

Человек в «коконе»: кто он? Застенчивость и комплекс неполноценности

Поведение некоторых людей в обычной жизни очень часто напоминает театр. Они стремятся играть не свою роль и быть кем угодно, только не самим собой. Что это? Химера? Нет. Просто особенность психотипа.

Среди таких театральных актеров повседневности можно выделить две диаметрально противоположности: напыщенные и застенчивые. Причем и те, и другие – чересчур неуверенные в себе люди.

Напыщенные всегда стремятся выделиться среди окружающих, обратить на себя внимание манерой поведения. Они всегда играют роль щёголей, хвастунов. Основная их задача: показать себя с лучшей стороны. Их девиз: «Лучше казаться, чем быть». Потому что быть лучшим им кажется не под силу. Хватает храбрости только пускать пыль в глаза. В надежде, что никто не догадается о том, какие они на самом деле есть.

Застенчивые люди – это тихие, чересчур скромные «мышки» и «мышата». Этот человек может иметь прекрасные качества души и недюжинный ум, но всё это плотно скрыто под маской застенчивости. Это «черепашки под панцирем», причём достучаться до них через «панцирь» не представляется возможным, так как не идёт на контакт «черепашка». Многие называют это закомплексованностью.

Это не совсем верно, потому что закомплексованность – набор комплексов неполноценности, которые приобретает человек в силу своего субъективного видения. Закомплексованность всегда сопровождается психическим напряжением человека.

А застенчивость (от старорусского «застынитися»: «заслониться чем-либо, скрыться за чем-либо», по-английски – shyness) – свойство характера, проявляющееся в том, что человек всячески старается скрыться, спрятаться от остальных людей.

В связи с тем, что черепашьего панциря у застенчивого человека все-таки нет, он строит

себе некоторый психологический «кокон» и прячется туда при первом же подозрении на опасность.

Чего же опасается такой человек? Людей. Исторически сложилось так, что человек, взаимодействуя с подобными себе, делил их по признаку «свой-чужой». В современном мире благоприятная обстановка не требует проявления социального и бытового отчуждения между представителями малых групп. А у человека в «коконе» деление людей на «чужих» и «своих» является гипертрофированным. Все или почти все для него чужие, даже те, которые не только не представляют для него опасности, но и могли бы с ним плодотворно взаимодействовать.

Как распознать, что перед вами, – человек в «коконе» или закомплексованный типаж? И зачем их, собственно говоря, нужно подобным образом классифицировать? Потому что у человек в «коконе» больше надежды, чем у закомплексованного, обрести радость жизни от общения с людьми, иметь возможность развивать свой талант на полную катушку и быть полезным обществу.

Человек в «коконе» не считает себя хуже других, закомплексованный же, напротив, ощущает свою ущербность в чём-то. С закомплексованностью бороться сложнее.

Люди в «коконе» молчаливы, они никогда не начинают разговор первыми без острой необходимости, держатся на расстоянии от людей, могут показаться холодноватыми и равнодушными, но это не так. Они спокойны внешне, но при этом в душе у них бушуют эмоции.

Всё это характеризует не только застенчивых. Вычислить последних можно лишь тогда, когда они вдруг случайно выйдут из «кокона». Так же, как друг познаётся в беде, человек-«кокон» становится самим собой в напряжённой ситуации. Потому что экстремальные обстоятельства всегда выявляют сущность человека.

Как же удивительно, когда за маской холодности и равнодушия оказывается тонкая натура, отзывчивая и добрая. Вместо молчаливости вдруг начинает струиться поток красноречия, равнодушие превращается в способность и желание помогать ближнему и дальнему.

Люди в «коконе», оставаясь в своём мире, очень много теряют, и часто у них в жизни возникают большие проблемы. Такая замкнутая позиция тормозит их развитие, так как мешает раскрыть талант. Особенно сейчас, когда создание ценностей происходит чаще всего посредством коллективного творчества.

Можно ли жить полноценной социальной жизнью, если бояться людей, отгораживаться от них плотным «коконом»? Скорее нет, чем да.

Поэтому, как в той поговорке «Если гора не идет к Магомету, то Магомет идет к горе», людям нужно помочь человеку выйти из «кокона».

Автор - **Анна Дуварова**

[Источник](#)