

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ АФЕКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ В КРИЗОВІ ПЕРІОДИ ЇЇ РОЗВИТКУ

Терещук А.Д.

Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України
кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник

***Анотація.** У статті представлено короткий огляд психологічних особливостей кризових періодів розвитку особистості та причини й наслідки виникнення афективних проявів поведінки. Представлено структуру афективної сфери та рівневий підхід в дослідженні афективної регуляції поведінки.*

***Ключові слова:** криза, емоційні розлади, афективна поведінка, афективні прояви, рівні афективної поведінки.*

***Актуальність дослідження.** Джерелом, рушійною силою розвитку є переломні, кризові ситуації, що вимагають нового ставлення до себе і свого життя, перебудови системи самоврядування. Вирішальною умовою виникнення життєвих криз виявляється загроза здійснення основних життєвих цілей, задумів, що тягне за собою вимушену корекцію, усвідомлення життєвого сценарію, програмування життєдіяльності. Осмислене ставлення до власного життя стимулює пошук конструктивних виходів із кризової ситуації, мобілізує внутрішні ресурси, перед якими нерідко відступають навіть хвороби.*

Коли криза містить реальну загрозу існуванню, відбувається розпад звичного способу життя, вихід в іншу реальність, наростає відчуття спустошеності, нікчемності буття. Поведінка в кризі характеризується негнучкістю, прямолінійністю, примітивним рівнем емоційної регуляції життєдіяльності. Особистість стає залежною від оточення, межі її психологічного простору розпливаються.

***Аналіз досліджень та публікацій у цьому напрямку.** Розуміння виникнення кризи ми пов'язуємо не лише з життєстійкістю стану об'єктів, а з більш складними закономірностями становлення, саморозвитку, самоорганізації. Увага при цьому приділяється конструктивній випадковості, коли малі причини можуть призвести до великих наслідки. Людина як невірноважена система може бути приведена у кризовий стан, на думку І. Пригожина, тим швидше, чим більше вона чутлива до зовнішніх впливів. Слабкі сигнали на вході системи можуть породжувати значні відгуки і приводити до несподіваних вчинків та ефектів [5].*

Система в цілому може перебудуватися так, що поведінка особистості може бути непередбачувана [2]. Провокують кризу зовнішні обставини так чи інакше взаємодіючи з внутрішніми. Найважливішою ознакою кризи є виборче підвищення чутливості до важливих впливів. Оскільки під час кризи змінюється спосіб детермінації процесу розвитку, то можна втрутитися в

роботу внутрішньоособистісних механізмів і сприяти пошуку оновлених життєвих цінностей. Якщо особистість орієнтується у своєму психічному світі, їй значно легше розв'язувати складні життєві проблеми, вступати в спілкування з іншими людьми, добиватися їхньої допомоги й уваги. Розібратися у собі – це передовсім розібратись у своїх переживаннях, визначити, що хвилює, а що - залишає байдужим. Кожна людина має коло своїх уподобань, симпатій та антипатій: одна емоційно дуже чутлива, вміє співпереживати; інша не звертає увагу на почуття та емоційний стан іншої людини, не вважає це істотним; одна вміє контролювати інтенсивність проявів своїх емоцій і почуттів, інша ж неспроможна до цього; одна вміє відчувати величезну гаму переживань, іншій це недоступно.

Особистість живе у своєму афективному просторі, в якому будуються всі її взаємозв'язки з навколишнім світом, що відбивається на всіх проявах психічного, зумовлюючи їх неповторність. У переживаннях індивідуалізується психічний світ особистості. Афективний простір - то її потяги, емоції й почуття, її прагнення й бажання, її переживання, пов'язані з пізнанням і самопізнанням, то її воля, що виникає завдяки потягам та емоціям і визначає дії, вчинки та й усе життя особистості [3].

Дослідження емоцій з позицій рівневого підходу дає змогу досить чітко виявити недостатність певного рівня афективної організації поведінки, а також виділити формуючий на цій патологічній основі характерний тип порушення афективного розвитку. Рівневий підхід припускає, що функціонування кожного рівня може бути представлено лише з позицій системи, тобто порушення функціонування одного з рівнів не може не позначитися на функціонуванні інших і всієї системи загалом. Рівень із порушеною функцією може порушити координаційні процеси, а в найважчих випадках перебудувати їх таким чином, що функціонування інших рівнів буде спрямовано лише на прояв „дефектного” рівня [4].

Виклад основного матеріалу. Для діагностики та ефективної корекційної роботи надзвичайно важливим є розуміння самої структури рівневої регуляції, характеру її сформованості та специфіки компенсації кожного з рівнів. Кожен з взаємопов'язаних рівнів розв'язує свої адаптивні завдання, які ускладнюються в процесі взаємодії дитини зі світом. Крім цього вся система виконує і надзвичайно важливу функцію тонізації всієї психічної сфери дитини. При цьому кожен рівень має специфічні механізми цієї тонізації. Недостатня тонізація психічної активності призводить до появи у дитини специфічних труднощів у розв'язанні завдань адаптації. При цьому починають додатково «залучатися» механізми даного рівня. Іноді такої компенсації буває достатньо, і вся система набуває певної «стійкості» для ефективного вирішення завдань адаптації.

При відхиленнях у розвитку дитини дисфункція будь-якого рівня афективної регуляції позначається на функціонуванні всіх інших рівнів. Це сприяє формуванню загальної дезадаптації дитини. Таким чином, запропонована модель дає змогу описати розвиток дитини загалом. Як ми вже

раніше зазначали, базова афективна регуляція може бути представлена у вигляді структури, що складається з чотирьох рівнів.

1. Рівень афективної пластичності.
2. Рівень афективних стереотипів.
3. Рівень афективної експансії.
4. Рівень афективного (емоційного) контролю.

На кожному з рівнів вирішуються якісно різні завдання адаптації. Ці рівні не можуть замінити один одного. Послаблення або посилення функціонування будь-якого з них може призвести до загальної дезадаптації системи загалом. Коротко зупинимося на тому, що відбувається на кожному рівні афективної регуляції.

Зміст рівня афективної пластичності – організація афективного настрою організму до активного контакту з навколишнім світом. Ця форма є найменш енергоємна, але адекватна для розв'язання певного кола завдань. Цей рівень багато в чому визначає людську поведінку в середовищі, забезпечуючи індивіду безпеку та емоційний комфорт. Водночас перший рівень бере участь у процесі творчого вирішення тих чи інших завдань. Афективно значимими на цьому рівні є оцінка динаміки інтенсивності зовнішніх впливів: руху, зміни просторових співвідношень в навколишньому. Саме на цьому рівні починають формуватися власні психотехнічні засоби стабілізації афективної життя, які в даний час входять до складу різних психотерапевтичних і психокорекційних технік.

Рівень афективних стереотипів встановлює контроль за функціями організму, впорядковує психосоматичні відчуття і пов'язує їх з зовнішніми сигналами. Важливою характеристикою цього рівня є неприйняття вражень, які пов'язані зі змінами умов життя. Можна сказати, що саме тут закладаються основи формування індивідуальності людини.

Забезпечення активної адаптації до умов зовнішнього середовища, досягнення афективно значущих цілей через подолання несподіваних перешкод відбувається на третьому рівні афективної регуляції – *рівень афективної експансії*. Пристосувальним, смисловим завданням цього рівня є оволодіння невідомою ситуацією; пошук шляхів подолання труднощів; отримання позитивних тонізуючих переживань. Тут відбувається накопичення досвіду успіхів і невдач, закладається основа для розвитку рівня домагань. Адаптаційним завданням даного рівня є оволодіння мінливим та динамічним середовищем.

Рівень емоційного контролю дає можливість виділити афективні прояви іншої людини як сигнали, найбільш значущі для адаптації до навколишнього. Цей рівень реально спирається на афективний досвід інших людей, стабільно забезпечує адекватну реакцію на їх оцінку, і це є основою для виникнення емоційного контролю людини над своєю поведінкою. Саме тут формується самовідчуття і створюються передумови розвитку самооцінки. Цей рівень створює образ надійного, стабільного оточення, в якому існують емоційні правила поведінки для всіх. Для оцінювання сформованості рівнів афективної регуляції К.С. Лебединської та О.С. Нікольської була запропонована діагностична карта, на основі якої Т.М. Павлій розробила «Карту спостережень за поведінкою дитини». Ми модифікували карту Т.М. Павлій в запропоновану

нижче схему спостереження і аналізу поведінки дитини. Наша схема орієнтована на аналіз поведінки і емоційних реакцій дитини в різних життєвих ситуаціях. Кожен з чотирьох рівнів аналізується з точки зору гіпо- або гіперфункціонування, що дає можливість уявити «профіль» будови афективної регуляції. Під гіпер- або гіпофункцією ми розуміємо дисфункцію будь-якого рівня афективної регуляції. При аналізі функціонування окремих рівнів афективної регуляції в першу чергу необхідно виявляти й аналізувати характер порушення взаємодії існуючих рівнів, особливості гіперкомпенсаторних механізмів, визначати цілісний синдром афективної дезадаптації.

Аналізуючи симптоми, виявлені у дитини в процесі спостереження в природних умовах, можна дійти висновку про характер дисфункцій базальної системи афективної регуляції в цілому. Зіставляючи ці уявлення з результатами психологічної діагностики можна описати психологічну структуру емоційних особливостей дитини і, найголовніше, розробити для неї індивідуальний варіант корекційної програми, заснований на розумінні значення пропорційного розвитку та системної гармонійної будови рівнів афективної регуляції в онтогенезі.

При аналізі функціонування окремих рівнів афективної регуляції ми виокремлюємо та аналізуємо наступні особливості:

- характер порушення взаємодії існуючих рівнів;
- особливості гіперкомпенсаторних механізмів;
- синдром афективної дезадаптації у дитини в цілому.

Розглянемо основні орієнтири спостереження за дитиною с дисфункцією першого рівня афективної регуляції – рівня афективної пластичності.

1. Рівень афективної пластичності.

1А. При гіпофункції рівня:

а) дитина чутлива до інтенсивності змін в процесі контакту і взаємодії з іншими людьми:

- чутлива до різкої зміни голосу;
- не сприймає несподіваного (наприклад, з незнайомою людиною) зорового контакту, для неї важкий тривалий зоровий контакт;
- чутлива до якості дотиків;
- відчуває занепокоєння, напруження на зміну дистанції під час спілкування;
- відмовляється працювати при швидкій зміні діяльності;

б) дитина чутлива до змін у розташуванні навколишніх об'єктів у процесі освоєння життєвого простору:

- не любить перебувати в надто великих приміщеннях;

- боїться маленьких та закритих приміщень;
- любить чистоту, довго розкладає речі, намагаючись ніби все класифікувати;

в) надмірно чутлива до інтенсивності сенсорних вражень:

- не любить чи боїться занадто гучних звуків, яскравого світла та навіть незначних перепадів температури;

г) в поведінці дитини часто проявляються такі особливості:

- боїться нових вражень;
- боязка, нерішуча при зміні обставин, невпевнена у власних силах;
- має поганий настрій, бувають різкі перепади настрою;
- любить самотність.

1Б. При гіперфункції рівня:

а) дитина не відчуває дискомфорту при інтенсивних змінах під час взаємодії та спілкування з іншими:

- не втомлюється від випадкових контактів з іншими, може довго знаходитися серед незнайомих людей, в натовпі;
- не боїться дотиків чужих людей;
- нечутлива до зміни дистанції під час спілкування та до негативного емоційного оцінювання;

б) нечутлива до якості сенсорних вражень:

- стійка до холоду, голоду, болю;
- нерозбірлива в їжі;
- не має виражених сенсорних звичок;
- прагне до частішої зміни вражень;

в) дитина не реагує негативно на інтенсивну зміну об'єктів у навколишньому під час освоєння простору:

- не боїться висоти;
- не відчуває страху в просторому або закритому приміщенні;

г) в поведінці найчастіше проявляються такі особливості:

- любить зміни в зовнішніх обставинах;
- не боїться з'являтися у новому місці, любить самотність, у тому числі в незнайомих місцях;
- неадекватно оцінює свої можливості, не критична;
- важко засвоює правила поведінки, відмовляється їх виконати;
- має підвищений настрій.

Дисфункція другого рівня афективної регуляції – рівня афективних стереотипів – проявляється не менш різнобічно. Саме на цьому рівні закладаються основи формування індивідуальності людини. Афективні стереотипи являються фоновим забезпеченням найбільш складних форм поведінки людини. Ці стереотипи закладають афективний зміст поведінки. 2. Рівень афективних стереотипів

2А. При гіпофункції рівня:

а) дитина надмірно чутлива до якості сенсорних вражень і власного соматичного стану:

- має стійкі звички в їжі, вимоглива до якості їжі, не приймає нових або невідомих страв;
- не любить змінювати одяг;
- не може заснути в незвичній обстановці;
- часто скаржиться на погане самопочуття, не переносить біль;

- швидко втомлюється, скаржитися на втому;
- часто відчуває невмотивований страх за власне здоров'я;
- відчуває страх темряви, самотності, висоти, незнайомих людей і обставин;

б) дитина відчуває дискомфорт в нестабільних, мінливих обставинах:

- важко звикає до режиму в дитсадку, школі, чутлива до змін в режимі;
- важко звикає до нового вчителя, нового колективу;
- не любить змін та нових вражень;
- проявляє агресію при переключенні на новий вид діяльності;

в) дитина відчуває труднощі і дискомфорт у взаємодії і спілкуванні з іншими людьми:

- не схильна до співпраці, особливо, якщо вона відбувається у незвичних для неї обставинах;
- має низьку комунікативність;
- занадто прив'язана до людей;
- має схильність до захисних, компенсаторних реакцій;

г) виявляє низку особливостей в поведінці:

- має поганий настрій;
- дратівлива;
- чутлива до ритмічних вражень, любить музику.

2Б. При гіперфункції рівня:

а) має особливий потяг до різноманітних сенсорних вражень і відчуває труднощі в оцінюванні власних фізіологічних потреб:

- відсутні стійкі звички в їжі, любить різноманітну, смачну їжу;
- прагне до інтенсивних, яскравих вражень;
- має потяг до неприємних вражень;
- не боїться болю, витривала.

б) має проблеми в процесі взаємодії та спілкуванні з іншими:

- агресивна стосовно близьких;
- байдужа до потреб інших, якщо вони суперечать задоволенню власних;

в) проявляє низку особливостей в поведінці:

- нетерпляча;
- схильна до стереотипних афектних реакцій під впливом інших.

Третій рівень афективної організації поведінки – рівень афективної експансії – являється наступним шаблоном емоційного контакту людини із оточуючими.

3. Рівень афективної експансії

3А. При гіпофункції рівня:

а) дитина відчуває значні труднощі у розв'язанні проблемних ситуацій:

- не цікавиться новими завданнями;
- швидко втрачає інтерес, відмовляється від діяльності, якщо вона викликає труднощі;
- потрібна постійна організація діяльності, стимуляція і схвалення для продовження діяльності у важких для дитини обставинах;
- відчуває страх перед незнайомими, новими, невідомими обставинами;

- не здатна прийняти рішення, зробити вибір, подолати опір;
 - схильна до фантазій;
- б) відчуває труднощі в спілкуванні і взаємодії з іншими людьми:
- має невисоку комунікативність;
 - некритична;
 - відчуває надмірну потребу в увазі, підтримці, стимуляції з боку інших людей;
 - обережна в сприйнятті негативного оцінювання;
- в) має низку особистісних особливостей:
- відчуває надмірну чутливість до оцінювання негативних вражень;
 - невпевнена у собі, має неадекватну самооцінку.

3Б. При гіперфункції рівня:

а) дитині важко в розумінні сенс взаємодії:

- легко вступає в контакт, але до емоційної взаємодії не прагне;
- проявляє короточасну зацікавленість у завданнях;
- схильна привертати увагу до себе будь-якими доступними засобами, інколи навіть неадекватними;
- підкоряється вимогам лише при інтенсивній емоційній оцінці діяльності;
- часто проявляє негативізм;
- вимагає постійної оцінки своєї діяльності, постійної уваги до себе;
- часто провокує конфлікти між іншими, отримуючи від цього задоволення;

б) має низку особистісних особливостей:

- схильна до обману;
- прагне до небезпечних, ризикованих вчинків, не відчуває страху висоти, темряви тощо;
- відчуває потяг до негативних вражень;
- отримує задоволення від ролі негідника.

Дисфункція четвертого рівня – рівня емоційного контролю – характеризується наступними ознаками. 4. Рівень емоційного контролю

4А. При гіпофункції рівня:

а) дитина відчуває труднощі в комунікації і надмірну залежність від емоційного оцінювання інших людей:

- виявляє низьку активність при контактах;
- може помилятися у визначенні знаку емоційної оцінки в процесі спілкування, виявляючи особливу чутливість до погляду, голосу, тактильному контакту, дистанції в спілкуванні;
- прагне до звичного кола спілкування;
- особливо вразлива у взаєминах навіть з близькими людьми;
- відчуває постійну потребу в увазі;
- невпевнена у правильності своєї поведінки, постійно потребує підтвердження цієї правильності з боку інших;
- постійно звертається за допомогою до дорослих, несамостійна;

- має надмірний симбіотичну зв'язок з матір'ю (найчастіше);
- відчуває тривогу, страх;
- у діяльності більше орієнтується не на результати, а на зовнішнє оцінювання;

б) має низку особистісних особливостей:

- легко відмовляється від своєї думки на користь іншої людини;
- часто потрапляє під афективний тиск інших людей;
- недовірлива до інших.

4Б. При гіперфункції рівня:

а) дитина відчуває надмірну потребу в емоційному спілкуванні з людьми:

- легко вступає в контакт, відчуває задоволення від спілкування з випадковими людьми, легко заряджається їх станом;
- допускає близьку дистанцію в спілкуванні, не відчуваючи втоми від спілкування з людьми, навіть малознайомими;
- не вимоглива до якості спілкування;
- під впливом інших може легко долати труднощі, і навпаки – легко відмовитися від прийнятого рішення;
- відчуває величезну потребу в захопленні або співпереживанні з боку інших;

б) має низку своєрідних особистісних рис:

- несамостійна;
- підкорюється вимогам інших.

Висновки. Такий системний підхід до аналізу розвитку дітей з різними варіантами емоційного реагування дає можливість розглянути весь репертуар емоційних проявів і особливостей. Наше дослідження рівнів базової афективної регуляції у дітей дозволяє з упевненістю зробити наступні висновки. Виявлено максимальний розкид величин (найбільші значення показників гіпер- або гіпофункціонування) по відношенню до першого і третього рівнів афективної регуляції. Спираючись на розуміння механізмів, що лежать в основі досліджуваних емоційно-особистісних проявів, можна створювати корекційні програми каузального типу. Ми продемонстрували лише один випадок застосування теорії О.С. Нікольської на практиці (аналіз специфіки емоційних особливостей дітей, які не мають грубих афективних порушень). Реальна ж сфера застосування цього методологічного підходу може і має бути значно ширше. Адже весь нескінченний спектр афективно-емоційних проявів може бути описаний мовою адаптивних завдань та механізмів базової афективної регуляції

Література

1. Веккер Л. М. Психика и реальность: единая теория психических процессов /Л.М. Веккер . – М.: Смысл, 1998. – 670 с.
2. Грызлов С.В. Особенности психологического кризиса как неразрешимой проблемной ситуации и пути коррекции [Электронный ресурс] / С. В. Грызлов // Сайт Института психотерапии и клинической психологии. – Режим доступа:

<http://www.psyinst.ru/library.php?part=article&id=1709>

3. Никольская, О.С. Аффективная сфера человека. Взгляд сквозь призму детского аутизма / О.С. Никольская – М. : Центр лечебной педагогики, 2000. – 362 с.

4. Павлий Т.Н. Диагностика и коррекция эмоциональной сферы у детей с ЗПР / Т.Н. Павлий. – Комсомольск-на-Амуре : Комсомольский-на-Амуре ГПИ, 1997. – 99 с.

5. Пригожин И. Порядок из хаоса: Новый диалог человека с природой /И. Пригожин ,И. Стенгерс – М.: Прогресс, 1986. – 432 с.

6. Семаго Н.Я. Руководство по психологической диагностике. Дошкольный и младший школьный возраст: монография /Н.Я.Семаго, М.М.Семаго – М. : АПКИПРО РФ, 2000 263 с.

References transliterated

1. Vekker L. M. Psihika i realnost: edinaya teoriya psicheskikh protsessov /L.M. Vekker . – М.: Smyisl, 1998. – 670 s.

2. Gryizlov S.V. Osobennosti psichologicheskogo krizisa kak nerazreshimoy problemnoy situatsii i puti korrektsii [Elektronnyiy resurs] / S. V. Gryizlov // Sayt Instituta psihoterapii i klinicheskoy psichologii. – Rezhim dostupa: <http://www.psyinst.ru/library.php?part=article&id=1709>

3. Nikolskaya, O.S. Affektivnaya sfera cheloveka. Vzglyad skvoz prizmu detskogo autizma / O.S. Nikolskaya – М. : Tsentr lechebnoy pedagogiki, 2000. – 362 s.

4. Pavliy T.N. Diagnostika i korrektsiya emotsionalnoy sferyi u detey s ZPR / T.N. Pavliy. – Komsomolsk-na-Amure : Komsomolskiy-na-Amure GPI, 1997. – 99 s.

5. Prigozhin I. Poryadok iz haosa: Novyyiy dialog cheloveka s prirodoy /I. Prigozhin, I. Stengers – М.: Progress, 1986. – 432 s.

6. Semago N.Ya. Rukovodstvo po psichologicheskoy diagnostike. Doshkolnyiy i mladshiy shkolnyiy vozrast: monografiya /N.Ya.Semago, M.M.Semago – М. : АПКИПРО RF, 2000 263 s.

Терещук А.Д. Особенности проявлений аффективного поведения личности в кризисные периоды её развития

Аннотация. В статье представлен краткий обзор психологических особенностей кризисных периодов развития личности, причины и последствия возникновения аффективных проявлений поведения. Представлена структура аффективной сферы и уровневый подход в исследовании аффективной регуляции поведения.

Ключевые слова: кризис, эмоциональные расстройства, аффективное поведение, аффективные проявления, уровни аффективного поведения.

Tereshchuk A.D. Features of manifestation of person's affective behaviour in times of crises of his/her development

Abstract. The article presents a brief overview of psychological characteristics of periods of personal crises and causes and consequences of emergence of affective behaviours. The structure of affectivity spheres is described as well as multi-level approach to study affective regulation of behaviour.

Key words: crisis, emotional disorders, affective behavior, affective manifestations, levels of affective behavior.