

## **ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОБРАЗА ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ**

При изучении психических состояний, их особенностей и закономерностей А. О. Прохоровым были сформулированы концептуальные представления формирования и изменения образа психического состояния. В своих исследованиях он отмечает, что подобно тому, как возникает и закрепляется предметный образ в процессе восприятия, образ психического состояния формируется и закрепляется во время переживания индивидом данного состояния.

В нашей работе, с опорой на общенаучные категории время и пространство, рассматривается пространственно-временная организация психического состояния. При этом мы руководствовались следующими соображениями: время в состоянии выражено в нескольких позициях: а) в границах актуального времени (сек—мин); б) в границах текущего времени (час—день); в) в границах длительного времени (мес., год и более). Время также определяет динамику психических состояний в этих границах. В свою очередь, пространство характеризуется организацией структуры, определенным порядком взаимоотношений, связей внутри нее.

В данном контексте было проведено исследование, которое выявляло временные особенности динамики образа состояния. Испытуемые (примерно 600 человек) описывали предложенные состояния в различные временные интервалы, репрезентируя образ данных состояний. Оценивались следующие психические состояния: радость, гнев, спокойствие, одиночество, утомление в интервалах — минута, час, день, неделя, месяц, полгода, год. Использовался опросник «Рельеф психического состояния», разработанный А. О. Прохоровым, включающий самооценку сорока параметров состояния, объединенных в четыре блока: психические процессы, физиологические реакции, переживания, поведение. Структура оценивалась методом подсчета индексов организованности системы (ИОС), ее устойчивости и структурного веса каждого показателя системы.

В результате анализа были обнаружены следующие особенности. Образ состояния радости, относящегося к позитивным состояниям высокого уровня активности, снижает интенсивность и переходит на средний энергетический уровень к году. Образ гнева, состояния отрицательной модальности, относящегося также к высокой степени активности, свою интенсивность увеличивает. Динамика образа спокойствия (средний энергетический уровень) имеет стабильный характер, мало изменяющийся во времени относительно актуального. Образы состояний низкого энергетического уровня (одиночество и утомление) имеют свою специфику: они понижают свою интенсивность к неделе—месяцу и повышают к году. Усложнение структуры во времени демонстрируют образы состояний высокой и низкой психической активности (радость, гнев и утомление, соответственно). Организованность же структуры спокойствия, также как и его динамика, сохраняется во все интервалы времени практически без изменений. Связанность элементов системы образа одиночества имеет такую специфику: она возрастает к неделе-месяцу, а к году структура упрощается. Рост индекса организованности структур мы объясняем обогащением образов переживаемых состояний в течение времени. Образ психического состояния имеет «жесткую», устойчивую структуру (71%—98,8% значимых связей), что затрудняет процесс регуляции. Также было обнаружено, что состояние утомления во все интервалы времени сохраняет самый высокий уровень связанности структуры своего образа. Все это может свидетельствовать о глубине и частоте переживания состояния утомления. Важно также отметить, что каждое состояние характеризуется определенной ведущей подструктурой и системообразующими показателями в структуре образов, среди которых есть и сквозные (общие для всех состояний), с помощью которых мы предполагаем возможность процесса саморегуляции, переход от одного психического состояния к другому. Говоря о ведущих блоках, следует подчеркнуть следующее: состояния различного уровня активности характеризуются разными сочетаниями подструктур и их интенсивностью. Отмечено, что среди ведущих подструктур чаще встречается переживание в разных проявлениях своей интенсивности.

Это подтверждает концептуальное представление А. О. Прохорова о психических состояниях, в котором акцент делается на переживании как главном компоненте данного явления.

В заключение отметим, что структура образа психического состояния изменяется во времени, т. е. образ одного и того же состояния в разные интервалы времени репродуцируется в измененном виде. Образ является сложной, устойчивой и динамичной системой.