

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ

MODERN PROBLEMS OF PSYCHOLOGY

УДК 159.923

ББК 88.37

К 78

Л.В. Краснова

Кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогической психологии факультета педагогики и психологии Адыгейского государственного университета; E-mail: brumlik@bk.ru

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ДОВЕРИЯ К СЕБЕ У ЗАСТЕНЧИВЫХ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК

(Рецензирована)

Аннотация. Застенчивость в раннем юношеском возрасте негативно влияет на становление субъектности личности, а условием успешного развития субъектности является выраженность уровня доверия к себе. В содержании статьи рассмотрены психологические особенности проявления доверия к себе у застенчивых юношей и девушек как самоценностного отношения личности. В зависимости от уровня выраженности доверия к себе выделены три группы застенчивых испытуемых. Полученные данные позволяют сделать вывод, что застенчивость, являясь системным свойством личности, носит парциальный характер и проявляется не во всех сферах жизни. Поскольку данный возрастной период развития характеризуется становлением субъектных качеств личности, связанных с аутентичностью, самостоятельностью и ответственностью для застенчивых юношей и девушек, необходима психологическая поддержка. В этой связи перспективами данного исследования может стать разработка психокоррекционных программ, направленных на коррекцию уровня выраженности доверительных отношений личности.

Ключевые слова: застенчивость, доверие к себе, юношеский возраст, представление человека о себе, самооценка, психологическая защита.

L.V. Krasnova

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogical Psychology of Faculty of Pedagogy and Psychology, the Adyghe State University; E-mail: brumlik@bk.ru

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF CREDIBILITY TO THEMSELVES AT SHY YOUNG MEN AND GIRLS

Abstract. Shyness at early youthful age negatively influences subjectness of the personality, and a condition of successful development of subjectness is the

level of credibility to itself. The bulk of this paper is about psychological features of manifestation of credibility to themselves at timid young men and girls as self-value attitude of the personality. Depending on the level of credibility to themselves, three groups of shy examinees are allocated. The obtained data allow us to draw a conclusion that shyness, being system property of the personality, has partial character and is displayed not in all spheres of life. Since this age period of development is characterized by formation of the subject qualities of the personality associated with authenticity, independence and responsibility, psychological support is necessary for shy young men and girls. In this regard, development of the psychocorrectional programs directed to correct the level of expressiveness of the trust-based relations of the personality can become prospect of this research.

Keywords: shyness, credibility, youthful age, idea of the person of himself, self-assessment, psychological protection.

Застенчивость является одной из самых распространенных и сложных проблем межличностных отношений, поскольку порожденные ею трудности общения становятся одной из главных психологических проблем личности. Феномен застенчивости широко изучался в русле исследования неуверенного поведения зарубежными психологами [10-12]. Теоретические основы этого феномена еще не получили достаточного освещения в научной литературе, а имеющиеся в практике комплексы психокоррекционных упражнений используются для раскрытия представлений человека о своих возможностях, что расширяет границы представлений о доверии личности к себе.

В отечественной психологии доверие к себе как относительно самостоятельное внутриличностное явление впервые было выделено Т.П. Скрипкиной [9]. Рядом авторов были проанализированы многие техники психотерапии и психокоррекции, и показано, что основной проблемой многих классических направлений психотерапии является коррекция доверия к себе как самооценочного отношения личности [2-4].

Экспериментальное исследование по изучению психологических особенностей проявления доверия к себе у застенчивых юношей и девушек проводилось в течение трех лет (2014-2016) в Адыгейском

государственном университете. В исследовании приняли участие 190 юношей и девушек.

Поскольку для юношеского возраста характерным является особая чувствительность к себе, своему внутреннему миру, поскольку на основе этой рефлексии складывается не только самооценка, но и в целом особое отношение к себе. Одно из наших предположений состояло в том, что застенчивость в раннем юношеском возрасте негативно влияет на становление субъектности личности, а условием субъектности является выраженность уровня доверия к себе. В связи с этим нами использовалась методика, разработанная Т.П. Скрипкиной «Доверие к себе». Методика позволяет выявлять уровень выраженности доверия к себе в десяти различных значимых для жизни сферах: доверие к себе в учебной деятельности; доверие к себе в решении бытовых проблем; доверие к себе в умении строить взаимоотношения с близкими людьми (друзьями); доверие к себе в умении строить взаимоотношения с нижестоящими людьми; доверие к себе в умении строить взаимоотношения с вышестоящими людьми; доверие к себе в умении строить взаимоотношения в семье; доверие к себе в умении строить взаимоотношения с сибсами; доверие к себе в умении строить взаимоотношения с родителями; доверие к себе в умении нравиться представителям

противоположного пола; доверие к себе в умении интересно проводить досуг.

Первоначально нами было сделано предположение, что застенчивость связана с низким уровнем доверия к себе, то есть застенчивые люди не склонны доверять себе. Но эта гипотеза подтвердилась лишь частично. Измерение уровня доверия к себе у застенчивых и незастенчивых студентов показало, что между общим уровнем выраженности доверия к себе у застенчивых и незастенчивых студентов нет значимых различий. При этом в ходе измерения особенностей самооотношения были получены данные, в которых установлено, что у застенчивых студентов по сравнению с незастенчивыми снижено чувство самооценности [5-7]. В этой

связи нами было высказано предположение о том, застенчивость может носить парциальный характер и проявляться у испытуемых в разной степени в различных сферах жизни. Тем более, что детальный анализ данных показал, что в группе застенчивых студентов размах показателей в каждой из жизненных сфер значительно больше, чем в группе незастенчивых студентов. В этой связи нами было предпринято исследование, направленное на выявление различных сфер, где застенчивые студенты чувствуют себя наименее уверенно, что позволяет выйти на выявление типов застенчивых студентов. Для выявления типов застенчивости был проведен факторный анализ, представленный в таблице 1.

Таблица 1

Собственные значения факторов

Факторы	Собственное значение	Общая дисперсия %	Накопленный % общей дисперсии
1 фактор	4,899	44,54	44,54
2 фактор	1,782	16,20	60,74
3 фактор	1,309	11,90	72,64

Проанализировав значение переменных, вошедших в факторы, можно дать им следующие обобщенные названия:

Фактор 1 – семья; Фактор 2 – учеба и досуг; Фактор 3 – иерархические отношения (нижестоящие – вышестоящие).

Таким образом, нами были получены обобщенные сферы жизни, где испытуемые могут чувствовать себя наиболее неуверенно, то есть проявлять застенчивость.

При этом переменная «Доверие к себе в умении строить взаимоотношения в семье» вошла во все три фактора, что говорит об особом вкладе этого вида доверия и его влиянии на все стороны жизни молодежи. Таким образом, можно сделать вывод о том, что застенчивость как качество личности складывается

в семье, под влиянием семейных отношений.

Второй этап типологического исследования заключался в создании трех новых переменных («Факторов доверия»), вычисляемых с помощью следующей формулы на основании факторных нагрузок:

$$\text{Trust 1} = v_{563} * 0,79 + v_{568} * 0,88 + v_{569} * 0,64 + v_{570} * 0,62$$

$$\text{Trust 2} = v_{561} * 0,77 + v_{564} * 0,69 + v_{571} * 0,89 + v_{562} * 0,61$$

$$\text{Trust 3} = v_{562} * 0,71 + v_{565} * 0,52 + v_{566} * 0,83$$

На третьем этапе был проведен кластерный анализ по факторам доверия. Методом «к средних» было выделено три группы застенчивых испытуемых, максимально отличающихся между собой по факторам доверия к себе.

Данная процедура позволила выделить три группы застенчивых

юношей и девушек, отличающихся между собой по факторам выраженности доверия к себе. В первую группу испытуемых вошли юноши и девушки со средневысоким уровнем доверия к себе, во вторую группу вошли испытуемые со средненизким уровнем доверия к себе и в третью группу вошли испытуемые с низким уровнем доверия к себе. При этом уровень доверия к себе в каждой группе испытуемых по-разному выражен в каждой из ранее выделенных жизненнозначимых сфер («Семья»; «Учеба и досуг»; «Иерархические отношения»).

Полученные результаты свидетельствуют о том, что для второй и третьей группы застенчивых юношей и девушек совпадают значения по фактору «Семья», где средние значения значимо ниже, чем в первой группе, а в первой и второй группах застенчивых почти совпадают показатели по третьему фактору «Иерархические отношения». Самый низкий уровень доверия к себе по всем трем факторам в третьей группе застенчивых, а самый высокий – в первой группе испытуемых.

Данные исследования позволяют утверждать, что застенчивость при средневысоком уровне доверия к себе не связана с застенчивостью в семейных отношениях. Следовательно, у этой группы испытуемых застенчивость не формировалась под влиянием воспитания в родительской семье. В этой связи общий

уровень доверия к себе у этой группы застенчивых юношей и девушек является довольно высоким, а потому можно считать, что у этой группы застенчивых субъектные качества личности сформированы в большей мере. По нашему мнению, эти испытуемые попали в группу застенчивых под влиянием фактора национального менталитета. Застенчивость у них проявляется в основном в системе иерархических отношений, можно предположить, преимущественно в отношениях со старшими.

Вывод о традиционном влиянии воспитания в адыгейской культуре, связанной с воспитанием почтительного отношения к старшим, подтверждается также данными второй и третьей группы застенчивых юношей и девушек. В обоих случаях самый низкий показатель доверия к себе в системе иерархических отношений. Но при этом, как уже было показано, вторую и третью группу застенчивых юношей и девушек отличает низкий уровень доверия к себе в области семейных отношений.

Полученные данные о средних значениях уровня выраженности доверия к себе в каждой группе испытуемых сравним с показателями контрольной группы – юношей и девушек, не вошедших в категорию застенчивых, они приведены в таблице 2.

Как видно из таблицы, в первом кластере, то есть в первой группе

Таблица 2

Средние значения переменных в каждом кластере

Кластер	Cluster1 высокий уровень доверия	Cluster2 высокий уровень в учебной деятельности, низкий в семье	Cluster3 низкий уровень доверия	Средние значения у незастенчивых
trust 1 семья	13,0	7,7	7,64	10,319
trust 2 учеба и досуг	17,2	13,5	8,86	14,199
trust 3 иерархические отношения	11,5	10,8	4,65	9,797
количество человек	22	10	12	63

испытуемых, значения фактора «Семья» даже выше, чем в группе незастенчивых, а во 2 и 3 кластерах значительно ниже.

По фактору «Учёба и досуг» в первом кластере показатели также выше, чем средние у незастенчивых, во втором кластере – примерно такие же, а в третьем – ниже. Примерно такое же соотношение по фактору «Иерархические отношения». Теперь опишем по признакам доверия каждую из выделенных групп испытуемых.

Первая группа испытуемых характеризуется довольно высокими значениями доверия к себе. Доверие к себе имеет особенно высокие значения в области учебной деятельности и досуга, в то время как в семье и в особенности в иерархических отношениях уровень доверия к себе несколько снижен. Можно предположить, что в данном случае учебная деятельность и общение с друзьями компенсирует застенчивость в остальных сферах жизнедеятельности. Данную группу застенчивых мы условно назвали «доверяющими себе».

Вторая группа застенчивых характеризуется более низкими значениями доверия к себе во всех сферах, кроме сферы «Иерархические отношения», где значения практически совпадают со средними показателями первой группы. Но при этом видно, что данная группа застенчивых испытуемых в наибольшей степени испытывает застенчивость в ситуациях, связанных с семьей. Самый высокий уровень доверия к себе эта группа испытуемых также проявляет в учебной деятельности и в сфере досуга, однако здесь он ниже, чем у предыдущей группы застенчивых. Данную группу застенчивых испытуемых мы отнесли в группе «среднедоверяющих».

И, наконец, третья группа застенчивых испытуемых имеет самые низкие показатели доверия к себе во всех выделенных обобщенных сферах жизни. Наименее

всего эта группа застенчивых испытуемых доверяет себе в иерархических отношениях. Отметим, что хотя уровень доверия к себе в этой группе испытуемых выражен ниже всего, все же имеются различия его выраженности в разных сферах жизни. И для этой группы испытуемых уровень доверия к себе в наибольшей мере выражен в области учебной деятельности и досуга.

В силу возрастных особенностей, связанных со становлением субъектных свойств личности, сфера учебной деятельности, досуга и общения, где можно проявить самостоятельность и аутентичность, является наиболее значимой, что и проявляется в том, что в данной сфере во всех трех группах застенчивых испытуемых уровень доверия к себе выше, чем в других сферах жизни.

Итак, полученные данные позволяют сделать следующие выводы.

Во-первых, застенчивость хоть и является системным свойством личности, захватывающим все сферы личности, носит парциальный характер и проявляется не во всех сферах жизни.

Во-вторых, в зависимости от уровня выраженности доверия к себе можно выделить три группы застенчивых испытуемых. Первая группа характеризуется сильно выраженным уровнем доверия к себе. Причем можно говорить о гипертрофированном уровне выраженности доверия к себе, так как уровень доверия к себе у этой группы испытуемых выше, чем в контрольной группе. Вторая группа испытуемых имеет средненизкий уровень доверия к себе. И третья группа испытуемых имеет низкий уровень доверия к себе. Следует отметить, что и для второй, и для третьей группы испытуемых характерным является низкий уровень доверия к себе в области семейных отношений. Можно предположить, что низкий уровень доверия к себе у застенчивых юношей и девушек формируется в

семье, а сама застенчивость как системное качество личности формируется в семье и зависит от практики родительского воспитания. Эти данные сочетаются с имеющимися данными, в которых было показано, что доверие к себе как относительно устойчивое качество личности формируется в старшем подростковом возрасте и его формирование определяется уровнем доверительных отношений родителей к подростку.

Проведенное исследование показало, что застенчивые юноши и девушки – это люди со сложными негативно переживаемыми

симптомокомплексами качеств. По нашему мнению, для застенчивых юношей и девушек необходима психологическая и педагогическая поддержка [1; 8], так как данный возрастной период развития характеризуется становлением субъектных качеств личности, связанных с аутентичностью, самостоятельностью и ответственностью. В этой связи перспективами данного исследования может стать разработка психокоррекционных программ, направленных на коррекцию уровня выраженности доверительных отношений личности.

Примечания:

1. Баранникова Е.А., Петьков В.А. Педагогическая поддержка развития личности дошкольников // Культурная жизнь Юга России. 2008. № 2. С. 58-60.

2. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание: пер. с англ. М.: Прогресс, 1986. 424 с.

3. Краснова Л.В. Психологические особенности застенчивости на этапе ранней юности: дис. ... канд. психол. наук. Ростов н/Д, 2007. 168 с.

4. Краснова Л.В. Психологическая характеристика застенчивости в юношеском возрасте // Общество: социология, психология, педагогика. 2016. № 7. С. 36-38.

5. Краснова Л.В. Психосоциальные функции застенчивости // Вестник Адыгейского государственного университета. 2006. Вып. 1. С. 177-179.

6. Красноперова А.Г., Петьков В.А. Педагогическая поддержка профессионально-трудовой социализации студентов колледжа // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3, Педагогика и психология. 2015. Вып. 3(162). С. 71-75.

7. Петьков В.А. Становление субъектной позиции старшеклассника в профессиональном самоопределении // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3, Педагогика и психология. 2011. Вып. 4. С. 53-58.

8. Петьков В.А. Педагогическая поддержка личностного роста подростков в физкультурно-спортивной деятельности // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3, Педагогика и психология. 2013. Вып. 4(129). С. 179-183.

9. Скрипкина Т.П. Психология доверия. М.: Академия, 2001. 264 с.

10. Petkov V.A., Gubanov M.A., Romas T.A. The phenomenon of identity in the context of russian spiritual culture // Общество: философия, история, культура. 2015. № 5. С. 30-35.

11. Cheec J., Buss A. Shyness and sociability // Journal of Personality and Social Psychology. 1981. № 41. P. 330-339.

12. Zimbardo P., Pilkonis P., Norwood R. The social disease called shyness // Psychology Today. 1975. № 8. P. 68-72.

References:

1. Barannikova E.A., Petkov V.A. Pedagogical support of personal development of preschoolers // The cultural life of the South of Russia. 2008. No. 2. P. 58-60.

2. Burns R. Development of self-concept and education: transl. from English. M.: Progress, 1986. 424 pp.

3. Krasnova L.V. Psychological features of shyness at a stage of early adolescence: Diss. for the Cand. of Psychology degree. Rostov-on-Don, 2007. 168 pp.

4. Krasnova L.V. Psychological characteristics of shyness in adolescence // *Society: sociology, psychology, pedagogy*. 2016. No. 7. P. 36-38.
5. Krasnova L.V. Psychosocial functions of shyness // *Bulletin of Adyghe State University*. 2006. Iss. 1. P. 177-179.
6. Krasnopyorova A.G., Petkov V.A. Pedagogical support of professional and labor socialization of college students // *Bulletin of Adyghe State University. Ser. 3, Pedagogy and Psychology*. 2015. Iss. 3 (162). P. 71-75.
7. Petkov V.A. Formation of the subject position of the senior pupil in professional self-identification // *Bulletin of Adyghe State University. Ser. 3, Pedagogy and Psychology*. 2011. Iss. 4. P. 53-58.
8. Petkov V.A. Pedagogical support of the personal growth of teenagers in sports activities // *Bulletin of Adyghe State University. Ser. 3, Pedagogy and Psychology*. 2013. Iss. 4 (129). P. 179-183.
9. Skripkina T.P. *Psychology of trust*. M.: Academia, 2001. 264 pp.
10. Petkov V.A., Gubanova M.A., Romas T.A. The phenomenon of identity in the context of russian spiritual culture // *Society: philosophy, history, culture*. 2015. № 5. С. 30-35.
11. Cheec J., Buss A. Shyness and sociability // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1981. № 41. P. 330-339.
12. Zimbardo P., Pilkonis P., Norwood R. The social disease called shyness // *Psychology Today*. 1975. № 8. P. 68-72.