

Эмоциональное благополучие и общительность: кросскультурный аспект

А.А. Горбатков

кандидат психологических наук, доцент университета им. Яна Кохановского Кельце, Польша

В работе сформулирована гипотеза об отрицательной связи между эмоциональным благополучием индивида и его общительностью, как вероятной в обществах с негативно-асимметричной эмоционально-экспрессивной нормативной системой коммуникации. В проведенном в Польше исследовании получены данные в пользу указанной гипотезы. Кроме того, получены данные о том, что связь эта касается прежде всего позитивных эмоций, наличие которых может склонять индивида к ограничению общения.

Ключевые слова: позитивно-негативный баланс эмоций, позитивные и негативные эмоции, эмоциональное благополучие, общительность.

В ряде исследований найдена прямая корреляция между эмоциональным благополучием индивида (соотношением позитивных и негативных эмоций в структуре доминирующих в его жизни переживаний) и общительностью [13, 22 и др.]. Обнаружена также прямая связь между эмоциональным благополучием и экстраверсией [10, 11, 29 и др.], ведущим компонентом которой в наиболее распространенных методиках ее измерения, таких, например, как соответствующие шкалы опросника EPQ-R Г. Айзенка или методик измерения «большой пятерки», является та же общительность (см., напр., [10, 16, 21, 26]). Показано при этом, что зависимость между рассматриваемыми переменными обнаруживает межкультурные различия. В «индивидуалистических» культурах эта связь является более сильной, чем в культурах «коллективистических» [18, 25]. Последний факт и является для нас предметом интереса в рамках настоящей статьи. Интересует он нас здесь, однако, не в плане влияния общительности на эмоции (традиционно рассматриваемое направление влияния между переменными), а в обратном плане — влияния эмоций на общительность.

Обычно корреляция между позитивно-негативным эмоциональным балансом и общительностью рассматривается в рамках поиска ответа на вопрос: «кто имеет более благоприятный баланс эмоций — общительные или необщительные люди?». Из вышеприведенных данных о позитивности этой корреляция делается заключение о том, что люди с относительно высоким уровнем общительности/экстравертности в поведении существенно чаще и сильнее переживают положительные эмоции, а также реже и слабее переживают отрицательные, чем те, кто имеет сравнительно низкий уровень общительности/экстравертности. Иначе говоря, первые, согласно такому ходу мысли, более позитивно-эмоциональны,

более эмоционально благополучны, более счастливы (если счастье сводить к эмоциям), чем вторые [16, 17, 18, 28].

Не менее интересным представляется ход мысли и в обратном направлении, т.е. рассуждение в рамках поиска ответа на вопрос: «кто более общителен — счастливые или несчастные, эмоционально благополучные или неблагополучные люди?» (см., напр., [5, 6]). Особенно это касается кросскультурной проблематики. В качестве одного из объяснений получаемых в исследованиях корреляционных связей можно предложить следующее. В большинстве стран «индивидуалистической» культуры (прежде всего — это «западные» сообщества, особенно США, где проводится большинство исследований эмоционального благополучия) нормой считается — в общении делиться не столько горестями, сколько радостями, не столько страхами, сколько надеждами, не столько жаловаться на неудачи, сколько рекламировать успехи. Такая эмоционально-экспрессивная нормативная система коммуникации (ее можно назвать позитивно-асимметричной) может быть причиной того, что более счастливые, оптимистичные люди имеют меньше нормативных препятствий для реализации потребности в общении и могут в относительно большей степени стремиться к нему, чем те, кто несчастлив и пессимистичен, что до известной степени способно модифицировать в соответствующих направлениях уровень общительности и тех и других. Культурам «коллективистическим», где часто встречается противоположная «традиция», где норма нередко предписывает делиться не столько положительными, сколько отрицательными переживаниями (такую эмоционально-экспрессивную нормативную систему можно назвать негативно-асимметричной), может быть свойственно менее выраженное позитивное влияние эмоционального благополучия (или да-

же его негативное влияние) на общительность, в таких сообществах можно предположить более слабую прямую, как это было показано в вышеупомянутых исследованиях [18, 25], или даже обратную связь между степенью позитивности аффективного баланса и склонностью к общению.

Есть, например, основания полагать, что в российском обществе, где можно найти что-то вроде негативно-асимметричной коммуникативной ментальности (см., напр., [3])* , вероятным является обнаружение отрицательного влияния позитивных эмоций и положительного (или менее сильного отрицательного) влияния негативных эмоций на общительность. Некоторые зависимости такого рода были выявлены в работе О.П. Санниковой [6], например, факт, что лица с негативным балансом эмоций (доминирование страха и печали) обнаружили заметно более высокие относительные показатели инициативности в общении, чем лица с позитивным эмоциональным балансом (доминирование радости) [6]. Однако неоднозначность полученных данных и их несогласованность с результатами другого исследования [5] (см. также [4]), проведенного с помощью иного методического арсенала, требует дальнейших усилий в этом направлении.

Наряду с прямой корреляцией позитивно-негативного эмоционального баланса с общительностью вторым интересным фактом, обычно обнаруживаемым при изучении «западных» популяций, является несимметричность связей этой переменной с двумя первичными составляющими эмоционального благополучия, а именно эмоциями позитивными и негативными, в последние десятилетия все чаще интерпретируемыми как переменные, относительно независимые одна от другой. В рамках такого подхода обычно рассматриваются *две пары базовых измерений аффективной сферы*: позитивные (P) и негативные (N) эмоции, а также вторая пара измерений — эмоциональный баланс ($P-N$)** и интегральная величина эмоций, или общая эмоциональная активация ($P+N$) (см., напр.: [2, 13, 14]). Указанная несимметричность связей проявляется в том, что прямая корреляция позитивных эмоций с общительностью и экстраверсией является значительно более сильной (по абсолютной величине), чем обратная корреляция негативных эмоций с этими переменными [13, 29 и др.]. Причем в случае экстраверсии такая прямая связь оказалась настолько тесной, что некоторые авторы предложили считать содержанием этой черты личности не столько общительность, сколько позитивную эмоциональность [24]. Другие авторы показали, что это предложение является некоторым преувеличением, получив данные о том, что несмотря на тесную корреляцию с позитивной эмоциональностью, веду-

щим компонентом экстраверсии является все же общительность [11].

Такое соотношение связей двух различающихся по знаку аспектов эмоциональной сферы с общительностью может означать, что в общении не столько отрицательные эмоции выступают в качестве негативного его содержания (того, что стараются не выражать, иногда даже отказываясь от общения), сколько положительные эмоции выступают в качестве его позитивного содержания (того, что стремятся выразить, увеличивая также объем общения). Вероятно, в указанных обществах норма не столько ограничивает экспрессию негативных эмоций, сколько стимулирует экспрессию позитивных. Быть может, и в случае этого явления общества с позитивно- и негативно-асимметричными эмоционально-экспрессивными нормативными системами коммуникации обнаружили бы их различие.

Итак, наша гипотеза заключается в том, что в культурах с негативно-асимметричной «традицией» общения в сообществах с более выраженным нормативным предписанием развернутой экспрессии отрицательных эмоций, чем положительных, должно обнаружиться влияние эмоциональных переменных на общительность, отличающееся по своим характеристикам от картины зависимостей, получаемых в культурах-антиподах. Характер предложенной гипотезы заставляет ожидать указанного своеобразия аффективно-коммуникативных связей прежде всего в популяциях, которым свойственны два следующих признака: 1) большой вес в системе активности именно процесса общения и прежде всего его экспрессивных компонентов при относительно меньшем весе результатов; 2) относительное доминирование группового влияния «стандартизирующего» типа на индивида (требование «быть как все») над поощрением индивидуации, преобладание нормативной регуляции активности индивида в группе над самодетерминацией (самоопределением, самостоятельностью, независимостью). Такими являются, например, популяции подростков, где, согласно достаточно хорошо обоснованным и популярным в среде специалистов взглядам (напр., [8]; [9]), именно общение (со сверстниками) является одной из доминирующих форм активности, выполняет функции одного из ведущих видов деятельности, а ориентация на групповую норму имеет тенденцию относительного преобладания над ориентацией на индивидуализированные ценности, «мы» имеет относительно большее значение, чем «я».

Одним из возможных мест проверки сформулированной таким образом гипотезы является Польша, где мы и провели свое исследование, которое рассматриваем как имеющее предварительный и поисковый характер. По мнению некоторых авторов, ментальность жителей Польши следует считать скорее

* Так, о российской норме «скромности» или встречающейся нередко боязни «сглаза» в экспрессии успехов и радостей достаточно хорошо известно не только в самой России, но и за ее пределами (см. [28]).

** Эта переменная обычно рассматривается в качестве основного элемента в структуре эмоционального благополучия индивида (см., напр., [18]).

коллективистической, чем индивидуалистической [20, 23] — факт, имеющий, судя по вышеприведенным данным [18, 25], существенное (хотя и косвенное) отношение к нашей гипотезе. Более прямое отношение к предмету работы имеет то, что в польском обществе, по данным ряда исследователей (см., напр., [17, 27, 30]), доминирующая норма предписывает делиться не столько радостями, сколько горестями, не столько надеждами, сколько тревогами. Жалобы на неудачи здесь обычная вещь, тогда как от рекламы своих успехов («хвастовства») принято воздерживаться («скромность»). Предлагаются убедительные соображения в пользу того, что именно такой способ общения достаточно успешно служит формированию и поддержанию отношений между членами данного общества [27, 30]. Можно думать, что в такой нормативной ситуации несчастливые люди могут относительно чаще «позволять» себе общение, чем счастливые, из чего, в свою очередь, следует возможность обнаружения более слабого положительного или даже отрицательного влияния позитивного баланса эмоциональных переживаний человека на его общительность.

Определенную роль в этом могут играть также особенности эмоциональности поляков, о которых (предположительно и с осторожностью — имеющих данные слишком мало, чтобы делать решительные заключения) можно судить по результатам двух следующих проведенных в Польше исследований. В первом из них [19] в течение 100 дней испытуемые-студенты оценивали свое «текущее» настроение в сравнении с обычным. Обработка данных показала, что почти у всех участников эксперимента средняя оценка «текущего» настроения была значимо ниже оценки настроения обычного. Иначе говоря, настроение большинства испытуемых в каждый данный момент (по их оценке) было хуже, чем то, которое они считали для себя типичным, проявляя тем самым что-то вроде негативного смещения (см. [2]). Данный результат противоположен тому, который был получен в исследовании, выполненном несколько десятилетий назад в США: американские студенты оценивали свое настроение в каждый данный момент как более хорошее по сравнению с обычным (см. [19]). Второе исследование (упрощенный вариант первого — респонденты отвечали только на один вопрос, касавшийся текущего момента) было проведено на репрезентативной выборке взрослых поляков [30]. Результаты оказались менее яркими, но тенденция была такой же.

Методика

Измерительный инструментарий. Позитивные и негативные эмоции (первичная пара измере-

ний аффективной сферы) в нашем исследовании были репрезентированы, соответственно, эмоциями надежды/оптимизма и безнадежности/пессимизма; рассчитывались также баланс этих переменных и их интегральная величина (вторичная пара измерений). Указанные аффективные переменные измерялись с помощью польской адаптации шкалы VHS А. Бека в ее двухмерной версии [1]. Эта версия шкалы содержит 20 утверждений со следующим форматом ответов: «решительно нет — скорее нет — скорее да — решительно да». Одиннадцать утверждений касаются измерения безнадежности/пессимизма (например, «будущее кажется мне мрачным»), остальные девять — измерения надежды/оптимизма (например, «я смотрю в будущее с надеждой и оптимизмом»). Данные конфирматорного факторного анализа, которому были подвергнуты показатели шкалы вместе с показателями ряда других «эмоциональных» методик, показали удовлетворительную способность измеряемых ею эмоций репрезентировать позитивную и негативную составляющие эмоциональной сферы [1, см. также 3]. Учитывалось и то, что некоторые авторы включают такого рода эмоции в число базовых [15]. Разность показателей надежды/оптимизма и безнадежности/пессимизма рассматривалась как показатель позитивно-негативного баланса эмоций (ПНБ), а сумма — как показатель их интегральной величины (ПНИ). Общительность измерялась с помощью шкалы «А» личностного опросника HSPQ Р. Кеттелла для подростков, содержащего факторы, во многом похожие на те, которые содержит широко известная 16-факторная версия для взрослых [7].

Выборка. В исследуемую выборку были включены 119 школьников седьмых-восьмых классов, в том числе 58 девочек и 61 мальчик.

Статистическая обработка. Для обработки полученных данных использовался многомерный регрессионный анализ, что объясняется характером нашей гипотезы о негативном влиянии эмоционального баланса на общительность, в которой обозначены независимая (эмоции) и зависимая (коммуникативность) переменные. Вторая причина обращения к этому методу — использование более одной независимой переменной, а именно двух комплементарных пар аффективных измерений.

Результаты и их обсуждение*

Уравнение множественной регрессии, рассчитанное для измерений баланса надежды-безнадежности и интегральной величины этих эмоций, выглядит следующим образом: $Общительность = 18,46 - 0,21ПНБ - 0,17ПНИ$; $R = 0,25$; $F(2,116) = 3,84$; $p < 0,02$. Как можно видеть, эмоциональный баланс отрицательно влияет на

* Ниже используются следующие обозначения: П — позитивные эмоции; Н — негативные эмоции; ПНБ — эмоциональный баланс; ПНИ — интегральная величина эмоций; R — стандартизированный коэффициент регрессии; Бета — коэффициент Бета в уравнении регрессии; t — тест Стьюдента; F — тест F; p — статистическая значимость.

общительность ($Beta = -0,21; t(116) = 2,30; p < 0,02$). Иначе говоря, доминирование надежды/оптимизма в структуре эмоциональной сферы имеет тенденцию мешать индивиду быть общительным, доминирование же безнадежности/пессимизма, скорее, помогает реализовать эту черту. Что касается интегральной величины эмоций (общий уровень эмоциональной активации в границах измеренных переживаний), то она выказала только некоторый «намека» (значимость оказалась лишь маргинальной: $Beta = -0,17; t(116) = 1,85; p < 0,07$) на тенденцию снижать общительность, который интересно было бы проверить в последующих исследованиях. Первая из этих двух зависимостей может означать, что оптимисты являются менее общительными, чем индивиды, менее склонные к оптимизму и/или то, что пессимисты являются более общительными, чем индивиды, менее склонные к пессимизму. Ответить на вопрос о том, какой из этих вариантов в большей степени соответствует действительности, можно, рассмотрев уравнение множественной регрессии для надежды/оптимизма и безнадежности/пессимизма как отдельных измерений: $Общительность = 18,46 - 0,28П - 0,07Н; R = 0,25; F(2,116) = 3,84; p < 0,02$. Приведенное уравнение указывает на то, что позитивные эмоции существенно влияют на общительность, снижая ее уровень ($Beta = -0,28; t(116) = 2,56; p < 0,01$). Склонность же к негативным переживаниям в обследованной группе на проявление этой черты не влияет ($Beta = -0,07; t(116) = 0,61; p = 0,54$).

Доминирующая связь с общительностью позитивных эмоций напоминает то, что, как было упомянуто выше, обычно обнаруживают в исследованиях на западе. Однако это сходство касается только абсолютной величины связи, но не ее знака. В нашем случае положительные эмоции (конкретнее, надежда/оптимизм) выступают в общении не в качестве позитивного его содержания, а скорее в качестве негативного, не в качестве того, что стремятся выразить, а, скорее, в качестве того, что стремятся не выражать, среди прочего, и путем ограничения самого общения — возможное следствие того, что в обследованной нами популяции норма не столько разрешает экспрессию негативных эмоций, сколько ограничивает экспрессию эмоций позитивных, а также того, что последнее может провоцировать переживание зависти у партнеров по общению, нарекания на которую, как нередкую реакцию окружающих, слышатся от людей, испытавших успех. Впрочем, соотношение предписывающих и запрещающих компонентов нормы, как и существенность фактора зависти, требуют, конечно, дальнейшей проверки в специальных исследованиях. Добавим также, что существенных различий по полу в измеренных зависимостях мы не обнаружили.

Заключение

В работе получены данные в пользу гипотезы о негативной зависимости общительности от степени эмоционального благополучия, как вероятной в об-

ществах с негативно-асимметричной эмоционально-экспрессивной нормативной системой коммуникации. Причем эта зависимость касается прежде всего позитивных эмоций, наличие которых может склонять индивида к ограничению общения. Негативные эмоции на общительность в нашей выборке влияния не обнаружили. Установленные связи, однако, будучи статистически значимыми, не являются впечатляюще тесными. Возможную причину этого мы видим в следующем. Одним из важных факторов, усиливающих негативные эмоции, в том числе фигурирующее в нашем исследовании чувство безнадежности/пессимизма, может быть неуспешность в общении (вследствие низкого уровня коммуникативных способностей и др.), являющаяся также фактором, способствующим ограничению его объема. Успешное же общение может быть важной причиной усиления позитивных эмоций, в том числе измерявшегося нами чувства надежды/оптимизма, способствуя также расширению объема коммуникативной активности. Одно и другое может ослаблять ожидаемую на основе предложенной нами гипотезы обратную зависимость между эмоциональным балансом и частотой общения, а в каких-то выборках, видимо, может даже сделать эту связь прямой.

Если говорить о дальнейшей разработке данной проблемной области, то, наряду со сравнением одновременно существующих культур, весьма интересным представляется сравнение культур, принадлежащих к разным историческим эпохам. Есть основания думать, что в таком кросскультурно-историческом исследовании могут быть обнаружены существенные зависимости. На это, наряду с прочим, указывают данные о нормативном статусе разных эмоций в разные исторические периоды. Так, грусть/печаль имела высокий нормативный статус в средние века, что — по мере движения к современности — постепенно менялось в направлении требования «держаться в руках» [12]. А при движении объекта исследования от макрокультурных образований к образованиям меньшего масштаба можно, например, рассчитывать на любопытные результаты при изучении межклассовых различий, если, обращаясь к той же грусти/печали, учесть требование «воздерживаться от слез», более выраженное в высших, чем в низших классах общества [12]. Сходные различия могут быть обнаружены при сравнении культур мужчин и женщин («мужчины не плачут»), детей и взрослых («взрослые не плачут») [12]. Однако во всех такого рода случаях нужно не забывать об относительной взаимной независимости позитивных и негативных эмоций, выступающих как отдельные измерения эмоциональной сферы, из чего следует необходимость брать в расчет и одни, и другие одновременно. Так, если детям нормы в большей степени, чем взрослым, разрешают не только «плакать», но и «смеяться», то никаких различий в позитивно-негативной экспрессивной асимметрии между ними исследователь может не обнаружить, а заметит различия в

экспрессии одного из вторичных измерений, а именно интегральной величины эмоций (общей эмоциональной активации) с соответствующими следствиями для процесса общения. То же касается различий по полу.

Если же говорить об *углублении* исследовательских подходов, то одним из перспективных направлений последующей разработки данной проблемной области представляется изучение аффективно-коммуникативных зависимостей как опосредованных включенностью коммуникантов в деятельность, относительно которой общение выполняет инструментальные или/и «самоценные» функции в разном их соотношении. Богатая деятельностная традиция, которая сформировалась при изучении коммуникатив-

но-групповых аспектов активности человека в отечественной науке (работы школы А.В. Петровского и др.), а также известные и набравшие силу в последние десятилетия концепции, дифференцирующие содержание деятельности и ее контекст, направленность на процесс и направленность на результат деятельности, внутреннюю и внешнюю мотивацию и связывающие каждую из этих деятельностных дихотомий с позитивными и негативными эмоциями (работы М. Аптера, Э. Деси, Т. Кассера, Р. Райана, Ф. Херцберга и др.), дают основание рассчитывать, что такой подход способен помочь лучше понять природу различий между разными формами влияния эмоций на общительность, в том числе различий междукультурных.

Литература

1. Горбатков А.А. Шкала надежды и безнадежности для подростков: некоторые аспекты валидности // Психологическая наука и образование. 2002. № 3.
2. Горбатков А.А. Является ли эмоционально-оценочная сфера негативно-асимметричной? // Вопросы психологии. 2006. № 4.
3. Джидарьян И.А. Представление о счастье в российском менталитете. СПб., 2001.
4. Переверзева И.А. Проявление индивидуальных различий по эмоциональности в функции контроля за эмоциональной экспрессией // Вопросы психологии. 1989. № 1.
5. Санникова О.П. Соотношение устойчивых индивидуально-типических особенностей эмоциональности и общительности // Вопросы психологии. 1982. № 2.
6. Санникова О.П. Эмоциональность и регуляция активности общения // Вопросы психологии. 1984. № 3.
7. Шмелев А.Г. Психодиагностика черт // Общая психодиагностика / Под ред. А.А. Бодалёва и В.В. Столина. СПб., 2000.
8. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. М., 1989.
9. Эрикссон Э.Г. Детство и общество. СПб., 2000.
10. Argyle M., Lu L. The happiness of extraverts // Personality and Individual Differences. 1990. V. 11.
11. Ashton C.M., Lee K., Paunonen S.V. What Is the Central Feature of Extraversion? Social Attention Versus Reward Sensitivity // Journal of personality and social psychology. 2002. V. 83 (1).
12. Barr-Zisowitz C. «Smutek» — czy istnieje takie zjawisko? // Psychologia emocji / Eds. M. Lewis, J.M. Haviland-Jones. Gdansk: GWP. 2005.
13. Bradburn N.M. The structure of psychological well-being. Chicago, 1969.
14. Cacioppo J.T., Larsen, J.T., Smith N.K., Berntson G.G. The affect system: What lurks below the surface of feelings? // Feelings and emotions: The Amsterdam conference / Eds. A.S.R. Manstead, N.H. Frijda, A.H. Fischer. N.Y. Cambridge, university press. 2004.
15. Cornelius R.R. The science of emotion: research and tradition in the psychology of emotion. L., 1996.
16. Costa P.T. Jr., McCrae R.R. Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people // Journal of personality and social psychology. 1980. V. 38.
17. Czapinski J. Psychologia szczescia. Warszawa, 1994.
18. Diener E., Lucas R.E., Oishi S. Dobrostan psychiczny. Nauka o szczesciu i zadowoleniu z zycia // Psychologia pozytywna: nauka o szczesciu, zdrowiu, sile i cnotach czlowieka / Ed. J. Czapinski. Warszawa, 2004.
19. Dolinski D. The mystery of the Polish soul: B. W. Johnson's effect a rebours // European Journal of Social Psychology. 1996, V. 26 (6).
20. Dolinski D. Psychologiczne mechanizmy reklamy. Gdansk, 2003.
21. Eysenck H.J. Teoria osobowosci w ujeciu cech // Psychologia roznic indywidualnych / Eds. S.E. Hampson, A.M. Colman. Poznan, 2000.
22. Gotlib I.H., Asarnow R.F. Interpersonal and impersonal problem-solving skills in mildly and clinically depressed university students // Journal of counseling and clinical psychology. 1979. V. 47.
23. Hofstede G. Kultury i organizacje: zaprogramowanie umyslu. Warszawa, 2007.
24. Lucas R.E., Diener E., Grob A., Suh F.M., Shao L. Cross-cultural evidence for the fundamental features of Extraversion // Journal of Personality and Social Psychology. 2000. V. 79.
25. Lucas R.E., Fujita F. Factors influencing the relation between extraversion and pleasant affect // Journal of Personality and Social Psychology. 2000. V. 79.
26. Strelau J. Psychologia roznic indywidualnych. Warszawa, 2002.
27. Szymkow A., Wojciszke B., Baryla W. Psychologiczne funkcje narzekania // Czasopismo Psychologiczne. 2003. V. 9 (1).
28. Triandis H.C. Kultura a subiektywny dobrostan // Psychologia pozytywna: nauka o szczesciu, zdrowiu, sile i cnotach czlowieka / Ed. J. Czapinski. Warszawa, 2004.
29. Watson D., Clark L.A. Extraversion and its positive emotional core // Handbook of personality psychology / Eds. R. Hogan, J. Johnson, S. Briggs. San Diego, 1997.
30. Wojciszke B., Baryla W. Kultura narzekania i jej psychologiczne konsekwencje // Zmiany publicznych zwyczajow jezykowych / Eds. J. Bralczyk, K. Mosiolek-Klosinska. Warszawa, 2001.

Emotional well-being and sociability: crosscultural aspect

A.A. Gorbatkov

PhD, lecturer, I.K.Kielce University, Poland

This work presents a hypothesis about negative correlation between individual's emotional well-being and his/her sociability, as possible in societies with negatively-asymmetrical emotional-expressive normative communication system. This hypothesis was supported by research carried out in Poland. Moreover, study shows that this relation concerns firstly positive emotions. Having positive emotions may lead an individual to limited communication.

Key words: positive-negative emotions balance, positive and negative emotions, emotional well-being, sociability.

References

1. *Gorbatkov A.A.* Shkala nadezhdy i beznadezhnosti dlya podrostkov: nekotorye aspekty validnosti // *Psichologicheskaya nauka i obrazovanie*. 2002. № 3.
2. *Gorbatkov A.A.* Yavlyaetsya li emocional'no-ocenochnaya sfera negativno-asimmetrichnoi? // *Voprosy psichologii*. 2006. № 4.
3. *Dzhidar'yan I.A.* Predstavlenie o schast'e v rossiiskom mentalitete. SPb., 2001.
4. *Pereverzeva I.A.* Proyavlenie individual'nyh razlichii po emocional'nosti v funkcii kontrolya za emocional'noi ekspressei // *Voprosy psichologii*. 1989. № 1.
5. *Sannikova O.P.* Sootnoshenie ustoychivyyh individual'notipicheskikh osobennostei emocional'nosti i obshitel'nosti // *Voprosy psichologii*, 1982. № 2.
6. *Sannikova O.P.* Emocional'nost' i regulyaciya aktivnosti obsheniya // *Voprosy psichologii*. 1984. № 3.
7. *Shmelev A.G.* *Psihodiagnostika chert* // *Obshaya psihodiagnostika* / Pod red. A.A. Bodaleva i V.V. Stolina. SPb., 2000.
8. *El'konin D.B.* *Izbrannyye psihologicheskie trudy*. M., 1989.
9. *Erikson E.G.* *Detstvo i obshestvo*. SPb., 2000.
10. *Argyle M., Lu L.* The happiness of extraverts // *Personality and Individual Differences*. 1990. V. 11.
11. *Ashton C.M., Lee K., Paunonen S.V.* What Is the Central Feature of Extraversion? Social Attention Versus Reward Sensitivity // *Journal of personality and social psychology*. 2002. V. 83 (1).
12. *Barr-Zisowitz C.* «Smutek» — czy istnieje takie zjawisko? // *Psychologia emocji* / Eds. M. Lewis, J.M. Haviland-Jones. Gdansk: GWP. 2005.
13. *Bradburn N.M.* *The structure of psychological well-being*. Chicago, 1969.
14. *Cacioppo J.T., Larsen, J.T., Smith N.K., Berntson G.G.* The affect system: What lurks below the surface of feelings? // *Feelings and emotions: The Amsterdam conference* / Eds. A.S.R. Manstead, N.H. Frijda, A.H. Fischer. N.Y. Cambridge, university press. 2004.
15. *Cornelius R.R.* *The science of emotion: research and tradition in the psychology of emotion*. L., 1996.
16. *Costa P.T. Jr., McCrae R.R.* Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people // *Journal of personality and social psychology*. 1980. V. 38.
17. *Czapinski J.* *Psychologia szczescia*. Warszawa, 1994.
18. *Diener E., Lucas R.E., Oishi S.* *Dobrostan psychiczny. Nauka o szczesciu i zadowoleniu z zycia* // *Psychologia pozytywna: nauka o szczesciu, zdrowiu, sile i cnotach czlowieka* / Ed. J. Czapinski. Warszawa, 2004.
19. *Dolinski D.* The mystery of the Polish soul: B. W. Johnson's effect a rebours // *European Journal of Social Psychology*. 1996, V. 26 (6).
20. *Dolinski D.* *Psychologiczne mechanizmy reklamy*. Gdansk, 2003.
21. *Eysenck H.J.* *Teoria osobowosci w ujeciu cech* // *Psychologia roznic indywidualnych* / Eds. S.E. Hampson, A.M. Colman. Poznan, 2000.
22. *Gotlib I.H., Asarnow R.F.* Interpersonal and impersonal problem-solving skills in mildly and clinically depressed university students // *Journal of counseling and clinical psychology*. 1979. V. 47.
23. *Hofstede G.* *Kultury i organizacje: zaprogramowanie umyslu*. Warszawa, 2007.
24. *Lucas R.E., Diener E., Grob A., Suh F.M., Shao L.* Cross-cultural evidence for the fundamental features of Extraversion // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2000. V. 79.
25. *Lucas R.E., Fujita F.* Factors influencing the relation between extraversion and pleasant affect // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2000. V. 79.
26. *Strelau J.* *Psychologia roznic indywidualnych*. Warszawa, 2002.
27. *Szymkow A., Wojciszke B., Baryla W.* *Psychologiczne funkcje narzekania* // *Czasopismo Psychologiczne*. 2003. V. 9 (1).
28. *Triandis H.C.* *Kultura a subiektywny dobrostan* // *Psychologia pozytywna: nauka o szczesciu, zdrowiu, sile i cnotach czlowieka* / Ed. J. Czapinski. Warszawa, 2004.
29. *Watson D., Clark L.A.* *Extraversion and its positive emotional core* // *Handbook of personality psychology* / Eds. R. Hogan, J. Johnson, S. Briggs. San Diego, 1997.
30. *Wojciszke B., Baryla W.* *Kultura narzekania i jej psychologiczne konsekwencje* // *Zmiany publicznych zwyczajow jezykowych* / Eds. J. Bralczyk, K. Mosiolek-Klosinska. Warszawa, 2001.