

Стыд и вина как психологические феномены

Научный руководитель – Ревуцкая Ирина Викторовна

Бухтиярова Марта Львовна

Студент (магистр)

Донецкий национальный университет, Филологический факультет, Кафедра психологии,
Донецк, Украина

E-mail: bukhtiyarova91@bk.ru

Вина и стыд являются социальными эмоциями, которые выступают регуляторами поведения индивида. Стыд и вина есть механизмы, способствующие приспособлению личности к условиям общественной жизни. Известно, что формирование способности у субъекта переживать стыд и вину обусловлено его включенностью в социальное взаимодействие. И пока существует и изменяется общество, а вина и стыд выступают индикаторами социального контроля, - данная тема будет актуальна.

Стыд и вину можно уподобить хранителям границ, пресечение которых нарушает моральные нормы и приводит к социальным санкциям [5, с. 48].

Стыд переживается как неудовлетворенность собой, осуждение себя и затрагивает идентичность, самость человека.

З. Фрейд рассматривал вину как нравственную разновидность тревоги, тревогу совести. Она выражается в недовольстве своими поступками или действиями, переживании несоответствия моральным требованиям и т.д. [4, с. 141].

Осуществив детальный анализ исследований феноменов вины и стыда отечественных и зарубежных ученых, мы хотим представить теоретическую модель (рис.1) общих характеристик и различий вины и стыда. Теоретико-методологическую основу теоретической модели составили: структурная теория З. Фрейда, концепции аналитического направления (Б. Килборн, М. Якоби), теория дифференциальных эмоций К. Изарда, гештальт-подход (Ф. Перлз, П. Вейс, Р. Поттер-Эфрон).

В соответствии с моделью стыд и вина имеют такие общие характеристики:

Нейрофизиологический компонент связан с уменьшением нейронной активности мозга, которая приводит к снижению переживания чувств интереса, радости и удовольствия. Доказано, что уровень нейротромедиатора серотонина и тестостерона отрицательно коррелирует с ощущениями стыда и вины.

Психосоциальная функция стыда и вины заключается в их адаптивном значении. Р. Поттер-Эфрон отмечает, что «стыд и вина производственные интимных взаимодействий самости и общества» [3, с. 42].

Стыд - это механизм, защищающий интимность как особое драгоценное качество личности. Потеря стыда приводит к потере интимности, нарушению личностных границ индивида. Вина же выполняет функцию морального регулятора для поддержания норм социального поведения.

Стыд и вина являются *регуляторами социального поведения индивида*. Исследователи отмечали, что стыдясь, человек ощущает повышение самосознания и самоконтроля, что в свою очередь, влияет на его поведение, а переживание вины вызывает сожаление о нарушенных или утраченных контактах и стремление изменить ситуацию.

Идентичные аффективные переживания чувства стыда и вины выражаются в дискомфорте, который включает в себя побудительный компонент, направленный на изменения определенных паттернов поведения субъекта [1, с. 241].

Двойственный эффект данных феноменов проявляется в продуктивности или непродуктивности организации жизнедеятельности человека. С одной стороны, данные переживания делают личность чувствительной к собственным чувствам, а также к чувствам, мнениям и оценкам других людей, что действует как сближающая сила. С другой стороны, чрезмерный стыд и вина являются деструктивными, деактивирующими и блокирующими самовыражение индивида, его спонтанность, аутентичность и творчество, а также межличностные коммуникации.

Однако, несмотря на общие признаки и черты, стыд и вина являются дискретными переживаниями. Выделены следующие различия данных феноменов:

Что вызывает: стыд вызывает собственная личность. Он переживается как несоответствие себя в целом и затрагивает идентичность человека, в то время как вина есть следствие определенного поступка или действия [2, с. 86].

Основная мысль: основной линией мыслительной организации субъекта, испытывающего стыд, выступает представление о себе как скверном, недостойном, презренном и т.д. Основной же мыслью при переживании чувства вины является: «Я совершил плохой поступок».

Неудача: основная мысль в случае переживания вины «Я совершил плохой поступок» подразумевает неудачу собственной деятельности, в то время как стыд ощущается как неудача бытия, всей жизнедеятельности человека.

Центральный страх: исходя из личностного опыта индивида, переживающего стыд, центральным страхом выступает страх быть покинутым, отвергнутым, не принадлежать к определенной группе. Чувство вины же вызывает страх наказания или того, что человека могут изгнать из того социального пространства, принадлежностью к которому он дорожит и чьи взгляды и ценности он разделяет.

Детерминанты формирования: основными детерминантами формирования стыда выступает опыт отвержения, унижения и наказания со стороны значимых близких. Чувство вины формируется в процессе опыта наказания или принуждения.

Таким образом, можно охарактеризовать стыд как переживание тотального несоответствия своей личности в целом, а вину - как переживание несоответствия своего поступка или поведения. Данные феномены выступают индикаторами социального контроля и оказывают существенное влияние на самочувствие, поведение, деятельность индивида и организацию его межличностных коммуникаций.

Источники и литература

- 1) Изард К. Психология эмоций. Спб., 2012.
- 2) Килборн Б. Исчезающие люди: стыд и внешний облик. М., 2007.
- 3) Поттер-Эфрон, Р.Т. Стыд вина и алкоголизм: клиническая практика. М., 2002.
- 4) Фрейд З. Толкование сновидений. Спб., 2010.
- 5) Якоби М. Стыд и истоки самоуважения. М., 2011.

Иллюстрации

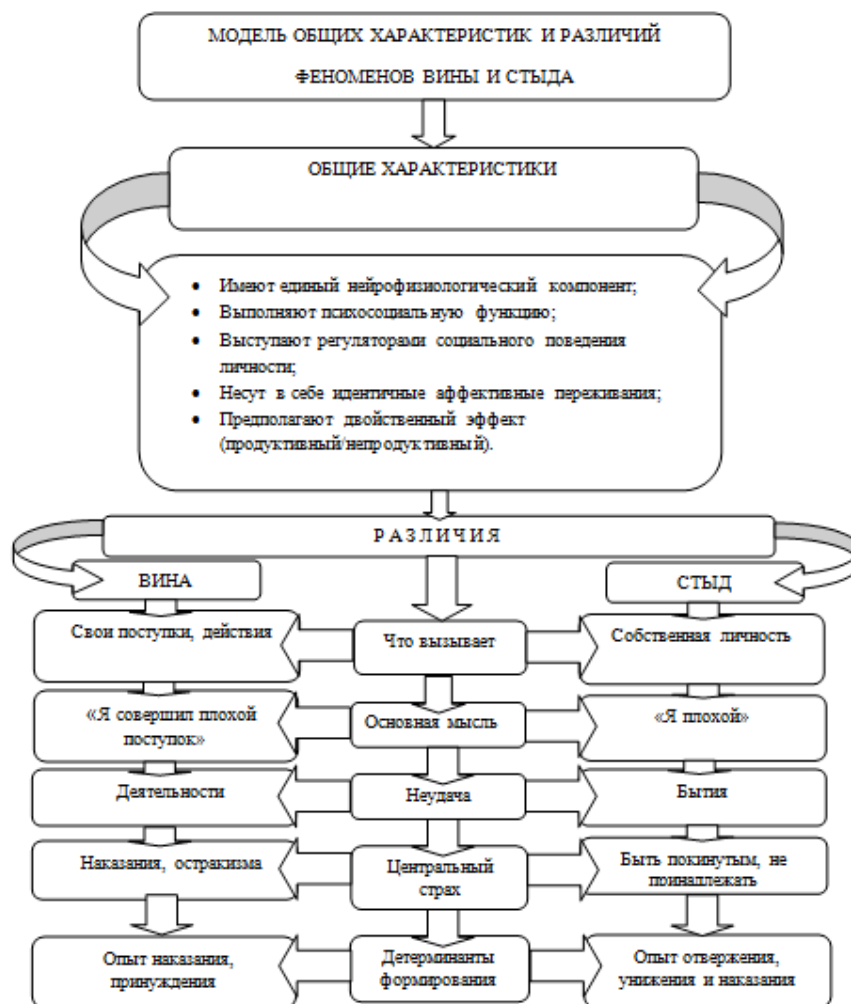


Рис. 1. Рис.1. Теоретическая модель общих характеристик и различий вины и стыда