ACTA UNIVERSITATIS LODZIENSIS
FOLIA PSYCHOLOGICA 14, 2010

RYSZARD STUDENSKI
Krakowska Akademia im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego
ANNA STUDENSKA
Wydział Etnologii i Nauk o Edukacji, Uniwersytet Śląski, Katowice

NIEŚMIAŁOŚĆ A OCENA FUNKCJONOWANIA W SYTUACJACH NIEWYMAGAJĄCYCH EKSPOZYCJI SPOŁECZNEJ

WPROWADZENIE

W potocznym rozumieniu nieśmiałość jest utożsamiana z brakiem odwagi, niepewnością, nadmierną wstydliwością, skłonnością do zażenowania oraz tendencją do unikania kontaktów z ludźmi (Zimbardo, 2000). W roku 1901 Paul Hartenberg (za: Harwas-Napierała, 1995) zdefiniował nieśmiałość jako skłonność do odczuwania niepokoju w obecności innych osób. W formułowanych potem definicjach podkreślano, że nieśmiałość wyraża zahamowanie oraz stałą gotowość do reagowania podwyższonym lękiem i odczuwania dyskomfortu w sytuacjach ekspozycji społecznej (Cheek, Buss, 1981; Eisenberg i in., 1995). W niedawno sformułowanej definicji (Kenrick i in., 2002, s. 211) przyjęto, że nieśmiałość to „skłonność do odczuwania napięcia, niepokoju lub obcości w nowych sytuacjach społecznych oraz w obecności nieznajomych". Również na potrzeby badań nieśmiałość jest operacjonalizowana zgodnie z jej definicyjnym obrazem jako specyficzna cecha podmiotowa, rozpoznawana i mierzona na podstawie jej fizjologicznych i behawioralnych symptomów, ujawniających się wyłącznie w relacjach międzyludzkich (Cheek, Briggs, 1990; Crozier, 1995). Kontekst społeczny stanowi także główną podstawę do określania skutków nieśmiałości. Przyjmuje się, że nieśmiałość upośledza sprawność interpersonalną oraz społeczne funkcjonowanie (Joiner, 1997), jest przyczyną unikania sytuacji społecznych oraz doświadczania strachu w kontaktach z osobami o wysokim statusie społecznym lub mającymi władzę (Jones i in., 1986), a także utrudnia realizację zachowań autoprezentacyjnych (Leary, 1999) i asertywnych (Hopko i in., 2005). Istnieje wiele danych empirycznych pokazujących, że nieśmiałość jest symptomem niezaspokojonej potrzeby poczucia bezpieczeństwa w sytuacjach społecznych (Cheek, Briggs, 1990; Dzwonkowska, 2003).

Obok badań lokujących problematykę nieśmiałości w przestrzeni społecznej przeprowadzono również wiele obserwacji sugerujących, że może być ona przekazywana dziedzicznie, jest powiązana z emocjonalnością, a jej wpływ może się przenosić poza kontekst społeczny. J. Kagan (1989) przyjął, że nieśmiałość stanowi główny symptom temperamentu zahamowanego. Dzieci, u których w łonie matki lub krótko po urodzeniu zaobserwowano podwyższoną wrażliwość na bodźce środowiskowe, manifestowaną przyśpieszoną akcją serca bądź zwiększoną aktywnością motoryczną, były potem bardziej lękliwe i zahamowane w porównaniu z dziećmi, u których nie obserwowano symptomów podwyższonej reaktywności (Kosslyn, Rosenberg, 2006). Jednostki o temperamencie zahamowanym, obserwowane w laboratorium Kagana, demonstrowały nieśmiałość nie tylko w sytuacjach ekspozycji społecznej, ale reagowały lękiem i powściągliwością także w nowych sytuacjach lub w otoczeniu niepoznanych wcześniej przedmiotów (Kagan, 1994). Dzieci zahamowane unikały także trudnych i ryzykownych czynności (Reznick i in., 1986) oraz wzbraniały się przed podejmowaniem czynności wymagających odwagi: np. odmawiały skoku do wody z trampoliny (Goleman, 1997). Stwierdzono również, że nieśmiałość wywiera wpływ zarówno na styl bieżących, rutynowych czynności, jak i na wyniki uzyskiwane podczas osiągania celów długoterminowych. Jednostki nieśmiałe, odmiennie od śmiałych, preferowały humor pokazujący zdarzenia deprecjonujące poczucie wartości, natomiast powściągliwie reagowały na śmieszne, zdaniem osób śmiałych, zaskakujące sytuacje dotyczące współpracy, przyjaźni lub miłości (Hampes, 2006). Gesty, mimika i ekspresja emocji, prezentowane przez jednostki nieśmiałe, były oszczędne i pozbawione dynamiki; w diagnozie nieśmiałości trafna okazała się np. ocena wymiany powitalnego uścisku dłoni (Chaplin i in., 2000), który w wykonaniu nieśmiałych był niedynamiczny i unikający wzajemnego kontaktu. Badani nieśmiali mieli mniej bliskich znajomych niż ich śmiali rówieśnicy (Cheek, Buss, 1981), a ich zachowanie się w szkole było bardziej pasywne od obserwowanego u młodzieży śmiałej (Paulsen i in., 2006). Mężczyźni, u których w dzieciństwie rozpoznano nieśmiałość, zawierali związki małżeńskie później, dłużej stabilizowali swoją pozycję i karierę zawodową oraz rzadziej odnosili sukcesy w pracy w porównaniu z mężczyznami nieujawniającymi w dzieciństwie symptomów nieśmiałości (Caspi i in., 1988).

W przeglądzie badań amerykańskich (Dzwonkowska, 2003) pokazano, że obok sytuacji społecznych, w których jednostki nieśmiałe funkcjonują gorzej w porównaniu ze śmiałymi, istnieją również sytuacje pozbawione ekspozycji społecznej, w których jednostki nieśmiałe mogą funkcjonować nieefektywnie ze względu na niski poziom cech określanych jako korelaty nieśmiałości.

Badacze zajmujący się problematyką kreatywności zwracają uwagę na związek nieśmiałości z konformizmem (Amabile, 1983) i wskazują na znaczącą rolę odwagi i śmiałości w myśleniu innowacyjnym (Cheek, Stahl,

1986), w odkrywaniu nowych form i symboli w sztuce (M a y, 1994), w formułowaniu innowacyjnych teorii naukowych i koncepcji filozoficznych (B o r z y m, 1998) oraz we wprowadzaniu zmian w strukturze i funkcjonowaniu systemów społeczno-technicznych (P r o c t o r, 1998).

PROBLEM I HIPOTEZY

Podstawą w formułowaniu problemów i pytań badawczych dotyczących nieśmiałości jest założenie, że pozostaje ona w związku z nastawieniem wobec innych osób, jej behawioralne symptomy ujawniają się podczas ekspozycji społecznej oraz że jest cechą zakłócającą relacje interpersonalne i wpływającą na doświadczanie dyskomfortu w sytuacjach społecznych. Obserwacje dokonane w laboratorium J. Kagana oraz wykazany przez J. C h e e k i S. S t a h l (1986) związek nieśmiałości z kreatywnością sugerują, że wpływ nieśmiałości może się przenosić poza kontekst społeczny i upośledzać zdolność przystosowywania się do zmian i nowych warunków. Jest możliwe, że nieśmiałość wpływa nie tylko na relacje interpersonalne i społeczne funkcjonowanie, ale również pozostaje w związku z nonkonformizmem poznawczym, odwagą w inicjowaniu zmian oraz z autonomicznym poczuciem zdolności do decydowania o sobie.

Właściwością jednostki autonomicznej jest kierowanie własnym życiem (H a w o r t h, 1986). Człowiek autonomiczny „działa niezależnie nie będąc rządzonym przez innych" (B o u d, 1995, s. 8). Dlatego można przypuszczać, że uczniowie nieśmiali są mniej autonomiczni od uczniów śmiałych, a to oznacza, że są również mniej samodzielni pod względem formułowania i realizowania planów uczenia się i osiągania celów szkolnych oraz życiowych.

Sygnalizowany związek między nieśmiałością a zachowaniem się w warunkach niewymagających ekspozycji społecznej nie ma dostatecznego potwierdzenia empirycznego. Zdaniem niektórych badaczy „J. Kagan i współpracownicy nie stosowali technik psychometrycznych do pomiaru temperamentu zahamowanego i niezahamowanego" (S t r e l a u, 2001, s. 143). Również przytoczonej wcześniej informacji o powiązaniu odwagi i śmiałości z myśleniem innowacyjnym nie wspierają dowody empiryczne. Dlatego też za problem badawczy przyjęto następujące pytanie: **Czy pomiary nieśmiałości pozostają w związku z temperamentem i osobowością oraz z cechami wpływającymi na efektywność funkcjonowania w sytuacjach nie wymagających obecności innych osób?**

Założono, że nieśmiałość pozostaje w związku z cechami temperamentu i osobowości, i oczekiwano ujawnienia się korelacji między nieśmiałością a cechami warunkującymi zachowania społeczne (towarzyskość, ekstrawersja) oraz nieśmiałością a cechami wyznaczającymi odporność na stres i sprawność funkcjonowania w sytuacjach trudnych, nowych lub decyzyjnych. Do cech tych

włączono emocjonalność, neurotyzm i otwartość na doświadczenie oraz skłonność do ryzyka, transgresji i poszukiwania wrażeń, a także poczucie miejsca ulokowania kontroli oraz poczucie wartości własnej i autonomii w uczeniu się.

Do weryfikacji przyjęto następujące hipotezy:

H_1: Cechy temperamentu w ujęciu genetycznej teorii Bussa i Plomina są lepszymi predykatorami nieśmiałości w porównaniu z cechami osobowości wyróżnionymi w modelu wielkiej piątki Costy i McCrae.

H_2: Pomiary nieśmiałości są ujemnie skorelowane z pomiarami towarzyskości i ekstrawersji oraz dodatnio z pomiarami emocjonalności i neurotyzmu.

Założono, że jednostki nieśmiałe w porównaniu ze śmiałymi oceniają swoje funkcjonowanie w sytuacjach pozbawionych ekspozycji społecznej jako mniej efektywne. W związku z tym oczekiwano, że:

H3: Średnie arytmetyczne z pomiarów **skłonności do ryzyka** będą różniły się w grupach osób zróżnicowanych pod względem nieśmiałości.

H4: Średnie arytmetyczne z pomiarów **transgresji** będą różniły się w grupach osób zróżnicowanych pod względem nieśmiałości.

H5: Średnie arytmetyczne z pomiarów **umiejscowienia kontroli** będą różniły się w grupach osób zróżnicowanych pod względem nieśmiałości.

H6: Średnie arytmetyczne z pomiarów **potrzeby nowości i wrażeń** będą różniły się w grupach osób zróżnicowanych pod względem nieśmiałości.

H7: Średnie arytmetyczne z pomiarów **samooceny** będą różniły się w grupach osób zróżnicowanych pod względem nieśmiałości.

H8: Istnieje związek między nieśmiałością a poczuciem autonomii w uczeniu się.

METODA

Osoby badane

Badania prowadzono w ramach zajęć z psychologii ogólnej w Uniwersytecie Śląskim. Przebadano 174 osoby w tym 125 kobiet i 49 mężczyzn. Wiek badanych zawierał się w przedziale od 18 do 23 lat (M = 19,45; SD = 1,12). Udział w badaniach był dobrowolny i anonimowy, badani mieli możliwość odmówienia w nich udziału.

NARZĘDZIA I SPOSÓB PRZEPROWADZENIA BADAŃ

W pomiarach cech temperamentu stosowano Kwestionariusz EAS A. H. Bussa i R. R. Plomina (Oniszczenko, 1997). Wymiary osobowości diagnozowano za pomocą Inwentarza osobowości NEO-FFI P. T. Costy i R. R. McCrae

(Z a w a d z k i i in., 1998). W pomiarach **nieśmiałości** wykorzystano kwestionariusz własnej konstrukcji złożony z 23 stwierdzeń (Unikam rozmów z nieznajomymi; W kontaktach z innymi obawiam się, że źle wypadnę; Zdarza się, że „oblewam" się rumieńcem) punktowanych: zdecydowanie tak – 4 pkt., tak – 3 pkt., trudno powiedzieć – 2 pkt., nie – 1 pkt., zdecydowanie nie – 0 pkt. Rzetelność kwestionariusza nieśmiałości opisują wskaźniki: α Cronbacha = 0,89 oraz r_{tt} Guttmana = 0,91. Kwestionariusz diagnozuje poziom nieśmiałości – im wyższy wynik, tym większa nieśmiałość.

Skłonność do ryzyka mierzono za pomocą Skali Preferencji Ryzyka (SPR) stanowiącej modyfikację Testu Zachowań Ryzykownych (S t u d e n s k i, 2004). Skala ta jest utworzona z 16 stwierdzeń (Odczuwam satysfakcję, gdy mam podjąć ryzyko; Lubię pracę lub zabawę z elementami ryzyka; Bez podejmowania ryzyka moje życie byłoby nudne) z odpowiedziami: tak – 4 pkt., raczej tak – 3 pkt., trudno powiedzieć – 2 pkt., raczej nie – 1 pkt, nie – 0 pkt. Wskaźniki rzetelności SPR wynoszą: α Cronbacha = 0,90 i r_{tt} Guttmana = 0,92.

W pomiarach **gotowości do zachowań transgresyjnych** wykorzystano Skalę transgresji (S t u d e n s k i, 2006) utworzoną z 23 twierdzeń z odpowiedziami: zdecydowanie tak – 4 pkt., tak – 3 pkt., trudno powiedzieć – 2 pkt., nie – 1 pkt, zdecydowanie nie – 0 pkt. Poszczególne stwierdzenia skali umożliwiają ujmowanie transgresji autokreacyjnej (Przywiązuję dużą wagę do uczenia się nowych umiejętności. Nabywanie nowych kompetencji traktuję jako ważny swój cel) oraz transgresji interpersonalnej (W kontaktach z innymi próbuję zwiększać zakres swoich praw. W swoim otoczeniu staram się odgrywać rolę lidera). Rzetelność, oszacowana za pomocą wskaźnika α Cronbacha, wynosi 0,82 dla pełnej skali oraz α = 0,74 dla 10-itemowej podskali transgresji autokreacyjnej i α = 0,81 dla 13-itemowej podskali transgresji interpersonalnej.

W pomiarach **poczucia lokalizacji kontroli** stosowano Skalę I-E w Pracy (G l i s z c z y ń s k a, 1990) złożoną z 25 par przeciwstawnych stwierdzeń (a – Niektórzy ludzie rodzą się nieuczciwi i nic im nie pomoże; b – Uczciwość ludzi zależy przede wszystkim od wychowania). Za wybór z każdej pary stwierdzenia zgodnego z kluczem przyznaje się 1 pkt. Wyniki skali ujmują poziom poczucia wewnętrznej lokalizacji kontroli.

Skłonność do poszukiwania nowości i wrażeń mierzono za pomocą 40--itemowej Skali poszukiwania doznań M. Zuckermana. Stosowano wersję Form V. Sensation Seeking Skale: SS (Z u c k e r m a n, 1979). Rzetelność całej skali (α Cronbacha) w różnych badaniach uzyskiwała wartość w granicach od 0,82 do 0,86. Stosowano pełną skalę bez ujmowania wyników jej czterech podskal.

W pomiarach **poczucia własnej wartości** stosowano skalę własnej konstrukcji złożoną z trzech stwierdzeń wyrażających negatywną samoocenę (Odnoszę wrażenie, że inni mnie nie lubią. Wydaje mi się, że inni są zdolniejsi ode mnie. Bywa, że nienawidzę siebie) z odpowiedziami: bardzo często – 4 pkt., często – 3 pkt., czasem – 2 pkt., rzadko – 1 pkt, bardzo rzadko lub nigdy – 0 pkt. Rzetelność tej skali, wyrażona za pomocą wskaźnika α Cronbacha, wynosiła 0,62.

Ze względu na negatywną treść poszczególnych stwierdzeń oraz sposób punktowania odpowiedzi ww. skala ujmuje **natężenie tendencji** do zaniżania wartości własnej, względnie określa, jak bardzo osoba badana siebie nie lubi.

Poczucie autonomii ujmowano za pomocą opracowanego przez Annę Studenską **Inwentarza samooceny uczenia się**, złożonego z 46 itemów (Potrafię zaplanować, czego się nauczę w najbliższym tygodniu. Samodzielnie wybieram sposób, w jaki sprawdzę swoje przygotowanie do zajęć) z odpowiedziami: zdecydowanie nie – 0 pkt., nie – 1 pkt, trudno powiedzieć – 2 pkt., tak – 3 pkt., zdecydowanie tak – 4 pkt. Za podstawę w formułowaniu poszczególnych itemów przyjęto filozoficzną koncepcję autonomii zaproponowaną przez L. Hawortha (1986) i model samoregulowanego uczenia się, opracowany przez B. Zimermanna (2002).

Inwentarz diagnozuje pięć czynników określających niezależność i samodzielność uczenia się. Rzetelność inwentarza, oszacowana za pomocą wskaźnika α Cronbacha, wynosi α = 0,91 dla wszystkich itemów oraz powyżej 0,70 dla poszczególnych podskal.

Skłonność do ryzyka, transgresję, poczucie wartości własnej i autonomię mierzono narzędziami własnej konstrukcji. Rzetelność narzędzi oceniano za pomocą wskaźnika alfa Cronbacha, natomiast trafność szacowano za pomocą analizy czynnikowej i korelacji z kryteriami zewnętrznymi.

Zależność między nieśmiałością a cechami temperamentu, osobowości oraz autonomii oszacowano za pomocą korelacji. Ze względu na skośność rozkładu wyników pomiarów potrzeby nowości i wrażeń oraz transgresji, a także w trosce o czytelne przedstawienie wyników badań postanowiono pokazać, o ile gorzej jednostki nieśmiałe w porównaniu ze śmiałymi oceniają swoje funkcjonowanie w sytuacjach niewymagających kompetencji społecznych.

WYNIKI

Temperamentalne i osobowościowe uwarunkowania nieśmiałości

Związek między poszczególnymi cechami temperamentu i osobowości a nieśmiałością ujmowano za pomocą wskaźnika korelacji Pearsona. W celu poznania związku nieśmiałości z cechami temperamentu i osobowości porównano współczynniki determinacji dla dwoch modeli standardowej regresji wielokrotnej, w których nieśmiałość przyjęto jako zmienną zależną. W pierwszym modelu (M_1) zmiennymi niezależnymi były cechy temperamentu, w drugim zaś (M_2) – cechy osobowości.

Uzyskane wartości korelacji między zmiennymi oraz wyniki analizy regresji przedstawiono w tab. 1 i 2. Spośród pięciu cech temperamentu, pokazanych w tab. 1, cztery są bardzo mocno powiązane z nieśmiałością, przy czym towarzyskość i aktywność są skorelowane z nieśmiałością ujemnie, a strach i nie-

zadowolenie – dodatnio. W analizie związku między nieśmiałością a cechami wielkiej piątki (tab. 2) stwierdzono dodatnią korelację nieśmiałości z neurotyzmem ($p < 0{,}001$) oraz ujemną z ekstrawersją ($p < 0{,}001$) i otwartością na doświadczenie ($p < 0{,}03$). Ugodowość i sumienność okazały się cechami osobowości nieskorelowanymi z nieśmiałością.

Wyniki analizy regresji wykazały, że zarówno cechy temperamentalne, jak i cechy osobowości wywierają bardzo istotny wpływ na poziom nieśmiałości. Bezwzględna wartość współczynnika determinacji dla modelu M_1 ($R_1^2 = 0{,}519$; F (5,75) = 16,201; $p < 0{,}001$) zawierającego cechy temperamentu okazała się wyższa niż w „osobowościowym" modelu M_2 ($R_2^2 = 0{,}373$; F (5,85) = 10,094; $p < 0{,}00000$).

Tabela 1

Korelacja między cechami temperamentu a nieśmiałością oraz wyniki oszacowania wpływu cech temperamentu na poziom nieśmiałości za pomocą standardowej analizy regresji (N = 81)

Cecha temperamentu	Korelacja cech temperamentu z nieśmiałością		Beta	Korelacja semicząstkowa (sr^2)	Wartość testu t	Poziom istotności
	r	p				
Towarzyskość	–0,433	< 0,001	–0,209	–0,178	–2,227	0,029
Aktywność	–0,484	< 0,001	–0,286	–0,265	–3,306	0,001
Złość	0,105	0,355 (*ni*)	–0,319	–0,236	–2,944	0,004
Strach	0,460	< 0,001	0,249	0,175	2,181	0,032
Niezadowolenie	0,555	< 0,001	0,393	0,268	3,341	0,001
R = 0,721; R^2 = 0,519; F (5,75) = 16,201 p < 0,001						

Tabela 2

Korelacja między cechami osobowości a nieśmiałością oraz wyniki oszacowania wpływu cech osobowości na poziom nieśmiałości za pomocą standardowej analizy regresji (N = 91)

Cecha osobowości	Korelacja cech osobowości z nieśmiałością		Beta	Korelacja semicząstkowa (sr^2)	Wartość testu t	Poziom p
	r	p				
Neurotyzm	0,586	< 0,001	0,375	0,283	3,290	0,001
Ekstrawersja	–0,612	< 0,001	–0,304	–0,240	–2,797	0,006
Otwartość	–0,239	0,032 (*ni*)	–0,050	–0,046	–0,530	0,598
Ugodowość	–0,129	0,251 (*ni*)	0,096	0,089	1,036	0,303
Sumienność	–0,166	0,138 (*ni*)	–0,043	–0,041	–0,472	0,638
R = 0,610; R^2 = 0,373; F (5,85) = 10,094 p < 0,001						

Z wartości współczynnika wielokrotnej determinacji (R_1^2) wynika, że 51,9% wariancji zmiennej „nieśmiałość" wywołują specyficzne właściwości cech temperamentu, podczas gdy udział cech osobowości w zmienności pomiarów nieśmiałości (R_2^2) jest ok. 15% mniejszy i wynosi 37,3%. Wielkość różnicy między otrzymanymi współczynnikami determinacji ($R_1^2 - R_2^2 = 0{,}146$), oceniona za pomocą testu dla różnicy między współczynnikami determinacji (Tabachnick, Fidell, 2001, s. 146–147) okazała się nieistotna (z = 1,24).

Na podstawie wartości korelacji semicząstkowej można sądzić, że w predykcji nieśmiałości uczestniczą wszystkie uwzględnione w analizie cechy temperamentu, a tylko dwie spośród analizowanych cech osobowości, tj. neurotyzm i ekstrawersja. Podkreślenia wymaga fakt, że ani towarzyskość spośród cech temperamentu, ani ekstrawersja spośród cech osobowości nie miały największego udziału w predykcji nieśmiałości. Z cech temperamentu najwyższą predykcją nieśmiałości charakteryzowały się niezadowolenie ($sr^2 = 0{,}268$; $t = 3{,}341$; $p < 0{,}001$) oraz aktywność ($sr^2 = -0{,}265$; $t = -3{,}306$; $p < 0{,}001$), a z cech osobowości – neurotyzm ($sr^2 = 0{,}283$; $t = 3{,}290$; $p < 0{,}001$) i ekstrawersja ($sr^2 = -0{,}240$; $t = -2{,}797$; $p < 0{,}006$).

NIEŚMIAŁOŚĆ A OCENA FUNKCJONOWANIA W SYTUACJACH BEZ EKSPOZYCJI SPOŁECZNEJ

W celu stwierdzenia, czy nieśmiałość może wywierać wpływ na zachowanie się w sytuacjach pozbawionych kontekstu społecznego, postanowiono porównać wyniki pomiarów wybranych cech podmiotowych, uzyskane przez osoby zróżnicowane pod względem nieśmiałości. Na potrzeby zamierzonego porównania podzielono empiryczną rozpiętość pomiarów nieśmiałości na pięć przedziałów – od pomiarów bardzo niskich (od 0 do 10), świadczących o nader niskiej nieśmiałości (lub dużej śmiałości) do pomiarów bardzo wysokich (41 i wyższych) oznaczających znaczną nieśmiałość. Dla tak utworzonych przedziałów poziomu nieśmiałości obliczono średnie arytmetyczne z pomiarów skłonności do ryzyka, gotowości do zachowań transgresyjnych, poczucia umiejscowienia kontroli, potrzeby doświadczania nowości i wrażeń oraz tendencji do zaniżania wartości własnej. Wielkość średnich arytmetycznych wraz z informacją o istniejących między nimi różnicach przedstawiono w tab. 3.

Z danych zawartych w tab. 3 wynika, że osoby uzyskujące w pomiarach nieśmiałości wyniki bardzo niskie lub niskie, tj. jednostki bardzo śmiałe i śmiałe, są skłonniejsze do ryzyka i transgresji od osób, których pomiary nieśmiałości były wysokie i bardzo wysokie. Transgresję ujmowano za pomocą dwóch subskładników różniących się pod względem nasycenia czynnikiem społecznym. Mierzono mianowicie zachowania autokreacyjne, polegające na programowaniu własnego rozwoju i osiągania celów rozwojowych bez ekspozycji społecznej oraz zachowania ekspansywne, zmierzające do rozszerzenia kontroli nad otoczeniem, wymagające asertywności i radzenia sobie w konfliktowych sytuacjach społecznych.

Tabela 3

Związek nieśmiałości z podmiotowymi wyznacznikami zachowania się w sytuacjach trudnych bez ekspozycji społecznej

Wyróżnione przedziały pomiarów nieśmiałości		Średnie arytmetyczne (*M*) i odchylenia standardowe (*SD*) obliczone dla wyróżnionych przedziałów poziomu nieśmiałości z pomiarów:											
		skłonności do ryzyka (N = 170)		transgresji (N = 169)				poczucia wewnętrznej kontroli (N = 106)		potrzeby nowości i wrażeń (N = 101)		tendencji do zaniżania wartości własnej (N = 169)	
				autokreacyjnej		interpersonalnej							
		M	*SD*	*M*	*SD*	*M*	*SD*	*M*	*SD*	*M*	*SD*	*M*	*SD*
1. Bardzo niski	0–10	48,82	8,12	27,64	4,30	26,82	6,16	19,17	5,85	22,75	10,90	3,08	2,02
2. Niski	11–20	39,51	13,09	26,68	3,51	24,62	7,43	17,16	4,02	22,43	6,96	3,08	1,96
3. Średni	21–30	35,40	10,79	24,60	3,56	22,65	6,56	15,86	3,88	19,93	5,96	3,81	2,25
4. Wysoki	31–40	30,67	11,59	23,83	4,71	19,96	5,15	13,47	4,23	14,29	4,58	4,63	1,76
5. Bardzo wysoki	41 i +	24,57	12,43	20,09	6,37	19,39	6,49	10,47	4,39	14,75	5,26	7,17	2,08
F		11,514		9,504		5,688		8,809		8,812		17,373	
p		0,00000		0,000001		0,000260		0,000004		0,000004		0,000000	
Różnice średnich arytmetycznych przedziałów nieśmiałości (wykazano tylko przedziały różniące się)		1/3 0,05 1/4 0,001 1/5 0,001 2/4 0,05 2/5 0,001 3/5 0,05		1/5 0,001 2/5 0,001 3/5 0,01 4/5 0,05		1/4 0,05 1/5 0,05 2/4 0,05 2/5 0,05		1/5 0,01 2/5 0,001 3/5 0,01		2/4 0,01 2/5 0,05 3/4 0,01		1/5 0,001 2/4 0,05 2/5 0,001 3/5 0,001 4/5 0,001	

Jednostki bardzo śmiałe i śmiałe były bardziej skłonne zarówno do podejmowania transgresji interpersonalnej, jak i autokreacyjnej w porównaniu z osobami nieśmiałymi, tj. uzyskującymi w pomiarach nieśmiałości wyniki wysokie i bardzo wysokie.

Z innych danych, zamieszczonych w tab. 3, wynika również, że osoby śmiałe są w większym stopniu przekonane o swojej wewnątrzsterowności i bardziej skłonne do poszukiwania wrażeń i akceptacji nowości niż osoby nieśmiałe oraz że nieśmiałość jest właściwością pobudzającą do zaniżania oceny wartości własnej.

Do oceny własnej wartości stosowano itemy o treści negatywnej z punktacją premiującą niską samoocenę. Wysokie wyniki oznaczały silną tendencję, a niskie – słabą tendencję do zaniżania własnej wartości. Badani o bardzo niskich i niskich wynikach w pomiarach nieśmiałości (bardzo śmiali i śmiali) uzyskali w ocenie własnej wartości średnią arytmetyczną znacznie niższą (M = 3,08) od średniej arytmetycznej obliczonej dla osób nieśmiałych (M = 7,17), a to oznacza, że jednostki nieśmiałe oceniały się jako gorsze i mniej lubiane oraz mniej uzdolnione od innych. Tendencja do niskiego oceniania wartości własnej była zmienną najbardziej różnicującą jednostki nieśmiałe od śmiałych (F = 17,373; p < 0,001).

NIEŚMIAŁOŚĆ A POCZUCIE AUTONOMII

W badaniach mierzono ogólny poziom samodzielności w nabywaniu kompetencji szkolnych oraz pięć szczegółowych subskładników uczestniczących w samodzielnej kontroli procesu uczenia się. Dane informujące o powiązaniu nieśmiałości z autonomią przedstawiono w tab. 4.

Tabela 4

Związek między nieśmiałością a autonomią uczenia się (N = 125)

Lp.	Subskładniki autonomii korelowane z nieśmiałością	Wskaźniki	Siły związku
		r	p
1	Przezwyciężanie niechęci i sporadycznych oporów do uczenia się	–0,11	0,120 (*ni*)
2	Wybór i ocena celów życiowych	–0,26	< 0,003
3	Ocena efektów uczenia się	–0,12	0,186 (*ni*)
4	Samodzielność planowania i realizacji procesu uczenia się	–0,22	< 0,020
5	Ocena efektywności i korygowanie stosowanych metod uczenia się	–0,37	< 0,001
Ogólny poziom autonomii w zakresie uczenia się		–0,28	< 0,002

Symbole oznaczają: r – wskaźnik korelacji Pearsona, p – istotność wartości korelacji, *ni* – nieistotna wartość korelacji.

Wszystkie wartości wskaźnika korelacji, przedstawione w tabeli 4, są ujemne. Istotną wartość korelacji stwierdzono między nieśmiałością a ogólnym wskaźnikiem autonomii (r = –0,28; p < 0,002) oraz trzema spośród pięciu jej subskładnikami, tj. zdolnością do wyboru i oceny celów życiowych (r = –0,26; p < 0,003), samodzielnością w zakresie planowania i realizacji procesu uczenia się (r = –0,22; p < 0,014) oraz ocenianiem efektywności i korygowaniem stosowanych metod uczenia się (r = –0,37; p < 0,001). Bezwzględne wartości istotnych korelacji nie są zbyt wysokie (od r = –0,22 do r = –0,37), można jednak na ich podstawie sądzić o istnieniu względnie silnego związku między nieśmiałością a zdolnością jednostki do zarządzania własnym uczeniem się.

DYSKUSJA

Celem referowanych badań było uszczegółowienie wiedzy opisującej związek nieśmiałości z zachowaniem. Chodziło mianowicie o stwierdzenie, czy nieśmiałość, poza dezorganizacją osiągnięć i zachowań realizowanych w przestrzeni społecznej, może wpływać upośledzająco na funkcjonowanie w sytuacjach niewymagających obecności innych osób?

Pomiarów nieśmiałości dokonywano za pomocą kwestionariusza, którego itemy opisują wyłącznie behawioralne i fizjologiczne symptomy nieśmiałości, występujące w kontaktach interpersonalnych. Pomiary tak ujmowanej nieśmiałości konfrontowano potem z pomiarami cech temperamentu i osobowości oraz z pomiarami osobowościowych dyspozycji wyjaśniających prawidłowość i stałość zachowań podejmowanych niezależnie od obecności innych osób. Za J. Kaganem przyjęto, że źródłem nieśmiałości może być niestabilność emocjonalna i dlatego oczekiwano, że pomiary nieśmiałości będą silniej skorelowane z pomiarami cech temperamentu niż z pomiarami cech osobowości oraz bardziej z emocjonalnością i neurotyzmem niż z towarzyskością i ekstraintrowersją.

Weryfikacji poddano osiem hipotez, które zakładały istnienie związku między nieśmiałością a cechami temperamentu, osobowości, poczuciem autonomii oraz pomiarami pięciu cech podmiotowych wpływających na efektywność funkcjonowania w sytuacjach niewymagających ekspozycji społecznej.

Przeprowadzona standardowa analiza regresji wykazała, że predykcja nieśmiałości dokonywana za pomocą cech temperamentu nie różni się od predykcji nieśmiałości wykorzystującej cechy osobowości. Stwierdzono również, zgodnie z hipotezą H_2, że nieśmiałość jest dodatnio skorelowana z cechami temperamentalnej i osobowościowej kontroli emocji oraz funkcjonowania w warunkach stresu, tj. strachem, niezadowoleniem i neurotyzmem, ujemnie zaś z cechami uruchamiającymi zachowania socjocentryczne, tj. z towarzyskością i ekstrawersją. Ponadto zaobserwowano, że nieśmiałość pozostaje w bardzo mocnym, ujemnym związku z temperamentalną aktywnością oraz w nieco słabszym i również ujemnym z osobowościową otwartością na doświadczenie.

W analizie zależności między nieśmiałością a deklarowaną gotowością do funkcjonowania w sytuacji ryzyka, a także zadaniach, w których ekspozycja społeczna nie decyduje o wyniku czynności, stwierdzono, że **wpływ nieśmiałości może przenosić się poza przestrzeń społeczną i dezorganizować zachowania realizowane bez obecności innych osób.** Jednostki nieśmiałe w porównaniu ze śmiałymi były, zgodnie z treścią hipotez od H_3 do H_7, a zarazem podobnie jak w badaniach wcześniejszych (Reznick i in., 1986; Kagan, 1994) mniej skłonne do ryzyka i mocniej wyrażały niechęć do uczestnictwa w sytuacjach dostarczających nowych doświadczeń i silnych wrażeń. Osoby nieśmiałe, analogicznie jak w badaniach I. Dzwonkowskiej (2003), nisko oceniały swoją wartość, a ponadto były mniej transgresyjne, w tym również w działaniach autokreacyjnych, oraz słabiej przekonane o własnej wewnątrzsterowności. Ostatnia spośród weryfikowanych hipotez (H_8) zakładała przewagę jednostek śmiałych nad nieśmiałymi pod względem autonomii w zakresie uczenia się. Wyniki badań potwierdziły prawdziwość tych założeń. Jednostki nieśmiałe były w porównaniu ze śmiałymi mniej samodzielne i mniej niezależne w formułowaniu celów i planowaniu uczenia się oraz w ocenianiu i korygowaniu stosowanych metod nabywania wiedzy. Stwierdzenie ujemnej korelacji między nieśmiałością a autonomią uczenia się jest wynikiem zgodnym z wcześniej rozpoznanym związkiem między nieśmiałością a szkolną pasywnością (Paulsen i in., 2006). Rozpoznany wpływ nieśmiałości na autonomię i pasywność szkolną wskazuje, że nieśmiałość utrudnia nie tylko zdobywanie kompetencji edukacyjnych, ale może również hamować osiąganie celów zawodowych i życiowych, co dostrzegli wcześniej Caspi, Elder i Bem (1988).

Uzyskane wyniki wskazują, że nieśmiałość pełni funkcję zmiennej pośredniczącej, modyfikującej wpływ cech temperamentu i osobowości na zachowanie się w warunkach wywołujących silną reakcję lękową. Za główny czynnik ryzyka pojawienia się nieśmiałości w wieku przedszkolnym lub szkolnym przyjmuje się odziedziczoną reaktywność. Dzieci, u których obserwowano symptomy zwiększonej reaktywności przed urodzeniem się lub zaraz po urodzeniu, były potem częściej nieśmiałymi nastolatkami niż nastolatki niereaktywne w okresie niemowlęcym (Kagan, 1989). Następstwem zwiększonej reaktywności jest niestabilność emocjonalna i tendencja do reagowania silnym lękiem w sytuacji zagrożenia. Prawdopodobnie dla małych dzieci zagrażający i stresujący jest widok nowych, nieznanych osób lub rzeczy. Przeżywany w takich sytuacjach i zadaniach silny lęk jest stanem wysoce awersyjnym, zakłócającym przebieg czynności i wzbudzającym motywację do jego redukcji przez ucieczkę z zagrażającej sytuacji. Reaktywne dzieci najpierw uczą się osłabiać przeżywane stany lęku przez wycofywanie się z sytuacji już działającego niespodziewanego zagrożenia, a potem (po nabyciu nieśmiałości) stają się zdolne do wyprzedzającego rozpoznawania nadchodzących zagrożeń i unikania z nimi kontaktu. **Ubocznym skutkiem tej formy obrony przed zagrożeniami są zaniżone osiągnięcia. Wydaje się, że jest to cena, jaką jednostki reaktywne płacą za adaptacyjną kontrolę emocji.**

BIBLIOGRAFIA

A m a b i l e T. M. (1983), *The social psychology of creativity*, Springer-Verlag, New York

B o r z y m S. (1998), *Obecność ryzyka. Szkice z filozofii powszechnej*, Wydawnictwo IFIS PAN, Warszawa

B o u d D. (1995), *Moving towards autonomy*, [w:] D. B o u d (red.), *Developing student autonomy in learning*, Kogan Page, Londyn, 17–39

C a s p i A., E l d e r G. H., B e m D. J. (1988), *Moving away from the world: Life-course patterns of shy children*, „Developmental Psychology", **24**, 824–831

C h a p l i n W. F., P h i l l i p s J. B., B r o w n J. D., C l a n t o n N. R., S t e i n J. L. (2000), *Handshaking, gender, personality, and first impressions*, „Journal of Personality Assessment", **2**, 185–192

C h e e k J. M., B r i g g s S. R. (1990), *Shyness as a personality trait*, [w:] W. R. C r o z i e r (red.), *Shyness and embarrassment, perspectives from social psychology*, Cambridge University Press, Cambridge, 315–337

C h e e k J. M., B u s s A. H. (1981), *Shyness and sociability*, „Journal of Personality and Social Psychology", **41**, 330–339

C h e e k J. M., S t a h l S. S. (1986), *Shyness and verbal creativity*, „Journal of Research in Personality", **20**, 51–61

C r o z i e r W. R. (1995), *Nieśmiałość*, [w:] A. S. R. M a n s t e a d i in. (red.), *Encyklopedia Blackwela. Psychologia społeczna*, Jacek Santorski, CO, Warszawa, s. 302–304

D z w o n k o w s k a I. (2003), *Nieśmiałość i jej korelaty*, „Przegląd Psychologiczny", **46** (3), 307–322

E i s e n b e r g N., F a b e s R. A., M u r p h y B. C. (1995), *Relation of shyness and low sociability to regulation an emotionality*, „Journal of Personality and Social Psychology", **3**, 505–515

G l i s z c z y ń s k a X. (1990), *Skala I-E w pracy. Technika pomiaru poczucia kontroli w sytuacji pracy*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa

G o l e m a n D. (1997), *Inteligencja emocjonalna*, Media Rodzina of Poznań, Poznań

H a m p e s W. P. (2006), *Humor and shyness: The relation between humor styles and shyness*, „Humor: International Journal of Humor Research", **2**, 179–187

H a r t e n b e r g P. (1901), *Les timides et la timidite*, Alcan, Paris, [w:] C h a p l i n W. F., P h i l l i p s J. B., B r o w n J. D., C l a n t o n N. R., S t e i n J. L. (2000), *Handshaking, gender, personality, and first impressions*, „Journal of Personality and Social Psychology", **1**, 110–117

H a r w a s-N a p i e r a ł a, B. (1995), *Nieśmiałość dorosłych. Geneza – Diagnostyka – Terapia*, Wydawnictwo Fundacji Humaniora, Poznań

H a w o r t h, L. (1986), *Autonomy. An essay in philosophical psychology and ethics*, University Press, Yale

H o p k o D. R., S t o w e l l J., J o n e s W. H., A r m e n t o M. E. A., C h e e k J. M. (2005), *Psychometric Properties of the Revised Cheek and Buss Shyness Scale*, „Journal of Personality Assessment", **2**, 185–192

J o i n e r Th. E. (1997), *Shyness and low social support as interactive diatheses, with loneliness as mediator testing an interpersonal – personality view of vulnerability to depressive symptoms*, „Journal of Abnormal Psychology", **106**, 386–394

J o n e s W. H., B r i g g s S. R., S m i t h T. G. (1986), *Shyness: Conceptualization and measurement*, „Journal of Personality and Social Psychology", **51**, 629–639

K a g a n, J. (1989). *Temperamental contributions to social behavior*, „American Psychologist", **44**, 668–674

K a g a n J. (1994), *Galen's prophecy: Temperament in human nature*, Basic Books, New York
K e n r i c k D. T., N e u b e r g S. L., C i a l d i n i R. B. (2002), *Psychologia społeczna*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk
K o s l y n S. M., R o s e n b e r g R. S. (2006), *Psychologia*, Wydawnictwo ZNAK, Kraków
L e a r y M. (1999), *Wywieranie wrażenia na innych. O sztuce autoprezentacji*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk
M a y R. (1994), *Odwaga tworzenia*, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań
O n i s z c z e n k o W. (1997), *Kwestionariusz Temperamentu EAS Arnolda H. Bussa i Roberta Plomina*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa
P a u l s e n E., B r u E., M u r b e r g T. A. (2006), *Passive students in junior high school: The associations with shyness, perceived competence and social support*, „Social Psychology of Education", **9**, 67–81
P r o c t o r T. (1998), *Zarządzanie twórcze*, Gebethner i Ska, Warszawa
R e z n i c k J. S., K a g a n J., S n i d m a n N., G e r s t e n M., B a a k K., R o s e n b e r g A. (1986), *Inhibited and uninhibited children: A follon – up study*, „Child Development", **57**, 660–680
S t r e l a u J. (2001), *Psychologia temperamentu*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa
S t u d e n s k i R. (2004), *Ryzyko i ryzykowanie*, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice
S t u d e n s k i R. (2006), *Skłonność do ryzyka a zachowanie transgresyjne*, [w:] M. G o s z c z y ń s k a, R. S t u d e n s k i (red.), *Psychologia zachowań ryzykownych. Koncepcje, badania, praktyka*, Wydawnictwo Akademickie „Żak", Warszawa, 128–142
T a b a c h n i c k B., F i d e l l L. (2001), *Using multivariate statistics*, Allyn and Bacon, London
Z a w a d z k i B., S t r e l a u, J., S z c z e p a n i a k, P., Ś l i w i ń s k a, M. (1998), *Inwentarz osobowości NEO-FFI Costy i McCrae*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa
Z i m b a r d o P. G. (2000), *Nieśmiałość*, PWN, Warszawa
Z i m m e r m a n B. J. (2002), *Becoming a Self-regulated learner: an overview*, „Theory and Practice", **2**, 64–70
Z u c k e r m a n M. (1979), *Sensation seeking: Beyond the optimal level of arousal*, Erlbaum, Hillsdale

RYSZARD STUDENSKI, ANNA STUDENSKA

SHYNESS AND SELF-EVALUATION OF FUNCTIONING IN SITUATIONS NOT REQUIRING SOCIAL EXSPOSITION

Shyness is regarded as a trait which interferes with social functioning. In the presented research the attempt was made to check whether the consequences of shyness manifest themselves outside the domain of social interaction and are visible in self-evaluations of such qualities as resistance to stress, coping with risk, openness to experience and independence.

Participants were 174 women and men aged between 18 and 23. Apart from shyness such variables were measured as: temperamental traits (EAS), personality traits (NEO-FFI), risk propensity, the need to change oneself and environment, locus of control, sensation seeking (SSS-V), self – esteem and five factors of learning autonomy.

By means of standard multiple regression analysis it was shown that the contribution of temperamental traits in the prediction of shyness is not significantly different in comparison with the contribution of thee Big – Five personality traits. It was also found that shyness is positively

correlated with the qualities which affect emotional instability level, i.e. with emotionality – fear, emotionality-distress and with neuroticism. Shyness proved to be negatively correlated with the traits affecting socio-centric behaviour such as sociability and extraversion.

It was noticed that the influence of shyness my be transferred outside the social domain. Shy individuals in comparison with the bold ones judged themselves as less prone to take risks, more rarely exhibiting behaviors connected with self-creation and more rarely introducing changes in their environment. Shy persons compared with the bold ones evaluated themselves as having the sense of external locus of control, exhibiting stronger tendency to underestimate their self-esteem and being less open to new experiences and less autonomous in formulating learning goals, in planning their learning and evaluating the effectiveness of learning strategies.

Key words: shyness, social context, achievement.