

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

РОЛЬ ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПИЧНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК
ЭМОЦИОНАЛЬНОСТИ В САМОРЕГУЛЯЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А. Е. Олышанникова, И. В. Поцявичюс

ПРОБЛЕМА

Значение эмоций (как вида психического отражения) и эмоциональности (как индивидуально-устойчивого свойства) в регуляции деятельности определяется прежде всего тем, что ими в зависимости от наличных потребностей, текущей мотивации и всего прошлого опыта субъекта выполняется функция субъективной оценки внешней стимуляции, исходно воспринимаемой рецепторами беспристрастно. Эмоции выступают в качестве важнейшего фактора уже на этапе первичной ориентировки в условиях необходимой предпосылки любой деятельности. Факт восприятия внешней среды с оценкой ее отдельных компонентов, ситуаций по степени субъективной значимости означает по сути неизбежную вовлеченность эмоций в реализацию целенаправленного поведения. Самое важное в контексте обсуждаемой проблемы то, что аппарат эмоциональной оценки результатов деятельности, поведения, конкретного действия, операции формируется до их совершения, до получения результатов [1]. Таким образом, участие эмоций в организации поведения есть не что иное как согласование его общей направленности, его конкретных особенностей, динамики с тем значением, которое объекты и ситуации имеют для субъекта. В этом и заключается функция эмоций, которые рассматриваются в советской психологии как процессы внутренней регуляции деятельности [3, 7, 14].

Указанная роль эмоций вытекает из их сущности как специфического вида отражения. Эмоции не являются психическим отражением самой предметной действительности, а отражают смысл и значение, которые объекты этой действительности имеют для субъекта [7, 14]. Поэтому сущностный признак эмоции как специфического вида отражения — отношение (в широком смысле слова) к отражаемому.

Не все характеристики эмоций, равно как и эмоциональности, несут в себе информацию об отношении к внешнему миру. Отношение к отражаемому заключено в так называемых качественных [10] особенностях (знак эмоции — положительный, отрицательный; ее модальность — более конкретная характеристика отношения к объекту: удовольствие, гнев, печаль, тревога и т. п.).

Теоретические положения о регулирующей функции эмоций недостаточно реализуются ни в большинстве исследований различных психических процессов, ни в работах, специально посвященных тем или иным аспектам проблемы «эмоции—деятельность».

В подавляющем большинстве первых из обозначенных выше исследований (в том числе посвященных изучению регуляции) эмоциональ-

ные процессы остаются за рамками внимания. Весьма демонстративным в этом отношении является анализ современного положения дел в исследовании мыслительных процессов, осуществленный авторами недавно вышедшей книги «Эмоции и мышление» [2]. Они констатируют, что проблема эмоций, как правило, не затрагивается при исследовании мыслительных процессов, что существенно обедняет знания о механизмах формирования, процессуальной направленности, избирательности мышления и т. п.

В исследованиях второго направления мы сталкиваемся с необычайной пестротой и противоречивостью данных, что выражается, в частности, в том, что до настоящего времени допускается альтернативная постановка вопроса: организующим или дезорганизующим началом являются эмоции. Экспериментальному изучению преимущественно подвергаются такие эмоциональные параметры, как длительность, интенсивность эмоций. При этом проблема соотношения эмоций и деятельности изучается в таких экспериментах, где не учитывается включенность эмоций в деятельность в качестве интимных, интегративных внутренних механизмов ее регуляции. Проблема решается при помощи формального сопоставления двух рядов данных: «эмоциональных» и «деятельностных», фактически исследуемых как независимые.

Таким образом, основной общий недостаток работ двух указанных направлений — игнорирование регулирующей роли эмоций, вытекающей из их специфики как процесса отражения.

Следствия этого одинаково неблагоприятно сказываются как на разработке «эмоциональной» проблематики, так и на исследованиях проблемы деятельности. По поводу последней авторы работы [2] пишут: «При разработке проблемы деятельности в психологии вопросы внутренней, в частности эмоциональной регуляции деятельности, обеспечивающей ее „самодвижение“, „саморазвитие“, т. е. творческий характер, остаются наименее исследованными» [с. 3].

К сказанному необходимо добавить, что при изучении тех или иных аспектов проблемы «эмоции—деятельность», как правило, рассматриваются параметры лишь актуальных эмоций. Однако бесспорно, что в регуляции деятельности принимают участие устойчивые эмоциональные особенности, прошлый эмоциональный опыт, что накладывает отпечаток на характер и динамику актуальных эмоций. (Например, страх у боязливых людей имеет иные особенности возникновения и протекания, чем у жизнерадостных [18].) Можно думать, что становление эмоционального опыта осуществляется в тесной связи с формированием индивидуальных особенностей организации деятельности (например, у тревожных — склонность к экстраполированию, а у жизнерадостных — относительная беспечность и т. п.).

Следует добавить, что среди «деятельностных» параметров предметом анализа чаще выступают результативные показатели, реже — процессуальные. Но и последние, к сожалению, нередко выделяются на основе только внешнего операционного анализа какого-либо конкретного вида деятельности.

Все, кратко отмеченное здесь, естественно, не способствует получению содержательных и фундаментальных данных относительно роли эмоций и эмоциональности в регуляции деятельности. Следовательно, назрела необходимость перейти к конкретным экспериментальным исследованиям регулирующей роли эмоций, позволяющим реализовать теоретические разработки советских психологов о функциональном значении эмоций. Эти исследования можно осуществить двумя путями. Один из них — исследование роли эмоций в каком-либо конкретном виде психической деятельности. Плодотворность такого подхода подтверждают работы О. К. Тихомирова с сотрудниками. Они показывают координирующую, интегративную роль эмоций среди регуляторов различных

уровней, обогащают и теорию, и эмпирические знания по проблеме «эмоции—деятельность».

Возможен и другой путь, где интересы исследователя фокусируются на общих, единых для многих видов психической деятельности механизмах регуляции и на соотношении эмоциональных и собственно деятельностных аспектов регуляторики. При этом конкретный вид деятельности рассматривается как модель, позволяющая получить необходимые исследователю «деятельностные» показатели.

ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ И КОНКРЕТНАЯ ГИПОТЕЗА

Настоящая работа — экспериментальное исследование двух названных выше особенностей эмоций: их специфики как процесса отражения (отношение к отражаемому) и их роли в регуляции деятельности в качестве ее внутренних механизмов. Эта цель реализуется сопоставлением индивидуально-устойчивых качественных особенностей эмоциональности с индивидуальными особенностями саморегуляции деятельности.

В основу теоретических и экспериментальных предпосылок настоящего исследования эмоциональности положены работы В. Д. Небылицына о темпераменте и эмоциональности как одной из основных его составляющих [9]. В связи с этим следует указать положение В. Д. Небылицына о первичности, базальности эмоций трех модальностей: радости Р, страха С и гнева Г [8]. Последующие исследования позволяют считать эти эмоции неизменными составляющими качественной структуры подавляющего большинства человеческих эмоций [10, 12].

Теоретико-экспериментальной основой изучения в настоящей работе индивидуальных особенностей саморегуляции деятельности послужили исследования О. А. Конопкиной с сотрудниками [6], согласно которым психологические механизмы саморегуляции любой деятельности представляют собой единую функциональную систему, а ее структуру составляют следующие функциональные звенья: цель деятельности, субъективности деятельности, информация о результатах, решение о коррекциях. Эти звенья — замкнутый «контур» осознанного регулирования деятельности [6].

Совершенно очевидно, что в самом начале попыток экспериментального решения поставленной выше цели необходимо заранее ограничить задачу исследования, подчинив ее проверке той конкретной гипотезы, которая может быть изучена экспериментально.

При этом любое ограничение не должно заслонять сложности проблемы «эмоции — деятельность», проблемы соотношения «эмоциональных» и «деятельностных» моментов регуляции. Можно думать, что взаимодействие, взаимовлияние — наиболее адекватные понятия для обозначения отношений, складывающихся в филогенезе и в процессе индивидуального развития. Так, индивидуальный эмоциональный опыт может повлиять на индивидуальную специфику предвосхищений субъектом результатов его собственной деятельности. Например, склонность ставить перед собой труднодостижимые цели часто приводит к неудаче. Отсюда уход от цели у одних субъектов, тщательнейшая экстраполяция, детальный анализ условий, способов действий — у других.

Конкретная задача настоящей работы — анализ индивидуальной активности, направленной на поиск, обнаружение и усвоение информации, необходимой для наиболее эффективного осуществления деятельности, у представителей разных эмоциональных типов. Задача основана на гипотезе о том, что регуляторные процессы являются по своей сути процессами информационными, [5, 15], а это значит, что каждый регуляторный акт деятельности (будь то целеполагание, принятие заданной цели; анализ значимых условий; выбор конкретных способов действия, пове-

дения; построение системы субъективных критериев успеха и др.) неизбежно связан с поиском, оценкой и селекцией разного рода информации [6]. Это, во-первых, необходимая предпосылка устранения огромного числа степеней свободы в управлении произвольной активностью, предпосылка превращения последней в согласованный во всех своих звеньях единый, действительно целенаправленный процесс. Во-вторых, в этом поиске и отборе информации принципиально необходимо наличие эмоциональной оценки, т. е. оценки с позиций ее значимости для данного субъекта. От роли устойчивых эмоциональных особенностей в регуляции деятельности зависит индивидуальная потребность в полноте информации, относящейся к деятельности. Это положение находит подтверждение в трактовке П. К. Анохиным роли положительных и отрицательных эмоций в деятельности [1], положительные эмоции лишь закрепляют полезные действия, тогда как отрицательные немедленно ведут к поискам «новых комбинаций эффекторных возбуждений», т. е. к поискам новой информации, обеспечивающей более эффективные способы достижения цели.

МЕТОДИКИ И ЭКСПЕРИМЕНТ

Эмоциональность исследовалась методом хронологической регистрации эмоций [4] (в дальнейшем будем его называть методом «дневника»). На его основе, согласно замыслу исследования, была построена конкретная методика, рассчитанная на определение качественных особенностей эмоциональности. Испытуемым предлагалось в течение четырех недель регистрировать в хронологическом порядке по определенным параметрам свои эмоции, проявляющиеся в повседневной жизни. В специальный бланк испытуемые записывали: вид эмоциональных переживаний, их знак, интенсивность и вид деятельности, в котором они проявлялись.

Учитывая трудности психологического, а также лингвистического порядка, связанные с оценкой испытуемыми своих эмоциональных переживаний, была проведена специальная работа по разбиению всего круга эмоций на основные модальности Р, Г, С, печаль П¹ [13]. В результате этого исследования была подтверждена гипотеза о качественном различии названных модальностей, а также составлен обобщенный список эмоций, содержащий 32 названия, который служил испытуемым основой при оценке и регистрации своих эмоций в «дневнике».

Знак и интенсивность эмоций оценивались по 11-балльной шкале (—5...0...+5), а вид деятельности — на основе предварительно составленного условного списка повседневных видов деятельности.

Особенности саморегуляции исследовались на сенсомоторной модели деятельности. Использовались цифровые таблицы из 600 цифр (20×30) от 1 до 8, образующих случайный ряд. Задача испытуемых заключалась в зачеркивании каждой из пяти определенных цифр особым знаком.

Сенсомоторный эксперимент строился по логике экспериментов, проводимых в лаборатории психологических проблем регуляции деятельности НИИ ОПП АПН СССР, руководимой О. А. Конопкиным (в составе В. И. Степанского, Ю. И. Миславского, А. М. Гейшерик, И. И. Кондратьевой и др.). Их логика соответствует задаче исследования — подвергнуть анализу особенности проявления активности при получении необходимой информации у людей с разными типами эмоциональности. Использовались две стратегии: во-первых, постепенно создавались усло-

¹ Печаль включена в исследование несколько на ином основании, чем три первые модальности: во-первых, не по принципу ее первичности, базальности, а в связи с широкой представленностью эмоций этого паттерна в жизни взрослого человека и, во-вторых, с несводимостью ее качества к Р, Г, С [13].

вия, способствующие формированию структурно-полного процесса саморегуляции (от условий максимальной неопределенности к условиям, когда испытуемый получал исчерпывающую информацию, касающуюся всех структурных звеньев процесса саморегуляции), во-вторых, изменялись некоторые условия, затрудняющие получение информации. Цель этих стратегий — выявить те дефекты структуры саморегуляции, на которые испытуемый реагирует наиболее остро.

Весь сенсомоторный эксперимент включал шесть серий опытов — всего двенадцать опытов. Каждый опыт серии I—III длился 15 мин и был разбит на 15 периодов длительностью 1 мин каждый; в сериях IV—VI периоды были равны 50 с. Опыты проводились в течение шести дней — по два опыта в день с перерывом между опытами 20 мин. Инструкция была общей для всех опытов: работать как можно быстрее.

Цель I серии (шесть опытов) — выработка навыка. Испытуемые работали в условиях максимальной информационной неопределенности: стимульный порядок распределения цифр был случайным. Кроме того, создавались препятствия для оценки испытуемым объема выполненной им работы как за отдельные периоды опыта, так и опыта в целом, что вызывало неопределенность в отношении критериев эффективности работы.

В последующих сериях испытуемые постепенно получали информацию, касающуюся основных звеньев процесса саморегуляции. Так, во II серии были введены таблицы с закономерным распределением цифр. В 1-м опыте этой серии испытуемым не сообщали об этих закономерностях, а во 2-м опыте их ставили об этом в известность. Таким образом, во II серии испытуемые располагали информацией, позволяющей реализовать звено «условия деятельности».

В III серии (один опыт) цифровые таблицы разбивались цветными линиями, выполняющими роль критериев успешности работы по параметру скорости. Критерии для каждого испытуемого определялись с учетом темпа его работы в предыдущих опытах.

В IV серии (один опыт) продолжительность каждого периода сократилась до 50 с. Об этом изменении испытуемым не сообщалось. Тем самым достигалось рассогласование между критерием и наличным результатом, которое должно актуализировать регулирующую функцию коррекций.

В V серии (один опыт) вводилась прогрессивная денежная оплата за скорость, что могло способствовать повышению мотивации в случаях, когда она была недостаточной. Предполагалось, что в этой серии испытуемые должны работать с наибольшей (сравнительно с остальными сериями) отдачей.

В VI серии (один опыт), начиная с третьего периода, опять вводились таблицы без закономерного распределения цифр. Такое неожиданное для испытуемых изменение значимых условий может приводить к «полюсности», дискредитирует сложившиеся программы и тем самым требует очередной их перестройки. Это в свою очередь обязывает вернуться к анализу условий.

В исследовании приняли участие 40 испытуемых, студентов московских вузов в возрасте от 17 до 25 лет, обоего пола.

Обозначим основные используемые в работе показатели эмоциональности и саморегуляции. Информация, содержащаяся во всех показателях эмоциональности, выражает продолжительность эмоций определенного знака или модальности. Показатели 1—7: продолжительность эмоций модальностей Р, Г, С, П, состояния спокойствия Сп., отрицательных, положительных эмоций.

В сенсомоторике наиболее важными являются следующие моменты и основанные на них показатели саморегуляции:

1. Эффективность организации испытуемым своей работы в условиях максимальной информационной неопределенности. Прирост скорости работы от 1-го опыта I серии² до «плато». Условно этот показатель назовем «инициативной саморегуляцией» (ИС).

2. Умение заметить и использовать новые, облегчающие работу условия. Прирост скорости работы в 1-м опыте II серии в сравнении с «плато». Условное название — «эффект условий» (ЭУ).

3. Эффективность организации испытуемым своей работы в условиях постепенного устранения информационной неопределенности. Прирост скорости работы «от плато» до максимальной скорости вообще. Условное название — «эффективная саморегуляция» (ЭС).

4. Эффективность организации испытуемым своей работы при всех экспериментальных условиях, ведущих к повышению продуктивности работы. Прирост скорости работы от 1-го опыта I серии до максимальной скорости вообще. Условное название — «общая саморегуляция» (ОС).

5—6. Умение противостоять деструктивному влиянию неожиданно изменившихся значимых условий деятельности. Снижение скорости и точности работы в VI серии в сравнении с V серией. Условные названия: «деструктивный эффект (относительно скорости)» (ДЭ/с/) и «деструктивный эффект относительно точности» (ДЭ/т/).

Все продуктивные показатели саморегуляции, кроме ДЭ/т/, отражают объем выполненной работы в процентах. Они позволяют судить об особенностях тех или иных сторон саморегуляции при их сопоставлении с соответствующими экспериментальными ситуациями опытов, построенных по указанным выше стратегиям.

Индивидуальные данные по всем вышеназванным показателям эмоциональности и саморегуляции были прокоррелированы. Использовалась ранговая корреляция по Спирмену. Необходимо, однако, отметить, что корреляционный анализ в данном случае не является вполне адекватным методом, поскольку при его помощи анализируются связи между показателями саморегуляции и показателями каждой модальности в отдельности. На самом деле эмоциональность отдельного субъекта описывается при помощи минимум четырех указанных выше модальностей, которые у разных людей сочетаются по-разному.

Таким образом, специфика эмоциональности, ее своеобразие связаны не столько с абсолютными индивидуальными значениями каждой из модальностей, сколько с характером их сочетаний [11]. Поэтому кроме корреляционного анализа использовался метод сопоставления результатов по саморегуляции групп испытуемых, представляющих наиболее яркие эмоциональные типы. Для этой цели использовался критерий различия X (критерий ван дер Вардена). Эти два способа анализа данных были дополнены еще одним приемом. Поскольку по некоторым эмоциональным модальностям (например, С и П) и их возможным комбинациям группы испытуемых были статистически представлены слабо, то рассматривались данные по саморегуляции также и отдельных испытуемых, представляющих наиболее яркие эмоциональные типы.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Логика и последовательность изложения основных результатов исследования вытекают из структуры эмоциональности, т. е. определяется связь между основными структурными параметрами эмоциональности и особенностями саморегуляции.

² Результаты 1-го опыта I серии вычитались, поскольку, как предполагается, в нем наиболее ярко проявляются некоторые природные особенности индивида, определяющие скорость сенсомоторной деятельности. Эти особенности к процессу саморегуляции практически отношения не имеют.

Сравнение показателей саморегуляции групп испытуемых, отличающихся по модальности доминирующих эмоций

Сравниваемая эмоциональная модальность	Показатель саморегуляции					
	ИС	ЭУ	ЭС	ОС	ДЭ/с/	ДЭ/г/
Р — Г	2,59*	1,89	2,84*	2,84*	-2,84*	1,11
Р — ГСП	1,88	4,10**	3,62*	4,14**	-2,76	2,17
Р — Сп.	-0,63	0,36	2,57	2,83	-1,93	0,23
Сп. — Г	1,80	1,60	2,32*	2,05	-2,32*	1,53
Сп. — ГСП	1,26	3,33**	1,93	2,29	-1,13	1,93

Примечание: Даются значения критерия Х ван дер Вардена. Коэффициенты со знаком «—» означают, что группа, указанная первой, показала более высокие результаты и наоборот.

* $p < 0,05$.

** $p < 0,01$.

Вначале дается анализ соотношения каждой модальности эмоций и особенностей саморегуляции по всей выборке испытуемых. Корреляционный анализ показал следующее: эмоции модальности Р обнаруживают отрицательную связь с показателем «эффективная саморегуляция» ($r = -0,320$; $p < 0,05$); с остальными показателями саморегуляции связь этой модальности также отрицательная, однако не достигающая значимых величин. В то же время модальности Г, С, П обнаруживают положительные тенденции связи, близкие к 5%-ному уровню значимости. Существует положительная связь между эмоциями модальности П и показателем «общая саморегуляция» ($r = 0,424$; $p < 0,01$). Данные результаты свидетельствуют о том, что испытуемые с высокими показателями модальности Р наименее эффективно используют ту информацию, которая способствует повышению продуктивности их деятельности, в то время как испытуемые с выраженными отрицательными эмоциями (и особенно П) наиболее эффективно действуют при всех экспериментальных условиях, ведущих к повышению продуктивности работы.

В табл. 1 представлены результаты анализа данных по саморегуляции групп испытуемых, представляющих наиболее яркие эмоциональные типы. Рассматриваются соотношения показателей саморегуляции не с каждой из четырех модальностей, а с характерными типами их сочетаний. Первые четыре показателя саморегуляции отражают эффективность деятельности испытуемых в условиях, способствующих повышению эффективности работы, а два последних — ее затрудняющих. Для удобства первые условия названы конструктивными, а вторые — деструктивными. Анализ табл. 1 показывает, что испытуемые, склонные к эмоциям модальности Р и состояниям Сп., в конструктивных условиях действуют менее эффективно, чем испытуемые, склонные к эмоциям модальностей Г и ГСП³, в то время как в деструктивных условиях у испытуемых типа Р и Сп. наблюдается меньшее снижение эффективности деятельности, чем у испытуемых типа Г, однако лишь по параметру скорости работы. Между группами Р и Сп. значимые различия отсутствуют.

В табл. 2 дается анализ показателей саморегуляции тех испытуемых, которые являются наиболее яркими представителями эмоциональных типов, но встречаются в нашей выборке как единичные.

В табл. 2 для удобства сопоставления результатов разных испытуемых цифра в верхнем индексе обозначает ранговое место испытуемого по данному показателю саморегуляции. Ранги расставлены так, чтобы результату, отражающему более высокую эффективность деятельности,

³ Под обозначением ГСП подразумевается эмоциональный тип с выраженными в равной мере эмоциями модальностей гнева, страха и печали.

Таблица 2

Результаты по саморегуляции наиболее ярких представителей эмоциональных типов

Испытуе- мый	Модаль- ность эмоций	Показатель саморегуляции						Сумма ран- гов пока- зателей 1-4	Сумма ран- гов показа- телей 5-6
		ИС	ЭУ	ЭС	ОС	ДЭ/с/	ДЭ/т/		
Р. Ю.	Р	42,6 ³	3,9 ²	36,1 ¹	94,0 ¹	113,0 ⁵	0 ⁶	7	10
К. В.	Г	71,4 ⁴	2,0 ¹	102,4 ⁵	246,8 ⁵	59,4 ¹	54,2 ⁴	15	5
Ш. И.	С	20,9 ¹	10,4 ⁴	82,5 ⁴	120,8 ³	51,2 ²	220,0 ¹	12	3
Ш. Г.	П	88,6 ⁵	13,8 ⁵	61,3 ²	204,3 ⁴	43,3 ³	214,3 ²	16	5
С. Г.	Сп.	25,3 ²	4,8 ³	65,4 ³	103,3 ²	37,5 ⁴	114,3 ³	10	7

Примечание: Цифра в верхнем индексе — ранговое место испытуемого по данному показателю саморегуляции.

Таблица 3

Коэффициенты корреляций между показателями знака доминирующих эмоций и саморегуляции

Показатель знака домини- рующих эмоций	Показатель саморегуляции					
	ИС	ЭУ	ЭС	ОС	ДЭ/с/	ДЭ/т/
($\Sigma -$)	140	125	273	294	160	-183
($\Sigma +$)	-296	-165	-217	-416**	-350*	078

Примечание: Ноли и запятые опущены.

* $p < 0,05$.

** $p < 0,01$.

соответствовала более высокая цифра. Заметим, что чем выше значение двух последних показателей (графы 7, 8), тем менее эффективна работа испытуемого в деструктивных условиях деятельности. Поэтому ранги этих двух показателей расставлены в обратном порядке по отношению к остальным. В графах 9, 10 представлены суммы рангов «конструктивных» и «деструктивных» показателей.

Наиболее эффективно в конструктивных условиях действовали испытуемые, склонные к эмоциям модальности П (сумма рангов — 16) и Г (15), а наименее эффективно типы Р (7) и Сп. (10). В деструктивных условиях картина практически обратная: первыми оказались типы Р (10) и Сп. (7), а остальные места занимают типы С (3), П (5) и Г (5). Таким образом, анализ индивидуальных данных практически подтверждает те закономерности, которые обнаружились при двух основных способах анализа групповых данных: корреляционном и по критерию ван дер Вардена.

По приведенным результатам нетрудно заметить, что наиболее яркие различия в саморегуляции обнаруживают индивиды, отличающиеся по доминированию эмоций разного знака: например Р и П, Р и Г, Р и ГСП (табл. 1, 2). Поэтому вполне логично проанализировать особенности саморегуляции, проявляющиеся в зависимости от знака доминирующих эмоций, выступающего более интегральной качественной характеристикой эмоциональности, чем модальность.

Данные корреляционного анализа представлены в табл. 3, где статистически значимые связи между доминированием эмоций отрицательно-го знака и особенностями саморегуляции отсутствуют, однако по показателям «эффективная саморегуляция» и «общая саморегуляция» намечается положительная связь, проявляющаяся в достаточно выраженной тенденции. Эмоции положительного знака обнаруживают отрицательную статистически значимую связь с показателями «общая саморегуляция» ($p < 0,01$) и «деструктивный эффект /с/» ($p < 0,05$). Это свидетель-

ствуется о том, что индивиды, склонные к положительным эмоциям, менее эффективно действуют в конструктивных условиях деятельности, однако в деструктивных условиях эффективность их деятельности снижается меньше, чем у испытуемых с доминированием отрицательных эмоций. Эти тенденции перекликаются с отмеченными выше относительно доминирования эмоций модальности Р. Заметим, что показатель доминирования положительных эмоций со всеми показателями саморегуляции, кроме одного (ДЭ/т/), обнаруживает отрицательную связь, а показатель доминирования отрицательных эмоций с теми же показателями — положительную.

Соотношение саморегуляции и знака доминирующих эмоций анализировалось не только корреляционным путем, но и при помощи вычисления критерия различий X ван дер Вардена между группами, наиболее отличающимися по знаку доминирующих эмоций. В этом случае были получены статистически значимые различия по показателям «инициативная саморегуляция» и «общая саморегуляция» (в обоих случаях $X = 3,36$; $p < 0,01$). У испытуемых с доминированием отрицательных эмоций все показатели саморегуляции, кроме ДЭ/с/, выше, хотя, кроме двух упомянутых случаев, величина X не достигает порога значимости. Эти факты подтверждают основные тенденции, полученные при помощи корреляционного анализа.

ОБСУЖДЕНИЕ

Основной результат проведенного исследования — получение конкретных экспериментальных данных о связи между индивидуально-устойчивыми особенностями эмоциональности и саморегуляцией деятельности. В так называемых конструктивных условиях деятельности наилучшие результаты показывают представители тех типов эмоциональности, у которых доминируют эмоции отрицательных модальностей Г, С, П.

Специальная стратегия опытов, воплощенная в методику экспериментов, позволяет трактовать эту результативность как активность испытуемых по поиску, обнаружению и усвоению информации.

В деструктивных условиях (резкая смена основных условий деятельности, исключающая возможность заблаговременного получения информации) преимущества имеют испытуемые с доминированием положительных эмоций.

Эти данные имеют большое значение, подтверждая, во-первых, правильность исходных позиций работы о значении для регуляции деятельности эмоциональности как устойчивой индивидуальной характеристики. Во-вторых, подтверждается целесообразность такого направления исследования регуляторного значения эмоциональности, в котором в качестве деятельностных характеристик анализируются показатели саморегуляции деятельности.

В настоящее время возможна их интерпретация в рамках изложенной выше гипотезы о регулирующей роли эмоциональности, которая детерминирует активность индивида по приобретению информации, относящейся к деятельности.

По всей вероятности, активность субъекта, проявляющаяся в поиске, отборе и усвоении необходимой информации, направлена на обеспечение оптимального индивидуального уровня саморегуляции. Этот уровень, к которому субъект стремится и при достижении которого он чувствует себя удовлетворенным. Неудовлетворенность же рождает активность, направленную на поиски и усвоение новой информации, которая способствует усовершенствованию процесса саморегуляции до уровня субъективно оптимального. Необходимо отметить, что эффективность деятельности при оптимальном уровне саморегуляции не определяется лишь полнотой приобретенной субъектом информации, касающейся всех звень-

ев процесса саморегуляции, а зависит также от мотивации субъекта. Поэтому при достижении субъектом оптимального уровня саморегуляции эффективность его деятельности не меняется, если постоянна мотивация. В нашем эксперименте равный уровень мотивации поддерживался инструкцией, а в V серии и денежным вознаграждением. Поэтому можно считать, что наибольшая эффективность деятельности испытуемых в условиях неопределенности и информационной достаточности отражает их оптимальный уровень саморегуляции в названных условиях. Следовательно, показатели ИС, ЭС и ОС могут выступать в качестве показателей оптимального уровня саморегуляции, достигнутого в соответствующих условиях деятельности.

Положения, в какой-то мере аналогичные приводимым, можно найти в теории оптимума возбуждения, сформулированной Д. О. Хеббом (D. O. Hebb) [17]. Согласно его теории, индивид предпринимает поиски стимуляции, пока не будет достигнут оптимальный уровень возбуждения. Применительно к саморегуляции это могло бы быть интерпретировано следующим образом: индивид проявляет активность в поиске информации, пока не будет достигнуто положительное состояние удовлетворенности. Однако не сама по себе активность ведет к такому состоянию, а ее результат, т. е. приобретение необходимой информации, способствующей формированию определенного уровня саморегуляции. У Д. О. Хебба это соединяющее звено дано имплицитно.

Индивидуальные различия в оптимальных уровнях саморегуляции показывают как бы «этапы», на которых разные субъекты способны испытывать чувство удовлетворенности (самодостаточности). По-видимому, «порог» возникновения этого положительного состояния у индивидов, склонных к переживанию положительных эмоций, при прочих равных условиях ниже, чем у людей с доминированием отрицательных переживаний (при условии, что отношение к выполняемой деятельности в наших опытах сходно у испытуемых с их типичным отношением к любой деятельности). У последних устойчивое доминирование отрицательных эмоций побуждает к повышению активности для достижения более высокого уровня саморегуляции, обеспечивающего в итоге некоторое положительное состояние самодостаточности. Таким образом, можно думать, что различия в саморегуляции у индивидов, отличающихся по знаку доминирующих эмоций, объясняются наличием у них разных «порогов», при которых достигнутый ими уровень саморегуляции вызывает положительное состояние удовлетворенности. Этим в какой-то мере объясняются различия в эффективности саморегуляции, наблюдаемые между испытуемыми, склонными к эмоциям модальности Р, и испытуемым типа Г и ГСП, а также частично различия между эмоциональными типами Сп. и Г, Сп. и ГСП (табл. 2) с учетом того, что показатели первых модальностей, как правило, имеют положительный знак, а вторых — отрицательный.

Необходимо коснуться того факта, что наилучшие показатели саморегуляции обнаружили испытуемые с доминированием П. Эти данные не вполне соответствуют принятому представлению о печали, поскольку одним из ее феноменологических признаков считается задержка, поломка всякой деятельности, малая активность [16]. Указанный факт требует дальнейшего изучения. В настоящий момент можно высказать следующее предположение. Эмоции паттерна печали, регистрируемые нашими испытуемыми, являются чем-то принципиально отличным от той печали, которую традиционно связывают с неспособностью действовать и которая, как правило, является следствием жизненной катастрофы, потери близкого человека и т. п.

В нашем же случае использовались данные тех испытуемых, у которых в течение исследования не происходило никаких экстраординарных событий, т. е. в течение обычного, типичного периода жизни. Скорее

всего, регистрируемые нашими испытуемыми эмоции типа печали уместнее обозначить понятием дистресс, которое все чаще фигурирует в зарубежных исследованиях эмоций (Selye, Izard, Tomkins по Izard [18]) и которым обозначается круг переживаний (правда, не устойчивых, а скорее актуальных), сходных с печалью, но спровоцированных менее значимыми событиями: недовольством своими успехами, избыточным уровнем стимуляции, разочарованием, неудачей [18].

Дистрессу всегда сопутствует тот признак, который традиционно относят и к печали,— недовольство собой (при меланхолии, депрессии — патологических состояниях, являющихся крайним по глубине и интенсивности полюсом переживаний паттерна печали, это недовольство доходит до бреда ожидания наказания [16]).

Думается, что у наших испытуемых имеет место та степень недовольства собой, которая является побудителем во всех условиях действовать оптимальным образом. Этот «модус» реагирования можно рассматривать как своеобразный способ самоутверждения, а деятельность — как ту область, где испытуемый имеет возможность получить удовлетворение за счет максимального «самообеспечения» успеха.

Правильность нашего предположения подтверждается целым рядом теоретических и эмпирических данных, приводимых К. Изардом (K. S. Izard) в его книге, свидетельствующих о дистрессе как об эмоции, повышающей мотивацию, способствующей нормальному развитию субъекта, его достижениям [18].

Как уже отмечалось, испытуемые с доминированием положительных эмоций обнаружили менее выраженный «деструктивный эффект /с/». Этот факт говорит об их меньшей чувствительности к неожиданным изменениям значимых условий деятельности, чем у испытуемых с доминированием отрицательных эмоций. Заметим, что у последних уровень саморегуляции по всем «конструктивным» показателям выше; значит, весь процесс саморегуляции у них налажен более тщательно: каждое звено системы саморегуляции для них является более значимым. Видимо, эта их чувствительность к неожиданным изменениям обусловлена более высокой организацией всего процесса саморегуляции. Известно, что чем тоньше налажена система, тем пагубнее отражается на ее работе «поломка» какого-то ее звена. Это подтверждается положительными связями «эффективная саморегуляция» и «деструктивный эффект /с/». Тем не менее общая эффективность работы в деструктивных условиях у лиц с доминированием отрицательных эмоций остается более высокой, чем у лиц с доминированием положительных эмоций, за счет высоких результатов в конструктивных условиях деятельности.

ВЫВОДЫ

Анализ этих связей позволяет сделать следующие выводы:

1. Наиболее тесная связь обнаружена между знаком доминирующих эмоций и общим уровнем саморегуляции. У индивидов с доминированием эмоций отрицательного знака эффективность саморегуляции выше.
2. Выявлены различия в эффективности саморегуляции у индивидов, отличающихся по модальности доминирующих эмоций. Так, наиболее высокий уровень саморегуляции показывают испытуемые, склонные к эмоциям модальности «печаль», наиболее низкий — испытуемые с доминированием эмоций радости.
3. Индивидуальные различия в саморегуляции определяются особенностями активности, направленной на приобретение необходимой информации, касающейся различных звеньев процесса саморегуляции. Данная активность обеспечивает некоторый субъективно оптимальный уровень саморегуляции. Различия в уровне саморегуляции у индивидов, от-

личающихся по качеству доминирующих эмоций, можно объяснить наличием у них разных «порогов», при котором достигнутый оптимальный уровень саморегуляции и активность, проявленная для его достижения, воспринимаются и положительно переживаются как достаточные.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анохин П. К. Эмоции.— Большая медицинская энциклопедия, т. 35. М., 1964, с. 339—357.
2. Васильев И. А., Поплужный В. Л., Тихомиров О. К. Эмоции и мышление. М., 1980.
3. Вилюнас В. К. Психология эмоциональных явлений. М., 1976.
4. Вилюнас В., Стончюс В., Поцявичюс И. Исследование динамики эмоций методом хронологической регистрации.— В кн.: Личность и деятельность. Тез. V Всесоюз. съезда психологов. М., 1977, с. 58—59.
5. Жуков Н. И. Философские основы кибернетики. Минск, 1976.
6. Конопкин О. А. Проблема осознанного регулирования сенсомоторной деятельности. Автореф. докт. диссертации. М., 1977.
7. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы и эмоции. Конспект лекций. М., 1971.
8. Небылицын В. Д. Стенографическая запись курса лекций по дифференциальной психофизиологии. 1968—1971 гг.
9. Небылицын В. Д. Актуальные проблемы дифференциальной психофизиологии.— В кн.: Психофизиологические исследования индивидуальных различий. М., 1976, с. 236—257.
10. Ольшанникова А. Е. Соотношение некоторых особенностей эмоциональной сферы подростка с физиологическими показателями.— В кн.: Проблемы дифференциальной психофизиологии, т. 9. М., 1977, с. 128—140.
11. Ольшанникова А. Е., Рабинович Л. А. Опыт исследования некоторых индивидуальных характеристик эмоциональности.— Вopr. психол., 1974, № 3, с. 65—74.
12. Ольшанникова А. Е., Ямпольский Л. Т. О структуре качественных характеристик эмоциональности.— В кн.: Психология и психофизиология индивидуальных различий. М., 1977, с. 155—164.
13. Поцявичюс И. В. Модальная структура эмоциональных переживаний.— В кн.: Экспериментальные исследования по проблемам общей и социальной психологии и дифференциальной психофизиологии. М., 1979, с. 43—52.
14. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. М., 1946.
15. Украинцев Б. С. Самоуправляемые системы и причинность. М., 1972.
16. Фрейд З. Печаль и меланхолия.— В кн.: Основные психологические теории в психоанализе. Москва — Петроград, 1923, с. 174—190.
17. Hebb D. O. Drives and the C. N. S.— In: Curiosity and Exploratory Behavior. Ed. by H. Fowler. N. Y., 1965, p. 176—190.
18. Izard K. C. Human Emotions. N. Y., 1977, p. 495.

Поступила в редакцию
23.V.1980

Педагогическая, детская и возрастная психология

Захаркевич М. И. Психологические особенности применения предметной наглядности при овладении иностранным языком взрослым. Научный руководитель — доктор психологических наук, профессор Б. А. Бенедиктов.

Титаренко Т. М. Функции эмоций в нравственном развитии дошкольника. Научный руководитель — кандидат психологических наук В. К. Котырло.

Хализева Л. М. Овладение графическим моделированием пространственных отношений и его влияние на умственное развитие дошкольников. Научный руководитель — доктор психологических наук, профессор Л. А. Венгер.

Иноземцева В. Е. Исследование зависимости между типом взаимоотношений учащихся профессионально-технических училищ и отношением к учению и труду. Научный руководитель — действительный член АПН СССР, доктор психологических наук А. А. Бодалев.

Медицинская психология

Микадзе Ю. В. Организация мнестической деятельности у больных с локальными поражениями мозга (семантическая организация вербального материала и структура мнестической деятельности). Научные руководители — действ. член АПН СССР, доктор психологических наук, профессор А. Р. Лурия, доктор психологических наук, профессор Е. Д. Хомская.