

## ROZUMIENIE POJĘCIA „WSTYD”

Zjawisko wstydu opisywane jest w literaturze przedmiotu z różnych perspektyw, co zapewnia szeroki wachlarz ujęć teoretycznych, ale zarazem stanowi źródło trudności przy próbie znalezienia jego klarownego, jednoznacznego rozumienia. Emocja wstydu prezentowana bywa w kategoriach stanu bądź cechy<sup>16</sup>. Wstyd odczuwany sytuacyjnie i przejściowo traktowany jest przez podmiot epizodycznie, sygnałnie i pełni funkcję informacyjną, na

---

<sup>16</sup> Zob. Keplinger, dz. cyt., Kleszczewska-Albińska, Albiński, dz. cyt.

przykład uprzedzając o przekroczeniu pewnych zasad zachowania społecznego. Emocja wstydu rozumiana w kategoriach cechy podkreśla natomiast unikatowość subiektywnych doświadczeń jednostki, jej związek i sposób odniesienia do własnego „ja”; pełni funkcję wywoływania negatywnego napięcia wewnętrznego i obniżania nastroju, przypisując odpowiedzialność za zdarzenia (zwłaszcza za zdarzenia mające konsekwencje negatywne) jednostce, nie zaś jej zewnętrznemu otoczeniu. Pojawia się wówczas w podmiocie stała tendencja do doświadczania braku kontroli i niespełniania oczekiwań czy też pewnych norm społecznych, a także zasad etycznego zachowania się<sup>17</sup>. W koncepcjach wywodzących się z perspektywy antropologicznej wstyd uznawany jest za fenomen złożony i opisywany w perspektywie kulturowej jako zjawisko zależne od norm i wartości, nieodłącznie związane ze społeczeństwem. Antropolodzy jednocześnie odwołują się do poglądów na temat wstydu jako uczucia podstawowego, pojmowanego w kategoriach ewolucyjnie dziedzicznego mechanizmu. Zdaniem Silvana S. Tomkinsa wstyd stanowi emocję podstawową<sup>18</sup>. Badacz ten podjął próbę wyjaśnienia związku przyczynowego między wstydem jako wrodzonym mechanizmem afektywnym a postrzeganiem siebie oraz budowaniem relacji społecznych. Opisuje on doświadczenie wstydu jako awersyjne, jakkolwiek pełniące funkcje adaptacyjne. Inni zaś autorzy, Nathan Harris i Shadd Maruna<sup>19</sup>, prezentują trzy sposoby rozumienia wstydu: (1) wstyd jako reakcja na społeczną dezaprobatę (łączy się z koncentracją na zewnętrznych możliwych konsekwencjach zaburzenia relacji z innymi, na przykład związanych z wyrządzeniem innym jakiejś krzywdy bądź spowodowaniem straty); (2) wstyd jako efekt osobistej porażki lub błędu (łączy się z naruszeniem wewnętrznych standardów działania); (3) wstyd jako etyczny aspekt porażki czy błędu (łączy się z uwzględnieniem zarówno zewnętrznych, jak i wewnętrznych uwarunkowań i konsekwencji własnego działania). Leon Benade pisze, że wstyd można rozumieć w kategoriach etyki, jeśli pojawia się on w wyniku sprzeczności między czynem niezgodnym na przykład z prawem czy z obowiązującym obyczajem bądź normami społecznymi a indywidualnym poczuciem jaźni i wartości samego siebie<sup>20</sup>. Radzenie sobie z poczuciem wstydu (czyli poszukiwanie reintegracji jako przeciwdziałanie naznaczeniu

<sup>17</sup> Zob. J.P. T a n g n e y, J. S t u e w i g, D. M a s h e k, M.E. H a s t i n g s, *Assessing Jail Inmates' Proneness to Shame and Guilt: Feeling Bad about the Behavior or the Self?*, „Criminal Justice and Behavior” 38(2011) nr 7, s. 710-734.

<sup>18</sup> Zob. S.S. T o m k i n s, *The Varieties of Shame and Its Magnification*, w: *Exploring Emotion: The Selected Writings of Silvan S. Tomkins*, red. V.E. Demos, Cambridge University Press, Cambridge 1995, s. 397-410.

<sup>19</sup> Zob. N. H a r r i s, S. M a r u n a, *Shame, Shaming and Restorative Justice*, w: *Handbook of Restorative Justice: A Global Perspective*, red. D. Sullivan, L. Tiffit, Routledge, Abingdon, UK–New York, USA, 2008, s. 452-462.

<sup>20</sup> Zob. B e n a d e, dz. cyt.

społecznemu – stygmatyzacji) jest formą odpowiedzialności społecznej, ponieważ przyczynia się do budowania pozytywnych wartości w społeczności poprzez naprawę zerwanych lub nadwyreżonych relacji społecznych. Pojęcie zawstydzenia zakłada więc uznanie krzywdy i funkcjonowanie normy akceptowalnego zachowania, postaw i stosunków społecznych, a zatem odnosi się także do kwestii etycznych. Podobnie jak inne emocje moralne (na przykład poczucie winy), wstyd ma szczególne znaczenie w trakcie rozwoju człowieka, a zwłaszcza w fazie wczesnego okresu dzieciństwa i dojrzewania. Okres wczesnego dzieciństwa jest etapem rozwoju zdolności do refleksji, porównywania siebie z innymi i kształtowania wrażliwości na opinie innych. W ujęciu eriksonowskim w okresie wczesnego dzieciństwa (między drugim a trzecim rokiem życia) dziecko wchodzi w fazę rozwojową dążenia do niezależności i autonomii<sup>21</sup>. Istotnym wydarzeniem tego okresu rozwojowego jest trening czystości oraz kształtująca się zdolność odróżniania „ja” od „innych” oraz uświadamiania sobie przez dziecko, że jest (może być) ono sprawcą działań, co powoduje określone konsekwencje w jego doświadczeniu. Rozwijające się w tym okresie poczucie sprawstwa i kontroli, związane z odpowiedzialnością za samodzielne decyzje i działania, koncentruje się na dbałości o własne ciało i na treningu czystości. Dziecko uzyskuje poczucie autonomii, nabywając w ramach tego treningu umiejętności kontrolowania ciała. Brak takiej umiejętności stanowi źródło wewnętrznego konfliktu, który pozostaje nierozstrzygnięty, co może się przyczyniać do braku poczucia sprawstwa i powodować trudne do zniesienia emocjonalne przeżycie wstydu.

Autorzy reprezentujący podejście atrybucyjno-poznawcze zwracają uwagę, że warunkiem koniecznym wywołania emocji wstydu jest rozwój struktury „ja” i funkcji poznawczych, które pozwalają dziecku na autorefleksję, ukazując mu, że jest ono sprawcą i działa, a jego działania podlegają ocenie (w tym również samoocenie)<sup>22</sup>. Michael Lewis twierdzi, że dziecko osiąga tego rodzaju możliwości poznawcze pod koniec trzeciego roku życia i że wówczas wstyd może się stać – i najczęściej się staje – elementem jego doświadczenia życiowego, co generalnie świadczy o prawidłowym rozwoju dziecka<sup>23</sup>. W pewnym sensie mamy tu do czynienia jak gdyby z włączeniem się nowej funkcji w życiu dziecka – funkcji, która daje mu nowe możliwości orientacji w świecie.

Okres dorastania jest w życiu człowieka związany z kształtowaniem tożsamości osobowej i z uczeniem się pełnienia ról społecznych. Osoba eksploruje wówczas własną niezależność, kształtując jednocześnie swoją tożsamość i świadomość siebie. Ważnym w sensie rozwojowym obszarem są wówczas

<sup>21</sup> Por. Witkowski, dz. cyt., s. 118.

<sup>22</sup> Por. Tanguay, Stuewig, Mashek, Hastings, dz. cyt., s. 714.

<sup>23</sup> Por. Lewis, dz. cyt., s. 311.

relacje z innymi, a poczucie wsparcia w dążeniu do odkrywania siebie sprzyja indywidualnemu budowaniu samoświadomości, niezależności i samokontroli. Przy braku takiego wsparcia może zaś pojawić się niepewność własnej tożsamości, czemu towarzyszą trudności w określeniu własnych dążeń, celów życiowych i co sprzyja doświadczaniu emocji wstydu. Wstyd jest też potencjalnie istotną zmienną w opisie i analizie zdrowia i dobrej kondycji młodzieży. Młody człowiek, który potrafi odczuwać wstyd, faktycznie urzeczywistnia funkcjonowanie sankcji społecznych oraz powszechnie akceptowanych norm i wartości. Okazuje się jednak, że doświadczanie wstydu może nie tylko budować, ale i rujnować kondycję psychiczną jednostki. Powiązanie doświadczenia wstydu z depresją, zmniejszeniem poczucia własnej wartości i gniewem<sup>24</sup> bądź też z narcyzmem może stanowić wyzwanie dla prozdrowotnych zachowań jednostki<sup>25</sup>. Internalizacja zakłada zdolność jednostki do poznania wyobrażonego „innego”. Myśl o „innym” może zadziałać niczym spust uruchamiający lawinę odczuć emocjonalnych, a w tym uczucie wstydu. Obawa o to, co inni myślą, jest ważna dla jednostki, która zinternalizowała już normy społeczne, a w związku z tym doświadczyła uczucia wstydu. Do przeżywania wstydu motywuje na przykład obawa przed ekspozycją, zwłaszcza nieoczekiwaną, zaskakującą, nieplanowaną, własnego ciała bądź też myśli czy uczuć, przyczyniając się zarazem do utrwalenia tego sposobu reagowania w innych, analogicznych sytuacjach. Wstyd ma siłę oddziaływania wywołującego zmianę, co można monitorować w procesie kształtowania postaw etycznych u młodych, na przykład w środowisku szkolnym. Reagujemy na rzeczywistego lub wyobrażonego „innego”, to zaś powoduje, że odczuwamy pewien rodzaj etycznego i społecznego zobowiązania, aby funkcjonować zgodnie z akceptowanymi społecznie wartościami. „Inni” oraz ich sposób reagowania są dla jednostki niczym lustro, w którym może się ona przeglądać i uświadamiać sobie swoją postawę i sposób funkcjonowania w określonej sytuacji<sup>26</sup>. „Inni” są jak drogowskaz w procesie orientacji w sytuacji. Mówiąc pokrótce, w ten sposób wprowadzać można ideę wzmacniania sprawiedliwości społecznej, na przykład w środowisku szkolnym, co w konsekwencji przyczyniać się będzie do zaszczepienia wrażliwości społecznej w dzieciach w wieku szkolnym i do doskonalenia szeregu ich umiejętności interpersonalnych oraz do formowania postaw obywatelskich w duchu demokracji<sup>27</sup>. Cele te można osiągnąć w tym większym stopniu, im bardziej uczenie się, nauka i szeroko rozumiana edu-

<sup>24</sup> Por. L.M. Simonds, M. John, Ch. Fife-Schaw, S. Willis, H. Taylor, H. Hand, M. Rahim, H. Winstanley, H. Winton, *Development and Validation of the Adolescent Shame-Proneness Scale*, „Psychological Assessment” 28(2016) nr 5, s. 550.

<sup>25</sup> Por. Martens, dz. cyt., s. 402.

<sup>26</sup> Por. Bende, dz. cyt., s. 671.

<sup>27</sup> Por. tamże, s. 668.

kacja stanowią coś istotnego (ważnego, lubianego, pożądanego, niezbędnego) w subiektywnej ocenie ucznia, a także im głębiej uczeń identyfikuje się ze swoją szkołą.