

THE FORMATION OF THE SOCIAL ACTIVITY OF STUDENTS  
IN LEISURE ACTIVITIES

© 2014

*V.S. Savchenko*, graduate of the philological faculty  
*Amur State University, Blagoveshchensk (Russia)*

*Annotation:* In this article we consider this phenomenon as a social activity, and presents the program of its formation through Domovoi activities. The study examined the relationship of leisure activity and social activity. It was also revealed that leisure activity promotes the formation of social activity of students.

*Keywords:* Leisure activities, social activities, leisure, formation of social activity of students, the components of social activity.

УДК 157.97, 159.9.072

**НАРУШЕНИЯ КОГНИТИВНОЙ РЕГУЛЯЦИИ АФФЕКТА В СИТУАЦИИ НЕГАТИВНОГО  
ОЦЕНИВАНИЯ ПРИ АНТИВИТАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ  
В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

© 2014

*О.А. Сагалакова*, кандидат психологических наук, доцент кафедры клинической психологии  
*Д.В. Трубецвев*, кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой  
клинической психологии

*Алтайский государственный университет, Барнаул (Россия)*

*Аннотация:* Антивитальная направленность поведения в подростковом возрасте как «переходном» периоде реорганизации «психологического поля» личности высоковероятна и тесно связана с нарушениями когнитивной регуляции аффекта в ситуациях негативного оценивания как фундаментального комплексного механизма овладения поведением. Феномен анализируется в статье с позиции теории сложных систем в отношении социальных и психических процессов (Л. Фон Бергаланфи, др.), в рамках культурно-деятельностного подхода (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев), теории поля (К. Левин), патопсихологии (Б.В. Зейгарник), метакогнитивного подхода (А. Wells).

*Ключевые слова:* антивитальная направленность поведения, подростковый возраст, ситуации негативного оценивания, когнитивная регуляция аффекта, теория сложных систем, кумулятивный эффект, эффект петли обратной связи.

*Постановка проблемы.* Проблема исследования связана с необходимостью научного изучения системных психологических, психосоциальных механизмов антивитальной направленности поведения в подростковом возрасте в контексте роли когнитивной регуляции аффекта в ситуациях негативного оценивания. Под данными ситуациями понимаются любые жизненные коммуникативные ситуации, субъективно воспринимаемые подростком как реально или потенциально негативно оценочные, в которых субъективно возможны разные варианты критического оценивания (отвержения, осмеяния, критики, публичного фиаско). Существует большое число исследований разных аспектов формирования антивитальной направленности поведения, учитывающих условия и факторы или их суммарные влияния, корреляционные связи, но не рассматривающих их как единую взаимодействующую сложную систему, не сводимую к сумме изолированных «основных эффектов» и групп коррелятов.

Антивитальная направленность поведения в подростковом возрасте как «переходном» периоде реорганизации «психологического поля» личности высоковероятна и тесно связана с нарушениями когнитивной регуляции аффекта как фундаментального комплексного механизма овладения поведением, надситуативного реагирования. Ситуация субъективно негативного оценивания рассматривается как важнейший стрессор в общей системе антивитальной направленности поведения в подростковом возрасте, ее исход выступает катализатором антивитальной направленности поведения. Опыт ситуации негативного оценивания способствует усилению антивитального вектора через формирование «кумулятивного эффекта» стрессоров. «Кумулятивный эффект» в системе оказывает не просто наращивание мощности общего стрессового «психологического поля» личности и не только усиливает нестабильность всей системы, делая когнитивную регуляцию все более сложной задачей для подростка, но каждый последующий стрессор (субъективно значимый опыт негативного оценивания в виде отвержения, критики, др.) оказывает все

более и более интенсивное влияние на систему в целом. Последняя становится все более «сенситивной» даже к объективно незначительным влияниям внешней среды, в которой «поводом» становится почти любое психологическое препятствие. Антивитальная направленность поведения и ее реализация в виде парасуицидального или суицидального поведения связана с «кумулятивным эффектом» в нестабильной системе социально-психологического «перехода» и реорганизации общего психологического поля личности.

Наряду с эскалацией антивитальной настроенности и направленности поведения в подростковом возрасте, в том числе высоким уровнем суицидального и парасуицидального поведения, особенно в отдельных регионах страны, характерно множество не вполне эффективных попыток контролировать данный феномен посредством устранения или усиления эффекта ряда факторов. При этом очевидно, что точечные изолированные воздействия, не смотря на их «логику здравого смысла» не только не приводят к улучшению ситуации, но иногда могут даже усиливать влияние неучтенных латентных переменных, взаимодействий второго / третьего порядка, кумулятивных эффектов, эффекта обратной связи в нестабильной системе, приводя к неожиданным негативным артефактам. Иными словами, без учета сложной системы регуляции аффекта, психической деятельности в неструктурированном «психологическом поле» подростка, находящегося в нестабильной системе «перехода» в новую ситуацию жизни и установления новых связей в коммуникативной сфере, невозможно скольконибудь полноценной картины феномена и эффективного управления данным феноменом в целом. Очевидно, что при исследовании сложных социально-психологических проблем анализировать системное многообразие факторов (когнитивный стиль личности, социальная ситуация, система ценностей, ригидности, целеполагание и уровень притязаний, местность проживания, интеллект, целеполагание, страхи, психофизиологические факты, др.) по классификационным ячейкам может не быть эффективным. Представляется возможным, науч-

но обоснованным и продуктивным перейти от изучения отдельных коррелятов к исследованию их системного единства и взаимодействия с учетом ведущих характеристик сложных систем и их «развития», с использованием конструкторов анализа собственно связей системы, а не ее отдельных элементов. Так же как мозг не равен сумме функций отдельных локальных областей, но подчиняется системно-динамической организации высших психических функций, так и реализация психической деятельности не может быть рассмотрена в плане элементарных составляющих.

Необходимость изучения данного системного феномена в рамках теории сложных систем, основанных на ней теорий психологии, - представляется очевидной, позволяющей строить наиболее точные прогностические модели антивитальной направленности поведения и осуществлять соответствующую научно обоснованную психологическую интервенцию (компенсацию, коррекцию, профилактику). В Алтайском крае характерен рост частоты антивитальной направленности поведения, в целом антивитального аттрактора дезорганизации системы «психологического поля» личности, а также реализации антивитальной направленности. Так, в 2013 году зарегистрировано почти в 2 раза большее количество завершенных суицидов, а также суицидальных попыток среди подростков, чем в предшествующем 2012 году, характерен ряд неблагоприятных тенденций в этом отношении, не смотря на активные профилактические мероприятия.

*Формирование целей исследования.* Базовой задачей выступает построение концептуальной, а впоследствии и математической модели системного феномена целостного психологического поля личности с учетом системных взаимодействий элементов, определение ключевой роли регуляторных механизмов в условиях нестабильной системы, роли кумулятивного эффекта и эффекта петли обратной связи в нестабильной системе (в условиях «перехода», нестабильности регуляции). Целью данной статьи выступает анализ нарушений когнитивной регуляции аффекта негативного оценивания в контексте антивитальной направленности поведения подростков в рамках модели исследования.

*Анализ последних исследований и публикаций.* Методологической основой работы выступает теория сложных систем, разработанная в основном в кибернетике, - в применении к социальным и психическим системам (Л. Фон Бергаланфи, А.А. Богданов, И. Пригожин, Г. Хакин, Е.А. Седов, С.Т. Бир, др.) [1-3], системный принцип в организации психических, психофизиологических явлений, теория функциональных систем (В. Бехтерев, П.К. Анохин), культурно-деятельностный подход, идеи системно-динамической организации психики (Л.С. Выготский, А.Р. Лурия, А.Н. Леонтьев, А.Б. Холмогорова) [4, 5, 6], патопсихологическая модель регуляции и дисрегуляции психической деятельности (Б.В. Зейгарник, С.Я. Рубинштейн, В.В. Николаева, А.Ш. Тхостов, Б.С. Братусь, А.Б. Холмогорова, др.) [7, 8, 9, 10], теория психологического поля / динамическая психология, принципы исследования целеполагания и уровня притязаний (К. Левин, Ф. Хоппе, Т. Дэмбо, Б.В. Зейгарник, др.).

Современная наука стремится к осмыслению сложных феноменов с позиции системного анализа, однако проработки в этом русле проблемы антивитальной направленности поведения практически не встречается. Проблему антивитальной настроенности и суицидального поведения исследовали А.Г. Амбрумова, С.В. Бородин, А.С. Михлин, др. Школа Амбрумовой впервые подошла к проблеме с точки зрения комплексного подхода, представителям школы удалось продемонстрировать неоднозначность связей внутри исследуемого феномена, сложность явления, были намечены основные пути дальнейших исследований в этой области, разработаны практические стратегии профилактики

суицидального поведения [11]. Часто проблема антивитальной настроенности рассматривается в преломлении феномена жизнестойкости (Д.А. Леонтьев, др.), копинг-стратегий, перфекционизма, депрессивной симптоматики (А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян, Т.С. Павлова, др.) [4]. Однако большинство эмпирических исследований носят характер поиска корреляционных взаимосвязей, отдельных факторов в соответствии с одномерной логикой «здорового смысла», игнорируя сложные системные взаимодействия и феномены организации, регуляции в сложных системах, латентные переменные и собственно закономерности развития системы, а не ее отдельных атомарных элементов.

Проблема социальной тревоги и страха негативного оценивания широко исследована как авторами данного проекта, так и зарубежными учеными, в основном в рамках когнитивного, когнитивно-поведенческого (А. Бек, Дж. Бек, М. Либовиц, Ф. Хоппе, др.) и метакогнитивного подходов. Когнитивные, когнитивно-биохевиоральные психологи на основе методологии разработали разные технические приемы психологического вмешательства и его специфику при разных формах психических расстройств, зарекомендовавшие себя в реальной клинической практике как высокоэффективные, в сопоставительных исследованиях с другими направлениями психотерапии, часть из них основаны на модели системного анализа явлений (А. Бек, G. Butter, A. Wells, D. Clark, A. Лзарус, М. Лайнен, Дж. Биик, А. Эллис, Д. Гринберггер, К. Падески, I. Marks, J. Wolpe, D.A. Bernstein, S.G. Hofman, R. Heimberg, R. Rapee, J. Young, A. Ghost, J. Greist, P. Robinson, T. Bush, J. Ross, др.) [12, 13]. Авторы Rapee и Heimberg представляют одну из наиболее разработанных и эмпирически подтвержденных концепций СТР, а именно модель самосфокусированного внимания как фактора развития и поддержания тревоги в социальных оценочных ситуациях. Они описали позицию «самосфокусированности», характерную для социально тревожных индивидов в ситуациях негативного оценивания.

При тревоге оценивания человек, находясь в социальной ситуации, конструирует мысленный образ того, как он выглядит в глазах окружающих, как они им представляются, а затем начинают вести себя так, как если бы они были под пристальным наблюдением других (в соответствии с этим мысленным образом). Данная позиция «я - объект оценивания» входит в противоречие с необходимой для успешного участия в социальной ситуации позицией «я - субъект деятельности», в результате - субъективная управляемость и подконтрольность самопредъявления снижается (коллапс произвольной регуляции деятельности). Характерно фиксированное селективное сосредоточение внимания на «образе себя в глазах других». Данный мета-образ демонстрирует специфическое искажение перцептивно-когнитивной деятельности при СТР.

Идеи К. Левина нашли свое развитие в современной патопсихологии (Б.В. Зейгарник, Б.С. Братусь, др.), особенно в связи с исследованием проблемы реагирования в ситуации под влиянием текущих побуждений и аффективного состояния (в судебной патопсихологии, психологии личностных аномалий) (А.Р. Лурия, Б.С. Братусь, В.Н. Павленко, Ф.С. Сафуанов, И.А. Кудрявцев, А.Н. Лавринович, В.К. Зарецкий, И.Н. Семнов, др.). Идеи теории поля, переосмысленные в рамках культурно-деятельностного подхода (Л.С. Выготский, А.Р. Лурия, А.Н. Леонтьев), нашли отражение в значимых для данной работы сферах исследования механизмов нарушения этой «дифференциации» личности и среды в процессе формирования «зрелой» личности («опосредствованной», мы мысли ученицы К. Левина и Л.С. Выготского - Б.В. Зейгарник): дезорганизация поведения и умственной деятельности под влиянием эмоций, потеря контроля и управления над поведением и непосредственное реагирование в аффектогенной

ситуации, ситуации негативного оценивания («стресс экзамена»), распад высших форм регуляции при переживании аффекта, структура аффекта, пути организации деятельности и овладения поведением в ситуации аффекта (А.Р. Лурии), др.

В исследовании значимыми представляются идеи А.Р. Лурии о системно-динамической природе психики и ее локализации, а также механизмах, опосредствующих непосредственную аффективную реакцию в ситуациях «конфликта установок» и «конфликта недостаточности» показали, каким образом возможно преодоление дезорганизации деятельности в этих условиях. В рамках патопсихологии, нейропсихологии и теории психологических орудий, теории поля ключевыми идеями выступают представления о культурных когнитивной регуляции аффекта, антивитальной направленности поведения, средствах («психологических орудиях») овладения эмоциями и поведением, знаково-символическом опосредствовании аффекта в ситуации оценивания, регуляции и организации социального поведения, а также - о патологии мотивационной сферы личности и нарушении процессов целеполагания.

*Изложение основного материала исследования с обоснованием полученных научных результатов.* Самоорганизация и перестройка регулятивных возможностей организма, живой системы происходит многомерно и целостно. Функциональные системы формируются не в связи с работой отдельных зон, а в связи с работой всего мозга в целом как системы. В противном случае при нарушениях функционирования мозга, без учета системно-динамической теории организации, мы оказываемся беспомощны в плане разработки и реализации коррекционно-реабилитационных мероприятий, направленных на перестройку функциональных систем, построение новых замещающих функциональных систем, активизации компенсаторных возможностей психики (А.Р. Лурия, Л.С. Выготский).

Осмысление сложного феномена антивитальной направленности поведения современного подростка с учетом вышеуказанного контекста представляется эвристичным подходом в этой области, который позволит более точно смоделировать данную направленность поведения в «психологическом» поле, строить прогностические математические модели, осмыслить системные факторы формирования и поддержания такой направленности («аттрактора» в нестабильной системе психологического поля личности подростка), используя понятия теории системы для анализа ее коррекционного потенциала и компенсаторных механизмов. Новизной исследования представляется тот факт, что впервые нестабильность системы когнитивной регуляции рассматривается в связи с проблемой переживания подростком опыта субъективно негативного оценивания (разных его составляющих) при формировании антивитальной направленности поведения. Страх негативного оценивания и тревога, неуверенность в социальных ситуациях – одна из ключевых психологических составляющих подросткового возраста, связанных с тем, что прежние связи системы психической деятельности ослабли, новые задачи и социальная ситуация требует переструктурирования всей системы в целом, но новые связи еще не сформированы. Коммуникация на новом уровне представляет для подростка когнитивно неструктурированную область в стадии «перехода», самоорганизации нестабильного состояния. В результате психическая деятельность подростка крайне уязвима к субъективно воспринимаемому негативному оцениванию. Поле психической деятельности пристрастно сужено в направлении сверхзначимости одобрения, признания, принятия значимыми другими. Данная «суженность» мотивационно-потребностной направленности (селективности) психики не позволяет видеть личности подростка множественность «выходов» из сложной коммуникативной ситуации, несущей угрозу самооценке, а также не дает

возможность своевременно перестроить иерархию мотивов и скорректировать притязания с учетом оценки ситуации, ее последствий и своих возможностей.

Это усиливает влияние прежде нейтральных взаимодействий средовых факторов и диспозиционных характеристик субъекта (эффект «петли обратной связи»). В этом возрасте характерна психологическая неуверенность в ситуациях коммуникации, поскольку новые цели и адекватные способы их достижения еще не сформированы, а многие аспекты ситуации воспринимаются как потенциально угрожающие социальному статусу в группе. При этом в когнитивной регуляции аффекта важную роль играет специфическая когнитивно-перцептивная избирательность психической деятельности подростка при оценивании, способствующая, либо препятствующая психологической перестройке системы и ее реорганизации, стабилизации в условиях увеличения влияния эмоций на поведение (петля обратной связи). Система включает в себя внутрисистемные механизмы регуляции и его нарушения (кумулятивный эффект, петля обратной связи, изменение иерархии и дифференциация, усложнение и организация, самоорганизация, катастрофа, неустойчивое состояние, др.).

Анализ данной проблемы в таком ключе представляется прогностически корректным и эффективным. Петля обратной связи появляется тогда, когда один «выход» в системе становится одним из «входов» на следующем этапе (возможен патологический круг, вторичное подкрепление, метакогнитивная избыточность в системе регуляции). Благодаря положительной обратной связи система саморегулируется, но этот механизм может играть и обратную роль. Уравновешивающие петли (регуляция) приводят к системному равновесию и сопротивлению изменениям. Согласно теории ограничения систем, петля обратной связи – сеть взаимосвязанных причинно-следственных отношений, которые вызывают усиление (положительная ОС) или ослабление (отрицательная ОС) условий или поведения в рамках системы (регуляцию или дисрегуляцию системы).

Петля обратной связи (обратная афферентация в системе, антиципация результата, идеальная цель в соотношении реальной, вероятностное программирование, «порочные круги») психических нарушений как психологические понятия феномена «петли обратной связи») включает в себя как передачу, так и возврат информации. При изучении кибернетиками петель обратной связи пришло понимание, что они отражают паттерны организации системы в целом. Круговые логические паттерны самобалансирующей обратной связи стали изучаться с развитием кибернетики, а паттерн самоусиливающей обратной связи («порочный круг») известен давно. Этот образ описывает неблагоприятную ситуацию «самоухудшения» в круговой последовательности событий. Круговая природа самоусиливающих петель обратной связи приводит к драматическим последствиям (катастрофе) в контексте вопроса регуляции аффекта при антивитальной направленности поведения. Замыкание «петли» («порочного круга») делает флуктуацию (возмущение) в системе все более интенсивным с каждым «витком», самозамыкание деструктивной «петли» делает это возмущение резонансным и самоподкрепляющимся, приводящим ко все большей дезорганизации в системе.

В подростковом возрасте характерна неустойчивая система в стадии реорганизации и образования новых связей, когнитивной дифференциации пространства коммуникации, уязвимость к взаимодействующим факторам, которые ранее не были значимы, не были доминантой. Направленность поведения подростка преломляется в этих новых условиях (новой социальной ситуации развития и новых требованиях к реализации в этих условиях). Динамическая система психологического поля субъекта находится в напряжении и направлена в сторону его снижения, организации и упорядочивания



(возврата в равновесное состояние), при этом выбор средств для достижения этого «аттрактора» может быть разным, в том числе случайным или сделанным под влиянием ситуации.

Когнитивная и метакогнитивная регуляция психической деятельности, опосредствование психологическими орудиями, динамическое развитие, - представляет собой, согласно теории сложных систем, многомерное системное явление, в основе которого заложены траектории фазового развития системы («эволюции» как когнитивного усложнения и самоорганизации психологического поля личности), характеристики состояния равновесности / неравновесности, флуктуаций (возмущений) и устойчивости, упорядоченности и «энтропийности», диссипативности, иерархизации, дифференциации и упорядочивания, кумулятивного эффекта, эффекта петли обратной связи, др. Интенсивность диссипации, т.е. увеличение энтропии, можно связать с интенсивностью роста числа новых элементов-признаков в системе, хотя усложнение, обогащение системы, на первый взгляд, «позитивно» (информационное, финансовое обогащение, нарастание самостоятельности, поступательное наращивание свободы передвижения, расширение круга общения, др.), но если флуктуации вызывают интенсивный рост новых элементов, а между ними не успевают образовываться связи, организация системы нарушается, энтропия возрастает, система становится структурно неустойчивой, чувствительной к дестабилизирующим факторам, может быть разрушена.

Существование неустойчивости можно рассматривать как результат флуктуации, которая сначала была локализована в малой части системы, а затем распространилась и привела к новому макроскопическому состоянию. «Петля обратной связи» в сложной системе делает возможным в далеких от равновесия состояниях (переходный кризисный возраст) усиление очень слабых возмущений (семейные конфликты, отрицательные оценки сверстников, ситуации осмеяния) до гигантских, разрушающих сложившуюся структуру системы, волн, приводящих систему к изменению - резкому скачку, заканчивающемуся адаптацией и самоорганизацией или же деструкции (антивитальная настроенность и антивитальное поведение).

Такой системный подход помогает глубже разобраться в природе сложных психологических, социально-психологических процессов. При этом «кумулятивный эффект» системы заключается в том, что незначительная причина вызывает серию взаимодействующих составляющих цепи следствий, каждое из которых все более существенно (социально-психологическая система «возмущений» в психологическом поле индивида, приводящая с каждой волной ко все менее стабильной структуре поля).

Нередко он непосредственно связан с «петлей положительной обратной связи». Флуктуации, воздействующие на систему, в зависимости от своей силы могут иметь совершенно разные для нее последствия. «Петля обратной связи» в сложной системе делает возможным в далеких от равновесия состояниях (переходный кризисный возраст у подростка) усиление очень слабых возмущений или отдаленных во времени и пространстве факторов (семейные конфликты, отрицательные оценки сверстников, ситуации осмеяния) до гигантских, разрушающих сложившуюся структуру системы, волн, приводящих систему к изменению - резкому скачку, заканчивающемуся адаптацией и самоорганизацией или нет (антивитальная настроенность и антивитальное поведение).

Когнитивно-перцептивная перспектива «я – объект оценивания» формируется в контексте дисфункциональных убеждений о воспринимаемом себе как «неловком», «некомпетентном» и «не соответствующем стандартам» в ситуациях оценивания. В модели Clark и Wells (1995) показано, что испытываемые с СТР поглощены процессами

пристрастной когнитивной переработки информации, которые препятствуют «проверке» дисфункциональных убеждений о себе и окружающей ситуации. Эти процессы связаны с искаженной концентрацией внимания («вовнутрь»), «на себя», а также на негативном опыте прошлого (отказах, неудачном самопредъявлении на публике). Страдающие СТР в силу невозможности регуляции деятельности в ситуациях оценивания, своевременного переключения внимания на приоритетные задачи ситуации, стараются контролировать когнитивные процессы, испытывая неприятное чувство потери контроля над ними. Они пытаются управлять мышлением, эмоциями.

Метакогнитивными стратегиями выступают (А. Wells, D.M. Clark): 1) супрессия - стремление не думать мысли, не испытывать тревогу; 2) мониторинг угрозы как попытка проанализировать опыт, предсказать, что может случиться в будущем; 3) самофокусировка внимания - избыточное внимание к образу себя в глазах других, внутренним процессам; 4) постситуационное руминирование – избыточный анализ социальной ситуации. Проблема этих стратегий, заключается в том, что они поддерживают переживание тревоги при оценивании, дезорганизуют деятельность. А. Wells, D.M. Clark предполагают, что отдельные социальные ситуации оценивания вызывают автоматические мысли, которые вращаются вокруг предполагаемой отрицательной оценки другими, воспринимаемой как опасной. Эти мысли оказывают три непосредственных воздействия: 1) ведут к чрезмерному «защитному поведению», то есть поведенческим стратегиям, которые должны служить для того, чтобы предотвращать участие в ситуации, внушающей страх; 2) приводят к самофокусировке внимания человека на самом себе, так что все меньшее количество ресурсов внимания остается для реальной оценки ситуации; 3) вызывают физиологические симптомы проявления тревоги, которые затем интенсивно обрабатываются и расцениваются как признаки того, что ситуация действительно опасна. А. Wells, D.M. Clark предполагают, что элементы данной модели взаимодействуют и поддерживают друг друга.

Авторы подчеркивают значение переработки поступающей информации до и после социальных ситуаций оценивания. В «предвосхищающей» переработке информации пациенты представляют себе особенности внушающей страх ситуации, при этом уровень тревоги повышается, а после ситуации (пост-ситуативная переработка информации) происходит ее избыточный руминативный анализ, который укрепляет дисфункциональные убеждения, повышает тревогу (петля обратной связи или патологический круг тревоги оценивания). В современной науке к сложным системам, к которым относятся как когнитивные процессы, так и сложные социальные явления, системный подход применяется достаточно давно. Сложность системы психической деятельности, поведения, феномена личности описана еще в теории поля К. Левина, который использовал методологию физико-математических наук для концептуализации поведения человека. Автор показал, что поведение не есть совокупность измеренных феноменов «личности» (диспозиционных характеристик) и среды (внешние средовые факторы), но это системное сложное единство, не сводимое к сумме и не равное их совокупности. Эта идея выступает основой теории сложных систем и принципа самоорганизации системных явлений [10]. Поведение, по мысли К. Левина, есть функция «от личности и среды» («функция от жизненного пространства»,  $B=F(P;E)=F(LSp)$ ), т.е. для прогноза поведения, реагирования необходимо оценивать не диспозиции и не средовые факторы изолированно, а системное новое качество «взаимодействия» данных составляющих и их «проекции» в вероятные способы реагирования в той или иной ситуации. Для объяснения этих идей ученый ввел понятие, выражающее эту системность. Человек действует в «психологическом поле», жизненным про-

странстве, имеющем хроно-топологическую системную природу [10].

Так, направленность поведения в психологическом поле означает понятие «динамическая система», которая, будучи заряженной (нарастание напряжения или энтропии) имеет аттракцию в виде разрядки этой системы (преодоления и упорядочивания, организации). Динамическая система направляет психическую активность в отношении определенных, связанных с тематическим вектором этого напряжения, аспектов ситуации, вычлняя в ней то, что необходимо для ее «разрядки» (упорядочивания системы, возврата в гомеостатическое ненапряженное состояние). Согласно теории сложных систем, чем разнообразнее комплексный состав системы и выше способность элементов к кооперации, тем больше возможностей для возникновения новых внутренних взаимосвязей и выше адаптивные возможности системы, а значит, и стабильнее ее функционирование.

К. Левин отмечал трансформацию степени взаимосвязи личности и среды в процессе взросления человека. Маленький ребенок полностью во власти текущей ситуации (ее стимулов, побуждающих к непосредственному реагированию), а более старшему ребенку «легче встать над этой ситуацией». В конфликтной ситуации это различие существенно. По мысли ученого, это различие объясняется изменением временной перспективы, а также указывает на большее «функциональное расстояние» между «Я» индивида и его психологическим окружением. К. Левин пишет, что более старший ребенок способен отличать более «поверхностные» аспекты ситуации от более «глубоких» смыслов, тем самым указывая, что с возрастом более зрелая личность способна руководствоваться в своих действиях не столько непосредственными стимулами ситуации, сколько смыслами и отдаленными ее последствиями («временная перспектива» как одно из ключевых понятий теории К. Левина). Развитие системы взаимодействия в процессе взросления индивида идет, с одной стороны, по пути дифференциации и усложнения взаимосвязи личности (ее диспозиций) и составляющих среды (окружение, ситуация), а с другой стороны, - по пути ослабления взаимозависимости, формирования гибкости этой связи в связи с углублением «временной перспективы» и пониманием смыслового, а не «сиюминутного» пласта ситуации. Помимо дифференциации в системе взаимосвязи личности и среды, по мысли К. Левина, происходит иерархическая организация жизненного пространства (в патопсихологии – иерархическая организация мотивов личности), которая с возрастом все увеличивается. В теории деятельности эти идеи трансформированы и представлены в анализе системы мотивов личности (ведущий мотив и мотивы-стимулы по А.Н. Леонтьеву). Происходит организация личностных особенностей, при этом «одна потребностная система может выступать в качестве управляющей потребности, а вторая – в качестве управляемой потребности» (К. Левин). Одни потребности обладают способностью выступать как цели и орудия для других ведущих потребностей [10].

К. Левин пишет, что в процессе организации психологического пространства по мере взросления становится все более возможным использование социального окружения в качестве средств и орудий достижения цели. В социальном отношении это использование орудий становится все более организованным, сложным. Становится возможным использование надситуативных «обходных путей» в достижении цели (опосредованное достижение цели в понятиях Л.С. Выготского, Б.В. Зейгарник), отличающихся от «прямого» приближения к таковой. Иерархическая организация жизненного пространства усложняется и увеличивается наряду с дифференциацией личности от непосредственных влияний ситуации, окружения. Однако, увеличение количества иерархических уровней (дифференциация, усложнение) в ходе развития не всегда согласуется с взрос-

танием степени единства личности [5, 8-9].

Нарушения в организации жизненного пространства личности связаны с редукцией многообразия поведения (уменьшение числа иерархических связей, либо дезорганизация), снижением уровня организации личности – регресс от организации к простой взаимосвязи (типично для временной регрессии в ситуации сильного эмоционального напряжения, при психопатологии), сужением сферы деятельности и интересов (временная перспектива сжимается, поведение начинает все более зависеть от особенностей текущей ситуации), снижением реалистичности («слепота к реальности» под влиянием сильных эмоций, слипание реальных и идеальных целей).

При исследовании сложных социально-психологических, клинико-психосоциальных проблем бесполезно раскладывать системное многообразие факторов (когнитивный стиль личности, социальная ситуация, система ценностей, ригидности, местности проживания, интеллект, целеполагание, страхи, психофизиологические факты, др.) по классификационным ячейкам.

Единственная возможная методологическая и эмпирическая основа исследования таких феноменов должна учитывать его системный комплексный характер, не сводимый к сумме составляющих и к изолированному рассмотрению «экспериментального эффекта» каждого из параметров в отдельности. В этой связи бессмысленным оказываются множественные корреляционные исследования. К таким сложным системным явлениям относится когнитивная регуляция при реагировании подростка в психологическом поле ситуации субъективно негативного оценивания (отказ, отвержение, осмеяние, критика, буллинг как психологическая травля, недоброжелательное отношение в широком смысле), особенно если это оценивание связано с ведущим типом деятельности в этом возрасте – общением со сверстниками, интеграции в группу, реорганизацией его психической деятельности в новой социальной ситуации развития.

Проблема негативного оценивания как образа психологической ситуации индивида в подростковом возрасте является наиболее «острой» с точки зрения вероятности дисфункционального реагирования без учета «временной перспективы», отдаленных последствий и смысловых надситуативных особенностей ситуации, без использования «обходных путей» опосредованного, не прямого достижения цели, без должного соотношения идеального образа ситуации и возможностей и реального образа и возможностей в ней (К. Левин, Б.В. Зейгарник, Б.С. Братусь, Ф. Хоппе, др.) [10, 7, 8-9]. Негативное оценивание, выступая зачастую «пусковым» механизмом в актуализации дисфункционального реагирования, включая антивитальное, аутоагрессивное и агрессивное поведение, никогда не является собственно причиной такового. Причинно-следственные модели в исследовании сложных систем, как писал Л.С. Выготский, выступают «научным вульгаризмом» и никоим образом не объясняют закономерностей изучаемого явления.

В этой ситуации подросток с учетом известных возрастных особенностей этого периода уязвим перед оцениванием, а его неуверенность в социальном поведении, собственной правоте, соответствии ожиданиям других может доходить до чрезвычайно высокой степени, скальзываясь на способе реагирования в психологически неустойчивом жизненном пространстве с неустоявшейся и несформированной четкой жизненной перспективой и гибкими стратегиями совладания в стрессовых ситуациях.

По Л.Б. Мэрфи, к которому отсылает К. Левин в процессе анализа психологического поля подростка, ситуация ненадежности и неопределенности, в которой он оказывается, приводит к крайним формам поведения – либо агрессивному, либо застенчивому. Эта «катастрофа» в системе «перехода» из одного состояния в другое предполагает ослабление связи со старой областью поля при недостаточном упрочении новой, в результате психоло-

гическая позиция в известной степени нестабильна, повышена вероятность всякого рода нарушений в адаптации, регуляции поведения. Кроме того, это период наиболее глубоких изменений временной перспективы, период, когда «идеальные» и «реальные» цели слиты, а будущее текуще, мера его реальности снижена. Плоскость ожиданий простроена зачастую нереалистично.

Итак, острое состояние динамического напряжения в этой области психологического поля из-за отсутствия ясности и когнитивной «размеченности» требует «разрядки», организации и структурирования (самоорганизации), пути и средства для этого зачастую просто случайны или наиболее доступны, в том числе готовность подростка следовать за любым, предлагающим некую систему ценностей, организации, готовности действовать по ситуации, обесценивать общепринятые ценности, которые внутренне противоречивы. Такая эмоциональная нестабильность и повышенная чувствительность провоцирует подростка вести себя то агрессивно, то застенчиво (тревожно) и преломляет влияние прежде фоновых факторов социальной ситуации (эффект внешних стрессоров усиливается, психологическая ситуация видоизменяется) [10, 14-15].

Как десинхронизирующие, так и синхронизирующие факторы действуют практически все время на поведение и принятие решений в ситуации, но приобретают возможность реально и ощутимо повлиять на процесс синхронизации сразу после точки бифуркации, в которой десинхронизируются очень многие процессы, после чего на эволюционной стадии развития тенденции к синхронизации и взаимной адаптации других видов (синхронизацию можно рассматривать как разновидность адаптации постепенно берут верх и усиливаются по мере отдаления от «катастрофы») (в понятиях теории катастроф). Итак, вопрос о величине (мощности) влияния ситуативных побуждений на реагирование личности в определенном состоянии (например, переходный возраст подростка), согласно идеям К. Левина, его учеников Ф. Хоппе, Б.В. Зейгарник, др., связан с феноменом «временной перспективы» личности, смысловой дифференциации ситуации и личности, увеличением «психологического расстояния» между областями жизненного пространства (психологический индивид и психологическое окружение), а также дифференциацией целевой структуры личности и формирования адекватного уровня притязаний в контексте корректного гибкого соотношения своих возможностей с особенностями и требованиями текущей ситуации, возможности своевременной коррекции уровня притязаний для сохранения самооценки и стабилизации реагирования в ситуации, овладения поведением, организации психической деятельности в условиях нарастания влияния эмоций на мышление и поведение (Ф. Хоппе, Т. Дембо, С.Я. Рубинштейн, Б.С. Братусь, В.Н. Павленко, Ф.С. Сафуанов, И.А. Кудрявцев, др.). Исследование А.Р. Лурии механизмов, опосредствующих непосредственную аффективную реакцию в ситуациях «конфликта установок» и «конфликта недостаточности» показали, каким образом возможно преодоление дезорганизации деятельности в этих условиях.

Данные задачи объединяет особое условие – необходимость отторгивания нецелевых стимулов и активного поиска целевого. В таких условиях нарушение селективного отбора, своевременного переключения с нецелевых на целевой стимул диагностируется достаточно просто и легко. Здесь именно эти аспекты выступают эмпирическим индикатором нарушений регуляции тревоги (аффекта в ситуации негативного оценивания). Неверно было бы, однако, интерпретировать, что эмоциональная реакция тревоги – простой отклик на стрессогенный стимул (смех из аудитории, собеседник отвернулся, др.). Такая интерпретация противоречит принципам системной психической организации, активности субъекта, принципу единства аффекта и интеллекта (Л.С. Выготский). Эмоциональное состояние тревоги

и страха оценивания формируется постепенно, при этом индивид может замечать и вторично критически оценивать собственные познавательные нарушения, что, в свою очередь, провоцирует субъективное ощущение беспомощности и потери управления над собственной психической (когнитивной) деятельностью, что вторично усиливает тревогу и т.д. Когнитивные нарушения могут долго циркулировать по механизму «порочного круга», с каждым витком усиливая нарушения регуляции психической деятельности (А. Бек, 2003; Д. Кларк, 2010; Дж. Вильямс, 1997; А. Веллс и А. Мэттьюс, 1994, др.). В зарубежных когнитивных и метакогнитивных теориях как парадигмах «реактивности» зачастую успешность познавательной деятельности человека в условиях стресса трактуют как результат высокого или низкого уровня «когнитивного контроля», «базового торможения». В противоположность этому принципу «реактивности» противопоставляется принцип «активности», основанный на принципах системности, активности субъекта, единства аффекта и интеллекта. Этот принцип представлен, в первую очередь, теорией психологических орудий Л.С. Выготского, теорией системной динамической локализации ВПФ А.Р. Лурия. Исследования отечественных ученых показали, что ситуация «конфликтности» стимулов может быть необязательной для диагностики снижения регулятивных способностей, хотя и очень показательной. Дело в том, что при выраженных нарушениях тревожного спектра даже нейтральные стимулы могут интерпретироваться как стрессогенные, таким образом, инвертируется смысловая значимость приоритетного стимула, а не переключение с одного стимула на другой.

Процесс конструктивной регуляции психической деятельности в социальной ситуации возможен только при активном фокусировании внимания на образе цели, сохранении ее в оперативной памяти на протяжении всей деятельности при одновременном абстрагировании от несущественных деталей. Когнитивно-перцептивные процессы должны быть выстроены в соответствии с реализуемой в настоящий момент целью при отторгивании отвлекающих стрессогенных стимулов (кто-то разговаривает в аудитории, преподаватель что-то помечает в блокноте, лицу стало жарко, вопрос задан «недружелюбно»). Таким образом, способность произвольно управлять социальной тревогой в ситуациях персонального оценивания связана с формированием гибкой системой регуляции перцептивно-когнитивной психической деятельности при решении конкретных задач, а также использованием адекватных символических средств овладения, опосредствования тревоги, организации поэтапного и адаптивного целеполагания. Траектория процесса развития любой системы, вектор его направленности определяют динамику ее развития, «эволюции» в широком смысле. Вначале идет медленное количественное накопление изменений. Оно возможно лишь до определенного предела — состояния неустойчивости (кризисные возрастные периоды становления личности). В этом состоянии происходит переход количественных изменений в качественные, который, как правило, осуществляется скачком (диссипативность). Момент перехода определяется свойствами системы и уровнем флуктуаций в ней. В результате скачков в системе происходят кардинальные (революционные) изменения.

Скачкообразное изменение внутреннего состояния системы регуляции деятельности личности в ситуации осуществляется в ответ на плавное изменение внешних условий и обозначается в теории сложных систем термином «катастрофа» (Р. Тома). Развитие системы любой природы (когнитивной, социальной) представляет собой череду изменений, а эволюционный процесс — определенную последовательность постепенных этапов развития и качественных скачков разного масштаба, периодический процесс смены ее качественных состояний, движение от одной неустойчивости к другой, от одной



точки бифуркации к другой (перестройка системы в критических, стрессовых, конфликтных условиях).

Перестройка системы подразумевает использование новых способов ее организации в изменившихся условиях (по Л.С. Выготскому - новообразование и ведущий тип деятельности в условиях новой социальной ситуации развития). Успешное прохождение «переломных» кризисных периодов обеспечивает перестройку всей сложной системы, ее обновленную самоорганизацию в контексте новых задач возрастного развития и социальной ситуации. Зрелость личности в конечном итоге, ее способность к произвольной саморегуляции и опосредствованию в сложных жизненных ситуациях связана с нормальным прохождением и оптимальным с точки зрения адаптации и развития личности выходом из закономерных кризисных этапов взросления.

Итак, согласно теории сложных систем, такое «поступательное движение системы» связано с необходимостью выработки качественно новых адаптивных механизмов, дифференциацией взаимодействия личности и среды в широком смысле. Если система благодаря внутренней перестройке сумела приспособиться к новым условиям, то она переходит к новому устойчивому состоянию (выход из кризиса, формирование новообразования, вхождение в новую социальную ситуацию развития, по Л.С. Выготскому). В противном случае она деградирует и разрушается (появляются личностные аномалии, нарушения в поведении, дисфункциональное реагирование в ситуациях оценивания, аутодеструктивное поведение и антивитаальные переживания под влиянием ситуации, другие психические нарушения и нарушения адаптации).

В устойчивом состоянии система, как правило, будет находиться до очередной, важной для нее, случайной флуктуации, под влиянием которой ситуация вновь повторится. Этот периодический процесс протекает до тех пор, пока система обменивается с окружающей средой. Когнитивная, метакогнитивная регуляция в норме осуществляет управление всей психической деятельностью и поведением, способствуя ее организованной целенаправленной реализации, овладением непосредственных побуждений, в том числе аффективных [14-15].

Таким образом, антивитаальная направленность поведения подростка не есть результат какой-то конкретной очевидной причины, воспринимаемой зачастую самим подростком и его ближайшим окружением как основной мотив такового, но результат влияния внутренне взаимосвязанной системы факторов, ни одна из которых не выступает самостоятельной причиной, также как и совокупность факторов. Эта система факторов имеет внутреннюю динамику, которую можно охарактеризовать посредством понятий «петля обратной связи», «кумулятивный эффект», «динамическое напряжение», «психологическое пространство», «скачок», др., характеризующих не отдельные факторы и условия антивитаальной направленности поведения подростка, а внутрисистемные механизмы взаимодействующих влияний.

## COGNITIVE AFFECT'S REGULATION BIASES IN NEGATIVE EVALUATION SITUATION AT ANTIVITAL BEHAVIOUR ORIENTATIONS AT TEENAGE AGE

© 2014

*O.A. Sagalakova*, candidate of psychological sciences, associate professor of the department of «clinical psychology»

*D.V. Truevtsev*, candidate of psychological sciences, associate professor, head of the department of «clinical psychology»  
*Altay State University, Barnaul (Russia)*

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бергаланфи Л. фон. Общая теория систем — критический обзор // Исследования по общей теории систем: Сборник переводов. — М.: Прогресс, 1969. — С. 23–82.
2. Пригожин И., Стенгерс И. Порядок из хаоса: Новый диалог человека с природой. М.: Прогресс, 1986. — 432 с.
3. Богданов А.А. Тектология: Всеобщая организационная наука. Международный институт Александра Богданова. — М.: «Финансы», 2003.
4. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г., Родионова М.С., Тарабрина Н.В. Частная патопсихология: в 4 т. — Т. 2: Клиническая психология. — М.: Академия, 2012. — 432 с.
5. Выготский Л.С. Собр. соч.: в 6 т. — Т. 1. — М.: Изд-во МГУ, 1982. — 435 с.
6. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения. — М.: Педагогика, 1983. — С. 251–261.
7. Братусь Б.С., Павленко В.Н. Соотношение структуры самооценки и целевой регуляции деятельности в норме и при аномальном развитии // Вопр. психологии. — 1986. — №4. — С. 146–155.
8. Зейгарник Б.В. Психология личности: норма и патология // Под ред. М.Р. Гинзбурга. — Москва: Институт практической психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1998. — 352 с.
9. Зейгарник Б.В., Братусь Б.С. Очерки по психологии аномального развития личности. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980. — 160 с.
10. Левин К. Динамическая психология: избр. тр. — М.: Смысл, 2001. — 572 с.
11. Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Суицид как феномен социально-психологической дезадаптации личности. Актуальные проблемы суицидологии. В сб.: Труды Московского НИИ психиатрии МЗ РФ. — М.: МЗ РФ, 1978. — С. 6-28.
12. Wells A., Clark D.M. A cognitive model of social phobia / R.G. Heimberg, M.R. Liebowitz, D.A. Hope, F.R. Schneier (Eds.), Social phobia: diagnosis, assessment, and treatment: theoretical and empirical approaches. New York: Guilford Press, 1995. — P. 1130-1200.
13. Rapee R.M., Heimberg R.G. A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. Behaviour Research and Therapy. - 1997. 35(8). - P. 741-756.
14. Сагалакова О.А., Труевцев Д.В. Психология социального тревожного расстройства. — Томск: Изд-во Том. ун-та, 2014. — 248 с.
15. Сагалакова О.А., Труевцев Д.В. Метакогнитивные стратегии регуляции при социальном тревожном расстройстве. — Томск: Изд-во Том. ун-та, 2014. — 210 с.

*Публикуется при поддержке гранта Российского научного фонда (РНФ, конкурс 2014 года «Проведение фундаментальных научных исследований и поисковых научных исследований отдельными научными группами», № 14-18-01174).*

*Annotation:* The antivital behaviour orientation at teenage age as «the transitive» period of reorganisation of «a psychological field» persons is high risky also is closely connected with cognitive affect regulation biases in negative evaluation situations as fundamental complex mechanism of behaviour cope. The phenomenon is analyzed in article from a position of the complex systems theory concerning social and mental processes (L. fon Bertalanfi, other), cultural-activity concept (L.S. Vygotsky, A.N. Leontiev), theory of psychology field (K. Levin), pathopsychology (B.V. Zejgarnik), metacognitive theory (A. Wells).

*Keywords:* antivital behaviour orientation, teenage age, negative evaluation situations, cognitive affect regulation biases, the complex systems theory, a cumulative effect, effect of a loop of feedback coupling.