

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра психологии личности
наименование кафедры

Особенности ценностного профиля и сферы

наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

самоотношения застенчивой личности

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРА

студента (ки) 4 курса 461 группы

направления
(специальности)

37.03.01 «Психология»
код и наименование направления (специальности)

факультета психологии

наименование факультета, института, колледжа

Качановой Полины Алексеевны

фамилия, имя, отчество

Научный руководитель
(руководитель)

Зав. кафедрой, д-р. психол.
наук, доцент

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Е. В. Рягузова

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

Д-р. психол. наук, доцент

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Е. В. Рягузова

инициалы, фамилия

Саратов, 2023

Введение. Современный мир – мир тотальной неопределенности. Перед современной психологией стоит задача не только проанализировать особенности психического отражения человеком нынешней изменчивой реальности, но и разработать практические рекомендации более эффективной адаптации к миру тотальной неопределенности. Определяя присутствие полноценного контакта с социальной реальностью, как залог личностного развития, мы признаем, что сфера общения была и остается фундаментальной для самореализации личности. Поэтому трудности, возникающие в данной сфере, представляют особый научный интерес из-за своей исключительной важности при анализе процесса формирования и саморазвития личности.

В своем исследовании мы сосредоточимся на изучении такой личностной особенности, как застенчивость, оказывающей значительное влияние на качество общения, и ее внутренних коррелятов в сфере ценностных ориентаций и самоотношения.

Актуальность исследования обусловлена большой распространенностью застенчивости, что вкупе с современной тенденцией к переходу значительной части общения в онлайн-режим, создает необходимость детального анализа внутреннего мира застенчивой личности и определения тех его противоречий, что оказывают влияние на качество межличностного общения.

Цель исследования: выявление особенностей ценностного профиля и сферы самоотношения застенчивой личности.

Объект исследования: личность как субъект самосознания, общения и поведения

Предмет исследования: связь эмоционально-оценочных аспектов самоотношения и ценностных ориентаций с застенчивостью личности.

Гипотеза исследования: существует статистически значимая связь застенчивости личности с ее ценностными ориентациями и определенными эмоционально-оценочными аспектами самоотношения.

Дополнительная гипотеза: существует статистически значимая связь между параметрами социальной ориентации, выступающей основой межличностного поведения, и застенчивостью личности.

Теоретические задачи исследования:

1. Раскрыть содержание системы ценностных установок и ее функциональную роль в сфере самосознания личности.
2. Определить основные трудности общения, особым образом маркирующие межличностное поведение.
3. Выявить специфику застенчивости как особой трудности общения.

Эмпирические задачи исследования:

1. Провести сравнительный анализ ценностных приоритетов в группе застенчивых и незастенчивых людей.
2. Осуществить поиск связей между проявлением застенчивости и ценностными ориентациями.
3. Выявить преобладающий эмоционально-оценочный фон в сфере самоотношения застенчивой личности и его характеристик.
4. Определить специфику социальной ориентации, определяющей межличностное поведение застенчивой личности.
5. Провести сравнительный анализ степени противоречивости межличностного поведения застенчивых и незастенчивых
6. Установить связь между застенчивостью, ценностными ориентациями и эмоционально-оценочными аспектами самоотношения
7. Установить связь между параметрами социальной ориентации и застенчивостью.

Теоретико-методологической базой дипломной работы выступили исследования С. Л. Рубинштейна, К. А. Абульхановой-Славской, Д. А. Леонтьева, В. Э. Чудновского, К. В. Карпинского, В. Н. Куницыной, Ф. Зимбардо, А. Б. Белоусовой и др.

Методы исследования: методы сбора данных – психологический опрос в формате электронного тестирования; методы обработки данных – методы математической статистики – корреляционный анализ, оценка значимости различий в двух независимых выборках.

Методики исследования:

1. Методика исследования самоотношения С. Р. Пантилеева и В. В. Столина
2. Ценностный опросник Ш. Шварца (в адаптации Карандашева В. Н. и Реттгес С. В.)
3. Опросник межличностных отношений У. Шутца (адаптированный А. А. Рукавишниковым)
4. Методика диагностики застенчивости Чечулиной К. С.

Эмпирическая база исследования: выборку составили 86 человек. Преобладающий пол респондентов – женский. Средний возраст респондентов – 22 года.

Объем и структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав: «Характеристика застенчивого человека как субъекта современного общества» и «Эмпирическое исследование ценностных установок и сферы самоотношения застенчивой личности», заключения и списка литературы. Общий объем составляет 83 страницы.

Научная новизна дипломной работы состоит в том, что было проведено исследование, раскрывающее особенности системы ценностных установок и сферы самоотношения застенчивой личности, что в будущих исследованиях позволит разработать комплекс рекомендаций, направленных на гармонизацию внутреннего мира застенчивого человека.

Основное содержание работы. Первая глава была посвящена теоретическому анализу роли системы ценностных ориентаций в развитии личности, разбору основных трудностей общения и описанию застенчивости как психологического феномена.

В первом параграфе, было выяснено, что система ценностей и ценностных установок занимает значительное положение в системе личности, в частности, в сфере самосознания. Однако не все ее компоненты осознаваемы, что может стать причиной развития внутриличностного конфликта на уровне антагонизма ценностных ориентаций. Выбор приоритетных ценностей играет немаловажную роль в формировании направленности личности. И контур ценностной системы, который можно оценивать с разных сторон, вносит значительный формообразующий вклад в профиль личности.

Система ценностей, как и любое другое психическое образование, формируется прижизненно и первостепенное значение в этом процессе имеют сферы деятельности и общения. И разнородные дефекты в одной из этих систем сказываются на всем развитии личности.

Во втором параграфе теоретической части мы обратились к изучению трудностей общения. Определение границ понятия общения позволило определить его как специфический вид коммуникации, связанный с психическим контактом между реальными субъектами и приводящий к их взаимовлиянию, взаимопереживаниям и взаимопониманию.

Причины трудностей общения кроются как в особенностях физиологии, работы нервной системы и психики самой личности, так и специфических характеристиках социокультурной среды.

Существуют следующие виды дефектов общения, выделяемые Куницыной В. Н.: барьеры, трудности и нарушения. Они различаются по степени выраженности и тяжести последствий для межличностного общения. В третьем параграфе были приведены данные, указывающие на то, что застенчивость занимает первое место среди трудностей общения. Белоусова А. Б. в своей диссертации рассматривает застенчивость как феномен эмоционально-когнитивного происхождения, который обуславливается существованием у субъекта психологической напряженности в межличностном

общении и сопровождается мыслями о собственной неполноценности и иллюзиями отрицательного отношения к себе объектов общения.

Основные характеристики застенчивости: во-первых, ее главным предикатом становится состояние нервно-психического напряжения, это качество отличает нормальную застенчивость от патологических ее форм; во-вторых, застенчивость пронизывает все уровни организации личности; в-третьих, для застенчивого человека прежде всего характерно наличие внутриличностного конфликта, локализованного в сфере самосознания. Были рассмотрены основные подходы к определению сущности и причин застенчивости, позволившие расширить возможности поиска детерминант и коррелятов. Помимо этого, было определено такое важное свойство застенчивости как ее амбивалентность, позволив преодолеть ограничения анализа застенчивости лишь с негативной стороны.

В первом параграфе эмпирической части были определены особенности исследования и его методологический базис.

Во втором параграфе эмпирической части были представлены результаты опроса и математико-статистической обработки данных. В опросе приняли участие 86 человек, преобладающий пол – женский. Средний возраст – 22 года. Выборка была поделена на три группы: незастенчивые (5 человек), средnezастенчивые (45 человек) и высокозастенчивые (36 человек).

Обработка полученных данных проводилась в программе JASP. Были обнаружены следующие корреляционные связи при анализе ценностной методики:

1. Уровень застенчивости положительно коррелировал со степенью значимости ценности конформности (0.345, $p = 0.001$).
2. Застенчивость отрицательно коррелировала со степенью значимости ценности самостоятельности (-0.370, $p < 0.001$) и ценности стимуляции (-0.298, $p = 0.005$).

Сравнительный анализ приоритетных ценностей показал, что в группе застенчивых на уровне индивидуальных приоритетов лидировали ценности гедонизма, доброты, универсализма. При этом важно отметить, что высоко оценённая на уровне убеждений ценность самостоятельности при переходе на уровень индивидуальных приоритетов стала менее значимой. В группе незастенчивых приоритетными ценностями, реализуемых в повседневном поведении, выступали самостоятельность, гедонизм и достижения.

При проведении оценки значимости различий, проведенной с помощью U-критерия Манна-Уитни, было обнаружено, что:

1. Конформность была более характерна для людей с высоким уровнем застенчивости ($p < 0.03$).
2. Предпочтение ценности самостоятельности было более характерно для незастенчивых людей ($p < 0.004$).
3. Стимуляция как ценность была более выражена у незастенчивых людей ($p < 0.008$).

Приверженность реализации в своем поведении ценности конформизма при заявлении своим идеалом ценность самостоятельности создает противоречие во внутренней системе ценностей застенчивого человека, делая ее менее устойчивой и упорядоченной. То, как это противоречие сказывается на самоотношении застенчивой личности, представлено в результатах корреляционного анализа по методике самоотношения.

Было обнаружено, что застенчивость связана со всеми шкалами самоотношения, при этом только две корреляции были положительными (шкалы «Конфликтность» и «Самообвинение»). Наблюдается преобладание негативных тенденций в сфере самоотношения личности: все шкалы, высокие показатели по которым указывают на гармоничное, справедливое отношение к себе, отрицательно коррелируют с уровнем застенчивости.

При поиске связей между параметрами самоотношения и ценностными ориентациями было обнаружено, что между степенью значения конформизма и выраженностью шкал «Самоуверенность», «Самоценность», «Самопринятие» и «Самопривязанность» существует отрицательная связь. В то же время было замечено, что шкалы «Самоуверенность», «Самопринятие» и «Саморуководство» положительно связаны с ценностью самостоятельности. Обнаруженные связи подтверждают мысль о том, что формирование адекватного самоотношения возможно лишь в условиях постоянного контакта с реальностью посредством активного взаимодействия с сохранением должной степени обособленности и независимости. А преувеличенное стремление ограничивать себя с целью соблюдения общественных правил, напротив, негативно сказывается на уверенности в себе и своих силах, удовлетворенности собой, на ощущении собственной личностной ценности и на формировании устойчивой симпатии к своему Я.

Для подтверждения дополнительной гипотезы необходимо обратиться к результатам статистического анализа по методике межличностных отношений. Шкала «Выраженное поведение в области «включения»» отрицательно коррелировала на значимом уровне (-0.444 , $p\text{-value} < 0.001$) со шкалой застенчивости. Та же самая тенденция прослеживается и в отношении шкал «Выраженное поведение в области «контроля»» (-0.439 , $p\text{-value} < 0.001$) и «Выраженное поведение в области «аффекта»» (-0.327 , $p\text{-value} = 0.002$). Если обратиться к симметричным шкалам, но уже не выраженного, а требуемого поведения, можно обнаружить, что требуемое поведение в области «включения» сохраняет отрицательную связь с застенчивостью (-0.385 , $p\text{-value} < 0.001$), но шкала требуемого поведения в области «контроля» демонстрирует, напротив, положительную связь с застенчивостью (0.376 , $p\text{-value} < 0.001$).

Низкие показатели по шкалам выраженного и требуемого поведения в области «включения» более свойственны застенчивым людям, характеризуя их

как более замкнутых и малообщительных, формирующих узкие круги общения, в рамках которых протекает их совместная деятельность. Низкие значения по шкале выраженного поведения в области «аффекта», что коррелировали с высоким уровнем застенчивости, служат свидетельством о бóльшей осторожности и избирательности застенчивого человека при проявлении своих чувств в отношениях с людьми. Отсутствие или малый опыт поддержания близких отношений негативно сказывается на самоотношении личности, что, впрочем, может являться одновременно и причиной слабой выраженности стремления к созданию и поддержанию эмоционально-насыщенным отношений. Частично это подтвердили обнаруженные корреляции между шкалой выраженного поведения в области «аффекта» и шкалами «Самоценность» (0.242, p -value = 0.025) и «Самообвинение» (-0.290, p -value = 0.007). Однако из-за того, что связь корреляционная, невозможно точно определить причинно-следственные отношения. Помимо этого, у застенчивых людей наблюдается пониженное стремление к осуществлению контроля над другими, к взятию ответственности не только за свои действия, но и за действия подчиненных. И вместе с тем отмечается склонность к подчинению, снятию части ответственности за себя и предпочтение зависимого поведения.

Последний элемент анализа характеристики межличностного поведения связан с оценкой различий в индексе противоречивости поведения застенчивых и незастенчивых людей. С помощью U -критерия Манна-Уитни было обнаружено, что противоречивость поведения в области аффекта (разница между выраженным и требуемым поведением) у застенчивых людей была выше, чем у незастенчивых ($p = 0.015$). Противоречивость проявлялась в соотношении между стремлением к проявлению любви и привязанности и его ожиданием, с перевесом в сторону второго. Следовательно, застенчивые люди в большей степени ожидают от окружающих эмоциональной поддержки, нежели чем сами готовы ее оказывать.

Таким образом, основная гипотеза исследования, направленная на подтверждение наличия связи между застенчивостью, с одной стороны, и ценностными ориентациями и определенными аспектами самоотношения, с другой, подтвердилась. Все обнаруженные связи застенчивости с ценностной сферой личности находятся в области индивидуальных приоритетов, тем самым затрагивая лишь те ценности, что вне зависимости от декларируемых, нашли действенную реализацию в социальном поведении личности. Так, значимость ценности конформности положительно коррелировала с уровнем застенчивости. Помимо этого, гипотезу подтвердили обнаруженные отрицательные связи застенчивости с уровнем значимости ценностей самостоятельности и стимуляции. В целом, застенчивую личность на уровне ценностных ориентаций можно охарактеризовать как человека, чей образ повседневного поведения основан на стремлении соблюдать общественные и групповые правила, соответствовать ожиданиям других, ограничивая свободное самовыражение и те проявления своего Я, что повышали бы риск социального неодобрения и неопределенность прогноза общественных реакций.

Также застенчивость коррелировала со всеми эмоционально-оценочными аспектами самоотношения, которые предусматривались шкалами соответствующего опросника. Обнаруженные связи позволяют охарактеризовать сферу самоотношения застенчивой личности как психический конструкт, отличающийся доминированием негативных эмоций, сопровождающих процесс саморефлексии и когнитивного самооценивания, и преобладанием переживаний уничижительного, самоотчуждающего характера.

Помимо общей гипотезы, мы также выдвинули дополнительную, в которой предположили о наличии связи между застенчивостью и параметрами социальной ориентации. Она также подтвердилась. Так, было обнаружено, что межличностное поведение застенчивого человека в области «включения»

основывается на стремлении к ограничению круга общения и совместной деятельности, к меньшей интенсивности повседневных контактов, а также на неохотном допуске большинства других людей к личному пространству деятельности. Поведение в области контроля характеризуется меньшей последовательностью: у застенчивых людей наблюдается склонность к зависимому поведению, делегированию ответственности, менее выражена инициативность и готовность руководить совместной с другими деятельностью. Способность к осуществлению контроля над другими сильно уступает желанию верить контроль над своей деятельностью в руки других.

Поведение в области «аффекта» у застенчивого отличается более выраженной противоречивостью, чем у незастенчивого. Противоречие в поведении застенчивого человека проявилось в соотношении между выраженным поведением в области «аффекта» и требуемым, с уклоном в сторону второго. Застенчивый человек не стремится активно к образованию или сохранению близких и эмоциональных отношений, однако потребность в подобных отношениях у него выражена.

Заключение. В дипломном исследовании были проведены теоретический анализ явления застенчивости, обобщение и анализ научных данных о ценностных ориентациях и их роли в структуре самосознания личности и связи со смыслом жизни, а также о барьерах и трудностях общения, что позволило сформировать теоретический базис исследования. Так, было определено, что ценностная сфера занимает важное место в системе самосознания личности, определяя ее направленность в нравственно-этическом, экзистенциальном и мотивационном планах. Ценностная система формируется и развивается только в процессе активной деятельности и общения. Поэтому трудности, возникающие в сфере коммуникации, часто выступают в качестве фатальных уязвимостей личности. Застенчивость как личностное свойство представляет собой одну из самых распространенных трудностей общения. Именно поэтому

эмпирическая часть нашего исследования была направлена на выявление и описание обобщенной характеристики застенчивого человека на уровне ценностных приоритетов, сферы самоотношения и социальной ориентации.

Так, в ходе эмпирического анализа было выяснено, что различий в ценностях-убеждениях между застенчивыми и незастенчивыми нет. Однако на уровне реализуемых в поведении ценностей особую значимость у застенчивых проявила ценность конформности. То, как гиперболизация значимости оценок Другого сказывается на внутреннем мире застенчивого можно увидеть при обращении к анализу сферы самоотношения. Застенчивый человек видит свое Я в негативных оттенках, склонен к преувеличению недостатков и обесцениванию своих способностей и достоинств; чаще незастенчивого проявляет недоверие к себе, перманентную неудовлетворенность собой при заведомо недостижимом образе Идеального Я; обладает слабой верой в возможность положительных изменений в себе, отчужден от самого себя и настроен скорее против себя, нередко переживая собственную никчемность при самооценке и при ожидаемых оценках Другого.

Застенчивая личность оказалась менее склонной к проявлению потребности в принадлежности тем или иным социальным группам. Также у застенчивого человека сниженной оказалась потребность во власти над другими, но при этом отмечалась повышенная склонность к подчинению и демонстрации зависимости. При слабовыраженном стремлении к поиску и укреплению удовлетворительных социальных связей, низкой мотивации к осуществлению эмоциональной поддержки, застенчивые люди демонстрируют завышенные ожидания в адрес окружающих, от которых требуется проявлять благосклонность и принятие.

Таким образом, благодаря обнаруженным связям между застенчивостью, ценностными ориентациями, сферой самоотношения и особенностями социальной ориентации, был составлен подробный анализ тех трудностей, с

которыми сталкивается застенчивый человек. Цель и задачи исследования были достигнуты.

Безусловно, в рамках данного исследования невозможно уместить все возможности, открывающиеся при изучении данной области. Перспективным направлением для дальнейших исследований нам видится поиск не просто корреляционных связей между явлениями, а причинно-следственных, что позволили бы осуществить систематический анализ.

Полученные данные могут оказаться потенциально полезными при оказании психологической помощи человеку, считающему себя застенчивым и страдающему от этого, позволяя направить его в поиске тех аспектов его самосознания и отношения к миру и Другим, что связаны с застенчивостью и тщательная работа над которыми позволила бы преодолеть негативные последствия застенчивости.