

# ПОСТИЖЕНИЯТА НА ВОЛЕВИЯ КОНТРОЛ ВЪВ ВРЪЗКА С ЛИЧНОСТОВАТА ХАРАКТЕРИСТИКА. НАСОЧЕНОСТ КЪМ ДЕЙСТВИЕ

Г. Кузмова

*Департамент по обща Психология и Когнитивна наука,  
Нов Български Университет*

go\_kuzmova@yahoo.com

---

**Резюме.** Юлиус Куъл (Kuhl, 1984, 2000) изгражда теория, в която показва, че хората понякога не успяват да действат независимо според намеренията си, дори когато са силно мотивирани да го направят. Това е така, защото извеждането на нечи намерения до действия изисква контролна дейност, волеви процес, който предпазва намерения срещу конкурентни мотивационни влияния. Лица със силни умения за контролна дейност – ориентирани към действие – са в състояние да предпазят собствените си намерения срещу външни разрушителни влияния. Ориентираните към състояние хора са по-колебливи и имат проблеми с снижаването нивата на негативна емоция. Тази статия има за цел да насочи вниманието към една конструкция, която може да ни помогне да разберем силата на емоционалното регулиране при вземане на решение. Вярвам, че зад насочеността към действие стои механизъм, който е по-гъвкав и надежден от простото подтискане на емоции като стратегия за справяне с вътрешни конфликти.

**Ключови думи:** саморегулация, теория за взаимодействията на личностовите системи, насоченост към действие

---

## ПРЕДРАЗПОЛОЖЕНОСТ КЪМ УСПЕХИ

Коя е характеристиката, която прави едни презентатори, по-добри от други или едни спортисти да оздравяват по-бързо от други? Възможно ли е волята да е в по-голямата си част регулация на емоцията и контрол на действията в посока на поставена цел? В много случаи, емоциите, а не умишлено интелектуални изчисления, доставят най-достоверна информация за ситуациите, просто защото те ни показват как оценяваме позицията си в средата и предоставят ефективни начини за постигане на нашите цели в нея (Renkema & Stapel, 2004). До се-

гашните класически теории създават представа за емоцията като простослучваща се, а се пропуска ценният факт, че хората могат волево да я регулират. Нещо повече, както Демажио (Damasio, 1994) казва, емоциите могат да са свързващо звено за процеса на мислене и поведение в полза на взето решение. В човешкия живот появата на събития, които не са нито действия, нито обикновени случки, е важно да не се пропуска (Frankfurt, 1977, 1988), защото в такива моменти, може да наблюдаваме силата на човека да се справя с емоциите, които още Платон нарича в „Пир“ „стихийните сили“.

## КОНТРОЛ ВЪРХУ ДЕЙСТВИЯТА

Характеристиката, която искам да разгледам условно ще нарека *Контрол върху действията* (*Action-control*) и има две насоки „ориентираност към действие“ (*action-orientation*), и противовеса, който тук наричам „ориентация към състояние“ (*state-orientation*). Използвам понятия, които до колкото ми е известно не са били превеждани на български език и за това за момента приемам термините за работни<sup>1</sup>.

## ИЗМЕРВАНЕ НА СУБЕКТИВНИТЕ ВЪЗМОЖНОСТИ ЗА КОНТРОЛ ВЪРХУ ДЕЙСТВИЯТА

Две основни съставни части на въпросника ACS-90 (Kuhl, 1984) са скалите AOD и AOF<sup>2</sup>, съществува и трета подскала AOP, която няма връзка с темите на следващите изследвания, за това няма да се спирам на нея. Скалата AOD (*Action-orientation upon decision*) има връзка с механизма за предпазване на личността от влиянието на противоположни възможности. Механизмът има важна роля в саморегулирането и изпълнението на намерения. *Ориентираните към действия* взимат по-добри решения под негативен афект, защото притежават капацитета самостоятелно да генерират положителен заряди да действат бързо и решително в трудни ситуации (Baumann & Kuhl, 2002)

Другата подскала в ACS-90 е скалата за *ориентираност към действие след провал* (AOF – *action orientation after failure*). Явлението е свързано с механизми, които доказват способността на личността да поддържа последователност при самостоятелно взети решения и да извършва действия в условие на напрежение. Според авторът на *Теорията за взаимодействиета на личностовите системи* (*Personal-*

*ity-Systems Interaction Theory* Kuhl, 1984, 2000), *ориентацията към действие* е подпомогната от високо интуитивен елемент на саморегулация, която предоставя достъп до така наречената „широка памет“ (*extension memory*). Широката памет позволява в състояние на негативен афект да себорави с многопластова информация при скорости, надвишаващи капацитета на съзнанието (Baumann & Kuhl, 2002). Тя помага на хората с високо ниво на интуиция да вземат под внимание голямо количество вътрешни състояния, нужди, предпочитания и алтернативи, за да изберат и действат в посока на самостоятелно набелязана цел.

*Ориентираните към действие* интуитивно смъкват отрицателния заряд на тревожност по време на провеждана задача и упорстват, в съответствие с автономно избрани цели за извършване на дейности (Deci & Ryan, 2000). Пример за това дава Бекман (Beckman, 1994) със свое изследване през 1994 г. с ученици, на които им казва, че няма да получат награда за зададената задача. В изследването му виждаме как *насочените към действие* при неуспех използват различни странични от заданието стратегии. Те описват какво им помага да довършат задачата, а именно, че са продължили да работят по задачата, защото чрез нея са научили много за себе си или им е било много забавно. *Насочените към състояние* не могат да си осигурят самостоятелна цел и да превъзмогнат загубата от награда чрез рационализации, насочени към самата задача.

## НЕГАТИВНАТА ЕМОЦИЯ – КАТАЛИЗАТОР НА СИЛАТА НА ОРИЕНТИРАНИТЕ КЪМ ДЕЙСТВИЯ

Необходимо е да се каже, че *ориентираните към действие* не са по-добри по принцип в зададените задачи по време на

<sup>1</sup> През 2006 г. и 2007 г. по превода на Скалата за контрол на действията работих със Сандър Кул към Свободния Университет на Амстердам.

<sup>2</sup> Илюстративни айтеми от скалата: AOF: Когато се състезавам и няколко пъти под ред губя: А) не мисля, че ще го преживея чак толкова тежко; (АО) Б) постоянно си мисля за това. (SO) АО: Когато се приготвям да се заема с трудна задача: А) ми се струва, че съм изправен (а) пред стръмна планина, която трябва да изкача; (SO).

лабораторните тестове, но при наличие на негативна емоция са по-издържливи и не позволяват външни влияния да нарушат целеустремеността им. От своя страна, *насочените към състояние* при наличие на проблем са по-колебливи и нерешителни, а при провал изпитват трудност да се отгласнат от негативните си мисли и емоции.

Други проучвания от реалния живот (Koole & Kuhl, 2004) показват, че *ориентираниите към действие* спортисти управляват ефективно пред състезателния стрес чрез избягване на многото мисли за състезанието до започването му, а *ориентираниите към състояние* не успяват да се възползват от тази стратегия.

#### ВОЛЕВИ КОНТРОЛ ПРИ УЧАЩИ И АВТОНОМНОСТ

Имах възможността да използвам Скалата за контрол на действията (ACS-90, Kuhl, 2000) в няколко свои изследвания. В първото изследване исках да разбера дали авторитарната норма, сроковете, които ни дават в работа и училище и натиска от постижения са фактори, които влияят отрицателно на *насочените към състояние* за разлика от *ориентираниите към действие* студенти. Данните, които събрах от първото изследване показва, че сред групата на учащите, в която направихме изследването, значително влияние имаше и полът на студентите. При анализ MANOVA, открихме значимо отношение между подскарлатана ASC-90 и академичните постижения на студентите. Открихме, че интеракцията между скалата AOD и полът на учениците предсказва техните оценки (AOD по класове,  $F = 5,28$ ,  $p < 0.05$ ; полас AOD  $F = 3,34$ ,  $p < 0.1$ ). *Насочеността към действие* се оказа по-важно за момичетата, отколкото за момчетата в постигане на успехи. Резултатите за ефекта на AOD е в съответствие с данни от предишни изследвания за *ориентираността към действие* като ефективен фактор в образователен контекст (Boekaerts, 1994).

В лабораторни изследвания *ориентираниите към действие* са по-добри в когнитивно-поведенчески контрол при волеви

задачи, регулиране на емоции и извличане на информация за осъществяване на намерения при негативен афект (Kuhl, 2000). Линията на *Теорията за взаимодействието на личностовите системи* обяснява, че хората понякога отстъпват под натиск, дори когато са силно мотивирани да му устоят. Така например Куъл (Kuhl, 1984, 2000) показва, че има случаи, в които хората не успяват да действат в посока на намеренията си и да действат независимо от групата, дори и да са силно мотивирани да го направят. Това е така, защото изпълнението на нечий намерения изисква контролна дейност (волеви процес), който предпазва намеренията срещу конкурентни мотивационни влияния. Теорията предсказва, че *ориентираниите към състояние* лица са по-склонни да се окажат „инфилтрирани“ с чужди намерения, които смятат за самостоятелно избрани. Казън и сътрудници (Kazén, Baumann & Kuhl, 2003) предполага, че това важи особено в случаи на ниско-привлекателни цели, когато ориентираниите към състояние лица преживяват инфилтрация, защото им липсва положителната валентност, която е необходима, за да се интегрират тези цели в самостоятелна личностна система.

Решихме да тестваме и тази хипотеза за „инфилтрация“ или „заемане“ на чуждо мнение и оценка за свое собствено. Направихме проучване, изследващо връзката между чертата *ориентираност към действие* или *състояние* и поведението на *конформизъм*. Изследването използваше метод от изследване на Ранкема и Стапел (Renkema & Stapel, 2004), който се казва „Красотата на Изкуството“ и представлява 30 картини от импресионисти, събрани в комплект и на случаен принцип контрабалансиран сред участниците. Под всяка от картините има процентите на харесване, като в инструкцията е упоменато, че рейтингите са дадени от предишни оценители. Задачата на участниците в изследването е да дадат своето мнение след като видят оценките на специалистите на изкуството. Мярка на конформизъм се образува за всеки участник като от най-харесваните

от мнозинството предишни оценители се извадят картините, които са най-харесвани от малцинството. С тази методология направихме 2 теста, като манипулирахме лошото настроение, и във второто изследване след прецеждане на методологията, наистина открихме данни, че под високо отрицателно настроение, *ориентираните към състояние* лицата по-склонни да се подчиняват на нормата на мнозинството от *ориентираните към действие* лица, като при ниска степен на негативно настроение, *ориентираните към състояние* хора са по-малко подчиняващи се от *ориентираните към дела* лица. Данните изглеждат специфични за скалата за контрол на действията при взимане на решения.

#### Начални стъпки в изследванията за взимане на решение и скалата за контрол на действията в България

Тъй като изследването беше пилотно и разликата не беше статистически значима, решихме да тестваме допълнително и по-обстойно процеса на взимане на решение, без да използваме субективен избор на картини. Проектирахме последващо изследване, което да включи една изцяло когнитивна игра – Дилема на затворника. Искане да проследим взимането на решения в група, в която участникът е разпределен с други двама изследвани лица. Ако приемем, че вземането на решения е процес на избор на вариант и начин за действие сред набор от алтернативи, очевидно предимство на решенията, взети на база на емоциите е скоростта и ефективността. Сигналът на емоцията позволява да се избира сред по-малко варианти, което може значително да намали тежестта на изчисление в конвенционалния процес на пресмятане, който е в основата на процеса на вземане на решения (Zhu & Thagard, 2002). Така, ако повечето ми колеги използваха играта *Дилема на затворника*, за да покажат как един играч рационализира печалбите си,

аз се опитах да конструирам играта така, че да създам чувство за социалност. Целта на модифицирания вариант на играта беше в даден момент в групата да бъде манипулирано състояние на „острацираност“ или изпадане на единия играч от групата. Тази манипулация се състоя с помощта на компютърни програми, които предварително бяха програмирани в даден период от играта да изолират изследваното лице. Целта ни беше да видим дали лицата, които биват изолирани сътрудничат повече с членовете на групата, от лицата, които играят на равни начала и които не биват изолирани. За да проучим ефекта на настроението и личностни различия, свързани със сътрудничеството, въведохме среден процент на сътрудничеството като зависим променлива, а като фактори взехме под предвид: индексът на настроението на изследваните лица след манипулацията и техните личностни характеристики на базата на контролната дейност<sup>3</sup>. BGLM анализ установихме ефект на личностовите различия *насоченост към действие и насоченост към състояние* ( $F(1,49) = 6,144, p < .01$ ), настроението след манипулацията ( $F(1,49) = 4,081, p < .05$ ), както и значимо взаимодействие надвата фактора ( $F(1,49) = 8,225, p < .001$ ), които показват значително увеличаване на сътрудничеството сред ориентираните към действие лица в лошо настроение. Данните от това последно изследване навежда на мисълта, че *ориентираните към действие* лица да се справят по-добре в трудни условия и използват именно сътрудничеството, за да променят ситуацията на негативизъм.

Изследванията, които се опитах накратко да представя, във връзка с разработването на български вариант на въпросника Скала на контрол (ACS-90) са експериментални и имат за цел да въведат нов конструкт, набиращ все по-голяма популярност в Европа. Имам доброто желание, изследванията да бъдат разрешени и задълбочени, за да се постигне една по-цялостна картина на позитивите и негативите, които

<sup>3</sup> Изследването беше проведено под ръководството доц. д-р Морис Гринберг, Нов Български университет.

двете страни на конструкта имат. Вярвам, че темата за регулирането на емоциите има важно социално значение при предсказване действията на индивиди и капацитета им за справяне с проблеми.

## ЛИТЕРАТУРА

- Baumann, N. & Kuhl, J. (2002). Intuition, affect, and personality: Unconscious coherence judgments and self-regulation of negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 1213-1223.
- Beckman, J. (1994). *Alienation and conformity*. Unpublished manuscript, Max Planck Institute for Psychological Research, Munich, Germany.
- Boekaerts, M. (1994). Anger in relation to school learning. *Learning and Instruction*, 3, 269-280.
- Damasio, A. R. (1994). *Descartes' error: emotion, reason, and the human brain*. New York: G.P. Putnam's Sons.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination perspective. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Frankfurt, Harry, G. (1977/1988). Identification and externality. – In: *The importance of what we care about*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Kazén, M., Baumann, N., & Kuhl, J. (2003). Self-infiltration versus self-compatibility checking in dealing with unattractive tasks: The moderating influence of state versus action orientation. *Motivation and Emotion*, 27, 157-197.
- Koole, S., Kuhl, J., Jostmann, N., & Vohs, K. (2003). *On the hidden benefits of state orientation: Can people prosper without efficient affect regulation skills?* In appear in A. Tesser, J. Woods, & D. Stapel (Eds.)
- Koole, S. & Kuhl, J. (2004). Dealing with unwanted feelings: The role of affect regulation in volitional action control. Intended for J. Shah and W. Gardner (Eds.), *Handbook of Motivation Science*.
- Kuhl, J. (2000). The volitional basis of personality systems interaction theory: Applications in learning and treatment contexts. *International Journal of Educational Research*, 33, 665-703.
- Kuhl, J. (1984). Volitional aspects of achievement motivation and learned helplessness: toward a comprehensive theory of action control. In: B.A. Maher (Eds.). *Progress in Experimental Personality Research*, 13, 99-171. New York: Academic Press.
- Renkema, L., & Stapel, D. (2004). De dood brengt ons samen? Waarom de dood er voor zorgt dat mensen zich conformeren aan de eerderheid. *Jaarboek Sociale Psychologie*. Amsterdam: ASPO.
- Zhu, Jing & Thagard, Paul (2002). Emotion and Action. *Philosophical psychology*, 15, 1.

## БЛАГОДАРНОСТИ

Специални благодарности на Стеван Томек и Емилиан Лалев, които помогнаха за осъществяването на изследването в НБУ.

## THE ACHIEVEMENTS OF VOLITIONAL CONTROL IN CONNECTION WITH THE PERSONALITY CHARACTERISTICS ACTION-ORIENTATION

G. Kuzmova

**Abstract.** Julius Kuhl (10,11) suggests that people sometimes fail to act upon their intentions of acting independently even when they are highly motivated to do so. This is because enacting one's intentions requires action control, a volitional process that shields intentions against competing motivational influences. Individuals with strong skills at action control- action-oriented individuals- are able to shield their own intentions against external disruptive influences. The state-oriented people are more hesitant and have troubles in down-regulating negative affect. The paper is meant to direct the attention toward a construct that may help us understand the advances of emotion-regulation in decision-making. The mechanisms behind the action control is more flexible and reliable under pressure than simply suppressing one's emotions.

**Keywords:** Self-regulation, Personality Systems Interaction Theory, Action-control

✉ Gergana Kuzmova, PhD student  
Center for Cognitive Science, Department of Cognitive  
science and Psychology  
New Bulgarian University  
1618 Sofia, Bulgaria 21 Montevideo Str.  
e-mail: go\_kuzmova@yahoo.com