

УДК 159.9

**СПЕЦИФИКА ВЛИЯНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНО-
ОТРИЦАТЕЛЬНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ НА КОГНИТИВНЫЙ
СТИЛЬ ЛИЧНОСТИ (ПОЛЕЗАВИСИМОСТЬ –
ПОЛЕНЕЗАВИСИМОСТЬ)**

К.А. Осокина

Смоленский государственный университет

Рассмотрено влияние эмоционально-отрицательных переживаний на особенности изменения когнитивного стиля (полезависимости – полenezависимости). Впервые продемонстрирован механизм изменения когнитивного стиля под воздействием тревожных, эмоционально-дискомфортных переживаний. Стрессоустойчивость, а также специфика мыслительного процесса изучаются в качестве существенных факторов, влияющих на стилевые характеристики личности. В частности, полenezависимые испытуемые с низким уровнем стрессоустойчивости, высокой тревожностью под воздействием эмоционально-отрицательных переживаний увеличивают свою полезависимость. Полезависимые испытуемые с высоким уровнем стрессоустойчивости, низкой тревожностью, а также мыслительным процессом, направленным анализ через синтез, увеличивают полenezависимость.

Ключевые слова: когнитивный стиль, полезависимость, полenezависимость, тревожность, стрессоустойчивость, мыслительный процесс.

В последние десятилетия в психологической науке усилился интерес к проблеме изучения личности, находящейся в ситуации эмоционального дискомфорта, стресса, тревоги и т.д. В течение дня человек испытывает множество подобных ситуаций и по-разному реагирует на них. То, что является сильнейшим стрессом для одного человека, не будет воспринято другим, один человек тяжело переносит и адаптируется к стрессовым ситуациям, другой – легко. В свою очередь, это оказывает влияние на работоспособность и поведение личности, а так же приводит к формированию различного рода психосоматических расстройств и зависимостей. На сегодняшний день данную проблему рассматривают с позиций различных детерминант: биохимических, психофизиологических психологических и др. Современные экспериментальные исследования, направленные на изучения поведения личности в ситуациях эмоционального дискомфорта, опасности, показали, что психологическую структуру сензитивности к угрозам составляют способности человека к контролю ситуации и прогнозированию последствий своих действий и действий

других людей с позиций безопасности [4, с. 18, 123]. Это определяется выбором личностью определенных способов реагирования в ситуациях опасности, которые обуславливаются спецификой интегрального уровня эмоционального интеллекта. Экспериментальные исследования показали, что у людей молодого возраста преобладает низкий уровень данного параметра из-за невысокой степени нравственной и трудовой воспитанности в совокупности с минимальным жизненным опытом и социальной незрелостью. Установлено, что с возрастом увеличивается процент лиц с адекватным типом отношения к опасностям. Это определяется формированием эмоциональной зрелости, которая характеризуется высоким уровнем осознания себя, собственных ценностей и потребностей [1, с. 221; 2, с. 44; 5, с. 41].

Цель нашего эксперимента состоит в том, чтобы изучить влияние эмоционально-отрицательных переживаний на поведение личности, в частности на особенности изменения когнитивного стиля (полезависимость-полenezависимость).

Основой для исследования выступают психологические теории, которые фокусируют внимание на когнитивных процессах личности как основном механизме проявления эмоций. Согласно деятельностному подходу А.Н. Леонтьева, эмоции определяют необходимость установления и учета причинно-следственных отношений на разных уровнях любой деятельности и способны регулировать деятельность в соответствии с предвосхищаемыми результатами и личностным смыслом [3, с. 78-83]. В отечественной психологии изучением эмоциональной регуляции мышления занимались О.К. Тихомиров и его сотрудники. Они исследовали роль эмоций, в решении задач, которые возникают в связи с мыслительными процессами и неразрывно с ними связаны. В экспериментах испытуемым-шахматистам давались для решения сложные шахматные задачи. В результате было установлено, что эмоциональные состояния человека влияют на протекание ряда когнитивных процессов [7, с. 42-47]. В экспериментах В.В. Селиванова установлено, что определенные особенности мыслительного процесса в сочетании с переживанием эмоций (успеха; не успеха) определяют стилевые характеристики личности. Было показано, что высокие уровни мыслительного процесса в сочетании с успехом действия приводят к увеличению полenezависимости личности. Начальные уровни процесса мышления (ненаправленный анализ через синтез), сопровождаясь переживанием неуспеха действия, определяют полезависимую направленность личности [6, с. 104-107, 126-127].

В основу нашего исследования была положена гипотеза о комплексном воздействии особенностей мыслительного процесса и эмоциональной составляющей на стилевые характеристики личности, находящейся под воздействием отрицательных эмоциональных

переживаний. Мы попытались выявить специфику сочетания особенностей мыслительного процесса и стрессоустойчивости каждой личности, а также определить условия влияния данных показателей на когнитивный стиль под воздействием отрицательных эмоциональных переживаний.

Для осуществления данного этапа применялись следующие методы и методики:

- для диагностики уровня личностной и ситуативной тревожности тест Ч. Спилбергера – Ю. Ханина;

- для диагностики уровня стрессоустойчивости тест С. Коухена – Г. Виллиансона;

- для диагностики особенностей мыслительных процессов использовалась логическая задача, разработанная Л.Н. Алексеевой, Г.Г. Копыловым, В.Г. Марача;

- для диагностики когнитивного стиля (полезависимость-полenezависимость) EFT тест «Включённые фигуры» Уиткина.

Исследование представляет собой индивидуальное обследование по данным методикам, которое осуществлялось в несколько этапов. На начальном этапе каждому испытуемому предлагалось выполнить методики на выявления уровня стрессоустойчивости и тревожности, затем предлагалось выполнить первую часть EFT тест «Включённые фигуры» и решить логическую задачу Л.Н. Алексеевой, Г.Г. Копылова, В.Г. Марача, задача имеет следующее содержание: «В сказочном лесу среди обычных источников было 10 волшебных колодцев с отравленной водой, все пронумерованы. Выпьешь – умрешь через час. Единственное противоядие: в течение этого часа выпить воду из колодца, номер которого больше. Тогда оба яда нейтрализуются и вреда не будет. (Например, если выпил воды из 5-го колодца, то противоядием может быть вода из 6-го, 7-го, 8-го, 9-го, 10-го.) Но воду из 10-го колодца нейтрализовать ничем нельзя. Все жители сказочного леса имеют доступ только к первым 9 колодцам, а ко всем 10 только дракон. Лиса и дракон вызвали друг друга на дуэль. Дуэль такая каждый приносит кружку воды и дает выпить противнику. Известно, что после дуэли лиса осталась жива, а дракон нет. Как это могло получиться?»

В эксперименте экспериментатором предлагались подсказки в форме задачи-вопроса (подсказка № 1 – что означает следующее высказывание: «Чтобы победить, используй силу противника против него самого»?; подсказка № 2 – что означает следующее высказывание: «Кто с мечом к нам придет, тот от своего меча и погибнет»? с целью повлиять на решения задачи. Они использовались лишь тогда, когда испытуемый продвигался в анализе задачи, т.е. когда у него складывались необходимые внутренние условия. В инструкции испытуемым формулировались следующие требования: решить

логическую задачу, рассуждая вслух; выделить основные компоненты задачи; отвечать на вопросы экспериментатора. В эксперименте нами было применено специальное техническое устройство для оценки особенностей протекания мыслительных процессов испытуемых в ходе решения логической задачи.

На следующем этапе мы попытались вызвать у испытуемых отрицательные эмоциональные переживания. Для этого каждому обследованному предлагалось вспомнить тревожную, эмоционально-дискомфортную для него ситуацию на данный момент и проанализировать ее вслух, затем была предложена вторая часть теста ЕФТ «Включённые фигуры».

Экспериментальное исследование проводилось на базе Смоленского государственного университета (СмолГУ); Смоленского гуманитарного университета (СГУ); Смоленской государственной сельскохозяйственной академии (СГСХА); Смоленской государственной медицинской академии (СГМА), Шаталовского детского дома (СОГБОУ), а также Смоленского частного охранного предприятия «Гепард» (ООО «ЧОП» «Гепард», г. Смоленск). В исследовании принимали участие 54 испытуемых – добровольцев мужского и женского пола, в возрасте от 18 до 55 лет.

В итоге проведенного исследования были обнаружены неоднозначные показатели уровня стрессоустойчивости, тревожности, а также особенности мыслительного процесса на разных полюсах когнитивного стиля. Нами выявлены полнезависимые испытуемые с высокой стрессоустойчивостью и низкой тревожностью в сочетании с мыслительным процессом, направленным анализ через синтез, которые составили 29 % обследованных. В свою очередь, полнезависимые с низкой стрессоустойчивостью и высокой тревожностью в сочетании с мыслительным процессом, не направленным анализ через синтез, составили 51 % обследованных. Стилиевые характеристики полнезависимости также неоднозначны. Нами выявлены полнезависимые с высокой стрессоустойчивостью и низкой тревожностью в сочетании с мыслительным процессом, направленным анализ через синтез, такие испытуемые составили 11 % обследованных, а также выявлены полнезависимые с низкой стрессоустойчивостью и высокой тревожностью в сочетании с мыслительным процессом, направленным анализ через синтез, которые составили 7 % обследованных.

В результате проведенного эксперимента было установлено влияние отрицательных эмоциональных переживаний на когнитивный стиль (полнезависимость–полнезависимость). Нами были выявлены личностные особенности, при которых показатели когнитивного стиля будут нестабильны. В итоге коэффициент Вилкоксона показал

значимые изменения когнитивного стиля, который составил $p = 0,00$ у полезависимых лиц с высоким либо нормальным уровнем стрессоустойчивости и низким либо нормальным уровнем тревожности в сочетании с мыслительным процессом, направленным анализ через синтез.

В свою очередь, у полнезависимых испытуемых с низкой стрессоустойчивостью и высокой тревожностью под воздействием эмоционально-отрицательных переживаний показатель когнитивного стиля стремится в сторону полезависимости даже при наличии мыслительного процесса, направленного анализ через синтез, коэффициент Вилкоксона составил $p = 0,1$.

Стоит отметить, что под воздействием эмоционально-отрицательных переживаний неизменными остаются особенности когнитивного стиля у полезависимых с низкой стрессоустойчивостью и высокой тревожностью в сочетании с мыслительным процессом как направленным, так и ненаправленным анализ через синтез, а так же у полнезависимых с высокой стрессоустойчивостью и низкой тревожностью в сочетании с мыслительным процессом, направленным анализ через синтез. В результате чего нами был выявлен и дополнен механизм изменения когнитивного стиля под воздействием эмоционально-отрицательных переживаний (см. рисунок).

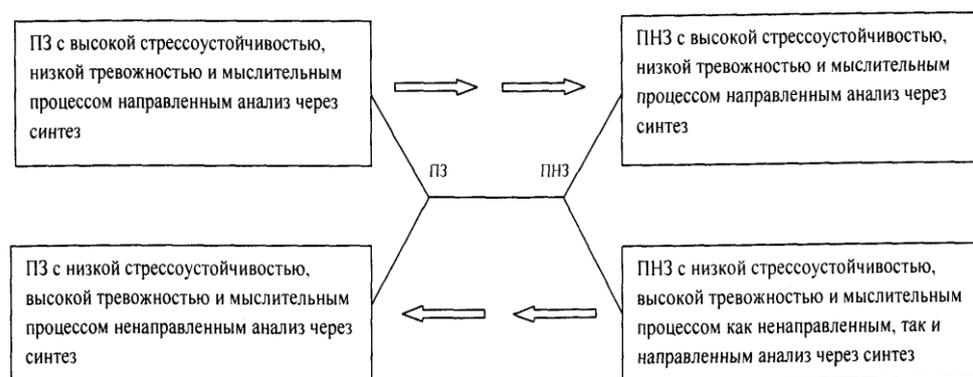


Рис.1. Механизм изменения когнитивного стиля (полезависимость – полнезависимость) под воздействием эмоционально-отрицательных переживаний

В нашем исследовании показано как тревожные, эмоционально-дискомфортные состояния влияют на поведение, а также на когнитивный стиль личности. При разном реагировании личности на эмоционально-отрицательную ситуацию, оказывается, происходят микроизменения когнитивного стиля в соответствии с личностным портретом стрессоустойчивости и спецификой мыслительного

процесса. В частности, полнезависимые испытуемые с низкой стрессоустойчивостью и высокой тревожностью в сочетании с мыслительным процессом, направленным анализ через синтез, усиливают полнезависимость под воздействием эмоционально-отрицательных переживаний. Несмотря на то что мыслительный процесс направлен анализ через синтез, особенности личностного портрета, т. е. низкая стрессоустойчивость и высокая тревожность, способствуют слабой адаптивности личности. Это вызывает дезорганизацию деятельности, резкое снижение ее эффективности, пассивность и общее торможение, что впоследствии может привести к использованию неэффективных механизмов психологической защиты, регрессирующему поведению, формированию различного рода зависимостей, а также ведет к дезадаптации либо тяжелой и длительной адаптации к стрессовому воздействию. Причиной пассивности когнитивных функций может быть не только истощение их резервов, но и стрессовая их блокировка из-за парадоксальной активности психофизиологических механизмов, защищающих психику человека от перерасхода и истощения адаптивных резервов. В свою очередь, у полнезависимых испытуемых с высоким уровнем стрессоустойчивости, низкой тревожностью в сочетании с мыслительным процессом, направленным анализ через синтез под воздействием эмоционально-отрицательных переживаний показатель когнитивного стиля стремится в сторону полнезависимости. Причиной такой активности стилевых характеристик является специфика мыслительного процесса, который способствует активному включению познаваемого объекта во все новые связи и отношения с другими объектами решаемой задачи, выявлению его новых качеств и свойств, а также играет важную роль в формировании новых обобщений и способствует более глубокому развитию процессуального компонента мышления. В свою очередь, высокая стрессоустойчивость личности способствует повышению активности, мобилизации сил, увеличению эффективности деятельности, повышает способность человека адекватно реагировать на стрессовые факторы, быть эффективным в любой ситуации, переносить различные нагрузки. Опасность как бы подстегивает человека, заставляет его действовать смело и мужественно.

Психологам при работе с когнитивной сферой личности, в частности с когнитивным стилем (полнезависимость – полнезависимость), рекомендуется не только использовать традиционные способы коррекции, но и включать в психологическую практику методы по снижению уровня тревожности, повышению стрессоустойчивости, а так же развитию толерантности к сложным жизненным ситуациям.

Список литературы

1. Дробышевская И.В., Карнеев Р.К. Сравнительное исследование особенностей эмоционального интеллекта и личностных особенностей у студентов профессий социальной сферы в период обучения // Вестн. Брян. гос. ун-та. 2012. № 1. С. 207-212.
2. Казак Т.В. Принцип взаимосвязи адаптации и дезадаптации личности в процессе профессиональной деятельности в системе органов внутренних дел // Вестн. Твер. гос. ун-та. 2013. № 4. С. 38-46.
3. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975. 304 с.
4. Маралов В.Г., Малышева Е.Ю., Перченко Е.Л., Смирнова О.В., Табунов И.А. Сравнительная характеристика отношения к опасностям у старших школьников и студентов // Вестн. Череповец. гос. ун-та. 2013. № 1. С. 122-127.
5. Рубинштейн С.Л. О мышлении и путях его исследования. М.: АН СССР, 1958. 145 с.
6. Селиванов В.В., Мышление в личностном развитии субъекта: монография. Смоленск: Универсум, 2003. 312 с.
7. Тихомиров О. К. Психология мышления: учеб. пособие. М.: Моск. ун-т, 1984. 272 с.

SPECIFIC EFFECT EMOTIONALLY NEGATIVE EXPERIENCES ON COGNITIVE STYLE PERSONALITY (FIELD DEPENDENT – INDEPENDENT)

К.А. Osokina

Smolensk State University

In this paper, the influence of emotionally negative experiences on the characteristics of changes of cognitive style (field dependence-independence). The first mechanism was demonstrated changes in cognitive style under the influence of a disturbing, emotionally uncomfortable experiences. Stress, as well as the specifics of the thinking process, are studied as essential factors influencing the stylistic characteristics of the individual, in particular, field independence subjects with a low level of stress, high anxiety under the influence of emotionally - negative experiences increase its field dependence. Field dependence subjects, with a high level of stress, low anxiety, and mental processes directed analysis through synthesis increased field independence.

Key words: *cognitive style, field dependence, field independence, anxiety, stress, thought process.*

Об авторе:

ОСОКИНА Кристина Александровна – психолог, внештатный сотрудник кафедры общей психологии Смоленского государственного университета (214000, г. Смоленск, ул. Пржевальского, 4), e-mail: kristina.osokina2014@yandex.ru