

УДК 37.013.42:179.9

*С.М. Валявко*  
*А.А. Емельянова*

### **ФЕНОМЕНОЛОГИЯ ЗАСТЕНЧИВОСТИ: КРАТКИЙ ОЧЕРК**

В статі аналізується феноменологічне поняття "сором'язливість", розглядаються різні теорії(соціальні, біологічні, психоаналітичні і т.п.) виникнення даної риси як особистісного конструкта.

**Ключові слова:** емоції, сором'язливість, сором, страх.

В статье анализируется феноменология понятия "застенчивость", рассматриваются различные теории (социальные, биологические, психоаналитические и т.д.) возникновения данной характеристики как личностного конструкта.

**Ключевые слова:** эмоции, застенчивость, стыд, страх.

Социальная компетентность личности уже достаточно долгое время находится в фокусе внимания современной психологии. Среди факторов, влияющих на формирование компетентных качеств, прежде всего, выделяются трудности общения в социуме. Известно, что застенчивость является одной из самых распространённых и самых сложных проблем межличностных отношений. Она порождает массу предательских побочных эффектов. Среди них такие, как проблема знакомства с новыми людьми, отрицательные эмоциональные состояния в ходе общения, трудности в выражении своего мнения, излишняя сдержанность, неумелое представление себя, скованность в присутствии других людей и пр. Застенчивый человек постоянно недоволен собой, реже находит работу, позволяющую задействовать свои реальные способности, медленнее строит успешную карьеру, труднее заводят дружеские и или любовные отношения.

Застенчивость – это явление широко распространенное, поэтому проблемой застенчивости занимались и отечественные, и зарубежные ученые: А.А. Реан, Е. В. Н. Куницына, Л.Н. Галигузова, Ф. Зимбардо, Д. Изард, Ю. М. Орлов, М.Кляйн, Ж. ван ден Брук, Д.Каплан, Т.Л. Шишова и другие.

*В зарубежной литературе* К.Изард, в своей монографии посвященной эмоциям человека, среди девяти фундаментальных эмоций выделяет и подробно рассматривает стыд и застенчивость. Однако он не

дифференцирует понятия, и это создает большие сложности в правильном понимании приводимых им статистических данных и теоретических рассуждений. К. Изард подчеркивает, что для разных людей ситуации, вызывающие стыд, различны. Общей чертой этих ситуаций, является присутствие в них возбуждения и удовольствия. При этом стыд на теоретическом уровне рассматривается как эмоция, а застенчивость – как личностная черта. Подчеркивается, что страх, вина, стыд и застенчивость играют большую роль в человеческих отношениях, в процессах социализации и развития личности [5].

Психоаналитические подходы к застенчивости оперируют сценариями столкновений внутренних сил в терминах механизмов защиты, агрессии, перегруппировки сил. Представители психоанализа считают, что застенчивость формируется при нарушении гармонии между тремя составляющими структуру личности, выделенную З. Фрейдом. Исследователь проблемы Д. Каплан рассматривает застенчивость отчасти как результат ориентации Эго на самое себя (так называемый нарциссизм).

Несколько иную позицию занимает М. Кляйн. Она говорила о том, что застенчивость формируется в процессе преждевременного психологического обособления ребёнка от матери и становления ощущения собственной индивидуальной (1932).

Выдающийся вклад в изучение застенчивости сделал Ф. Зимбардо, который говорил о том, что застенчивость охватывает широкий круг психологических проявлений – от смущения, возникающего иногда в присутствии других людей, вплоть до травмирующей тревожности, полностью нарушающей жизнь человека. Преодолевая свою застенчивость, человек открывает в себе скрытые силы, способность общаться, жить и др. [3,4]. Так же Ф. Зимбардо справедливо отмечает, что все рассуждения психоаналитиков касаются патологической застенчивости. Поэтому вряд ли они могут объяснить возникновение нормальной черты. Трудности изучения генезиса застенчивости связаны с тем, что эта особенность личности близка к боязливости, а смущение – к страху. Поэтому некоторые авторы стараются не пользоваться термином "застенчивость", а говорят о феномене поведенческого торможения или сдерживания (J. Kagan, J. Reznick, N. Snidmann, 1988). Выявлено, что данный феномен устойчиво проявляется с 21 месяца жизни ребенка до 5 с половиной лет [14].

К предпосылкам формирования застенчивости относятся и особенности детско-родительских отношений. По мнению Ф. Зимбардо, одной из причин застенчивости является предпочтение родителями одного ребёнка по сравнению с другими. Другая причина – нежелательность ребенка для родителей. С точки зрения Ж. ван ден Брук, застенчивость – результат воспитания тех ценностей, которые ребёнок усваивает от взрослых [1].

С конца 70-х годов существует клиника застенчивости, соучредителями которой являются Ф. Зимбардо и Л.Хендерсон [16]. Также с 1994 года в Америке функционирует институт застенчивости под руководством Ф.Зимбардо. По данным газеты The New York Times десять миллионов взрослых американцев регулярно страдают от застенчивости такой интенсивности, что ее можно классифицировать как заболевание, именуемое повышенной социальной тревожностью. Таким образом, в изучении феномена застенчивости присутствует и клинический аспект.

**В отечественной психологии** застенчивость как отдельное свойство личности не изучалась так тщательно, как в зарубежной литературе, но всё же удостоилась внимания некоторых авторов.

Л.В.Краснова считает, что феномен застенчивости является одним из самых распространённых и сложных проблем межличностного общения [7]. Т.Л. Шишова писала в своей книге, что: "Застенчивость – лишь маска, за которой скрываются совершенно иные психологические трудности"[11,с.7]. Там же Шишова говорит, что "застенчивость маскирует повышенную ранимость, обидчивость"[11,с.8]. И.Я. Медведева и Т.Л. Шишова отмечали, что "застенчивость это комплекс неполноценности, помноженный на эгоцентризм" [11, с.10]

А.А. Реан считает, что существует связь аутоагрессии личности со способностью/неспособностью к успешной социальной адаптации, с успешностью/неуспешностью межличностного взаимодействия. Уровень аутоагрессии личности отрицательно коррелирует с общительностью и положительно – с застенчивостью [9].

Л.С. Славина, А.А. Реан выделяют эмоциональные переживания детей в межличностных отношениях и их неадекватное реагирование на окружающих [10,с. 60]

В. Н. Куницына считает, что застенчивость – это свойство личности, которое возникает у человека, постоянно испытывающего трудности в определенных ситуациях межличностного неформального общения; проявляется в состоянии нервно-психического напряжения и отличается разнообразными нарушениями вегетатики, психомоторики, речевой деятельности, эмоциональных, волевых, мыслительных процессов и рядом специфических изменений самосознания. Застенчивость наиболее тесно связана со стыдом - эмоцией, возникающей в ситуациях, которые продуцируют социальную тревожность, и имеющей многообразные характерные проявления. На психологическом уровне стыд может вызываться ситуацией, которая фокусирует внимание на "я" или на некотором аспекте "я", который оказывается "несоответствующим". Любое переживание, которое создает у человека чувство неуместного самораскрытия, может вызвать стыд. Кроме обостренного самосознания и специфических черт восприятия себя, стыд сопровождается временной неспособностью мыслить логично и эффективно, а нередко и

ощущением неудачи, поражения, затрагивает сферу мыслительных процессов. Стыд обычно возникает в присутствии других людей, но может возникать и в уединении [8].

Л.И. Катаева утверждает, что "на сегодняшний день в психологии распространена точка зрения, что застенчивость является результатом реакции на эмоцию страха, которая возникает в определённый момент при взаимодействии малыша с другими людьми и впоследствии закрепляется" [6, с.3].

Застенчивость порождает ряд существенных трудностей в общении людей и в их отношениях, поэтому происхождение этой особенности, как и большинства других внутренних психологических проблем человека, уходит своими корнями в детство. Так, например, наблюдения Л.Н.Галигузовой показали, что застенчивость появляется у многих детей уже в 3–4-летнем возрасте и сохраняется на протяжении всего дошкольного детства. Практически все дети, которые вели себя застенчиво в 3 года, сохраняли это качество до 7 лет. Вместе с тем выраженность застенчивости меняется на протяжении дошкольного периода. Слабее всего она проявляется в младшем дошкольном возрасте, резко возрастает на пятом году жизни и сокращается к 7 годам. При этом на пятом году жизни усиление застенчивости приобретает характер возрастного феномена. Выраженность застенчивости здесь, очевидно, связана со становлением новой потребности в общении ребёнка в признании и уважении других людей [2].

Следовательно, в связи с вышеизложенным, можно предположить, что подходы к феноменологии застенчивости различны, что говорит о нехватки целостности в теоретической феноменологии личности застенчивого ребёнка. Многие авторы полагают, что застенчивость связана с такими личностными конструктами как тревожность, агрессивность, обидчивость, демонстративность.

Эти предположения нуждаются в экспериментальном подтверждении, особенно в случаях нарушенного развития. Такая работа поводится на кафедре клинической и специальной психологии Московского городского педагогического университета с 2010 года.

#### **Список використаних джерел:**

1. Ван ден Брук, Ж. Руководство для детей, у которых трудные родители – СПб., Светлячок – Речь, 2001.
2. Галигузова Л.Н. Межличностные отношения ребёнка от рождения до 7 лет. – М., Воронеж, 2001.
3. Зимбардо Ф. Застенчивость, что это такое и как с ней бороться – Пер. с англ. – СПб.: Питер: Питер-пресс, 1995. 2005.
4. Зимбардо Ф. Застенчивость, что это такое и как с ней справиться. – М., Педагогика, 1991.
5. Изард К. Эмоции человека - М., 1978.

6. Катаева Л.И. Работа психолога с застенчивыми детьми. – М, 2004
7. Краснова Л.В. Психологические особенности застенчивости на этапе ранней юности. Автореф. дисс...канд. психол. н, - Ростов – на – Дону, 2007.
8. Куницына В. Н., Казаринова Н. В., Погольша В. М. – Межличностное общение. Учебник для вузов. - СПб, Питер, 2001.
9. Реан, Артур Александрович. Агрессия и агрессивность личности [Текст]/ А.А. Реан. -СПб.: Б.и., 1996.
10. Славина Л. С. Дети с аффективным поведением. – М., 1966
11. Шишова Т. Л. Как преодолеть детскую застенчивость. Застенчивый невидимка. – СПб, Речь, 2007.
12. Henderson, Lynne, & Zimbardo, Philip. (2008). III. Shyness and children: Interaction of genetics and environment. Encyclopedia of Mental Health. Retrieved April 8,2009
13. Jones W.H.; Briggs S.R. & Smith T.G. Shyness: Conceptualization and measurement. International Journal of Psycho-Analysis, 1989, 668-674
14. Kagan, Jerome; Snidman, Nancy; & Arcus, Doreen. (2006). The role of temperament in social development. Annals of the New York Academy of Sciences, 771, 485-490.
15. Kaplan D. On shyness. International Journal of Pscho-Analysis, 1972, 439-453 The New York Times Oct. 20, 1998

The article examines the phenomenology of "shyness", discusses the various theories (social, biological, psychoanalytical, etc.) of a given characteristic as a personal construct.

**Keywords:** emotion, shyness, shame and fear.

*Отримано 20.7.2013*

**УДК 61 (470+571)(092):008+37(477)**

*В.А. Гурський  
Т.В. Гурська*

### **ПРОСВІТНИЦЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ М. ПИРОГОВА В УКРАЇНІ**

У статті аналізуються головні віхи життя та просвітницька діяльність М. Пирогова в Україні у середині ХІХ століття. Зокрема, його науково-педагогічні погляди та їх впровадження під час кураторства у Одеському та Київському навчальних округах.