

Bashanaeva G.G.

FEATURES OF ATTENTION OF STUDENTS OF INTROVERTS AND EXTROVERTS IN EMOTIONALLY SIGNIFICANT SITUATION

Bashanaeva Gulizar Gadzhievna, Candidate of Psychology, associate professor of the Chair of Common and practical psychology in Moscow City pedagogical University

Abstract

The article is devoted to the problem of an orientation of attention of introverts and extroverts in emotionally significant situation. Based on the results of the pilot study the main reasons the selectivity of associative process defining the substantial party of mental activity, in particular, is shown.

As the theoretical basis for the research the author uses the model of division of individuals into extroverts and introverts offered by K. Jung, fairly believing that such important characteristics of the personality reflect features of an orientation of attention in a significant situation.

Keywords: attention orientation, introversion, extraversion, mental activity, selectivity of associative process.

Введение

Проблема интровертированности, экстравертированности личности привлекает повышенное внимание в современном мире. Её актуальность определяется социальной и практической значимостью вопросов гуманизации общества, необходимостью решения задач формирования здоровой, активной и социально адаптированной личности.

Эта проблема, в последние годы подвергается междисциплинарному анализу, связанному с выявлением социологических, культурных, психологических и биологических факторов, способствующих решению задач адаптации личности к современному ритму и стилю жизни, нормам и правилам, которые диктует современное общество [1, 2, 10, 13, 15].

**3rd International Conference
«Research, Innovation and Education» 2016**

Далеко не все вопросы, связанные с данной проблемой удовлетворительно решены. Кроме того, эта проблема должна получить новый импульс в связи с приоритетом в развитии личности ее индивидуальности и поиском инновационных технологий оценивания результатов деятельности.

Понятия интроверсия – экстраверсия введенные К. Юнгом [16], характеризуют определенные проявления направленности личности с учетом ориентированности на внутренний или внешний мир. В зависимости от преобладающей психической функции автором выделены следующие типы а) экстравертированный эмоциональный; б) экстравертированный мыслительный; в) экстравертированный интуитивный и соответствующие интровертированные типы. Исследуя личности с интровертированной и экстравертированной направленностью, К.Юнг затронул некоторые особенности свойств внимания: устойчивость, объем, переключение и распределение.

Интроверсия – экстраверсия (*от лат. intro – внутрь, extra – вне, versio – поворачивать, обращать*) – характеристика индивидуально психологических различий человека, крайние полюсы которой соответствуют преимущественной направленности личности либо на мир внешних объектов, либо на явления его собственного субъективного мира [9].

Экстраверты, по К. Юнгу, отличаются от интровертов тем, что интерес и внимание у них вызываются объективными событиями. Этот тип руководствуется тем фактором восприятия и познания, который показывает субъективное предрасположение к объекту [16].

Экстраверт легко и быстро вступает в контакт с другими людьми, без особого труда приспосабливается к новым ситуациям. У интроверта, напротив, проявляется замкнутость, склонность к рефлексии, постоянному анализу своих психических состояний. Он с трудом контактирует с окружающими и медленнее, чем экстраверт, приспосабливается к ситуациям.

Созданная Юнгом гипотетическая модель, позволяющая отнести индивидов к группам интровертов или экстравертов не нашла экспериментальных подтверждений в работах этого автора. В дальнейшем это было сделано Р. Кэттелом и Г. Айзенком, выявившим характерные для выделенных типов факторы и группы обуславливаемых черт у интровертов и экстравертов [20, 21].

**3rd International Conference
«Research, Innovation and Education» 2016**

Принимая предложенную модель К. Юнга в качестве теоретического основания для специального экспериментального исследования индивидуальных различий, мы исходили из учета того, что такая важнейшая функция внимания для характеристики личности, не может не отразить типологических особенностей указанной дифференциации индивидов. Можно, например, допустить, что если при отражении экстраверт, в основном, лишь в незначительной степени трансформирует образ воспринимаемого, то этот «отражательный эффект», следует полагать, в известной мере скажется и на особенностях внимания. Тем более эта закономерность проявится в отношении интровертов, у которых воспринимаемое обогащается их субъективным внутренним отношением к отражаемой реальности.

**Методы, задачи, гипотеза и респонденты
исследования.**

Для выявления различий направленности внимания в эмоционально значимой ситуации нами использовалась методика свободных ассоциаций. Выбор данной методики обусловлен тем, что предоставляется наибольшая свобода выбора характера реагирования. Так как ответы испытуемых преимущественно зависят от их эмоциональных или рассудочно-логических ориентаций, то здесь возможен качественный и количественный анализ реакций.

В основу данной части экспериментального исследования легла гипотеза, которая возникла при проведении аналогичного эксперимента И.Л.Баскаковой и Н.Ф.Добрынина. Дело в том, что в процессе экспериментального исследования особенностей внимания студентов в эмоционально значимой ситуации (экзамена) было обнаружено распределение всего исследуемого студенческого коллектива на две большие разнонаправленные группы (во вне и во внутрь), несмотря на то, что целью данного экспериментального исследования было выяснение вопроса, как определяет значимость содержательную сторону психической активности, в частности, избирательности ассоциативного процесса [4].

Мы предположили, что характер ассоциаций, с которыми связана направленность внимания, зависит от принадлежности испытуемых к группам интровертов или экстравертов. Параллельно с фиксацией свободных ассоциаций регистрировалась кожно-гальваническая реакция испытуемых.

Результаты исследования и их обсуждение

Экспериментальная ситуация была организована следующим образом. Изначально в группе испытуемых на

**3rd International Conference
«Research, Innovation and Education» 2016**

основании методики Г. Айзенка были выявлены 2 подгруппы: интроверты и экстраверты. После этого в условиях экзамена испытуемым студентам предлагалось написать любые 10 слов, пришедших в голову, сначала до того, как они получают экзаменационный билет, а затем после того, как завершится экзамен и будет выставлена экзаменационная отметка. В зависимости от характера ассоциаций ответы испытуемых были условно разделены нами на три группы: 1) слова, непосредственно связанные с ситуацией экзамена; 2) слова, выражающие эмоциональные переживания; 3) слова, нейтральные по отношению к экзаменационной ситуации.

Качественный анализ продуктивности ассоциаций показывает существенные различия характера ассоциаций интровертов от экстравертов. В большинстве случаев ассоциации экстравертов связаны с ситуацией экзамена и относятся к разряду эмоциональных. В отличие от этой группы, у интровертов наблюдается меньшая связанность с эмоциональной стороной ассоциаций. В этой группе встречается даже полная высвобожденность от эмоциональной напряженности: в отдельных случаях все 10 слов ассоциаций нейтрального содержания. В отличие от интровертов, у экстравертов замечен эффект последствия при повторном исследовании после экзамена: когда, казалось бы, картина переживаний должна носить более спокойный характер, число эмоционально окрашенных слов у них существенно возросло. Кроме того, в наборе слов после экзамена встречается в отдельных случаях повторение уже названных ранее в 1-ой серии слов. Но это – единичные случаи, ибо достаточно развитая речь у студентов, как правило, позволяет им избегать повтора ассоциаций. Прямых повторений типа персевераций не наблюдается, хотя в ряде случаев отмечается сужение тематики, особенно у интровертов.

В результате качественного анализа была также отмечена подмена испытуемыми неопределенной ситуации, фиксированной направленностью на ситуацию экзамена, о чем свидетельствует "всеобщая занятость" определенной тематикой. На этом фоне общей обращенности к ситуации экзамена в ответах отдельных испытуемых экстравертов содержится перечисление часто встречающихся предметов, окружающих их. По всей вероятности, эти реакции предэкзаменационных волнений обретают своеобразную форму опредмечивания: испытуемые, продуцируя ассоциации, называют предметы, находящиеся в комнате во время экзамена. "Цветы, аудитория, стол, билеты" и т.д. – все 10 слов связаны с ситуацией экзамена.

**3rd International Conference
«Research, Innovation and Education» 2016**

После него может возникать эмоциональное состояние, препятствующее принятию инструкции эксперимента. Вместо отдельных слов-ассоциаций, испытуемый описывает свое состояние предложениями, типа: "Ничего не идет в голову. Все вылетело из головы. Обидно". Подобная реакция, как правило, бывает связана с полученной экзаменационной оценкой, чаще всего – с оценкой 3 балла.

По Г. Юнгу, наличие при ответе целых предложений вместо отдельных слов – симптом патологических изменений ассоциативных процессов. В нашем эксперименте, где ситуация высоко значима наличие предложений в ответах испытуемых скорее указывает на силу субъективных переживаний, обусловленных этой значимостью.

Анализ результатов продуцирования интровертов и экстравертов после завершения экзамена указывает на наличие прямой зависимости между силой эмоционального напряжения и эффектом его последствия.

В нашей ситуации преобладание слов, связанных с экзаменом после его окончания, можно рассматривать как свидетельство о степени включенности в экзаменационную ситуацию. С точки зрения функционирования внимания, преобладающих слов, сопряженных с экзаменом, означает большую концентрацию внимания именно на экзаменационной ситуации, которая предшествовала эксперименту.

Исследование свободных ассоциаций до и после экзамена выявило различия в эмоциональных реакциях интровертов и экстравертов. В то время, как экстраверты показывают повышение эмоционального подъема после экзамена, интроверты обнаруживают уменьшение эмоционального напряжения. Аналогичная картина получается и при исследовании КГР. Подобное, снижение говорит о том, что эмоциональные переживания интровертов в последствии носят более спокойный характер.

Качественный и количественный анализ свободно-ассоциативных реакций у испытуемых интровертов и экстравертов позволил сделать следующие выводы:

1) Интроверты обнаруживают большую включенность в ситуацию экзамена на обоих этапах эксперимента; об этом свидетельствует относительно большое количество эмоционально окрашенных ответов.

2) Направленность внимания в одной и той же значимой ситуации сдачи экзамена имеет существенные различия в зависимости от такого внутреннего фактора, как интро- или экстравертированность личности.

**3rd International Conference
«Research, Innovation and Education» 2016**

3) Экстраверты в большей степени оказались подверженными влиянию эффекта последствия, обнаружившего себя при проведении второй серии эксперимента: после экзамена число эмоционально окрашенных слов у них существенно возросло.

4) В целом, в обеих группах наблюдается значительное повышение продуктивности деятельности, что может быть обусловлено высокой значимостью для испытуемых экзаменационной ситуации, предшествующей эксперименту.

Изменения в динамике психологических проявлений общего адаптационного синдрома, особенно явно проявляющиеся при "эмоциональном" стрессе, представляют для нас большой теоретический и практический интерес. В последние годы большое внимание уделяется исследованию познавательных процессов в динамике стресса, протекающего в экстремальных условиях. Многие исследователи отмечают наличие главным образом отрицательных показателей стрессовых изменений мышления, нарушающих разумную направленность человека, подавляющих и деформирующих личностные проявления.

Однако при стрессе возможны и положительные изменения процесса мышления, побуждающие человека к познанию, к самоопределению, творчеству.

Известно три типа стрессовых изменений мышления: возбуждение при полном сознании объективной действительности, отрицание стрессогенных проблем и сверхактивация мышления.

Активация мышления, по-видимому, играет в данном случае адаптивно-защитную роль [17, 18, 19]. Известно, что в ситуации экзамена тревога, страх возникают в связи с ожиданием возможных событий. Эти состояния чаще всего связаны с неизвестностью тех конкретных вопросов, на которые предстоит отвечать. Как правило, тревога проходит, как только экзаменуемый получает билет или конкретный вопрос для ответа. Вместе с тем, у многих студентов, особенно первокурсников, воображение навязчиво рисует картины неуспеха [19].

По мнению многих физиологов, в частности В.С.Дерябина [3], страх на экзамене может быть вызван многими сложными причинами, а именно прогнозом неприятных последствий материального характера, опасением напрасной затраты трудов и времени, задетым самолюбием и т.д. [3].

**3rd International Conference
«Research, Innovation and Education» 2016**

По мнению В.С.Дерябина, эмоции выявляют ассоциации, связанные с ними по чувственному тону, а ассоциации другого порядка тормозятся в силу индукции.

Восприятие и внимание под влиянием эмоций делаются односторонними и направляются сообразно с господствующей эмоцией.

Для нас представляло интерес сопоставить и проанализировать характер ассоциаций на первом и втором этапе эксперимента с кожно-гальваническим рефлексом, который также фиксировался до и после экзамена.

Как известно, в стрессовой ситуации происходит изменение целого ряда психофизиологических функций у человека. Эти изменения сопровождаются снижением или повышением кожно-гальванического рефлекса, удержанием дыхания, изменением характера сердцебиения, увеличением амплитуды активности биопотенциалов головного мозга и некоторыми другими электрофизиологическими данными, которые могут быть зарегистрированы в экстремальных условиях.

Исследовать эти процессы оказалось возможным, благодаря созданному В.Е.Рожновым и его коллегами "устройству для определения нервно-психического состояния человека в процессе самотренировки" [11].

Так, В.Е. Рожнов констатирует, что КГР, являясь одним из компонентов ориентировочной реакции, возникает при ситуации неопределенности (вопрос – "что такое?") и обозначает готовность организма к действию. Субъективно во время высоких и частых подъемов КГР отмечается волнение, тревога. Отсутствие или незначительная выраженность КГР свидетельствует о спокойном состоянии организма, о снижении нервной активности [11].

Поскольку, как известно, сдача первой сессии студентами первокурсниками оценивается как экстремальная ситуация, ее эмоциогенный характер обусловлен тем, что у них отсутствует адаптация к вузовским требованиям. Для определения усиления эмоционального напряжения мы использовали аналог вышеуказанного устройства в нашем эксперименте.

Так же, как и характер, свободно ассоциативных реакций, о которых шла речь в предыдущем параграфе, КГР дает определенные представления об эмоции и напряжении испытуемого.

Здесь хотелось бы отметить, что мы согласны с мнением Л.А. Китаева–Смыка о том, что "изучение стресса с

**3rd International Conference
«Research, Innovation and Education» 2016**

позиций физиологии и патологии обусловило лучшую изученность физиологических компонентов стресса, нежели психологических его проявлений" [7].

Обобщая взгляды многих авторов на «сущность психологического стрессора», Л.А. Китаев-Смык в своей монографии "Психология стресса" пишет, что стрессогенная ситуация предъявляет человеку требования, воспринимающиеся им либо как превосходящие его возможности ответить на них, что ведет к дистрессу, либо как позволяющие реализовать свои возможности ответить на эти требования и благодаря этому достигнуть желаемых последствий. При этом играет роль субъективная неопределенность требований и возможности им отвечать, а также субъективная значимость (положительная или отрицательная) последствий ответа [5, 6, 8]. Это – определение стрессора как степени соответствия компонентов системы "человек – среда". Предлагается различать в этой системе требования среды к человеку и требования человека к среде. Возможны ситуации, когда одно и то же событие может одновременно порождать и удовлетворенность, и неудовлетворенность человека" [7, с. 53]. Такова, например, ситуация экзамена, когда студент доволен тем, что наконец-то сдал экзамен, к которому готовился, из-за которого волновался, но не доволен отметкой, тем, как он его сдал.

Далее автор указывает на то, что представления о стрессогенных условиях во многом тождественны эмоциональным факторам, как это указывается у ряда других авторов [8, 12, 14]. С его точки зрения, такое совпадение не случайно, так как эмоции являются одним из компонентов стресса.

Несмотря на то, что КГР выявляет определенную эмоциональную напряженность, не следует забывать о том, что эта напряженность имеет под собой психологическую основу.

Прежде чем попытаться дать анализ экспериментальных данных исследования КГР в двух разнонаправленных типологических группах: интровертов и экстравертов, хотелось бы отметить то, что данные КГР и качественного анализа свободных ассоциаций взаимоподтверждают и дополняют друг друга.

Математическая обработка данных КГР показывает, что в среднем по группе экстравертов ситуация экзамена не приводит к каким-либо изменениям деятельности организма до и после стрессовой ситуации: до и после экзамена эмоциональная напряженность у испытуемых в этой группе

**3rd International Conference
«Research, Innovation and Education» 2016**

приблизительно одинаковая. Показатель эмоциональной напряженности $\bar{X} = (\alpha_1 - \alpha_2) = 0,136$

Интроверты, в отличие от экстравертов, имеют тенденцию к снижению показателя \bar{X} , который после экзамена у них равен 4,18.

КГР подтверждает динамику активности в до и постстрессовой ситуации. Различные группы испытуемых дают различную картину напряжения физиологического тонуса, которая соответствует степени значимости деятельности.

Количественный и качественный анализ свободных ассоциаций подтверждают данные КГР. Напомним, что если у экстравертов во второй серии эксперимента наблюдается тенденция к увеличению количества эмоционально окрашенных слов, то интроверты проявляют некоторую "высвобожденность" от условий эксперимента и большей частью продуцируют ассоциации эмоционально нейтрального характера.

Причиной этому может быть то, что интроверт, сдав экзамен и получив отметку, как бы завершает на этом свои переживания, связанные с внешней ситуацией экзамена, и дальнейшие переживания приобретают чисто внутренний, аналитический, характер. Интроверт все более углубляется в себя, анализирует свои переживания, а так как состояние "размышления" или анализа того, что уже было, является для него "обычным делом", то его переживания уже не носят столь яркого характера. Мысли протекают в более спокойном, привычном русле.

Совсем иную картину мы наблюдаем у экстравертов. В силу своих типологических особенностей, т.е. постоянной связи с внешним миром, их переживания могут переключиться не на субъективный анализ собственных переживаний, а на переживание того, например, какое место по успеваемости они заняли в группе: сдали лучше других или хуже. Моменты социального сравнения или иная тема вызывают новый всплеск эмоциональных переживаний, которые продолжают все-таки оставаться связанными с ситуацией экзамена.

Заключение

Таким образом, факторы, изначально обуславливающие переживания индивида, сохраняются и поддерживают его эмоциональный тонус. Именно за счет этого момента, вероятно, происходит сужение внимания у экстравертов, проявившееся в экстремальных условиях. В то же время у интровертов наблюдается некоторое расширение объема внимания за счет ухода в прошлое или будущее. Аналогичную картину мы наблюдаем в эксперименте со свободными ассоциациями.

**3rd International Conference
«Research, Innovation and Education» 2016**

Результаты проведенных исследований показали, что на основе полученных данных можно сказать, что 1) наблюдается эффект последствия у экстравертов. Число эмоционально окрашенных слов у них существенно возросло на втором этапе эксперимента. У интровертов же появилась относительно полная высвобожденность от эмоционального напряжения. 2) большая включенность в ситуацию экзамена на I и II этапах эксперимента наблюдается у обеих групп, 3) направленность внимания в одной и той же значимой ситуации сдачи экзамена имеет существенные различия в зависимости от такого внутреннего фактора, как интровертированность или экстравертированность личности.

References:

- [1] Bashanayeva G.G. To the question of contextual approach in training. XI the International congress "Health and education in XXI an eyelid" "Scientific and applied aspects of concepts of health and a healthy lifestyle" (on December 8-12, 2010) Moscow, RUDN. Page 447-448
- [2] Bashanayeva G.G. Features of an orientation of attention of introverts and extroverts in emotionally significant situation. [Electronic resource] Electronic scientific and educational Bulletin " Health and education in the XXI century". 2015, T. 17, No. 11. Page 11-14
- [3] Deryabin V. S. Feelings, inclinations, emotions. SPb: - St. Petersburg, 2010. – 224 pages.
- [4] Dobrynin N. F., Baskakova I. L. Features of attention at students in emotionally significant situation.//Pilot study of attention. M, 1970. – Page 14 – 18 – (Uchen. zap. / Mosk. the state. ped. in-t; T. 381).
- [5] Zingerman A.M. Influence of the statistical characteristic of system of signals and their importance on formation of motive and vegetative reactions of the person operator in norm and at extreme influences//Sketches of applied neurocybernetics. L., 1973. – Page 75 – 82.
- [6] Kitayev-Smyk L.A. Probabilistic forecasting and specific features of reaction of the person in extreme conditions/Probabilistic forecasting in activity of the person. – M, 1977 – Page 189 – 225.
- [7] Kitayev-Smyk of L.A. Psikhologiya of a stress. SPb: - St. Petersburg, 2008. – 370 pages.
- [8] Marishchuk V. L., Evdokimov of V. I. Povedeniye and self-control of the person in the conditions of a stress. – SPb.: September, 2001. - 260 pages.

**3rd International Conference
«Research, Innovation and Education» 2016**

- [9] Nemov R. S. Psychology the dictionary reference in 2 parts. Part 2. M.: Vlados. 2003 — 352 pages.
- [10] Prigorovsky T.A. Tolerantnost and psychological features of the identity of athletes//Sports psychologist 2(10); 2007.
- [11] The guide to psychotherapy / Under. V. E. Rozhnov edition. – 3rd prod. additional – Tashkent: Medicine, 1985. – 719 pages.
- [12] Rusalova M. N., I. V. Strelnikov. Communication of frequency and amplitude characteristics of EEG with indicators of preference of probability or value of achievement of the purpose//psychology Questions: – 2008. – No. 6 November-December, 2008. – page 129-137.
- [13] Sadykova of F.Zh. Extraversion and introversion. Features of a psychosomatics and the events <http://psy.asia.kz/1502> (It is published on the site: On July 8, 2012)
- [14] Simonov P. V. Emotional brain. – M.: Science, 1981. – 215 pages.
- [15] Fokina I. V. Communication of creative thinking and an indicator of an ekstraversii-introversion at teenagers.//Prospects of science and education Release No. 6, 2013
- [16] Jung K.G. Psychological types. - SPb.: "Yuventa" - M.: "Progress - Univers", 1995.
- [17] Amir Sh. Amit Z. Endogenous opioid ligandes may mediate stress-seduced changes in the affective properties of pain related behavior in rats. – Life Sci., 1978. Vol. 23. No. 11. P. 1143 – 1152.
- [18] Becker P., Scheider E. Specific reactions to stress and personality characteristics: students before an examination. – Ztschr. Exp. Und Angew. Psychol., 1976. Bd. 23. No. 1. P. 1 – 29.
- [19] Devis C. W. The effects of training upon the effectiveness, dogmatism, and stress of first year paraprofessionals within a university setting. – Diss. Abstr. Intern., 1979. Vol. 39. No. 7 – A. P. 4055.
- [20] Eysenk H.J. Conditioning, introversion-extraversion, and the strength of the nervous system //Proc., 18-th International Congress. Exper. Psychol. 9-th Symposium. – Moscow, 1966
- [21] Eysenk H.J. Fact and fiction in Psychology. – London: Allen Lane, 1972 P. 300.