

Митина О.В., Перпер А.М., Абдуллаева Л.Ш. Исследование взаимосвязи личностных характеристик и динамики эмоциональной сферы в ситуации длительного стресса



МИТИНА О.В., ПЕРПЕР А.М., АБДУЛЛАЕВА Л.Ш. ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ЛИЧНОСТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК И ДИНАМИКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ В СИТУАЦИИ ДЛИТЕЛЬНОГО СТРЕССА

English version: [Mitina O.V. Perper A.M., Abdullaeva L.Sh. Study of the relationship between personal characteristics and emotional dynamics in prolonged stressful situations](#)

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Москва, Россия
Филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова, Ташкент, Узбекистан

[Сведения об авторах](#)

[Литература](#)

[Ссылка для цитирования](#)

Эксплицитные и имплицитные положительные и отрицательные эмоции измерялись у 151 человека ежедневно в течение месяца. В течение этого месяца испытуемые (студенты бакалавриата – 85 человек) находились в стрессовой ситуации, вызванной участием в интенсивном образовательном курсе, а остальные 66 были первокурсниками, и их стресс был вызван причинами адаптации. Динамические характеристики для каждого испытуемого по четырем видам эмоций измерялись с помощью энтропии Шеннона и лямбда-параметра из логистического отображения, позволяющего описать уровень каждой эмоции в момент времени $(n + 1)$ как функцию от уровня той же эмоции в момент n . Для сравнения в качестве статических характеристик процесса были рассчитаны средние значения и дисперсии. Один раз каждый испытуемый проходил тестирование по методикам личностного потенциала, определяющим характеристики, реализующие оптимальное личностное функционирование или препятствующие ему (аспекты саморегуляции, стили личностного взаимодействия и различные виды деятельности). Знаки корреляций статических показателей (средние и дисперсии) с личностными характеристиками гораздо легче интерпретировать, чем знаки корреляций динамических показателей. Статические показатели положительных эмоций положительно коррелируют с характеристиками личностного потенциала, а статические показатели отрицательных эмоций связаны с характеристиками, которые препятствуют оптимальному функционированию человека. Эмоциональная активация в динамическом аспекте (общий уровень одноточечных аттракторов и для положительных, и для отрицательных эмоций в человеке, то есть тех значений, к которым стремится процесс в отсутствие внешнего влияния) положительно коррелирует с чертами личного потенциала. То есть здесь важен общий эмоциональный фон – уровень одновременного выражения положительных или отрицательных эмоций, а не знак эмоций. Взаимосвязь между личностными характеристиками и показателями эмоционального состояния для эксплицитного и имплицитного уровня проявляется по-разному. На имплицитном уровне в большей степени выражены связи с динамическими показателями (энтропия, аттрактор), а для эксплицитного уровня значимыми являются корреляции со статическими показателями эмоциональных состояний (среднее, дисперсия). Можно

предположить, что эмоциональные состояния, определенные на эксплицитном уровне, в большей степени отражают стабильные личностные качества, а не динамику эмоциональных состояний.

Ключевые слова: стресс, динамика эмоций, имплицитные эмоции, нелинейная динамическая модель, энтропия, логистическое отображение, личностный потенциал

Проблема связи между стрессоустойчивостью и характеристиками личности находится в центре внимания многих исследователей. На протяжении всей истории исследований стресса ученые пытались выявить те личностные характеристики, которые способствуют успешному выходу из стрессогенной ситуации, конструктивному преодолению стресса и даже предупреждению его. Это характеристики, входящие в личностный потенциал человека. К ним относятся, например, внутренние мотивы учебной деятельности [Гордеева и др., 2014], интернальный локус контроля [Бодров, 2006], удовлетворенность жизнью [Леонтьев, 2010], осознанность [Dekeyser et al., 2008; Ostafin, Kassman, 2012], жизнестойкость [Леонтьев, Рассказова, 2006], самоуверенность [Рассказова, Плужников, 2013; Beck et al., 2004].

С другой стороны, изучались личностные качества, усугубляющие стрессогенную ситуацию, мешающие субъекту справиться со сложившимися обстоятельствами, приводящими к вышеупомянутому замкнутому кругу негативных эмоций, препятствующие оптимальному личностному функционированию, связанные с высоким уровнем стресса, отрицательными эмоциональными состояниями, чувствительностью к стрессогенным факторам. К ним относятся, например, экстернальный локус контроля [Гринберг, 2002], внешние мотивы [Гордеева и др., 2014], лабильность, импульсивность, социальная желательность [Щербатых, 2006], такие компоненты перфекционизма, выделенные Р.Слэйни и другими, как прокрастинация, несоответствие (собственным высоким критериям), отношения (сложность в выражении чувств) [Antony, Swinson, 2009; Chang et al., 2004].

Это разделение условно и сделано на основе исследований, в которых использовались статические модели, не способные уловить все изменения, которые происходят с эмоциями человека во время стресса [Hobfoll, Lilly, 1993].

Одним из показателей стрессоустойчивости можно рассматривать наличие позитивного эмоционального фона у субъекта в стрессовой ситуации. Соотнесение стресса и эмоций позволяет сделать вывод, что последние могут выступать и как последствия развития стресса, и как предпосылки его. Так, например, достаточно распространенная ситуация, когда стресс сопровождается отрицательными эмоциями, которые, в свою очередь, способствуют более широкому его развитию [Щербатых, 2006]. На языке динамических систем – система с подкрепляющей обратной связью.

Важной характеристикой аффективной сферы является динамический аспект протекания эмоционального процесса. Но в большинстве исследований связей личностных характеристик и эмоций динамический аспект не учитывается в применяемых моделях анализа данных. На данный момент существует немало работ, исследующих поведение, эмоциональное и физическое состояние, умственную деятельность человека во время стресса. Однако в этих работах исследуемый рассматривается только в один, максимум два-три момента времени, в то время как стрессогенная ситуация может длиться гораздо дольше [Evans-Martin, 2009; Сапольски, 2015; Щербатых, 2006]. Поскольку эмоциональная сфера отличается быстрой изменчивостью, которая бывает непредсказуема и даже хаотична, ее можно воспринимать как нелинейную динамическую систему, саморазвивающуюся, имеющую обратные связи, требующую изучения в течение длительного периода времени. Поэтому необходима разработка динамической модели анализа эмоциональных процессов.

Как правило, при изучении эмоциональных процессов в стрессовой ситуации не дифференцируются разные уровни функционирования эмоций: эксплицитный (осознаваемые эмоции) и имплицитный (глубинные неотрефлексированные субъектом эмоции). Поэтому необходимо использование методик, выявляющих функционирование эмоций на разных уровнях представленности в сознании субъекта, в том числе позволяющих оценивать эмоциональное состояние индивида недирективным способом, то есть минуя влияние установок и мотивационных тенденций, а не только в форме прямых самоотчетов респондентов.

Цель исследования – выявить показатели динамики эмоциональных состояний и их связь с личностными особенностями человека, находящегося в длительной стрессогенной ситуации. Предполагалось, что чем выше личностный потенциал человека, тем устойчивее его состояние в течение длительного стресса и тем менее человек подвержен воздействию внешних обстоятельств, которые могут вызывать изменение эмоционального состояния.

Методики исследования

Для изучения эмоциональных состояний использовались следующие методики:

- Шкала позитивного и негативного аффекта (ШПАНА), предназначенная для фиксации выраженности эмоциональных состояний в форме самоотчета (эксплицитный уровень изучения эмоций) [Осин, 2012];
- Тест имплицитного позитивного и негативного аффекта (ИПАНАТ), предполагающий фиксацию автоматической активации репрезентаций эмоциональных состояний при оценивании бессмысленных слов с помощью прилагательных, отражающих позитивные и негативные эмоциональные состояния [Митина и др., 2017].

Личностные особенности определялись с помощью следующих методик:

- Шкала академической мотивации (ШАМ) [Гордеева и др., 2014];
- Шкала удовлетворенности жизнью [Осин, Леонтьев, 2008];
- Шкала общей самооффективности [Шварцер и др., 1996];
- Тест жизнестойкости [Осин, Рассказова, 2013];
- Шкала персональной ответственности [Sheldon et al., 2018];
- Тест смысложизненных ориентаций [Леонтьев, 2000];
- Большая пятерка (BFQ-2) [Осин и др., 2015];
- Шкала внимательности и осознанности (Mindful Attention Awareness Scale – MAAS) [Brown, Ryan, 2003];
- Почти совершенная шкала [Митина и др., 2011];
- Опросник когнитивного инсайта А.Бека [Рассказова, Плужников, 2013];
- Шкала чувствительности к обратной связи [Кирилловская, 2012].

Выборка

Испытуемые – 151 студент филиала Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова в г.Ташкенте в возрасте от 18 до 25 лет (28 мужчин, 123 – женщины). Исследование проводилось один месяц, в течение которого испытуемые находились в ситуации постоянного стресса, связанного с учебной деятельностью (необходимость ежедневно выполнять и сдавать задания в условиях конкуренции с другими студентами, чтобы успешно сдать экзамен) – 85 респондентов, 66 человек – первокурсники, испытывающие адаптационный стресс, вызванный вхождением в студенческую жизнь. Ежедневно испытуемые заполняли методики диагностики эмоциональных состояний (ИПАНАТ и ШПАНА). Студенты могли это делать либо в специально

написанной с этой целью программе, содержащей также в себе напоминание (появляющееся на экране компьютера один раз в час и исчезающее после заполнения опросников в этот день) о необходимости заполнить опросники [Митина и др., 2018], либо через Интернет в гугл-формах.

Ответы на вопросы методик изучения личностных особенностей давались один раз (в бланковом или компьютерном вариантах).

Методы анализа данных

Для каждого эмоционального состояния у каждого испытуемого определялись статические показатели выраженности: среднее и дисперсия по данным, полученным в течение месяца. В качестве параметров динамики эмоциональных состояний вычислялись энтропия и аттрактор. Энтропия H вычисляется по формуле $H = -\sum P_{ij} \ln P_{ij}$, где P_{ij} – относительная частота переходов от одного уровня выраженности того или иного эмоционального состояния к другому.

Аттрактор (A) вычисляется исходя из логистической модели описания динамики эмоционального процесса. Для каждого респондента по каждой шкале опросников ИПАНАТ и ШПАНА определяется квадратичная функция, задающая переход от показателя x_n в момент времени n к показателю x_{n+1} в момент времени $n+1$.

$$x_{n+1} = ax_n^2 + bx_n + c.$$

В результате получены значения коэффициентов a , b и c для каждого человека для четырех вариантов измерения эмоций (эксплицитный $\leftrightarrow$ имплицитный X позитивный $\leftrightarrow$ негативный).

В каждом из четырех случаев параметр лямбда логистического отображения стандартного вида $x_{n+1} = \lambda x_n(1 - x_n)$ вычислялся по формуле:

$$\lambda = 1 + \sqrt{(b-1)^2 - 4ac}$$

Значение аттрактора в этом случае равно

$$A = 1 - \frac{1}{\lambda}$$

и указывает на выраженность внутреннего, имманентно присущего человеку состояния или качества в отсутствие внешних воздействий [Kuhl et al., 2017; Митина, 2013].

Результаты и обсуждение

В таблицах 1–4 представлены значимые корреляции показателей четырех вариантов измерения эмоций (статических – среднее и дисперсия, и динамических – значение аттрактора и энтропия) и личностных характеристик. Серым цветом закрашены характеристики, препятствующие оптимальному личностному функционированию, усугубляющие реакцию индивида на стресс. Согласно предположению, показатели выраженности позитивных эмоций – среднее и аттрактор – должны позитивно коррелировать с личностными характеристиками, способствующими выходу из стрессовой ситуации и, наоборот, отрицательно – с усугубляющими реакцию индивида на стресс. Например, в таблице 1 положительные корреляции среднего имплицитной позитивной эмоции с познавательной мотивацией согласуются с этим предположением («правильный» знак корреляции –

положительный для личностной характеристики личностного потенциала), а с эгоистической желательностью (закрашенная серым строка) – нет («ошибочный» знак корреляции – положительный для личностной характеристики, усугубляющей реакцию индивида на стресс).

В то же время отрицательная корреляция показателя А с когнитивным инсайтом (закрашенная серым строка) также согласуется с предположением («правильный» знак корреляции – отрицательная для личностной характеристики, усугубляющей реакцию индивида на стресс). Для негативных эмоций ситуация должна быть обратная. Показатели выраженности негативных эмоций должны негативно коррелировать с личностными характеристиками личностного потенциала и позитивно – с характеристиками, усугубляющими реакцию индивида на стресс.

Для того чтобы выявить общие тенденции для каждой таблицы и для каждого показателя, мы определяли число случаев значимых корреляций с личностными характеристиками, согласующихся и не согласующихся с предположением.

Таблица 1

Корреляции между личностными особенностями и показателями *имплицитного позитивного аффекта*

	А	Н	Среднее	Дисперсия
<i>Шкала академической мотивации</i>				
Познавательная мотивация			,181* [1]	
Мотивация достижения			,166*	
Мотивация самоуважения [2]			,185*	
<i>Шкала удовлетворенности жизнью</i>				
Удовлетворенность жизнью			,306**	
<i>Шкала общей самооффективности</i>				
Самооффективность			,226**	
<i>Тест жизнестойкости</i>				
Вовлеченность	,223**	0,137		
Контроль	,246**	0,15		
Принятие риска	,241**			
<i>Шкала позитивного и негативного аффекта</i>				
Позитивный аффект			,280**	,185*
Негативный аффект	0,141			
<i>Тест смысловых ориентаций</i>				
Ориентация на цели				0,157
Локус контроля – жизнь				,168*
<i>Личностный опросник «Большая пятерка»</i>				
Доминантность	,305**	,245**		
Динамизм			,162*	
Лабильность		,161*	–,214**	–,181*
Педантичность				0,142
Упорство	,227**			–0,146
Импульсивность	,310**			–,271**
Открытость опыту			,216**	
Эгоистическая желательность	,353**		,222**	
Моралистическая желательность	–0,153	–,167*		
<i>Опросник когнитивного инсайта А. Бека</i>				
Самоуверенность			,219**	,279**

Когнитивный инсайт	–,349**	–0,14		,328**
<i>Шкала обратной связи</i>				
Обратная связь	0,16			
<i>Шкала персональной ответственности</i>				
Ответственность			,176*	

Таблица 2

Корреляции между личностными особенностями и показателями *имплицитного негативного аффекта*

	А	Н	Среднее	Дисперсия
<i>Шкала академической мотивации</i>				
Познавательная мотивация			–0,151	
Мотивация достижения			–0,099	
Экстернальная мотивация			,189*	
Интроецированная мотивация				–0,147
Амотивация			,166*	
<i>Шкала удовлетворенности жизнью</i>				
Удовлетворенность жизнью			,200*	
<i>Шкала общей самооффективности</i>				
Самооффективность	0,151	–0,145		
<i>Тест жизнестойкости</i>				
Вовлеченность	,190*	0,137		
Контроль	,254**			–0,141
Принятие риска	,191*			
<i>Шкала позитивного и негативного аффекта</i>				
Негативный аффект	0,143		,192*	
<i>Тест смысловых ориентаций</i>				
Ориентация на цели				
Ориентация на результат		–0,141		
Ориентация на процесс			–0,149	–0,136
<i>Личностный опросник «Большая пятерка»</i>				
Доминантность	,286**	0,146		
Педантичность				
Упорство	,249**			–,222**
Открытость культуре			–0,072	–,176*
Лабильность				–0,139
Импульсивность	,277**			–0,151
Эгоистическая желательность	,367**			–0,15
Моралистическая желательность	–0,143	–,188*		
<i>Методика «Почти совершенная шкала»</i>				
Тревога			0,155	
<i>Опросник когнитивного инсайта А.Бека</i>				
Самоуверенность			0,148	
Когнитивный инсайт	–,311**	–,174*		0,148

<i>Шкала обратной связи</i>				
Обратная связь	,180*			

Таблица 3

Корреляции между личностными особенностями и показателями *эксплицитного позитивного* аффекта

	А	Н	Среднее	Дисперсия
<i>Шкала академической мотивации</i>				
Познавательная мотивация			,269**	
Мотивация достижения			,294**	
Мотивация саморазвития			,236**	
Интроецированная мотивация			–,205*	0,142
Экстернальная мотивация			–,201*	
<i>Шкала удовлетворенности жизнью</i>				
Удовлетворенность жизнью			,278**	
<i>Шкала общей самооффективности</i>				
Самооффективность			,370**	
<i>Тест жизнестойкости</i>				
Вовлеченность	,226**			
Контроль	,270**			
Принятие риска	,248**			
<i>Шкала позитивного и негативного аффекта</i>				
Позитивный аффект			,477**	,175*
<i>Тест смысловых ориентаций</i>				
Ориентация на цели		–,203*		,176*
Ориентация на процесс				0,155
Локус контроля – жизнь		–,169*		,171*
Общий показатель ОЖ				,178*
<i>Личностный опросник «Большая пятерка»</i>				
Доминантность	,291**	0,151		
Динамизм			,275**	
Эмпатия			0,144	
Педантичность	–,191*		0,139	
Упорство	,248**		0,156	
Лабильность			–,308**	
Импульсивность	,228**	0,14		–0,137
Открытость культуре			,272**	
Открытость опыту			,258**	
Эгоистическая желательность	,284**	,162*	,333**	
Моралистическая желательность	–,213*			
<i>Методика «Почти совершенная шкала»</i>				
Несоответствие			–0,145	
Прокрастинация			–,178*	
Тревога			–,218**	
Стандарты			0,142	
<i>Опросник когнитивного инсайта А.Бека</i>				
Самоуверенность			,238**	

Когнитивный инсайт	–,286**	–0,14		
<i>Шкала обратной связи</i>				
Обратная связь	,214*		0,142	
<i>Шкала персональной ответственности</i>				
Ответственность			,286**	

Таблица 4

Корреляции между личностными особенностями и показателями *эксплицитного негативного* аффекта

	А	Н	Среднее	Дисперсия
<i>Шкала академической мотивации</i>				
Познавательная мотивация			–,263**	–,174*
Мотивация достижения			–,281**	–,220**
Мотивация саморазвития			–,234**	–,212**
Экстернальная мотивация			,296**	0,147
Амотивация			,200*	
<i>Шкала общей самооффективности</i>				
Самооффективность			–0,135	
<i>Тест жизнестойкости</i>				
Вовлеченность	,210*			
Контроль	,251**			
Принятие риска	,243**			
<i>Шкала позитивного и негативного аффекта</i>				
Позитивный аффект			–,192*	
Негативный аффект	0,147		,385**	
<i>Тест смысложизненных ориентаций</i>				
Ориентация на цели	–0,142	–0,15		
<i>Личностный опросник «Большая пятерка»</i>				
Доминантность	,326**			
Педантичность				
Упорство	,220**	,193*	–,185*	
Лабильность		,189*	,166*	
Импульсивность	,288**			
Открытость опыту			–0,147	
Эгоистическая желательность	,312**	0,146	–,168*	–0,134
Моралистическая желательность	–0,159			
<i>Методика «Почти совершенная шкала»</i>				
Несоответствие			,187*	
Прокрастинация			,176*	,193*
Тревога			,340**	0,148
<i>Опросник когнитивного инсайта А.Бека</i>				
Когнитивный инсайт	–,320**	–0,154	,167*	
<i>Шкала обратной связи</i>				
Обратная связь	,203*			
<i>Шкала персональной ответственности</i>				
Ответственность				–0,135

Знаки корреляции средних в подавляющем большинстве являются «правильными». То есть положительные эмоции прямо связаны с личностным потенциалом, а отрицательные – с характеристиками, мешающими функционированию человека. Вероятно, такое различие между знаками корреляций личностных характеристик с выраженностью динамическими показателями и с выраженностью статических показателей может быть объяснено тем, что среднее, как и оценка по каждой личностной шкале, – это статические меры, которые и использовались в большинстве предшествующих исследований, на основании которых были построены гипотезы. Соответственно предшествующие исследования вполне подтвердились на том уровне, на котором они и проводились, а использование динамических показателей – это, скорее, добавление поисковых элементов в исследование.

То же касается и дисперсии как меры вариативности. Этот показатель может говорить об эмоциональном диапазоне человека. При этом широкий диапазон по позитивным эмоциям в большей степени связан прямо с личностным потенциалом и обратно – с характеристиками, мешающими функционированию личности, в то время как широкий диапазон по негативным эмоциям связан обратно с личностным потенциалом и прямо – с характеристиками, мешающими функционированию личности.

При этом полученные результаты по корреляциям с динамическими показателями выглядят достаточно неожиданно, что позволяет взглянуть на отдельные личностные характеристики под иным углом зрения. Например, жизнестойкость, а точнее, ее составляющие одинаково позитивно связаны как с негативными, так и позитивными эмоциями (имплицитными и эксплицитными), что довольно сложно объяснить. В то же время когнитивный инсайт, который в других исследованиях положительно коррелировал только с депрессией и тревогой, здесь связан негативно не только с характеристиками выраженности положительных эмоций («правильный» знак корреляции), но также и с отрицательными эмоциями.

Предполагалось, что энтропия, которая интерпретирована как мера хаотичности эмоций, скорее, мешающей человеку в стрессе, независимо от знака эмоций положительно связана с характеристиками, нарушающими функционирование личности и отрицательно – с характеристиками, входящими в личностный потенциал. То, что в итоге результаты не совпали с этим предположением (точнее, совпали лишь по некоторым характеристикам, что не позволяет нам делать обобщенные выводы), может быть вызвано слишком узкой интерпретацией понятия «энтропия». Возможно, энтропия – это не однозначно отрицательная с точки зрения функционирования человека в стрессе характеристика, и хаотичность и малая управляемость эмоций в сочетании с различными личностными качествами может проявляться по-разному и вести к разным последствиям в стрессовой ситуации.

В целом многие личностные характеристики дают значимые корреляции с динамическими показателями разных по знаку и степени осознанности эмоций. Возможно, важно не то, какой знак имеет эмоция, а ее сила, выраженность.

Выводы

Статические показатели (среднее и дисперсия) положительных эмоций прямо связаны с личностным потенциалом, а отрицательных эмоций – с характеристиками, затрудняющими оптимальное функционирование человека. Знаки корреляций у статических показателей с личностными характеристиками согласуются лучше, нежели знаки корреляций у динамических показателей. То есть эти показатели в большей степени и чаще коррелируют положительно с характеристиками личностного потенциала и отрицательно – с характеристиками, усугубляющими переживание стресса для позитивных эмоций, и, соответственно, наоборот – для негативных эмоций.

Эмоциональная активация в динамическом аспекте (суммарный уровень аттракторов позитивной и негативной эмоции у человека) положительно коррелирует с чертами личностного потенциала. Важен не столько знак эмоции, сколько общий эмоциональный фон – уровень одновременной выраженности и позитивной и негативной эмоции.

Связь между личностными характеристиками и показателями эмоционального состояния по-разному проявляется для эксплицитных и имплицитных эмоций. На имплицитном уровне в большей степени установлены связи с динамическими показателями (энтропия, аттрактор). На эксплицитном уровне значимыми являются связи со статическими показателями эмоциональных состояний (среднее, дисперсия). Можно предположить, что эмоциональные состояния, определенные на эксплицитном уровне, в большей степени отражают устойчивые личностные качества, а не динамику эмоциональных состояний как таковую.

Связи, выявленные на уровне динамическом, сложно объяснить, опираясь на теоретическую базу, поскольку исследований эмоций в динамике, как и в целом динамических процессов, недостаточно. Предположение о том, что в длительном промежутке времени важен не знак эмоции, а уровень ее активации, требует проверки в исследованиях. В частности, это может быть повторение исследования в другой культурной среде, стрессовой ситуации иного рода, или изменение экспериментальной процедуры. Кроме того, интересно, связан ли уровень активации эмоций (в большей степени речь идет об имплицитных эмоциях) и с какими-то другими качествами человека, не имеющими прямого отношения к личностному потенциалу и стрессоустойчивости.

Важно также, что динамические характеристики эмоций сравнивались не с такими же динамическими проявлениями личностных характеристик человека, а с самими характеристиками, которые измерены как статичные конструкторы. Таким образом, встает вопрос о том, насколько корректно сравнение динамических и статических характеристик, и не нужно ли в таком случае делать исследование связей между характеристиками, находящимися на одном «уровне». В таком случае, возможно, стоит измерять не личностные характеристики человека, а их поведенческие проявления. Поиск возможных проявлений личностных качеств человека, которые можно измерить в длительном исследовании, и собственно способов их измерения является отдельной задачей для дальнейших исследований.

Финансирование

Исследование выполнено при поддержке Российского научного фонда, проект 16-18-10439 «Системно-динамический анализ регуляции деятельности».

Литература

Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: ПЕР СЭ, 2006.

Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н. Опросник «Шкалы академической мотивации». Психологический журнал, 2014, 35(4), 96–107.

Гринберг Дж. [Greenberg J.] Управление стрессом. СПб.: Питер, 2002.

Кирилловская А.И. Саморегуляция как фактор достижения жизненных целей личности: дис. ... магистра психол. наук. Высшая школа экономики, Москва, 2012.

Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентации (СЖО). М.: Смысл, 2000.

Леонтьев Д.А. Психологические ресурсы преодоления стрессовых ситуаций: к уточнению базовых

конструктов. В кн.: Психология совладающего поведения: материалы II Междунар. науч.-практ. конф. Кострома: КГУ им. Н.А.Некрасова, 2010. С. 40–42.

Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006.

Митина О.В. Использование модели логистического уравнения для изучения динамических процессов в психологии и науках о жизни. Моделирование и анализ данных, 2013, No. 1, 61–78.

Митина О.В., Падун М.А., Зелянина А.Н. Разработка русскоязычной версии методики «Тест имплицитного позитивного и негативного аффекта». Психологический журнал, 2017, 38(2), 104–121.

Митина О.В., Перпер А.М., Гурвич Т.Л. Опыт использования современных технологий в длительном исследовании эмоциональных состояний. В кн.: Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека: Сборник научных статей и материалов международной конференции. Коломна: Государственный социально-гуманитарный университет, 2018. С. 301–305.

Митина О.В., Ясная В.А., Ениколопов С.Н., Зурабова А.М. Апробация методики измерения перфекционизма Р.Слейни «Почти совершенная шкала». Теоретическая и экспериментальная психология, 2011, 4(4), 30–45.

Осин Е.Н. Измерение позитивных и негативных эмоций: разработка русскоязычного аналога методики PANAS. Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2012, 9(4), 91–110.

Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия. В кн.: Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М.: Институт социологии РАН, 2008.

Осин Е.Н., Рассказова Е.И. Краткая версия теста жизнестойкости: психометрические характеристики и применение в организационном контексте. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология, 2013, No. 2, 147–165.

Осин Е.Н., Рассказова Е.И., Неяскина Ю.Ю., Дорфман Л.Я., Александрова Л.А. Операционализация пятифакторной модели личностных черт на российской выборке. Психологическая диагностика, 2015, No. 3, 80–104.

Рассказова Е.И., Плужников И.В. Психодиагностика уровня когнитивного инсайта: результаты апробации русскоязычной версии шкалы когнитивного инсайта А.Бека. Психологические исследования, 2013, 6(28), 6.

Сапольски Р. [Sapolsky R.]. Психология стресса. СПб.: Питер, 2015.

Шварцер Р. [Schwarzer R.], Ерусалем М. [Yerusalem M.], Ромек В. Русская версия шкалы общей само-эффективности Р.Шварцера и М.Ерусалема. Иностранная психология, 1996, No. 7, 71–77.

Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2006.

Antony M.M., Swinson R.P. When Perfect Isn't Good Enough: Strategies for Coping with Perfectionism. Philadelphia: New Harbinger Publications, 2009.

Beck A.T., Baruch E., Balter J., Steer M.A., Warman D.M. A new instrument for measuring insight: The Beck Cognitive Insight Scale. Schizophrenia Research, 2004, 68(2), 319–329.

Brown K.W., Ryan R.M. The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-

being. Journal of Personality and Social Psychology, 2003, 84(4), 822–848.

Chang E.C., Watkins A., Banks K.H. How Adaptive and Maladaptive Perfectionism Relate to Positive and Negative Psychological Functioning: Testing a Stress-Mediation Model in Black and White Female College Students. Journal of Counseling Psychology, 2004, 51(1), 93–102.

Dekeyser M., Raes F., Leijssen M., Leysen S., Dewulf D. Mindfulness skills and interpersonal behavior. Personality and Individual Differences, 2008, 44(5), 1235–1245.

Evans-Martin F.F. Emotion and stress. New York, NY: Infobase Publishing, 2009.

Hobfoll S.E., Lilly R.S. Resource conservation as a strategy for community psychology. Journal of Community Psychology, 1993, 21(2), 128–148.

Kuhl J., Mitina O., Koole S. The extended trust hypothesis: Single-attractor self-contagion in day-to-day changes in implicit positive affect predicts action-oriented coping and psychological symptoms. Nonlinear Dynamics, Psychology, and Life Sciences, 2017, 21(4), 505–518.

Ostafin B.D., Kassman K.T. Stepping out of history: Mindfulness improves insight problem solving. Consciousness and Cognition, 2012, 21(2), 1031–1036.

Sheldon K.M., Gordeeva T.O., Leontiev D., Osin E.N., Rasskazova E., Dementiy L., Lynch M.F. Freedom and Responsibility Go Together: Personality, Experimental, and Cultural Demonstrations. Journal of Research in Personality, 2018, 73(1), 63–74.

Примечания

[1] Здесь и далее: значимые корреляции на уровне значимости $p < 0,1$ ничем не помечены; $p < 0,05$ помечены *; $p < 0,01$ – **.

[2] Здесь и далее серым цветом выделены шкалы, которые, как предполагается, измеряют характеристики, препятствующие оптимальному личностному функционированию.

Поступила в редакцию 21 ноября 2018 г. Дата публикации: 18 февраля 2019 г.

Сведения об авторах

Митина Ольга Валентиновна. Кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник, лаборатория психологии общения, факультет психологии, Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, ул. Моховая, д. 11, стр. 9, 125009 Москва, Россия.
E-mail: omitina@inbox.ru

Перпер Анна Михайловна. Магистрант, кафедра нейро- и патопсихологии, факультет психологии, Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, ул. Моховая, д. 11, стр. 9, 125009 Москва, Россия.
E-mail: aperper@list.ru

Абдуллаева Лайло Шухратовна. Студент, факультет психологии, филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова в г.Ташкенте, пр. Амира Темура, д. 22, 100060 Ташкент, Узбекистан.
E-mail: laylo.msu@gmail.com

Ссылка для цитирования

Стиль psystudy.ru

Митина О.В., Перпер А.М., Абдуллаева Л.Ш. Исследование взаимосвязи личностных характеристик и динамики эмоциональной сферы в ситуации длительного стресса. Психологические исследования, 2019, 12(63), 6. <http://psystudy.ru>

Стиль ГОСТ

Митина О.В., Перпер А.М., Абдуллаева Л.Ш. Исследование взаимосвязи личностных характеристик и динамики эмоциональной сферы в ситуации длительного стресса // Психологические исследования. 2019. Т. 12, № 63. С. 6. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг).

[Описание соответствует ГОСТ Р 7.0.5-2008 "Библиографическая ссылка". Дата обращения в формате "число-месяц-год = чч.мм.гггг" – дата, когда читатель обращался к документу и он был доступен.]

Адрес статьи: <http://psystudy.ru/index.php/num/2019v12n63/1673-mitina63.html>

[К началу страницы >>](#)