

## VEIKLOS APLINKYBIŲ KONTROLĖS VEIKSNYS SOCIALINĖJE ADAPTACIJOJE

A. Suslavičius

Reagavimo į kliūtį motyvuotoje veikloje ypatybės nusako žmogaus socialinės adaptacijos adekvatiškumo lygį. Schematiškai šį teiginį galima pailustruoti taip. Motyvuotai ką nors veikdamas, žmogus susiduria su kokia nors kliūtimi, kuri blokuoja jo poreikio patenkinimą. Tipiškas reagavimas į bloką motyvuotoje veikloje yra emocinis, lygiagrečiai atliekami įvairūs, dažniausiai tiriamojo pobūdžio veiksmai; vienas jų gali padėti įveikti kliūtį, ir motyvuota veikla gali būti vėl tęsiama. Tai adekvačios adaptacijos schema [6]. Kitais atvejais gali dominuoti kliūties vengimo ir panašios reakcijos, kurios jau nėra tiesiogiai susijusios su pirminio poreikio patenkinimu ir toliau adaptacijos adekvatiškumą.

Visa tai kelia praktinio pobūdžio klausimus: kas lemia į frustruojančią situaciją reagavimų įvairovę ir kartu reakcijos adekvatiškumą? Kaip neadekvačios reakcijos į kliūtį gali būti koreguojamos ir kontroliuojamos? L. Šaferio ir E. Šobeno pateiktame socialinės adaptacijos supratime nėra tokių sąvokų, kaip veiklos aplinkybių kontrolė. Galima daryti prielaidą, kad pats reagavimo į kliūtį pobūdis, be kitų veiksnių, priklauso ir nuo žmogaus subjektyvaus įsitikinimo, kiek jis gali kontroliuoti pačios kliūties suvimą, jos sumažinimą ar pašalinimą, t. y. kiek jis gali kontroliuoti su jo veikla susijusias aplinkybes. Šiuo požiūriu socialinė adaptacija priklauso ne vien tik nuo reagavimo į kliūtį ypatybių, bet ir nuo galimybės keisti veiklos aplinkybes. Tokios teorinės prielaidos susijusios su praktinio pobūdžio dalykais, pavyzdžiui, su galimybe didinti žmogaus atspa-

rumą įvairiems jo veiklą sunkinantiems veiksniams.

Tyrimų, kurių tikslas numatyti atsparumo kliūtims veiksnius, apžvalgą pateikia R. Kesleris su bendradarbiais [2]. Atsparumo kliūtims veiksnius R. Kesleris suskirsto į kelias grupes. Pirmajai priklauso vadinamieji psichologiniai resursai, padedantys įveikti bloką. Tai įgūdžiai, žinios, nuostatos, galinčios turėti įtakos kliūties įveikimui. Antroji grupė veiksnių susijusi su kognityviniu stiliumi. Kognityvinis labilumas ar fiksuotumas, optimaliai parinkta problemos sprendimo strategija gali padėti įveikti kliūtį. Kiek plačiau R. Kesleris aptaria atsparumo veiksnius, kurie apibendrintai vadinami „socialine parama“. Sąvoka „socialinė parama“ pažymima adekvačių socialinių ryšių teigiama įtaka reagavimui į kliūtį. „Socialinė parama“ yra pernelyg bendri žodžiai, tad pastaruoju metu bandoma juos sukonkretinti. Ši sąvoka apima socialinių ryšių glaudumą, dažnumą, buvimą grupės nariu, dalyvavimą socialinėje veikloje. Šie veiksniai atlieka keletą skirtingų funkcijų, skatinančių reagavimą į kliūtį adekvatiškumą: pastiprinimą, pripažinimą, savosios vertės pajautimą.

Kokybiškai kitokią požiūrį apie atsparumą frustruojamoje situacijoje pateikia M. Zeligmanas (M. Seligman, 1967, 1980 [žr. 2]). Apžvelgęs įvairių autorių darbus tiek su eksperimentiniais gyvūnais, tiek su žmonėmis, M. Zeligmanas daro bendrą išvadą, kad atsparumas kliūčiai priklauso nuo galimybės kontroliuoti ją. Kliūties sąvoką M. Zeligmanas traktuoja labai plačiai, faktiškai sutapatindamas ją su aplinkybėmis, nuo kurių priklauso žmogaus veikla. Tipiškas eksperimentų, kuriuos atliko tiek M. Zeligmanas, tiek kiti tyrėjai, principas buvo tas, kad tiriamieji būdavo paveikiami dirgikliais, paprastai neigiamais (stiprus garsas, šaltas vanduo, elektros šokas), kuriuos jie kartais galėdavo kontroliuoti, o kartais ne. Viename pirmųjų M. Zeligmano darbų bandomieji šunys būdavo paveikiami neišvengiamais elektros

šokais. Po to eksperimentatoriai apinką keisdavo, ir bandomieji šunys paprastu judesiu galėdavo išvengti šoko, bet 96% jų net nemėgindavo to daryti. Kontroliniai gyvūnai, neturėję ankstesnio neišvengiamo šoko patyrimo, lengvai išmokdavo reikalingą reakciją.

Analogiškuose eksperimentuose žmonėms reikėdavo spręsti anagramas, kurias faktiškai neįmanoma buvo išspręsti. Po tokios nesėkmės tiriamiesiems būdavo pateikiama kita užduotis, pavyzdžiui, taip sudėti spalvotus kubus, kad išeitų tam tikra figūra. „Nesėkmės“ tiriamieji antrąją užduotį atliko prasčiau negu asmenys, nepatyrę nesėkmės. Tai gali turėti praktinės reikšmės. Per pradinį išmokymo etapą būtų racionalu pastiprinti bet kokią kryptingą, socialiai priimtina veiklos rūšį. Po to būtų galima formuoti sudėtingesnes veiklos rūšis, laipsniškai stiprinant pageidaujamos veiklos elementus.

Vadinasi, eksperimentinis poveikis nekontroliuojamais dirgikliais skatina slopinimą. O tai paveikia bendrą motyvaciją išvis ką nors daryti frustruojančioje situacijoje. Formuojasi įsitikinimas, kad bet kokia reakcija yra neveiksminga padėčiai pagerinti. Tokios tendencijos apibendrinamos, didėja jų kartojimosi tikimybė.

Svarbi tiek faktiška galimybė kontroliuoti su veikla susijusias aplinkybes, tiek tokios galimybės subjektyvi interpretacija. Galima daryti prielaidą, kad, kaupiantis neigiamam patyrimui, subjektyvi įvykių kontrolės tikimybė mažėja.

Veiklos aplinkybių kontrolė siejasi su tokia sąvoka kaip aktyvumas. Pastebėta, kad tiriamųjų elgesys yra skirtingas, kai jiems leidžiamas tam tikras aktyvumas, ir tad, kai jie pasyviai veikia mi kokio nors dirgiklio. Daugumoje tyrimų, kurių tikslas buvo nustatyti kontrolinį poveikio dydį, tiriamieji gaudavo užduotį, kur jie galėjo atlikti kokį nors veiksmą ir išvengti šoko arba gauti maisto. Kai tiriamasis išmoksta kontroliuoti įvykių eigą kurioje nors situacijoje, toks išmokymas tampa apibendrintu ir stiprėja tendencijos vėliau ban-

dyti kontroliuoti ir tokias situacijas, kurios yra nekontroliuojamos.

Taigi subjektyvi įvykio kontrolės tikimybė formuoja ir tam tikrą aktyvumą. Įsitikinimas, kad negalima kontroliuoti veiklos aplinkybių, veda prie pasyvumo, ypač kai tokių įsitikinimų žmogus pats pastiprina. Vadinasi, vyksta vienokios ar kitokios veiklos tendencijos išmokimas. Nekontroliuojamose situacijose (faktiškose arba interpretuojamose) žmogus išmoksta būti pasyvus. M. Zėligmanas tokių reiškinių vadino „išmoktu bejėgiškumu“ (1967). Jo aiškinimu, organizmas, paveiktas dirgiklio, kurio jis negali kontroliuoti, įtiki, kad ir ateityje jis neturės galimybės kontroliuoti jo, o tai, savo ruožtu, sukelia asociacinių, motyvacinių ir emocinių padarinių. Asociaciniai padariniai siejasi su apibendrinimo tendencijomis, o tai didina pasyvumo, bejėgiškumo tikimybę analogiškose pirmajam dirgikliui arba kliūčiai situacijose. Motyvaciniai padariniai mažina iniciatyvą, aktyvumą, nes išmokstama, kad aktyvumas yra neveiksmingas. Emociniai padariniai reiškiasi bejėgiškumu.

Tirdamas mokyklinio amžiaus vaikų reagavimo į užduotį ypatybes, M. Zėligmanas pastebėjo dvi priešingas viena kitai reagavimo į užduotį strategijas, kurios reiškiasi sėkmės ar nesėkmės atveju. Priklausomai nuo reagavimo į kliūtį M. Zėligmanas tiriamuosius vaikus suskirstė į turinčius „užduoties įveikimo“ (mastery oriented) ar „bejėgiškumo“ orientaciją (helpless oriented). Užduoties įveikimo orientacijos vaikai, M. Zėligmano duomenimis, esant nesėkmei, ilgiau nepasitraukia iš situacijos. Jie turi tendenciją nesėkmės priežastis aiškinti atsitiktinumu („nesiseka“), nepakankamomis pastangomis arba užduoties sunkumu. Žodžiu, užduoties įveikimo orientacijos vaikų nesėkmės priežasčių atribucijos yra išorinės. Priešingai, bejėgiškumo orientacijos vaikai greičiau atsisako tęsti užduotį („kapituliuoja“) ir savo nesėkmę aiškina gabumų stoka (vidinės atribucijos). Be to, bejėgiškumo orientacijos vaikai

pamiršta arba ignoruoja tuos atvejus, kada jiems anksčiau pasisekdavo analogiškose situacijose. Užduoties įveikimo orientacijos vaikai labiau prisimindavo savąsias sėkmes ir panaudodavo tai pastiprinti savajam įsitikinimui, kad ir ateityje jie galės sėkmingai įveikti užduotis. Tokias skirtingas vaikų orientacijas į užduotį, M. Zėligmano nuomone, gali nulemti jų ankstyvosios vaikystės patyrimai, taip pat sekimasis ir nesėkmės mokykloje. Mokytojai, dirbdami diferencijuotai, gali sustiprinti užduoties įveikimo arba bejėgiškumo mokinių orientacijas. Tą iliustruoja vadinamasis Pigmalijono efektas. Šiomis sąvokomis apibūdinama neįsisąmoninta suvokiamosios asmenybės tendencija taip keisti savo elgesį, kad jis atitiktų aplinkinių žmonių nuostatas į tą asmenybę. Antai mokytojas du vienodų gabumų mokinius gali diferencijuotai pastiprinti priklausomai nuo skirtingos nuostatos į juos. Galimas rezultatas – skirtingas mokinių pažangumas, kas vėl, savo ruožtu, dar labiau įtikins mokytoją jo nuostatos „teisingumu“.

Būtų naivu išmoktą bejėgiškumą traktuoti vien individualiu aspektu. Psichologijoje vadovaujama si teze, kad žmogaus elgesys yra jo individualių savybių ir aplinkos sąlygų sąveikos rezultatas, pabrėžiant aplinkos sąlygų prioritetą. Matyt, bus gerokai persistengta akcentuojant aplinkos veiksmų svarbą. Nuo mokyklos laikų esame taip auklėjami, kad, asmenybei ir visuomenei sąveikaujant, lemiamas vaidmuo priskiriamas visuomenei, aplinkai. Sugebėjimai, interesai, asmenybės savybės, nuostatos, vertybės būdavo (ir tebėra) traktuojamos kaip daugiausia priklausančios nuo aplinkos sąlygų. Kai spauda aprašo kokį nors antivisuomenišką poelgį, būtinai nurodo ir jo tipiškas kaltininkes – šeimą, mokyklą ir pan. Pačios asmenybės – veiklos subjekto – indėlis į savo elgesį traktuojamas kaip antraeilis. Kai reiškinys taip traktuojamas, kaltę, atsakomybę už savo poelgį labai lengva peradresuoti kitiems aplinkai, visuomenei apskritai.

Subjektyvi veiklos aplinkybių kontrolės tikimy-

bė prilygsta vienokio ar kitokio pobūdžio atribucijoms, aiškinančioms arba kontrolės būvimą, arba jos stoką. Su veiklos aplinkybių kontrolės tikimybe susijusios atribucijos gali būti trejopos: vidinės – išorinės, pastovios – kintamos, ištinės – specifinės. Bejėgiškumo orientacija yra susijusi su vidine, pastovia, ištinine kliūtis kontrolės nebuvimo atribucija. Tai veda prie tolesnio bejėgiškumo apibendrinimo, iniciatyvumo ir savęs vertinimo sumažėjimo, depresyvių nuotaikų. Išorinės, kintamos, specifinės kliūtis kontrolės atribucijos sukelia priešingus padarinius.

Subjekto galimybė kontroliuoti veiklos aplinkybės kelia atsakomybės už elgesį, jo padarinius klausimą. Juk natūralu, kad žmogus negali būti atsakingas už tam tikrą padėtį, už veiklos padarinius, jeigu jis negali kontroliuoti su veikla susijusių aplinkybių, negali nieko jose pakeisti. Klausimas tampa sudėtingesnis, jeigu atsižvelgiame į tai, kad, bendrąja prasme, galimi du veiklos aplinkybių kontrolės lygiai: subjektyvus ir objektyvus, t. y., kad objektyviai veiklos aplinkybių kontrolės galimybės gali būti vienokios, o subjektyviai jos gali būti sumažinamos arba padidinamos. Anai išmonės vadovas gali subjektyviai sumažinti savąsias veiklos aplinkybių kontrolės galimybes, tuo aiškindamas, tarkime, prastą įmonės produkcijos kokybę tada, kai jam tas naudinga. Apskritai pastebėta tendencija esant sėkmei jos priežastis subjektyviai priskirti vidiniams faktoriams (gabumams, pastangoms), o ištikus nesėkmei, jos priežastis priskirti išoriniams faktoriams (užduoties sunkumui, atsitiktinumui). Taip reiškiasi gynybiškumas atribuciniuose vertinimuose (B. Weiner, A. Kukla, 1970).

Savo darbe T. Džonsonas su bendradarbiais (T. Johnson, 1964) tiriamiesiems sukūrė pedagoginę situaciją, kurioje iš tiriamųjų buvo reikalaujama išmokyti du mokinius, tariamai esančius už stiklinės pertvaros, skaičiavimo operacijų (iš tikrųjų mokiniai sėdėjo už sienelės, praleidžiančios šviesą tik į vieną pusę). Vienas tų mokinių ne-

darė jokios pažangos, kitas gana greitai išmoko užduotį. Nesėkmės priežastis tiriamieji („mokytojai“) iš esmės priskirdavo mokiniui, o sėkmės priežastis – sau.

Taigi egzistuoja neatitikimas tarp subjektyvaus veiklos aplinkybės kontrolės lygio ir objektyvaus. Bet ką iš viso reiškia objektyviai nustatyti, kiek žmogus gali kontroliuoti jo veiklą lemiančias aplinkybes? Praktiškai šio klausimo sprendimas apsiribojamas tuo, kad žmonės, vertinantys atskiro subjekto elgesį, nusprendžia (vėlgi subjektyviai), kiek jis gali kontroliuoti su jo veikla susijusias aplinkybes, kiek ir kas nuo jo priklauso. Patogumo dėlei toliau dėstant subjektą vadinsime atlikėju, o jo elgesį vertinantį asmenį (ar asmenis) vadinsime stebėtoju. E. Volster (E. Walster, 1966) eksperimentiškai įrodė, kad atlikėjų ir stebėtojų atsakomybės atribucijos nesutampa ir iš esmės yra priešingos. E. Volster tiriamųjų vertinimui pateikė tokią situaciją: „Tik ką pirkęs mašiną vyriškis išvyko pasivažinėti. Kiek vėliau jis pastatė mašiną kalvos viršūnėje, o pats nuėjo. Mašinos stabdžiai sugedo, ir ji nuvažiavo nuo kalvos“. Toliau keturių tiriamųjų asmenų grupėms buvo pasakomos vis skirtingos tokio poelgio padarinių versijos. Pirmajai – mašina įsirėžė į medį ir sustojo; antrajai – mašina atsitrenkė į esančios kalvos papėdėje parduotuvės duris ir jas sulaužė; trečiajai – mašina sulaužė parduotuvės duris ir sužeidė jos savininką; ketvirtajai – mašina padarė visus anksčiau aprašytus veiksmus ir dar vaiką suvažinėjo. Tiriamųjų vertinimai parodė, kad atsakomybės priskyrimas atlikėjui didėja, didėjant poelgio padarinių sunkumui. E. Volster tvirtinimu, pats poelgio autorius, didėjant padarinių sunkumui, vis labiau savo elgesį linkęs aiškinti nepalankiomis aplinkybėmis. Tačiau empiriškai šio teiginio E. Volster netikrino. Tyrimo autorė išdėstytas išvadas aiškina tuo, kad poelgio padarinių sunkumo, pavojingumo suvokimas stebėtojams kelia nerimą. Nerimo mažinimo būdai susiję su tuo, kiek sunkius padarinius sukeliančius įvykius ga-

lima kontroliuoti ir kartu jų išvengti. Priskyrimas atsakomybės už sunkius poelgio padarinius atliekėjui, E. Volster nuomone, mažina stebėtojų nerimą. Jeigu įvykio padariniai nežymūs, stebėtojai atsakomybę daugiau linkę priskirti išorinėms, ne subjekto atribucijoms, pavyzdžiui, atsitiktinumui.

S. Kanekaras su bendradarbiais (S. Kanekar, 1986) tyrė atsakomybės atribuciją ryšium su tuo, ar žmogus prisipažįsta esąs kaltas, ar ne. Buvo manipuluojama tokiais kintamaisiais, kaip tiriamojo statusas, poelgio padarinių žala, liudijimo tikrumas. Tiriamieji buvo prašomi skaityti straipsnio ištrauką, kurioje aprašomas vaistus gaminančios firmos nesąžiningumas, po to vertinti aprašytą asmenį keliais aspektais. Manipulavimas statusu (viename variante aprašytas asmuo buvo direktoriaus padėjėjas, kitame – krovikas) sukėlė skirtingas atsakomybės atribucijas. Aukštesnio statuso asmeniui buvo priskirta ir didesnė atsakomybė. Kaltės nutylėjimas, suprantama, buvo nepalankiau vertinamas palyginti su kaltės pripažinimu.

K. Muzdybajevas, tyręs 540 Leningrado darbininkų atsakomybę už darbą, priėjo prie išvados, kad jų atsakomybė didesnė už pagrindinių pareigų vykdymą, palyginti su antraeilėmis; didesnė už galutinį darbo rezultatą, palyginti su dalinių funkcijų atlikimu. Dažniau kontroliuojami žmonės jaučia mažesnę atsakomybę. K. Muzdybajevas tai aiškina savarankiškumo sumažėjimu [11].

Anksčiau aprašyti veiklos aplinkybių kontrolės subjektyvūs ir objektyvūs lygiai apima šio reiškimo tik personalistinį aspektą, jo vertinamąją pusę. Nagrinėjant šį reiškinį platesniu aspektu, žmogus yra tam tikrų gamybinių ir socialinių santykių struktūros dalis. Žmogų veikia objektyvios sąlygos ir dėsniai, kurių kontrolė mažai gali nuo jo ir priklausyti. Daugelį grandžių ir etapų apimanti veiklos tarpusavio priklausomybė mažina žmogaus įsitikinimą, kad jis gali kontroliuoti aplinkybes, nuo kurių priklauso jo veiklos ir darbo rezultatai.



Ū tai, savo ruožtu, kelia pasyvumo, bejėgiškumo nuostatas. Juk kaip žmogus gali jaustis atsakingas už tai, kas nuo jo nepriklauso ir ko jis negali pakeisti?

Racionalus objektyvių veiklos aplinkybių keitimas savarankiškumo didinimo linkme ir būtų tas veiksnys, kuris mažintų bejėgiškumo jausmą, didintų pasitikėjimą savimi, atsakomybę, aktyvumą.

## ФАКТОР КОНТРОЛЯ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

А. Сусливичюс

### Резюме

Обсуждается проблема влияния контроля обстоятельств деятельности на социальную адаптацию личности. В экспериментах как над животными, так и над людьми испытуемые подвергались эмоционально неприятным раздражителям, которых они могли избегать, а значит, и контролировать, или наоборот. Получены прямо противоположные результаты. Вероятность контроля обстоятельств деятельности вызывает активность. Отсутствие возможности контроля обстоятельств деятельности вызывает то, что получило название „выученной беспомощности“. Обсуждается ответственность личности за результаты своей деятельности в свете вышеизложенных теоретических и эмпирических данных и другие релевантные актуальные социальные проблемы.

## THE FACTOR OF CONTROL OF ACTIVITY CIRCUMSTANCES IN SOCIAL ADJUSTMENT

A. Suslavičius

### Summary

The problem of the effect of the control of activity circumstances on the social adjustment of the personality is discussed in the report. In

experiments both animals and human beings were subjected to emotionally aversive stimuli, which could be avoided, and, hence, controlled, or otherwise. Hence, the opposite results have been obtained. The probability of controlling activity circumstances evokes initiative. The lack of the possibility of controlling activity circumstances brings forth the so-called "learned helplessness". The responsibility of the personality for the results of his activity is discussed in the light of the above presented theoretical and empirical data; other relevant social problems are also discussed.

## LITERATŪRA

1. Beck R. Applying psychology: understanding people. Prentice Hall, 1982. P. 484.
2. Kessler R., Price R., Wortman C. Social factors in psychopathology//Annual Review of Psychology. 1985. Vol. 36. P. 531-572.
3. Lazarus R. Patterns of adjustment and human effectiveness. McGraw Hill, 1969. P. 680.
4. Mineka S., Hendersen R. Controllability and predictability in acquired motivation//Annual Review of Psychology. 1985. Vol 36. P. 495-529.
5. Nazoveth A., Kanekar S. Effects of admitting or denying a mistake//The Journal of Social Psychology. 1986. Vol. 126 (4). P. 531-537.
6. Schaffer L., Shoben E. The psychology of adjustment. Houghton Mifflin Co., 1956. P. 247.
7. Weiner B. Attribution, emotion and action: Handbook of motivation and cognition/Ed. R. Sorrentino and E. Higgins. The Guilford Press. 1986. P. 281-312.
8. Агеев В. Атрибуция ответственности за успех или неудачу группы в межгрупповом взаимодействии//Вопр. психологии. 1982. № 6. С. 101-106.

9. Андреева Г. Социальная психология. Изд-во Московского университета, 1980. С. 414.

10. Андреева Г. Современный этап развития советского общества и актуальные проблемы социальной психологии// Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология, 1987. № 4.

11. Муздыбаев К. Психология ответственности. Л., 1983.

12. Трусев В. Теории атрибуции в зарубежной социальной психологии: Психология межличностного познания/Ред. А. Бодалев. М., 1981. С. 139-157.

13. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. М., 1986. Т. 2. С. 392.

14. Шихирев П. Современная социальная психология в Западной Европе. М., 1985. С. 175.

Vilniaus universitetas  
Psichologijos katedra

Įteikta  
1988.02.26