

# СПОНТАННОСТЬ И КОНТРОЛЬ В ЗРЕЛЫХ ЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЯХ<sup>1</sup>

**Н.Е. Харламенкова, Институт психологии РАН**

Психологическая зрелость человека – понятие сложное и многомерное. Им обозначают вполне определенные реалии, разобраться в которых совершенно необходимо. Эта необходимость вызвана не любопытством, а ставшей насущной потребностью определить границы функционирования субъекта в пределах зрелость/незрелость.

Отсутствие специальных работ по проблеме психологической зрелости человека лишь частично восполняется отдельными авторскими замечаниями по этому вопросу. В качестве критерия эффективного функционирования личности называют контроль, способность к саморегуляции. П. Фресс и Ж. Пиаже отмечают: «Зрелость характеризуется главным образом развитием самоконтроля и усвоением реакций, адекватных различным ситуациям, с которыми мы сталкиваемся... Ребенок безоружен перед полным неожиданностей физическим миром и перед сложными социальными ситуациями, в которых он может оказаться. Взрослый предвидит ситуации, с которыми он может столкнуться, способен адаптировать к ним свои реакции в гораздо большей мере, чем ребенок. С другой стороны, даже если он не всегда может избежать эмоций, он способен по крайней мере затормозить двигательные реакции и крики, что зависит от волевого контроля» (Фресс, Пиаже, 1975, с. 188).

В современной психологии ценность контроля поведения рассматривается как условие целенаправленной деятельности человека, ориентированной на достижение успеха (Моросанова, 1998, 2002; Сергиенко, 2004; 2005). Согласованность и преемственность исследований 60-70-х годов XX века и современных подходов к проблеме состоит в интерпретации контроля как регуляции, которая приводит к большему пониманию и

---

<sup>1</sup> Работа выполнена при финансовой поддержке РФНФ, грант № 06-06-00273а

предсказуемости актуальных обстоятельств (Сергиенко, 2004). Из этого следует, что контроль поведения осуществляется с расчетом на будущие достижения, учитывая (прогнозируя, предвидя) возможности изменения условий деятельности, контекста, обстоятельств, границ ее осуществления.

Детальное изучение контроля поведения сопровождается четкими представлениями о его функциональной, структурной и динамической составляющей. Так, в работах Е.А. Сергиенко показано, что контроль представляет собой системную организацию когнитивных, эмоциональных и волевых процессов, направленных на достижение определенной цели. Когнитивные механизмы обеспечивают планирование и программирование действий, моделирование условий достижения цели и оценку результатов деятельности. Аффективная регуляция поведения способствует умению выдерживать напряжение неопределенной ситуации, воздействие эмоционально насыщенной среды, поддерживает коммуникацию на определенном уровне продуктивности. Участие волевого контроля состоит в способности преодолевать препятствия, возникающие на пути достижения цели, преимущественно за счет перераспределения функций между компонентами психической системы.

Раскрывая особенности контроля, мы намеренно не останавливались на аргументации, или, еще строже – доказательствах того, что именно контроль является одним из критериев построения зрелых личностных отношений, а его ослабление, в свою очередь, ведет к нарушению коммуникативных связей, к избытку или недостатку информации, к снижению чувствительности личности к рассогласованию между собственными установками и новыми социальными ориентирами. Выбранная исследовательская стратегия вызвана первейшей необходимостью определить область возможных критериев зрелости личности, следствием которой может стать дальнейший переход к доказательству их прогностической ценности. В связи с намеченной стратегией анализа следует чуть более подробно рассмотреть другой, с нашей точки зрения, основной критерий зрелости личности – ее спонтанность.

Понятие контроля неразрывно связано с понятием «деятельность субъекта». При этом отмечается, что актуализация контроля происходит в деятельности особого рода, которая обозначается терминами спонтанная самопроизвольная активность (И. Фихте, Г. Лейбниц, К. Хорни, Э. Фромм), волевое поведение (К. Левин), полнезависимость (Г. Виткин, М.А. Холодная), произвольная активность (Е.А. Сергиенко) и др.

В ряде философских учений понятие спонтанности тесно соотносится с понятием свободы человека и его интеллектуальной, познавательной активностью. Согласно Лейбницу свобода человека, это, в сущности, свобода его действий. Она имеет определенные степени и разновидности, однако, ни одно из более или менее свободных действий не может быть индетерминированным. Лейбниц систематически подчеркивает причинную обусловленность всех без исключения человеческих действий, отмечая, ссылаясь на Аристотеля, что свободные действия «не просто те, которые спонтанны, но вдобавок еще обдуманно» (Цит. по: Соколов, 1982). Под спонтанностью он понимает самопроизвольные действия, которые у «высших монад» обретают признаки свободного волеизъявления. Лейбниц подчеркивает, что «всякая субстанция обладает полной спонтанностью (которая у разумных субстанций становится свободной), что все происходящее с ней есть следствие ее идеи, или ее существа, и ничто не определяет ее, кроме одного Бога... как будто бы во всем мире нет ничего, кроме нее и Бога» (Лейбниц, 1982, с. 158). Спонтанность мудреца, высшего духа, согласно Лейбницу, основана на действии разума, тогда как «всякое сознание» может быть самопроизвольным только благодаря актуализации мотива.

Важно заметить, что самопроизвольность по Лейбницу не эквивалентна добровольности. Он пишет: «Все добровольное самопроизвольно; однако есть самопроизвольные действия, кои совершаются без выбора, следовательно, они не добровольны. Не во власти души всегда предаваться чувствам, которые ей приятны, потому что чувства, которые у нее будут зависят от тех, которые были» (Лейбниц, 1982, с. 320–321). По-видимому, подобные произвольные

вынужденные действия напоминают импульсивные, неконтролируемые поступки.

Спонтанная активность, согласно другому классическому немецкому философу – Фихте, проявляется в мыслительной активности, в непосредственном созерцании субъекта. «Это непосредственное сознание есть только что описанное созерцание Я; в нем Я полагает необходимо самого себя, и поэтому субъективное и объективное слиты в нем воедино» (Фихте, 1965, с. 141). «Я должно быть рассматриваемо не как чистый субъект, как его до сих пор почти везде рассматривали, а как субъект-объект в указанном смысле» (там же, с. 141).

Однако само по себе созерцание, даже если в нем представлены субъект-объектные отношения не способно полностью исчерпать сущность спонтанности, поскольку последняя обязательно должна быть реализована в деятельности. В работе «Назначение человека» Фихте пишет: «Не знание само по себе, но деяние, сообразное твоему знанию, есть твое назначение – вот что ясно слышится в глубине его существа, если я хотя на мгновение сосредоточиваю все свое внимание на самом себе. Не для праздного самосозерцания и размышления над самим собой и не для самоуслаждения своими благочестивыми чувствами, нет, для деятельности существуешь ты; твое действие, и только оно, определяет твою ценность...» (с. 127). Считая, что практический разум является основой всякого разума, Фихте подчеркивает, что человек действует не потому, что познает, но познает, потому, что его предназначением является действие.

В целом для немецкой философии 17–18 веков свойственно рассматривать человека как субъекта собственной – «самого для себя» – активности, которая способна обнаруживаться в ходе познавательной, как бы «само собой», происходящей деятельности. Последняя, согласно Фихте, должна осуществляться в процессе целесообразной практической деятельности. Следует заметить, что спонтанность имеет причинный характер и не сводима к немотивированному, импульсивному действию. Отсутствие видимых внешних причин не дает повода для квалификации такого действия как абсолютно

беспричинного.

Несмотря на характеристику самопроизвольности как поведения, обусловленного действием разума и мотивации, в ряде психологических (имплицитных и эксплицитных) концепций спонтанность толкуется двояко. С одной стороны, она соотносится с аффективно обусловленным, аутистическим мышлением (Блейлер, 1911), с потерей возможности регулировать свои действия (Зейгарник, 1976), а с другой – с самовыражением и самореализацией (Маслоу, 2001, Роджерс, 2002), с чувством свободы и достижением полноты бытия (Фромм, 1990), с волевым действием (Левин, 2001), с интринсивной мотивацией (Хекхаузен, 2003).

В первом случае под спонтанностью понимают вынужденное, произвольное поведение, не учитывающее определяющего влияния социальных факторов и осуществляемое непреднамеренно, под влиянием импульса.

Во втором случае под спонтанностью (от лат. *spontaneous* – произвольный, добровольный) понимают самопроизвольные явления, возникающие без внешних организующих воздействий, а также «психические явления, вызываемые внутренними движущими силами, эндогенным самодвижением процессуального в психике» (Платонов, 1984, с. 125). Спонтанность обусловлена спецификой актуальных внутренних состояний индивида и отличается от реактивности, которая определяется силой стимула, способного вызвать реакцию (Я. Стреляу), или откликаемости на внешний раздражитель (аспонтанности) (Б.В. Зейгарник).

Наиболее плодотворно феномен спонтанности анализировался в гуманистических теориях личности – в гуманистическом психоанализе Э. Фромма, в классических работах гуманистических психологов – А. Маслоу и К. Роджерса, а также в работах исследователей, занимающихся проблемами внешней и внутренней мотивации (Х. Хекхаузен, П. МакРейнолдс, Р. де Чармс, И. Деси).

Согласно Э. Фромму, спонтанность, или продуктивная активность

является мощным критерием оценки психического здоровья и психологической зрелости личности. Оба понятия (спонтанность – в работе «Бегство от свободы» и продуктивная активность – в книге «Иметь или быть») используются для обозначения состояния внутренней активности, которое не обязательно связано с производением чего-то материального и полезного. Это такая «неотчужденная активность», которая позволяет человеку ощущать *«самого себя как субъекта своей деятельности»* (Фромм, 1990, с. 97), реализующего свои способности и потенции, быть в гармонии с собой и окружением. Спонтанность характеризует определенный способ существования человека, который был назван Эрихом Фроммом модусом бытия. В отличие от модуса обладания модус бытия определяется истинностью и достоверностью существования кого-то или чего-то, означает жизнелюбие и подлинную причастность миру, аутентичность.

Одной из основных проблем развития личности по К. Роджерсу является процесс формирования Я-концепции. Я-концепция это некоторая часть перцептивного поля, которая дифференцируется вследствие оценочного взаимодействия с другими людьми. В процессе формирования Я одна часть опыта символизируется правильно, другая часть – игнорируется, третья – отрицается или же символизируется искаженно. Если большая часть опыта символизируется искаженно, то подобная неконгруэнтность между непосредственными переживаниями и Я-концепцией может вызывать базовое или потенциальное напряжение. И наоборот, «свобода от внутреннего напряжения, или психологическая приспособленность, существует, когда я-концепция, по крайней мере приблизительно, конгруэнтна всем опытам организма» (Роджерс, 2002, с. 719), когда «все сенсорные и висцеральные опыты допускаются к осознанию через точную символизацию и организуются в единую внутренне согласованную систему, которая является структурой «я» или связана с ней» (там же, с. 719–720). Подобная ассимиляция всех опытов во взаимосвязи с Я-концепцией приводит к тому, что индивид становится более открытым, а его поведение – более спонтанным, т.е. непосредственно

выражающим внутренние желания и установки личности. Для Роджерса понятие спонтанное не означает бесконтрольное, импульсивное. Скорее наоборот, «сознательное принятие импульсов и восприятий во многом повышает возможность для сознательного контроля» (там же, с. 720). Итак, способность быть спонтанным человеком, выражающим свои истинные желания и мысли, основана на согласованности непосредственного опыта личности и символизированных в Я-концепции ценностей.

Для Маслоу спонтанность является чертой, глубинной, сущностной характеристикой самоактуализированных личностей. Раскрывая содержание понятия спонтанность Маслоу указывает на простоту, естественность, неконвенциональность поведения человека, несогласованность его действий с условностями и традициями. При этом неконвенциональность не означает нарушения норм поведения. Она обнаруживает себя только в тех ситуациях, которые построены на стереотипах, искусственно созданных препятствиях, необоснованных правилах, заблуждениях. Маслоу считает, что адекватное восприятие реальности, способность к принятию себя и способность к спонтанности возможны только потому, что такие люди «умеют четко осознавать свои собственные импульсы, желания, предпочтения и субъективные реакции в целом...» (Маслоу, 2001, с. 231). Осознанность импульсов, сознательный контроль поведения и спонтанность образуют систему принципов функционирования нормальной здоровой и зрелой (самоактуализирующейся) личности. Маслоу подчеркивает, что спонтанное поведение возможно не только потому, что человек способен осознавать свои мотивы, но и потому, что «самоактуализация предполагает принципиально иную психологию мотивации», которая строится не столько на потребностях «дефициентных уровней», сколько на «метамотивах или мотивах роста» (там же, с. 231).

В теории поля Курта Левина различаются полевое (импульсивное) и волевое поведение. В качестве одного из критериев дифференциации двух видов поведения Левин рассматривает показатель наличия/отсутствия

намерения. «Там, где непосредственно проявляются истинные потребности, действиям, как правило, не предшествует никакой акт намерения» (Левин, 2001, с. 157), и поэтому непосредственное побуждение к действию, или истинную потребность можно считать признаком импульсивного или произвольного поведения. Однако, Левин подчеркивает, что акт намерения (преднамеренное действие) как таковое не является основным случаем, единственно верным критерием волевого поведения. Основанием волевого поведения по Левину является управляемое, контролируемое действие. Он утверждает, что в дифференциации различных поведенческих актов важным аргументом является сам *характер протекания* этого процесса, т.е. его управляемость/неуправляемость.

Невольно применяя принцип квадриполярности видов поведения, Левин констатирует следующее: необходимо различать два вида импульсивного поведения и два вида волевого поведения. Импульсивное действие, с одной стороны, может быть вызвано истинными потребностями (произвольное действие), а с другой – определенными намерениями, или квазипотребностями. Говоря о последних Левин подчеркивает, что такие действия «далеко не всегда выступают в качестве непосредственных по времени следствий определенной совокупности стимулов; им вполне может предшествовать некоторая нерешительность» (там же, с. 157). Аналогичным образом волевое поведение может быть как управляемым, т.е. контролируемым, так и неуправляемым, т.е. неконтролируемым. Подчеркивая наличие существенной разницы между разными видами волевого (управляемого и неуправляемого) поведения, К. Левин пишет, что «решимость действовать в каком-нибудь определенном направлении может повлечь за собой особое намерение относительно конкретного способа его выполнения. С другой стороны, одновременно с намерением и возникновением квазипотребности обычно сразу же открывается принципиальный доступ к моторике, причем для этого нет необходимости в особом акте решения, по крайней мере тогда, когда нет противонаправленных внутренних напряжений» (там же, с. 161).



Следует уточнить, что намеренность рассматривается Левиным и как намерение (наличие квазипотребности) и как контроль за принципом решения задачи (намеренный способ выполнения задания). При этом намерение выполняет функции мотива, который формируется в том случае, когда удовлетворение потребности затрудняется, и она проявляется в виде специфического содержания, а намеренный способ осуществляет функцию контроля за реализацией планов.

По-существу для дифференциации разных видов поведения К. Левин выбрал три критерия: (1) валентность поля, (2) преднамеренность (наличие квазипотребности) / непреднамеренность (наличие истинной потребности) поведения, (3) управляемость (наличие намерения по поводу конкретного способа выполнения действия) / неуправляемость (отсутствие специального намерения выполнять задачу определенным способом) поведения. На основе варьирования этих критериев можно выделить несколько видов поведения.

*Таблица 1.* Классификация видов поведения на основе критериев: валентность поля, преднамеренность/непреднамеренность (квазипотребность / истинная потребность), контроль (наличие/отсутствие)

| Виды поведения         | <i>Критерии</i>         |                         |                      |                 |            |
|------------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------|-----------------|------------|
|                        | <i>Валентность поля</i> | <i>Преднамеренность</i> |                      | <i>Контроль</i> |            |
|                        |                         | квази-потребность       | истинная потребность | наличие         | отсутствие |
|                        |                         | ь                       | ь                    |                 |            |
| Полевое поведение      | +                       | –                       | –                    | –               | +          |
| Импульсивное поведение | +                       | –                       | +                    | –               | +          |
| Спонтанное поведение   | –                       | +                       | –                    | –               | +          |
| Волевое                | –                       | +                       | –                    | +               | –          |

|           |  |  |  |  |  |
|-----------|--|--|--|--|--|
| поведение |  |  |  |  |  |
|-----------|--|--|--|--|--|

Прим.: знаком (+) обозначается вклад данного критерия в поведение, знаком (–) – отсутствие, или несущественность вклада данного критерия в поведение.

Следует уточнить, что потребность в более дифференцированном анализе видов поведения привела Левина к необходимости отказаться от понятий воля и импульсивный, заменив их словами управляемое/неуправляемое действие и преднамеренное/непреднамеренное действие. Неуправляемое действие он назвал полевым, или действием, которое непосредственно определяется силами поля. С нашей точки зрения полевое поведение можно рассматривать в качестве некоторой абстракции, точки отсчета, «нулевого значения», поскольку как таковое оно не существует в реальности. Ведь реакция личности на валентные объекты, находящиеся в ее психологическом пространстве, уже указывает на наличие у нее определенной (пусть только истинной) потребности. Выделив полевое поведение в качестве отдельного действия (Таблица 1), мы хотели лишь подчеркнуть, что оно может обсуждаться на уровне теории, а в реальности выступает аналогом импульсивного поведения. Последнее представляет собой некоторый континуум действий, в левой части которого располагаются те виды поведения, которые близки к полемому действию, а в правой – к спонтанному.

Левин не использовал термин «спонтанное», но поведение, вызываемое намерением (или внутренней мотивацией) при отсутствии специально организованного контроля, по-видимому, и является таковым. Спонтанное поведение тоже представляет собой некоторый континуум, в левой части которого располагаются такие виды поведения, которые близки к импульсивному поведению, а в правой – те, которые близки к волевому (произвольному).

Думается, что термин намерение (или квазипотребность) также неоднозначен и требует своего разъяснения. Однако, прежде чем перейти к

обсуждению столь тонких различий, подведем некоторые итоги и представим разные точки зрения на спонтанность в виде таблицы.

Таблица 2. Атрибуты и основания спонтанности

| <i>Авторы</i> | <i>Атрибуты спонтанности</i> | <i>Основания спонтанности</i> |
|---------------|------------------------------|-------------------------------|
| Лейбниц       | самопроизвольность           | интеллектуальная свобода      |
| Фихте         | непосредственное созерцание  | деятельность                  |
| Фромм         | продуктивная активность      | модус бытия                   |
| Роджерс       | открытость                   | конгруэнтность                |
| Маслоу        | неконвенциональность         | осознанность импульсов        |
| Левин         | намеренность                 | отсутствие контроля           |

Левин полагал, что истинные потребности могут удовлетворяться без специальных актов намерения. Однако, если средства и ситуации удовлетворения истинной потребности отсутствуют, то их начинают активно искать. Этот активный поиск трансформирует истинную потребность в намерение, т.е. в отраженное в сознании субъекта потребностное состояние, которое кроме побудительности обретает свойство направленности. Однако последнее, согласно Левину, не обязательно. Главное, что в намерении мы обнаруживаем особую поисковую активность по выбору средств достижения равновесия, или редукции напряжения, которая сопряжена с внутренней мотивацией личности.

Современные исследования в области психологии мотивации уделяют специальное внимание интринсивной (внутренней) и экстринсивной (внешней) мотивации. Одной из ведущих особенностей интринсивной мотивации является ее функциональная направленность, которая состоит не в редукции, а в удержании напряжения, вызванного ею. Согласно Г. Олпорту лишь мотивы нужды основаны на восстановлении гомеостаза, тогда как высшие мотивы, т.е. мотивы развития не подчиняются этому принципу.

Второй существенной особенностью внутренней мотивации является

направленность на процесс деятельности, когда мотивирующим является ощущение эффективности, а результатом активности – достижение и расширение компетентности в разных сферах деятельности. Согласно классификации П. МакРейнолдс «внутренне мотивированными являются лишь такие формы поведения, которые осуществляются только ради протекания самой деятельности», тогда как внешне мотивированным «оказывается все то, что направлено на достижение какого-либо конечного состояния или цели» (Хекхаузен, 2003, с. 719).

В соответствии с третьей точкой зрения внутренняя мотивация направлена на достижение, поддержание и регуляцию оптимального уровня (optimal arousal) функционирования индивида (Д. Берлайн, Д. Хебб). В ряде исследований показано, что внутренняя мотивация актуализируется как в случае увеличения рассогласования между воспринимаемой информацией и уровнем адаптации (либо ожидания), так и в случае устранения рассогласования между потоком информации и состоянием ожидания.

Еще одна точка зрения нашла отражение в работах де Чармса, который показал, что внутренняя мотивация связана с желанием ощущать себя источником изменений в окружающем мире. Такое стремление было названо потребностью в самоутверждении, которая снижается при наличии внешнего давления или ориентации человека на получение внешнего подкрепления в виде награды. Иными словами, переживание человеком ответственности за какие-либо действия и уверенность в собственном вкладе в ее эффективность повышают внутреннюю мотивацию. «Внешней же мотивация является или становится тогда, когда достигнутый результат субъект приписывает внешним причинам (а не своим возможностям) и (или) когда он предпринимает действие не столько по своему собственному желанию, сколько в силу ожидаемых внешних последствий, например, вознаграждения или наказания» (Хекхаузен, 2003, с. 722).

Последние две позиции касаются эмоционального отношения к внутренне мотивированной деятельности и соотношения средства и цели. В

ряде исследований установлено соотношение между продуктивной активностью и эмоционально-положительным, радостным переживанием включенности в деятельность, погруженностью в нее и заинтересованностью ею. Совпадение средства и цели деятельности отличает содержательно цельную, динамичную и последовательную активность.

По аналогии с теорией Левина, мы могли бы сказать, что внутренняя мотивация близка к понятию квазипотребности, а внешняя – к валентности поля. Отмечая безусловную близость значений понятия «намерение» и термина «внутренняя мотивация» следует подчеркнуть, что их сходство обусловлено *способом происхождения*: и намерение, и внутренняя мотивация сформировались вследствие актуализации специальных действий, «необходимой работы, которая налагается на душевное» (З. Фрейд).

Различия между рассматриваемыми феноменами обусловлены *способом актуализации* намерения и внутренней мотивации. Намерение можно представить как мотивацию (влечение), которое образовалось вследствие «необходимой работы», т.е. отражения потребности в сознании в виде репрезентации. Исходя из этого, намерение может быть и внешним (но интроецированным), и внутренним (собственно интринсивным). Намерение становится внутренней мотивацией только тогда, когда оно начинает произвольно актуализироваться, не требуя дополнительной стимуляции извне. В этом смысле спонтанное поведение предполагает наличие не просто намерения, а внутренней мотивации.

Проведенный нами анализ проблемы контроля и спонтанности в разных философских и психологических школах показал, что спонтанное поведение отличается от импульсивного наличием внутренней мотивации, которая делает его похожим на произвольное (волевое) поведение. При этом отсутствие специально организованного контроля не позволяет рассматривать его как произвольное, но допускает применение термина самопроизвольность (Лейбниц).

Основываясь на понимании и толковании самопроизвольности и контроля

поведения в истории науки можно *предположить*, что *психологическая зрелость личности состоит в ее способности быть спонтанной, но при особой необходимости актуализировать специфические формы контроля поведения.*

Особый замысел и формат статьи не предполагают обращения к эмпирической проверке выдвинутого предположения. Именно поэтому верификация/фальсификация *теоретической гипотезы* проводится приемами логического доказательства и вывода.

Рассмотрим **первую часть гипотезы**: *психологическая зрелость личности состоит в ее способности быть спонтанной.*

Для доказательства этого предположения приведем ряд доводов, подтверждающих правильность наших умозаключений относительно оснований, источников актуализации, принципов поддержания и развития спонтанного поведения как формы поведения зрелой личности, а также его границ и способов контроля.

1. *Основой* спонтанности является *намеренность поведения*, которая на уровне методологии представлена принципом причинного детерминизма.

Сравнение разных видов поведения показывает, что зрелые отношения личности характеризуются обоснованностью совершаемых действий, их осмысленностью и осознанностью. Намерение задает границы взаимодействия, придавая ему направленность, хронометрическую и топологическую перспективу. Наличие смысловых ориентиров позволяет понять содержание деятельности, по возможности обсудить ее целесообразность и при необходимости изменить ее характер.

Отсутствие видимых причин поведения снижает его ценность и переводит в разряд немотивированных действий. В этом случае успешность деятельности зависит от уровня зрелости партнера по общению, его компетентности и умения оказывать конструктивную поддержку тому, кто не способен действовать намеренно. При построении диадических отношений двумя импульсивными личностями велика вероятность нарастания межличностного конфликта, в одном случае, или усиление персеверационной

активности в другом.

Зрелые личностные коммуникации обязательно предполагают наличие ясности в причинно-следственных отношениях, в том, на каких основаниях и с какой целью осуществляется то или иное взаимодействие. Намеренность действий, их осмысленность и осознанность делает существенный вклад в оптимально организованный процесс достижения *полезного результата* и именно поэтому является необходимым условием построения зрелых личностных отношений.

2. *Актуализация* спонтанного поведения происходит под влиянием *внутреннего намерения* или *интринсивной мотивации*, которая обладает способностью самоактуализироваться.

Понятие самопроизвольности, предложенное Лейбницем, относится к внутренней мотивации, или к так называемым метамотивам (мотивам роста) по Маслоу. Особенности интринсивной мотивации состоят не столько в том, что она не имеет видимой внешней стимуляции и внешних проявлений, сколько в том, что это особый вид побуждения, который нуждается в самостоятельном изучении. Авторы ряда описанных выше моделей внутренней мотивации, склонны исследовать не саму мотивацию, а то, как она влияет, с одной стороны, на поведение (его процессуальность, целевую направленность), а с другой стороны, на субъекта (его способность к самоутверждению, достижению и расширению компетентности, поддержанию и регуляции уровня оптимального функционирования). При этом сущность внутренней мотивации так и остается не раскрытой.

С нашей точки зрения, внутренняя мотивация представляет собой стремление, которое потенциально присуще каждой личности, но не всегда является ведущим видом мотивации. Основными условиями развития внутренней мотивации являются: (1) наличие хорошо иерархизированной системы мотивов, (2) динамичность этой системы, способность интегрировать новые мотивы, (3) побудительная сила мотивационной системы, оптимальный уровень внутреннего напряжения, (4) развитые механизмы регуляции

психических состояний, направленные на рассогласование внешних и внутренних побуждений, а именно торможение первых и усиление последних; (5) развитые механизмы актуализации побуждений. Выделенные нами условия развития внутренней мотивации представляют собой специальную область исследования, которая в целом может быть обозначена понятием внутренней свободы или независимости личности.

Внутренняя мотивация является основанием спонтанного поведения личности, одновременно выступая критерием ее зрелости. Связь личностной зрелости с внутренне мотивированным поведением обусловлена тем, что собственная активность субъекта становится относительно автономной деятельностью, независимой от внешних источников стимуляции. Это значит, что продуктивная активность личности и ее саморазвитие может происходить как при наличии, так и при отсутствии благоприятных внешних обстоятельств.

3. *Развитие и поддержание спонтанности определяется интеграцией идентичности*, которая проявляется в *конгруэнтности* личностного опыта и Я-концепции.

Гуманистические психологи утверждают, что в основе спонтанного поведения лежит внутренняя согласованность опыта и Я-концепции, т.е. конгруэнтность непосредственных переживаний и символизации этих переживаний в оценках, образе Я и стратегиях самоутверждения личности. Связанность опыта и Я-концепции во временном аспекте – прошлом, настоящем и будущем – позволяет судить о степени интеграции идентичности. В современном психоанализе интеграция идентичности включает в себя представление о себе и представление о других. Дезинтегрированная или диффузная идентичность формируется вследствие рассогласованности опыта и его символизации, и проявляется в переживании чувства пустоты, противоречивости в восприятии самого себя, в бледном, плоском, скудном восприятии других, в непоследовательности поведения, которое не может быть интегрировано эмоционально осмысленным образом (Кернберг, 2000, с. 24–25). Противоречивость, фрагментированность Я-концепции препятствует



формированию устойчивых личностных предпочтений, которые были названы нами внутренней мотивацией, и ведет к гиперзависимости, либо, наоборот, к отчуждению от окружения. Слабость Эго проявляется в неспособности переносить тревогу, терпеть эмоциональное напряжение, превосходящее привычный для человека уровень, в неумении переживать инстинктивное желание или сильные эмоции и при этом не действовать импульсивно, наперекор своим решениям и интересам, в неэффективности сублимации, т.е. в неспособности «инвестирования» себя в свои ценности, выходящие за рамки непосредственной выгоды или самосохранения (там же, с. 35). Отсутствие стабильного и прочного чувства Я усиливает импульсивные поведенческие реакции, снижая вероятность спонтанного или волевого поведения.

Итак, интегрированность эго-идентичности стимулирует формирование внутренних источников мотивации, которые являются основой самопроизвольного спонтанного поведения. Развитие рефлексивных механизмов, чувства внутренней гармонии и стабильности Я, непротиворечивость представлений о себе, осознание границ собственного Я, понимание неразрывного единства Я-прошлого, Я-настоящего и Я-будущего характерны для психологически зрелой личности. Намеренность поведения, развитие внутренних источников активности и интегрированная идентичность представляют собой систему взаимосвязанных и взаимозависимых критериев зрелости человека в установлении доверительных отношений с другими людьми, границы которой обеспечивает сильное Супер-Эго.

4. *Границы спонтанного поведения* определяются степенью интеграции этических ценностей, или *Супер-Эго*.

Многие исследователи считают, что самопроизвольное поведение субъекта способно нарушать границы дозволенного. По мнению А. Маслоу ориентация на спонтанность сопровождается неконвенциональностью действий, игнорированием социальных норм и запретов. Разнообразные формы асоциального поведения соотносятся со слабостью Супер-Эго, с нарушением процесса усвоения определенных, социально одобренных образцов поведения.

Слабость Супер-Эго может снижать регулятивные возможности субъекта в сфере этических отношений с другими людьми, повышая манипулятивную активность и эгоцентрическую направленность личности.

Согласно О. Кернбергу интегрированное Супер-Эго характеризуется тем, «в какой мере человек может регулировать свои действия на основе этических принципов; насколько он воздерживается от эксплуатации, манипуляции и жесткости по отношению к другому; насколько он остается честным и морально цельным при отсутствии внешнего к тому принуждения» (Кернберг, 2000, с. 36), иными словами, насколько глубоки и устойчивы его ценностные предпочтения при отсутствии внешнего цензора.

Границы спонтанного поведения определяются интегрированностью и устойчивостью Супер-Эго. Неконвенциональность поведения допустима только тогда, когда установленные запреты являются искусственными и неразумными. Критерием разумности/неразумности социальных запретов является наличие такого внутреннего цензора, который имеет устойчивое внутреннее ядро нравственных принципов, обязательных для их исполнения, и гибкую периферию, чувствительную к адекватности/неадекватности внешних требований. Отсутствие внутреннего цензора, либо его диффузность влечет за собой усиление манипулятивных стратегий и ослабление собственно спонтанного поведения.

Таким образом, границы спонтанного поведения определяются степенью интеграции Супер-Эго. Усиление неконвенционального поведения вызывается ослаблением и дезинтеграцией Супер-Эго и сопровождается нарастанием неконтролируемых внутренних импульсов, снижением интеграции эго-идентичности и силы внутренней мотивации, и, в конечном счете, трансформацией спонтанного поведения в импульсивное.

Критерий «интеграция этических ценностей» является показателем личностной зрелости субъекта, его моральной компетентности во взаимоотношениях с другими людьми. Безусловное требование к спонтанности как к достаточно автономному поведению личности, выдвинутое Э. Фроммом,

К. Хорни и многими другими психологами, заключается в гармоничном сочетании внутренней независимости личности, ее чувства свободы и ее коммуникативной открытости, построенной по принципам морали и нравственности. Являясь регулятором уровня спонтанности, Супер-Эго может как усиливать, так и ослаблять самопроизвольную активность. Усиление Супер-Эго повышает контроль (произвольность) поведения, а его ослабление усиливает импульсивную (непроизвольную) активность. И в первом, и во втором случае уровень спонтанности снижается, что, по-видимому, влечет за собой снижение уровня психологической зрелости личности.

5. *Специфической формой контроля* спонтанного поведения является *ненамеренная регуляция* самопроизвольной активности.

Проблема контроля составляет вторую часть выдвинутой нами теоретической гипотезы. Именно поэтому остановимся только на одном, принципиально важном положении о контролируемости или неконтролируемости спонтанного поведения.

При обсуждении теории поля Курта Левина была представлена таблица, с приведенными в ней критериями и видами разных форм поведения (см. Таблицу 1). Было показано, что основой спонтанного поведения является намерение, которое реализуется в процессе неконтролируемой деятельности, как если бы субъект решил «оставить потребность делать нечто». Левин подчеркивал, что неконтролируемость поведения означает отсутствие специально (намеренно) организованного контроля. Согласно его мнению «принципиальный доступ к моторике» может открываться одновременно с возникновением квазипотребности. В этом случае мы имеем дело с особой формой контроля, которая может быть названа ненамеренной регуляцией самопроизвольной активности. Раскрытие содержания данной формы контроля и его связи с уровнем зрелости личности предполагается рассмотреть в следующей (финальной) части статьи.

**Вторая часть теоретической гипотезы** адресована контролю поведения и гласит, что *при особой необходимости* спонтанная личность может

*актуализировать специфические формы контроля поведения.*

Для планомерного обсуждения этого вопроса предлагается остановиться на следующих важных моментах анализа проблемы:

- специфичность контроля
- причины актуализации контроля
- нарастание контроля и его трансформации
- связь данной формы контроля с личностной зрелостью.

Анализируя характер спонтанного поведения, мы пришли к выводу, что оно не сопровождается какими-либо намеренными формами контроля. Все многообразие точек зрения на спонтанность обнаруживается в обсуждении его причинной обусловленности, в рассуждениях о том, какие импульсы, или какая мотивация лежит в основе самопроизвольных действий личности.

И, тем не менее, вопрос о контролируемости спонтанной активности личности не может быть проигнорирован, прежде всего, потому, что такой контроль, названный нами ненамеренной регуляцией поведения, действительно существует.

- Специфика данной формы контроля состоит в том, что он гармонично встроен в

процесс поведенческой активности субъекта и именно поэтому не осознается и не выделяется из общей поведенческой стратегии.

В отличие от волевого и когнитивного форм контроля, непосредственно связанных с принципом целевого детерминизма, с пониманием, предсказанием и предвидением будущих результатов деятельности, ненамеренная регуляция поведения настроена на актуально совершаемый поведенческий акт. В этом смысле она похожа на аффективный контроль эмоционально насыщенной среды, но отличается от него объектом регуляции. Аффективный контроль направлен на регуляцию напряжения и воздействия эмоциональных стимулов, а ненамеренная регуляция – на соответствие поведения актуализированному мотиву, на контроль внешних помех, способных снизить спонтанность до уровня импульсивности. Именно поэтому специфическая форма регуляции

спонтанной активности не всегда обнаруживает себя как отдельный способ контроля.

- При определенных условиях поведения ненамеренная регуляция может быть

актуализирована специально, тогда контроль становится ощутимо заметным. Такими условиями являются: изменение уровня внутренней мотивации, ее направленности и средств достижения цели. Дополнительными причинами актуализации ненамеренной регуляции поведения выступают: изменение иерархии мотивационной системы личности и включение в нее новых мотивов. Контролирующая роль рассматриваемой формы регуляции деятельности состоит в снижении внутреннего напряжения, вызванного изменением, или прерыванием направленности поведения, а также в поиске дополнительных источников внутреннего напряжения, связанных с переструктурированием системы мотивов.

- В ряде случаев ненамеренная регуляция спонтанной активности может

трансформироваться в волевой или когнитивный контроль поведения. Изменение формы контроля происходит вследствие смены актуально-ориентированной регуляции поведения целевой, которая, в свою очередь, приводит к замене спонтанного поведения волевым. Изменение характера поведения способно происходить по причине снижения уровня намеренности поведения. В этом случае поведение становится ненамеренным и бесконтрольным, трансформируясь в импульсивное действие. С нашей точки зрения любые формы поведения несут определенную смысловую и функциональную нагрузку в процессе жизнедеятельности человека. Вариативность поведенческих актов позволяет открывать новые возможности для поступательного развития личности. Тем не менее, уровень развития личности зависит от ее зрелости, которая соотносится нами со спонтанными формами деятельности субъекта.

- Обсуждая особенности спонтанного поведения, мы отмечали,

что оно

характерно для психологически зрелой личности. Было показано, что намеренность поведения, развитие внутренних источников активности и интегрированная идентичность представляют собой систему взаимосвязанных и взаимозависимых критериев зрелости человека, границы которой обеспечивает сильное Супер-Эго. Все перечисленные критерии зрелости личности являются необходимым, но недостаточным условием ее психологической компетентности. Достаточность этой системе критериев придает ненамеренный контроль самопроизвольного поведения. Анализируемая форма контроля обладает двумя характерными особенностями, которые выигрышно отличают ее от других видов регуляции поведения. Ими являются – включенность контроля в процесс поведения и его умеренность. Нами показано, что ослабление и усиление контроля снижает уровень психологической зрелости личности. Чем сильнее функция контроля, тем слабее чувствительность субъекта к собственным потребностям и выше уровень волевой, т.е. принудительной активности. Вынужденность поведения определяется либо его импульсивностью, либо волевой направленностью. В обоих случаях вклад внутренней намеренности личности, ее собственной заинтересованности, ответственности и самопроизвольности заметно снижается. Таким образом, зрелая личность стремится к ненамеренной регуляции собственной спонтанной активности.

Завершая обсуждение проблемы спонтанности и контроля в зрелых личностных отношениях, следует дать определение психологической зрелости личности.

*Под психологической зрелостью личности понимается способность человека к осуществлению спонтанного поведения, которое определяется уровнем интеграции идентичности, степенью интериоризации этических ценностей, внутренней направленностью мотивации и согласованным с нею контролем поведения.*

## Литература

- Блейлер Е. Аутистическое мышление. М., 1911.
- Бур М. Фихте. Пер. с нем. Я. Фогелера. Общ. ред. и предисл. А. Гулыги. М.: Мысль, 1965.
- Зейгарник Б.В. Патопсихология. М.: МГУ, 1976.
- Кернберг О. Ф. Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии / Пер. с англ. М.И. Завалова. М.: Независимая фирма «Класс», 2000.
- Левин К. Динамическая психология: Избранные труды. М.: Смысл, 2001.
- Лейбниц Годфрид Вильгельм Сочинения в четырех томах. Т. 1. М.: Мысль, 1982.
- Маслоу А. Мотивация и личность. Перевод с англ. Татлыбаевой А.М. Спб.: Евразия, 2001.
- Моросанова В.И. Акцентуации характера и стиль саморегуляции у студентов // Вопросы психологии, 1997, № 6, с. 30–37.
- Моросанова В.И. Стиль саморегуляции и его функции в произвольной деятельности человека // Стиль человека: психологический анализ / Ред. А.В. Либин. М.: Смысл, 1998. С. 142–162.
- Моросанова В.И. Личностные аспекты саморегуляции произвольной активности человека // Психологический журнал, 2002, Т. 28, № 6. С. 5–17.
- Платонов К.К. Краткий словарь системы психологических понятий. М., 1984.
- Роджерс К. Искусство консультирования и терапии. М.: Апрель Пресс, Изд-во Эксмо, 2002.
- Сергиенко Е.А. Контроль поведения как интегративная характеристика саморегуляции // Материалы Ананьевский чтений, 2004г. СПб.: СПГУ, 2004. С. 67–71.
- Сергиенко Е.А. Контроль поведения как развитие представлений о индивидуальности с позиций субъектно-системного подхода // XX Мерлинские чтения. В.С.Мерлин и системные исследования индивидуальности человека. Материалы межрегиональной юбилейной

научно-практической конференции 19-21 мая, 2005 г., Пермь. Часть 1. С. 34–48.

Соколов В.В. Философский синтез Готфрида Лейбница. Вступительная статья // Лейбниц Г.В. Соч. в 4 томах. Т.1. М.: Мысль, 1982. С. 3-77.

Фихте И.Г. Опыт нового изложения наукоучения // Бур М. Фихте. Пер. с нем. Я. Фогелера. Общ. ред. и предисл. А. Гулыги. М.: Мысль, 1965. С. 129-142.

Фихте И.Г. Назначение человека// Бур М. Фихте. Пер. с нем. Я. Фогелера. Общ. ред. и предисл. А. Гулыги. М.: Мысль, 1965. С. 127-129.

Фресс П., Пиаже Ж. Экспериментальная психология. Вып. V. М.: Прогресс, 1975.

Фромм Э. Иметь или быть? М.: Прогресс, 1990.

Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. СПб.: Питер, 2003.