

# Взаимосвязь представлений о детском опыте и характеристик переживания стыда у взрослых

М. И. Левинцова<sup>а</sup>, Н. Л. Плешкова

Санкт-Петербургский государственный университет,  
Российская Федерация, 199034, Санкт-Петербург, Университетская наб., 7–9

Для цитирования: Левинцова М. И., Плешкова Н. Л. Взаимосвязь представлений о детском опыте и характеристик переживания стыда у взрослых // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2023. Т. 13. Вып. 4. С. 537–551. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2023.407>

Стыд может мотивировать социальное поведение для реабилитации своего положительного образа в глазах других людей, но если такая реабилитация не кажется возможной, он же мотивирует избегание социального взаимодействия. На данный момент не существует единого понимания того, почему человек может недооценивать возможность реабилитироваться в глазах окружающих, но исследования позволяют предположить роль неблагоприятного детского опыта. Люди с таким опытом могут испытывать посттравматические симптомы вторжения, избегания и возбуждения в ответ на ситуации переживания стыда. Поскольку эти симптомы связаны с чувствами бессилия и отчуждения, человек может недооценивать возможность реабилитироваться при переживании стыда и избегать социального взаимодействия. Цель исследования — изучить связь представлений о неблагоприятном детском опыте со склонностью к стыду у взрослых. В исследовании приняли участие 73 человека (60 женщин, 13 мужчин), средний возраст — 23 года. Представления о детском опыте изучались с помощью опросника виктимизации в детском возрасте (JVQ), характеристики стыда — с помощью шкалы оценки влияния травматического события (ШОВТС), методики измерения склонности к стыду и вине (GASP) и модифицированной процедуры оценки поведения при стыде, предложенной де Хооге и коллегами. Использовались сравнительный, факторный и регрессионный анализы. Обнаружено, что детский опыт психологической травли, физического нападения и сексуализированного насилия на фоне пренебрежения связан с более высоким посттравматическим стрессом в ответ на ситуации переживания стыда во взрослом возрасте. Участники с более высоким уровнем посттравматического стресса сообщают о большей склонности к избегающему поведению при стыде. Неблагоприятный детский опыт может способствовать развитию посттравматического стресса в ответ на ситуации переживания стыда. Как следствие, человек может недооценивать вероятность социальной поддержки и избегать социального взаимодействия при стыде.

*Ключевые слова:* стыд, неблагоприятный детский опыт, социальное избегание, посттравматический стресс.

## Введение

Стыд — эмоция, для которой характерно переживание собственного Я как неполноценного, слабого и непривлекательного в глазах других людей (Matos, Pinto-Gouveia, 2010). На когнитивном уровне для стыда характерна негативная оценка

<sup>а</sup> Автор для корреспонденции.

всей личности («Я плохой»), а не поведения («Я поступил плохо»), как это происходит при чувстве вины (Tracy, Robins, 2006). На аффективном уровне стыд может сопровождаться тревогой (Cândea, Szentagotai-Tătar, 2018), отвращением (Olatunji et al., 2015) и гневом, который предположительно возникает как способ совладания со стыдом через обвинение других (Zhu et al., 2019). На поведенческом уровне стыд, по разным данным, мотивирует как избегающее поведение (Tangney et al., 1996; и др.), так и социальное (de Hooge et al., 2008; и др.). Кроме того, различают ситуативный стыд (state shame), возникающий как реакция на конкретное событие, и личностный стыд (trait shame), который представляет собой склонность переживать стыд в многочисленных ситуациях или независимо от ситуации (Tangney et al., 1995). Личностный стыд является частью клинической картины многих психических расстройств (Cândea, Szentagotai-Tătar, 2018) и может развиваться в связи с неблагоприятным детским опытом, включающим физическое, сексуализированное и эмоциональное насилие (Muris, Meesters, 2014; Kealy et al., 2018). Сталкиваясь с эмоциональным опытом отвержения, критики и унижения, переживаемым при разных формах насилия, ребенок может интернализировать негативную оценку себя и стать уязвимым для развития склонности к стыду (Matos, Pinto-Gouveia, 2010).

Наряду с гордостью и виной, стыд относят к эмоциям самосознания (self-conscious emotions) (Tracy, Robbins, 2006). В отличие от базовых эмоций (грусть, гнев, радость, удивление, страх, отвращение) (Ekman, 1992), эмоции самосознания не могут возникнуть без процессов саморефлексии и самооценки (Hart, Karmel, 1996). Кроме того, они выполняют преимущественно социальные функции — регулируют поведение таким образом, чтобы избежать отвержения и поддерживать отношения с группой и отдельными людьми (Keltner, Buswell, 1997).

Основным подходом к объяснению эмоций самосознания являются теории атрибуции (attributional theories) (Tangney, 1990; Tracy, Robbins, 2006; и др.). Они связывают возникновение конкретной эмоции с тем, как человек оценивает свою роль в значимых для него событиях. Так, стыд возникает, если человек приписывает негативное событие глобальным, стабильным и неконтролируемым аспектам своей личности («Я провалил экзамен, потому что я глупый»). Предполагается, что такие атрибуции индивидуальны, но опираются на общепринятые представления о нормах. Однако данный социокультурный контекст часто столь многообразен и внутренне противоречив, что такой подход позволяет скорее описать разные ситуации переживания стыда, а не объяснить их.

В последнее время все большую популярность и эмпирическую поддержку набирают теории адаптации (adaptationist theories) (de Hooge et al., 2011; Sznyser, 2019; и др.). Согласно данному подходу, эмоции самосознания отражают не столько особенности самооценки, сколько механизмы адаптации к внешней оценке. Так, стыд рассматривается как реакция на угрозу потери ценности в глазах окружающих, которая может возникнуть, даже если поведение не идет вразрез с личными или общепринятыми нормами (Sznyser, 2019). В пользу этого предположения говорят данные, согласно которым в ситуации реального или ожидаемого социального неодобрения люди склонны испытывать стыд, даже если сами считают свои действия безукоризненными (Robertson et al., 2018).

Теории адаптации позволяют по-новому взглянуть на данные, связывающие стыд как с избегающим, так и с социальным поведением. Согласно этому подходу,

стыд мотивирует не какой-то определенный вид поведения, а адаптивный ответ на угрозу потери ценности в глазах значимого окружения, который может варьироваться в зависимости от обстоятельств. Эмпирические данные последних лет говорят в пользу этого предположения (de Hooge et al., 2018; Sznycer et al., 2016; и др.). Так, было показано, что стыд в первую очередь мотивирует социальное поведение для реабилитации своего положительного образа в глазах других людей, поскольку социальная поддержка является фундаментальной потребностью. Однако если такая реабилитация кажется невозможной или слишком рискованной, человек склонен к избеганию социального взаимодействия для защиты от еще большего вреда своей репутации (de Hooge et al., 2018).

На данный момент не существует единого понимания того, почему человек может недооценивать возможность реабилитироваться при стыде, но некоторые исследования позволяют предположить роль неблагоприятного детского опыта. Показано, что люди с таким опытом во взрослом возрасте не только более склонны к стыду, но и могут испытывать посттравматические симптомы вторжения, возбуждения и избегания в связи с ситуациями переживания сильного стыда (Matos, Pinto-Gouveia, 2010). В одном из отечественных исследований было также показано, что у людей с неблагоприятным детским опытом при переживании стыда увеличивается частота сердечных сокращений (Боголюбова, Киселева, 2015). Посттравматические симптомы связаны с чувством отчуждения, а также бессилия и неспособностью эффективно действовать в ситуации угрозы (Budden, 2009; Ehlers, Clark, 2000). Если в ситуации переживания стыда человек испытывает посттравматическую симптоматику, он может недооценивать вероятность социальной поддержки и свою способность реабилитироваться в глазах окружающих. Как следствие, он может избегать социального взаимодействия при переживании стыда.

Таким образом, цель данного исследования — изучить связь представлений о неблагоприятном детском опыте со склонностью к стыду у взрослых. Мы выдвинули следующие гипотезы:

1. Участники с неблагоприятным детским опытом более склонны испытывать посттравматический стресс в связи с ситуациями переживания стыда.
2. Чем выше уровень посттравматического стресса, связанного с ситуациями переживания стыда, тем выше склонность к избегающему поведению при стыде.

Насколько известно авторам, в данном исследовании впервые рассматривается связь социального избегания при стыде с уровнем посттравматического стресса, вызванного эпизодом переживания стыда.

## Методы

**Выборка.** Для участия в исследовании привлекались молодые взрослые от 18 до 35 лет. Привлечение участников осуществлялось с помощью объявлений в социальных сетях. В итоговую выборку вошли 73 человека (60 женщин, 13 мужчин) в возрасте от 18 до 34 лет ( $M = 23,9 \pm 3,6$ ). Большинство респондентов — из полных семей (54,8%), имеют высшее образование (57,5%) и не состоят в браке (94,5%).

**Методики.** В исследовании был использован набор опросников, а также методики для оценки поведения при стыде.

1. Опросник виктимизации в детском возрасте (JVQ) (Hamby et al., 2005) в адаптации О. Н. Боголюбовой, Р. В. Сkochилова и Л. В. Смыкало (Bogolyubova et al., 2015) был использован для оценки представлений участников о неблагоприятном детском опыте. Опросник включает 34 пункта, описывающих разные виды опыта (пренебрежение, вооруженное нападение, травля и т. д.). Поскольку анализ всех 34 видов опыта требует существенных ресурсов, авторы опросника рекомендуют использование обобщенных шкал. В данном исследовании для этих целей был использован факторный анализ.

2. Шкала оценки влияния травматического события (IES-R) (Weiss, Marmar, 1997) в адаптации Н. В. Тарабриной с соавторами (Тарабрина и др., 2007) состоит из 22 пунктов и включает три субшкалы, измеряющих симптомы вторжения, возбуждения и избегания в связи с травматическим событием. В исследовании была использована модифицированная инструкция для оценки посттравматических симптомов, связанных с ситуациями переживания стыда (Matos, Pinto-Gouveia, 2010; Боголюбова, Киселева, 2015). Участникам было предложено вспомнить любую ситуацию, когда они испытали сильный стыд, и оценить по 4-балльной шкале, как часто в течение всей жизни они испытывали указанные симптомы в связи с этой ситуацией. В исследовании использовался общий балл (сумма баллов по трем субшкалам) как интегральный показатель посттравматического стресса.

3. Методика измерения склонности к переживанию вины и стыда (GASP) (Cohen et al., 2011) в адаптации И. К. Макогон и С. Н. Ениколопова (Макогон, Ениколопов, 2014) включает 16 пунктов и 4 субшкалы (тенденция к бегству при стыде, негативная самооценка при стыде, стремление исправить положение при вине и негативная оценка поведения при вине). В данном исследовании опросник был использован для оценки склонности к избегающему поведению при стыде.

4. Для воссоздания эмоции стыда была использована процедура автобиографического рассказа (autobiographical recall), широко применяемая в исследованиях для активации эмоциональных переживаний (Roseman et al., 1994). Участникам было предложено вспомнить ситуацию, в которой они испытали сильное чувство стыда. Сначала они получали устную инструкцию: «Я попрошу вас рассказать о ситуации из вашей жизни, когда вы испытали сильный стыд. Для этого сначала вам нужно будет подумать об этой ситуации и в течение 1–2 минут кратко записать ее основные моменты». После записи участники получали вторую часть инструкции: «Теперь я попрошу вас рассказать о ситуации, которую вы записали. Постарайтесь погрузиться в описываемое событие, как будто оно происходит вновь. Представьте, что рассказываете о ситуации близкому человеку и хотите, чтобы он очень точно понял, что вы чувствовали в тот момент». Рассказ участников не был ограничен по времени, поскольку в дальнейшем планируется качественное исследование полученных нарративов, а также для того, чтобы участники могли сосредоточиться на эмоциональном переживании, не отвлекаясь на соблюдение временных рамок.

5. Для оценки поведения, сопровождающего стыд, была использована методика, предложенная де Хооге (de Hooge) и коллегами (de Hooge et al., 2018, study 2). Сразу после рассказа об эпизоде переживания стыда участникам было предложено выполнить задание в одном из двух форматов — самостоятельно или совместно с другим участником. Выбор в пользу самостоятельного задания рассматривался как избегающее поведение при стыде, в пользу совместного — как социальное.

Описание к самостоятельному заданию гласило: «Это задание выполняется самостоятельно. В нем вам нужно будет принимать финансовые решения». Описание к совместному заданию гласило: «Это задание выполняется совместно с другим участником. В нем вам нужно будет принимать финансовые решения». После совершения выбора задание выполнять было не нужно.

**Процедура.** Исследование включало три этапа: автобиографический рассказ о переживании стыда, выбор в пользу совместного или самостоятельного задания и заполнение набора опросников.

**Математическая обработка данных.** Статистическая обработка данных проводилась с использованием сравнительного (критерий U-Манна — Уитни), факторного и регрессионного анализов.

## Результаты

**Характеристики неблагоприятного детского опыта.** Участники исследования сообщили о переживании разных видов неблагоприятного детского опыта (табл. 1). Никто из респондентов не сообщил об отсутствии неблагоприятного детского опыта.

**Показатели посттравматического стресса в ответ на ситуации переживания стыда.** В табл. 2 представлены результаты по методике ШОВТС (уровень посттравматического стресса и отдельных симптомов), а также их сопоставление с данными, полученными на других выборках (Тарабрина, 2001). Уровень посттравматического стресса у респондентов близок к данным, полученным на выборках беженцев и ликвидаторов без ПТСР. Особенностью данного исследования является изучение травматического воздействия ситуаций переживания стыда, которое респонденты отмечали в течение всей жизни (а не только последней недели).

**Автобиографический рассказ о переживании стыда.** Участникам было предложено вспомнить и описать ситуации переживания сильного стыда. Ниже в качестве примера приведены выдержки из двух нарративов:

«...схватил меня за форму и публично начал трясти... было очень неприятно и стыдно, потому что если бы это кто-нибудь сделал из младшего офицерского состава... я мог бы его ударить в свою защиту... ему я ничего не мог сделать... это было публично, на это фактически смотрело 100 человек, как кто-то тебя хватает и просто как куклу трясет, пользуясь своим высоким положением» (мужчина, 23 года).

«...вокруг темы мастурбации большое табу... бабушка меня однажды поймала... у меня такая жесть после этого началась внутри, я думала: “Я грязная, я порочная, я стою в аду”, у меня было прямо отвращение к себе какое-то, было очень стыдно... я вообще не знала, как себя объяснить и куда себя деть, хотелось это все скрыть... плакала потом ночью из-за этого» (женщина, 22 года).

**Данные о нормальности распределения переменных.** Тест Колмогорова — Смирнова не показал отклонения изучаемых переменных от нормального распределения, за исключением некоторых факторов, полученных на основе показателей опросника JVQ. Для этих переменных был проведен разведывательный анализ Explore, который показал, что значимые отклонения от нормального

Таблица 1. Данные опросника виктимизации в детском возрасте (JVQ): число и процент респондентов по каждому виду опыта

Вид опыта	N	%	Вид опыта	N	%
Ограбление	48	65,8	Насилие на свидании	5	6,8
Кража личных вещей	56	75,7	Сексуальное нападение знакомого взрослого	7	9,6
Вандализм	49	67,1	Сексуальное нападение незнакомого взрослого	4	5,5
Вооруженное нападение	32	43,8	Сексуальное нападение сверстника	31	42,5
Невооруженное нападение	47	64,4	Изнасилование или попытка изнасилования	30	41,1
Попытка нападения	40	54,8	Наблюдение эксгибиционизма	21	28,8
Похищение	3	4,1	Угрозы сексуального характера	34	46,6
Нападение на почве ненависти	14	19,2	Сексуальные отношения с партнером старше 18 лет	12	16,4
Физическое насилие от опекуна	46	63	Наблюдение домашнего насилия	26	35,6
Психологическое насилие	57	78,1	Наблюдение насилия над сиблингом	21	28,8
Пренебрежение	21	28,8	Наблюдение вооруженного нападения	25	34,2
Внутрисемейное похищение	12	16,4	Наблюдение невооруженного нападения	58	79,5
Нападение группы сверстников	29	39,7	Ограбление семейного дома	25	34,2
Нападение сверстника или сиблинга	58	79,5	Убийство близкого	2	2,7
Травмирование половых органов	28	38,4	Наблюдение убийства	2	2,7
Физическая травля	43	58,9	Нахождение в зоне погромов и стрельбы	10	13,7
Психологическая травля	66	90,4	Нахождение в зоне военных действий или этнических конфликтов	3	4,1

распределения связаны с выбросами. Таким образом, гипотеза о нормальности распределения не отвергается.

**Неблагоприятный детский опыт и посттравматический стресс, связанный с ситуациями переживания стыда.** Мы ожидали, что участники, указавшие на наличие каких-либо видов неблагоприятного детского опыта, будут более склонны испытывать посттравматический стресс в связи с ситуациями переживания стыда. Был проведен факторный анализ, в котором 34 исходных переменных отражали наличие или отсутствие разных видов неблагоприятного детского опыта. В результате были получены 12 факторов, отражающих 68,2 % информации исходного набора переменных. Эти факторы были использованы во множественном регрессионном анализе, чтобы оценить связь детского опыта и уровня посттравматического стресса, вызванного ситуациями переживания стыда во взрослом возрасте.



Таблица 2. Средние значения и стандартное отклонение данных субшкал ШОВТС в сопоставлении с данными других отечественных исследований (Тарабрина, 2001)

Профессия	Симптомы вторжения	Симптомы избегания	Симптомы возбуждения	Общий балл
Пожарные	5,76 ± 5,71	7,26 ± 6,73	3,63 ± 3,99	16,64 ± 14,75
Спасатели	5,95 ± 3,93	5,09 ± 5,47	3,35 ± 3,63	14,40 ± 11,05
Сотрудники МВД	7,65 ± 6,31	9,26 ± 6,08	5,50 ± 6,18	22,41 ± 17,33
Военнослужащие	8,89 ± 8,03	9,48 ± 7,77	6,40 ± 6,40	24,78 ± 20,38
Студенты	10,20 ± 8,22	12,17 ± 8,79	7,23 ± 7,46	29,61 ± 21,76
Беженцы, «норма»	14,58 ± 10,83	14,94 ± 9,90	11,27 ± 9,87	40,79 ± 28,19
<b>Респонденты исследования</b>	<b>13,96 ± 8,94</b>	<b>15,56 ± 9,35</b>	<b>12,64 ± 9,85</b>	<b>42,16 ± 24,87</b>
Ликвидаторы, «норма»	14,68 ± 8,96	14,38 ± 9,30	13,33 ± 8,81	42,39 ± 24,94
Беженцы, ПТСР	27,43 ± 6,00	27,43 ± 5,91	22,57 ± 8,06	77,43 ± 14,25
Ликвидаторы, ПТСР	24,33 ± 9,07	20,67 ± 5,03	23,33 ± 2,89	68,33 ± 8,02

Таблица 3. Результаты факторного анализа для факторов детского опыта, связанных с более высоким посттравматическим стрессом в ситуациях переживания стыда

Виды неблагоприятного детского опыта (пункты опросника JVQ)	Факторы		
	физическое нападение	насилие на фоне пренебрежения	психологическая травля со стороны группы сверстников
Ограбление	0,705	–	–
Вооруженное нападение	0,551	–	–
Невооруженное нападение	0,563	–	–
Нападение группы сверстников	0,577	–	–
Нападение сверстника	0,675	–	–
Угрозы сексуального характера	0,543	–	–
Опыт пренебрежения	–	0,635	–
Сексуализированное насилие со стороны знакомого взрослого	–	0,733	–
Психологическая травля со стороны группы сверстников	–	–	0,806

В модель также были добавлены пол и возраст в качестве ковариат. Из 12 факторов три оказались значимыми предикторами более выраженного посттравматического стресса, связанного с ситуациями переживания стыда. Результаты факторного анализа для этих трех факторов представлены в табл. 3.

Фактор, названный «Физическое нападение», объединил показатели, отражающие опыт ограбления (насильственного изъятия личных вещей), нападения со стороны сверстника или группы сверстников, вооруженного и невооруженного нападения, а также получения угроз сексуального характера.

Таблица 4. Связь неблагоприятного детского опыта и уровня посттравматического стресса, вызванного ситуациями переживания стыда

Значимые предикторы	$\beta$	$p$
Психологическая травля со стороны группы сверстников	0,303	0,011
Насилие на фоне пренебрежения	0,325	0,006
Возраст	-0,288	0,015
Физическое нападение	0,281	0,018

Примечание: Статистика модели:  $F(4, 68) = 6,511$ ,  $R^2 = 0,277$ ,  $p < 0,000$ .

Фактор, сильнее всего связанный с опытом пренебрежения и сексуализированного насилия со стороны знакомого взрослого, был назван «Насилие на фоне пренебрежения». Исследования указывают на связь опыта пренебрежения с последующим опытом сексуализированного насилия (Naramore et al., 2017). Можно предположить, что дети, лишённые достаточной любви и заботы значимых взрослых, могут искать удовлетворения этих нужд в других отношениях, становясь более уязвимыми для насилия и использования. Таким образом, данный фактор может отражать опыт сексуализированного насилия, связанный с попытками удовлетворить эмоциональные потребности за пределами отношений, где этими потребностями пренебрегают.

Фактор «Психологическая травля со стороны группы сверстников» был интерпретирован на основе единственной наибольшей факторной нагрузки. Под психологической травлей подразумеваются оскорбления, грубости, изоляция через отказ общаться.

Множественный регрессионный анализ показал, что участники, которые в детстве столкнулись с данными видами опыта, испытывают более высокий посттравматический стресс в связи с ситуациями переживания стыда. При этом чем старше участники, тем ниже показатели посттравматического стресса (табл. 4).

**Посттравматический стресс, связанный с ситуациями переживания стыда, и избегающее поведение при стыде.** Мы ожидали, что участники, которые испытывают более выраженный посттравматический стресс в связи с ситуациями переживания стыда, будут, во-первых, сообщать о более высокой склонности к избегающему поведению при стыде по методике самоотчета (GASP), а во-вторых, чаще демонстрировать избегающее поведение в рамках исследования (выбирать самостоятельное, а не совместное задание после рассказа о переживании стыда).

Для проверки первого предположения был использован регрессионный анализ с уровнем посттравматического стресса, полом и возрастом в качестве независимых переменных и показателем склонности к избеганию при стыде в качестве зависимой. Было показано, что участники с более выраженным посттравматическим стрессом, связанным с ситуациями переживания стыда, сообщают о большей склонности к избегающему поведению при стыде ( $F(1, 71) = 33,215$ ,  $R^2 = 0,319$ ,  $\beta = 0,565$ ,  $p = 0,000$ ). Пол и возраст не оказались значимыми предикторами склонности к избеганию при стыде.



Для сравнения уровня посттравматического стресса в зависимости от выбора задания (самостоятельного или совместного) был использован критерий Манна — Уитни. Значимых различий обнаружено не было: участники с более выраженным посттравматическим стрессом, связанным с ситуациями переживания стыда, не были склонны чаще проявлять избегающее поведение при стыде через выбор самостоятельного задания ( $U = 587,5, p = 0,519$ ).

## Обсуждение результатов

Согласно первой гипотезе исследования, участники с неблагоприятным детским опытом более склонны испытывать посттравматический стресс в связи с ситуациями переживания стыда. Эта гипотеза подтвердилась для опыта психологической травмы со стороны сверстников, сексуализированного насилия на фоне пренебрежения и физического нападения. Предположительно, люди с таким опытом не просто чувствуют стыд по поводу какой-либо ситуации, но также могут переживать навязчивые мысли, образы и воспоминания, связанные с ней, стараться избегать любых напоминаний о случившемся и реагировать на такие напоминания настороженно, взволнованно и раздраженно. По результатам исследования, данная тенденция снижается с возрастом, что может быть связано с постепенным улучшением адаптации, в том числе в связи с обращением за психологической помощью.

Связь посттравматического стресса, вызванного ситуациями переживания стыда, с опытом психологической травмы можно объяснить тем, что стыд в большей степени регулирует отношения человека с группой людей, а не ее отдельными представителями (Sznyser, 2019). Более того, именно в детском и подростковом возрасте отношения со сверстниками и положительная репутация в их глазах могут иметь особую значимость для психологического благополучия (Arseneault, 2018). Как следствие, оскорбления, коллективный отказ общаться и другие проявления психологической травмы могут переживаться как болезненный дефицит социальной поддержки в том возрасте, когда она особенно важна. Подобный опыт может способствовать развитию не только склонности к стыду, но и посттравматического стресса, связанного с ситуациями переживания стыда из-за повторяющегося столкновения с изоляцией и бессилием перед лицом социальной угрозы (Budden, 2009; Ehlers, Clark, 2000).

Связь посттравматического стресса, вызванного ситуациями переживания стыда, с опытом сексуализированного насилия на фоне пренебрежения также соответствует эмпирическим данным. Показано, что опыт пренебрежения связан с развитием склонности к стыду (Kealy et al., 2018) и более высокой уязвимостью перед сексуализированным насилием и эксплуатацией (Naramore et al., 2017). Опыт сексуализированного насилия в детстве, в свою очередь, с высокой вероятностью приводит к развитию посттравматических симптомов (McLaughlin et al., 2010). Можно предположить, что при сочетании этих видов опыта ребенок переживает стабильную нехватку родительской поддержки и отклика на его эмоциональные потребности, а при поиске близости в других отношениях сталкивается с насилием и использованием. Это может усугублять переживания неполноценности, бессилия и отчуждения в межличностных отношениях, способствуя развитию как склонности к стыду, так и посттравматического стресса в ответ на ситуации переживания стыда.

Наконец, связь посттравматического стресса в ситуациях переживания стыда с опытом физического нападения тоже можно соотнести с данными исследований. Показано, что физическое насилие может способствовать развитию как посттравматической симптоматики (McLaughlin et al., 2010), так и склонности к стыду (Muris, Meesters, 2014). При столкновении с физическим насилием ребенок может переживать не только физическую угрозу, но и опыт унижения, ощущения себя слабым, неполноценным. Это может способствовать развитию посттравматического стресса, в том числе в ответ на ситуации переживания стыда.

Таким образом, посттравматический стресс в ответ на ситуации переживания стыда может быть связан с разными формами насилия — психологическим, сексуализированным, физическим. Можно предположить его связь в первую очередь с таким опытом, который сопровождается и чувством бессилия, и угрозой социальному Я ребенка — отчуждением, унижением и пренебрежением.

Согласно второй гипотезе исследования, чем выше уровень посттравматического стресса, связанного с ситуациями переживания стыда, тем выше склонность к избегающему поведению при стыде. Эта гипотеза подтвердилась при оценке склонности к избеганию по методике самоотчета. Участники с более выраженным посттравматическим стрессом в ответ на ситуации переживания стыда сообщали о большей склонности к социальному избеганию при стыде. Мы связываем это с характерными для посттравматического состояния чувствами отчуждения и бессилия в ситуации угрозы (Budden, 2009; Ehlers, Clark, 2000), при которых человек может недооценивать вероятность социальной поддержки и реабилитации своего положительного образа в глазах окружающих. Как следствие, он может избегать социального взаимодействия при стыде для защиты от дополнительного ущерба репутации.

Однако обнаруженная связь посттравматического стресса с избегающим поведением при стыде не отразилась на актуальном поведении участников в рамках исследования. Участники с более выраженным посттравматическим стрессом, вызванным ситуациями переживания стыда, не избегали социального взаимодействия чаще других участников. Такая тенденция была свойственна лишь тем участникам, которые сообщили о большей склонности к исправлению ущерба при чувстве вины ( $U = 466, p = 0,044$ ). Этот результат может быть связан с особенностями предложенного задания. Есть данные о том, что стыд в большей степени регулирует отношения человека с группой людей, а вина — с одним или несколькими людьми (Sznycer, 2019). Возможно, из-за того, что совместное задание предлагалось выполнить вдвоем, склонность к вине оказалась более значимым фактором при выборе формата задания: участники, более склонные к исправлению ущерба при чувстве вины, могли заранее опасаться допустить ошибку и навредить командной работе. Как следствие, они могли чаще выбирать самостоятельное задание, демонстрируя избегающее поведение.

## **Выводы**

Целью исследования являлось изучение связи представлений о неблагоприятном детском опыте со склонностью к стыду у взрослых. Результаты исследования позволяют сделать следующие выводы:

- детский опыт психологической травмы, физического нападения и сексуализированного насилия на фоне пренебрежения связан с более высоким уровнем посттравматического стресса в ответ на ситуации переживания стыда во взрослом возрасте. Это говорит о роли разных форм насилия — физического, психологического, сексуализированного — в развитии посттравматического стресса, связанного с ситуациями переживания стыда;

- чем более выражен посттравматический стресс в ответ на ситуации переживания стыда, тем выше склонность к избегающему поведению при стыде. Это может быть связано с характерными для посттравматической симптоматики переживаниями отчуждения и бессилия в ситуации угрозы (Budden, 2009; Ehlers, Clark, 2000), которые могут затруднять обращение к социальной поддержке.

Ограничением данного исследования является отсутствие данных о гендере, трудоустройстве и уровне дохода респондентов. Кроме того, необходимо дополнительное изучение связи посттравматического стресса и поведения при стыде с использованием альтернативных методик. Полученные данные могут быть использованы для более полного понимания особенностей переживания стыда и поведения при стыде, а также для создания программ психологической помощи.

## Литература

- Боголюбова О. Н., Киселева Е. В. Психологические и психофизиологические характеристики переживания стыда: роль неблагоприятного детского опыта // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 12. Психология. Социология. Педагогика. 2015. № 2. С. 30–44.
- Макогон И. К., Ениколопов С. Н. Апробация методики измерения склонности к переживанию чувств вины и стыда // Вопросы психологии. 2014. № 4. С. 118–125.
- Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб.: Питер, 2001.
- Тарабрина Н. В., Агарков В. А., Быховец Ю. В. Практическое руководство по психологии посттравматического стресса. М.: Cogito-Центр, 2007.
- Arseneault L. Annual research review: The persistent and pervasive impact of being bullied in childhood and adolescence: implications for policy and practice // Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines. 2018. Vol. 59 (4). P. 405–421. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12841>
- Bogolyubova O., Skochilov R., Smykalo L. Childhood victimization experiences of young adults in St. Petersburg, Russia // Journal of Interpersonal Violence. 2015. Vol. 30 (7). P. 1153–1167. <https://doi.org/10.1177/0886260514539849>
- Budden A. The role of shame in posttraumatic stress disorder: a proposal for a socio-emotional model for DSM-V // Social Science and Medicine. 2009. Vol. 69. P. 1032–1039. <https://doi.org/10.1016/j.socsci-med.2009.07.032>
- Cândeia D. M., Szentagotai-Tătar A. Shame-proneness, guilt-proneness and anxiety symptoms: A meta-analysis // Journal of anxiety disorders. 2018. Vol. 58. P. 78–106. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2018.07.005>
- Cohen T. R., Wolf S. T., Panter A. T., Insko C. A. Introducing the GASP scale: A new measure of guilt and shame proneness // Journal of Personality and Social Psychology. 2011. Vol. 100 (5). P. 947–966. <https://doi.org/10.1037/a0022641>
- De Hooge I. E., Breugelmans S. M., Wagemans F. M. A., Zeelenberg M. The social side of shame: approach versus withdrawal // Cognition and Emotion. 2018. Vol. 32 (8). P. 1671–1677. <https://doi.org/10.1080/02699931.2017.1422696>
- De Hooge I. E., Breugelmans S. M., Zeelenberg M. Not so ugly after all: When shame acts as a commitment device // Journal of Personality and Social Psychology. 2008. Vol. 95. P. 933–943. <https://doi.org/10.1037/a0011991>
- De Hooge I. E., Zeelenberg M. A., Breugelmans S. M. A functionalist account of shame induced behavior // Cognition & Emotion. 2011. Vol. 25. P. 939–946. <https://doi.org/10.1080/02699931.2010.516909>

- Ehlers A., Clark D.M. A cognitive model of posttraumatic stress disorder // Behaviour Research and Therapy. 2000. Vol. 38 (4). P. 319–345. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(99\)00123-0](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(99)00123-0)
- Ekman P. An argument for basic emotions // Cognition and Emotion. 1992. Vol. 6. P. 169–120. <https://doi.org/10.1080/02699939208411068>
- Hamby S.L., Finkelhor D., Ormrod R., Turner H. The Juvenile Victimization Questionnaire (JVQ): Administration and scoring manual. Durham: Crimes Against Children Research Center, 2005.
- Hart D., Karmel M.P. Self-awareness and self-knowledge in humans, apes, and monkeys // Reaching into Thought: The minds of the great apes / A.E. Russon, K.A. Bard, S.T. Parker (eds). Cambridge: Cambridge University Press, 1996. P. 325–347.
- Kealy D., Rice S.M., Ogrodniczuk J.S., Spidel A. Childhood trauma and somatic symptoms among psychiatric outpatients: Investigating the role of shame and guilt // Psychiatry Research. 2018. Vol. 268. P. 169–174. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.06.072>
- Keltner D., Buswell B.N. Embarrassment: Its distinct form and appeasement functions // Psychological Bulletin. 1997. Vol. 122. P. 250–270. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.122.3.250>
- Matos M., Pinto-Gouveia J. Shame as a traumatic memory // Clinical Psychology & Psychotherapy. 2010. Vol. 17 (4). P. 299–312. <https://doi.org/10.1002/cpp.659>
- McLaughlin K.A., Conron K.J., Koenen K.C., Gilman S.E. Childhood adversity, adult stressful life events, and risk of past-year psychiatric disorder: A test of the stress sensitization hypothesis in a population-based sample of adults // Psychosomatic medicine. 2010. Vol. 40 (10). P. 1647–1658. <https://doi.org/10.1017/S0033291709992121>
- Muris P., Meesters C. Small or big in the eyes of the other: On the developmental psychopathology of self-conscious emotions as shame, guilt, and pride // Clinical Child and Family Psychology Review. 2014. Vol. 17 (1). P. 19–40. <https://doi.org/10.1007/s10567-013-0137-z>
- Naramore R., Bright M., Epps N., Hardt N. Youth arrested for trading sex have the highest rates of childhood adversity: A statewide study of juvenile offenders // Sex Abuse. 2017. Vol. 29 (4). P. 396–410. <https://doi.org/10.1177/1079063215603064>
- Olatunji B. O., Cox R., Kim E. H. Self-disgust mediates the associations between shame and symptoms of bulimia and obsessive-compulsive disorder // Journal of Social and Clinical Psychology. 2015. Vol. 34 (3). P. 239–258. <https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.3.239>
- Robertson T.E., Sznycer D., Delton A.W., Tooby J., Cosmides L. The true trigger of shame: Social devaluation is sufficient, wrongdoing is unnecessary // Evolution and Human Behavior. 2018. Vol. 39 (5). P. 566–573. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2018.05.010>
- Roseman I.J., Wiest C., Swartz T.S. Phenomenology, behaviors, and goals differentiate discrete emotions // Journal of Personality and Social Psychology. 1994. Vol. 67 (2). P. 206–221. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.2.206>
- Sznycer D. Forms and functions of the self-conscious emotions // Trends in Cognitive Sciences. 2019. Vol. 23 (2). P. 143–157. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2018.11.007>
- Sznycer D., Tooby J., Cosmides L., Porat R., Shalvie S., Halperin E. Shame closely tracks the threat of devaluation by others, even across cultures // PNAS of the USA. 2016. Vol. 113. P. 2625–2630. <https://doi.org/10.1073/pnas.1514699113>
- Tangney J.P. Assessing individual differences in proneness to shame and guilt: development of the Self-Conscious Affect and Attribution Inventory // Journal of Personality and Social Psychology. 1990. Vol. 59 (1). P. 102–111. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.59.1.102>
- Tangney J., Burggraf S., Wagner P. Shame-proneness, guilt-proneness and psychopathological symptoms // Self-conscious Emotions: The Psychology of Shame, guilt, embarrassment and pride / J. Tangney, K. Fischer (eds). New York: Guilford, 1995. P. 343–368.
- Tangney J.P., Miller R.S., Flicker L., Barlow D.H. Are shame, guilt and embarrassment distinct emotions? // Journal of Personality and Social Psychology. 1996. Vol. 70 (6). P. 1256–1269. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.70.6.1256>
- Tracy J.L., Robins R.W. Appraisal antecedents of shame and guilt: Support for a theoretical model // Personality and Social Psychology Bulletin. 2006. Vol. 32 (10). P. 1339–1351. <https://doi.org/10.1177/0146167206290212>
- Weiss D.S., Marmar C.R. The Impact of Event Scale — Revised // Assessing psychological trauma and PTSD / J.P. Wilson, T.M. Keane (eds). New York: The Guilford Press, 1997. P. 399–411.

Zhu R., Xu Z., Tang H., Liu J., Wang H., An Y., Mai X., Liu C. The effect of shame on anger at others: Awareness of the emotion-causing events matters. *Cognition & Emotion*. 2019. Vol. 33 (4). P. 696–708. <https://doi.org/10.1080/02699931.2018.1489782>

Статья поступила в редакцию 17 мая 2023 г.;  
рекомендована в печать 24 августа 2023 г.

Контактная информация:

Левинцова Мария Игоревна — магистр психологии; [levintsovamaria@mail.ru](mailto:levintsovamaria@mail.ru)

Плешкова Наталья Леонидовна — канд. психол. наук; [fanciulla@yandex.ru](mailto:fanciulla@yandex.ru)

## Perceptions of childhood experiences and characteristics of shame in adults

M. I. Levintsova<sup>a</sup>, N. L. Pleshkova

St. Petersburg State University,

7–9, Universitetskaya nab., St. Petersburg, 199034, Russian Federation

**For citation:** Levintsova M. I., Pleshkova N. L. Perceptions of childhood experiences and characteristics of shame in adults. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 2023, vol. 13, issue 4, pp. 537–551. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2023.407> (In Russian)

Shame tends to motivate social approach to restore the threatened self. If this seems impossible, however, shame activates social withdrawal. Though it is unclear why one can underestimate the possibility of repairing their threatened self, research suggests the role of adverse childhood experiences. People with such experiences report shame memories that have traumatic memory characteristics such as intrusions, avoidance and hyperarousal, which are associated with feelings of helplessness and alienation in the face of danger. Therefore, social withdrawal following shame could be associated with higher posttraumatic stress in response to shame experiences. The aim of the study was to examine the link between perceptions of childhood experiences and proneness to shame in adults. The sample included 73 participants (60 females, 13 males),  $M = 23$ . Perceptions of childhood experiences were measured using the Juvenile Victimization Questionnaire. The Impact of Event Scale, the Guilt and Shame Proneness Scale and a modified procedure for assessing shame-induced behavior (de Hooft et al.) were used to measure characteristics of shame. We used comparative, factorial and multiple regression analyses. The childhood experiences of emotional bullying, physical assault, and sexual abuse related to neglect are associated with higher posttraumatic stress in response to shame experiences in adults. The participants with higher posttraumatic stress report a greater tendency to avoid social interactions when feeling shame. Childhood adversity can contribute to higher posttraumatic stress in response to shame experiences. As a result, one has lower expectations of social support and tends to avoid social interactions when feeling shame.

**Keywords:** shame, adverse childhood experiences, social withdrawal, posttraumatic stress.

## References

- Arseneault, L. (2018). Annual research review: The persistent and pervasive impact of being bullied in childhood and adolescence: Implications for policy and practice. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 59 (4), 405–421. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12841>
- Bogolyubova, O. N., Kiseleva, E. V. (2015). Adverse childhood experiences and psychological and psychophysiological aspects of experiencing shame. *Vestnik of Saint Petersburg University. Ser. 12. Psychology. Sociology. Education*, 2, 30–44. (In Russian)

---

<sup>a</sup> Author for correspondence.



- Bogolyubova, O., Skochilov, R., Smykalo, L. (2015). Childhood victimization experiences of young adults in St. Petersburg, Russia. *Journal of Interpersonal Violence*, 30 (7), 1153–1167. <https://doi.org/10.1177/0886260514539849>
- Budden, A. (2009). The role of shame in posttraumatic stress disorder: A proposal for a socio-emotional model for DSM-V. *Social Science & Medicine*, 69 (7), 1032–1039. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2009.07.032>
- Cândeia, D.M., Szentagotai-Tătar, A. (2018). Shame-proneness, guilt-proneness and anxiety symptoms: A meta-analysis. *Journal of anxiety disorders*, 58, 78–106. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2018.07.005>
- Cohen, T.R., Wolf, S.T., Panter, A.T., Insko, C.A. (2011). Introducing the GASP scale: A new measure of guilt and shame proneness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100 (5), 947–966. <https://doi.org/10.1037/a0022641>
- De Hooge, I.E., Breugelmans, S.M., Wagemans, F.M.A., Zeelenberg, M. (2018). The social side of shame: Approach versus withdrawal. *Cognition & Emotion*, 32 (8), 1671–1677. <https://doi.org/10.1080/0269931.2017.1422696>
- De Hooge, I.E., Breugelmans, S.M., Zeelenberg, M. (2008). Not so ugly after all: When shame acts as a commitment device. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95 (4), 933–943. <https://doi.org/10.1037/a0011991>
- De Hooge, I.E., Zeelenberg, M., Breugelmans, S.M. (2011). A functionalist account of shame-induced behaviour. *Cognition & Emotion*, 25 (5), 939–946. <https://doi.org/10.1080/02699931.2010.516909>
- Ehlers, A., Clark, D.M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 38 (4), 319–345. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(99\)00123-0](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(99)00123-0)
- Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6 (3–4), 169–200. <https://doi.org/10.1080/02699939208411068>
- Hamby, S.L., Finkelhor, D., Ormrod, R., Turner, H. (2005). *The Juvenile Victimization Questionnaire (JVQ): Administration and scoring manual*. Durham, Crimes Against Children Research Center.
- Hart, D., Karmel, M.P. (1996). Self-awareness and self-knowledge in humans, apes, and monkeys. In: A.E. Russon, K.A. Bard, S.T. Parker (eds). *Reaching into Thought: The minds of the great apes* (pp. 325–347). Cambridge, Cambridge University Press.
- Kealy, D., Rice, S.M., Ogrodniczuk, J.S., Spidel, A. (2018). Childhood trauma and somatic symptoms among psychiatric outpatients: Investigating the role of shame and guilt. *Psychiatry research*, 268, 169–174. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.06.072>
- Keltner, D., Buswell, B.N. (1997). Embarrassment: Its distinct form and appeasement functions. *Psychological Bulletin*, 122 (3), 250–270. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.122.3.250>
- Makogon, I.K., Enikolopov, S.N. (2014). A Technique for measuring inclination to experiencing guilt and shame. *Voprosy Psikhologii*, 4, 118–125. (In Russian)
- Matos, M., Pinto-Gouveia, J. (2010). Shame as a traumatic memory. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 17 (4), 299–312. <https://doi.org/10.1002/cpp.659>
- McLaughlin, K.A., Conron, K.J., Koenen, K.C., Gilman, S.E. (2010). Childhood adversity, adult stressful life events, and risk of past-year psychiatric disorder: A test of the stress sensitization hypothesis in a population-based sample of adults. *Psychological medicine*, 40 (10), 1647–1658. <https://doi.org/10.1017/S0033291709992121>
- Muris, P., Meesters, C. (2014). Small or big in the eyes of the other: on the developmental psychopathology of self-conscious emotions as shame, guilt, and pride. *Clinical child and family psychology review*, 17 (1), 19–40. <https://doi.org/10.1007/s10567-013-0137-z>
- Naramore, R., Bright, M.A., Epps, N., Hardt, N.S. (2017). Youth arrested for trading sex have the highest rates of childhood adversity: A statewide study of juvenile offenders. *Sexual Abuse: A journal of research and treatment*, 29 (4), 396–410. <https://doi.org/10.1177/1079063215603064>
- Olatunji, B.O., Cox, R., Kim, E.H. (2015). Self-disgust mediates the associations between shame and symptoms of bulimia and obsessive-compulsive disorder. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34 (3), 239–258. <https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.3.239>
- Robertson, T.E., Sznycer, D., Delton, A.W., Tooby, J., Cosmides, L. (2018). The true trigger of shame: Social devaluation is sufficient, wrongdoing is unnecessary. *Evolution and Human Behavior*, 39 (5), 566–573. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2018.05.010>



- Roseman, I. J., Wiest, C., Swartz, T. S. (1994). Phenomenology, behaviors, and goals differentiate discrete emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67 (2), 206–221. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.2.206>
- Sznycer, D. (2019). Forms and functions of the self-conscious emotions. *Trends in Cognitive Science*, 23 (2), 143–157. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2018.11.007>
- Sznycer, D., Tooby, J., Cosmides, L., Porat, R., Shalvi, S., Halperin, E. (2016). Shame closely tracks the threat of devaluation by others, even across cultures. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 113 (10), 2625–2630. <https://doi.org/10.1073/pnas.1514699113>
- Tangney J. P. (1990). Assessing individual differences in proneness to shame and guilt: development of the Self-Conscious Affect and Attribution Inventory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59 (1), 102–111. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.59.1.102>
- Tangney, J., Burgrgraf, S., Wagner, P. (1995). Shame-proneness, guilt-proneness and psychopathological symptoms. In: J. Tangney, K. Fischer (eds). *Self-Conscious Emotions: The Psychology of Shame, Guilt, Embarrassment and pride* (pp. 343–368). New York, Guilford Press.
- Tangney, J. P., Miller, R. S., Flicker, L., Barlow, D. H. (1996). Are shame, guilt, and embarrassment distinct emotions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (6), 1256–1269. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.70.6.1256>
- Tarabrina, N. V. (2001). *Workshop on the Psychology of Posttraumatic Stress*. St. Petersburg, Piter Publ. (In Russian)
- Tarabrina, N. V., Agarkov, V. A., Bykhovets, Yu. V. (2007). *A Practical Guide to the Psychology of Posttraumatic Stress*. Moscow, Kogito-Tsentr Publ. (In Russian)
- Tracy, J. L., Robins, R. W. (2006). Appraisal antecedents of shame and guilt: support for a theoretical model. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 32 (10), 1339–1351. <https://doi.org/10.1177/0146167206290212>
- Weiss, D. S., Marmar, C. R. (1997). The Impact of Event Scale — Revised. In: J. P. Wilson, T. M. Keane (eds). *Assessing Psychological Trauma and PTSD* (pp. 399–411). The Guilford Press.
- Zhu, R., Xu, Z., Tang, H., Liu, J., Wang, H., An, Y., Mai, X., Liu, C. (2019). The effect of shame on anger at others: Awareness of the emotion-causing events matters. *Cognition & Emotion*, 33 (4), 696–708. <https://doi.org/10.1080/02699931.2018.1489782>

Received: May 17, 2023

Accepted: August 24, 2023

#### Authors' information:

Maria I. Levintsova — Master in Psychology; levintsovamaria@mail.ru  
 Natalya L. Pleshkova — PhD in Psychology; fanciulla@yandex.ru