

метам прямо связаны с более высокой самооценкой. Для мальчиков успеваемость в школе не столь значима и в меньшей степени влияет на самооценку. Для них важнее успех в спорте, внешкольных мероприятиях, походах и др. видах деятельности. Неуспевающие девочки имеют больший риск проявления агрессии по отношению к сверстникам, чем мальчики с плохой успеваемостью.

Как в подгруппе юношей, так и в подгруппе девушек имеются корреляционные взаимосвязи между следующими компонентами моббинга: агрессивностью, стилем поведения в конфликте и межличностными отношениями в коллективе.

Таким образом, выдвинутые нами гипотезы подтвердились.

Серьезность проблемы моббинга подтверждает не только степень его распространения, но и степень тяжести его последствий для человека.

Для решения этой проблемы мы разработали программу профилактики студенческого моббинга. Программу коррекционной работы с группой учащихся составили, пользуясь психодиагностической информацией для сопоставления ее с теоретическими данными о структуре моббинга.

Цель данной коррекционно-развивающей программы заключается в формировании благоприятной адаптации студентов к обучению в средне-специальном учебном заведении и положительного процесса взаимодействия всех членов группы между собой и профилактика проявления моббинга. А так же созданию таких условий деятельности и взаимодействия людей, которые минимизировали бы вероятность появления случаев моббинга в группе студентов.

Коррекционное воздействие программы осуществляется через психокоррекционный комплекс, который состоит из нескольких взаимосвязанных блоков. Каждый блок направлен на решение поставленных нами задач и состоит из особых методов и приемов. Данный комплекс включает в себя четыре основных блока: диагностический блок, установочный блок, профилактический блок, блок проверки

эффективности профилактического воздействия.

Цель блока: измерение психологического содержания и динамики реакций, способствование появлению позитивных поведенческих реакций и переживаний, стабилизация позитивной самооценки.

Организованная таким образом работа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту студентов от случаев моббинга в учебной группе.

Библиографический список

1. *Колодей К.* Моббинг. Психотеррор на рабочем месте и методы его преодоления / Перснем. Харьков: Гуманитарный Центр, 2007. 368 с.
2. *Малкина-Пых И.Г.* Психология поведения жертвы. Справочник практического психолога. М.: ЭКСМО, 2006. 1008 с
3. *Романова Н.П.* Моббинг: учебное пособие. Чита: ЧитГУ, 2007. 110 с.
4. *Дружилов С.А.* Психологический террор (моббинг) на кафедре вуза как форма профессиональных деструкций. [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://psystudy.ru>.

Д.Е. Щипанова, В.А. Боброва
РГППУ, г. Екатеринбург

Застенчивость как коммуникативная и личностная характеристика в ранней юности

Актуальность данной темы исследования в области психолого-педагогических наук вытекает из необходимости воспитания системой образования активных личностей с адекватным уровнем проявления застенчивости, который не создаст затруднений юношам и девушкам в социальном взаимодействии, и позволит им более полно реализовывать себя как в учебной, так и в будущей профессиональной деятельности.

Проблема исследования заключается в противоречии наличия у застенчивых юношей и девушек потребности в общении и активной социализации застенчивых и отсутствия воз-

возможности удовлетворить эти потребности из-за специфических коммуникативных и личностных характеристик.

Цель исследования: изучение застенчивости как коммуникативной и личностной характеристики в ранней юности и разработка коррекционно-развивающей программы по преодолению застенчивости у юношей и девушек.

Задачи исследования.

1. Провести анализ имеющихся теоретико-методологических подходов к данной проблеме.

2. Организовать и провести эмпирическое исследование.

3. На основе полученных данных разработать коррекционно-развивающую программу.

Объект исследования: феномен застенчивости.

Предмет исследования: застенчивость как коммуникативная и личностная характеристика в ранней юности.

Гипотезы исследования.

1. Застенчивость проявляется не только на уровне коммуникативных навыков, но и на личностном уровне.

2. Имеются различия проявления застенчивости как коммуникативной и личностной характеристики между группами разного пола, уровня выраженности и временного периода застенчивости.

3. Существует взаимосвязь между застенчивостью, чувством одиночества и перфекционизмом.

Теоретико-методологической основой данной работы являются исследования Ф. Зимбардо [2], а так же работы В.Н. Куницыной и А.Б. Белоусовой [3].

В данной работе мы опирались на понимание застенчивости Ф. Зимбардо, для которого застенчивость – это, во-первых, комплексное состояние, проявляющееся в разнообразных формах – от легкого дискомфорта, и необъяснимого страха, до глубокого невроза, а во-вторых, это внутренняя позиция человека, которая предполагает слишком большое внимание к тому, что о нем думают окружающие [2].

В качестве диагностического материала были выбраны следующие методики:

- Стэнфордский опросник «Застенчивость» в адаптации А.Б. Белоусовой и И.М. Юсупова;

- методика «Шкала субъективного переживания одиночества» С.В. Духновского;

- «Субъективная оценка межличностных отношений (СОМО)» С.В. Духновского;

- Фрайбургский личностный опросник (FPI) в модификации В;

- Многомерная шкала перфекционизма» П.Л. Хьюитта и Г.Л. Флетта в адаптации И.И. Грачевой.

Исследование проводилось среди учащихся 9-11 классов школ г. Екатеринбург и г. Каменск-Уральский. В исследовании приняли участие учащиеся 10 класса МБОУ СОШ № 80 и МАОУ СОШ №178 с углубленным изучением отдельных предметов г. Екатеринбург, а так же МБОУ СОШ №17 г. Каменск-Уральский.

В соответствии с задачами и гипотезами исследования выборка была поделена на подвыборки по трем основаниям.

1. По полу: сформировалось 2 подвыборки (59 девушек и 33 юноши).

2. По временному периоду застенчивости было сформировано 3 подвыборки: 1 – всегда застенчивые (44 из них 33 девушки и 11 юноши); 2 – те, кто испытывали застенчивость в определенный период времени: только ранее или только сейчас (27 из та 18 девушек и 9 юношей); 3 – те, кто никогда не испытывал застенчивости (21 из них 14 девушек и 7 юношей).

3. Уровень выраженности: 17 человек – высокий уровень (8 девушек; 9 юношей), 35 – средний (22 девушки; 13 юношей), 52 – низкий (35 девушек; 17 юношей).

В результате исследования было обнаружено, что среди респондентов преобладают юноши и девушки со средним и низким уровнем застенчивости, 37% и 36% соответственно, на третьем месте находятся участники с высоким уровнем застенчивости – 16%. Меньше всего респондентов с очень высоким уровнем застенчивости.

Так же выяснилось, что только 23% участников исследования никогда не считали себя застенчивыми, в то время как практически поло-

вина респондентов всегда относили себя к застенчивым людям – 48%.

Результаты описательной статистики рассматривались с точки зрения значения медиан, т.к. распределение по некоторым шкалам является отличным от нормального. Из диаграммы видно, что все значения медианы, кроме медианы подвыборки с высоким уровнем застенчивости попадают в диапазон среднего уровня выраженности по тестовым нормам.

Значения медиан по выраженности одиночества так же в основном попадают в диапазон среднего уровня выраженности признака.

Значения медиан подвыборок по шкалам различаются не значительно, и для уточнения характера различий был использован сравнительный анализ. Для его реализации было принято решение использовать непараметрические критерии, т.к. распределение отлично от нормального, в частности U-критерий Манна-Уитни и критерий Краскала-Уоллиса для нескольких независимых выборок.

Результаты сравнительной статистики показали, что значимых различий на гендерном уровне не обнаружено, кроме различий по шкале невротичность, которая у девушек выше, чем у юношей.

Сравнительный анализ групп с разными уровнями и периодами застенчивости выявил различия по следующим шкалам:

- застенчивость;
- невротичность;
- напряженность;
- одиночество;
- депрессивность;
- интроверсия-экстраверсия;
- эмоциональная лабильность;
- отчужденность;
- общительность;
- перфекционизм, ориентированный на себя.

Различия распределились следующим образом: в группах с более высоким уровнем и более длительным периодом застенчивости эти показатели выше, кроме общительности. В дихотомичной шкале экстраверсия-интроверсия значения более застенчивых склоняются в сторону интроверсии.

Взаимосвязь данных шкал с проявлением застенчивости была подтверждена и корреляционным анализом, где с ними были обнаружены значимые корреляции. Помимо уже выделенных шкал были обнаружены положительные корреляционные связи со шкалами субъективная оценка межличностных отношений и спонтанная агрессия, а так же отрицательные с уравновешенностью, маскулинностью-феминность (в сторону маскулинности).

Таким образом, мы можем говорить, что наша гипотеза о проявлении застенчивости не только на уровне коммуникативных качеств, но и на уровне личностных свойств подтвердилась.

Наличие почти 50% респондентов считающих себя застенчивыми в тот или иной отрезок времени подтверждает утверждение Ф. Зимбардо и В.Н. Куницыной о высокой распространенности застенчивости среди людей, однако у Ф. Зимбардо эта цифра доходит до 80%, в то время как у В.Н. Куницыной это всего 33%.

В группах застенчивых разделенные по уровню выраженности застенчивости и по временному периоду застенчивости результаты сравнительного и корреляционного анализа являются схожими, что согласуется с утверждением Ф. Зимбардо о том, что лучший индикатор застенчивости это признание себя таковым. И тем больше выражена застенчивость, чем более длительно человек относит себя к застенчивым.

Предположения Ф. Зимбардо и А.Б. Белоусовой об стремлении застенчивого стать идеальным, лучше выглядеть в глазах других и о критическом самоотношении застенчивого к самому себе нашли свое подтверждение в значимом различии у лиц с низким и высоким уровнем застенчивости по шкале перфекционизма ориентированного на себя. Т.е. застенчивый человек склонен к стремлению к совершенству и повышенным требованиям к самому себе.

Наличие высоко значимых корреляций и различий по шкалам одиночества и депрессивности подтверждают приведенное Д. Майерсом убеждение социальных психологов о тесном взаимовлиянии застенчивости, одиночества и депрессии.

Выявленная на среднем уровне значимости связь со спонтанной агрессией, а так же связь на уровне тенденции с агрессией (СОМО) соответствует озвученной Ф. Зимбардо опасности, которую таит в себе застенчивость – это не мотивированная внешне или спонтанная агрессия, достигающая вплоть до насилия и убийства. Связи не сильно выражены так же могут быть и потому, что агрессия у застенчивых носит накопительный характер и тщательно ими подавляется.

Полученные нами данные легли в основу коррекционно-развивающей программы по преодолению застенчивости в ранней юности. В ней были использованы техники направленные на самопринятие, познание себя, на развитие навыков эмоциональной саморегуляции, снятия напряжения, повышение уровня стрессоустойчивости, развитие навыков социального взаимодействия. Коррекция застенчивости дополнена развитием компенсаторных навыков позволяющих застенчивым не возвращаться к привычным моделям поведения. Программа состоит из 5 блоков, 2 из которых вводный и

итоговый, остальные носят определенную направленность и включают первоначальную и постобучающую психодиагностику участников, что позволяет отследить динамику развития в группе и оценить эффективность данной программы.

Библиографический список

1. *Зимбардо Ф.* «Эффект Люцифера. Почему хорошие люди превращаются в злодеев»/ Пер. с англ. А. Стативка. М.: Альпина нон-фикшн. 2013. 740 с.
2. *Зимбардо Ф.* Застенчивость: пер. с англ. М.: Педагогика. 1991. 208 с.
3. *Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Полюша В.М.* Межличностное общение: учеб пособие. СПб.: Питер. 2003. 109с.