



Д.Г. ДЬЯКОВ

МОДЕЛЬ ПЕРЕЖИВАНИЯ КАК ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ СИТУАЦИЙ ФРУСТРАЦИИ

Исследуются теоретические предпосылки построения модели переживания ситуаций фрустрации; раскрывается ее поуровневое устройство; рассматриваются основные психологические механизмы осуществления переживания ситуаций фрустрации в рамках данной модели.

Theoretical premise of the creation of the model of frustrating situations experience is researched. The establishment of the model is revealed at every level. The main psychological mechanisms of the realization of the frustrating situations experience are considered within the model.

Теоретическое обоснование модели переживания ситуаций фрустрации. Впервые категория переживания описана в отечественной психологии такими исследователями, как Л.С. Выготский, Б.М. Теплов, С.Л. Рубинштейн. В поздних работах Л.С. Выготский определяет переживание как «...действительную динамическую единицу сознания, т. е. полную, из которой складывается сознание»¹. Для Б.М. Теплова переживание является «...основной единицей построения и развития личности»². С.Л. Рубинштейн понимает переживание как «особо значимый механизм в жизни человека, характеризующий индивидуальный путь его развития»³. М.Г. Ярошевский, анализируя понимание Б.М. Тепловым категории переживания в ее отношении к психологической реальности, пишет: «Применительно как к личности, так и к предмету психологии Б.М. Теплов принимает категорию переживания за ключевую», следовательно, можно предположить, что и Л.С. Выготский, и Б.М. Теплов рассматривают переживание как «клеточку сознания... единицу психологии», представляющую собой «единство аффекта и интеллекта»⁴. Интересы ученых тем не менее не сводились к изучению проблемы переживания, следствием чего является фактическое отсутствие психологической модели данного феномена, построение которой обусловлено в первую очередь необходимостью исследования переживания ситуаций фрустрации лицами с отклонениями в психофизическом развитии, которые испытывают громадные проблемы в связи с их инвалидностью и соответственно сложностями социальной адаптации. Изучением психологических особенностей данной категории лиц занимается специальная психология, понятийный аппарат которой выстроен в рамках отечественной психологической традиции. Модели переживания в рамках иных психологических парадигм не могут адекватно вписаться в специальную психологию, в ее единое теоретическое поле и служить основанием для решения практических задач, что и обуславливает важность построения модели в русле культурно-исторической теории, являющейся «образующей основой» отечественной психологии.

Ф.Е. Василюк, наиболее активно в отечественной психологии изучавший переживание, определяет его как преодоление критических ситуаций через выстраивание осмысленных *отношений между критической ситуацией* (в частности, ситуацией фрустрации) *и ценностями* (через конституируемый ими мотив)⁵. Мы рассматриваем понимание Ф.Е. Василюком переживания критических ситуаций как *частный вариант категории переживания*, предлагаемой в работах

Л.С. Выготского, Б.М. Теплова. Переживание рассматривается Ф.Е. Василюком как осмысление критической ситуации (частным вариантом которой является ситуация фрустрации), т. е. соотнесение ее с системой ценностей субъекта. Осмысление, в свою очередь, представляет собой установление осознанных отношений между ситуацией, мотивом и конституирующими его ценностями⁶. Установление отношений предполагается как достраивание эмоциональной составляющей реакции субъекта на ситуацию фрустрации за счет ее когнитивного компонента. Осмысление, исходя из взглядов А.Н. Леонтьева, предполагает формирование субъективной значимости ситуации для переживающего субъекта⁷. Следовательно, переживание критических ситуаций может рассматриваться нами как когнитивный этап (сложно определить место этого этапа в актуалогенезе переживания: он может быть как сосуществующим, так и следующим за эмоциональным этапом переживания критической ситуации) психологической деятельности субъекта, обусловленной необходимостью преодоления критической ситуации (в нашем случае – ситуации фрустрации).

Переживание критических ситуаций фрустрации как установление смыслового соответствия между переживаемой ситуацией и ценностями через конституируемый ими актуализированный в критической ситуации мотив представляет собой *модель* переживания критических ситуаций фрустрации в рамках настоящего исследования.

Модель переживания ситуаций фрустрации. В основе нашей модели лежит понимание сознания как многоуровневой системы (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др.) и понимание переживания как динамической единицы сознания (Л.С. Выготский, Б.М. Теплов).

Предлагаемая модель выстраивается с опорой на понимание переживания как деятельности (принимая это определение, мы четко ограничиваем категориальное поле, в котором будет осуществляться и рассматриваться настоящее исследование) ценностного преодоления субъектом критической ситуации⁸.

Модель переживания как деятельности, кроме того, выстраивается с опорой на логику развития ведущего вида деятельности в концепции Д.Б. Эльконина. Данная логика предполагает два основных этапа в развитии любой деятельности: мотивационный и операциональный. В структуре любой деятельности на разных этапах ее онтогенеза доминирует один из двух структурных компонентов или уровней: соответственно мотивационный или операциональный⁹. Мы опираемся на модель психического аппарата, предложенную Б.С. Братусем¹⁰, согласно которой психическая активность обнаруживает себя на трех уровнях: личностно-смысловом, индивидуально-психологическом и физиологическом (схожие представления в отношении структуры психической деятельности имеют А.Г. Асмолов, В.А. Иванников, Т.В. Корнилова, И.А. Васильев и некоторые др.).

В соответствии с обозначенными теоретическими разработками наша модель обнаруживает два уровня: личностно-смысловой, операциональный.

Уровни модели переживания ситуаций фрустрации. В *операциональный* уровень включаются те психические явления и процессы, которые обеспечивают техническую сторону деятельности переживания. Ф.Е. Василюк пишет о том, что переживание обеспечивается всей группой психических функций, но каждый раз одна из них может играть главную роль, беря на себя основную часть работы переживания, т. е. работы по разрешению «неразрешимой» ситуации¹¹. «В противовес той прочной ассоциации (а порой и отождествлению), между словами «эмоция» и «переживание», которая бытует в психологии, нужно специально подчеркнуть, что эмоция не обладает никакой прерогативой на исполнение главной роли в реализации переживания. Основным исполнителем может стать и восприятие (в разнообразных феноменах «перцептивной защиты»), и мышление (случаи «рационализации» своих побуждений, так называемая «интеллектуальная переработка» травмирующих событий), и внимание (защитное переключение внимания на посторонние травмирующему событию моменты), и другие психические «функции»¹². Таким образом, различные механизмы переживания могут быть поняты на этом уровне как особые «функциональные органы», т. е. «...определенные ор-

ганизации, складывающиеся для реализации целей конкретного процесса переживания»¹³. «Подобный “функциональный орган”, или механизм переживания, раз сложившись, может стать одним из привычных средств решения жизненных проблем и может пускаться субъектом в ход даже при отсутствии ситуации невозможности, т. е. оставаться переживанием лишь по своему происхождению, но не по функции»¹⁴.

Личностно-смысловой уровень. Исходя из определения переживания как ценностного преодоления ситуации фрустрации через ее осмысление относительно системы ценностей субъекта, можно выделить две составляющих переживания на этом уровне: *осознание отношений ситуации к мотиву и осознание отношений мотива к системе ценностей субъекта*. Личностно-смысловой уровень, таким образом, в микрогенезе включает две составляющих — осознание отношений между следующими компонентами: ситуацией фрустрации и конституирующим ее мотивом; и актуализированным мотивом и конституирующими его ценностями.

В своем эмпирическом исследовании мы предпринимаем попытку рассмотрения *личностно-смыслового* уровня нашей модели. Изучая переживание в соответствии с определением Ф.Е. Василюка как установление смыслового соответствия ситуации ценностям, мы раскрываем преимущественно особенности *личностно-смыслового* уровня данной модели.

Модель личностно-смыслового уровня, на котором соотносится ситуация фрустрации с системой ценностей субъекта, включает два компонента, соответствующих двум возможным качествам переживания: центральный, или стержневой, и периферический. Центральный компонент моделирует содержание, определяемое Ф.Е. Василюком как позитивное (продуктивное) переживание, а периферический — как то, что обозначается автором как переживание негативное (непродуктивное). Основываясь на предположении Ф.Е. Василюка о двух возможных качествах переживания (позитивном и негативном), мы предложили критерии такого дифференцирования.

Критерии дифференцирования качества переживания ситуаций фрустрации. При выделении *критериев* мы исходили из того, что позитивное переживание всегда ценностное; позитивное переживание предусматривает осмысление, предполагающее осознание. Общим надкритериальным основанием *дифференцирования* качества переживания становится установление осознанного отношения между ситуацией фрустрации и конституирующими ее ценностями, при котором ситуация начинает переживаться перспективной. Выделение частных критериев из данного основания осуществляется на основе описанных выше компонентов переживания и в соответствии с ними. Первым критерием становится осознание отношений между ситуацией фрустрации и конституирующим ее мотивом; вторым соответственно — осознание отношений между мотивом и конституирующими его ценностями. Если, как в отношении первого, так и в отношении второго критерия, обнаруживает себя осознание отношений между компонентами переживания, мы можем говорить о позитивном переживании; в случае, если обнаруживает себя не осознание хотя бы одного из отношений, мы вправе говорить о негативном переживании.

Результатом переживания могут выступать изменения в иерархии мотивов наряду с постановкой новой цели, осуществляющей перспективную связь между ситуацией фрустрации и системой ценностей субъекта. В случае преобразования иерархии мотивов происходит изменение доминирующего в ситуации мотива. В результате подобной реконструкции ситуация начинает переживаться не как критическая, а как перспективная. Если результатом переживания становится постановка цели, осуществляющей перспективную связь между ситуацией фрустрации и конституирующими ее ценностями, то установление таких отношений между ситуацией и ценностями обуславливает становление перспективности ситуации фрустрации в динамике переживания.

Возможность присутствия описанных явлений, результирующих процесс переживания, но входящих при этом в его структуру (как в случае позитивного, так и

негативного переживания), позволяет нам осуществить типологизацию переживания.

Критерии типологизации переживания ситуации фрустрации. *Центральным критерием* построения типологии является присутствие в структуре переживания (в микрогенезе) двух перечисленных межкомпонентных явлений: осознания отношений между ситуацией фрустрации и конституирующим ее мотивом; осознание отношений между мотивом и конституирующими его ценностями. В качестве *периферических критериев* выступают наличие изменений в иерархии мотивов и постановка новой цели, устанавливающей перспективную связь между ситуацией фрустрации и системой ценностей субъекта.

Типология переживания ситуаций фрустрации

1. Переживание, при котором имеет место: осознание отношений между ситуацией фрустрации и актуализированным в ней мотивом; осознание отношений между мотивом, актуализированным в ситуации, и системой ценностей субъекта, конституирующей этот мотив; изменение иерархии мотивов; постановка цели, устанавливающей перспективную связь между ситуацией фрустрации и системой ценностей субъекта, не осуществляется.

2. Переживание, при котором имеет место: осознание отношений между ситуацией фрустрации и актуализированным в ней мотивом; осознание отношений между мотивом, актуализированным в ситуации, и системой ценностей субъекта, конституирующей этот мотив; изменения иерархии мотивов не происходит; осуществляется постановка цели, устанавливающей перспективную связь между ситуацией фрустрации и системой ценностей субъекта.

Два первых типа мы можем условно соотносить с позитивным, а два последних — с негативным качеством переживания.

3. Переживание, при котором имеет место: целостное либо фрагментарное не осознание отношений между ситуацией фрустрации и актуализированным в ней мотивом; осознание отношений между мотивом, актуализированным в ситуации, и системой ценностей субъекта, конституирующей этот мотив; изменения иерархии мотивов не происходит; постановка цели, устанавливающей перспективную связь между ситуацией фрустрации и системой ценностей субъекта, не осуществляется.

4. Переживание, при котором имеет место: осознание отношений между ситуацией фрустрации и актуализированным в ней мотивом; целостное либо фрагментарное не осознание отношений между мотивом, актуализированным в ситуации, и системой ценностей субъекта, конституирующей этот мотив; изменения иерархии мотивов не происходит; постановка цели, устанавливающей перспективную связь между ситуацией фрустрации и системой ценностей субъекта, не осуществляется.

Установление осознанных отношений между обозначенными компонентами переживания осуществляется в нашей модели посредством ряда универсальных механизмов (единых как для позитивного, так и для негативного переживания).

Механизмы переживания ситуаций фрустрации. Выделение механизмов осуществляется нами в соответствии с предположением С.Л. Рубинштейна, согласно которому «заключенные в переживании тенденции, зависящие от того, что оказывается значимым для личности, контролируют, таким образом, в той или иной мере, избирательный процесс их осознания»¹⁵. В качестве механизмов осуществления переживания предложены описанные А.И. Розовым (И.И. Розетом)¹⁶ как опосредствующие переживание комические механизмы *анаксиоматизации*, *гипераксиоматизации* и построенный нами по тому же принципу механизм *реаксиоматизации*. Анаксиоматизация понимается А.И. Розовым как механизм критериального изменения отношения субъекта к данности, содержанием которого является приписывание ей более низкой оценки. Гипераксиоматизация понималась ученым как механизм, обратный анаксиоматизации и заключающийся в критериальном изменении отношения субъекта к данности для придания ей более высокой оценки¹⁷. Механизм реаксиоматизации, построенный нами

по идентичному принципу, представляет собой «горизонтальное» (в отличие от «вертикального» в механизмах, описанных А.И. Розовым) критериальное изменение отношения субъекта к данности в направлении придания ей отличной (иной) оценки.

Особенности осуществления описанных механизмов в случае позитивного переживания, в отличие от негативного, состоят в том, что при позитивном переживании анаксаматизация (обесценивание), гипераксаматизация (повышение оценки) и реаксаматизация («горизонтальное» изменение оценки) осуществляются в направлении компонентов переживания (ситуация, мотив, ценности, барьер, преграждающий путь реализации мотива) в их отношениях, связях друг с другом. В случае негативного переживания данные механизмы обнаруживают себя в направлении соответствующих компонентов вне их отношений, связей, вне целостности переживания.

¹ Выготский Л.С. Собр. соч.: В 6 т. М., 1983. Т. 4. С. 383.

² Теплов Б.М. О музыкальном переживании // К 35-летию научной деятельности Д.Н. Узнадзе. Тбилиси, 1945. С. 427–447.

³ Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2 т. М., 1989. Т. 1. С. 15.

⁴ Ярошевский М.Г. Идеи Б.М. Теплова о переживании как феномене культуры // Основы психологии. 1997. № 4. С. 63–75. С. 65.

⁵ См.: Василюк Ф.Е. Психология переживания. М., 1984.

⁶ См.: Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М., 1975.

⁷ См.: Там же.

⁸ См.: Василюк Ф.Е. Типологии переживания различных критических ситуаций // Психологический журнал. 1995. Т. 16. № 5. С. 104–114.

⁹ См.: Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // Вопросы психологии. 1971. № 4. С. 6–20.

¹⁰ См.: Братусь Б.С. Аномалии личности. М., 1988. С. 71.

¹¹ См.: Василюк Ф.Е. Указ. соч. С. 5.

¹² Там же. С. 59.

¹³ Там же. С. 75.

¹⁴ Там же. С. 75.

¹⁵ Рубинштейн С.Л. Указ. соч. С. 21.

¹⁶ См.: Розов А.И. Переживание комического в свете некоторых более общих закономерностей психической деятельности // Вопросы психологии. 1979. № 2. С. 117–124.

¹⁷ См.: Там же. С. 117.

Поступила в редакцию 04.05.2004.

Дмитрий Григорьевич Дьяков – аспирант кафедры психологии. Научный руководитель – доктор психологических наук, профессор Е.С. Слепович.