

Уралец Виктория Георгиевна

магистрант

НАЧОУ ВО «Современная гуманитарная академия»

г. Москва

ЗАСТЕНЧИВОСТЬ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация: в статье рассматриваются вопросы ситуативной и личностной застенчивости учащихся старших классов, а также представлены результаты экспериментального исследования личностных особенностей подростков с различным уровнем застенчивости.

Ключевые слова: застенчивость, подростковый возраст, аутистичность, интровертированность.

Актуальность проблемы застенчивости в подростковом возрасте заключается в том, что именно данный возрастной период характеризуется повышенным уровнем застенчивости. В этом возрасте усиливается склонность к самонаблюдению, застенчивость, эгоцентризм, снижается устойчивость образов «Я», общее самоуважение и существенно изменяется самооценка некоторых качеств. Подросткам значительно чаще, нежели детям младшего возраста, кажется, что родители учителя и сверстники о них дурного мнения. Они чаще испытывают депрессивные состояния. Между тем, развитие личности в подростковом возрасте предполагает расширение круга общения, кругозора и поведение застенчивого подростка лишает его самого главного и необходимого в жизни – это социального и межличностного общения. А это ведет к замкнутости и одиночеству. Что в свою очередь повышает уровень тревожности и приводит к развитию неврозов и т. д.

Застенчивость и порожденные ею трудности общения являются одной из главных психологических проблем современности в связи с тем, что все большее количество людей проживает концентрировано в городах, где необходимость взаимодействия особенно актуальна. При этом нагрузка на психику в настоящее время определяется высоким ритмом жизни, обилием информации, своеобраз-

зием способов ее приобретения и многими другими обстоятельствами. В неблагоприятных условиях глубоко личностные свойства, такие как застенчивость, аутистичность, интровертированность, могут обостряться и из субъективно ощущаемых трудностей превращаться в объективное препятствие для полноценных личностных контактов.

Как отдельное самостоятельное свойство личности, застенчивость в отечественной психологии практически не изучалась, за исключением нескольких работ И.С. Кона, А.Б. Добровича, В.Н. Кунициной, Н.В. Шингаева, Е.Н. Бойцовой, Л.Н. Галигузовой. В зарубежной психологии следует особо отметить исследования Ф. Зимбардо. Несмотря на разное понимание застенчивости различными авторами, можно выделить общие характеристики в понимании ее генезиса. Это связь застенчивости с самоуважением и самосознанием, эмоциональное переживание собственного смущения и возникновение затруднений при установлении контактов и процессе общения в целом [3, с. 108–121].

Обнаружена также неоднородность проявления застенчивости в различные возрастные периоды. Это связано с тем, что в разные возрастные периоды застенчивость негативно сказывается на формировании возрастных психологических новообразований, вызывая стагнацию их развития. Особо негативно застенчивость влияет на личность в процессе взросления, когда формируется подлинная самостоятельность, аутентичность, способность нести ответственность за свои поступки и свою жизнь в целом [2, с.120–121].

Таким образом, рассмотрение особенностей застенчивости в подростковом возрасте приобретает особую значимость в теоретическом и практическом планах.

Экспериментальное исследование личностных особенностей подростков с различным уровнем застенчивости было проведено на базе МБОУ «СОШ» с. Майское Пригородного района РСО – Алания.

Цель исследования: выявление личностных особенностей подростков с различным уровнем застенчивости.

В исследовании приняло участие 111 человек в возрасте от 13 до 16 лет, проживающих в одном населенном пункте в сходных социально-бытовых условиях. Все участники исследования обучаются в одной школе и являются учащимися седьмых – девярых классов школы. Гендерное распределение составило 49,5% мальчиков и 50,5% девочек. При этом 48,6% участников это дети в возрасте 13 лет и 30,6% в возрасте 15 лет.

Участники исследования по результатам теста «Застенчивость» распределены на четыре группы в зависимости от уровня застенчивости на детей с низким, ниже среднего, средним и выше среднего уровня застенчивости.

Таблица 1

Распределение участников исследования по полу и уровню застенчивости

Показатель	Уровень застенчивости					Итого
	Низ. уровень застенч.	Ниже среднего ур. заст.	Средний уровень застенч.	Выше средн. уров. застенч.	Высокий уровень застенч.	
Мальчики	3,6%	18%	20,7%	7,2%	0%	49,5%
Девочки	0,9%	15,3%	21,6%	12,6%	0%	50,5%
Всего	4,5%	33,3%	42,3%	19,8%	0%	100%

Стоит отметить, что подростков с высоким уровнем застенчивости выявлено не было. Согласно полученным данным 42,3% исследуемых показали средний уровень застенчивости. У 37,8% подростков обнаружили низкий и ниже среднего уровни застенчивости при 19,8% с высоким и выше среднего уровнями. Полученные данные занесены в таблицу 1.

Для дальнейшего исследования средний уровень застенчивости был принят за норму, а подростки со средним уровнем застенчивости отнесены к контрольной группе. Подростков, которые имели высокий и выше среднего уровни застенчивости, отнесли к застенчивым. Согласно полученным данным, застенчивость для девушек присуща в большей степени. Так, доля застенчивых девочек составила 12,6% против 7,2% у мальчиков. Эти результаты мы можем объяснить тем, что типичная женская роль может предполагать наличие таких особенно-

стей как скромность, застенчивость и пр., что обусловлено общественными нормами и культурой данного региона. Так же это может быть обусловлено тем, что скорость развития у девочек и мальчиков различна. У девочек скачок роста и другие биологические изменения происходят раньше чем у мальчиков. В исследуемой группе проявилась тенденция к увеличению уровня застенчивости с увеличением возраста от 13 до 16 лет. Тренд среднего значения показателей полученных по результатам теста «Застенчивость» имеет положительную направленность от 7,09 к 9,33 балла. Далее был проведен сравнительный анализ результатов тестирования застенчивых детей с контрольной группой. Из данной таблицы видно, что уровень застенчивости повышается с возрастом и, согласно полученным данным, пик застенчивости приходится на 14 лет, после чего она начинает снижаться и в 16 лет застенчивость снова приобретает свою актуальность. Мы можем предположить что в первом случае (в 14 лет) повышенный уровень застенчивости объясняется особенностями возраста. А во втором случае окончанием школы, т.е. изменением социальной ситуации, стремлением приобщиться к миру взрослых. В этот период растет чувство социальной ответственности. Этот возраст характеризуется противоречивостью подростков в своих настроениях: с одной стороны их уверенность в своих силах иногда большая, чем это отвечает объективному положению вещей и он борется за то, что ему не под силу. С другой стороны, у него часто возникает состояние неуверенности в себе, и это связано с тяжелыми переживаниями. Все эти обстоятельства заставляют «замкнуться», сделать подростка стеснительным.

Зависимость уровня застенчивости от самооценки проверялась методикой Столина. Рис. 1. В результате чего мы видим снижение устойчивости образа «Я», и то, что «застенчивые» подростки имеют более низкий уровень самоуважения, аутосимпатии, ожидания отношения других, самоуверенности, самопринятия, саморуководства, самоинтереса и самопонимания, чем дети из контрольной группы. И напротив – значительно выше уровень самообвинения.



Рис. 1. Зависимость показателей методики самоотношения
от уровня застенчивости

Таблица 2

Зависимость показателей тестов тревожности, общительности
и мотивации одобрения от уровня застенчивости

	Личност. проявл. тревоги (Дж.Тейлор)	Уров. общительн. (Ряховский)	Шкала оценки мотивац. одобрения (Д. Краун)
Средн. уров. застенч.	24,4	14,1	11,6
Выше среднего уров. за- стенч.	28,2	16,5	11,0

По результатам теста личностного проявления тревоги у исследуемых по методике Дж. Тейлора установлено, что у застенчивых подростков тревожность выше (28,2 балла), чем у подростков со средним уровнем застенчивости. Таким образом, застенчивость можно охарактеризовать как черту характера, проявляющуюся в смущении, тревожности, нерешительности. Интересным оказалось то, что при практически равной мотивации к одобрению, уровень общительности у «застенчивых» оказался выше, несмотря на то, что застенчивость обусловлена интроверсией. Так как застенчивые часто погружены в себя и необщительны,

можно предположить, что в данном случае это своеобразная защитная форма поведения. И это дает повод для дальнейшего исследования этой проблемы.

В целом, проведенные исследования позволили уточнить феноменологию застенчивости у школьников-подростков, выделить наиболее значимые области, в которых она проявляется. На основе полученных данных можно описать обобщенный портрет застенчивого подростка. Как правило, застенчивость сопровождается тревожностью, депрессией, мотивацией к одобрению.

В результате исследования, гипотеза о том, что «застенчивые» имеют более низкий уровень самоуважения, аутосимпатии, ожидания отношения других, самоуверенности, самопринятия, саморуководства, самоинтереса и самопонимания, и напротив, значительно выше уровень самообвинения, нашла подтверждение. Подтвердилось и то, что застенчивость свойственна больше девочкам, чем мальчикам, а так же, что уровень застенчивости увеличивается с возрастом. Однако, застенчивость является не только чреватая проблемами, у нее есть немало положительных сторон. Застенчивость помогает самоусовершенствоваться, облегчает развитие самостоятельности и индивидуальности. Застенчивый человек производит впечатление человека осмотрительного, серьезного. Человека, который анализирует свои поступки.

Список литературы

1. Зимбардо Ф. Застенчивость: Что это такое и как с ней справляться: Пер. с англ. – СПб.: Питер: Питер-пресс, 1996. – 251 с.
2. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (Развитие ребёнка от рождения до 17 лет): Учебное пособие. – М.: Изд-во РОУ, 1996. – 180 с.
3. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М.: Академия, 2000. – 453 с.
4. Психология подростка. Полное руководство / Под ред. А.А. Реана. – СПб.: Прайм-Еврознак; М.: Олма-Пресс, 2003. – 432 с.