

Z wiekiem jesteśmy bardziej samotni i nieśmiali

14 sierpnia 2017

Dorośli są bardziej nieśmiali i samotni niż młodzież. Poziom nieśmiałości, a zarazem samotności, może wzrastać wraz z wiekiem – wynika z badań prowadzonych na Uniwersytecie im. Kard. Stefana Wyszyńskiego. Samotność wśród młodzieży jest związana z nieśmiałością. Związek ten dotyczy obydwu płci, jednak wśród mężczyzn jest bardziej nasilony.

„Młodzi ludzie rozpoczynający naukę w nowej szkole, szczególnie ci nieśmiali, są narażeni na osamotnienie oraz wycofanie z relacji społecznych. Konsekwencją tego mogą być słabe oceny szkolne, moralna pustka, ucieczki z domu. Z drugiej jednak strony, czas nauki w szkole średniej jest bardzo bogaty pod kątem nawiązywanych przyjaźni oraz życia społecznego” – ocenia Maria Magdalena Kwiatkowska z Uniwersytetu im. Kard. Stefana Wyszyńskiego (UKSW) w Warszawie, tegoroczna laureatka Diamentowego Grantu MNiSW.

Badania przeprowadzone na 247 szesnastolatkach – uczniach klas pierwszych szkół średnich zostały przedstawione w prezentacji pt. „Z głową w piasku – nieśmiałość i samotność wśród młodzieży” na konferencji TYGIEL 2017 „Interdyscyplinarność kluczem do rozwoju”. Uczestnicy zostali zrekrutowani na cele projektu badawczego realizowanego przez UKSW. Osoby badane wypełniły dwa narzędzia samoopisowe: Zrewidowaną skalę nieśmiałości Cheeka i Bussa oraz Zrewidowaną skalę samotności UCLA. Wyniki zostały porównane z rezultatem badań internetowych na grupie 314 osób dorosłych w wieku 18-35 lat.

„Nieśmiałość jako cecha osobowości traktowana jest jako konstrukt jednowymiarowy zbliżony, zarówno na poziomie teoretycznym, jak i empirycznym, do introwersji. W wyniku licznych badań empirycznych nieśmiałość zaczęto wiązać także z

neurotycznością, co wskazywałoby, że mogłaby ona mieć wielowymiarowy charakter” – definiuje badaczka.

Maria Kwiatkowska potwierdziła hipotezę o tym, że zarówno w grupie młodzieży istnieje silny związek samotności i nieśmiałości, jak i w grupie osób dorosłych. Nie potwierdziła natomiast, że młodzież w pierwszej klasie szkoły średniej jest bardziej nieśmiała i samotna niż osoby dorosłe.

Jak się okazało, kobiety są bardziej nieśmiałe i samotne niż dziewczęta, a mężczyźni – niż chłopcy. Wśród chłopców korelacja nieśmiałości i samotności jest bardziej nasilona. W zakresie obu płci dorośli są bardziej nieśmiali i samotni niż młodzież.

Zdaniem Kwiatkowskiej wyniki zaprezentowanego badania mogą być pomocne w pracy psychologów szkolnych i nauczycieli. Specjaliści mogliby wdrożyć do programu nauczania adresowane do osób nieśmiałych warsztaty o charakterze profilaktycznym mające na celu wzmocnienie poczucia własnej wartości i rozwój umiejętności społecznych.

Źródło: NaukawPolsce.PAP.pl