Автор: Yggril
05.09.2009 13:10 -

Эмоциональная напряжённость

Деятельность человека побуждается и направляется мотивами , отвечающими тем или иным потребностям человека. Регулирующая функция мотивов проявляется прежде всего в побуждении деятельности , её “ энергетизации ”.

Но мотивы обладают и другой функцией , которую А. Н. Леонтьев называет смыслообразующей. Эта функция имеет особое значение , так как связана со специфическим отношением мотива к цели , условиям её достижения , к внешней ситуации. Дело в том , что в ходе деятельности человек не только определяет свойства предметов и явлений окружающего мира , но и оценивает их применительно к своей жизни , своим потребностям , установкам , признаваемым ценностям. Эту роль и выполняют мотивы. “ Их функция , взятая со стороны сознания , состоит в том , что они как бы “ оценивают ” жизненное значение для субъекта объективных обстоятельств и его действий в этих обстоятельствах – придают им личностный смысл …”. Таким образом , последний выражает значение деятельности для субъекта , он задаётся через мотив и обусловливает субъективную окрашенность , пристрастность психического отражения.

Таким образом , в сложных условиях цель деятельности , внешние условия и способы осуществления действий выступают перед субъектом не только в своих объективных свойствах , но и в своём значении или смысле для него , для его жизни. Иными словами , объективное содержание может не совпадать с тем значением , которое они имеют для данного субъекта , т. е. со смыслом. Этим в значительной мере и объясняются факты вариативности поведения разных лиц в одной и той же сложной ситуации. С этой точки зрения психическая напряжённость возникает в ситуациях , которые должны относиться , по выражению Эппли и Трамбалла , к “ значительным событиям в жизни человека ”, а это , как уже говорилось , определяется его мотивами.

Учитывая роль мотивов в структуре деятельности , можно ожидать , что их содержательные характеристики будут по-разному сказываться на состояниях психической напряжённости. Наенко Н. И. попыталась обосновать это экспериментально. Она актуализировала в ходе исследования у испытуемых два мотива : процессуальный и самоутверждения.

Процессуальный мотив имеет прямое отношение к проявлению функциональных возможностей человека и лежит в основе самого процесса деятельности. Потребность в деятельности как таковой , в функциональной нагрузке обладает большой побудительной силой : она выражается в активном отношении человека к самой задаче , его стремлении испытать и выявить свои способности. В этом случае человек испытывает своеобразное удовлетворение от усилия как такового , от преодоления

трудностей , поэтому он может заниматься какой-либо трудной деятельностью ради неё самой , а не просто ради того , чтобы “ приблизиться к объекту или избежать его ”. Самый процесс деятельности при этом как бы обеспечивает её непрерывное побуждение. Это происходит за счёт поддержания ориентировочно-исследовательской деятельности по отношению к задаче : само выполнение последней выступает как сложный , по существу неисчерпаемый комплекс свойств и отношений , раскрытие которых всё больше и больше стимулирует человека к продолжению процесса деятельности. Таким образом , осуществление деятельности становится потребностью , которая выражается в глубоком интересе человека к её результату , в непосредственной увлечённости её процессом.

К мотиву самоутверждения относятся такие характеристики человеческой мотивации, как “ стремление актуализировать свои потенциальные возможности ”, “ потребность в хорошей репутации или в престиже , положении , признании другими ”, “ потребность в устойчивой , твёрдо обоснованной , как правило высокой оценке самого себя , самоуважении и уважении других ”.

Полученные результаты позволили довольно чётко выделить два вида психической напряжённости , один из которых был назван операционным , а другой – эмоциональным. Состояние операционной напряжённости возникало как результат относительно нейтрального подхода испытуемого к процессу деятельности и характеризовалось доминированием процессуального мотива. В отличие от него состояние эмоциональной напряжённости характеризовалось интенсивными эмоциональными переживаниями в ходе деятельности , оценочным , эмоциональным отношением человека к условиям её протекания. В связи с тем , что психическая напряжённость возникает в условиях отражения сложной и поэтому значимой ситуации , отношение человека к выполняемой задаче не является индифферентным в обоих случаях , оно всегда эмоционально насыщено , но удельный вес эмоционального компонента в обоих видах напряжённости неодинаков.

Каждый из этих двух видов напряжённости специфическим образом связан с целью деятельности , что и обусловило психологическую специфику состояний. Так , при ОН содержание цели и мотива деятельности либо совпадало , либо было включено в близкие друг другу отношения. Другими словами , в этом случае происходит наибольшее сближение объективного содержания деятельности с её субъективным содержанием , с тем , что она есть для самого субъекта.

Этот феномен поглощённости делом , непосредственного интереса человека к самому результату описывается в психологической литературе как одно из важных условий успешного выполнения деятельности. Так , авторы одной из американских работ , изучавшие поведение солдат в условиях боевой обстановки , приходят к выводу , что “ эффективность поведения может , отчасти , являться функцией способности индивида с головой уходить в работу , что тем самым снимает дезорганизующее влияние воспринимаемой опасности и … болезненную игру воображения в условиях опасной ситуации ”.

Возникающие в таких случаях психические состояния характеризуются оптимальным влиянием на выполнение деятельности , стабильностью функциональных возможностей человека. ОН оказывает мобилизующее влияние на деятельность и способствует сохранению работоспособности человека на устойчивом уровне.

Итак , отличительной психологической особенностью ОН является слитность мотива и цели деятельности , сдвинутость мотива на цель. Этой непосредственной связи нет при ЭН , которая характеризуется несовпадением , резким разведением цели и мотива деятельности , что порождает расхождение между объективным значением деятельности и её личностным смыслом для испытуемого.

В самом общем виде можно сказать , что , по-видимому , отношения прямой адекватности между мотивом и целью сопровождаются эмоциональным комфортом человека , тогда как несовпадение между ними приводит к нарушениям этого комфорта , глубоким и интенсивным эмоциональным переживаниям , которые отмечаются в состоянии ЭН. Согласно М. С. Неймарк , стремление к самоутверждению , к тому , чтобы посредством деятельности удовлетворить свои высокие притязания , при прочих равных условиях , быстрее порождает аффективные реакции , чем деловой мотив , т. е. заинтересованность в самой работе , достижении её объективного результата. Автор прямо указывает : ”… Интерес к содержанию деятельности , любознательность , стремление научиться препятствуют возникновению … острого эмоционального отношения к неуспеху ”.

В проведённом исследовании было показано , что ОН и ЭН оказывают неодинаковое влияние на эффективность деятельности :

· Качество решения интеллектуальных задач в состоянии ЭН резко ухудшается по сравнению с ОН ; в состоянии ЭН не только увеличивалось количество ошибок , но и менялось их качество : они носили более грубый характер.

· Состояния ЭН и ОН оказывали разное воздействие на процессы оперативной памяти и оперативного мышления , которые являются наиболее уязвимыми в отношении психической напряжённости. При ОН эти процессы отличались устойчивостью и сохранностью, в состоянии ЭН они теряли свой активный характер и пластичность и могли приобретать ригидный характер , что практически вело к срыву выполняемой деятельности.

· Состояния ОН и ЭН по-разному сказывались также на устойчивости поведения , проявлениях навыков самоконтроля испытуемых. Если при ОН отмечалось сохранение испытуемыми уверенности в своих силах , отсутствие нервозности , а в случае ошибок – адекватное отношение и стремление исправить их , то при ЭН часть испытуемых проявляла раздражительность , нетерпеливость или , признавая неуспех , стремилась объяснить его “ внешними ” причинами. Можно сказать , что в отличие от ОН в состоянии ЭН поведенческие реакции могут иметь неадекватный характер.

Были сделаны следующие выводы относительно эффектов обоих видов напряжённости

:

1. ОН характеризуется мобилизующим влиянием на деятельность и оптимальным уровнем исполнения , ЭН может иметь отрицательный эффект вплоть до дезорганизации деятельности.

2. Состояния ОН и ЭН оказывают разное воздействие на процессы активной переработки информации. Если первое способствует их устойчивости и сохранности , то при ЭН эти процессы могут приобретать ригидные черты.

3. Неблагоприятные изменения в деятельности (отказы , увеличение числа ошибок , их грубый характер и т. д.) и поведении можно интерпретировать как понижение надёжности в работе под влиянием ЭН.

4. При оценке влияния состояний напряжённости на эффективность деятельности надо учитывать : а) специфику предъявляемых задач и б) степень их сложности для человека.

Данные других авторов также показывают значительную роль мотивации в сохранении эффективности деятельности. Так , Джонс с соавторами пишут , что высокий уровень мотивации способствует чрезвычайной устойчивости операторской деятельности к физиологическому стрессу. Известно , например , что такой вид физиологического стресса , как депривация сна , отрицательно сказывается на эффективности деятельности. Но оказалось , что и после бессонной ночи испытуемые успешно решают “ интересные ” сложные задачи и что обеспечение в этих условиях обратной связи в виде сообщений о результатах работы способствует сохранению высокого уровня деятельности.