

О.В. Кузнецова

АДАПТИВНОСТЬ ЛИЧНОСТИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОСТЬ: ВЗАИМОСВЯЗИ КАЧЕСТВЕННЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ

Проблема адаптивности в современной психологической науке признана одной из наиболее перспективных и актуальных в контексте исследования теоретических и прикладных аспектов феномена адаптации личности (В.И. Розов, 1993, 2005; А.Г. Маклаков, 1996, 2001 и др.). Являясь одной из важнейших сторон адаптации, адаптивность выступает как внутренняя предпосылка протекающих адаптационных процессов, как некая потенция, реализующаяся в момент рассогласования наличных условий среды и актуального состояния личности.

Опираясь на ряд работ (Р.Акофф и Ф. Эмери, 1974; П.К. Анохин, 1978; А.В. Либин, 2000; А.Г. Маклаков, 1996; А.А. Налчаджян, 1988; В.В. Очеретянный, 1984; В.А. Петровский, 1992; А.О. Прохоров, 1999; В.И. Розов, 1993; Г. Селье, 1950; Х. Хартманн, 2002 и др.), под адаптивностью мы понимаем свойство личности, характеризующее способность к внутренним (внутриличностным) и внешним (поведенческим) преобразованиям, перестройкам, направленным на сохранение или восстановление равновесных взаимоотношений личности с микро- и макросоциальной средой при изменениях в ее характеристиках.

В настоящей работе адаптивность рассматривается как сложное интегральное свойство личности, целостное образование, включающее формально-динамический, содержательно-личностный и социально-императивный уровни. На данном этапе нашего исследования

подробно изучается качественный уровень адаптивности личности (пограничная зона между формально-динамическим и содержательно-личностным уровнями), поскольку он представлен теми характеристиками, которые содержат информацию о психологической сущности изучаемого феномена.

Анализ многочисленных исследований, посвященных проблеме социально-психологической адаптации личности, ее адаптивных способностей (Л.С. Скрипко, 1998; И.О. Сабанадзе, 1997; Н.А. Чайкина, 1996; О.И. Зотова, И.К. Кряжева, 1979 и др.), а также результаты предварительных собственных эмпирических исследований позволили нам выделить и описать комплекс качественных характеристик адаптивности. Он включает следующие показатели: широта - узость охвата сигналов социума, легкость – затрудненность их понимания и иерархизации, точность – неточность ориентации в социальных ожиданиях (*когнитивный компонент*); устойчивость – изменчивость эмоционального переживания, готовность – отсутствие готовности изменяться (*эмоционально-мотивационный компонент*); готовность – отсутствие готовности к осуществлению конструктивных действий, направленных на преодоление неудач, готовность – отсутствие готовности к осуществлению действий, направленных на достижение цели (*поведенческий компонент*). Каждый из данных показателей представляет собой биполярный континуум, на одном

полюсе которого содержатся черты, характеризующие яркую выраженность обозначенного качества, на другом – его отсутствие (или противоположное проявление).

Являясь одним из фундаментальных устойчивых свойств, адаптивность включена в системную организацию личности, что ставит перед исследователем задачу раскрытия и анализа связей адаптивности, представленной совокупностью качественных показателей, с другими свойствами личности.

Традиционно в психологической науке исследование проблем психической и социально-психологической адаптации связано с вопросом о роли и механизмах участия в данном процессе характеристик эмоциональной сферы человека. Данные литературы свидетельствуют о том, что эмоциональная сфера, представленная в форме эмоциональных реакций, эмоциональных состояний и эмоциональности как устойчивой характеристики личности, составляет неотъемлемую часть адаптационных процессов (П.К.Анохин, 1978; Ф.Б. Березин, 1988; В.К. Вилюнас, 1976; С.Л. Рубинштейн, 1976; Г. Селье, 1960 и др.).

Это позволяет нам в контексте изучения взаимосвязей адаптивности с другими свойствами личности выделить среди них эмоциональность как одно из важнейших индивидуально-типологических свойств, представляющее собой исходный уровень реагирования на эмоциогенные ситуации, влияющее на чувствительность к переживаниям актуальных эмоций определенной модальности [5].

Анализ литературы показывает, что характер связи между адаптивностью и эмоциональными особенностями личности

исследователи раскрывают по-разному, указывая как на адаптивное, так и на дезадаптивное значение эмоциональности, акцентируя внимание, прежде всего на формально-динамических параметрах данного свойства, выражающих особенности силы, интенсивности, длительности, скорости протекания и смены эмоциональных переживаний личности (Балабанова Л.М., 1999; А.Н. Жмыриков, 1989; В.И. Розов, 1993; И.А. Сабанадзе, 1997 и др.).

Вместе с тем с позиций современной теории эмоциональности (А.Е. Ольшанникова, О.П. Санникова, И.В. Пацявичюс и др.) в качестве ведущих в структуре данного свойства выделяются параметры, характеризующие качество эмоционального переживания (его модальность и знак), поскольку именно в качестве эмоций заключены их сущностные признаки – отношение субъекта к отражаемому [5]. Как отмечает О.П. Санникова, именно качественные характеристики эмоциональности влияют на порог эмоциональной чувствительности индивида к эмоциогенным ситуациям с точки зрения любого отклонения от комфортных условий общения и деятельности [7], т.е. к ситуациям, вызывающим функционирование адаптивности.

В свете указанных положений одним из актуальных вопросов является изучение особенностей взаимосвязи адаптивности и эмоциональности, представленных качественными характеристиками, что и стало целью проведенного эмпирического исследования.

В исследовании принимали участие слушатели факультета последипломного образования «Психология» и студенты

Южноукраинского государственного педагогического университета им. К.Д. Ушинского, преподаватели школ г. Одессы (200 человек).

Диагностический этап исследования включал диагностику качественных показателей адаптивности личности и качественных показателей эмоциональности. Диагностика первого ряда показателей производилась с помощью оригинального тест-опросника адаптивности, разработанного Санниковой О.П. и Кузнецовой О.В. (свидетельство № 8824). Тест-опросник содержит шкалы, соответствующие теоретической модели качественной структуры адаптивности: широта охвата сигналов социума (ШОСС), легкость понимания и иерархизации сигналов социума (ЛИСС), точность ориентации в социальных ожиданиях (ТОСО), устойчивость эмоционального переживания (УЭП), готовность изменяться (ГИ), готовность к осуществлению конструктивных действий, направленных на преодоление неудач (ГПН), готовность к осуществлению действий, направленных на достижение цели (ГДЦ), а также общий показатель адаптивности (ОПА) [6].

Для исследования эмоциональности нами был использован «Четырехмодальный тест-опросник эмоциональности» - дополненный и усовершенствованный вариант «Вопросника Л.А. Рабинович» (автор – О.П. Санникова). Данная методика является надежным и валидным психодиагностическим инструментом, позволяющим диагностировать качественные показатели эмоциональности, представленные следующими эмоциональными модальностями Р

(радость), Г (гнев), С (страх), П (печаль).

С целью установления характера взаимосвязи качественных характеристик адаптивности и эмоциональности мы предприняли корреляционный анализ показателей данных психологических феноменов. Результаты, полученные в ходе корреляционного анализа диагностированных показателей, представлены в таблице 1.

Результаты, представленные в таблице, свидетельствуют о наличии следующих взаимосвязей:

- показатель эмоциональной модальности Р (радость) положительно коррелирует на высоком 1% уровне значимости со всеми первичными показателями адаптивности и на 5% уровне значимости с общим показателем адаптивности;

- показатель модальности Г (гнев) обнаруживает отрицательные значимые связи ($p < 0,01$, $p < 0,05$) со всеми показателями адаптивности за исключением ШОСС (широта охвата сигналов социума);

- показатель модальности С (страх) демонстрирует отрицательную корреляционную зависимость ($p < 0,01$, $p < 0,05$) со всеми показателями адаптивности, кроме ГПН (готовность к осуществлению конструктивных действий, направленных на преодоление неудач);

- показатель модальности П (печаль) отрицательно коррелирует ($p < 0,01$) со всеми показателями адаптивности.

Таблица 1.

Таблица корреляционных связей качественных показателей адаптивности и качественных показателей эмоциональности

Показатель и адаптивно сти личности	Качественные показатели эмоциональности			
	Р	Г	С	П
ШОСС	212 *		- 156	- 236 *
ЛИСС	290 *	- 322 *	- 157	- 395 *
ТОСС	201 *	- 164	- 220 *	- 266 *
УЭП	231 *	- 503 *	- 251 *	- 454 *
ГИ	304 *	- 229 *	- 160	- 371 *
ГПН	310 *	- 172		- 378 *
ГДЦ	246 *	- 149	- 193 *	- 321 *
ОПА	160	- 258 *	- 147	- 305 *

Примечание. 1. В таблице указаны только значимые корреляции между изучаемыми показателями; 2. Нули и запятые опущены; 3. Знак * указывает на уровень значимости $p \leq 0,01$, без обозначения - $p \leq 0,05$.

Полученные в ходе корреляционного анализа данные позволяют отметить следующее. Во-первых, в таблице представлено значительное количество связей, что свидетельствует, в целом, о правомочности сопоставления качественных характеристик эмоциональности и качественных характеристик адаптивности. Во-вторых, характер связей зависит от знака эмоций, что проявилось в

разделении коэффициентов корреляций на два полюса – положительный (Р) и отрицательный (Г, С, П). В-третьих, при наличии ярко выраженной общей тенденции в рамках отрицательного полюса связей (модальности Г, С, П) обнаруживаются и некоторые особенности, что связано со спецификой каждой модальности.

Положительные связи с качественными показателями адаптивности отмечаются только у показателя эмоциональной модальности Р (радость – удовольствие), т.е. характерны для эмоций положительных по знаку. Анализ литературы показывает, что данный факт является отражением психологической сущности эмоции «радость» и ее основных функций.

Психологическая сущность эмоции «радость» заключается в переживании положительного отношения к объекту и направленности на объект [5]. Как одна из базовых человеческих эмоций радость выполняет важнейшую адаптивную функцию, обеспечивающую как поддержание социальной формы существования человека, так и биологическое выживание вида [4]. Мощный эволюционный адаптивный «заряд» данной эмоции проявляет себя и в процессе индивидуального развития человека, в том числе и социального. Как показывают данные литературы, адаптивное значение эмоции «радость» конкретизируется в сигнальной и ресурсосберегающей функции. Как сигнальная эмоция, радость является индикатором успешного хода удовлетворения потребностей, сигнализирует о благополучном результате процесса адаптации, поскольку представляет собой чувство психологического комфорта и благополучия, выступает эмоциональным компонентом

удовлетворенности. В эти периоды у человека возникает ощущение гармонии с миром и более целостное видение себя и окружающего пространства, обостряется восприимчивость к действительности, что позволяет восхищаться и наслаждаться ею, подталкивает к изысканиям и расширению кругозора [1], [3]. Эти проявления радости способствуют развитию таких качеств адаптивности, как широта восприятия, адекватное видение социальных ситуаций, понимание их смысла (ШОСС, ЛИСС). Сигнализируя об отсутствии угрозы, радость способствует накоплению энергетических ресурсов человека, позволяющих осуществлять адаптационные перестройки. Опыт радостных переживаний в общении повышает субъективную ценность взаимодействия с окружающими и, следовательно, стимулирует развитие адаптивной потребности (ГИ). Переживание радости определяет также оптимистичную оценку перспективы развития событий, результатов собственных усилий, что приводит к возрастанию поведенческой активности, настойчивому достижению поставленных целей [8]. Это объясняет связь эмоциональной модальности «радость» с показателями поведенческого компонента адаптивности.

Противоположный характер связей с адаптивностью демонстрируют эмоциональные модальности Г (гнев), С (страх), П (печаль). Данный факт требует особого пояснения, поскольку из литературных источников известно, что каждая из указанных отрицательных эмоций характеризуется собственной адаптивной функцией, также как и эмоция радости, т.е. вносит свой вклад

в обеспечение выживания вида, сохранения и развитие индивидуума [3], [4].

Как отмечал Н. Тинберген, адаптивная функция, сложившаяся в течение тысяч поколений в результате естественного отбора, в условиях современной жизни может обеспечивать дезадаптивный паттерн поведения [4]. Следует различать результативность индивидуальной адаптации, подчиняющейся в большей степени законам биологической эволюции, и адаптации социально-психологической, регулируемой культурно-социальными нормами. Именно это рассогласование и характерно для рассматриваемых нами отрицательных эмоций, каждая из которых в социально-культурном контексте зачастую теряет свое приспособительное предназначение и выступает в дезадаптивном качестве. Это объясняется психологической сущностью данных эмоций, которая заключается в отрицательном отношении к отражаемому объекту, в том числе, социальному, в его неприятии, что противоречит смыслу адаптивности личности как способности, действующей в направлении интеграции со средой, с объектом взаимодействия.

Общая тенденция неприятия объекта взаимодействия в каждой из модальностей отрицательных эмоций реализуется специфически. Так, характерной особенностью эмоции гнев, раскрывающей ее психологическую сущность, является направленность переживания «против объекта», что предполагает открытую конфронтацию, противопоставление личности и среды [7]. По мнению Р. Лазаруса, возникновение гнева обусловлено воздействиями окружающей среды, которые субъективно трактуются в рамках следующей «ключевой связующей

темы» - «нападение, направленное на меня самого и на то, что мне принадлежит» [9]. Отсюда и основная функция эмоции – мобилизация энергии для ответного нападения, борьбы, сопротивления, преодоления препятствий [3]. Переживание этой эмоции часто сопровождается глобальным ощущением несправедливости мира, чувствами враждебности, ненависти, желанием навредить окружающим, вынашиванием планов мести, нападения на «виновников» неблагоприятной ситуации. В психологических исследованиях традиционно гнев рассматривается как неудобное и недопустимое переживание, как социально нежелательная и отвергаемая эмоция, затрудняющая межличностное взаимодействие, а также влекущая за собой социально неблагоприятные и опасные последствия в форме физической и вербальной агрессии [8]. Описанные признаки гнева составляют паттерн проявления дезадаптивности как тенденции, направленной на нарушение сбалансированных взаимоотношений в системе «человек – социум».

Известные из источников литературы данные о негативном влиянии сильного эмоционального напряжения, возникающего при переживании человеком эмоций паттерна «гнев», на протекание интеллектуальных процессов, что подчас проявляется в блокировании мышления, а также на возможности организации целенаправленной деятельности, что проявляется в дезорганизации поведения [3], объясняют отрицательные корреляционные связи показателя Г (гнев) с отдельными компонентами адаптивности: когнитивным (кроме показателя ШОСС) и поведенческим. Переживание гнева сопровождается

потерей самоконтроля и снижением возможностей саморегуляции эмоций, что приводит к неустойчивости эмоционального переживания, перепадам в эмоциональных состояниях (К.Э. Изард, 2000), что объясняет отрицательные связи показателя Г (гнев) с показателями эмоционально-мотивационного компонента адаптивности.

Специфическое переживание, заключенное в эмоции страха, проистекает из ожидания угрозы или опасности [3]. В связи с этим сформировалось представление о важнейших для адаптации индивида функциях страха, связанных с мобилизацией сил организма для самозащиты в опасных ситуациях [4], с предупреждением потенциальной угрозы [3], с поиском безопасной среды [8], с обеспечением поведения в условиях недостаточной и неопределенной информации [9]. Указанные функциональные характеристики эмоции страх определили ведущую направленность переживания – «от объекта» (О.П. Санникова, 2000). Данная особенность объясняет характер взаимоотношений эмоциональной модальности «страх» с адаптивностью личности в социальной среде. Переживания угрозы, опасности, исходящей от объектов социальной среды вызывают тенденцию отстранения, изоляции, избегания контактов с пугающими объектами, что противоположно по смыслу стремлению к адаптации, интеграции со средой.

В литературе широко представлена информация относительно деструктивного влияния переживания страха на перцептивно-когнитивные процессы и поведение, что сочетается с нашими данными относительно отрицательной связи показателей когнитивного и поведенческого компонентов адаптивности (кроме

показателя ГПН) с эмоциональной модальностью «страх». Переживание эмоций этого паттерна сопровождается чрезвычайно сильным эмоциональным напряжением, выражающимся порой в панических состояниях, в дестабилизации психической жизни, что противоположно сущности, заложенной в показателях эмоционально-мотивационного компонента адаптивности.

Полученные нами коэффициенты корреляций демонстрируют наличие значимых отрицательных связей всех показателей адаптивности с показателем П (печаль). По мнению И.Н. Грызловой, печаль является формой эмоционального реагирования, смысл которого заключается в приспособлении индивида к изменившимся условиям существования. При этом эмоция печали выступает как реакция адаптации к потере значимого объекта [2]. Основная функция печали заключается в том, что она сигнализирует о дисгармонии, возникшей в жизни человека, о разладе в системе отношений с окружающим миром либо о нарушении внутриличностного равновесия [3].

Печаль характеризуется особенностью направленности. Она заключается в отсутствии внешнего объекта, с которым бы субъект взаимодействовал, и именно это отсутствие (вследствие потери) и является предметом переживания. Поэтому направленность печали можно было бы обозначить следующим образом – «на утраченный объект». Нам представляется, что в этой формулировке (в отличие от традиционной «без объекта») более четко выделяется связь и антагонизм эмоций печали и радости.

Выделенные характеристики

печали объясняют особенности взаимоотношений адаптивности личности в сфере социальных отношений с данной эмоцией. Переживание безвозвратной потери, которое включает в себя печаль, предполагает углубление во внутренний мир личности, что влечет за собой ослабление во взаимодействии с реальными (актуальными) социальными объектами. Смещение фокуса переживаний приводит к ослаблению социальных связей, отчуждению, изоляции, снижению уровня социального функционирования личности.

Затяжной тонический характер данной эмоции приводит к замедлению процессов переработки поступающей информации [2]. Кроме того, в печали человек воспринимает мир, его окружающий, как непривлекательный, чуждый, пустой, что накладывает отпечаток и на особенностях протекания процессов оценки действительности (когнитивный компонент адаптивности), и на функционировании адаптивной потребности, которая в печали минимизируется (эмоционально-мотивационный компонент адаптивности). Личность ощущает неприятие действительности, лишенной дорогого, значимого объекта, что влечет за собой потерю смысла поддержания социально-психологической адаптации. В печали негативно оцениваются не только окружающие люди и события, но и свои возможности, возникает неверие в собственные силы, что затрудняет достижение поставленных целей и организацию эффективных действий (поведенческий компонент адаптивности) [3], [8].

В целом, в результате проведенного корреляционного

анализа обнаружены значимые взаимосвязи между качественными показателями адаптивности и эмоциональности. Полученные данные свидетельствуют о том, что реализация адаптивной функции эмоциональности определена основными характеристиками и психологической сущностью эмоций каждой из модальностей.

На основании проведенного корреляционного анализа нами

рассмотрен вопрос о влиянии эмоциональных модальностей на адаптивность и отдельные ее характеристики, в то же время, понятно, что отмечается и обратное влияние, поскольку корреляционный анализ устанавливает лишь факт взаимной связи, существующей между двумя рядами психических явлений, и не позволяет говорить о каузальности отношений между ними.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Аргайл М.* Психология счастья. – СПб: Питер, 2003. – 271 с.
2. *Грызлова И.Н.* Психофизиологический анализ эмоциональности: Автореф. дисс. ...канд. психол. наук. – М., 1987. – 19 с.
3. *Изард К.Э.* Психология эмоций / Пер. с англ. – СПб.: Питер, 2000. – 464 с.
4. *Палмер Д., Палмер Л.* Эволюционная психология. Секреты поведения Homo sapiens. – СПб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2003. – 384 с.
5. *Санникова О.П.* Эмоциональность в структуре личности. – Одесса: Хорс, 1995. – 334 с.
6. *Санникова О.П., Кузнецова О.В.* Результаты апробации оригинального тест-опросника адаптивности. // Вестник Харьковского ун-та № 550. – Харьков, 2002. – с.211-214.
7. *Саннікова О.П.* Феноменологія особистості: Вибрані психолог. праці. – Одеса: СМІЛ, 2003. – 256 с.
8. *Фрэнкин М.* Мотивация поведения. – СПб.: Питер, 2003. – 287 с.
9. *Lazarus R.S.* Emotion and Adaptation. – N.Y., Oxford: Oxford University Press, 1994. – 122 p.

Подано до редакції 30.10.06

РЕЗЮМЕ

У статті представлені деякі результати теоретико-емпіричного дослідження взаємозв'язку якісних показників адаптивності та емоційності.

SUMMARY

The article contains some results of theoretical and empirical investigations on relation between qualitative characteristics of adaptability and emotionality.
