



УДК 159.9.072.59

EDN ZAIIBA

<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2024-6-2-237-249>

Научная статья

Сокращенная версия опросника застенчивости: надежность, валидность, факторная структура

В. П. Шейнов ^{✉1}, А. С. Девицын ²

¹ Республиканский институт высшей школы, 220001, Республика Беларусь,
г. Минск, ул. Московская, д. 15

² Белорусский государственный университет, 220030, Республика Беларусь,
г. Минск, пр. Независимости, д. 4

Для цитирования: Шейнов, В. П., Девицын, А. С. (2024) Сокращенная версия опросника застенчивости: надежность, валидность, факторная структура. *Психология человека в образовании*, т. 6, № 2, с. 237–249. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2024-6-2-237-249> EDN ZAIIBA

Получена 13 марта 2024; прошла рецензирование 17 марта 2024; принята 22 марта 2024.

Финансирование: Исследование не имело финансовой поддержки.

Права: © В. П. Шейнов, А. С. Девицын (2024). Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена. Открытый доступ на условиях лицензии CC BY-NC 4.0.

Аннотация

Введение. Застенчивость является одним из самых сильных предикторов формирования зависимости от социальных сетей, что делает изучение застенчивости особенно актуальным. В исследованиях активно используется опросник застенчивости, адаптированный для русскоязычного социума А. Б. Белоусовой и И. М. Юсуповым (Белоусова, Юсупов 2005). Относительно давно разработанных опросников сложилось убеждение, что их нужно перепроверить, поскольку ответы респондентов сегодня могут значительно отличаться от ответов их предшественников, на которых создавались эти опросники. Актуальна и установка на сокращение опросников, поскольку большие опросники вызывают трудности в сборе материалов и худшее качество получаемых ответов. Цели исследования: 1) разработка сокращенной версии опросника застенчивости; 2) построение факторной модели застенчивости.

Материалы и методы. Исходные данные собраны посредством онлайн-опроса 3360 респондентов, в том числе 2739 из Беларуси и 621 из России (средний возраст $M = 19,4$, $SD = 5,6$), среди них 2239 женщин ($M = 19,7$, $SD = 6,0$) и 1121 мужчин ($M = 19,1$, $SD = 4,7$). В исследовании использованы опросники: застенчивости, адаптированный А. Б. Белоусовой и И. М. Юсуповым (Белоусова, Юсупов 2005), зависимости от смартфона (автор В. П. Шейнов) (Шейнов 2020), зависимости от социальных сетей (авторы В. П. Шейнов, А. С. Девицын) (Шейнов, Девицын 2021), ассертивности (автор В. П. Шейнов) (Шейнов 2014), Шкала удовлетворенности жизнью (авторы Е. Н. Осин и Д. А. Леонтьев) (Осин, Леонтьев 2008), опросник самооценки Р. В. Овчаровой (Овчарова 1996), Шкала самоуважения М. Розенберга в адаптации А. А. Золотаревой (Золотарева 2020).

Результаты исследования. Сконструирована состоящая из 12 вопросов сокращенная версия опросника застенчивости. Сокращенная версия опросника удовлетворяет основным критериям валидности и надежности и обладает лучшими психометрическими характеристиками, нежели его исходная версия. Построена состоятельная 3-факторная модель застенчивости, позволяющая исследовать роль формирующих ее факторов во взаимосвязях застенчивости с другими характеристиками личности.

Выводы. Практическая значимость исследования заключается в том, что сокращенная версия опросника застенчивости позволяет проводить исследования с помощью более удобного инструмента с лучшими психометрическими характеристиками. Теоретическое значение данного исследования включает возможность изучения роли факторов, формирующих застенчивость индивида. В Приложении приведена сокращенная версия опросника застенчивости.

Ключевые слова: опросник застенчивости, сокращенная версия опросника, психометрические характеристики, застенчивость, факторная модель застенчивости

Research article

The short version of the Shyness Questionnaire: Reliability, validity and factor structure

V. P. Sheinov ¹, A. S. Dziavitsyn²

¹ Republican Institute of Higher Education, 15 Moscovskaya Str., Minsk 220001, Belarus

² Belarusian State University, 4 Nezavisimosti Ave., Minsk 220030, Belarus

For citation: Sheinov, V. P., Dziavitsyn, A. S. (2024) The short version of the Shyness Questionnaire: Reliability, validity and factor structure. *Psychology in Education*, vol. 6, no. 2, pp. 237–249. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2024-6-2-237-249> EDN ZAIIBA

Received 13 March 2024; reviewed 17 March 2024; accepted 22 March 2024.

Funding: The study did not receive any external funding.

Copyright: © V. P. Sheinov, A. S. Dziavitsyn (2024). Published by Herzen State Pedagogical University of Russia. Open access under [CC BY-NC License 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Abstract

Introduction. Shyness is one of the strongest predictors of social media addiction, which makes shyness an important research object. Currently, scholars actively use the Shyness Questionnaire adapted for Russian-speaking society by A. Belousova and I. Yusupov (Belousova, Yusupov 2005). There is a common view that long-established questionnaires need to be re-validated, as the answers of today's respondents may differ significantly from the answers of the respondents at the time when those questionnaires were created. It is also relevant to make questionnaires shorter, as large questionnaires cause difficulties in collecting materials and yield lesser quality answers. This study has the following objectives: 1) developing a short version of the Shyness Questionnaire, and 2) constructing a shyness factor model.

Materials and Methods. Empirical data for the study were collected through an online survey of 3360 respondents: 2739 respondents from Belarus and 621 respondents from Russia (average age $M = 19.4$, $SD = 5.6$), among them 2239 women ($M = 19.7$, $SD = 6.0$) and 1121 men ($M = 19.1$, $SD = 4.7$). The study used the following questionnaires: the Shyness Questionnaire adapted by A. Belousova and I. Yusupov (Belousova, Yusupov 2005), the Smartphone Addiction Questionnaire by V. Sheinov (Sheinov 2020), the Social Network Addiction Questionnaire by V. Sheinov and A. Dziavitsyn (Sheinov, Dziavitsyn 2021), the Assertiveness Questionnaire by V. Sheinov (Sheinov 2014), the Life Satisfaction Scale by E. Osin and D. Leontyev (Osin, Leontyev 2008), the Self-Esteem Questionnaire by R. Ovcharova (Ovcharova 2003), and the Rosenberg Self-Esteem Scale adapted by A. Zolotareva (Zolotareva 2020).

Results. We created a short 12-question version of the Shyness Questionnaire. This version satisfies the basic criteria of validity and reliability and has better psychometric properties than the original questionnaire. We also constructed a consistent three-factor model of shyness, which makes it possible to study the role of its factors and the relationship between shyness and other personality traits.

Conclusions. The short version of the Shyness Questionnaire makes it possible to conduct research using a more convenient instrument with better psychometric properties. The theoretical application of the results is that they make it possible to research the role of the factors that shape an individual's shyness. A shortened version of the Shyness Questionnaire is provided in the Appendix.

Keywords: shyness questionnaire, short version of questionnaire, psychometric properties, shyness, reliability, validity, factor model

Введение

Последние годы в психологическом сообществе утвердилась идея о необходимости перепроверки опросников, разработанных достаточно давно. Причиной этого явилось обоснованное опасение, что нынешнее поколение разительно отличается от тех респондентов, на ответах которых много лет назад создавались эти инструменты, поэтому и ответы современных

респондентов могут значительно отличаться от ответов их давних предшественников.

В большой степени сказанное относится к опросникам, диагностирующим застенчивость, поскольку значительное время, проводимое сегодня пользователями в социальных сетях, коррелирует с застенчивостью. Более того, в ряде публикаций показано, что застенчивость является одним из самых сильных предикторов формирования зависимости от социальных

сетей (Iranmanesh et al. 2021; Kulkarni, Deshpande 2019; Tian et al. 2021).

Чаще всего пользователи выходят в Сеть через смартфон, между зависимостью от социальных сетей и зависимостью от смартфона имеет место высоко-значимая положительная связь, поэтому не удивительно, что застенчивость и зависимость от смартфона также положительно связаны (Aktaş, Yılmaz 2017; Han et al. 2017; Li et al. 2022; Meena et al. 2021).

Причина указанных взаимосвязей состоит в том, что застенчивые люди испытывают в реальной жизни значительные трудности в установлении межличностных контактов, поэтому знакомства в онлайне являются для них предпочтительными, что и приводит к зависимости от социальных сетей и зависимости от смартфона. Однако пребывание в социальных сетях не способствует уменьшению застенчивости, скорее наоборот, поскольку социальные сети — это своеобразная «ярмарка тщеславия», в которой застенчивые люди постоянно видят чужие успехи, настойчиво афишируемые многими ее участниками, а это негативно сказывается на их самооценке, что еще больше усиливает состояние нервно-психического напряжения. То есть связь между застенчивостью и зависимостью от социальных сетей является взаимной.

Застенчивость определяется Оксфордским словарем как состояние стеснения в присутствии других людей (Oxford Learner's Dictionaries 2000). В «Словаре русского языка» С. И. Ожегова застенчивость представляется как склонность к стыдливому и робкому поведению в общении (Ожегов 2012). Согласно «Психологическому словарю», «застенчивость — состояние нервно-психического напряжения, отличающееся разнообразными нарушениями в сфере вегетатики, психомоторики, речевой деятельности, эмоциональных, волевых, мыслительных процессов и рядом специфических изменений самосознания, которое возникает у человека, постоянно испытывающего трудности в определенных ситуациях межличностного неформального общения, и является его личностным свойством» (Зинченко, Мещеряков 2006, 325).

В настоящее время актуальна установка на сокращение количества заданий в опросниках, поскольку (как показали исследования), чем больше вопросов, тем хуже качество получаемых ответов, как при тестировании в офлайне, так и в онлайне (Galesic, Bosnjak 2009; Herzog, Bachman 1981). В соответствии с вышесказанным, целью данного исследования является разработка сокращенной версии опросника застенчивости для русскоязычных испытуемых, доказательство

ее надежности и валидности и построение факторной модели застенчивости. Наличие факторной модели застенчивости позволит исследовать роль формирующих ее факторов во взаимосвязях застенчивости с другими характеристиками личности.

Методика

Участники исследования и сбор данных. Эмпирической основой исследования послужили результаты онлайн-тестирования 3360 испытуемых, в том числе 2739 из Беларуси и 621 из России (средний возраст $M = 19,4$, $SD = 5,6$, среди них 2239 женщин ($M = 19,7$, $SD = 6,0$) и 1121 мужчин ($M = 19,1$, $SD = 4,7$).

Методы. В основу разработки положен опросник застенчивости, адаптированный к русскоязычному социуму А. Б. Белоусовой, И. М. Юсуповым (Белоусова, Юсупов 2005). В исследовании использованы: опросник застенчивости от социальных сетей (Шейнов, Девицын 2021), опросник застенчивости от смартфона (Шейнов 2020), опросник ассертивности (Шейнов 2014), Шкала удовлетворенности жизнью (Осин, Леонтьев 2008), Шкала самоуважения М. Розенберга в адаптации А. А. Золотарева (Золотарева 2020), опросник самооценки (Овчарова 1996).

Статистический анализ проводился с помощью программ из пакетов статистического анализа SPSS-22 и jamovi-2.4.7.0 на базе платформы R. Принят уровень значимости $p = 0,05$.

Результаты и их обсуждение

Проверка показала, что часть изучаемых переменных отвечают нормальному распределению, другие — нет, поэтому связи между переменными определяем посредством корреляций Пирсона и Кендалла.

Однородность исходной версии опросника застенчивости оказалась сравнительно невысокой: α Кронбаха равно 0,696 (табл. 1). Изучение результатов теста с вычислением α Кронбаха позволяет оценить его надежность: чем выше значение α , тем более согласованно отвечают пункты теста на измеряемую характеристику и тем больше доверия к результатам теста. Это помогает убедиться, что тест является стабильным и надежным инструментом для оценки психологических переменных. В отношении вопроса сокращения опросника изменение α -Кронбаха позволяет судить об изменении надежности опросника при сокращении количества вопросов.

Табл. 1. α Кронбаха опросника самоуважения при удалении его пунктов (женщины и мужчины, N = 3360)

Статистическая мера	Значение для исходной версии	В результате удаления пункта № 11
α Кронбаха	0,696	0,757

Table 1. Cronbach's α of the Self-Esteem Questionnaire with items removed (women and men, N = 3360)

Statistical measure	Meaning for original version	After deleting item No. 11
Cronbach's α	0.696	0.757

Соответствующая программа SPSS-22 для улучшения однородности предлагает исключение пункта № 11.

Таблица 1 показывает, что однородность опросника самоуважения действительно улучшается, свидетельством чего является увеличение α Кронбаха с 0,696 до 0,757.

Дискриминативность пунктов опросника застенчивости проверена величиной их корреляций с результатом опросника.

Пункт № 11 опросника для объединенной выборки мужчин и женщин имеет самые низкие показатели дискриминативности: корреляция Пирсона $r = 0,424$ ($p = 0,000$), корреляция Кендалла $\tau = 0,355$ ($p = 0,000$).

Аналогичное положение имеет место для мужской и женской выборок. Это указывает на то, что пункт № 11 опросника обладают наименьшей дискриминативностью.

Таким образом, удалив этот пункт из опросника, мы улучшим его психометрические характеристики — и однородность опросника, и общую дискриминативность его пунктов.

Факторный анализ опросника застенчивости

Факторный анализ осуществлен с использованием выборки, включающей ответы 3360 респондентов на 15 вопросов (утверждений) исходной опросника застенчивости. Для проведения анализа использовался программный пакет Jamovi версии 2.4.7.0 на базе платформы R.

Задачами проведения анализа являлись:

1. Изучение результатов тестирования с целью выявления вопросов (переменных), которые могут быть исключены, без потери надежности и снижения аналитических свойств опросника.
2. Разработка и анализ факторной структуры опросника, для получения представления

об общих психологических конструктах (факторах) опросника, и входящих в них вопросов.

Факторные модели разрабатывались посредством эксплораторного факторного анализа с использованием метода *минимальных остатков или обобщенных наименьших квадратов* (Minimum Residual) в качестве метода факторизации (извлечения факторов), и *косоугольного (Oblimin) вращения факторов*. Количество факторов определялось методом *параллельного анализа*.

Данное сочетание методов обеспечивает надежное извлечение факторов, учитывает случайные вариации и помогает избежать извлечения факторов, которые могут быть результатом «шума» в данных, а не реальной структуры. Эти методы рекомендуются при работе с результатами психологических тестов, так как обеспечивают устойчивость к кросс-корреляциям изучаемых переменных и эффективны в случае сильного «зашумления» данных. Все это позволяет получать адекватные модели и их интерпретации.

При построении эксплораторной факторной модели пункты опросника № 11, № 3 и № 7 не вошли в один из факторов: они имели низкие факторные нагрузки и не было разумной возможности отнесения их к какому-либо фактору, то есть они «выпали» из общей факторной структуры. При этом Альфа Кронбаха сокращенного до 12 пунктов опросника равняется 0,851.

В результате была построена следующая факторная модель, включающая оставшиеся 12 пунктов опросника (табл. 2).

Критерий адекватности выборки Кайзера—Мейера—Олкина $\geq ,894$

Критерий Бартлетта: $\chi^2 = 8961$, $df = 66$, $p < ,001$

По результатам этих тестов можно утверждать, что данные пригодны для проведения факторного анализа, в них имеются корреляции

Табл. 2. Факторная модель сокращенной версии опросника застенчивости

Переменная	Факторные нагрузки		
	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
8	,669		
13	,637		
9	,611		
15	,455		
10	,342		
5	,329		
1		,709	
2		,573	
4		,478	
6			,669
12			,617
14			,607

Table 2. Factor model of the short version of the Shyness Questionnaire

Variable	Factor loadings		
	Factor 1	Factor 2	Factor 3
8	.669		
13	.637		
9	.611		
15	.455		
10	.342		
5	.329		
1		.709	
2		.573	
4		.478	
6			.669
12			.617
14			.607

и структурные связи, позволяющие выделить некие общности и объединить их в факторы, из чего можно сделать вывод, что данная факторная модель является адекватной.

Показатели RMSEA 90 % CI: RMSEA = 0,0236, минимум = 0,0181, максимум = 0,0292. Максимальный показатель RMSEA ниже 0,03 (что является отличным результатом) говорит о том, что полученная факторная модель состоятельна, имеет обоснованный состав факторов и хорошо описывает исходные данные.

Полученные факторы естественно интерпретировать следующим образом:

Фактор 1 — нерешительность

8. Я часто много теряю из-за своей нерешительности.

13. Мне бы хотелось быть менее застенчивым.

9. Иногда из-за своей сдержанности мне бывает трудно отстаивать свои права.

15. Если люди наблюдают за мной, мне становится не по себе.

10. В школе мне трудно было говорить перед всем классом.

5. Часто я лишь с большим трудом могу скрыть свою застенчивость.

Фактор 2 — социальное давление

1. Когда я нахожусь в компании, я мучаюсь выбором темы для разговора.

2. В компании я чувствую себя несколько неловко и из-за этого произвожу впечатление хуже, чем мог бы.

4. Мне бывает трудно изложить свои мысли словами, и поэтому я не включаюсь в беседу с такой готовностью, как другие.

Фактор 3 — самоизоляция

6. Я схожусь с людьми так же легко, как и другие.

12. Я охотно знакоюсь с новыми людьми.

14. Мне кажется, что, попадая в новый коллектив, я быстро приспосабливаюсь.

Регрессионный анализ. Для оценки изменения качеств сокращенного опросника проведен регрессионный анализ. При его проведении в качестве независимых переменных использованы данные сокращенного набора пунктов опросника, а зависимой (целевой) переменной выступил результат исходной (полной) версии опросника.

Полученная регрессионная модель представлена в таблице 3 (табл. 3).

Коэффициент детерминации $R^2 = ,968$.

После сокращения опросника на 3 пункта (№№ 3, 7, 11) — с 15 до 12 вопросов — сокращенный опросник (согласно коэффициенту детерминации регрессии) описывает 97 % дисперсии результата полного опросника. То есть сокращение опросника на 20 % ухудшило описание результата на 3 %, что можно считать отличным результатом. Результаты полного и сокращенного опросников высоко-значимо коррелируют: 0,983 по Пирсону и 0,934 по Кендаллу.

Таким образом, получена факторная модель с высокими показателями достоверности, что подтверждается показателями статистических тестов. При этом выделенные и интерпретированные три фактора описывают более 38 % совокупности дисперсии переменных, что является хорошим показателем.

Табл. 3. Результаты регрессионного анализа

Фактор	Оценка	SE	t	p
Пересечение/перехват	,192	,0233	8,23	< ,001
1	1,216	,0345	35,19	< ,001
2	1,131	,0338	33,47	< ,001
4	1,269	,0328	38,66	< ,001
5	1,128	,0324	34,86	< ,001
6	1,308	,0311	42,13	< ,001
8	1,077	,0316	34,05	< ,001
9	1,170	,0305	38,30	< ,001
10	1,184	,0295	40,20	< ,001
12	1,368	,0294	46,55	< ,001
13	1,224	,0306	39,96	< ,001
14	1,238	,0321	38,62	< ,001
15	1,189	,0295	40,25	< ,001

Table 3. Results of regression analysis

Predictor	Estimate	SE	t	p
Intercept	.192	.0233	8.23	< .001
1	1.216	.0345	35.19	< .001
2	1.131	.0338	33.47	< .001
4	1.269	.0328	38.66	< .001
5	1.128	.0324	34.86	< .001
6	1.308	.0311	42.13	< .001
8	1.077	.0316	34.05	< .001
9	1.170	.0305	38.30	< .001
10	1.184	.0295	40.20	< .001
12	1.368	.0294	46.55	< .001
13	1.224	.0306	39.96	< .001
14	1.238	.0321	38.62	< .001
15	1.189	.0295	40.25	< .001

Проверка валидности сокращенной версии опросника застенчивости

Проверим наличие связей застенчивости с крайне актуальными сегодня свойствами личности — зависимостью от социальных сетей и зависимостью от смартфона. В ряде публикаций показаны значительные положительные корреляции между застенчивостью и зависимостью от социальных сетей (Iranmanesh et al. 2021; Kulkarni, Deshpande 2019; Tian et al. 2021) и зависимостью от смартфона (Aktaş, Yılmaz 2017; Han et al. 2017; Li et al. 2022; Meena et al. 2021).

Наличие взаимосвязей сокращенной версии опросника застенчивости с зависимостями от смартфона и от социальных сетей показывают нижеследующие таблицы, вычисленные для всех рассматриваемых нами выборок (табл. 4).

Женщины в целом больше страдают зависимостью от смартфона и зависимостью от социальных сетей, поэтому проверяем конструктивную валидность не только на общей выборке женщин и мужчин, но и по отдельности для каждого пола (табл. 5, 6).

Таблицы 4–6 свидетельствуют о том, что взаимосвязи застенчивости с зависимостью

Табл. 4. Корреляции застенчивости с зависимостью от смартфона и зависимостью от социальных сетей (женщины и мужчины, N = 3360)

Корреляция		Зависимость от смартфона	Зависимость от социальных сетей
Пирсона	Величина	,256**	,174**
	Значимость	,000	,003
Кендалла	Величина	,192**	,138**
	Значимость	,000	,000

Примечание: Обозначения в этой и во всех следующих таблицах: * — $p \leq 0,05$; ** — $p \leq 0,01$.

Table 4. Correlations of shyness with smartphone addiction and social media addiction (women and men, N = 3360)

Correlation		Smartphone addiction	Social media addiction
Pearson	Magnitude	.256**	.174**
	Significance	.000	.003
Kendall	Magnitude	.192**	.138**
	Significance	.000	.000

Note: Designations in this and all following tables: * — $p \leq 0.05$; ** — $p \leq 0.01$.

Табл. 5. Корреляции застенчивости с зависимостью от смартфона и зависимостью от социальных сетей (женщины, N = 2239)

Корреляция		Зависимость от смартфона	Зависимость от социальных сетей
Пирсона	Величина	,231**	,155**
	Значимость	,000	,000
Кендалла	Величина	,172**	,121**
	Значимость	,000	,012

Table 5. Correlations of shyness with smartphone addiction and social media addiction (women, N = 2239)

Correlation		Smartphone addiction	Social media addiction
Pearson	Magnitude	.231**	.155**
	Significance	.000	.000
Kendall	Magnitude	.172**	.121**
	Significance	.000	.012

Табл. 6. Корреляции застенчивости с зависимостью от смартфона и зависимостью от социальных сетей (мужчины, N = 1121)

Корреляция		Зависимость от смартфона	Зависимость от социальных сетей
Пирсона	Величина	,297**	,203**
	Значимость	,000	,000
Кендалла	Величина	,230**	,164**
	Значимость	,000	,046

Table 6. Correlations of shyness with smartphone addiction and social media addiction (men, N = 1121)

Correlation		Smartphone addiction	Social media addiction
Pearson	Magnitude	.297**	.203**
	Significance	.000	.000
Kendall	Magnitude	.230**	.164**
	Significance	.000	.046

от смартфона и зависимостью от социальных сетей все положительные. Таким образом, *валидность опросника застенчивости в части связи с зависимостью от смартфона и зависимостью от социальных сетей доказана.*

Исследования показали, что существует значимая отрицательная корреляция между застенчивостью и удовлетворенностью жизнью (Erol 2017; Ullah et al. 2021; Ye et al. 2022) и между застенчивостью и самооценкой (Bober et al. 2021).

Из определений и сущности застенчивости, ассертивности и самоуважения следует, что застенчивость отрицательно взаимосвязана с ассертивностью и самоуважением.

В нижеследующих таблицах 7–9 представлены взаимосвязи сокращенной версии опросника застенчивости с ассертивностью, удовлетворенностью жизнью, самоуважением, самооценкой (табл. 7).

Поскольку у ряда рассматриваемых качеств имеет место превалирование качества у мужчин или у женщин, то связи вычисляем не только для общей выборки мужчин и женщин, но и для женской и мужской выборок (табл. 8, 9).

Таблицы 7–9 показывают, что взаимосвязи сокращенной версии опросника застенчивости с ассертивностью, удовлетворенностью жизнью, самоуважением и самооценкой поддерживают конструктивную валидность сокращенной версии опросника застенчивости. Следовательно, *валидность сокращенной версии опросника застенчивости в части связи с ассертивностью, удовлетворенностью жизнью, самоуважением и самооценкой также доказана.*

Таким образом, валидность сокращенной версии опросника застенчивости доказана

в целом с учетом всех шести рассмотренных характеристик личности.

Надежность сокращенной версии опросника застенчивости

Проверка надежности сокращенной версии опросника застенчивости проведена по его: 1) внутренней согласованности (однородности), 2) дискриминативности и 3) повторным тестированием (ретестом).

Однородность опросников количественно оценивается коэффициентом Альфа Кронбаха. Последний стал равным 0,851, то есть намного больше рекомендуемого (всеми пособиями) его показателя, не меньшего, чем 0,7.

Данная процедура увеличила и общую *дискриминативность* пунктов опросника, поскольку удаленные пункты характеризовались самыми низкими ее показателями и по Пирсону, и по Кендаллу. После удаления пунктов № 3, № 7 и № 11 в опроснике остались лишь задания, дискриминативность которых значительно выше уровня 0,5 по Пирсону и 0,4 по Кендаллу.

Таким образом, психометрические показатели сокращенной до 12 заданий версии опросника застенчивости оказались лучшими, нежели у исходной версии опросника.

Ретестовая надежность сокращенной до 12 пунктов версии опросника застенчивости проверена повторным тестированием с интервалом в 5 недель. Поскольку мы располагали адресами респондентов, ответивших на вопросы исходной версии опросника, то попросили их ответить на вопросы опросника еще раз, предложив его сокращенную версию. В ретесте приняли участие 334 респондента. Корреляция

Табл. 7. Корреляции застенчивости с асертивностью, удовлетворенностью жизнью, самоуважением и самооценкой (женщины и мужчины, N = 3360)

Корреляция		Асертивность	Удовлетворенность жизнью	Самоуважение	Самооценка
Пирсона	Величина	-,580**	-,297**	-,420**	-,366**
	Значимость	,000	,000	,000	,000
Кендалла	Величина	-,464**	-,223**	-,316**	-,282**
	Значимость	,000	,000	,000	,000

Table 7. Correlations of shyness with assertiveness, life satisfaction, self-respect and self-esteem (women and men, N = 3360)

Correlation		Assertiveness	Life satisfaction	Self-respect	Self-esteem
Pearson	Magnitude	-,580**	-,297**	-,420**	-,366**
	Significance	.000	.000	.000	.000
Kendall	Magnitude	-,464**	-,223**	-,316**	-,282**
	Significance	.000	.000	.000	.000

Табл. 8. Корреляции застенчивости с асертивностью, удовлетворенностью жизнью, самоуважением и самооценкой (женщины N = 2239)

Корреляция		Асертивность	Удовлетворенность жизнью	Самоуважение	Самооценка
Пирсона	Величина	-,598**	-,291**	-,411**	-,385**
	Значимость	,000	,000		,000
Кендалла	Величина	-,474**	-,217**	-,305**	-,291**
	Значимость	,000	,000		,000

Table 8. Correlations of shyness with assertiveness, life satisfaction, self-respect and self-esteem (women, N = 2239)

Correlation		Assertiveness	Life satisfaction	Self-respect	Self-esteem
Pearson	Magnitude	-,598**	-,291**	-,411**	-,385**
	Significance	.000	.000		.000
Kendall	Magnitude	-,474**	-,217**	-,305**	-,291**
	Significance	.000	.000		.000

Табл. 9. Корреляции застенчивости с асертивностью, удовлетворенностью жизнью, самоуважением и самооценкой (мужчины, N = 1121)

Корреляция		Асертивность	Удовлетворенность жизнью	Самоуважение	Самооценка
Пирсона	Величина	-,546**	-,320**	-,447**	-,341**
	Значимость	,000	,000	,000	,000
Кендалла	Величина	-,445**	-,244**	-,342**	-,272**
	Значимость	,000	,000	,000	,000

Table 9. Correlations of shyness with assertiveness, life satisfaction, self-respect and self-esteem (men, N = 1121)

Correlation		Assertiveness	Life satisfaction	Self-respect	Self-esteem
Pearson	Magnitude	-,546**	-,320**	-,447**	-,341**
	Significance	.000	.000	.000	.000
Kendall	Magnitude	-,445**	-,244**	-,342**	-,272**
	Significance	.000	.000	.000	.000

Пирсона между первым и вторым тестом равна 0,824, корреляция Кендалла равна 0,812. Этот результат свидетельствует о хорошей ретестовой надежности сокращенной версии опросника застенчивости, поскольку показатель, превышающий 0,7, служит свидетельством надежности по данному критерию.

О надежности и валидности сокращенной версии опросника застенчивости свидетельствует и чрезвычайно высокий, равный 0,983 ($p \leq 0,001$), коэффициент корреляции Пирсона и равный 0,934 ($p \leq 0,001$) коэффициент корреляции Кендалла между суммарными показателями исходной и сокращенной версии опросника застенчивости.

Выводы

По результатам проведенного исследования можно констатировать, что сконструирована

сокращенная версия опросника застенчивости, она удовлетворяет основным критериям валидности и надежности и обладает лучшими психометрическими характеристиками, нежели его исходная версия.

Построена состоятельная трехфакторная модель застенчивости, позволяющая исследовать роль формирующих ее факторов во взаимосвязях застенчивости с другими характеристиками личности.

Практическая значимость проведенного исследования состоит в том, что сокращенная версия опросника застенчивости дает возможность проводить исследования с помощью более удобного инструмента с лучшими психометрическими характеристиками.

Теоретическое приложение данного исследования включает возможность изучения роли факторов, формирующих застенчивость индивида.

Приложение

Сокращенная версия опросника застенчивости

На следующие вопросы ответьте «Да» или «Нет»:

1. Когда я нахожусь в компании, я мучаюсь выбором темы для разговора.
2. В компании я чувствую себя несколько неловко и из-за этого произвожу впечатление хуже, чем мог бы.
3. Мне бывает трудно изложить свои мысли словами, и поэтому я не включаюсь в беседу с такой готовностью, как другие.
4. Часто я лишь с большим трудом могу скрыть свою застенчивость.
5. Я схожусь с людьми так же легко, как и другие.
6. Я часто много теряю из-за своей нерешительности.
7. Иногда из-за своей сдержанности мне бывает трудно отстаивать свои права.
8. В школе мне трудно было говорить перед всем классом.
9. Я охотно знаколюсь с новыми людьми.
10. Мне бы хотелось быть менее застенчивым.
11. Мне кажется, что, попадая в новый коллектив, я быстро приспосабливаюсь.
12. Если люди наблюдают за мной, мне становится не по себе.

Обработка результатов. Баллы начисляются за ответы «да» по позициям 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12 и ответы «нет» по позициям 5, 9, 11. Подсчитывается сумма баллов.

Ключ к тесту — сумма баллов.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии потенциального или явного конфликта интересов.

Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest, either existing or potential.

Соответствие принципам этики

Авторы сообщают, что при проведении исследования соблюдены этические принципы, предусмотренные для исследований с участием людей и животных.

Ethics Approval

The authors report that the study complied with the ethical principles for research involving humans and animals.

Вклад авторов

В подготовке публикации все авторы приняли участие в равной мере.

Author Contributions

All authors made an equal contribution to the preparation of this article.

Литература

- Белоусова, А. Б., Юсупов, И. М. (2005) Диагностика застенчивости. *Психологическая диагностика*, № 2, с 45–57. EDN: [ZIERPP](#)
- Зинченко, В. П., Мещеряков, Б. Г. (ред.). (2006) *Психологический словарь*. М.: Астрель, 865 с.
- Золотарева, А. А. (2020) Валидность и надежность русскоязычной версии шкалы самооценки М. Розенберга. *Вестник Омского университета. Серия «Психология»*, № 2, с. 52–57. <https://doi.org/10.24147/2410-6364.2020.2.52-57>
- Овчарова, Р. В. (1996) *Справочная книга школьного психолога*. 2-е изд. М.: Просвещение; Учебная литература, 352 с.
- Ожегов, С. И. (2012) *Толковый словарь русского языка*. 28-е изд., перераб. М.: Мир и Образование, 1375 с.
- Осин, Е. Н., Леонтьев, Д. А. (2008) Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия. В кн.: *Материалы III Всероссийского социологического конгресса*. М.: Институт социологии РАН; Российское общество социологов, с. 132–147.
- Шейнов, В. П. (2014) Разработка теста ассертивности, удовлетворяющего требованиям надежности и валидности. *Вопросы психологии*, № 2, с. 107–116. EDN: [SIOTWN](#)
- Шейнов, В. П. (2020) Адаптация и валидизация опросника «Шкала зависимости от смартфона» для русскоязычного социума. *Системная психология и социология*, т. 3, № 35, с. 75–84. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2020.35.3.6>
- Шейнов, В. П., Девицын, А. С. (2021) Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей. *Системная психология и социология*, т. 2, № 38, с. 41–55. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2021.38.2.04>
- Aktaş, H., Yılmaz, N. (2017) Smartphone addiction in terms of the elements of loneliness and shyness of university youth. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, vol. 3, no. 1, pp. 85–100. <https://doi.org/10.24289/ijsser.283590>
- Bober, A., Gajewska, E., Czaprowska, A. et al. (2021) Impact of shyness on self-esteem: The mediating effect of self-presentation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 19, no. 1, article 230. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010230>
- Erol, M. (2017) Adolescent life satisfaction before young adulthood: The role of “Shyness” and “Self-Efficacy”. *Turkish Journal of Psychiatry*, vol. 28, no. 2, pp. 95–103. <http://dx.doi.org/10.5080/u13563>
- Galesic, M., Bosnjak, M. (2009) Effects of questionnaire length on participation and indicators of response quality in a web survey. *Public Opinion Quarterly*, vol. 73, no. 2, pp. 349–360. <https://doi.org/10.1093/poq/nfp031>
- Han, L., Geng, J., Jou, M. et al. (2017) Relationship between shyness and mobile phone addiction in Chinese young adults: Mediating roles of self-control and attachment anxiety. *Computers in Human Behavior*, vol. 76, pp. 363–371. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.036>
- Herzog, A. R., Bachman, J. G. (1981) Effects of questionnaire length on response quality. *The Public Opinion Quarterly*, vol. 45, no. 4, pp. 549–559. [Online]. Available at: <http://www.jstor.org/stable/2748903> (accessed 27.12.2023).
- Iranmanesh, M., Foroughi, B., Nikbin, D., Hyun, S. S. (2021) Shyness, self-esteem, and loneliness as causes of FA: The moderating effect of low self-control. *Current Psychology*, vol. 40, no. 1, pp. 5358–5369. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00465-w>
- Kulkarni, R., Deshpande, A. (2019) Relationship between Facebook’ addiction, depression and shyness among college students in Mumbai. *Indian Journal of Mental Health*, vol. 6, no. 2, pp. 157–164. <http://doi.org/10.30877/IJMh.6.2.2019.157-164>

* Сервис, принадлежащий Meta, признанной в РФ экстремистской организацией, деятельность которой запрещена на территории РФ

- Li, X., Li, W., Liu, M. et al. (2022) How does shyness affect Chinese college students' tendency to mobile phone addiction? Testing the mediating roles of social anxiety and self-control. *Frontiers in Public Health*, vol. 10, article 902425. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.902425>
- Meena, M. E., Kang, S., Nguchu, B. A. et al. (2021) Empirical analysis of factors contributing to smartphone addiction. *Open Journal of Business and Management*, vol. 9, no. 1, pp. 213–225. <https://doi.org/10.4236/ojbm.2021.91012>
- Oxford Learner's Dictionaries* (2000) Oxford: Oxford University Press. [Online]. Available at: <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/> (accessed 27.12.2023).
- Tian, Y., Qin, N., Cao, S. et al. (2021) Reciprocal associations between shyness, self-esteem, loneliness, depression and Internet addiction in Chinese adolescents. *Addiction Research & Theory*, vol. 29, no. 2, pp. 98–110. <https://doi.org/10.1080/16066359.2020.1755657>
- Ullah, W., Khaliq, A., Soomro, M. A. (2021) Relationship of shyness with life satisfaction: The mediating role of career success. *Gomal University Journal of Research*, vol. 37, no. 2, pp. 154–165. <https://doi.org/10.51380/%2FGUJR-37-02-04>
- Ye, B., Li, L., Ma, T. L. et al. (2022) The effect of shyness on life satisfaction among Chinese college students: A moderated mediation model. *Current Psychology*, vol. 41, no. 4, pp. 165–173. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00562-w>

References

- Aktaş, H., Yılmaz, N. (2017) Smartphone addiction in terms of the elements of loneliness and shyness of university youth. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, vol. 3, no. 1, pp. 85–100. <https://doi.org/10.24289/ijsser.283590> (In English)
- Belousova, A. B., Yusupov, I. M. (2005) Diagnostika zastenчивosti [Diagnosis of shyness]. *Psikhologicheskaya diagnostika — Psychological Diagnostics*, no. 2, pp. 45–57. EDN: ZIERPP (In Russian)
- Bober, A., Gajewska, E., Czaprowska, A. et al. (2021) Impact of shyness on self-esteem: The mediating effect of self-presentation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 19, no. 1, article 230. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010230> (In English)
- Erol, M. (2017) Adolescent life satisfaction before young adulthood: The role of “Shyness” and “Self-Efficacy”. *Turkish Journal of Psychiatry*, vol. 28, no. 2, pp. 95–103. <http://dx.doi.org/10.5080/u13563> (In English)
- Galesic, M., Bosnjak, M. (2009) Effects of questionnaire length on participation and indicators of response quality in a web survey. *Public Opinion Quarterly*, vol. 73, no. 2, pp. 349–360. <https://doi.org/10.1093/poq/nfp031> (In English)
- Han, L., Geng, J., Jou, M. et al. (2017) Relationship between shyness and mobile phone addiction in Chinese young adults: Mediating roles of self-control and attachment anxiety. *Computers in Human Behavior*, vol. 76, pp. 363–371. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.036> (In English)
- Herzog, A. R., Bachman, J. G. (1981) Effects of questionnaire length on response quality. *The Public Opinion Quarterly*, vol. 45, no. 4, pp. 549–559. [Online]. Available at: <http://www.jstor.org/stable/2748903> (accessed 27.12.2023). (In English)
- Iranmanesh, M., Foroughi, B., Nikbin, D., Hyun, S. S. (2021) Shyness, self-esteem, and loneliness as causes of FA: The moderating effect of low self-control. *Current Psychology*, vol. 40, no. 1, pp. 5358–5369. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00465-w> (In English)
- Kulkarni, R., Deshpande, A. (2019) Relationship between Facebook* addiction, depression and shyness among college students in Mumbai. *Indian Journal of Mental Health*, vol. 6, no. 2, pp. 157–164. <http://doi.org/10.30877/IJMh.6.2.2019.157-164> (In English)
- Li, X., Li, W., Liu, M. et al. (2022) How does shyness affect Chinese college students' tendency to mobile phone addiction? Testing the mediating roles of social anxiety and self-control. *Frontiers in Public Health*, vol. 10, article 902425. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.902425> (In English)
- Meena, M. E., Kang, S., Nguchu, B. A. et al. (2021) Empirical analysis of factors contributing to smartphone addiction. *Open Journal of Business and Management*, vol. 9, no. 1, pp. 213–225. <https://doi.org/10.4236/ojbm.2021.91012> (In English)
- Osin, E. N., Leontev, D. A. (2008) Aprobatsiya russkoyazychnykh versij dvukh shkal ekspres-otsenki sub'ektivnogo blagopoluchiya [Testing Russian-language versions of two scales for rapid assessment of subjective well-being]. In: *Materialy III Vserossiyskogo sotsiologicheskogo kongressa [Proceedings of the 3rd All-Russian Sociological Congress]*. Moscow: Institute of Sociology of the Russian Academy of Sciences Publ.; Russian Society of Sociologists Publ., pp. 132–147. (In Russian)
- Ovcharova, R. V. (1996) *Spravochnaya kniga shkol'nogo psikhologa [School psychologist's reference book]*. 2nd ed. Moscow: Prosveshchenie Publ. Uchebnaya literatura Publ., 352 p. (In Russian)
- Oxford Learner's Dictionaries* (2000) Oxford: Oxford University Press. [Online]. Available at: <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/> (accessed 27.12.2023). (In English)

* Сервис, принадлежащий Meta, признанной в РФ экстремистской организацией, деятельность которой запрещена на территории РФ.

- Ozhegov, S. I. (2012) *Tolkovyj slovar' russkogo yazyka [Explanatory dictionary of the Russian language]*. 28th ed., rev. Moscow: Mir i Obrazovanie Publ., 1375 p. (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2014) Razrabotka testa assertivnosti, udovletvoryayushego trebovaniyam nadezhnosti i validnosti [On development of an assertiveness test answering requirements of reliability and validity]. *Voprosy psikhologii*, no. 2, pp. 107–116. (In Russian)
- Sheinov, V. P. (2020) Adaptatsiya i validizatsiya oprosnika "Shkala zavisimosti ot smartfona" dlya russkoyazychnogo sotsiuma [Adaptation and validation of the questionnaire "Scale of dependence on the smartphone" for the Russian-speaking society]. *Sistemnaya psikhologiya i sotsiologiya — Systems Psychology and Sociology*, vol. 3, no. 35, pp. 75–84. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2020.35.3.6> (In Russian)
- Sheinov, V. P., Devitsyn, A. S. (2021) Razrabotka nadezhnogo i validnogo oprosnika zavisimosti ot sotsial'nykh setej [The development of a reliable and valid social media dependence questionnaire]. *Sistemnaya psikhologiya i sotsiologiya — Systems Psychology and Sociology*, vol. 2, no. 38, pp. 41–55. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2021.38.2.04> (In Russian)
- Tian, Y., Qin, N., Cao, S. et al. (2021) Reciprocal associations between shyness, self-esteem, loneliness, depression and Internet addiction in Chinese adolescents. *Addiction Research & Theory*, vol. 29, no. 2, pp. 98–110. <https://doi.org/10.1080/16066359.2020.1755657> (In English)
- Ullah, W., Khaliq, A., Soomro, M. A. (2021) Relationship of shyness with life satisfaction: The mediating role of career success. *Gomal University Journal of Research*, vol. 37, no. 2, pp. 154–165. <https://doi.org/10.51380/%2FGUJR-37-02-04> (In English)
- Ye, B., Li, L., Ma, T. L. et al. (2022) The effect of shyness on life satisfaction among Chinese college students: A moderated mediation model. *Current Psychology*, vol. 41, no. 4, pp. 165–173. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00562-w> (In English)
- Zinchenko, V. P., Meshcheryakov, B. G. (eds.). (2006) *Psikhologicheskij slovar' [Psychological dictionary]*. Moscow: Astrel' Publ., 865 p. (In Russian)
- Zolotareva, A. A. (2020) Validnost' i nadezhnost' russkoyazychnoj versii shkaly samootsenki M. Rozenberga [Validity and reliability of the Russian version of the Rosenberg self-esteem scale]. *Vestnik Omskogo universiteta. Seriya "Psikhologiya" — Herald of Omsk University. Series "Psychology"*, no. 2, pp. 52–57. <https://doi.org/10.24147/2410-6364.2020.2.52-57> (In Russian)

Сведения об авторах

Виктор Павлович Шейнов, профессор, доктор социологических наук, кандидат физико-математических наук, профессор кафедры психологии и педагогического мастерства Республиканского института высшей школы
SPIN-код: 7605-9100, ORCID: 0000-0002-2191-646X, e-mail: sheinov1@mail.ru

Антон Сергеевич Девицын, старший преподаватель кафедры веб-технологий и компьютерного моделирования Белорусского государственного университета
ORCID: 0000-0002-2804-4107, e-mail: devitsin@gmail.com

Authors

Viktor P. Sheinov, Professor, Doctor of Sciences (Sociology), Candidate of Sciences (Physics & Mathematics), Professor, Department of Psychology and Pedagogical Excellence, The Republican Institute of Higher Education
SPIN: 7605-9100, ORCID: 0000-0002-2191-646X, e-mail: sheinov1@mail.ru

Anton S. Dziavitsyn, Senior Lecturer, Department of Web Technologies and Computer Modeling, Belarusian State University
ORCID 0000-0002-2804-4107, e-mail: devitsin@gmail.com