

МАРКОВСКАЯ ГАЛИНА GERMANOVNA

старший преподаватель кафедры общей и дифференциальной психологии Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы

MARKOVSKAYA G

senior lecturer, department of general and differential psychology of Saint-Petersburg state institute of psychology and social work

МАРКОВСКИЙ ИГОРЬ КОНСТАНТИНОВИЧ

старший преподаватель кафедры психологии Санкт-Петербургской академии управления и экономики

MARKOVSKIY I.

Saint-Petersburg academy of management and economics, department of psychology

ЕГОРОВА ЕЛЕНА ВАЛЕРЬЕВНА

психолог Гатчинской средней общеобразовательной школы-интерната

EGOROVA E.

boarding school psychologist

**СТЫД И ВИНА У ПОДРОСТКОВ, ВЫРОСШИХ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ
SHAME AND GUILT OF ADOLESCENTS WHO HAVE GROWN UP WITHOUT
PARENTAL CARE**

АННОТАЦИЯ. Статья посвящена результатам изучения специфики стыда и вины у воспитанников детского дома в сравнении со сверстниками, воспитывающимися в семье. Общепсихологическая цель работы состоит в доказательстве производности аффекта вины от базового переживания стыда. Прикладной, психолого-педагогический аспект исследования касается проблемы низкой социализации эмоций у подростков, воспитывающихся без попечения родителей.

ABSTRACT. Article is devoted to the results of studying the specifics of shame and guilt in school inmates in comparison with their peers, raised in a family. General psychological goal of the work consists in proving the guilt of derivativeness affect the basic experiences of shame. Applied psycho-pedagogical, aspect of the study concerns the problem of low socialization of emotions in adolescents being raised without parental care.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: стыд, вина, подростки, выросшие без попечения родителей, социализация эмоций, моральные эмоции, эмоции самосознания.

KEYWORDS: shame, guilt, adolescents who grow up without parental care, socialization of emotions, moral emotions, self-conscious emotions.

Переживание стыда, вины, гордости, унижения, неполноценности, смущения и самодовольства, характеризующие эмоциональное отношение к самому себе и поэтому обозначаемые как *эмоции самосознания*, начиная с У.Джемса (W. James), считаются универсальными, т.е. присущими каждому человеку. Эмоции самосознания начинают проявляться уже на втором году жизни в связи с формированием образа Я, усвоением норм должного поведения. Эмоции самосознания отражают не только самоотношение, но и интериоризированные моральные нормы. Способность личности оценить свое поведение с точки зрения социальных и моральных

норм требует развития трех компонентов: образа Я, представления о нормах и умения сопоставить свое поведение с этими нормами. Возникновение морального сознания, т.е. способности к рефлексии относительно моральности/аморальности поступка, опирается на относительно сформированный интеллект и социализацию. Однако моральное сознание воплощается не только и не столько в рефлексии, сколько в переживании стыда и вины при нарушении моральных норм, а также удовлетворения при соблюдении этих норм. Поэтому эмоции стыда и вины называют также *моральными эмоциями*. Таким образом, стыд и вина являются одно-

временно эмоциями самосознания и моральными эмоциями. А основными функциями стыда и вины являются контроль поведения (моральная функция) и самооценка (функция самосознания).

Большинство исследователей считают, что стыд и вина – это различные эмоции, и что разница между ними состоит в степени фокусирования на собственном Я. Переживая стыд, человек обесценивает свою жизнь и самого себя. Вина связана с угрызениями совести из-за проступка, который нарушил моральные нормы. Стыд – это чрезвычайно болезненное и неприятное переживание, мотивирующее стать незаметным, «провалиться сквозь землю». А. Моррисон полагает, что «стыд порождает утаивание из страха показать свое неприемлемое Я», по контрасту с виной, которая приглашает к признанию и раскаянию [5]. Этот страх показать свое неадекватное Я делает затруднительным взглянуть в лицо стыда и в качестве общечеловеческого опыта, и как на ежедневный личный опыт [6]. Вина часто побуждает к заботе о чувствах других и исправлению. Значит, коренным отличием стыда и вины является стремление *скрыть* что-либо, характерное для переживания стыда, либо *исправить* что-то, сопутствующее аффекту вины.

В популярной и авторитетной монографии, посвященной психологии эмоций, К. Изард причисляет и стыд, и вину к перечню базовых эмоций [3]. Концептуально существование базовых эмоций признается большинством психологов. При этом подразумевается, что базовые эмоции являются простейшими аффектами и обладают свойствами врожденности и неповторимой психологической, экспрессивной и физиологической специфичности. Аналитические доказательства того, что вина не является базовой эмоцией, представлены в работах таких известных теоретиков-исследователей, как Ч. Дарвин, С. Томкинс (S. Tomkins), М. Якоби (M. Jacobi), которые относили вину к семье (классу) стыда. П. Экман (P. Ekman) отрицал базовый характер вины в связи с отсутствием специфичной мимики при ее переживании.

Для доказательства того, что вина является результатом социализации стыда, были обследованы подростки, воспитывающиеся в детском доме. Эти подростки – в основном социальные сироты – не получили гармоничного воспитания в родительской семье [4]. Вследствие чего общий уровень их социализации низок. Недостаточный уровень социализации у детей - социальных сирот должен проявиться и низкой социализации стыда и вины. Причем уровень социализации вины, согласно нашей гипотезе, должен быть особенно низок.

Л.С.Выготский, создавший ставшую классической теорию *социализации*, показал, что врожденные психические функции становятся более сложными, культурными, благодаря общению со взрослыми – носителями культуры [1]. Теория социализации эмоций - как частная теория психологии социализации - представлена в работе К. Изарда. Согласно этой теории в процессе социализации ребенка происходит усложнение и дифференциация эмоциональной сферы личности. В процессе интериоризации речи ребенок усваивает язык эмоций,

т.е. научается категоризации аффекта. Это делает эмоции стыда и вины наряду с другими аффективными явлениями доступными для произвольной регуляции [2]. Если стыд является базовой эмоцией, а вина – нет, то категоризация стыда, благодаря общению со взрослыми, будет выше. Главным показателем вторичности вины должно оказаться неумение и неготовность исправлять собственные ошибки, просить прощение за них у подростков детского дома в отличие от их более социально благополучных сверстников. Это и послужило гипотезой исследования.

Для проверки гипотезы было обследовано 26 девятиклассников школы-интерната г. Гатчины (16 юношей и 10 девушек), 39 учащихся двух десятых классов Гатчинской средней общеобразовательной школы № 1 (15 юношей и 24 девушки), а также 66 студентов первого курса очного отделения Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы (21 юноша и 45 девушек). В качестве **методов** исследования использовались наблюдение, беседа, анкетирование. Анкета включала в себя вопросы о том, как испытуемый(-ая) понимает различия между понятием стыда и вины, как часто он/она переживает эти аффекты, какие ситуации вызывают эти переживания.

Наблюдение за поведением подростков из интерната показало, что они нередко чувствуют себя несчастливymi и одинокими. Их способность справляться с жизненными трудностями не достаточно сформирована. У них слабо развиты социальные навыки, необходимые для поддержания дружеских отношений. У воспитанников интерната не сформировано в достаточной степени стремление к самостоятельности и ответственности за свои поступки. Некоторые дети проявили себя как очень замкнутые, закрытые, недоверчивые, не хотели рассказывать о себе, никому не доверяли и боялись подпускать к себе. И все-таки многие очень обрадовались, когда узнали, что с ними будет проводиться беседа. Наблюдая за поведением учеников из интерната, присутствующих на опросе, исследуя их ответы, можно было легко понять, как тяжело им давалась эта работа. Было заметно, что многим впервые приходится задуматься над такими важными жизненными понятиями как «стыд» и «вина». Было заметно, с каким напряжением и усердием они выполняли задание. Похоже, что им нечасто приходится размышлять, сравнивать, делать выводы. Многим такая работа была просто не по силам.

При опросе ребята из средней школы вели себя более организованно, не шумели, были более послушными, а их отчеты написаны намного грамотнее, чем у детей из интерната. Студенты вели себя гораздо увереннее и организованнее школьников.

Информативность и качество письменных ответов. Девушки написали более развернутые и информативные ответы, чем юноши. Студенты – более содержательные и обобщенные работы, чем школьники. Наименее информативными стали работы интернатской молодежи. Из того, что написали школьники можно сделать вывод, что они более уверены в себе, не так ранимы душевно и более защищены, чем дети из интерната. Работы студентов

очень похожи на работы школьников тем, что этот опрос и для них оказался исповедью, возможностью поделиться своим наболевшим, сокровенным, личным, покаяться в содеянном. Конечно, ответы первокурсников очень отличались от ответов детей из школы: таблицы заполнены правильно, личные жизненные ситуации описаны четко, кратко, понятно, грамотно, содержательно и индивидуализированно. Некоторые студенты написали, что им было интересно подумать и поразмышлять над смыслом таких понятий, как стыд и вина, потому что раньше никогда не задумывались о разнице этих слов.

Способность определять и дифференцировать понятия «стыда» и «вины» обследуемой молодежью.

Ученикам интерната было сложнее всего справиться с поставленной задачей. Хотя у всех испытуемых из интерната есть опыт переживания стыда и вины, дать им верное словесное определение смогли немногие. Ученики школы справились с этим заданием лучше, но все-таки их представления об этих понятиях оказались очень неточными. А студенты института дали интересные и грамотные определения.

Лишь одна треть молодежи, выросшей без попечения родителей, смогла *дать определение* понятий стыда и вины. Среди этих определений не выявлено ни одного абстрактного, только функциональные. Часто определение звучало так: «Стыд – это, когда стыдно», «Вина – это когда ты перед кем-то виноват», «Вина – это неприятное чувство, когда ты кого-то обидел». Ни один учащийся интерната не смог вербально обозначить различие в понятиях стыда и вины. Учащиеся средней школы справились с категоризацией понятий стыда и вины более успешно. Полученные результаты свидетельствуют о низком уровне социализации эмоций стыда и вины у молодежи, выросшей без попечения родителей. Конечно, студенты психологического факультета дали более полные, интересные определения таким понятиям, как «стыд» и «вина», школьникам это было сделать сложнее. Студенты лучше осознавали свое и чужое поведение, могли оценить себя со стороны, а потому все написали о том, что они хотели бы поработать над собой, своим поведением, заняться самосовершенствованием.

Среди учеников школы-интерната объяснить разницу между этими понятиями не смог ни один ученик. «Стыд» и «вина» являются для многих синонимами. Очень немногие смогли дать различие этих эмоций даже в приводимых жизненных примерах. Ситуации, ставшие причинами стыда, одинаково служили и причиной вины.

Школьникам тоже нелегко было справиться с этим заданием. Но все-таки многие дали определение понятиям «стыд» и «вина»: среди девушек – 80%, среди юношей – 83%. Определения «стыда» и «вины» в средней школе часто не точны, не раскрывают суть понятий. Но все-таки их работа над этим вопросом была более глубокой и насыщенной, чем работа учеников школы-интерната. 33 % учеников из средней школы смогли описать, в чем состоит различие между этими эмоциями. По сравнению со студентами школьники, выполнившие эту работу,

смогли привести очень неточные, иногда совершенно неверные различия.

Все 100 % *студентов* объяснили свое понимание понятий «стыда» и «вины». Очень многие дали интересные, правильные определения. Все испытуемые студенты института объяснили, в чем они видят разницу между понятиями эмоций стыда и вины и сделали это успешно. Многим удалось выявить явные, четкие различия этих эмоций.

Во время проведения опроса было заметно, что очень многим школьникам с трудом удастся вспомнить и *привести примеры жизненных ситуаций, вызывающих состояние стыда или вины*. Студенты психологического факультета достаточно быстро и легко справились с этим заданием. Школьникам из средней школы сделать это было намного сложнее, многие не сразу могли понять, в чем состоит суть задания. Особенно сложным это задание оказалось для школьников из интерната. В работах учеников из интерната было много грамматических ошибок, многие не смогли дать верное процентное соотношение. Среди юношей только 19 % работ содержало много информации, среди девушек – 60 % работ. Многие вместо примеров жизненных ситуаций подробно, описали свою личную наболевшую неразрешенную проблему. Большинство учащихся средней школы и школы-интерната не смогли почувствовать разницу между понятиями «стыда» и «вины», поэтому, в основном, приводили одинаковые примеры ситуаций, вызывающих эмоции стыда и вины. Многие не могли сосредоточиться, задуматься о своем истинном восприятии жизни, о своих внутриличностных и межличностных отношениях. Отчасти этому мешало присутствие сверстников: отвлекало, смущало, мешало давать искренние, истинные ответы.

Частота переживания стыда и вины у обследуемой молодежи. Присутствующим на опросе было предложено нарисовать круг, разделить его на три части, каждую из которой ассоциируя с одной из трех эмоций - стыда, вины или гордости. Испытуемому было необходимо ответить на вопрос об относительной частоте переживания этих эмоций. Стыд и вину периодически переживают **все** участники опроса вне зависимости от пола, возраста и социальных условий жизни. Эмоция стыда чаще всего переживается девушками-студентками (28,36%), реже всего – юношами из средней школы (16,60%). Эмоция вины более всего выражена у юношей школы-интерната (31,63%), менее всего – у девушек из средней школы (20,51%). Чувство гордости чаще всего испытывают юноши из школы (60,00%), реже всего – девушками-студентками (43,11%). Эмоции стыда и вины менее всего выражены у учеников средней школы: стыд – 19,14%, вина: - 22,14%. Зато чувство гордости они испытывают чаще других – 53,09%. Состояние вины больше всего знакомо ученикам интерната (30,15%). Эмоцию вины они испытывают чаще, чем эмоцию стыда. Чувство гордости у учеников интерната в процентном соотношении самое низкое (45,46%). Интересно, что эмоции вины и гордости у студентов в процентном соотношении составляют у них средний показатель между показателями этих эмоций у учеников сред-

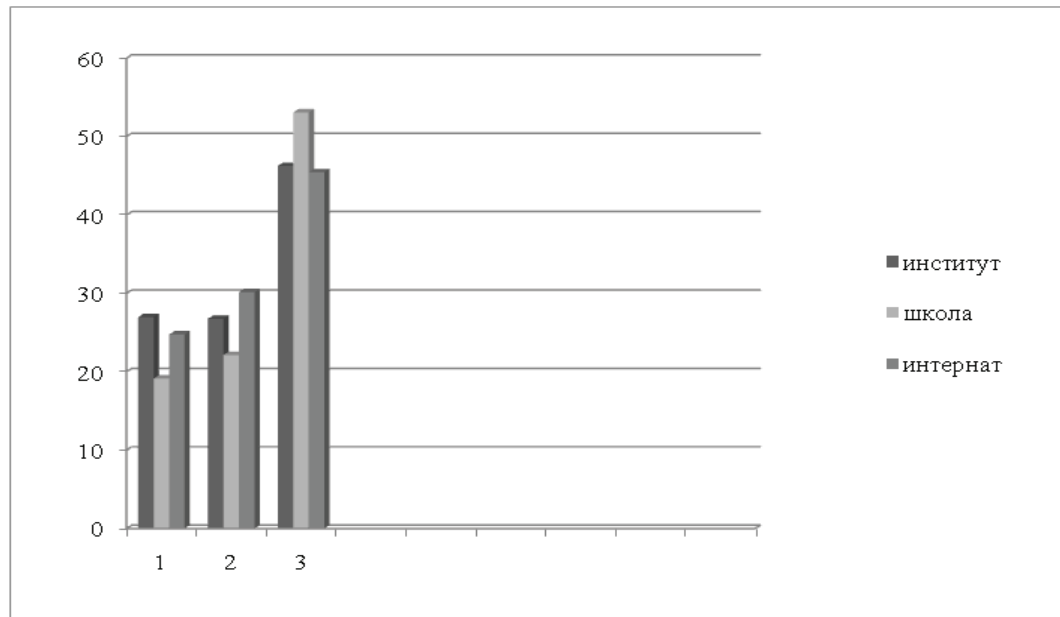


Рис. 1. Частота переживания стыда, вины и гордости у учеников школы-интерната, учащихся школы и студентов 1 курса
1-стыд; 2-вина; 3-гордость

ней школы и учащихся интерната. Студенты испытывают стыд чаще, чем другие испытуемые. А вину чаще всех переживают подростки из интерната. Это подтверждает тот факт, что дети, которые испытывают недостаток любви и внимания в своей жизни, постоянно ощущают свою незащищенность, неуверенность в себе, а потому всегда остаются более ранимыми, тяжело переживают жизненные трудности, свои ошибки, глубоко ощущают чувство вины за принесенную кому-либо боль. Что касается гордости, то ученики из интерната в связи со своей заниженной самооценкой редко склонны гордиться своими поступки, они чаще готовы упрекать себя за свое место в этом мире, свой внешний вид и свое поведение. Недостаток поддержки, совета в трудной ситуации, делает их жизнь намного сложнее, ведь им приходится разрешать возникающие проблемы самостоятельно.

Девушки, выросшие без попечения родителей, значительно реже переживают гордость сравнительно со стыдом и виной, чем их сверстницы из средней школы. В тенденции молодежь, выросшая без попечения родителей, чаще переживает стыд и вину, реже испытывает гордость, чем их сверстники из общеобразовательной школы.

Почти половина юношей, выросших без попечения родителей, не переживает стыд, когда совершают ошибки и оплошности (в отличие от их сверстников из средней школы). Абсолютное большинство девушек и юношей, выросших без попечения родителей, не стремится заглаживать свои ошибки, исправить ущерб под влиянием чувства вины. Это свидетельствует о доминировании стыда над переживаниями вины у учащихся интерната.

Чаще всего эмоции стыда и вины возникают по причине совершенного субъектом обмана (измена, невыполнение обязательств, обещаний, опоздание).

Девушки часто испытывают стыд из-за внешней оценки, из-за того, что над ними насмеются, критикуют их внешний вид и поступки.

Молодежь, выросшая без попечения родителей, чаще всего *чувствует себя виноватой* из-за собственной эмоциональной несдержанности, конфликтности. Наиболее распространенная причина переживания стыда у них – это невыполнение обещаний и обязательств. Учащиеся общеобразовательной школы испытывают значимо большую ценность личных достижений, проходя через мучительные переживания стыда и вины в ситуациях неуспеха. В отличие от них молодежь, выросшая без попечения родителей, практически не переживает из-за отсутствия достижений в учебе.

Юноши, выросшие без попечения родителей, по сравнению со сверстниками из благополучных семей вдвое чаще готовы работать над собственными недостатками, чтобы стать более ответственными, раскрепощенными, уверенными в себе. Девушки, выросшие без попечения родителей, хотят стать менее застенчивыми и менее вспыльчивыми.

Молодежь, выросшая без попечения родителей, *не испытывает стыд* из-за плохой подготовки по школьным предметам, практически не переживает из-за отсутствия достижений в учебе. Молодежь из интерната нуждается в разъяснении таких понятия, как «ответственность». Им необходимо объяснить, какова цель получения знаний в школе, научить ценить эти знания и личные достижения. Рекомендуется для этой группы молодежи обязательно проводить тренинги мотивации достижений.

Обратиться за помощью к психологу в связи с личными трудностями не пожелал ни один из обследованных юношей и девушек, выросших без попечения родителей. Видимо, недоверие к окружающим, замкнутость в себе не позволило ученикам

интерната признаться в необходимой психологической помощи. В отличие от них половина учащихся средней школы высказала заинтересованность в помощи психолога.

Юноши и девушки, выросшие без попечения родителей, по сравнению со сверстниками из благополучных семей вдвое чаще готовы работать над собственной застенчивостью и вспыльчивостью. Следует использовать эту мотивацию молодежи для привлечения их к работе с психологом.

Психотерапевтический эффект исследования.

Для многих участников опроса заполнение анкет превратилось в настоящую исповедь, многие хотели поделиться своими неразрешенными проблемами, личным, сокровенным. Наверное, на бумаге это было сделать легче. Не все школьники были открытыми, многие не решались указать свое имя на опросном листе. Особенно ранимыми, чуткими были школьники из интерната. Многие ученики интерната, хотя она и оказалась для них непростой, выразили благодарность за проведение такого опроса. Выполняя эту трудную работу, многие задумались о том, какое важное место в их жизни занимают такие понятия, как «стыд», «вина», «гордость», «совесть». Размышляя над сущностью этих эмоций и над причинами их возникновения, они сами смогли ответить на опросном листе на те вопросы, которые раньше казались неразрешимыми.

Проведенное исследование подтвердило гипотезу о низкой социализации вины у подростков, выросших без попечения родителей. Что косвенно указывает на вторичность реакций по типу вины по отношению к реакциям стыда. В прикладном аспекте исследование показало, что необходимо уде-

лить большее внимание формированию моральных эмоций подростка, т. к. они играют важную роль в становлении его как личности, в значительной степени влияют на его социальную ответственность и моральное сознание.

На основании результатов исследования можно сделать следующие рекомендации для психологов и педагогов школ-интернатов. В связи с низкой способностью к категоризации эмоций следует развивать язык эмоций среди учеников школы-интерната. Необходимо разъяснять молодежи, выросшей без попечения родителей, смысл и значение таких понятий как «стыд», «вина» и «гордость». Это можно делать в процессе систематических бесед в групповой и индивидуальной форме, а также тренингов сенситивности и эмоциональной компетентности.

В связи с тем, что молодежь, выросшая без попечения родителей, слишком часто переживает стыд и редко - гордость, необходимо научить этих подростков любить и уважать себя и других людей. Этому могут помочь консультации психолога, участие учеников интерната в гуманистически-ориентированных тренингах.

В связи с тем, что абсолютное большинство девушек и юношей, выросших без попечения родителей, не стремятся заглянуть свои ошибки, исправить ущерб под влиянием чувства вины, следует развивать у этой группы молодежи моральное сознание по методу Л.Колберга-М.Блатта (L.Kolberg, M.Blatt) в форме систематических групповых дискуссий на тему моральных дилемм. Подобные занятия будут способствовать социализации стыда и вины и развитию здоровой совести у этих подростков.

1. *Выготский Л.С.* История развития высших психических функций. Собр. сочинений. Т. 3. М.: Педагогика, 1983. С. 5-328.
2. *Дарвин Ч.* О выражении эмоций у человека и животных. СПб.: Питер, 2001.
3. *Изард К.Э.* Психология эмоций. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
4. *Прихожан А.М., Толстых Н.Н.* Психология сиротства. – СПб.: Питер, 2007. – 416 с.
5. *Morrison A.P.* Shame: The Underside of Narcissism. Hillsdale, N.J.: Analytic Press, 1989.
6. *Tangney J.P., Dearing R.L.* Shame and guilt. NY: Guilford Press, 2002.