

ПСИХОСОЦИАЛЬНЫЕ ФУНКЦИИ ЗАСТЕНЧИВОСТИ В ПРЕДСТАВЛЕНИЯХ РОССИЙСКИХ СТУДЕНТОВ

М. Радоев

Сербия, Белград, РУДН

В психологической литературе застенчивость была теоретически рассмотрена и эмпирически исследована как свойство личности и как состояние. Вне зависимости от типа психических явлений, к которому ее относят многие авторы согласны в одном, распространенность застенчивости среди мировой популяции и ее существование на всех этапах развития человечества свидетельствует о немаловажной функции данного явления в филогенезе и онтогенезе человека.

Биологическая функция застенчивости подробно раскрывается в эволюционном подходе. Исследователям данного направления представляется, что застенчивость призвана предупреждать об опасности и активизировать принцип «борьбы или бегства». В эволюционном подходе полагается, что характеристикой человеческого вида является организация в группы и установление иерархии ее членов: таким образом, увеличивается шанс выживания и размножения, а также обеспечивается порядок разделения еды и половых партнеров, за которых существует естественная конкурентность. Социальная тревожность или застенчивость, как полагают исследователи, в данном контексте выполняет роль сигнала об опасности, поступающей от конкурентов (Никитина, Холмогорова, 2011).

Анализ источников показывает, что помимо биологического, функции застенчивости рассматривались на двух других уровнях: психологическом и социальном. Психологические функции

застенчивости личности заключаются в чувствительности к обратной связи и склонности к саморефлексии, что способствует адекватности его самовосприятия, а также во влиянии на развитие познавательных процессов, таких как мышление и воображение (вопреки тому, что застенчивость как состояние отличается торможением познавательных процессов, последующая рефлексия своего поведения может их стимулировать). Среди социальных функций застенчивости исследователи отмечают уделение особого внимания к своему телу и закрепление положительных навыков ухода за ним, что делает застенчивого человека более привлекательным социальным объектом; к тому же, застенчивость делает человека более конформным и не готовым выделяться из массы, что зачастую помогает влиться в группу и, таким образом, способствует реализации социального контакта; она останавливает человека в действиях, которые могли бы грозить его социальному статусу (Краснова, 2006). В психологической литературе существуют и такие рассуждения, в которых застенчивость представляется как механизм защиты от «идеи величия». В частности М.Е.Литвак полагает, что идея собственной исключительности не пропускается в сознание из-за моральных норм, навязываемых обществом, а маскируется в свою противоположность – скромность и застенчивость (Литвак, 1997).

В некоторых зарубежных и российских исследованиях было обнаружено, что немалый процент застенчивых индивидов не стремится преодолеть свою застенчивость (Зимбардо, 2005; Радоев, 2013). В качестве объяснения мы предполагаем, что культурные или гендерные стереотипы влияют на восприятие застенчивости как желательного качества личности. Неосознаваемые убеждения о выгоде застенчивости могут тормозить у человека желание преодолеть данную «проблему общения». Это дает основания предположить, что застенчивость в социальных взаимодействиях может являться инструментом манипулирования людьми и поддержания представления о себе как о хорошем и достойном человеке, поскольку застенчивость в ряде культур связывается с такими качествами, как доброта, скромность и воспитанность.

С целью изучения представления российской молодежи о психосоциальных функциях застенчивости, нами в 2014 году был

проведен опрос, в котором приняло участие 137 испытуемых – студентов различных факультетов РУДН. Средний возраст испытуемых – 19,5 лет; гендерный состав – 105 девушек, 29 юношей и 3 человека, не уточнивших свой пол. В качестве стимульного материала испытуемым была предъявлена модифицированная согласно цели и задачам исследования методика «Незаконченные предложения». Опросник состоял из 4-х незаконченных предложений, каждое из которых выявляет убеждения относительно какой-нибудь стороны психологических или социальных функций застенчивости.

Качественный анализ полученных ответов позволил разделить убеждения студентов на несколько групп, согласно выполнению застенчивостью психологической или социальной функции, а также выделить среди них более конкретные классы убеждений. Итак, анализ ответов на предложение **«Некоторым людям нравятся застенчивые люди, потому что...»** позволил классифицировать убеждения студентов следующим образом: 1) *убеждения относительно застенчивых людей* – 41,2% («они милые», «они тихие», «они скромны», «они надежны», «они интеллигентные», «они добры» и т.д.); 2) *убеждения относительно функции застенчивости для окружающих* – 39,2% («другие чувствуют себя сильными», «на их фоне можно выделиться», «они легко управляемы», «от них не дождешься критики в свой адрес» и т.д.); 3) *убеждения о схожести круга общения застенчивых* – 8,9% («они сами такие»); 4) *другие ответы* (не содержащие конкретных убеждений). Ответы студентов раскрывают, с одной стороны, сильный положительный стереотип о застенчивых людях, и с другой стороны, убеждения о том, что застенчивость одних людей помогает другим выделиться на их фоне и почувствовать себя более уверенно, превосходно. Таким образом, в представлениях студентов застенчивость помогает выстроить социальную иерархию в общении, выделить «сильных» и «слабых», «ведущих» и «ведомых», т.е. выполняет определенную социальную функцию.

Окончания предложения **«Застенчивость может помочь людям...»** можно разделить на четыре группы: 1) *убеждения о психологических функциях застенчивости* – 28,4% («не потерять совесть», «лучше разобраться в себе», «в нужный

момент смолчать», «быть сдержаннее»,...); 2) *убеждения о манипулятивной функции застенчивости – 25,5%* («производить впечатление на других», «расположить к себе», «показаться скромным», «войти в доверие», «в любви», «с любимым»,...); 3) *другие ответы – 27,5%* (не содержащие конкретных убеждений); 4) *отрицательные убеждения о застенчивости* («не может»). Другими словами, застенчивость, с одной стороны, молодежи представляется как средство самоконтроля и защиты своего внутреннего мира, и с другой стороны, как средство манипуляции в общении, которое помогает человеку вызвать симпатию и расположить собеседника, произвести положительное впечатление.

Убеждения о потенциальной манипулятивной функции застенчивости раскрываются и в некоторых ответах на третье незаконченное предложение: **«Когда человек стесняется, окружающие склонны...»**. Все ответы можно классифицировать следующим образом: 1) *убеждения о положительной реакции окружающих – 38,2%* (склонны: «подбадривать его», «поддержать», «раскрепостить», «умиляться», «пытаться расшевелить», «думать, что он скромный»,...); 2) *убеждения об отрицательной реакции окружающих – 52%* («смеяться», «манипулировать», «не замечать его», «подшучивать», «недооценивать», «воспользоваться им»,...); 3) *другие ответы – 4,9%* (недостаточно конкретные). Таким образом, в первом классе ответов отражается видение застенчивости как средства, с помощью которого можно вызвать поддержку и принятие у окружающих, без необходимости, открыто выразить свою позицию, быть активным, хорошо презентировать себя, т.е. выставить себя предметом оценки. Другими словами, активность и тем самым определенная доля ответственности за ход общения передается собеседнику, тому, от кого ожидается «первый шаг». Насколько застенчивое поведение действительно мотивировано желанием вызвать определенную реакцию у окружающих, необходимо проверить эмпирически в более масштабном исследовании. Иной класс ответов, а именно убеждения об отрицательной реакции окружающих, могут указывать на неосознанную установку застенчивых повторить самовоспроизводящийся цикл: застенчивым поведением вызвать

негативную реакцию у других, которая в свою очередь подтвердит негативные убеждения о мире и вновь вызовет соответствующий паттерн поведения.

Последнее предложение в методике относится к минусам или негативным сторонам застенчивости – **«Застенчивость может мешать человеку...»**; здесь были выявлены четыре категории. К ним относятся: 1) *убеждения о негативной роли застенчивости в эмоциональной сфере общения* - 25,5% («в личных отношениях», «знакомиться с людьми», «быть социально активным»,...); 2) *убеждения о негативной роли застенчивости в инструментальной сфере общения* – 31,4% («в ситуациях, которые требуют конкуренции и настойчивости», «добиться успеха», «добиваться целей», «воплощать свои мечты в реальность»,...); 3) *убеждения о связи застенчивости с другими психологическими трудностями* («быть сильным», «реализоваться», «быть откровенным», «принимать решение», «разрешать трудные вопросы»,...); 4) *другие ответы*.

Хотелось бы отметить, что в ходе анализа были обнаружены различия в ответах по гендерному признаку. Среди российских юношей, похоже, устоялся в большей мере отрицательный стереотип застенчивости. Юноши более склонны оценивать застенчивость как ненужную или негативную черту характера, которая вызывает отвержение, неуважение и подсмешку со стороны окружающих (66,7% отрицательных ответов и всего лишь 8,3% положительных). Наоборот, девушки в гораздо большем числе случаев оценили застенчивость как положительную черту, помогающую выстроить межличностные отношения должным образом и вызывающую доверие, симпатию и принятие (44% отрицательных ответов и 42,7% положительных).

Эти различия совпадают с результатами наших предыдущих исследований: застенчивость с сознанием российской молодежи фигурирует в основном как «женское» качество, нежелательное для мужчин, подтверждая таким образом положение о сильных стереотипах женственности/мужественности (Радоев, Каменева, 2014).

Подводя итог анализа убеждений о функциях застенчивости у российской молодежи, можно отметить, что в целом существует некий положительный стереотип застенчивости, она зачастую

представляется студентам как сопутствующая доброте, скромности, т.е. связывается с теми качествами, которые вызывают положительные эмоции и положительную оценку. Однако, есть и другая ее сторона, расценивающаяся как манипулирование, желание вызвать симпатию и расположить собеседника, «войти в доверие». Казалось бы, застенчивый человек действительно «беспомощен» в социальных взаимодействиях, он нуждается в поддержке и подбадривании, однако, можно ли допустить предположение, что от застенчивости обе стороны в социальной ситуации получают определенную выгоду? Застенчивый человек зачастую будет воспринят как интеллигентный, добрый, вдумчивый, обладающий хорошим самоконтролем, ненавязчивый; ему не нужно прилагать особые усилия для установления контакта с другими, так как эта «задача» передана другому. С другой стороны, более «яркие» натуры получают возможность высказаться, выделиться на фоне застенчивых, завоевать статус эмоционального лидера. Двойственность застенчивости отражена не только в социальной, а тоже в психологической ее функции: она помогает человеку защитить свой внутренний мир, продумать, прежде чем действовать, рефлексировать о своем поведении, не входить легко в контакт с людьми, потенциально угрожающими самооценке, и в то же время мешает ему чувствовать себя комфортно и уверенно, действовать и быть инициативным, принимать решения.

Таким образом, перед практикующими психологами стоит задача грамотного выделения плюсов и минусов застенчивости для конкретного человека, на основе которого можно построить коррекционную работу. Это выступает одной из основных идей новейших исследований застенчивости (<http://www.shyness.com/documents/2014/Shyness-and-social-anxiety-HGZ.pdf>). Застенчивость еще раз показывает свое многообразие и комплексность, требующее такого же многомерного и диалектического подхода к исследованию.

Литература:

Зимбардо, Ф. Застенчивость (что это такое и как с ней справиться), М. 2005

Краснова, Л.В. Психосоциальные функции застенчивости//Вестник Адыгейского Государственного Университета, выпуск №1 2006 г. с. 177-179

Литвак, М.Е. Из Ада в Рай: Избранные лекции по психотерапии, Ростов-на Дону, 1997

Никитина, И.В., Холмогорова, А.Б. Социальная тревожность: содержание понятия и основные направления изучения. Часть 2// Журнал «Социальная и клиническая психиатрия», выпуск №1, том 21, 2011 г., с. 60-67

Радоев, М. Особенности застенчивости у российских студентов//Сборник научных статей студентов филологического факультета. Матералы II студенческой научно-практической конференции. Москва, РУДН, 11-12 декабря 2013 г. – М., РУДН, 2013 г. (в печати)

Радоев, М., Каменева, Г.Н. Гендерная идентичность как социокультурная детерминанта застенчивости//Вестник Российского Университета Дружбы Народов, Серия: Психология и педагогика, №2, 2014, с. 50-54

<http://www.shyness.com/documents/2014/Shyness-and-social-anxiety-HGZ.pdf>