

Юрченко Н.И.

Обзор диссертации Dembo T.
«Der Ärger als dynamisches Problem»

Yurchenko N.I.

Review of the Dembo's dissertation
«Der Ärger als dynamisches Problem»

*Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований
(Психологический институт), Москва, Россия*

Предоставлен обзор диссертационного исследования американского психолога Тамары Дембо «Der Ärger als dynamisches Problem» («Гнев как динамическая проблема»). Дембо предлагает новый подход к изучению эмоций, рассматривая их не как статичные явления, а как процессы, зависящие от ситуационных факторов и внутренних психологических механизмов. В работе анализируются экспериментальные исследования, проведённые в 1925–1928 годах, где изучались реакции участников на искусственно созданные ситуации, вызывающие раздражение и гнев. Основное внимание уделяется методикам «Метание колец» и «Цветочный эксперимент», которые демонстрируют, как гнев развивается постепенно в ответ на препятствия к достижению цели.

Дембо выделяет несколько стадий развития гнева: от первых попыток выполнить задание до аффективных реакций таких, как бросание предметов или уход из комнаты. Она также использует концепцию топологии ситуации, анализируя эмоциональные реакции через призму силовых полей, включающих цель, внутренние и внешние барьеры и напряжение. Эти элементы формируют поведение человека, и, если препятствие невозможно преодолеть, напряжение накапливается, что может привести к эмоциональному взрыву.

В работе также рассматриваются различные типы реакций на фрустрацию – реальные, нереальные и замещающие решения. Дембо подчёркивает, что эмоциональные реакции зависят от множества факторов, в том числе восприятие препятствий и роль экспериментатора. Она отмечает, что в условиях сильной фрустрации участники могут переносить своё раздражение на экспериментатора, что приводит к конфликтам.

Несмотря на то, что эксперименты проводились в лабораторных условиях, Дембо утверждает, что выявленные закономерности имеют универсальный характер и распространяются и на реальные жизненные ситуации. Её работа представляет собой значительный вклад в понимание

механизмов возникновения и развития эмоциональных реакций, а также их влияния на поведение человека.

Ключевые слова: гнев, фрустрация, эмоции, топологическая психология, экспериментальные исследования

Для цитирования: Юрченко, Н.И. Обзор диссертации Dembo T. «Der Ärger als dynamisches Problem» // Новые психологические исследования. 2025. № 1. С. 275–292. DOI: 10.51217/npsyresearch_2025_05_01_13

Введение

Представлен обзор диссертации американского психолога, ученицы Курта Левина, профессора и почётного доктора Университета Кларка Тамары Вульфовой Дембо «Der Ärger als dynamisches Problem» (перевод с немецкого: «Гнев как динамическая проблема»).

Диссертация Дембо является одной из первых попыток экспериментального исследования эмоций, что делает её особенно значимой для развития психологической науки. Автор предлагает новый подход к изучению эмоций, рассматривая их не как статичные и фиксированные состояния, а как динамические процессы, которые могут быть исследованы в лабораторных условиях. В своей работе Дембо использует оригинальные экспериментальные методики такие, как «Метание колец» и «Цветочный эксперимент», чтобы изучить, как гнев возникает, развивается и влияет на поведение человека в ситуациях фрустрации.

Цель данного обзора – описать ключевые идеи и результаты исследования Дембо, а также проанализировать их значение для современной психологии эмоций. Особое внимание уделяется методологическим подходам, которые Дембо использовала для изучения гнева, и её теоретическим выводам, остающимся актуальными и сегодня.

Обзор структурирован в соответствии с главами диссертации, что позволяет последовательно раскрыть основные аспекты исследования – от постановки проблемы и методики эксперимента до анализа динамики гнева и его проявлений в различных ситуациях. Заключительная часть обзора посвящена описанию значения работы Дембо для понимания эмоциональных процессов в реальной жизни, а также её вклада в развитие психологической науки.

Глава I. Постановка проблемы и методика исследования

Тамара Дембо рассматривает в первой главе диссертации психологию эмоций, в частности, такие аффективные состояния, как гнев (Ärger). Автор отмечает, что, несмотря на важность изучения

эмоций, эта область психологии остаётся недостаточно изученной, особенно с точки зрения экспериментальных методов.

Исследователь ссылается на высказывания известного психолога Уильяма Джеймса, который критиковал традиционный подход к изучению эмоций. Джеймс утверждал, что эмоции слишком часто воспринимаются как фиксированные и неизменные сущности, а не как явления, зависящие от различных ситуационных факторов. Диссертант соглашается с этим и подчёркивает, что исследование эмоций должно учитывать их динамическую природу.

Дембо указывает, что в последние годы психология восприятия и интеллекта значительно прогрессировала, тогда как психология эмоций остается в большей степени классификационной дисциплиной. До сих пор основное внимание уделяется вопросам классификации эмоций, а не анализу их возникновения и динамики.

В связи с этим она предлагает новый подход: рассматривать эмоции как динамические процессы, которые могут быть изучены в экспериментальных условиях. Её цель – выявить закономерности, определяющие, как и почему возникает гнев, какие факторы его усиливают или ослабляют, и какие последствия он имеет для поведения.

Исследователь описывает экспериментальные условия, созданные ею для изучения гнева. В её эксперименте респондентов погружали в ситуацию, вызывающую у них разочарование и раздражение.

Исследование проводилось в 1925–1928 годах с участием 27 респондентов. Было проведено 64 эксперимента, каждый из них длился 1–2 часа. Респонденты не знали истинной цели эксперимента, что позволяло избежать искажений в поведении.

Глава II. Типичный ход событий

Описываются две основные экспериментальные методики, используемые для изучения гнева – «Метание колеи» (Ringewerfen) и «Цветочный эксперимент» (Blumenversuch).

В первой методике участникам давали деревянные кольца и просили забросить их на горлышко бутылки с определённого расстояния. Однако это расстояние было выбрано так, что выполнить задание безошибочно было практически невозможно. Это создавало ситуацию, где респонденты начинали испытывать разочарование и гнев.

Другой эксперимент, называемый «Цветочный эксперимент», заключался в том, что респондент должен был дотянуться до цветка,

расположенного на высокой подставке, не покидая определённого квадрата на полу. Это создавало искусственное ограничение, которое вызывало у участников чувство фрустрации.

Дембо отмечает, что её эксперименты показали закономерности в развитии гнева. Респонденты проходили через несколько стадий:

1. Первые попытки – участники пытались выполнить задание без особого эмоционального напряжения.

2. Осознание трудностей – после нескольких неудач они начинали осознавать сложность задания.

3. Повышение напряжения – появлялись раздражённые высказывания, движения становились более резкими.

4. Аффективные реакции – в некоторых случаях участники начинали проявлять ярко выраженный гнев, бросая предметы или уходя из комнаты.

Автор делает вывод, что гнев не является мгновенной реакцией, а развивается постепенно в ответ на препятствия к достижению цели. При этом важную роль играет не только сам факт неудачи, но и восприятие респондентом возможности преодолеть препятствие. Некоторые люди легче поддаются негативным эмоциям, тогда как другие сохраняют самообладание даже в стрессовых ситуациях.

Глава III. Топология ситуации и ее силовые поля

В данной главе исследователь рассматривает психологическую динамику гнева с точки зрения топологии ситуации, анализируя структуру окружающего человека пространства и влияющие на него силы.

Основное внимание уделяется тому, как различные барьеры, препятствия и взаимодействия внутри экспериментальной среды формируют поведение респондентов и способствуют появлению эмоциональных реакций таких, как раздражение и гнев.

Дембо использует концепцию топологического поля для анализа эмоциональных состояний. Она утверждает, что психологическая ситуация, в которой оказывается человек, обладает определённой структурой, включающей:

1. Цель (Ziel) – объект стремления или желаемый результат.
2. Внутренний барьер (Innenbarriere) – препятствие, возникающее внутри поля, которое мешает достижению цели.
3. Внешний барьер (Außenbarriere) – ограничения, накладываемые окружением, которые мешают выйти из данной ситуации.
4. Напряжение (Spannungerscheinungen) – эмоциональные и поведенческие реакции на возникающие барьеры.

Эти элементы формируют так называемые силовые поля (Feldkräfte), направляющие поведение человека. Если человек сталкивается с препятствием, не имея возможности обойти его, это приводит к накоплению напряжения и, как следствие, к эмоциональному взрыву.

Дембо подчёркивает, что эмоциональные реакции испытуемых не подчиняются строгой линейной закономерности. В одной и той же ситуации у разных людей могут наблюдаться разные поведенческие сценарии. Например, один человек после первой неудачи сразу проявляет гнев; другой сначала пытается адаптироваться, но затем у него постепенно накапливается раздражение; третий может вовсе не демонстрировать видимого раздражения, но его напряжение будет выражаться в невербальных сигналах.

Этот феномен связан с кумулятивным характером аффективного опыта, описанным в работах биолога Ганса Дришпа. Эмоции развиваются неравномерно, а их проявление зависит от взаимодействия множества факторов.

Интересным наблюдением Дембо является то, что испытуемые не всегда пытаются преодолеть барьер напрямую. Иногда они переключаются на альтернативные стратегии:

1. Попытка заменить задачу альтернативной деятельностью (например, вместо попытки забросить кольцо, испытуемый начинает играть с кольцами).
2. Эмоциональный уход – участник перестаёт активно пытаться решить задачу и сосредотачивается на чём-то другом.
3. Физический выход из ситуации – желание покинуть эксперимент. Этот процесс она называет „*Aus-dem-Felde-Gehen*“ – уход из поля, причем он может быть как осознанным, так и подсознательным.

Одним из ключевых наблюдений в этой главе является явление, которое Дембо называет «маятник». Оно заключается в том, что участники колеблются между двумя тенденциями: стремление решить задачу – они продолжают пытаться, даже если испытывают трудности; желание прекратить участие в эксперименте – некоторые начинают искать способы «сбежать» от сложной ситуации.

Дембо объясняет, что эти колебания вызваны конкурирующими мотивационными силами. Респонденты хотят достичь цели, но, столкнувшись с препятствиями, начинают испытывать стресс, что может привести к уходу из поля деятельности.

Ещё один важный аспект, рассмотренный в главе, – влияние экспериментатора на эмоциональные реакции участников. Дембо

отмечает, что в некоторых случаях сам экспериментатор начинает восприниматься испытуемым как препятствие или даже враг. Это приводит к появлению ситуации конфликта, когда респондент переносит своё раздражение на исследователя.

Такие ситуации особенно часто возникали, когда экспериментатор: не помогал участнику преодолеть барьеры; поддерживал дистанцию, наблюдая, но не вмешиваясь; давал минимальные пояснения, создавая ощущение изоляции. Это наблюдение подчёркивает социальный аспект эмоций – гнев может быть направлен не только на обстоятельства, но и на окружающих людей.

Глава IV. События, направленные на решение задачи (I): Инструктивные (реальные) решения

Психолог рассматривает в данной главе, каким образом люди пытаются преодолеть барьеры и решить поставленные перед ними в эксперименте задачи, следуя инструкциям.

Дембо выделяет несколько типов действий, которые респонденты предпринимают при попытках справиться с задачами:

1. Логические размышления – осознание ситуации, анализ возможных решений.
2. Физические попытки – реальные действия, направленные на достижение цели.
3. Вопросы к экспериментатору – уточнение условий эксперимента.
4. Медленное тестирование гипотез – осторожные проверки возможных решений.
5. Агрессивные или принудительные попытки – использование силы, например, попытка сломать барьер.
6. Желания и мечтания – уход в воображаемые решения.
7. Переосмысление ситуации – изменения в интерпретации условий задания.

Исследователь подчёркивает, что разные участники демонстрируют различные уровни вовлечённости в процесс и интенсивности действий. Эти различия она называет «*Stärke des Dabeiseins*» – «сила вовлечённости».

Автор также анализирует уровень вовлечённости испытуемых в процесс выполнения задания. Она выделяет несколько уровней вовлечённости:

1. Высокий уровень вовлечённости – человек полностью погружён в задачу, гнев возникает при затруднениях.
2. Средний уровень – он заинтересован, но не полностью погружён, его эмоциональные реакции менее интенсивны.

3. Низкий уровень – он выполняет задание формально, не испытывая сильных эмоций.

Исследования Дембо показывают, что именно высокий уровень вовлечённости чаще всего приводит к выраженным аффективным реакциям.

Глава V. События, направленные на решение задачи (II): Нереальные и замещающие решения

Тамара Дембо рассматривает способы, которыми респонденты пытаются справиться с задачами, но при этом отходят от инструкций и объективных условий реальности.

В отличие от четвёртой главы, где описывались реальные решения, в этой главе анализируются две категории ответов: нереальные (ирреальные) решения – попытки решить задачу, используя фантазии или воображаемые средства; замещающие решения – переключение на другие цели, способные создавать иллюзию успеха, но не приводящие к реальному решению задачи.

Автор приводит множество примеров, когда испытуемые начинают использовать ирреальные способы для выхода из сложной ситуации.

Например, в эксперименте с «Цветочным тестом» один из респондентов заявляет: «Я наполню комнату водой и подплыву к цветку». Это очевидно нереалистичное решение, но оно воспринимается участником как допустимый вариант. Другие пытались «гипнотизировать» предметы, чтобы они сами двигались к ним.

По мнению исследователя, нереальные решения возникают в результате когнитивного смещения, вызванного сильным аффективным напряжением. Когда человек сталкивается с неразрешимой задачей, он бессознательно упрощает ситуацию и создаёт фантастические сценарии решения.

Кроме ирреальных решений, Дембо выделяет явление замещающих решений (Ersatzlösungen). Это ситуации, когда участники эксперимента, не будучи в состоянии достичь реальной цели, переключаются на выполнение альтернативной задачи, которая формально похожа на исходную, но на самом деле не решает проблему.

Примеры замещающих решений: в тесте с метанием колец респонденты вместо того, чтобы пытаться забросить кольцо на бутылку, начинали бросать его на другие предметы (например, случайно стоящую рядом бутылку, но та не была частью задания).

В тесте с цветком некоторые испытуемые начинали переставлять предметы в комнате, хотя это не помогало приблизиться к цветку.

Дембо объясняет ирреальные и замещающие решения. Когда человек сталкивается с задачей, выходящей за пределы его возможностей, у него появляется выбор: либо признать неудачу (что вызывает сильный стресс и аффективные реакции), либо изменить восприятие ситуации (что помогает временно избежать фрустрации).

Психолог также отмечает, что эти механизмы наблюдаются не только в лабораторных экспериментах, но и в реальной жизни. Например, если человек не может добиться карьерного роста, он может компенсировать это чрезмерным вниманием к хобби или социальному статусу.

В главе также анализируется, как люди могут переходить от одного типа решений к другому: сначала они пробуют реальные стратегии, следуя инструкциям; затем, столкнувшись с неудачей, переходят к ирреальным решениям; если ирреальное решение оказывается неудовлетворительным, они могут переключиться на замещающие решения. Этот процесс можно представить как «спираль фрустрации», где каждое новое решение даёт временное облегчение, но не ведёт к настоящему решению задачи.

Глава VI. Барьеры и их влияние на цель

В шестой главе диссертации автор анализирует, как психологические препятствия (барьеры) влияют на направление действий участников и их поведенческие реакции в условиях фрустрации.

Исследователь продолжает развивать концепцию топологии ситуации, описанную в третьей главе, но теперь делает акцент на том, как барьеры формируют вектор усилий испытуемых, изменяя их поведение и эмоциональные реакции.

Тамара Дембо выделяет два основных типа барьеров:

1. Внутренний барьер (Innenbarriere) – препятствия, возникающие непосредственно внутри задания. Например, сложность попадания кольцом на бутылку в эксперименте с метанием колец.

2. Внешний барьер (Außenbarriere) – ограничения, создаваемые окружением. Например, запрет выходить за пределы квадрата в тесте с цветком.

Эти барьеры оказывают разное влияние на участников эксперимента: внутренние барьеры вызывают попытки борьбы и усиленную концентрацию; внешние барьеры чаще провоцируют уход от задачи или смену стратегии.

Когда респонденты сталкиваются с внутренним барьером, их поведение проходит через несколько стадий:

1. Осознание препятствия – человек понимает, что его действия не приводят к успеху.
2. Попытки преодоления – увеличение усилий, проба разных стратегий.
3. Фрустрация – если барьер не удаётся преодолеть, возникает раздражение и агрессия.
4. Принятие невозможности решения – респондент либо переключается на другие методы, либо испытывает эмоциональный кризис.

Некоторые респонденты настолько фокусируются на барьере, что он начинает доминировать над всей ситуацией. Это проявляется в: постоянных повторях неэффективных действий; эмоциональном заикливании на препятствии, а не на возможных альтернативах; состоянии «запертого мышления», когда человек не видит других путей решения задачи.

Интересно, что некоторые, наоборот, воспринимают барьер как вызов, что увеличивает их мотивацию к достижению цели.

Внешние барьеры действуют иначе, чем внутренние. Они чаще вызывают отказ от участия (люди хотят уйти из эксперимента), провоцируют конфликт с экспериментатором (некоторые начинают воспринимать его как источник проблемы), могут усиливать раздражение, особенно если воспринимаются как несправедливые.

Дембо отмечает, что в ситуациях, когда респонденты не могут ни преодолеть барьер, ни уйти, они испытывают максимальный уровень стресса.

Одним из интересных наблюдений Дембо является роль надежды в преодолении барьеров. Если испытуемый считает, что у него есть хотя бы небольшой шанс на успех, он будет продолжать попытки, даже если задача объективно невыполнима.

Феномен надежды проявляется в повторных попытках, несмотря на серию неудач, поиске новых стратегий и изменении восприятия ситуации – человек начинает видеть возможности там, где их нет. Если же надежда полностью исчезает, респондент либо отказывается от задачи, либо проявляет агрессию.

Глава VII. Уход из поля

Механизмы, с помощью которых респонденты пытаются избежать стрессовой или фрустрирующей ситуации, отказываясь от задачи

или переключаясь на другие виды активности, исследуются Тамарой Дембо в данной главе. Автор сосредотачивается на явлении ухода от проблемной ситуации – как физически, так и психологически.

Дембо выделяет три основные формы ухода из поля (Aus-dem-Felde-Gehen):

1. Одномomentный уход (momentweises Aus-dem-Felde-Sein): респондент кратковременно отвлекается (смотрит в сторону, размышляет на постороннюю тему, произвольно жестикулирует), но быстро возвращается к задаче.

2. Временный уход (zeitweiliges Aus-dem-Felde-Sein): участник эксперимента на некоторое время переключается на другую деятельность (играет с предметами, листает журнал, разговаривает с экспериментатором).

3. Полный уход (dauerndes Aus-dem-Felde-Sein): человек полностью выходит из эксперимента; это случается редко, так как люди часто чувствуют социальное давление – продолжать эксперимент.

Респонденты используют различные тактики, чтобы временно выйти из ситуации:

1. Отвлечение внимания – они начинают рассматривать окружающие предметы, думать о чем-то другом.

2. Создание альтернативной деятельности – начинают обсуждать сторонние темы с экспериментатором.

3. Физическое дистанцирование – отходят от экспериментального места, смотрят в окно или двигаются в пространстве.

Исследователь в ходе эксперимента замечает, что уход из поля чаще всего направлен в сторону внешнего барьера. Однако он редко бывает успешным, так как экспериментатор не разрешает респондентам отменить задачу. В результате возникает конфликт: испытуемый хочет уйти, но вынужден оставаться, что приводит к усилению стресса.

В отличие от этого, уход во внутреннее альтернативное поле (например, мысленное отключение от задачи) проходит менее заметно и не вызывает открытого конфликта.

Глава VIII. Респондент и исследователь

В диссертационном исследовании анализируется также социальная динамика между участником эксперимента (Versuchsperson) и ведущим исследования (Versuchsleiter). Автор рассматривает, как взаимодействие между ними влияет на эмоциональные реакции респондента, особенно в ситуациях фрустрации и гнева.

Автора интересует вопрос, каким образом экспериментатор может восприниматься респондентом в разных ролях и как это влияет на поведение второго в ходе эксперимента.

Дембо выделяет несколько различных ролей, которые экспериментатор может занимать в сознании испытуемых.

1. Помощник в решении задачи – экспериментатор воспринимается как союзник, способный помочь в достижении цели.

2. Опытный наставник – экспериментатор считается человеком, лучше знающим, как выполнить задачу.

3. Препятствие (внутренний барьер) – экспериментатор может восприниматься как источник ограничений, мешающих достижению цели.

4. Физический барьер – если респондент хочет покинуть эксперимент, экспериментатор может восприниматься как ограничение свободы.

5. Инструмент для достижения цели – в некоторых случаях респонденты пытались вовлечь экспериментатора в выполнение задания (например, просили его помочь взять предмет).

6. Способ выйти из ситуации – участники могут использовать экспериментатора, чтобы переключить внимание и избежать задачи.

7. Раздражающий фактор (враг) – в ситуации крайней фрустрации респондент может начать воспринимать экспериментатора как противника.

Этот анализ показывает, что отношение участника к экспериментатору не остаётся статичным и может меняться в зависимости от ситуации.

Исследователь отмечает, что до начала эксперимента между экспериментатором и респондентом устанавливаются определённые социальные отношения. Например, если участник – студент, участвующий в эксперименте по личному приглашению, он может чувствовать себя обязанным экспериментатору. Студенты-психологи, которые сами проводили эксперименты, часто проявляют профессиональный интерес, но при этом осознают свою зависимость от экспериментатора. У других участников доминирует чувство любопытства.

До того, как респондент получает задачу, его отношение к экспериментатору обычно нейтрально или даже положительно. Однако после постановки задачи и появления первых трудностей эта динамика способна резко измениться.

Экспериментатор может оказывать влияние на испытуемого различными способами:

1. Пассивное наблюдение – если экспериментатор молча наблюдает, участники могут воспринимать его как «контролирующего» и ощущать давление.
2. Косвенное вмешательство – иногда респонденты сами ищут контакт, спрашивают совета или просят разъяснить условия.
3. Прямое вмешательство – когда экспериментатор дает комментарии, которые изменяют ход действий участников.

Тамара Дембо подчёркивает, что даже отсутствие реакции со стороны экспериментатора может быть воспринято как манипуляция и вызвать у респондента раздражение. При возникновении сильной фрустрации испытуемый может перейти в состояние конфликта с экспериментатором. Этот конфликт проходит несколько стадий:

1. Начальный этап – респондент пытается найти рациональное объяснение происходящему и обращается за помощью.
2. Рост напряжения – после нескольких неудач участник начинает сомневаться в справедливости условий эксперимента.
3. Переключение на экспериментатора – испытуемый начинает видеть в нём источник проблемы.
4. Открытый конфликт – респондент может проявлять агрессивное поведение, бросать предметы или уходить из эксперимента.

Диссертант отмечает, что в реальной жизни такие конфликты могут проявляться в разных социальных ситуациях, например, между работником и начальником или между клиентом и обслуживающим персоналом.

Глава IX. Проявления аффекта

В этой главе психолог сосредотачивается на формах выражения гнева и других аффективных реакций, которые проявляются у респондентов в условиях фрустрации.

Автор рассматривает, какие поведенческие проявления характерны для состояния аффекта, как они изменяются в зависимости от ситуации и каким образом выраженность гнева может усиливаться или ослабляться в зависимости от динамики взаимодействия с экспериментатором и окружающей средой.

Тамара Дембо выделяет три основных типа аффективных выражений:

1. Чистые аффективные реакции (*Reine Affektaüßerungen*) – крик, удары по столу, топание ногой, всплескивание руками. Это спонтан-

ные реакции, не направленные на конкретную цель. Возникают, когда испытуемый ощущает сильное внутреннее напряжение, но не может его конструктивно выразить.

2. Аффективные действия (Affekthandlungen) – это действия, направленные на устранение источника раздражения такие, как удары по объекту или даже попытки разрушения препятствия. В экспериментах некоторые респонденты бросали кольца на пол или срывали цветок, когда не могли достичь цели обычными способами. Эти действия не всегда логичны – их цель не обязательно связана с решением проблемы, а скорее с разрядкой внутреннего напряжения.

3. Аффективное окрашивание поведения и речи (Affektive Tönung von Handlungen und Sprache) – испытуемый может выражать раздражение через тон речи, интонацию, резкие движения. Например, в одном из экспериментов участники начинали говорить с экспериментатором резко, требовательно, даже если до этого вели себя спокойно.

Исследователь анализирует, как аффективные реакции изменяются со временем. Она выделяет несколько фаз:

1. Начальное нарастание напряжения: испытуемый начинает осознавать трудность задачи, появляются первые признаки раздражения: ускоренные движения, нахмуренные брови, короткие резкие ответы.

2. Пик аффекта – это момент наибольшей эмоциональной реакции. Может проявляться в виде чистых аффективных реакций (крик, удары), аффективных действий (бросание предметов) или агрессии по отношению к экспериментатору.

3. Спад аффекта и переработка эмоции: после резкой эмоциональной вспышки испытуемые либо успокаиваются, либо переключаются на другие действия. Некоторые испытуемые осознают неэффективность своей реакции и возвращаются к рациональному анализу задачи.

Автор обсуждает критерии определения интенсивности гневных реакций. Она предлагает три параметра:

1. Сила выражения эмоции – насколько интенсивны внешние проявления (например, громкость голоса, резкость движений).

2. Длительность аффективной реакции – как долго респондент остаётся в состоянии раздражения.

3. Степень потери контроля – насколько действия участника становятся импульсивными и нерациональными.

Интересно, что Дембо отмечает: чистые аффективные реакции могут быть как при очень сильном гневе, так и при относительно слабом раздражении. В промежуточных случаях испытуемые чаще склонны к более сложным реакциям таким, как аффективные действия или изменение тона речи.

Глава X. Предпосылки и динамическое значение аффективного всплеска

В десятой главе диссертации обобщаются результаты предыдущих экспериментов, и предпринимается попытка объяснить их с точки зрения фундаментальных принципов психологии. Особое внимание уделяется тому, как гнев формируется, развивается и взаимодействует с другими когнитивными и мотивационными процессами.

Психолог-исследователь выделяет два ключевых аспекта, которые предопределяют возникновение аффективного состояния:

1. Фоновая аффективность (*Bodenaffektivität*) – это общее напряжение, присутствующее в психическом поле субъекта до непосредственного гневного всплеска.

2. Дополнительное давление (*Zusatzdruck*) – специфическое событие или фактор, который служит триггером для аффективного взрыва.

Например, если респондент уже находится в напряжённом состоянии из-за сложной задачи, то даже незначительное раздражение (например, замечание экспериментатора) может привести к сильному гневу.

В предыдущих главах Дембо использовала концепцию психологических силовых полей (*Feldkräfte*), чтобы описать, как испытуемые сталкиваются с барьерами на пути к своей цели. В этой главе она развивает свою теорию, объясняя, что гнев возникает в результате противоборства двух сил: стремления к цели (позитивный вектор) и препятствия на пути к цели (негативный вектор). Чем мощнее указанные силы, тем выше вероятность возникновения аффективного взрыва.

Один из интересных выводов исследователя заключается в том, что гнев тесно связан с появлением ирреальных решений (*Irrealitätslösungen*). Когда респондент сталкивается с препятствием, которое не в силах преодолеть, его сознание может «отключаться» от реальности и предлагать нереалистичные способы решения проблемы.

Тамара Дембо утверждает, что не всякая фрустрация приводит к гневу. Существует пороговая величина раздражения, при ее превышении эмоция выходит наружу. Например, если у участника есть альтернативные стратегии решения, то он может не испытывать сильного гнева. Если же единственный путь заблокирован, а фрустрация нарастает, вероятность аффективного всплеска увеличивается.

Интересным наблюдением является то, что респонденты испытывают особенно сильный гнев, если они были очень близки к достижению цели, но в последний момент потерпели неудачу. Дембо называет это «Beinahe-Geschehen» – «почти случившееся событие».

Глава XI. Специальная топология экспериментальных примеров и случаи гнева в повседневной жизни

В последней главе диссертационного исследования психолог Тамара Дембо отмечает, что её эксперименты проводились в специфических условиях, где топология ситуации играла ключевую роль в развитии эмоций: барьеры и ограничения создавали искусственные фрустрационные ситуации, респонденты сталкивались с конфликтами между стремлением к цели и препятствиями, взаимодействие с экспериментатором также формировало дополнительные силовые поля.

Однако несмотря на специфичность лабораторных условий, автор утверждает, что выявленные закономерности имеют универсальный характер и могут быть применены к реальным жизненным ситуациям.

Дембо приводит примеры из реальной жизни, которые соответствуют её экспериментальным наблюдениям. Один из таких примеров – ситуация, когда женщина собирается выйти в свет в новом платье, но обнаруживает на нём пятно. Её положительный целевой вектор (желание надеть платье) сталкивается с барьером (пятно). Если пятно можно легко удалить, ситуация не вызывает сильного гнева. Если пятно неустранимо и препятствует достижению цели, гнев усиливается.

Этот пример, как и другие, приведённые в диссертации исследователя, демонстрирует, как универсальна модель силовых полей в объяснении эмоциональных реакций.

Заключение

Обзор диссертации Тамары Дембо позволяет сделать вывод о значительном вкладе её работы в развитие психологии эмоций. Дембо предложила новаторский подход к изучению гнева. Её экспериментальные методики выявили ключевые закономерности возникновения и развития гнева в условиях фрустрации.

Одним из важнейших достижений Дембо является разработка концепции топологии ситуации, которая объясняет, как барьеры и препятствия формируют эмоциональные реакции. Её анализ силовых полей, влияющих на поведение человека, и описание динамики гнева, включая стадии его развития и проявления, остаются актуальными и сегодня. Дембо показала, что гнев не является мгновенной реакцией, а развивается постепенно, проходя через несколько стадий – от первых попыток справиться с задачей до аффективного взрыва.

Особое внимание в работе Дембо уделяется роли экспериментатора и социального взаимодействия в формировании эмоциональных реакций. Она подчеркивает, что гнев может быть направлен не только на обстоятельства, но и на окружающих людей, что делает её исследование особенно важным для понимания социальной динамики эмоций.

Кроме того Дембо выделяет различные стратегии, которые люди используют для преодоления фрустрации, включая реальные, ирреальные и замещающие решения. Эти наблюдения имеют широкое применение не только в лабораторных условиях, но и в реальной жизни, где люди часто сталкиваются с ситуациями, требующими адаптации и поиска альтернативных путей решения проблем.

В заключение можно сказать, что работа Тамары Дембо представляет собой важный этап в развитии психологии эмоций. Её подход к изучению гнева как динамического процесса, её экспериментальные методики и теоретические выводы остаются актуальными и продолжают вдохновлять современных исследователей. Диссертация Дембо не только углубляет наше понимание природы гнева, но и предлагает практические инструменты для анализа эмоциональных реакций в различных контекстах, что делает её значимым вкладом в психологическую науку.

Благодарность

Статья выполнена в рамках госзадания, FNRE-2024-0016 «Психологические эффекты цифровизации образовательной среды: возможности когнитивного и личностного развития и риски социализации».

Литература

Dembo, T. Der Ärger als dynamisches Problem // Psychologische Forschung. 1931. Bd. 15. No. 1/2. P. 1–144.

Сведения об авторе

Наталья И. Юрченко, магистр психологии, Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований (Психологический институт), Москва, Россия; 125009, Россия, Москва, ул. Моховая, д. 9, стр. 4; *yurchenko_natalya@icloud.com*

Yurchenko N.I.

Review of the Dembo's dissertation «Der Ärger als dynamisches Problem»

*Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research
(Psychological Institute), Moscow, Russia*

A review is provided of the dissertation by the American psychologist Tamara Dembo, titled “Der Ärger als dynamisches Problem” (“Anger as a Dynamic Problem”). Dembo proposes a new approach to the study of emotions, viewing them not as static phenomena but as processes dependent on situational factors and internal psychological mechanisms. The work analyzes experimental studies conducted between 1925 and 1928, which examined participants’ reactions to artificially created situations designed to provoke irritation and anger. Particular attention is given to the methodologies of “Ring Tossing” and the “Flower Experiment”, which demonstrate how anger develops gradually in response to obstacles in achieving a goal.

Dembo identifies several stages in the development of anger: from initial attempts to complete a task to affective reactions such as throwing objects or leaving the room. She also employs the concept of situational topology, analyzing emotional reactions through the lens of force fields that include the goal, internal and external barriers, and tension. These elements shape human behavior, and if an obstacle cannot be overcome, tension accumulates, potentially leading to an emotional outburst.

The work also explores various types of reactions to frustration, including real, unrealistic, and substitute solutions. Dembo emphasizes that emotional reactions depend on multiple factors, including the perception of obstacles and the role of the experimenter. She notes that under conditions of strong frustration, participants may transfer their irritation to the experimenter, leading to conflicts.

Although the experiments were conducted in laboratory settings, Dembo argues that the identified patterns are universal and can be applied to real-life situations. Her work represents a significant contribution to understanding the mechanisms underlying the emergence and development of emotional reactions, as well as their impact on human behavior.

Key words: anger, frustration, emotions, topological psychology, experimental research

For citation: Yurchenko, N.I. (2025). Review of the Dembo's dissertation «Der Ärger als dynamisches Problem», New Psychological Research, No. 1, 275–292. DOI: 10.51217/npsyresearch_2025_05_01_13

Acknowledgment

The article was prepared within a state task, project FNRE-2024-0016 “Psychological effects of digitalization of the educational environment: opportunities for cognitive and personal development and socialization risks”.

References

Dembo, T. (1931). Der Ärger als dynamisches Problem. Psychologische Forschung, 15(1/2), 1–144.

Information about the author

Natalya I. Yurchenko, Master of Psychology, Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research (Psychological Institute), Moscow, Russia; bld. 9–4, Mokhovaya str., Moscow, Russia, 125009; *yurchenko_natalya@icloud.com*