в себя оценку своих собственных качеств, способностей, достижений и недостатков. Самооценка бывает как позитивной, так и негативной, а также высокой или низкой. На формирование самооценки оказывают влияние такие факторы, как воспитание, образование, жизненный опыт и социальная среда, в которой прибывает индивид [3].

Самооценка человека оказывает влияние на поведение человека, его эмоциональные состояния, а также на межличностные отношения. При этом большое значение имеет стиль привязанности человека. Неотъемлемый вклад в изучение такого явления, как стиль привязанности, внесли Н. В. Былинская, О. А. Екимчик, И. А. Фурманов; M. D. Ainsworth, D. Bowlby, P. Crittendenets.

Согласно концепции Дж. Боулби, привязанность – отношение к себе и к людям, которое дает (или не дает) чувство защищенности и безопасности. П. Криттенден под привязанностью подразумевает стратегию поведения индивида первоначально с близкими, а в последующем и со всеми окружающими.

Анализ психологической литературы по проблеме взаимосвязи самооценки и стилей привязанности в межличностных отношениях студентов показал, что данная проблема является недостаточно исследованной. Проведенное нами исследование будет способствовать решению этой проблемы.

В исследовании приняли участие студенты дневного отделения УО «Белорусский государственный экономический университет» в количестве 50 человек (25 девушек и 25 юношей), в возрасте от 18 до 25 лет (средний возраст – 21 год) из разных факультетов университета.

В ходе исследования нами применялся психодиагностический метод. В целях проверки гипотезы о наличии взаимосвязи между самооценкой и стилями в работе был применен метод математической статистики (коэффициент линейной корреляции Пирсона). Использовались следующие методики: методика «Шкала самооценки А. Розенберга» (Rosenberg Self-Esteem Scale), адаптированная

С. В. Ковалевым; методика «Шкала взрослой привязанности» («AAS» – Adult Attachment Scale), адаптированная И. А. Фурмановым.

На первом этапе исследования был изучен уровень самооценки студентов с помощью опросника «Шкала самооценки А. Розенберга», адаптированная С. В. Ковалевым. Результаты исследования представлены на рисунке 1.

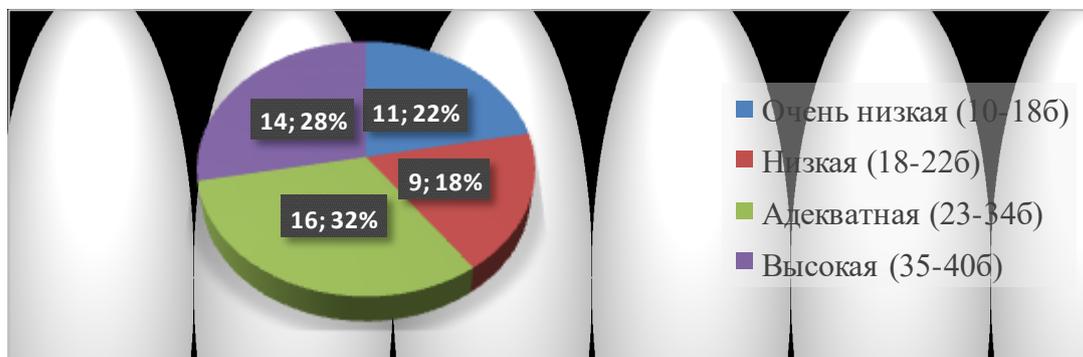


Рис. 1 – Уровни самооценки студентов

Исследование показало, что для большинства студентов БГЭУ свойственен адекватный уровень самооценки. Они оценивают себя с разных сторон, не только лично, но и профессионально, а также умеют адекватно извлекать уроки из трудных ситуаций, стараясь улучшить свои отношения с окружающими. Это связано с тем, что стремление к личностному и интеллектуальному росту является важнейшей характеристикой юношеского возраста.

На втором этапе исследования нами были изучены стили привязанности студентов с помощью методики «Шкала взрослой привязанности», адаптированной И. А. Фурмановым. Результаты исследования представлены на рисунке 2.

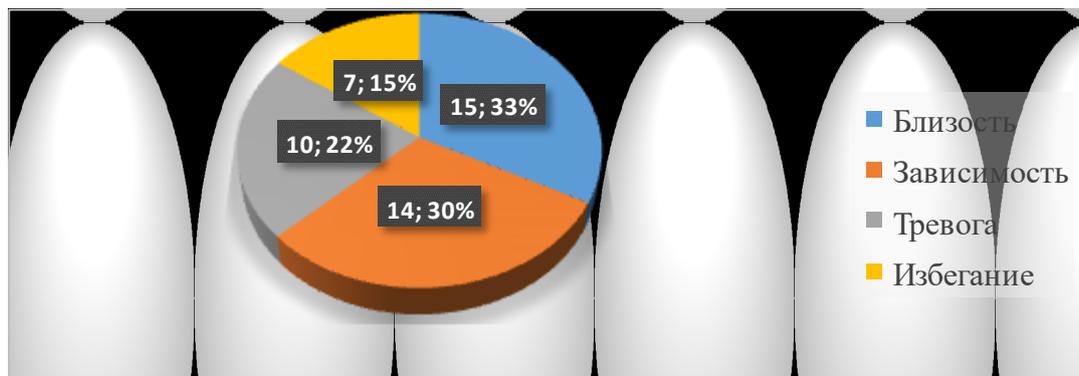


Рис. 2 – Выраженность стилей привязанности у студентов

Представленные выше данные указывают на то, что для большей части студентов БГЭУ свойственен близкий стиль привязанности, который

характеризуется доверительными отношениями, поддержкой и эмоциональным откликом от партнера

**Таблица 1. – Связь самооценки и стилей привязанности в межличностных отношениях юношей и девушек (коэффициент линейной корреляции Пирсона)**

Уровни самооценки (N=50)	Стили привязанности в межличностных отношениях			
	Близость	Зависимость	Тревога	Избегание
Очень низкая	-0,124	-0,179	0,008	<b>0,561***</b>
Низкая	-0,162	-0,095	0,168	0,041
Адекватная	<b>0,336 *</b>	<b>0,328*</b>	-0,175	-0,186
Высокая	-0,074	-0,040	0,088	<b>-0,402**</b>

Условные обозначения: уровни значимости:

\*\*\* -  $p < 0,00001$ ;

\*\* -  $p < 0,01$ ;

\* -  $p < 0,05$ .

Из результатов, представленных в таблице 1, видна связь адекватной самооценки у юношей и девушек с близостью и зависимостью в межличностных отношениях, а также связь низкой самооценки с избеганием. Кроме того, в процессе исследования установлена отрицательная (обратная) корреляционная связь между высокой самооценкой и избеганием.

Анализ корреляционных данных показал, что между самооценкой и стилями привязанности у студентов существует значимая связь. Студенты с адекватной самооценкой в целом имеют более безопасный стиль, но также для них характерен и зависимый стиль привязанности. Безопасный стиль характеризуется уверенностью в отношениях и доверием к партнеру, но в некоторых случаях он может перерасти в зависимый стиль привязанности, для которого свойственна избыточная привязка к партнеру и зависимость от него. Юноши и девушки с более низкой самооценкой в нашем исследовании имеют избегающий стиль привязанности, который характеризуется отчуждением и избеганием близких отношений. Обратная корреляционная связь между избеганием и высокой самооценкой у юношей и девушек означает, что чем выше уровень избегания, тем ниже их самооценка. И наоборот, чем выше уровень самооценки, тем менее выражена склонность к избеганию. Это может означать, что студенты с высоким уровнем избегания в отношениях могут испытывать большую тревогу и неуверенность в своих способностях, что приводит к снижению их самооценки. С другой стороны, юноши и девушки с высокой самооценкой могут быть более

уверены в своих способностях и менее склонны к избеганию, что способствует поддержанию их высокой самооценки. Отсутствие некоторых связей между тревожной привязанностью и самооценкой, возможно, связано с тем, процесс развития личности студентов является не до конца завершенным; к окончанию обучения результаты могут измениться.

Результаты нашего исследования согласуются с результатами исследования А. Э. Вейкмана, Н. В. Сабельниковой, М. В. Сытько; P. N. Hamid, M. Man относительно влияния самооценки и стилей привязанности в отношениях [1; 2].

Таким образом, результаты нашего исследования подтверждают гипотезу о том, что между самооценкой и стилями привязанности существует статистически значимая взаимосвязь. Юноши и девушки с более высокой самооценкой имеют преимущественно безопасный стиль привязанности, потому что они чувствуют себя увереннее в близких отношениях и доверяют своему партнеру. Для них характерен также зависимый стиль привязанности, что может указывать на потребность в подтверждении своей ценности и поддержки личностной стабильности в отношениях, получения дополнительного внимания и повышения самооценки в отношениях. Юноши и девушки с более низкой самооценкой, напротив, часто имеют неустойчивый или избегающий стиль привязанности, так как они испытывают тревогу и неуверенность в близких отношениях.

#### **Библиографические ссылки**

1. Ключикова, Е. С. Роль самооценки в установлении межличностных отношений у студентов [Электронный ресурс] / Е. С. Ключикова, Д. А. Онофрейчук, Д. Д. Киселев // Молодой ученый. – 2019. – № 49. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/287/64851/>. – Дата доступа: 15.03.2023.
2. Вейкман, А. Э. Самооценка студентов-психологов и ее проявление в межличностных взаимоотношениях / А. Э. Вейкман, В. Г. Моисеев // Modern Science. – 2021. – № 4-1. – С. 352–359.
3. Бондарчук, Е. В. Влияние стиля семейного воспитания на самооценку детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс] / Е. В. Бондарчук, И. Г. Локтева // Социальная и психолого-педагогическая помощь семье: опыт, проблемы, перспективы : материалы II Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 8 декабря 2021 г. / Белорус. гос. пед. ун-т ; редкол.: В. В. Мартынова (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2022. – С. 504–508.