
КАЛЮЖНА Є.М.,
кандидат психологічних наук,
доцент, кафедра практичної
психології, Запорізький
національний університет,
м. Запоріжжя, Україна

ФУНКЦІОНАЛЬНА СТРУКТУРА ТРИВОЖНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Статтю присвячено дослідженню психологічної структури тривожності як функціонально-детермінованої властивості особистості. Здійснено спробу концептуалізації структурно-функціональної моделі тривожності, представленої інтегративною сукупністю її функціональних детермінант. На засадах функціонального детермінізму в психології обґрунтовано припущення про те, що стабілізація особистісної тривожності на індивідуальному рівні інтенсивності детермінується та підтримується ступенем самоактивації, необхідної особистості для об'єктивації релевантної її віковим та соціальним потребам мети.

Ключові слова: особистість, тривожність, функціональна структура, функціональна детермінація, гіперфункція, адаптаційна самоактивація.

Статья посвящена исследованию психологической структуры тревожности как функционально-детерминированного свойства личности. Осуществлена попытка концептуализации структурно-функциональной модели личностной тревожности, представленной интегративной совокупностью ее функциональных детерминант. На основе функционального детерминизма в психологии обосновано предположение о том, что стабилизация личностной тревожности на индивидуальном уровне интенсивности детерминируется и поддерживается степенью самоактивации, необходимой личности для объективации релевантной ее возрастным и социальным потребностям цели.

Ключевые слова: личность, тревожность, функциональная структура, функциональная детерминация, гиперфункция, адаптационная самоактивация.

Kaluzhnaya E.N. Functional structure of anxiety of the personality. The article is devoted research of psychological structure of anxiety as functionally-deterministic feature of personality. Attention is focused on the demonstration of the key theoretical and methodological approaches to the study of the psychological mechanisms that are intended to keep the integrity of personality. It is made an attempt to conceptualize the structural and functional model of the personal anxiety presented by the integrative totality of its functional determinants. Operational definition of the personal anxiety as functionally determined formation at the psychological, individually psychological and personal levels of the mental activity that acts as its adaptive self-activation is formulated from the point of view of functional determination in psychology. The projective research that stabilization of the personal anxiety at the individual level of activity is determined and supported by the self-activation that is needed for person to realize his meaningful aim is grounded.

Key words: *personality, anxiety, functional determination, functional structure, the hyper function of anxiety, adaptive self-activation.*

Постановка проблеми. Проблематика тривожності належить до тієї сфери наукового знання, що на сьогодні є достатньо розробленою. Водночас, слід погодитись із тим, що не всі психологічні аспекти феноменології тривожності як важливого фактора психічного розвитку особистості отримали всебічного висвітлення у науковій психології.

Актуальність дослідження психологічних механізмів особистісної тривожності у функціональній площині стає очевидною при зверненні до одного об'єктивного протиріччя, сутність якого полягає в тому, що, з одного боку, психологічне тлумачення будь-якого психічного феномену із необхідністю передбачає дослідження його функціонального аспекту та структурної організації, а з іншого – у межах розробки проблеми тривожності можна констатувати своєрідне зміщення акцентів, яке виявляється у зосередженості дослід-

ницького інтересу на вивченні психологічних механізмів формування тривожності в онтогенезі, тоді як не менш важливого значення становлять психологічні механізми її функціонування. Як результат – наявність широкого масиву психологічних знань про чинники та наслідки тривожності, та недостатність – про її функціональні складові.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання феноменології тривожності є одним із найбільш дискусійних як у теоретичному, так і практичному аспектах – сутність явища тривоги складно концептуалізувати, а біосоціальна система, в якій вона виникає – досить складна. Як підкреслюють представники психоаналітичного підходу, «тривога має власну історію розвитку, і починається вона майже від народження дитини» (З. Фрейд, К. Хорні, М. Кляйн, Г. Салліван).

У вітчизняній психології тривожність розглядається як один зі стриж-

невих параметрів індивідуальних розбіжностей, що характеризується тенденцією особистості до переживання стану тривоги у ситуаціях соціальної взаємодії (Л.І. Божович, Г.Ш. Габдреева, Я.М. Омельченко та ін.). Зазвичай, підкреслюється, що тривожність як тенденція демонструє схильність особистості до антиципації загрози фрустрації її найважливіших соціальних потреб (Н.О. Амінов, В.М. Астапов, В.Р. Кисловська, Г.М. Прихожан та ін.).

Залежно від розподілу акцентів дослідження, тривожність аналізується як особистісна диспозиція, обумовлена дією стресового чинника (О. Кондаш, Р. Мартенс, Я. Неверович, Г. Сельє, Ч. Спілбергер, Ю. Ханін, П. Якобсон), наслідок фрустрації соціальних потреб особистості (Н.О. Амінов, В.Р. Кисловська, А.Г. Мікляєва, Г.М. Прихожан), стійкий мотив та стійка форма його реалізації (Л.І. Божович), результат взаємодії особистості з ситуацією та індивідуальних особливостей її інтерпретації (В.М. Астапов, Ю.Я. Кисельов, П.В. Симонов).

Огляд наукових праць з проблеми тривожності дає підстави засвідчити, що її генеза аналізується переважно як «реактивний процес», що спричиняє деструктивний вплив на розвиток особистості (В.М. Астапов, Ж.М. Глозман, О.І. Захаров, М.В. Імедадзе, М.Д. Левітов, О.Г. Мельниченко, Г.М. Прихожан). За правилом, наголошується, що висока особистісна тривожність виступає одним із головних корелятивів невротичних і психосоматичних розладів (В.М. Крайнюк, Л.М. Костіна, Я. Рейковський, О.Т. Соколова).

Разом із тим, слід зауважити, що такий підхід висвітлює лише один аспект проблеми, залишаючи поза увагою можливість вбачати наявність позитивних розвиваючих сил у феномені тривожності. Так, питання про характер

функціональних зв'язків між тривожністю та адаптивністю не є остаточно розв'язаним. Тривожність характеризується і як адаптивна якість особистості (Г.Ш. Габдреева, 2000; Г.Н. Генінг, 1999; Т.В. Землякова, 1996; Н.Г. Колизаєва, 1989; І.В. Пацявічус, 1981; В.Є. Сараєва, 1989; О.Я. Чебикін, 1991) і, як чинник дезадаптивності (Ю.М. Антонян, 1996; Л.І. Дідковська, 2003; І.Г. Кошлань, 2005; Л.В. Помиткіна, 2004; Л.П. Пономаренко, 1998; О.М. Рева, 2005).

Аргументуючи положення «на захист» тривоги, дослідники акцентують увагу на тому, що вона не є причиною дезорганізації особистості, а скоріше є наслідком і проявом цього стану (О.Х. Маурер, 1940). Елемент дезорганізації виникає разом із актом дисоціації, при цьому тривожність стає спробою особистості досягти цілісності та гармонійності. Тому поведінка, що має на меті позбавлення від тривоги, є більшою мірою пристосувальною, аніж інтегративною. На функціональності афективних проявів наголошував і А. Адлер, коли зазначав, що ступінь та напрямок фіксації почуттів індивіда визначаються їх необхідністю для досягнення його життєвої мети.

Метою статті є дослідження та обґрунтування функціональної організації тривожності як стійкої властивості особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. На перший погляд, існування функціонального аспекту будь-яких перетворень у системі внутрішніх характеристик особистості у процесі адаптивної активності є давно встановленим фактом і не потребує додаткового обґрунтування та аргументації (Ф.Б. Березін, 1988; Ф.Ю. Василюк, 1994; К.Є. Ізард, 2000; Т.С. Кириленко, 2004; Л.В. Маришук, 2001; Н.І. Наєнко, 1976; О.П. Саннікова, 2002). Зокрема, В.А. Петровським (1992) докладно обґрунто-

вана вихідна адаптивна спрямованість будь-яких психічних процесів, актів і переживань. Проте, існуючі на сьогодні тлумачення тривожності як властивості особистості, вказують скоріше на її чинники та наслідки, ніж на функціональні складові. Тому ми вважаємо, що феномен особистісної тривожності потребує «концептуальної реабілітації».

На наш погляд, евристично важливим буде проаналізувати «якість» тривожності не в спектрі континууму «норма – патологія» чи «здоров'я – нозологія», а як показник ефективності психологічного функціонування особистості та особливостей її індивідуального розвитку.

Досліджуючи функціональний аспект явища тривожності, ми намагаємось визначити чинники її «субстанційної стійкості» на індивідуально-особистісному рівні. Вбачаючи у кожному прояві тривожності «акцію» і «реакцію» одночасно, ми керуємось необхідністю виявлення саме тих структурних детермінант тривожності, які є носіями її функціонального значення. Це потребує концептуального обґрунтування нового підходу до операціоналізації феномену особистісної тривожності як основи для дослідження її функціональних детермінант.

Розв'язання означеного завдання досягається шляхом якісного осмислення генези тривожності як певної послідовності когнітивних, емоційних та поведінкових перетворень внутрішньої активної системи від актуального стану у напрямку до мети. Якщо визначити функції особистісної тривожності, розглядаючи їх в якості складових її внутрішньої структури, то можна зрозуміти і її функціональний механізм.

На підтвердження функціональної детермінації психічних утворень свідчить сформульована академіком С.Д. Максименком теза про те, що особис-

тість водночас є і *реалізатором* діяльності (як форми прояву її потенцій), і *активізатором* процесу функціонування діяльності, яка трансформується у психічні якості самої особистості. Побудовуючи свою аргументацію, ми засновуємось на тому безперечному доводі, що поряд із реактивною, переважаючою стає активна поведінка, тобто така, що спонукається власними усвідомленими цілями і мотивами [4].

У зв'язку із цим, першочергового значення в контексті дослідження функціональної структури тривожності набуває вихідне положення діяльнісного підходу, згідно з яким «якісність» та активуючий потенціал психічних утворень, їх можливості в усвідомлюваній регуляції діяльності особистості визначаються (розкриваються й обмежуються) діапазоном та ієрархією її цінностей і потреб (С.Л. Рубінштейн, 2006).

Першим концептуальним поштовхом для аналізу тривожності як активного психічного утворення стала інформаційна теорія емоцій П.В. Симонова (1964), відповідно до якої емоційні стани визначаються якістю й інтенсивністю актуальної для людини потреби та імовірністю її задоволення. Оцінка імовірності здійснюється людиною на підставі накопиченого індивідуального досвіду – через співставлення необхідної для реалізації потреби інформації із тією інформацією, що наявна на дійсний момент. Іншими словами, ступінь емоційної напруженості відбиває міру невизначеності ситуації та функціональної готовності особистості до умов здійснення діяльності.

Крім того, дослідники відстоюють позицію, що психологічна специфіка стану напруженості залежить не стільки від зовнішніх впливів, скільки від особистісного смислу мети діяльності, оцінки актуальної для людини ситуації (Н.І. Наєнко, 1976).

На думку О.О. Конопкіна, незалежно від ступеня складності процесу прийняття мети, емоційне оцінювання відіграє у ньому вирішальну роль: «Саме емоційно прийнята мета є тією вихідною ланкою системи саморегуляції, що визначає надалі весь процес усвідомленого регулювання в його підпорядкованості досягненню потрібного результату. Адже мета діяльності – це те, що завжди «усвідомлюється актуально» [3, с.40].

Другим концептуальним поштовхом для дослідження тривожності як функціонально-детермінованого психічного утворення виступала реверсивна теорія М. Аптера (2004), в межах якої активація розглядається як основний аспект мотивації, як ступінь емоційної та мотиваційної включеності індивіда у діяльність. На відміну від теорії оптимальної активації У. Томпсона і Д. Хебба, в основу якої покладений принцип гомеостазу, реверсивна теорія, керуючись принципом гетеростазу, припускає існування двох альтернативних активаційних систем («пошук – уникання»), в кожній з яких є свій діапазон оптимальності.

Грунтуючись на сформульованому А. Адлером положенні щодо наявності імпліцитної «психологічної мети» в усіх без винятку емоційних станів і переживань, можна із певною часткою імовірності припустити, що метою тривожності як стійкої особистісної властивості є максимальне зближення реального та ідеального «Я».

В контексті адаптаційної активності це означає, що чим важливіша для самооцінки особистості встановлена мета, тим більша її самоактивація, адже досягнення потрібного результату вимагає докладання певних зусиль. Зазначене цілком узгоджується із встановленою закономірністю: чим адекватніший активаційний вплив

функціонального стану на систему регуляції, тим ефективніше буде проявлятися функція енергетичного забезпечення діяльності [1].

Разом із тим, особистісну тривожність не можна вважати незалежним активаційним джерелом: вона є індикатором наявності конфронтаційних відносин між сферою компетенції особистості та системою її пріоритетних цілей. Визнаючи таке співвідношення справедливим, в якості важливої умови психоемоційного благополуччя особистості слід розглядати реалістичність мети: чим масштабніші власні очікування щодо себе, тим більші розбіжності між бажаним і реально досяжним, і тим витратніший отриманий результат. Так, надто віддалена від реальності мета (наприклад, через неузгодженість із можливостями), яка потребує гіперактивації, призводить до «інтоксикації» тривожністю, що являє собою приклад перетворення її позитивного мотиваційного потенціалу на особистісну проблему. Тож є вагомим підстави припускати існування індивідуально-доцільного рівня тривожності особистості, що забезпечує результативність її психічної адаптації.

Доцільність, як категорія співвідносності мети та інтенсивності активації, позначає здатність особистості діяти у відповідності з обставинами та певними пріоритетами, виступаючи в суб'єктивному просторі як сенс діяльності та міра корисності докладених зусиль. Мета завжди співвідноситься із потребою, а потреба – зі ступенем та якістю необхідних для її задоволення витрат. Можна сказати, що таке співвіднесення розкриває «суб'єктивну рентабельність» мети і доцільність її досягнення [2].

Необхідно зазначити, що дослідження особистісних властивостей в контексті «адаптивності – дезадаптивності»

психологічної активності особистості для вітчизняної психології є традиційними. Прийнято вважати, що адаптивною є тривожність помірного (оптимального) рівня. Але можна погодитись із тим, що рівні, на відміну від критеріїв та показників, повноцінного змістовного навантаження не несуть. Помірний рівень не обов'язково є оптимальним і адаптивним з огляду на індивідуальну варіативність психічних проявів. Саме тому ми спробували виокремити показники, що дозволяють охарактеризувати особистісну тривожність в контексті адаптивної активності особистості.

Гіперфункція тривожності свідчить про психологічну надактивацію особистості та гіпертрофовану потребу досягнення. Тобто, надвисокий рівень тривожності демонструє орієнтацію особистості на результат. Відтак, для нівеляції негативних наслідків гіперфункції тривожності та попередження перетворення її мотиваційного потенціалу на особистісну проблему необхідно або активізувати свої потенційні можливості, або скоригувати критерії оцінки самоефективності (наприклад, спростувати значимість нереалістичних цілей, очікувань, прагнень, домагань) [2].

Приймаючи це твердження, слід також погодитись із тим, що стабілізація особистісної тривожності на певному рівні інтенсивності детермінується і підтримується ступенем самоактивації, необхідної особистості для досягнення релевантної її віковим та індивідуальним потребам мети.

Погоджуючись із тим, що визначним фактором адаптивності особистості є пластичність і варіативність її мотиваційної сфери (Ф.Б. Березін, 1988), в якості найбільш репрезентативних характеристик адаптаційної самоактивації особистості можна вважати її *доцільність, спрямованість та результативність*.

Виокремлення саме цих показників обґрунтовано тим, що всі вони є когерентними категорії «мети», цілком узгоджуючись із загальновизнаними психологічними концепціями цільової детермінації психічного, представлені у працях К.О. Абульханової-Славської, Ф.Ю. Василюка, Є.І. Головахи, О.О. Конопкіна, С.Д. Максименка, С.Л. Рубінштейна, Т.М. Титаренко, Ю.М. Швалба та інших дослідників.

Використання зазначених показників здається досить виправданим з точки зору можливості охарактеризувати за «цільовими» ознаками динаміку адаптаційної активності особистості, не застосовуючи при цьому таких критеріально-варіабельних характеристик, як «норма», «адекватність», «оптимальність» тощо.

Посилаючись на вихідне положення інтегрального підходу до вивчення індивідуальності (В.С. Мерлін, 1996), згідно з яким для розкриття сутності будь-якого психічного феномену необхідно і достатньо встановити найбільш репрезентативні його характеристики, в якості функціональних детермінант особистісної тривожності, що розкривають її функціональний механізм, нами визначені [2]:

- *акцептація мети* (диспозиційна й поведінкова ініціація потреби досягнення) – на психофізіологічному рівні;
- *об'єктивація Я-зусиль* (реалізація внутрішнього наміру) – на індивідуально-психологічному рівні;
- *оцінювання результату* (співставлення зусиль та ефекту) – на особистісному рівні.

Представляючи структуру тривожності як інтегративну сукупність її функціональних детермінант, ми виходили з того, що психологічний механізм тривожності як функціонально-детермінованого утворення розгортається на

психофізіологічному, індивідуально-психологічному та особистісному рівнях психічної активності особистості й реалізується взаємозв'язком його функціональних складових [2].

Отже, особистісна тривожність як психологічний феномен виконує інтегральну функцію адаптаційної самоактивації, доцільність, цілеспрямованість і результативність якої виступають якісними показниками ефективності психологічного функціонування особистості та особливостей її індивідуального розвитку.

У контексті наведеної моделі адаптаційна самоактивація тлумачиться як ініційована особистістю внутрішня (диспозиційна) та зовнішня (поведінкова) активація, націлена на повноцінну реалізацію потреби досягнення за мінімальних психологічних та фізичних зусиль (витрат). Перевага пропонованої моделі тривожності та її відмінність від інших моделей полягає у тому, що концептуально вона формалізує простір адаптаційної активності особистості поза континуумом «нормальний – аномальний» розвиток та розкриває свій функціональний механізм.

Висновки і перспективи подальшого дослідження. Засновуючись на визначеній теоретичній позиції, можна сформулювати висновок про те, що стабілізація особистісної тривожності на певному рівні інтенсивності детермінується і підтримується ступенем активізації, необхідним для досягнення релевантної віковим та соціальним потребам особистості мети. Тим самим, підтверджено припущення про те, що особистісна тривожність, як індикатор варіативності індивідуальної перспективи, є функціонально детермінованою, а отже, може бути віднесеною до адаптивних властивостей особистості. Таким чином тезу щодо функціональної детермінації тривожності, принаймні на рівні теоретичного осмислення, можна вважати аргументованою.

На завершення обґрунтування функціональної організації тривожності, слід зазначити, що, як і будь-яке узагальнення, пропонована концептуальна модель не претендує на статус універсальної, оскільки не може охоплювати весь спектр індивідуальної варіативності у проявах загальної тенденції.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Дикая Л. Г. Психология саморегуляции функционального состояния субъекта в экстремальных условиях деятельности: Дис... докт. психол. наук / Л.Г.Дикая. – М., 2002. – 342 с.
2. Kaluzhnaia E. N. Functional model of anxiety as stable features of personality / Є.М.Калюжна // Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України та ДВНЗ «Запорізький національний університет» / За ред. С.Д.Максименко, Н.Ф.Шевченко. – Запоріжжя: ЗНУ, 2015. – № 2 (8). – С. 97-102.
3. Конопкин О. А. Участие эмоций в осознанной регуляции целенаправленной активности человека / О.А.Конопкин // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 38-48.
4. Максименко С. Д. Психологія особистості: парадигма життєстворення / С.Д.Максименко // Психологія і суспільство. – К., 2006. – № 4. – С. 8-52.
5. Погорелова Е. И. Тревога как фактор развития личности (на примере преодоления экстремальных ситуаций): Дис... канд. психол. наук / Е.И.Погорелова. – Таганрог, 2002. – 151 с.

ТРАНСЛІТЕРАЦІЯ ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Dikaya L. G. *Psihologiya samoregulyatsii funktsionalnogo sostoyaniya sub'ekta v ekstremalnykh usloviyakh deyatel'nosti*: Dis... dokt. psihol. nauk / L.G.Dikaya. – M., 2002. – 342 s.
2. Kaluzhnaya E. N. *Functional model of anxiety as stable features of personality* / E.M.Kalyuzhna // *Problemi suchasnoyi psihologii*: zbirnik naukovih prats Institutu psihologii Imeni G.S.Kostyuka NAPN Ukrainy ta DVNZ «Zaporizkiy natsionalnyi universitet» / Za red. S.D.Maksimenko, N.F.Shevchenko. – Zaporizhzhya: ZNU, 2015. – # 2 (8). – S. 97-102.
3. Konopkin O. A. *Uchastie emotsiy v osoznannoy regulyatsii tselenapravlennoy aktivnosti cheloveka* / O.A.Konopkin // *Voprosy psihologii*. – 2006. – # 3. – S. 38-48.
4. Maksimenko S. D. *Psihologiya osobistosti: paradigma zhittestvorenniya* / S.D.Maksimenko // *Psihologiya i suspilstvo*. – K., 2006. – # 4. – S. 8-52.
5. Pogorelova E. I. *Trevoga kak faktor razvitiya lichnosti (na primere preodoleniya ekstremalnykh situatsiy)*: Dis... kand. psihol. nauk / E.I.Pogorelova. – Taganrog, 2002. – 151 s.