

Терещук Ангеліна Дмитрівна канд. психол. наук, ст. наук. співр.,  
старший науковий співробітник Інституту психології  
імені Г.С. Костюка НАПН

## **Психологічні проблеми виникнення афективної поведінки особистості**

### **Анотація**

У статті розкривається сутність поняття «афект», а також визначаються основні напрямки наукових досліджень цього феномена. Аналізується проблема емоційних розладів та психологічних конфліктів, висвітлюються основні причини та наслідки виникнення афективних проявів особистості.

**Ключові слова:** емоції, афект, афективні прояви, афективна поведінка.

### **Анотация**

У статье раскрывается сущность понятия «аффект», а также обозначаются основные направления научных исследований этого феномена. Анализируется проблема эмоциональных отклонений и психологических конфликтов, освещает основные причины и последствия возникновения аффективных проявлений личности.

**Ключевые слова:** эмоции, аффект, аффективные проявления, аффективное поведение.

### **Summary**

In article the essence of concept «affect» is revealed, and also the basic directions of scientific researches of this phenomenon are defined. The author examines the problem of emotional disorders and psychological conflicts, highlights the main causes and consequences of affective manifestations of personality.

**Key words:** emotions, affect affect's manifestations, affect's behavior.

### **Постановка проблеми**

Особливу тривогу у нашому суспільстві останнім часом викликають статистичні дані про психічне здоров'я людей. Так, за деякими оцінками медиків, близько 40 % населення потребує психотерапевтичної допомоги. Велика кількість неврозів спостерігається в період вікових криз. В основі багатьох захворювань лежать негативні емоційні стани. Відхилення в емоційному розвитку певним чином впливають на виникнення труднощів у поведінці особистості. У загальних рисах така поведінка характеризується неорганізованістю, агресивністю, примхливістю. Зазначимо, що така характеристика поведінки не завжди означає наявність психологічних відхилень. Ці реакції можуть мати тимчасовий характер. Скажімо, вони можуть бути пов'язані з неправильним вихованням, свідчити про незадовільний фізичний та психічний стан. Разом з тим, наявність у

поведінці таких реакцій свідчить про певні труднощі у психічному розвитку. Ці труднощі хоч і є певними відхиленнями від норми, але ще не симптоми психічного захворювання.

Численні психолого-педагогічні дані свідчать, що коли інтелектуальні та емоційні якості з тих або інших причин не розвиваються відповідно до психологічних особливостей у ранньому і дошкільному віці, то згодом такі недоліки подолати важко. Раннє неблагополуччя афективних відносин з близькими дорослими й однолітками або дефектність емоційного спілкування з оточенням створюють небезпеку порушення подальшого формування особистості. Розвиток емоційної сфери певним чином впливає на формування особистості, що, безумовно, проявляється у відхиленнях у поведінці.

Таким чином, негативні емоційні стани (гнів, страх, смуток тощо) і відповідні їм форми поведінки (агресивність, плаксивість), а також порушення загальних властивостей емоційної регуляції (ситуативність, вибірковість тощо) є основними ознаками емоційного порушення, що безпосередньо впливають на розвиток особистості.

### **Аналіз останніх досліджень і публікацій**

У працях філософів і психологів можна виділити різні підходи до розуміння феномена афекту. Так, Б. Спіноза афектом називає емоційні явища, особливі стани, які збільшують або зменшують здатність людини до дії. На його думку, існують три основні афекти: задоволення, невдоволення й бажання. В. Вундт під афектами розуміються своєрідні форми переживання почуттів; у свою чергу, почуття складають зміст афекту. „Якщо за основу для розрізнення форм переживання афектів прийняти прихід і відхід почуттів, то отримаємо дві протилежні основні форми афектів: афекти „збудження” і „пригнічення”. За В. Вундтом, афект – це форма розвитку почуттів.

Афективність і емоційність, афект і емоція – вживання цих понять як синонімів характерне для праць сучасних клініцистів [2 та ін.]. Під афективною сферою розуміють цілісний клас явищ, який охоплює

примітивний потяг і складні форми емоційного життя як необхідну умову адаптації, реалізації життєвої програми індивіда. Поняття „афект” у цьому випадку не протиставляється примітивним формам психічного життя вищим, раціональним, емоційним, особистісним, не розглядається як патологічний стан.

У вужчому розумінні афект розглядається як бурхлива, неконтрольована, відносно короткочасна емоційна реакція. Афект як процес вибухового характеру може забезпечити непідвладну свідомому вольовому контролю розрядку в дії. Маючи властивості домінанти, афект придушує інші психічні процеси й нав'язує певний спосіб розв'язання ситуації. Прикметною особливістю афекту є те, що він виникає у відповідь на ситуацію, що вже складається. Афект також може акумулюватися в бурхливому „афективному спалаху”. Він може продовжитися в „афективних слідах”, котрі задають дві тенденції: тенденцію нав'язливості й тенденцію до гальмування, що яскраво проявляються в післядії [3]. Саме післядія, яку розуміють як характер дій людини, котра намагається впоратися з наслідками афекту, відповідає терміну „афективний стан”.

В. Вілюнас розглядає афект як універсальну „аварійну” реакцію на екстремальну нерозв'язану ситуацію, а з боку мотиваційної регуляції означає повернення до інстинктивної поведінки. Маючи властивості домінанти, афект гальмує інші психічні процеси й „нав'язує” спосіб „аварійного” розв'язання ситуації (втеча, агресія, депресія тощо). Діяльність у стані афекту стає однобічною через єдине прагнення здійснити намір, недостатньо усвідомлений та контрольований [1].

Організуючу й конструктивну роль афекту відзначає у своїй концепції Е. Шехтел: „Я вірю, що немає дії без афекту, звичайно, не завжди такого драматичного, як у прояві імпульсивної люті, а більш загального, іноді ледь помітного, але який має підстави для кожної дії”. Е. Шехтел розрізняє внутрішній і активуючий афекти, суб'єктно- і об'єктно-орієнтоване сприйняття. На його думку, внутрішні афекти можуть виникнути в голодній

дитини, яка не може дістати їжу, а активуючі афекти проявляться у творчій діяльності дорослих. Нижчі відчуття – смак, біль, дотик, пропріоцепція - дають змогу реагувати на об'єкт із задоволенням або без нього, а зір і слух – активно досліджувати об'єкт і оволодівати ним, при цьому концентруючи увагу, активно залучаючись до діяльності [4, с. 20].

### **Виклад основного матеріалу дослідження**

В сучасній світовій психології існує ціла низка теорій, що розкривають причини, які призводять до емоційних розладів. Перша група теорій пов'язана, насамперед із виникненням у суб'єкта негативних емоцій. Так, кожен інстинкт пов'язаний зі специфічним ефективним досвідом (інстинкт утечі – зі страхом, самоутвердження – з духовним злетом тощо). Емоції є регуляторами поведінки. Разом з тим, слід зауважити, що негативні емоції, наприклад, новонародженої дитини, виконують важливу біологічну функцію: крик дитини – сигнал тривоги, повідомлення, що дана ситуація для неї є несприятливою. Негативні емоції свідчать, що існує певний бар'єр між внутрішнім світом особистості і зовнішнім світом, а тому й відбувається усвідомлення себе, своїх бажань. Слід відзначити, що, за цим підходом, вся специфіка особистості людини, а саме емоційна стійкість, виводиться лише із фізіологічних особливостей людини. Стресогенні чинники до певної міри присутні в процесах культури, в житті суспільства. Людина перебуває між двома полюсами. З одного боку, вона живе з іншими людьми і повинна підпорядковувати свою поведінку певним соціальним нормам і правилам. З іншого боку, їй необхідно проявити свою індивідуальність. Ця суперечність часто є причиною виникнення емоційного конфлікту.

Психологічний конфлікт також виступає як несприятлива для людини ситуація, в якій на індивіда одночасно діють протилежно спрямовані сили однакової величини. Відповідно, виділяють три типи конфліктної ситуації: 1) людина перебуває між двома позитивними валентностями; 2) між двома негативними валентностями; 3) між позитивним і негативним.

Неможливість розв'язання конфлікту сприяє нагромадженню несприятливих дій із подальшим проявом стану декомпенсації і, як правило, супроводжується розладом емоційної рівноваги. Тобто всі причини емоційних розладів зводяться до середовища, що оточує людину, до емоційно несприятливих ситуацій.

У випадках довготривалої, безперервної конфліктної ситуації або частого їх повторення негативні емоційні збудження можуть перейти у форму застійного стаціонарного збудження і зберігатися навіть після завершення конфліктної ситуації.

Отже, людина постійно піддається різним стресогенним діям. Одна й та ж ситуація у випадку непередбаченості чи несподіваності викликає в однієї людини афект, а в іншій порушується психологічна діяльність. Постає питання: які чинники призводять до виникнення у людей афектів? Насамперед сюди відноситься комплекс вроджених властивостей нервової системи – тип ВНД. Так, І. Павлов визначив пряму залежність в екстремальних умовах виникнення хворобливого стану у вищій нервовій системі від її типу. "Що ж стосується слабого типу, – писав він, – то тут дуже легко різними способами зробити тварин ненормальними". Звідси випливає висновок, що тип вищої нервової діяльності й короткочасний функціональний психофізіологічний стан сприяють розвитку афективних реакцій в умовах стресогенних ситуацій.

В однакових стресогенних умовах люди можуть діяти по-різному. Це пояснюється різною емоційною чутливістю до емоціогенних подразників та наявністю емоційної стійкості. Ступінь емоційної стійкості – це різний ступінь порушення психічних механізмів регуляції під впливом емоційного збудження. Емоційна стійкість, згідно з фізіологічним напрямом, – це різні рівні стійкості, які об'єднуються особливостями нервової системи загалом. Емоційна стійкість залежить від урівноваженості нервових процесів.

Отже, зміна поведінки людини, її мови і спрямування її мислення залежить від впливу на неї емоційної тривожності. Тривожність може

виявлятися як риса особистості. Щоб вона сформувалась, особистість має нагромадити “достатній” багаж невдач та неадекватних способів подолання стану тривоги. Саме тому для профілактики невротичних порушень, формування тривожного типу розвитку особистості необхідно допомагати дітям знаходити адекватні, ефективні способи, за допомогою яких вони могли б подолати хвилювання, невпевненість та інші прояви тривожності й емоційної нестійкості.

За високого рівня емоційної напруги поведінка значною мірою характеризується скутістю постави та рухів, пасивністю, уповільненим перебігом психічних процесів, загальним м'язовим напруженням або підвищеною метушливістю, нестриманістю в спілкуванні. Спостерігається загальна тенденція до зниження стійкості психічних процесів, що може проявлятися в “блокаді” розумової діяльності. Якщо доросла людина може різними прийомами релаксації знизити рівень напруги, то дитина, не володіючи ними, потрапляє під владу емоційної напруги, яка впливає на всі психічні процеси. Стійке емоційне неблагополуччя, що виникає внаслідок цього, сприяє формуванню нестійкої самооцінки і проявляється у виникненні спочатку ситуативного, а потім й індивідуального переживання.

Виходячи із положення про конструктивну роль афекту, яка склалася в традиційній психологічній думці, з того, що афективна сфера бере участь у регуляції поведінки та її адаптації. Такий підхід припускає, що афективна організація поведінки проходить на різних рівнях, кожний з яких має свій адаптаційний зміст, свій тип вражень, до якого має бути сенсифікований даний рівень, свої форми орієнтування в навколишньому, організація пристосувальної поведінки. Існують своєрідні афективні механізми переживань, що трансформують адаптивне завдання в адаптивну поведінку. Визначеному, відповідному кожному рівню структура афективного переживання організує відповідну картину світу і відповідні форми життя в ньому. Афект супроводжується глибокими порушеннями функцій в організмі людини, порушує його енергетику, викликає відхилення в нервово-психічних

процесах. У стані афекту можуть змінюватися особистісні настанови, людина неадекватно оцінює ситуацію, гостро сприймає події, які пов'язані із ситуацією, що викликала афект.

### **Висновки**

Отже, в дослідженні прослідковується важливість правильної і своєчасної кваліфікації афективності, вивчення чинників, що провокують афективність особистості. Розпочато спроби виокремити й описати причини афективності як стійкої форми емоційного неблагополуччя, що призводить до порушень у системі емоційної регуляції. Причинами можуть бути природні, генетично обумовлені особливості особистості – висока чутливість, схильність до переживання окремих емоцій (страху, гніву тощо), а також соціальні причини – умови виховання в сім'ї, взаємини з близькими дорослими тощо. Таким чином, труднощі в емоційній сфері пов'язані з двома чинниками. По-перше, це особливості нервової системи, фізіологічні процеси в головному мозку, гуморальні зміни в організмі. По-друге, це специфіка ситуації, яка викликає психологічні конфлікти та особливості становлення і розвитку особистості в суспільстві. Необхідно виокремити і ще одну низку причин, пов'язаних з віковими особливостями особистості. Вікове психологічне новоутворення, що відповідає за специфічність того чи іншого періоду, визначає емоційні розлади і психологічні конфлікти, що можуть виникати. Відповідні зміни в соціальному оточенні, спеціальні методи впливу можуть зняти небажані емоційні реакції і запобігти виникненню деструктивних афектів у поведінці людини .

### **Література**

1. Вильюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 284 с.
2. Лебединский В.В., Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг Е.Р. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция. – М.: МГУ, 2008.
3. Леонтьев А.М. Потребности, мотивы и эмоции. – М., 1971.
4. Schactel E.G. Metamorphosis. – N-Y, Basic Books, 1989.