

Антропов А.П

Эмоциональные реакции как один из факторов психических состояний личности

*Антропов Анатолий Петрович, аспирант кафедры теории и методики практической психологии
Пивденноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського, г. Одеса, Україна*

Аннотация. В статье представлены результаты теоретико-эмпирического исследования психических состояний личности моряков и их эмоциональных реакций. Установлено, что эмоциональные реакции испытуемых являются одним из факторов их психических состояний.

Ключевые слова: психические состояния, личность, эмоциональные реакции.

Исследование психических состояний личности имеет достаточно давнюю традицию в психологической науке, что определило наличие множества подходов в понимании сущности данного явления.

Пик интереса к исследованию психических состояний пришелся на середину XX века. Как самостоятельную категорию психическое состояние впервые выделил В.Н. Мясищев (1932). Но первая и основательная попытка обосновать проблему психических состояний была предпринята Н.Д. Левитовым (1964). Им же дано и определение понятия, заключающееся в следующем: «психическое состояние – это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния и психических свойств личности [7, с.44]. Впоследствии на его работы опирались многие отечественные исследователи (Н.П. Фетискин (1972), Ю.Е. Сосновикова (1975), Е.П. Ильин (1980), В.А. Ганзен (1984), Л.П. Гримак (1986) и др.), благодаря усилиям которых теоретическая концепция психических состояний, предложенная Н.Д. Левитовым, приобрела современное содержание. Дальнейшие исследования значительно расширили научные представления о сущности, структуре и значении психических состояний: в различных видах деятельности (Э.Л. Носенко, Б.А. Вяткин, Н.Н. Данилова, О.П. Санникова, С.Д. Максименко, Т.А. Немчин, Л.Н. Захарова, Л.М. Аболин, А.Б. Леонова, А.О. Прохоров, Н.П. Фетискин); в учебной деятельности вузов (А.Я. Чебыкин, Р.Ю. Залилов, С.А. Миргород, Г.М. Лыдокова, С.А. Гапон).

В литературе указывается, что психические состояния неправомерно путать с эмоциональными явлениями – они несводимы к эмоциям, чувствам, эмоциональным реакциям и пр., хотя последние являются их неотъемлемой составляющей [Г.А. Броневицкий, 2002; Е.П. Ильин, 2005; Н.Д. Левитов 1964, 1955 и др.]. В некоторых исследованиях [4;5;7] эмоциональные и психические состояния используются как синонимы, однако эмоциональные входят в структуру психических как сложных целых, которые охватывают также функциональные, мотивационно-волевые, интеллектуальные стороны психики. Эмоциональное реагирование, с одной стороны, является одним из проявлений целостного психического состояния личности. С другой стороны, сложившийся тип эмоциональных реакций в определенный период жизненного времени (или постоянный) отображает отношение личности к различным реалиям и событиям и, участвуя в образо-

вании психических состояний, является их значимым фактором.

По мнению В.К. Виллонаса, трудности в изучении эмоционального реагирования являются свидетельством того, что «феноменологический материал, объяснить который призвана теория эмоций, не обладает отчетливо различимыми признаками, которые могли бы обеспечить некоторую единую изначальную его группировку и упорядочивание» (2, с. 5). Так, В.К. Виллонас отмечает, что можно выделить два основных подхода во взглядах на эмоциональное реагирование. В одном случае оно не является чем-то специфичным и, сопутствуя всякому психическому процессу, выполняет универсальную роль (В. Вундт, Н.Я. Грот, 1879-1880; С.Л. Рубинштейн, 1999). В другом случае эмоциональное реагирование рассматривается как самостоятельный феномен, частный механизм реагирования и регуляции, означающий, что в нормальном протекании существования животного и человека произошли какие-то отклонения (Ж.-П. Сартр, 1984; П.В. Симонов, 1966). Близка к этому точка зрения А.В. Вальдмана (1976) и других ученых, отмечающих, что внутренние сигналы организма вызывают сдвиги эмоциональности в положительном или отрицательном направлениях в том случае, если они выходят за пределы обычных значений, соответственно, эмоциональное реагирование человека представляет сложную реакцию, в которой задействованы эмоции, разные системы организма и личности. По мнению исследователей, нарушение внутреннего гомеостаза приводит к появлению эмоционального реагирования; это свидетельствует в пользу того, что эмоциональное реагирование является самостоятельным феноменом.

Цель данной статьи заключается в изложении результатов диагностирования психических состояний личности и ее эмоциональных реакций, а также изучения характера выявленных взаимосвязей.

Обобщение теоретических данных показало, что эмоциональные реакции можно рассматривать как один из факторов психического состояния личности. Эмпирическая проверка высказанного предположения предусматривала исследование особенностей психических состояний испытуемых с разными типами эмоциональных реакций. С этой целью были отобраны следующие психодиагностические методики: “Одиночество” С.Г. Корчагиной, “Методика самооценки эмоциональных состояний” (Р. Уэссман, Д. Рикс), тест “Характеристики эмоциональности” Е.П. Ильина, тест “Самооценка психических состояний” Г. Айзенка, “Методика диагностики типа эмоциональных реакций на влияние стимулов окружающей

среды” В.В. Бойко. Выборку составили представители Морского Флота – офицеры и рядовые в количестве 128 человек. Сбор эмпирических данных был проведен у плавсостава, который проходил профотбор в Медицинском центре ОНМА “Академмарин”, а также у членов экипажа т/х “Tasman Provider”.

Для выявления соотношения между показателями психических состояний и типами эмоциональных реакций был проведен корреляционный анализ, результаты которого приведены в табл. 1.

Таблица 1.

Результаты корреляционного анализа между показателями психических состояний и типами эмоциональных реакций

	О	С-Т	Э-У	П-П	У-Б	Т	Ф	А	Р
ЭЭР	-218*	304**	202*	257**	311**	-269**	-289*	-203*	
РЭР	240**			-180*	-201*	201*	212*		223*
ДЭР	245**	-265**	-263**	-274**	-198*	296**	308**	183*	269**

Примечание:здесь и далее 1) нули и запятые опущены; 2)**- значимые связи на уровне $p \leq 0.01$;*- на уровне $p \leq 0.05$;3)условные обозначения: О-одиночество, С-Т-спокойствие-тревожность, Э-У-энергичность-утомляемость, У-Б-уверенность в себе-беспомощность, Т-тревожность, Ф-фрустрация, А-агрессивность, Р-ригидность, ЭЭР-эйфорическая эмоциональная реакция, РЭР-рефрактерная эмоциональная реакция, ДЭР- дисфорическая эмоциональная реакция.

Показатель О (одиночество) отрицательно связан с ЭЭР (эйфорическая эмоциональная реакция) ($p=0.05$), положительно с РЭР (рефрактерная эмоциональная реакция) и ДЭР (дисфорическая эмоциональная реакция) ($p=0.01$). Полученные данные отражают сущность эмоциональной картины переживаний испытуемых при одиночестве. Несмотря на то что современные исследователи проблемы одиночества утверждают несводимость данного психического состояния к психическому явлению с эмоциями исключительно отрицательной модальности [4], негативные эмоциональные переживания первоначально заложены в одиночестве, поскольку человек социален по своей сути. С одной стороны, одиночество может возникнуть из-за специфических особенностей характера и поведения личности, с другой – у человека, переживающего одиночество, складываются определенные паттерны реагирования, специфическое эмоциональное отношение к себе, к людям и ситуациям. Таким образом, преобладанию рефрактерного и дисфорического типов эмоциональных реакций, при которых субъект фиксирует, прежде всего, негативные и амбивалентные стимулы, реагируя на них отрицательно (задерживает их во внутреннем мире в виде тяжелых размышлений, затаенной грусти, неотрагированной злобы и пр.), соответствует большая склонность к переживанию одиночества (большая глубина этих переживаний).

Показатели С-Т (спокойствие-тревожность), Э-У (энергичность-усталость), П-П (приподнятость-подавленность), У-Б (уверенность в себе-беспомощность) положительно связаны с ЭЭР (эйфорическая эмоциональная реакция) и отрицательно с ДЭР (дисфорическая эмоциональная реакция). Причем, в данном соотношении выявлены значимые связи как на 1% уровне (О с РЭР, ДЭР; С-Т, П-П, У-Б с ЭЭР), так и на уровне $p \leq 0.05$ (Э-У с ЭЭР).

Показатели П-П(приподнятость-подавленность), У-Б отрицательно связаны с РЭР (рефрактерная эмо-

циональная реакция) ($p \leq 0.05$). Это свидетельствует о том, что при преобладании эйфорического типа реакции, когда эмоциональная система ориентирована на восприятие позитивных стимулов и на перерабатывание различных стимулов в положительную энергию [1;5], имеют место спокойствие, энергичность, бодрость и уверенность в себе.

При выраженности дисфорического типа реакции, характеризующегося акцентом на негативных стимулах среды и сведении положительных моментов к негативным, имеют место такие состояния как беспокойство и тревожность, усталость, отсутствие энергии и неуверенность в себе, ощущение ограниченности, недостатка жизненных сил и пр. При выраженности рефрактерного типа реакции, заключающегося в предпочтении амбивалентных стимулов и склонности к застреванию на негативных переживаниях, превалирует склонность к подавленному состоянию, переживанию собственной беспомощности.

Показатели Т (тревожность), Ф (фрустрация) и А (агрессивность) отрицательно связаны с показателем ЭЭР (эйфорическая эмоциональная реакция) и положительно с другими типами эмоциональных реакций. При этом показатель Р (ригидность) не выявил никаких связей с ЭЭР (эйфорической эмоциональной реакцией). Высокие значения указанных выше корреляционных связей свидетельствуют о выраженном проявлении психических состояний, что, соответственно, сопровождается негативными эмоциями – страхом, боязнью, агрессией, гневом, сожалением и пр. С другой стороны – склонность человека к акценту сознания на негативных или амбивалентных моментах жизни, закономерно будет вызывать состояния тревожности (особенно при рефрактерном типе реагирования), агрессивности (при дисфорическом типе), фрустрации и ригидности (при рефрактерном и дисфорическом типах).

Таким образом, поскольку эмоциональные реакции как непосредственный ответ на стимулы среды, зависят не только от их характера, но и являются проявлениями устойчивых качеств личности, последние играют важную роль в образовании целостных психических состояний. Тип эмоциональной реакции относится к устойчивым характеристикам личности, и, в свою очередь, обусловлен таким фундаментальным свойством индивидуальности как эмоциональность – склонность к переживанию эмоций определенной модальности [6; 8]. Однако, следует отметить, что тип реагирования может сформироваться в (и на) опреде-

ленный период времени, в течение которого личность претерпевает влияние провоцирующих его условий (по их истечении тип эмоционального реагирования вновь приближается к типу, свойственному личности, по природе темпераментальных характеристик). В случае нашего исследования сама среда, в которой находятся испытуемые, в результате длительного воздействия может существенно повлиять на тип эмоциональных реакций моряков и, соответственно, на картину психических состояний, возникающих у них во время длительного плавания.

Для более углубленного изучения связи психических состояний моряков с эмоциональными характеристиками их личности были собраны данные с помощью самооценочного теста “Характеристики эмоциональности”, предложенного Е.П. Ильиным. Данная методика направлена на выявление динамических особенностей эмоциональности человека, таких как: эмоциональная возбудимость, интенсивность и длительность эмоций, а также их влияния на эффективность деятельности [5].

Таблица 2.

Результаты корреляционного анализа между показателями психических состояний и динамическими характеристиками эмоциональности

	О	С-Т	Э-У	П-П	У-Б	Т	Ф	А	Р
ЭВ		-283**		216*	235**	302**	215*	287**	-219*
ИЭ	187*	-245**	185*			205*	208*	234**	-173*
ДЭ	273*	-207*	179*	196*		184*	308**		313**
ВЭД		-236**				274**			-187*

Примечание: ЭВ-эмоциональная возбудимость; ИЭ-интенсивность эмоций; ДЭ-длительность эмоций; ВЭД-влияние эмоций на эффективность деятельности.

По данным таблицы 2 видно, что наибольшее количество значимых связей с изучаемыми характеристиками эмоциональности обнаруживают показатели спокойствия и тревожности, фрустрации и ригидности. Более подробное рассмотрение дает возможность выявить положительные значимые связи, которые установлены между следующими показателями:

1) показателем О (одиночество) и ИЭ (интенсивность эмоций) ($p \leq 0.05$), ДЭ (длительность эмоций) ($p \leq 0.01$), что свидетельствует об одновременном повышении показателей данных явлений. В состоянии одиночества человеку свойственно «застревать», чаще всего, на негативных эмоциях. Их сила может достигать такого уровня, что справиться с ними не всегда возможно; 2) Э-У (энергичность-усталость) и ИЭ (интенсивность эмоций), ДЭ (длительность эмоций) ($p \leq 0.05$). Устойчивые эмоциональные переживания требуют большого расхода психической энергии, отсюда понятна прямая зависимость между склонностью к таким эмоциональным переживаниям и состоянием энергичности; 3) П-П (приподнятость-подавленность) и ЭВ (эмоциональная возбудимость), ДЭ (длительность эмоций) ($p \leq 0.05$). Эмоциональная возбудимость указывает на склонность легко обижаться, быть вспыльчивым, ранимым, отзывчивым, волнительным и пр.; длительность эмоций – на склонность переживать различные, в особенности негативные, эмоции. При таких характеристиках воз-

никает больше условий для проявления подавленного состояния; 4) У-Б (чувство уверенности- беспомощность) и ЭВ (эмоциональная возбудимость) ($p \leq 0.01$). Уверенность предполагает некоторую уравновешенность, идет ли речь о свойстве или о состоянии. Эмоциональная возбудимость указывает на то, что диапазон эмоциогенных ситуаций очень широк. Отсутствие баланса в возбуждении и торможении, то есть отсутствие уравновешенности может мешать развитию и укреплению состояния уверенности личности в себе, особенно в критических (трудных) ситуациях; 5) показатель Т (тревожность) положительно связан со всеми изучаемыми характеристиками эмоциональности (с ЭВ, ВЭД – на уровне $p \leq 0.01$, с ИЭ, ДЭ – $p \leq 0.05$); 6) показатель Ф (фрустрация) положительно связан с ЭВ, ИЭ ($p \leq 0.05$) и ДЭ ($p \leq 0.01$); 7) показатель А (агрессивность) обнаружил положительную связь с ЭВ (эмоциональной возбудимостью) и ИЭ (интенсивностью эмоций) ($p \leq 0.01$). Данные связи объясняются психологической сущностью агрессивности, которая невозможна без повышенного эмоционального возбуждения и силы эмоций.

Отрицательные корреляционные связи обнаружены между следующими показателями: 1) С-Т (спокойствие-тревожность) и ЭВ, ИЭ ($p \leq 0.01$), ДЭ ($p \leq 0.05$), ВЭД (влияние на эффективность деятельности) ($p \leq 0.01$); а также 2) Р (ригидность) с ЭВ, ИЭ и ВЭД ($p \leq 0.05$); причем данный показатель обнаружил и положительную корреляцию с ДЭ (длительность эмоций) ($p \leq 0.01$).

Таким образом, полученные корреляционные связи показателей психических состояний и типов эмоциональных реакций, а также динамических характеристик эмоциональности адекватно отражают психологическое соотношение изучаемых явлений. Эмоциональная возбудимость проявляется в быстром возникновении разнообразных эмоций. При этом порог для возникновения обиды, желания плакать, гнева, отклика на переживания других и пр. достаточно низок. Вместе с силой легко возникающих эмоций, а также их устойчивостью во времени, т.е. длительностью эмоционального переживания, эмоциональная возбудимость способна значительно влиять на самочувствие человека. В свою очередь, плохое самочувствие как переживание физиологического и психологического дискомфорта значительно затрудняет эмоциональную саморегуляцию и контроль поведения. Выраженность перечисленных эмоциональных характеристик влияют на состояния континуума спокойствие-тревожность. Эмоциональная возбудимость, интенсивность возникающих эмоций, длительность переживаемых эмоций, склонность “застревать”, “буксовать” на негативных переживаниях снижают способность оставаться спокойным в трудных жизненных ситуациях. Между тем, именно к таким ситуациям относится пребывание экипажа моряков на судне во время рейса. С одной стороны, организм моряка постоянно совершает адаптационные перестройки в связи со значительными перемещениями (что существенно влияет на психофизиологическое самочувствие человека). С другой – личность моряка пребывает в условиях, нарушающих привычную социальную среду: отсутствие своего круга близких,

друзей, резкие смены “количества” и принудительный характер общения, отсутствие необходимого общения на родном языке, столкновение с представителями разных культур, их мировоззрением, образом поведения и стилем взаимодействия. Все это, наряду, с тяжелыми психическими и физическими нагрузками, делает жизненную ситуацию для моряков, в известной степени, трудной. Неуправляемые в таких ситуациях эмоциональные проявления, их сложность и

неоднозначность, приводят к тому, что эмоции начинают негативно отражаться на эффективности деятельности, т.е. приводят к нарушению регуляционного аспекта психики (В.К. Вилюнас, О.А. Конопкин, А.Я. Чебыкин и др.). Итак, исследование взаимосвязи психических состояний испытуемых (моряков) и типов эмоционального реагирования показало, что между изучаемыми показателями существует ряд значимых связей.

ЛИТЕРАТУРА (REFERENCES TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

1. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / Виктор Васильевич Бойко.– М.: Информационно-издательский дом "Филин", 1996. – 472 с.
Boyko V.V. Energiya emotsiy v obshchenii: vzglyad na sebya i na drugikh [Energy of emotions in communication: a look at yourself and others] / Viktor Vasil'yevich Boyko.– M.: Informatsionno-izdatel'skiy dom "Filin", 1996. – 472 s.
2. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений / Витас Казиса Вилюнас.-М.: Издательство МГУ, 1976. – 142 с.
Vilyunas V.K. Psikhologiya emotsional'nykh yavleniy [Psychology of emotional phenomena] / Vitis Kazisa Vilyunas.-M.: Izdatel'stvo MGU, 1976. – 142s
3. Глазунова Л.И. Коррекция психоэмоциональных состояний человека средствами музыки / Любовь Ивановна Глазунова: Учебно-методическое пособие. – Белгород: БелГУ, 2004. – 116 с.
Glazunova L.I. Korrektsiya psikhoemotsional'nykh sostoyaniy cheloveka sredstvami muzyki [Correction of human psychoemotional conditions by means of music] / Lyubov' Ivanovna Glazunova: Uchebno-metodicheskoye posobiye. – Belgorod: BelGU, 2004. – 116 s.
4. Заворотных Е.Н. Социально-психологические детерминации одиночества как субъективного переживания // Известия Российского государственного педагогического университета имени А.И. Герцена. №12(91): Психолого-педагогические науки (психология, педагогика, теория и методика обучения): Научный журнал. – СПб., 2009. – С. 26-30.
Zavorotnykh Ye.N. Sotsial'no-psikhologicheskiye determinatsii odinochestva kak sub'yektivnogo perezhivaniya [Socio-psychological determination as subjective experience of loneliness] // Izvestiya Rossiyskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta imeni A.I. Gertsena. №12(91): Psikhologo-pedagogicheskiye nauki (psikhologiya, pedagogika, teoriya i metodika obucheniya): Nauchnyy zhurnal. – SPb., 2009. – S. 26 – 30.
5. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб: Питер, 2001. – 752 с.
Il'in Ye.P. Emotsii i chuvstva [Emotions and feelings] / Ye.P. Il'in. – SPb: Piter, 2001. – 752 s
6. Небылицын В.Д. Избранные психологические труды / Владимир Дмитриевич Небылицын. – М.: Педагогика, 1990. – 490 с.
Nebylitsyn V.D. Izbrannyye psikhologicheskiye trudy [Selected Psychological Works] / Vladimir Dmitriyevich Nebylitsyn. – M.: Pedagogika, 1990. – 490 s.
7. Психические состояния. Хрестоматия. [сост. Л.В. Куликов] – СПб.: "Питер", 2000. – 506 с.
Psikhicheskiye sostoyaniya. Khrestomatiya. [sost. L.V. Kulikov] – SPb.: "Piter", 2000. – 506 s.
8. Санникова О.П. Эмоциональность в структуре личности / Ольга Павловна Санникова. – Одесса: Хорс, 1995. – 334 с.
Sannikova O.P. Emotsional'nost' v strukture lichnosti [Emotionality in the personality structure] / Ol'ga Pavlovna Sannikova. – Odessa: Khors, 1995. – 334 s.

Antropov A. Emotional reactions as one of factors of personality mental conditions

Abstract. The article presents the results of theoretical and empirical survey of seafarer's personality's mental conditions and their emotional reactions. Found that emotional reactions of surveyed seafarers are one of the factors their mental conditions.

Keywords: mental conditions, personality, emotional reactions

Антропов А.П. Эмоциональные реакции как один из факторов психических состояний личности

Аннотация. В статье представлены результаты теоретико-эмпирического исследования психических состояний личности моряков и их эмоциональных реакций. Установлено, что эмоциональные реакции испытуемых являются одним из факторов их психических состояний.

Ключевые слова: психические состояния, личность, эмоциональные реакции