

---

## К ПРОБЛЕМЕ СТРУКТУРНО-СОДЕРЖАТЕЛЬНЫХ И ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ КОМПОНЕНТОВ АКТИВНОСТИ ЛИЧНОСТИ

Т.С. Медведская

Кафедра психологии и педагогики  
Российский университет дружбы народов  
*Ул. Миклухо-Маклая, 6, Москва, Россия, 117198*

Статья посвящена изучению связи структурно-содержательных и функциональных компонентов активности личности. Анализируется степень продуктивности усилий личности в процессе преодоления стрессовой ситуации в зависимости от компонентов активности.

**Ключевые слова:** активность личности, структурно-содержательные и функциональные компоненты активности, факторы активного совладания со стрессом.

Современная жизнь полна стрессовых ситуаций и требует от человека огромных сил для преодоления фрустрации и тревожности. Актуальным является вопрос, существует ли связь между тем, насколько человек осознает свое участие в жизни, и тем, насколько активно он преодолевает жизненные трудности.

В исследовании мы предположили, что существует взаимосвязь между деятельностно-мотивационным компонентом активности, выраженным в ориентации на успех/избегание неудач, содержательно-когнитивным компонентом, выраженным в локусе контроля и осознании ответственности за активность, оценочно-поведенческим компонентом активности, проявляющимся в стратегиях преодоления стрессовой ситуации, а также личностно-результативным компонентом, выражающимся в выборе успешного/неуспешного копинга.

На основе анализа различных подходов мы выделили структурно-содержательные и функциональные компоненты активности личности:

— содержательно-когнитивный (система усвоенных и осознанных знаний о сущности активности; представление о себя как об активном субъекте, принятие на себя ответственности за происходящее);

— деятельностно-мотивационный (движущая сила активного поведения, то, ради чего выполняется та или иная деятельность);

— оценочно-поведенческий (уровень выраженности активности в поведении, оценка и контроль поведенческих усилий в процессе реализации активности);

— личностно-результативный (степень личностной значимости активности, уровень продуктивности прилагаемых усилий по преодолению наличных условий ситуации).

В ходе исследования с помощью корреляционного и факторного анализа были изучены особенности взаимосвязи между содержательно-когнитивным, деятельностно-мотивационным, оценочно-поведенческим, личностно-результативным компонентами активности на основе методик «Шкалы контроля за действием»

Ю. Куля, «Когнитивной ориентации» Дж. Роттера, «Индикатора стратегий» Д. Амирхана, «Мотивации к успеху» Т. Элерс, «Мотивации к избеганию неудачи» Т. Элерс, «Шкалы копинг-стратегий» Р. Лазаруса, «Определения индивидуальных копинг-стратегий» Э. Хайма, «Рисуночной фрустрации» С. Розенцвейга. В исследовании приняли участие 114 учащихся машиностроительного техникума (57 юношей и 57 девушек в возрасте 17—18 лет).

Структурно-содержательные и функциональные компоненты активности неодинаково проявляются у юношей и девушек. В содержательно-когнитивном компоненте обнаружены гендерные различия по направленности реакции в целом и в ситуации обвинения. Девушки в данной выборке оказались более склонными к самообвинениям, чем юноши. В деятельностно-мотивационном компоненте активности выявлены различия между девушками и юношами в ориентации на состояние/действие. Наиболее яркие различия обнаруживаются в оценочно-поведенческом компоненте активности. Юноши чаще предпочитают контроль при планировании деятельности, в то же время девушки склонны к поиску социальной поддержки. В личностно-результативном компоненте активности гендерные различия проявляются в степени продуктивности когнитивного копинга. Юноши значительно в большей мере, чем девушки склонны к выбору конструктивной стратегии анализа ситуации.

Внутри содержательно-когнитивного компонента активности наблюдается отрицательная корреляция между внутренним локусом контроля и стратегией принятия на себя ответственности. Это, возможно, объясняется тем, что осознание себя активным субъектом, способным самостоятельно изменить положение, прямо связано не столько с принятием на себя ответственности в ситуации стресса, сколько с конкретными действиями по преодолению трудностей. Как показывают эксперименты К.А. Абульхановой-Славской [1], признание собственной ответственности может значительно сужать диапазон возможностей личности, поэтому человеку важно не только понимать, что именно на нем лежит обязанность по изменению ситуации, но и что он сам способен отыскать в себе внутренние ресурсы, необходимые для преодоления сложной жизненной ситуации.

Корреляционный анализ ( $r$  Спирмена и  $\chi^2$  Пирсона) показывает, что *продуктивность* копинга различается в зависимости от локуса контроля, ориентации на действие/состояние, мотивации к успеху/избеганию неудач, контроля за действием при планировании/неудаче/реализации, использования конкретных поведенческих стратегий в процессе совладания с трудной ситуацией. Можно констатировать, что для продуктивного преодоления стресса в когнитивной сфере необходимо наличие внутреннего локуса контроля, ориентации на действие, мотивации к успеху, стратегии конструктивного разрешения проблемы. Внешний локус контроля, мотивация к избеганию, ориентация на состояние, дистанцирование от проблемы, конфронтация, обвинение других людей сопутствуют выбору непродуктивного копинга в когнитивной сфере. Для продуктивного эмоционального совладания со стрессом важны оптимистичный взгляд на происходящее, интернальный локус контроля, отсутствие желания обвинить в ситуации окружающих или обстоя-

тельства. Для продуктивного копинга в поведенческой сфере необходимо наличие контроля за действием, причем не только при планировании деятельности, но и в процессе ее реализации, а также в случае неудачи. Кроме того, нужны конкретные усилия со стороны человека, направленные на разрешение проблемы. Таким образом, личность, успешно преодолевающая стресс, способная к продуктивному совладанию в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах, воспринимает себя как активного субъекта деятельности. Она желает достичь успеха в деятельности и оптимистично оценивает собственные силы, ориентирована на совершение конкретных действий для самостоятельного разрешения проблемы, а не поиск виноватого среди окружающих или самообвинение. При этом человек отдает себе полный отчет в происходящем и контролирует собственную деятельность на этапах ее планирования, реализации, и в случае возможных неудач.

Факторный анализ групп испытуемых с различным уровнем продуктивности стратегий преодоления стрессовых ситуаций позволил выделить следующие факторы продуктивности личностно-результативного компонента активности:

— фактор конструктивного разрешения проблемы (активные поведенческие усилия, направленные на изменение ситуации);

— фактор саморегуляции действий (высокий уровень контроля собственной активности);

— фактор абстрагирования от трудностей за счет планирования решения и поиска социальной поддержки;

— фактор самостоятельного активного решения проблемы (принятие на себя ответственности и инициативы в процессе реализации активности).

Факторная структура относительно продуктивных и непродуктивных стратегий совладания со стрессом представлена ниже:

Факторы относительно продуктивных стратегий	Факторы непродуктивных стратегий
Фактор типа и направленности реакции	Фактор самостоятельного планирования решения
Фактор планирования решения и конфронтации	Фактор фиксации на возможной неудаче
Фактор контроля собственных действий	Фактор разрешения проблемы с элементами агрессивных усилий
Фактор контроля планов действий и поиска поддержки	Фактор ухода от решения проблемы

Факторы общей продуктивности устойчивости к стрессовым ситуациям образуют предпосылки, позволяющие человеку конструктивно преодолевать трудности. К таким предпосылкам относятся саморегуляция, планирование решения проблемы и усилия по самому ее разрешению. Кроме того, на этапе адаптации к стрессу становится важной положительная переоценка происходящего, способствующая тому, что личность начинает видеть перед собой новые пути, новые способы и решения. Осознание собственной ответственности за происходящее в сочетании с контролем за действием при планировании, реализации и возможной неудаче создают базу для проявления самостоятельной активности в преодолении трудности. При этом поиск социальной поддержки помогает человеку в на-

хождении комфортного внутреннего состояния. Интересно, что в данной выборке продуктивный копинг связывается с определенной степенью ухода от проблемы, что, возможно, объясняется желанием испытуемых абстрагироваться от трудности и более трезво, как бы со стороны взглянуть на проблему.

Примечательно, что планирование решения проблемы и ее положительная переоценка являются необходимыми, но недостаточными факторами успешного совладания. Если намеченное нами поведение претворяется в жизнь с элементами агрессии (внешней или самоагрессии), то продуктивность стратегии будет лишь частичной. То же можно сказать и об интернальном локусе контроля. То, что человек осознает себя ответственным за происходящее, еще не означает продуктивности поведения. Как отмечалось выше, принятие ответственности и концентрация на собственных негативных эмоциях могут даже тормозить активность личности. Отрицательно сказывается на продуктивности личностно-результативного компонента активности и фиксация на возможных неудачах. По-видимому, подобное состояние становится фактором, закрывающим от человека возможные новые решения. Боясь отрицательного результата, человек предпочитает не действовать вообще, уходя от разрешения проблемы.

Итак, личностно-результативный компонент активности, выраженный в продуктивности/непродуктивности копинг-стратегий, является своеобразным маркером, проявляющим те необходимые и достаточные условия, которые позволяют личности конструктивно решать возникающие проблемы и развиваться, активно взаимодействуя с окружающей действительностью. При этом остальные структурно-содержательные и функциональные компоненты, достаточно тесно взаимосвязанные друг с другом, приобретают собственную значимость именно в контексте продуктивности/непродуктивности усилий личности. В процессе планирования, реализации активности и ее оценивания участвуют в той или иной мере все перечисленные выше составляющие каждого из компонентов.

## ЛИТЕРАТУРА

- [1] *Абульханова-Славская К.А.* Стратегия жизни. — М.: Мысль, 1991.
- [2] *Брушлинский А.В.* Психология субъекта. — СПб.: Алетейя, 2003.
- [3] *Василюк Ф.Е.* Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. — М. Изд-во МГУ, 1984.
- [4] Краткий психологический словарь / Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. — М., 1985.
- [5] *Крупнов А.И.* Рекомендации и упражнения по саморегуляции и самокоррекции свойств личности. — М.: Изд-во РУДН, 1995.
- [6] *Либина А.В.* Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации. — М.: Эксмо, 2008.
- [7] *Хайкин В.Л.* Активность (характеристики и развитие). — М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2000.
- [8] *Lazarus R.S.* The Ways of Coping Questionnaire. — N.Y.: Springer, 1985.
- [9] *Ryan R., Deci E.* On happiness and human potential // *Annual Review of Psychology.* — 2001. — 51. — P. 141—166.

## **TO THE PROBLEM OF STRUCTURALLY-SUBSTANTIAL AND FUNCTIONAL COMPONENTS OF THE PERSONAL ACTIVITY**

**T.S. Medvedskaya**

The Chair of Psychology and Pedagogic  
Peoples' Friendship University of Russia  
*Mikluho-Maklay str., 6, Moscow, Russia, 117198*

The article is devoted to the interrelation of structurally-substantial and functional components of personal activity. It is analyzed the personal efforts efficiency's degree in overcoming stressful situation depending on activity components.

**Key words:** the activity of person, structurally-substantial and functional components of activity, factors of active coping with stress.