

EMOCIJŲ, EMOCIONALUMO IR VEIKLOS RYŠIO PROBLEMA

J. Pacevičius

Emocija savo esme yra ne tik subjektyvus išgyvenimas, vertingas žmogui pats savaime (45), bet ir būseną, formuojanti parengtį veiksmui ir skatinanti jį. Įvairios veiksmo tendencijos, slypinčios kiekvienoje emocijoje, yra vienas pagrindinių komponentų, apibūdinančių emocijų skirtingumą (11). Klausimas, kokį poveikį daro emocijos veiklos procesui ir rezultatams, yra vienas svarbiausių emocijų psichologijoje. Vienareikšmiškai atsakyti į šį klausimą yra sudėtinga, ir bene pagrindinė priežastis, kad įvairių teorinių kontekstų, kuriuose vykdoma eksperimentinė emocijų ir veiklos santykių analizė. Emocijų poveikis konstatuojamas ir fiziologinio sujaudinimo, ir nerimo, streso, frustracijų, ir motyvacinio procesų tyrimuose (31; 32; 43; 67; ir kt.), o emocionalumo reguliuojanti funkcija analizuojama nervų sistemos tipų, temperamento, t. p. asmenybinio nerimo ir kitų teorijų rėmuose (15; 28; 40; 41; 50 ir kt.). Skirtingi teoriniai modeliai sudaro nemažą sumaištį psichologinėje praktikoje, kai tenka aiškintis konkrečių emocijų rūšių ir emocionalumo ypatumų poveikį veiklai. Dar vienas prieštarašys iškyla ir dėl to, kad, konstatuojant situacinių emocijų poveikį, neįvertinamos individualios emocinės predispozicijos (47; 61). Čia, pateikdami emocijų ir veiklos ryšio eksperimentinių darbų apžvalgą, bandysime analizuoti šiuos tyrimus pagal tai, koks reiškinys aspektas juose tiriamas: situacinis (aktualių emocijų), pastovus (emocinių individo savybių), ar jų sąveikos. Dėl problemos sudėtingumo apsiribosime tais tyrimais ir jų rezultatais, kurie akcentuoja ne tiek funkcinę, reguliacinę, kiek rezultatyviąją emocijų ir veiklos sąveiką.

Situacinės emocijos ir veikla

Tiriant situacinių emocijų ir veiklos sąveikos dėsningumus, pirmiausia akcentuojama emocijų aktyvinančioji funkcija, bet, antra ver-

tus, kalbama ir apie veiklos ir jos rezultatų įtaką emocijoms. Dėl šio aspekto didelių nesutarimų nėra: emocijų, įtrauktų į veiklos procesą, pobūdį nulemia veiklos kokybė arba jos rezultatai, t. y. sėkmė arba nesėkmė. Pasak W. McDougall'o (24), tai lemiamas veiksnys, sužadinantis įvairaus sudėtingumo emocines reakcijas, kurios savo ruožtu veikia kaip mechanizmas, garantuojantis vidinę veiklos reguliaciją (38). Sėkmė paprastai yra teigiamų emocijų šaltinis, o nesėkmės atvejai – neigiamų (37; 61; 67). Dažnai tokiu būdu modeliuojamos emociogeninės situacijos, skirtos emocijų poveikio veiklai tirti. Šis klausimas gerokai sudėtingesnis. Ir vis dėlto šia kryptimi atliekama daug įvairių tyrimų ir beveik visi, nagrinėjantys šią problemą, pabrėžia nepakankamą jos analizės būklę, diskutinį daugelio teiginių pobūdį (55; 61; 66 ir kt.).

Empirinių duomenų apie emocijų poveikį veiklai ir elgesiui galima rasti jau senovės graikų filosofų darbuose. Vėliau apie tai rašė tokie praeities mąstytojai kaip B. Spinoza, I. Kantas, Č. Darvinas, G. Leibnias; Dž. Lokas, H. Spenseris ir kt. (žr. Домоделов (46)). Idėjos, išdėstytos šių autorių darbuose, vieningai skelbia apie tai, kad būtent emocijos yra pagrindinis žmogaus aktyvumą determinuojantis faktorius.

Šiuolaikinį šios problemos tyrimo etapą pradeda R. Yerkes'o ir D. Dodson'o eksperimentiniai darbai (32), atskleidę U-formos priklausomybę nuo emocijų stiprumo ir veiklos efektyvumo. Jie taip pat nustatė, kad optimalus emocijų lygis, kuriam esant veikla atliekama efektyviausiai, priklauso nuo jos sudėtingumo laipsnio: sudėtinga veikla sėkmingiau atliekama esant silpnoms emocijoms, o paprasta – esant stipresnoms. Šios išvados pasitvirtino kitų autorių darbuose, ir tai ilgainiui suformavo joms dėsnį statusą¹. Ir vis dėlto daug vėlesnių tyrimų atskleidė gana prieštaringą emocijų poveikio veiklos efektyvumui pobūdį. Vieni autoriai (D. Hebb (13), P. Young (33)) pabrėžia emocijų dezorganizuojantį poveikį, kiti, atvirkščiai, akcentuoja organizuojančią, adaptacinę emocijų reikšmę (R. Leeper (21), M. Pradines (26), Ch. Darwin (42), W. Cannon (48)). Šių prieštaringumų būna be-

¹ Pastaruoju metu jos dažniau įvardijamos kaip hipotetinės, nes, pavyzdžiui, sportinės veiklos tyrimuose ne visada pilnai pasitvirtina (5; 10).

veik visoms emocijų išraiškoms: ženklams, modalumui, intensyvumui. Pavyzdžiui, yra faktų, kurie, priešingai nusistovėjusiai nuomonei, rodo, kad teigiamos emocijos kartais gali neigiamai veikti veiklos atlikimą (53), o neigiamos – gali jį ir padidinti, ir sumažinti (61). Dėl modalinių emocijų parametrų (pykčio, džiaugsmo, baimės ir kt.) taip pat nėra vienos nuomonės: pavyzdžiui, yra duomenų, kad baimė gali ir pagerinti, ir pabloginti veiklos kokybę (16; 27; 61). Tą patį galima teigti apie pykčio ir džiaugsmo emocijas. Kiek vieningesnė nuomonė emocijų intensyvumo atžvilgiu: emocija veikia dezorganizuojančiai, jeigu ji pernelyg intensyvi (3; 21). Tačiau D. Hebbas teigia, kad tokios emocijos kaip sumišimas, susidrovėjimas, net nebūdamos pernelyg stiprios, kartais sutrikdo kalbinės veiklos įgūdžius (13). R. Leeper'is pateikia gana pesimistišką nagrinėjamos problemos padėties įvertinimą. „Emocijų psichologija, – rašo jis, – galbūt niekada neįstengs rasti priemonių, kad įveiktų turimus prieštarigus požiūrius – („chaosą“) (21; 53). Kai kurie autoriai (T. Andreani (1)), ieškodami konstruktyvaus problemos sprendimo, bando išskirti jausmų ir emocijų procesus laikydami, kad jausmai yra susiję su įvairiu mintiniu įsivaizdavimu, anticipacija, ir todėl visada reiškiasi kaip organizuojantis, reguliuojantis faktorius, o emocijos yra susijusios su perceptine veikla. Jos lyg nuspalvina realiai suvokiamus įvykius, kurie, pasireikšdami netikėtai, apstulbina subjektą, tuo sukeldamos destruktivų efektą. Panašiai mąsto M. Pradines (26), teigdamas, kad jausmai („sentimentai“) visuomet sukelia teigiamą, pasitaikomąjį efektą, bet jie gali būti sutrikdyti pasireiškus aistroms, emocijoms ir kitiems trukdantiems faktoriams. Šie samprotavimai skamba ištis konstruktyviai, tačiau, turint omenyje tai, kad emocijos ir jausmai sudaro vieną reiškinių rūšį (37; 62), – tokio pobūdžio aiškinimai iš esmės sprendžiamai problemai nesuteikia aiškumo. Veiklos išsaugojimo pozityviame atlikimo lygyje laipsnį, veikiant emociogenei situacijai, reikėtų sieti ne tik su grynai emociniais išgyvenimais, bet ir su objektyviomis veiklos sąlygomis, kuriomis subjektas reiškia aktyvumą emociogeniškai veikiančių faktorių atžvilgiu (E. Claparede (6); T. Kocowski (16), P. Fraisse (66)) mano, kad daug aiškumo ginče dėl emocijų poveikio pobūdžio galėtų turėti korektiškesnis sąvokų "emocija" ir "veiklos organizacija" taikymas, nes dažnai joms suteikiamos skirtingos prasmės. Šalia priešasčių, susijusių

su terminologine painiava, daugelis autorių pažymi analizuojamų reiškinių sąveikos proceso sudėtingumą. Pažymima, pavyzdžiui, kad pavojaus situacijoje veiklos pobūdy lemia poreikio pasiekti tikslą jėga (I. Heshen (14)), galimybė pasipriešinti baimę sukėlusiai priežasčiai (T. Kocowski (16)), dėmesio būsenos ypatumai (A. Baddeley (4)), motyvaciniai procesai (H. Appley, R. Trumbull (2)), taip pat tai priklauso nuo įgūdžių, mokėjimų, turimo patyrimo (J. Reykowski (61)).

Prieštaravimai, kylantys dėl nerimo būsenų poveikio veiklai, bandomi spręsti analizuojant šios būsenos struktūrinius komponentus, jų tarpusavių sąveiką ir įtaką veiklai. Taip pagal multidimensinę nerimo teoriją, pastaraisiais metais plėtojamą D. Burton'o (5), R. Martens'o ir kt. (žr. 12), egzistuoja mažiausiai du skirtingi nerimo komponentai: kognityvinis ir somatinis. Pirmasis susijęs su nesėkmės pasekmių baimė, o antrąjį sukelia fiziologinės reakcijos į aktualų psichologinį stresą. J. Fasey, L. Hardy ir G. Parfitt tyrimai rodo, kad šių komponentų sąveika lemia kiekvieno iš jų skirtingą poveikį veiklai. Somatinis nerimas gali sukelti veiklos destrukciją tik esant aukštam kognityvinio nerimo lygiui, o jei pastarasis žemas, – somatinio nerimo ir veiklos santykiai turi teigiamą koreliaciją arba yra U-kreivės pavidalo. Aukšto somatinio nerimo sąlygomis kognityvinis nerimas su veikla koreliuoja neigiamai ir atvirkščiai, esant žemam somatinio nerimo lygiui, – teigiamai (10; 12). Šie tyrimai, nors suplanuoti kaip Yerkes'o ir Danson'o dėsnių patikrinimas, iš esmės juos tik pagilina ir parodo tas subjektyvias sąlygas, kurioms esant emocinės būsenos sukelia veiklos destrukciją. Kaip jau minėta, tokių sąlygų yra ir daugiau. Todėl apibendrinant galima teigti, kad panašiai kaip veiklos reguliacija yra vykdoma ne per sąmonę, o per asmenybės sąmonę (35), taip ir emocijų reguliuojantį poveikį nulemia išsitas individualių ir asmenybinių charakteristikų kompleksas. Štai ką apie tai rašo J. Reikovskis: „... emocinis procesas – tai daugialypis reiškinyis ir todėl sunku kalbėti apie emocijų poveikį apskritai... šis procesas vyksta asmenybės struktūroje, ir šios struktūros ypatumai neišvengiamai veikia emocinio proceso pasekmes (61; 234). Kaip pažymi M. Arnold ir J. Gasson (3), emociiniame procese dalyvauja ne tik visos psichinės funkcijos, bet ir asmenybės apskritai. Yra tyrimų, kurie rodo, jog veiklos pobūdį dirbant stresinėmis situacijomis lemia būtent asmenybės ypatumai (18; 19). Taigi mato-

me, kad grandies, esančios tarp emocijos ir veiklos, sudėtingumas didžia dalimi ir nulemia nevienareikšmių emocijų poveikį veiklai. Todėl, matyt, teisingiau kartais būtų kalbėti ne tiek apie emociją, įtakančią veiklą, kiek apie individą, išgyvenantį emociją, ir jo veiklos ypatumus.

Situacinių emocijų ir emocinių savybių santykis veikloje

Duomenų šiuo klausimu nedaug. O tie, kurie yra paprastai gauti tiriant arba streso pasireiškimo ypatumus, arba apie emocines savybes kalbama netiesiogiai. Pavyzdžiui, eksperimentuojant su nervų sistemos (n. s.) tipais, gauta, kad "silpniems" stresas blogina veiklą, o "stipriems" arba gerina, arba jei ir pablogina, tai žymiai mažesniu laipsniu" (53, p. 213). Veiklos, vykdomos stresinėmis situacijomis, efektyvumo priklausomybė nuo nervų sistemos savybių parodyta ir daugelyje kitų tyrimų (49; 65 ir kt.). H. Selye (63) savo tyrimuose nustatė, kad veiklos funkcinio lygio pakitimai stresinėmis sąlygomis priklauso nuo individo endokrininės sistemos konstitucinių ypatumų.

Pastaraisiais dešimtmečiais pastebimai padidėjo dėmesys veiklos, vykdomos streso sąlygomis, efektyvumo priklausomybės nuo individualių emocionalumo ypatumų, tyrimams. Dažniausiai pagrindine streso priežastimi skirtingo poveikio veiklai laikomas nerimas, kaip vienas svarbiausių asmenybės emocinių bruožų. Nuolat duominuojančios nerimo būsenos, pasak daugelio autorių, tai bruožas, kuris labiausiai susijęs su sugebėjimu pasipriešinti destruktiviam emociogeninių faktorių poveikiui (20; 22; 31 ir kt.). B. Viatkinas (40) tyrė emocinio streso, sukkelto dalyvavimo sportinėse varžybose, poveikio veiki'iai priklausomybę nuo tokių savybių kaip nerimas, impulsyvumas, emocinis jaudrumas, ekstraversija, emocinis stabilumas ir rigidiškumas. Parodyta, jog, esant vidutiniam ir didesniai stresui, nerimas ir emocinis jaudrumas daro neigiamą įtaką sportininkų rezultatams. G. Mandler ir S. Sarason (23) tyrė asmenybinio nerimo įtaką išmokimo efektyvumui sėkmės – nesėkmės situacijoje, veikiančioje kaip stresinis faktorius. Šis faktorius pagerina žemo nerimo lygio asmeninę veiklą, bet pablogina jaučiantiems didelį nerimą.

Asmenybinio nerimo tyrimai gerokai praranda savo vertę dėl nepakankamai konkretaus šios savybės apibūdinimo. Vieno iš žymesnių emocijų srities specialisto C. Izard'o nuomone, „nerimas“ emocijų di-

ferencinės teorijos kontekste naudojamas kaip terminas, žymintis įvairiausias baimės emocijų sąveikų kombinacijas su kitais afektais bei emocinėmis – kognityvinėmis orientacijomis” (47, p. 332). Vertingiausias momentas, kalbant apskritai apie plačius eksperimentus, tiriančius streso poveikį veiklos efektyvumui priklausomai nuo asmenybinio nerimo lygio, yra tai, kad juose akcentuojama būtinybė tiriant veiklos ypatumus emociogeninėse situacijose, atsižvelgti į individualius emocionalumo ypatumus. Šių ypatumų nepaisymas greičiausiai ir yra viena pagrindinių priežasčių to prieštaravimo, kurį matome aiškindamiesi emocijų ženklo bei modalumo ir veiklos sąryšio faktus. Tiriant situacinių emocijų poveikį veiklai, individualios emocinės predispozicijos paprastai neįvertinamos arba geriausiu atveju diagnozuojamas asmenybinio nerimo lygis, kuris neatskleidžia visų kokybiškai svarbių emocinės sferos ypatumų.

C. Izard'o (39) tyrimai parodė, kad tokios situacinės emocijos kaip pyktis, gėda, distresas, baimė pasireiškia žymiai stipriau turintiems aukšto nerimo lygi negu žemą, nepriklausomai nuo to, ar grėsmės situacija reali ar įsivaizduojama. Tai liudija, jog individualūs veiklos efektyvumo skirtumai emociogeninėmis situacijomis iš dalies yra nulemti situacinių išgyvenimų ir individualių emocionalumo ypatumų sąveikos, jos pobūdžio.

T. Kocovskis (13) atliko vieną iš nedaugelio darbų, kuriuo atskleidžiamas modalinių emocionalumo ypatumų vaidmuo stresoginei veiklai. Nustatyta, kad asmenys, linkę į baimę ir depresiją, stresinėmis sąlygomis veikia gerokai prasčiau nei asmenys, linkę į teigiamas, džiaugsmo emocijas. Kitaip tariant, pirmieji yra mažiau atsparūs stresui nei antrieji. Ši sąveika, matyt, ir sudaro pagrindą formuotis ir pasireikšti tokiam apibendrintam individo bruožui kaip „emocinis atsparumas”, kuris apibūdinamas kaip sugebėjimas pasipriešinti destruktiviam emociogeninių faktorių poveikiui (27).

Yra tyrimų (34; 43), analizuojančių emocinį atsparumą kaip vieną svarbiausių individo bruožų, lemiančių veiklos sėkmingumą ekstremaliomis sąlygomis. Remdamiesi mūsų atliktais tyrimais, galime teigti, kad destruktivų veiklos efektą šiomis sąlygomis lemia ne tiek šis hipotetinis bruožas, kiek bazinės (temperamentinės) individo emocinės savybės. Taigi dominuojančių emocijų ženklo atžvilgiu gauta, kad

emociškai teigiamas tipas labiau atsparus emociogeniniams faktoriams nei emociškai neigiamas, tačiau pastarojo tipo žmonės pasižymi gerokai aukštesniu ir subtilesniu veiklos savireguliacijos lygiu, kuris iš dalies ir lemia didesnę jų destruktivų efektą ekstremaliomis sąlygomis (59).

Individualių emocijų ypatumų nepaisymas tiriant veiklos efektyvumą emociogeninėmis sąlygomis reiškia ir pirmo Jerkso-Dodsono dėsnio ignoravimą. T. Kocovskio nuomone, visi prieštaravimai dėl baimės emocijų poveikio veiklai yra metodinio pobūdžio. „Sunku suprasti, – rašo jis, – ar tai, kas viename tyrime buvo pavadinta silpna baime, atitinka tą patį kitame. Taigi nesutariamai kyla paprastai dėl to, kad tyrėjai nepaiso Jerkso-Dodsono dėsnio” (16, p. 271). C. Izard'as teigia, kad baimės emocija turi vienokius pasireiškimo ypatumus baimėms žmonėms ir kitokius – linksmiems, džiaugsmingiems (47). Visa tai liudija situacinių emocijų ir pastovių emocionalumo ypatumų sąveiką ir būtinumą jų įtaką veiklai tirti, atsižvelgiant į tos sąveikos pobūdį. Juolab tai svarbu, žinant, kad formuojantis emocionalumo savybėms dalyvauja taip pat ir situacinių emocijų apibendrinimo mechanizmas (39; 44).

Emocionalumas² ir veikla

Ekspertimentinių duomenų analizė, pateikta dviejuose ankstesniuose skirsniuose, rodo didelę tyrėjų dėmesį „situaciniam” emocijų aspektui. Daug mažiau yra tyrinėtos pastovios emocionalumo ypatybės. Specialių darbų, skirtų emocionalumo ir veiklos ryšiiui tirti, atlikta vos keletas. Rusijoje ši problema buvo sprendžiama siejant temperamento fiziologinius pagrindus, t. y. tiriant n. s. savybių įtaką veiklai ir svarbiausia jos atlikimo stiliui (50 ir kt.). Tačiau spręsti apie emocionalumo ir veiklos sąveiką, remiantis šio pobūdžio darbais, nėra pakankamo pagrindo, nes, pasak P. Simonovo (64), santykis tarp emocionalumo ir nervų sistemos savybių yra labai sudėtingas. Daugelio šalių psichologijoje ši problema sprendžiama gana vienareikšmiai – vi-

² Skirtingai nuo „emocingumo”, žyminčio daugiau dinaminis emocijų pasireiškimo parametrus (jėgą, greitį ir kt.) (66), „emocionalumas” plačiaja prasme žymi polinkį, siekimą patirti tam tikro modalumo emocijas (57, 58).

sas tyrėjų dėmesys, kaip minėta, praktiškai skiriamas nerimui kaip pastoviam individo bruožiui.

Pirmas reikšmingas tyrimas, atskleidžiantis kai kuriuos esminius emocionalumo ir veiklos santykius, atliktas K. Spence ir bendradarbių (30). Buvo konstatuota, kad žemo nerimo lygio tiriamieji sėkmingai atlieka sunkias užduotis, o aukšto nerimo lygio – lengvesnes. Kitaip tariant, gauta U-formos priklausomybė tarp nerimo lygio ir skirtingo sudėtingumo laipsnio veiklos efektyvumo. Panašūs rezultatai gauti E. Moutaque (25) ir J. Deffenbach (8) tyrimuose. J. Reikovskio (61) nuomone, šie faktai yra tik dalinis Jerkso- Dodsono dėsnio atvejis.

J. Farber ir K. Spence tyrimais (9) rasta skirtumų, pasireiškiančių išmokimo veikloje ir formuojantis sąlyginiams refleksams tarp žemo ir aukšto nerimo lygio asmenų. Pirmu atveju geresnius rezultatus parodė žemo nerimo lygio tiriamieji, antru – aukšto lygio.

T. Kocovskis (16), tirdamas veiklos efektyvumą asmenų, turinčių aiškias baimės emocijų predispozicijas, gavo rezultatus, analogiškus K. Spence dėsningumams. Bailūs darė mažiau klaidų spręsdami nesudėtingus uždavinius, bet pamažu užduotims sudėtingėjant, jų rezultatai pasidarė žemesni nei nebailių asmenų.

Užduoties sudėtingumas gali būti stresogenis faktorius, todėl minėtus dėsningumus reikėtų traktuoti ne tik kaip pastoviai dominuojančių, bet ir aktualių emocijų funkciją. Pastebėti visus emociogeniškai veikiančius faktorius tokio tipo tyrimuose praktiškai neįmanoma. Antra vertus, jei nėra objektyvių priežasčių stresui, tai situacines emocijas, kylančias tokiuose tyrimuose, reikėtų vertinti kaip tiesioginę individui būdingų emocijų savybių išraišką.

Daug reikšmingų faktų gauta tiriant individualybės psichofiziologines savybes. Siejant emocionalumo ir veiklos ryšį, šie faktai gali būti interpretuojami tik kaip netiesioginiai ir papildantys. Pirmiausia paminėtini darbai, skirti temperamento savybių ir individualių veiklos ypatumų santykių analizei (41; 50; 56 ir kt.). Bendra šių darbų išvada skelbia, kad n. s. savybės nulemia individualių veiklos būdų, lemiančių sėkmingą darbo atlikimą, susiformavimą. Taigi stipriam ir labiliam n. s. tipui būdingas aukštas darbo produktyvumas, silpnam ir inertiškam – aukštas darbo tikslumas (54). B. Viatkin'as (40) atskleidė U-formos priklausomybę tarp n. s. stiprumo ir įvairaus sudėtingumo

laipsnio veiklos efektyvumo: užduotims sudėtingėjant, silpno n. s. tipo asmenys demonstruoja blogėjančius veiklos rodiklius, o stipraus tipo – gerėjančius. Šios tendencijos, kaip matome, artimos dėsningumams, gautiems tiriant nerimo ir baimės savybių santykį su veikla.

Šią problemą iš dalies analizuoja tyrimai, atskleidžiantys bendrą asmenybės savybių vaidmenį veiklai. P. Kline (15) informuoja, jog egzistuoja neigiama koreliacija tarp ekstraversijos ir neurotizmo ir studentų mokymosi veiklos efektyvumo. Dž. Rashton (28) duomenimis, iš devyniolikos jo išskirtų mokymosi veiklos sėkmingumo rodiklių, septyniolika turi ryšį su introversija. R. Savage (29) ir D. Corcoran (7) atliko tyrimus, kurie patikslino jau ne karta minėtą lanko formos priklausomybę tarp neurotizmo ir veiklos produktyvumo.

Baigiant šią apžvalgą, verta paminėti, kad daugiausia buvo tiriama paprastai tik veiklos rezultatyvūs parametrai, žymintys veiklos atlikimo apimtį ir tikslumą, o emocionalumas pateikiamas tik kaip dinaminė individo charakteristika, žyminti nerimo, baimės, įtampos ir pan. laipsnį arba kiekybę. Toks tyrimų modusas ir patvirtina pasikartojančią ir jau šiek tiek subanalintą U-formos priklausomybę tarp įvairių individo bruožų, turinčių ryšį su emocionalumu ir jo veiklos efektyvumu. Tyrimai, analizuojantys tik veiklos galutinį rezultatą ir nenagrinėjantys jos procesualios pusės, jos reguliacinių mechanizmų, nepadaeda atskleisti emocionalumo ir veiklos ryšio vidinio mechanizmo. Manome, kad veiklos reguliacinio aspekto tyrimai, kurių pagrindus padėjo N. Vinerio, P. Anochino, N. Bernšteino (36) ir O. Konopkino (51) darbai, akcentuojant kokybinių parametų svarbą emocionalumo struktūrai, atveria perspektyvas rimtesnei problemos analizei. Tokie tyrimai (59; 60) parodė, kad emocionalumas veiklos savireguliacijos procesuose dalyvauja kaip faktorius, determinuojantis poreikį informacijai (jos išsamumui), reikalingos veiklos organizavimui ir vykdymui. Pagrindinį reguliuojantį vaidmenį vykdo dominuojančių emocijų ženklas ir modalumas. Individai, turintys emociniai neigiamas predispozicijas, t. y. linkę į liūdesio, baimės, pykčio emocijas, demonstruoja žymiai aukštesnį veiklos savireguliacijos lygį nei individai, linkę į emociniai teigiamus išgyvenimus.

Veiklos savireguliacijos individualių stilių tyrimai (52) atskleidė jų ryšį su asmenybės tipologinėmis savybėmis, ir tai rodo, kad indivi-

dualūs veiklos savireguliacijos ypatumai yra glaudžiai susiję su stabiliomis motyvacinių procesų struktūromis, kurių analizė galėtų tapti specialių tyrimų objektu.

Reziumuodami išsakytas mintis, manome, kad: 1) emocijų poveikio veiklai pobūdį, be situacinių faktorių, daug lemia individualūs emociniai ypatumai, 2) emocionalumas, kad individuali asmenybės savybė, yra vienas svarbiausių faktorių, nulemiančių individualių veiklos savireguliacijos būdų ir stilių formavimąsi, 3) emocijų ir emocionalumo sąveikos analizė akcentuojant emocijų kokybinių (ženklo ir modalumo) parametrų vaidmenį atveria perspektyvas rimtesniems emocijų reguliuojamosios funkcijos tyrimams.

L I T E R A T Ū R A

1. Andreani T. *Les conduites emotives*. Paris, 1968. 32 p.
2. Appley H., Trumbull R. On the concept of psychological stress // *Psychological stress* / Ed. by H. Appley, R. Trumbull. 1967. N 4. P. 1–13.
3. Arnold M. B., Gasson J. Feelings and emotions as dynamic factors in personality integration // *The Human Person* / Ed. by M. B. Arnold, J. Gasson. Ronald, 1954. P. 294–313.
4. Baddeley A. D. Selective attention and performance in dangerous environments // *Brit. J. Psychol.* 1972. Vol. 63. P. 537–546.
5. Burton D. Do anxious swimmers swim slower? Reexamining the elusive anxiety performance relationship // *J. Sport Psychol.* 1988. N 10. P. 45–61.
6. Claparede E. Feelings and emotions // *Feelings and emotions. The Wittenberg symposium* / Ed. by M. Reymert. N. Y., 1928. P. 124–138.
7. Corcoran D. W. Personality and the inverted U relation // *Brit. J. Psychol.* 1965. Vol. 56. P. 267–273.
8. Deffenbach J. L. Relationship of worry and emotionality to performance on the Miller Analogies Test // *J. Educ. Psychol.* 1977. Vol. 69, N 2. P. 191–195.
9. Farber I. E., Spence K. W. Complex learning and conditioning as a function of anxiety // *J. Exp. Psychol.* 1953. Vol. 45, N 2. P. 120–125.
10. Fasey J. A., Hardy L. *The Inverted-U Hypothesis: A Catastrophe for Sport Psychology* // *British Association of Sports Sciences Monograph*. 1988. N 1.

11. Frijda N. H., Kuipers P., ter Schure E. Relations among emotions, appraisal and emotional action readiness. *J. pers. and soc. Psychol.* 1989. N 57. P. 212–228.

12. Hardy L., Parfitt G. A catastrophe model of anxiety and performance // *Brit. J. Psychol.* 1991. Vol. 82. Part 2. P. 163–178.

13. Hebb D. O. Drives and the C. N. S. (conceptual nerve system) // *Curiosity and Exploratory Behavior* / Ed. by H. Fowler. T. Y., 1965. P. 175–190.

14. Heszen I. Wielkość potrzeby jako czynnik warunkujący zmiany poziomu funkcjonowania po niepowodzeniu // *Przegląd Psychologiczny*. 1968. n 15. P. 24–43.

15. Kline P. Extraversion, neuroticism and academic performance among University students // *Brit. J. Educ. Psychol.* 1966. Vol. 36, N 1. P. 92–94.

16. Kocowski T. Rozwiązywanie zadań przy różnych poziomach lęku // *Psychologia Wychowawcza*. 1964. N 3. P. 266–283.

17. Kocowski T. Odporność na stress jako cecha osobowości // *Nowa szkoła*. 1966. N. 7/8. P/28–30.

18. Lazarus R. S., Deese J., Osler S. F. The effect of psychological stress upon performance // *Psychol. Bull.* 1952. Vol. 49, N 4. P. 293–317.

19. Lazarus R. S., Baker R. W. Motivations and personality in psychological stress // *Psychological Newsletter*, 1957. N 8.

20. Lazarus R. S., Opton E. M. The study of psychological stress. A summary of theoretical formulations and experimental findings // *Anxiety and behavior* / Ed. by C. D. Spielberger. N. Y., London. 1966. P. 225–290.

21. Leeper R. W. Some needed developments in the motivational theory of emotions // *Nebraska symposium on motivation* / Ed. by D. Levine. Linkoln, 1965. P. 25–122.

22. Levitt E. V. *The psychology of anxiety*. London, 1971. 257 p.

23. Mandler G., Sarason S. B. A study of anxiety and learning // *J. Abnorm. Soc. Psychol.* 1952. Vol. 47. N 2. P. 166–173.

24. Mc Dougall W. Emotion and feeling distinguished // *Feeling and emotions. The Wittenberg symposium* / Ed. by M. Reymert. N. Y., 1928. P. 200–204.

25. Montaque E. The role anxiety in serial rote learning // *J. Exp. Psychol.*, 1953. Vol. 45, N 2. P. 91–96.

26. Pradines M. Feeling as regulators // *Nature of emotion* / Ed. by M. Arnold. Baltimore, 1968. P. 189–200.

27. Reykowski J. Osobowosc a sprawnosc dzialania w warunkach emocjonalnego pobudzenia // *Studia psychologiczne*, 1968. Vol. 9. P. 73-124.

28. Rushton J. The relationship between personality characteristics and scholastic success in eleven-year-old children // *Brit. J. Educ. Psychol.* 1966. Vol. 2, pt. 2. P. 178-180.

29. Savage R. D. Personality factors and academic performance // *Brit. J. Educ. Psychol.* 1962. Vol. 32. P. 251-253.

30. Spence K., Farber I., McFann H. The Relation of Anxiety (Drive) Level to Performance in Competitional and Noncompetitional Paired - Associate Learning // *J. Exp. Psychol.* 1965. Vol. 52, N 5. P. 296-305.

31. Spielberger C. D., Sarason J. S. (eds.) *Stress and anxiety*. Wachington. N. Y., 1975. Vol. 1. 355 p.

32. Yerkes R. M., Dodson J. D. The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation // *J. Comp. Neurol. Psychol.* 1908. n 18. P. 458-482.

33. Young P. T. *Motivation and emotion: A survey of the determinants of human and animal activity*. N. Y., 1961. 648 p.

34. Аболин Л. М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека. Казань, 1987. 261 с.

35. Абульхорова-Славская К. А. Деятельность и психология личности. М., 1980. 335 с.

36. Бернштейн Н. А. Пути и задачи физиологии активности // *Вопросы философии*. 1961. N 6, с. 77-92.

37. Вилюнас В. К. Психология эмоциональных явлений. М., 1976. 142 с.

38. Вилюнас В. К. Психологические механизмы мотивации человека. М., 1990. 288 с.

39. Вундт В. *Очерки психологии*. М., 1912. 300 с.

40. Вяткин В. А. Эмоциональный стресс и свойства темперамента // *Материалы IV Всесоюзного съезда Общества психологов*. Тбилиси, 1971, с. 417.

41. Гуревич К. М. Профессиональная пригодность и основные свойства нервной системы. М., 1970. 271 с.

42. Дарвин Ч. *Выражение душевных волнений*. СПб., 1896. 222 с.

43. Дашкевич О. В. Эмоциональная регуляция деятельности в экстремальных условиях // Автор. ф. дис.... докт. психол. наук М., 1985. 36 с.

44. Дерябин В. С. *Чувства, влечения, эмоции*. Л., 1974. 258 с.

45. Додонов Б. И. *Эмоция как ценность*. М., 1978. 270 с.

46. Домодедов В. А. О соотношении эмоций и активности // *Исследования по проблемам социальной и общей психологии и дифференциальной психофизиологии*. М., 1978. с. 67-72.

47. Изард К. Е. *Эмоции человека*. М., 1980. 440 с.

48. Кеннон В. Физиология эмоций. Телесные изменения при боли, голоде, страхе и ярости. Л., 1927. 173 с.
49. Кириленко Т. С. Психическая напряженность и ее проявление в зависимости от особенностей деятельности // Автореф. дис.... канд. психол. наук. М., 1977. 17 с.
50. Климов Е. А. Индивидуальный стиль деятельности в зависимости от типологических свойств нервной системы. Казань, 1969. 278 с.
51. Конопкин О. А. Психологические механизмы регуляции деятельности. М., 1980. 254 с.
52. Конопкин О. А., Моросанова В. И. Стилевые особенности саморегуляции деятельности // Вопросы психологии. 1989. N 5, с. 18–26.
53. Коротаяев А. А. Влияние эмоционального стресса на трудовую деятельность в зависимости от типологических свойств нервной системы // Проблемы экспериментальной психологии. Пермь, 1968. Вып. 5, т. 59.
54. Лейнбок А. П. Анализ стиля деятельности на основе характеристики психологической регуляции. Автореф. дисс... канд. психол. наук. Тарту, 1974. 35 с.
55. Линдслей Д. Б. Эмоции // Экспериментальная психология / Ред. С. С. Стивенс. Т. I. М., 1960. С. 629–684.
56. Мерлин В. С. Очерк теории темперамента. М., 1964. 304 с.
57. Небылицын В. Д. Изучение основных свойств нервной системы и их значение для психологии индивидуальных различий // Психологические исследования индивидуальных различий. М., 1976. с. 132–144.
58. Ольшанникова А. Е. Соотношение некоторых особенностей эмоциональной сферы подростков с физиологическими показателями // Проблемы дифференциальной психофизиологии. М., 1977. С. 128–140.
59. Ольшанникова А. Е., Пацявичюс Й. В. Роль эмоциональности в саморегуляции деятельности // Психологический журнал. 1981. Т. 2, N 1, с. 70–81.
60. Пацявичюс Й. В. Эмоциональность и самооценка организации деятельности // Вопросы психологии. 1985. N 5.
61. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. М., 1979. 391 с.
62. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. М., 1946. 704 с.
63. Селье Г. Очерки об адапционном синдроме. М., 1960.
64. Симонов П. В. Высшая нервная деятельность. Мотивационно-эмоциональные аспекты. М., 1975. 175 с.
65. Сиротин О. А., Худадов Н. А. К вопросу эмоциональной устойчивости спортсменов с различными индивидуально-психологическими свойствами нервной системы // Материалы IV Всесоюзного съезда Общества психологов. Тбилиси, 1971. С. 430.
66. Фресс П. Эмоции // Экспериментальная психология. М., 1975. С. 111–195.
67. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. В 2 т. Т. 2. М., 1986. 392 с.

**THE ISSUES OF RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONS,
EMOTIONALITY AND ACTIVITY****J. Pacevičius****S u m m a r y**

An analysis of experimental work on the problem of relationship between emotions and activity is presented here. Situative and stable (typical) aspects of the analysis emotional phenomena, manifesting itself in activity, is distinguished. The contradictive character of experimental data concerning the problem of emotion and activity relation is stressed. The necessity of paying attention to stable emotional peculiarities in investigating the influence of situative emotions on activity is shown. The necessity for investigations not only a resultive side of activity and not only a quantitative parameters (intensity) of emotionality is stressed. The prospect for deeper analysis is open including into investigations processive incidences of activity and qualitative (sign, modality) parameters of emotions.