



УДК 159.923.2

**Андерсон Мария Николаевна**

кандидат психологических наук,  
доцент кафедры психологии развития и образования,  
Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина,  
e-mail: maria.anderson@yandex.ru

**Соснова Екатерина Анатольевна**

врач-физиотерапевт; магистр психологии по направлению «Психология личности», ФГКУ «442 Военный клинический госпиталь»

Министерства Обороны Российской Федерации;  
Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина  
e-mail: [fizdoc18@mail.ru](mailto:fizdoc18@mail.ru)

**Maria N. Anderson**

Candidate of Psychological Sciences,  
Associate Professor of the Department of Developmental Psychology and Education,  
A.S. Pushkin Leningrad State University,  
e-mail: maria.anderson@yandex.ru

**Ekaterina A. Sosnova**

Physiotherapist; Master's degree in Psychology in the field of Personality Psychology, FGKU 442 Military Clinical Hospital

Ministry of Defense of the Russian Federation;  
A.S. Pushkin Leningrad State University  
e-mail: [fizdoc18@mail.ru](mailto:fizdoc18@mail.ru)

**Особенности отношения к матери у подростков с разным уровнем застенчивости****Peculiarities of the attitude towards the mother in adolescents with different levels of shyness**

**Аннотация:** Актуальность исследования застенчивости в подростковом возрасте связана с тем, что в данном возрастном периоде происходит социальное и личностное самоопределение, и ведущей деятельностью подростка становится расширение сферы социальной активности, трансформация отношений со сверстниками, взрослыми и родителями, самоутверждение, планирование собственного будущего. Целью данного исследования является определение отношений с матерью подростков с разным уровнем застенчивости. Задачи включают изучение теоретических основ проблемы исследования, диагностику отношений с матерью и застенчивости в подростковом возрасте, а также сравнительный и корреляционный анализ значений изучаемых показателей. Был применен психодиагностический комплекс, направленный на выявление степени застенчивости и детско-родительских отношений, а также математико-статистические методы. Результаты показали ряд значимых различий отношений с матерью у подростков с разным уровнем застенчивости, а также наличие, как прямых корреляционных связей между изучаемыми показателями.

**Ключевые слова:** застенчивость; межличностные взаимоотношения; тип привязанности; отношение к матери; стиль воспитания.

**Abstract:** The relevance of the study of shyness in adolescence is related to the fact that in this age period social and personal self-determination occurs, and the leading activity of a teenager is the expansion of the sphere of social activity, the transformation of relationships with peers, adults and parents, self-affirmation, planning their own future. The purpose of this study is to determine the relationship with the mother of adolescents with different levels of shyness. The tasks include studying the theoretical foundations of the research problem, diagnosing relationships with the mother and shyness in adolescence, as well as comparative and correlation analysis of the values of the studied indicators. A psychodiagnostic complex was applied, aimed at identifying the degree of shyness and child-parent relations, as well as mathematical and statistical

*methods. The results showed some significant differences in the relationship with the mother among adolescents with different levels of shyness, as well as the presence of direct correlations between the studied indicators.*

**Key words:** *shyness; interpersonal relationships; type of attachment; attitude to mother; parenting style.*

## **Введение**

Изучение проблемы застенчивости связана с тем, что она особенно распространена при стремительном ритме нынешней жизни и наиболее ярко выражена в подростковом возрасте. В современном мире данное явление имеет стремление к экспансии. Причинным фактором может являться то, что многие виды деятельности, ранее зависящие от личного общения, в настоящее время успешно выполняются в онлайн-формате. Ведь теперь знакомиться, искать информацию, следить за новостями, осуществлять деловое и социальное взаимодействие, контактировать с единомышленниками, общаться с друзьями, можно и без прямого контакта посредством гаджета. Также актуальность обсуждения явления застенчивость и работы с ней связана с тем, что современные подростки столкнулись с искоренением устных экзаменов. Конечно, кто-то имеет навык и письменной и устной речи, хотя не всем суждено обладать ораторским даром. Однако для подростков с застенчивостью возможность «не говорить» чревата снижением способности усваивать информацию, обучаться новому, поддерживать беседы на разные темы. Эти возможности являются и удобством, и несут в себе опасность социальной изоляции и ограничения общения. Застенчивый подросток максимально сконцентрирован на себе, своих чувствах, мыслях, физических реакциях, что, по сути, вступает в контакт лишь с собственными переживаниями, не видя ничего и никого вокруг. С течением времени вышеописанные проявления, если не работать над собой, становятся настолько привычными, что можно сказать, будто застенчивый подросток сам для себя становится «тюремщиком» и «надзирателем», заключая себя в оковы застенчивости. Застенчивость способствует все большему погружению подростка в себя и ограничивает социальные контакты. В итоге, подросток может прекратить взаимодействовать с окружающими его людьми, в том числе и со сверстниками. Опасность прогрессирующей застенчивости кроется в ее разрушительном действии на подростка. Он настолько поглощен терзаниями о себе самом, что не слышит, не видит другого, не способен сам думать о себе в позитивном ключе и воспринимает все сказанное за критику. Это лишает подростка способности ясно мыслить, быть активным, а приводит лишь к непрекращающемуся волнению, отчужденности, подавленности. [3], [4] Изучение проблемы застенчивости позволит разработать способы адаптации подростков с целью преодоления социальных ограничений, развития навыков выстраивания доверительных отношений, повышения самооценки, улучшения качества жизни.

Следует отметить, что, несмотря на теоретические обоснования взаимосвязи застенчивости и семейного воспитания (ненадежный тип привязанности и авторитарный стиль воспитания), остается неясной взаимосвязь их с уровнем застенчивости. По данным исследования, проведенного Семачкиной Ю. С., были получены данные о том, что застенчивость не связана со стилями воспитания. [6, с. 74] Таким образом, вопрос взаимосвязи уровня застенчивости и стиля воспитания остается недостаточно изученным.

## **Результаты**

Исследование проводилось очно на базе Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения - средняя общеобразовательная школа №235 с углубленным изучением отдельных учебных предметов им. Д.Д. Шостаковича Адмиралтейского района Санкт-Петербурга. Выборка исследования состояла из 60 учащихся 8 - 10 классов, возраста 13 - 16 лет (средний возраст 14,5 лет). С целью разделения выборки по уровням застенчивости применялась методика диагностики застенчивости (МДЗ) К.С. Чечулиной. Далее приведены результаты сравнительного анализа отношений с матерью между подгруппами подростков, выявленных по данной методике, с применением U-критерия Манна-Уитни. Восприятие отношения к родителю и стиля воспитания подростками от 13 до 18 лет изучалось с помощью методики «Подростки о родителях» Z. Matejcek, P. Rican (1983), в адаптации НИПНИ (2001); изучение особенностей взаимоотношений матери с другими людьми в восприятии подростков проводилось с помощью «Геста межличностных взаимоотношений» Т. Лири в адаптации Л.Н. Собчик. Типы привязанности к матери у подростков изучались с применением опросника на привязанность к родителям для старших подростков к матери М. В. Яремчук.

Таблица 1. Результаты сравнительного анализа отношения с родителем подростков с разным уровнем застенчивости с применением методики «Подростки о родителях» (ПОП-ADOR)

	Практически незастенчивые		Ситуативно-застенчивые		Эмпирическое значение U-критерия Манна-Уитни
	Среднее значение	Сумма рангов	Среднее значение	Сумма рангов	
Позитивный интерес	3,24	508,00	3,29	1262,00	355,000 при $p>0,05$
Директивность	2,59	565,50	2,00	1204,50	301,500 при $p>0,05$
Враждебность	2,88	518,50	2,71	1251,50	348,500 при $p>0,05$
Автономность	3,71	513,00	3,76	1257,00	354,000 при $p>0,05$
Непоследовательность	3,29	534,00	3,10	1236,00	333,000 при $p>0,05$
Фактор близости	3,12	496,00	3,31	1274,00	343,000 при $p>0,05$
Фактор критики	2,29	544,00	1,93	1226,00	323,000 при $p>0,05$

По результатам сравнительного анализа показателей отношения с родителем у подростков с разным уровнем застенчивости достоверных различий между группами выявлено ( $p>0,05$ ). Следовательно, уровень застенчивости подростков не является статистически значимым фактором, влияющим на их восприятие отношений с матерью по шкалам методики. Соответственно, подростки с разным уровнем застенчивости (практически незастенчивые, ситуативно-застенчивые) в целом одинаково оценивают своих матерей по таким параметрам, как доброжелательность, враждебность, автономность, директивность и непоследовательность.

В таблице 2 представлены результаты сравнительного анализа показателей по методике «Тест межличностных отношений Лири».

Таблица 2. Результаты сравнительного анализа показателей представлений о матери у подростков с разным уровнем застенчивости

	Практически незастенчивые		Ситуативно-застенчивые		Эмпирическое значение U-критерия Манна-Уитни
	Среднее значение	Сумма рангов	Среднее значение	Сумма рангов	
Авторитарная	8,53	572,50	7,52	1197,5	294,500 при $p>0,05$
Эгоистичная	5,88	577,00	4,93	1193,0	290,000 при $p>0,05$
Агрессивная	5,65	462,50	5,90	1307,5	309,500 при $p>0,05$
Подозрительная	2,35	472,50	2,43	1297,5	319,500 при $p>0,05$
Подчиняемая	1,12	347,50	2,83	1422,5	<b>194,500 при <math>p&lt;0,01</math></b>
Зависимая	2,53	414,00	3,60	1356,0	261,000 при $p>0,05$
Дружелюбная	4,94	459,50	5,93	1310,5	306,500 при $p>0,05$
Альтруистическая	5,29	456,50	6,43	1313,5	303,500 при $p>0,05$

По результатам сравнительного анализа показателей были установлены достоверные различия в выраженности характеристики «Подчиняемая» ( $U=194,5$ ;  $p<0,01$ ). Так ситуативно-застенчивые подростки оценивают подчиняемость матери выше, чем практически незастенчивые подростки.

Достоверных различий в выраженности остальных показателей методики выявлено не было.

Результаты сравнительного анализа по тесту Лири показали, что уровень застенчивости подростков влияет на их восприятие склонности матерей к подчинению. Ситуативно-застенчивые подростки воспринимают своих матерей как более склонных к подчинению, чем практически незастенчивые. При этом уровень застенчивости не оказывает влияния на восприятие матерей по другим важным характеристикам межличностных отношений, таким как авторитарность, эгоистичность, агрессивность, подозрительность, зависимость, дружелюбие и альтруистичность.

В таблице 3. представлены результаты сравнительного анализа показателей по методике «Опросник на привязанность к родителям для старших подростков к матери»

Таблица 3. Результаты сравнительного анализа типов привязанности к матери у подростков с разным уровнем застенчивости

	Практически незастенчивые		Ситуативно-застенчивые		Эмпирическое значение U-критерия Манна-Уитни
	Среднее значение	Сумма рангов	Среднее значение	Сумма рангов	

Надежная привязанность	6,12	497,50	6,71	1272,50	344,500 при $p>0,05$
Тревожно амбивалентная привязанность	2,41	537,00	1,52	1233,00	330,000 при $p>0,05$
Избегающая привязанность	1,47	489,50	1,76	1280,50	336,500 при $p>0,05$

По результатам сравнительного анализа выраженности типов привязанности достоверных различий между подростками с разным уровнем застенчивости установлено не было. По всем показателям уровень значимости значительно превышает 0,05.

Далее рассмотрим часть результатов корреляционного анализа значений изучаемых показателей. В первую очередь, корреляционную плеяду показателей застенчивости и типа отношения к окружающим матерей у подростков. Данные приводятся по результатам применения «Теста межличностных отношений» Т. Лири и методики диагностики застенчивости К.С. Чечулиной. Корреляционный анализ проводился с помощью непараметрического критерия Спирмена.

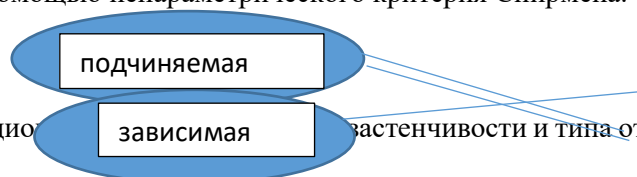


Рис.1 Корреляционная плеяда показателей застенчивости и типа отношения к окружающим матерей у подростков

Было установлено, что застенчивость прямо связана с оценками матери по следующим факторам «Подчиняемая» и «Зависимая». Соответственно, чем выше уровень застенчивости у подростка, тем больше он склонен воспринимать свою мать как подчиняемую и зависимую. Застенчивые подростки, как правило, сами склонны к пассивности, уступают, избегают конфликтов. Они могут проецировать свои собственные черты характера на матери, видя в их поведении пассивность, чем может быть на самом деле. С другой стороны, такие паттерны поведения могут восприниматься детьми как модели поведения, которым они следуют в жизни.

#### Обсуждение

Как уже было сказано ранее, в целом, проведенный сравнительный и корреляционный анализ значений показателей застенчивости, типов привязанности и отношения к окружающим матерей подростков показал минимальное число значимых результатов. Так, по отсутствию значимых различий по ряду шкал (методика К.С. Чечулиной) можно сделать вывод о том, что уровень застенчивости подростков не является статистически значимым фактором, влияющим на их восприятие отношений с матерью по шкалам методики. Соответственно, подростки с разным уровнем застенчивости (практически незастенчивые, ситуативно-застенчивые) в целом одинаково оценивают своих матерей по таким параметрам, как доброжелательность, враждебность, автономность, директивность и непоследовательность.

Результаты сравнительного анализа по тесту Лири показали, что уровень застенчивости подростков влияет на их восприятие склонности матерей к подчинению. Ситуативно-застенчивые подростки воспринимают своих матерей как более склонных к подчинению, чем практически незастенчивые. При этом уровень застенчивости не оказывает влияния на восприятие матерей по другим важным характеристикам межличностных отношений, таким как авторитарность, эгоистичность, агрессивность, подозрительность, зависимость, дружелюбие и альтруистичность.

По данным сравнительного анализа типов привязанности у подростков с разным уровнем застенчивости можно констатировать, как и в предыдущих случаях, то, что уровень застенчивости подростков не является статистически значимым фактором, определяющим тип их привязанности к матери. Это означает, что подростки с разным уровнем застенчивости (практически незастенчивые и ситуативно-застенчивые) в целом имеют одинаковую вероятность демонстрировать надежный, тревожно-амбивалентный или избегающий тип привязанности.

Относительно корреляционной плеяды, повторимся, что значимые связи выявлены только с признаками поведения, свойственными самим застенчивым подросткам, что может свидетельствовать о возможности проецирования.

#### Заключение

Данное исследование было посвящено изучению особенностей отношений с матерью у подростков с разным уровнем застенчивости. Актуальность исследования застенчивости в подростковом возрасте связана с тем, что в данном возрастном периоде происходит социальное и личностное само-

определение. Ведущей деятельностью подростка становится расширение сферы социальной активности, трансформация отношений со сверстниками, взрослыми и родителями, самоутверждение, планирование собственного будущего. [3]

Не представляется возможным повлиять на наследственную обусловленность к застенчивости, однако можно помочь застенчивому подростку адаптироваться к окружающей среде, поддержать его в переживаниях на счет самооценки, обучить навыкам выстраивания отношений. Ведь наследственность предполагает, а разовьется ли далее застенчивость зависит от многих факторов, степень проявления застенчивости и процесс управления ею подлежат переменам. [1]

В рамках данного исследования были рассмотрены теоретические основы особенностей отношений с матерью у подростков с разным уровнем застенчивости, а именно проанализированы отечественные и зарубежные источники, посвященные изучению застенчивости, раскрыты различные подходы в понимании застенчивости, изучены характеристики подросткового периода, особенности семейных отношений, в частности отношений с матерью в формировании застенчивости.

#### **Список источников:**

1. Батлер, Джиллиан. Преодоление застенчивости и социальной тревожности: программа самопомощи, основанная на когнитивно-поведенческих техниках /Джиллиан Батлер; [перевод с английского А. Чечиной]. – Москва: Эксмо, 2023. – 352 с.

2. Волкова Е. Е., Капустина Т. В., Черемискина И. И. Развитие модели привязанности в контексте различных теоретических подходов // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Том 6. № 1А. С. 45-53.

3. Выготский Л. С. Педология подростка. Психологическое и социальное развитие ребенка. – СПб.: Питер, 2021. – 224 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).

4. Дольто, Ф. На стороне подростка. – 4-е изд. / Франсуаза Дольто; [перевод с фр. А. К. Борисовой]. – Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2020. – 423, [1] с. – (Серия «Авторитетные детские психологи»).

5. Зимбардо, Филип. Застенчивость. Как ее побороть и приобрести уверенность в себе / Филип Зимбардо; [перевод с английского В. Д. Баттисты]. – Москва: Эксмо, 2023. – 448 с.

6. Карабанова О. А. В поисках оптимального стиля родительского воспитания // Национальный психологический журнал. – 2019. – № 3 (35). – С. 71–79.

#### **References**

1. Butler, Gillian. *Overcoming shyness and social anxiety: a self-help program based on cognitive behavioral techniques* /Gillian Butler; [translated from English by A. Chechina]. Moscow: Eksmo, 2023. 352 p.

2. Volkova E. E., Kapustina T. V., Cheremiskina I. I. The development of the attachment model in the context of various theoretical campaigns // *Psychology. Historical and critical reviews and modern research*. 2017. Volume 6. No. 1A. pp. 45-53.

3. Vygotsky L. S. *The pedology of the adolescent. Psychological and social development of the child*. St. Petersburg: Peter, 2021. 224 p. (Masters of Psychology series).

4. Dolto, F. *On the side of the teenager*. - 4th ed. / Françoise Dolto; [translated from the French by A. K. Borisova]. Yekaterinburg: Rama Publishing, 2020. 423, [1] p. (Series "Reputable child Psychologists").

5. Zimbardo, Philip. *Shyness. How to overcome it and gain self-confidence* / Philip Zimbardo; [translated from English by V. D. Battista]. – Moscow: Eksmo, 2023. – 448 p.

6. Karabanova O. A. *In search of an optimal parenting style* // *National Psychological Journal*. – 2019. – № 3 (35). – Pp. 71-79.