

אוניברסיטת בר אילן

הקשר בין מודעות עצמית פרטית וציבורית לבין גיבוש זהות האני בגיל ההתבגרות

יפעת בן דוד (וקנין)

עבודה זו מוגשת כחלק מהדרישות לשם קבלת תואר מוסמך
בבית הספר לחינוך של אוניברסיטת בר אילן

תשע"ה

רמת גן

תקציר

מחקר זה מנסה לבחון את תהליך גיבוש הזהות אצל מתבגרים בהקשר לנטייה למודעות עצמית. אם נתייחס לקשר בין מודעות עצמית לזהות, אזי המודעות העצמית התכונתית, היא נטייה אישיותית למיקוד קשב בעצמי, ואילו זהות האני היא ישות אובייקטיבית העומדת בפני עצמה. זוהי תחושה פנימית של הפרט את ידיעת עצמו, דרכו ומטרותיו בעתיד. השגת הזהות מהווה שלב התפתחותי המתרחש בגיל ההתבגרות.

מיקוד הקשב בעצמי יכול להיות פנימי וחיצוני. המודעות העצמית הפרטית, היא נטייה למיקוד פנימי, שהיא תחושת קשב עם היבטים סמויים של העצמי. המודעות העצמית הציבורית, היא נטייה לחשוב על ייחוס העצמי הקשורים לחשיפה חברתית. המחקר בחן את השלכותיה של המודעות העצמית הגבוהה, הפרטית והציבורית, מתוך ההשערה שהשלכות אלו יכולות להיות קשורות להתפתחותה של זהות בקרב מתבגרים.

מודעות עצמית פרטית גבוהה קשורה להפרעות רגשיות כמו חרדה ודיכאון. אך מצד שני, בעלי מיקוד פנימי גבוה, יכוונו את עצמם לעבר סטנדרטים הנובעים מהגדרה עצמית וזהות. לעומתם, בעלי מודעות עצמית ציבורית מוטרדים ומודאגים ממידת ההערכה של אחרים כלפיהם, והם בעלי סגנון הגנתי וקושי בהצגה עצמית, הנובעת מקונפורמיות. ההשערה היא, שבעלי מודעות עצמית פרטית ייטו לפתח זהות יותר מגובשת, אך ייתכן שההפרעות הרגשיות שקשורות לבעלי מודעות זו יפגמו בתהליך גיבוש הזהות. ואילו בעלי מודעות עצמית ציבורית יתקשו בהשגת זהות מגובשת, מכיוון שהצגתם העצמית תלויה במצבים חברתיים, חיצוניים ומשתנים, שאינם קבועים ויציבים.

מכיוון שישנה התייחסות לבעלי מודעות גבוהה לעומת נמוכה, ההשערה התייחסה להבדלים בין רמותיה השונות של המודעות ביחס להתפתחותה של זהות. ההשערה בחנה גם קשר לינארי בין מודעות עצמית פרטית וציבורית להתפתחות הזהות. כמו כן, בגלל הקשר בין מודעות עצמית פרטית והפרעות רגשיות, כמו חרדה ודיכאון, נבחנה ההשערה שהחרדה מהווה משתנה מתווך בין מודעות עצמית פרטית לגיבושה של זהות.

תוצאות המחקר הראו לגבי ההשערה הראשונה, שנמצאו הבדלים בין קבוצות הרמות השונות של המודעות העצמית הפרטית בלבד, אך ההבדלים נמצאו בין המודעות הגבוהה והבינונית לבין הנמוכה מהממוצע. כלומר, המודעות העצמית הפרטית הגבוהה לא הובדלה משאר רמותיה כפי ההשערה. עדיין בה נמצאו הבדלים, לעומת המודעות העצמית הציבורית שלא נמצאו הבדלים בין קבוצות רמותיה שונות.

בנוסף, תוצאות ההשערה השנייה הראו קשר חיובי וחלש בין מודעות עצמית לזהות, אך קשר חיובי בינוני נמצא בין מודעות עצמית גבוהה לזהות. כלומר, בעלי מודעות עצמית פרטית גבוהה מצליחים יותר להשיג זהות מגובשת. מתוך כך, ההפרעות הרגשיות (כמו החרדה) שהן השלכותיה של המודעות העצמית הפרטית – לא מהוות משתנה מתווך בינה לבין התפתחותה של זהות.

אכן, תוצאות המחקר להשערה השלישית לא הראו שהחרדה מהווה משתנה מתווך בין מודעות עצמית פרטית לזהות. ייתכן שדווקא השלכותיה של המודעות העצמית הפרטית הגבוהה הקשורות לסטנדרטים גבוהים של הגדרה עצמית וזהות – הן אלה שהשפיעו באופן חיובי על התפתחותה של זהות.

מחקר זה התייחס גם למרכיבה השונים של הזהות על פי צוריאל, כאשר בין מרכיבים אלו למודעות העצמית נמצאו קשרים.

נמצא קשר חיובי חלש בין מודעות עצמית פרטית לבין המרכיב סולידריות בזהות האני, המתייחס להכרת הזהות העצמית ותחושה של איזון פנימי, יציבות ותחושה פנימית של המשכיות, למרות השינויים בפרט או במצבי חייו החברתיים.

כמו כן, נמצאו קשרים בין המודעות הפרטית למרכיבים הכרה חברתית וזהות פיזית, העוסקת בהשלמתו של הפרט עם הופעתו החיצונית. קשרים חיוביים נוספים נמצאו בין מודעות עצמית פרטית למשמעותיות המהווה תחושה של משמעות, עניין והשתייכות. נמצא גם קשר למרכיב האמיתיות, שהוא תפיסה של הפרט את עצמו כמתנהג בטבעיות. גורמים אלו תורמים לרווחתו של המתבגר ומעידים על חשיבותה של התפתחות של זהות בגיל ההתבגרות. כמו כן קשרים אלו למודעות העצמית הפרטית מעידים על חשיבות פיתוח הנטייה למיקוד פנימי בעצמי בכדי שתוכל להתפתח זהות מגובשת.

לעומת זאת, נמצאו קשרים שליליים בלבד בין מודעות עצמית ציבורית למרכיביה של הזהות, דבר המעיד על תרומתה השלילית של המודעות העצמית הציבורית להתפתחותה של זהות.

לסיכום, נמצא קשר חיובי נמוך בין מודעות עצמית פרטית לזהות, וקשר חיובי בינוני בין מודעות עצמית פרטית גבוהה לזהות. כמו כן, נמצא קשר שלילי חלש בין מודעות עצמית ציבורית לזהות. בנוסף, נמצאו בהתאמה קשרים חיוביים בין מרכיביה של הזהות למודעות עצמית פרטית, וקשרים שליליים בין מרכיביה של הזהות למודעות עצמית ציבורית, דבר המעיד על קשר עקבי בין המשתנים, והמחזק את השערות המחקר, ואת המסקנה שיש לפתח את הנטייה למודעות עצמית פרטית בקרב בני נוער.