

Ментальные репрезентации психических состояний при использовании различных копинг-стратегий¹

Чернов А.В.

Аннотация

В статье рассматриваются влияния различных копинг-стратегий на ментальные репрезентации разных по интенсивности и знаку психические состояния студентов. Приводится теоретический обзор подходов к проблеме ментальной репрезентации. В исследовании используется оригинальная авторская методика семантического дифференциала для диагностики оценочных характеристик ментальных репрезентаций состояний, а также методика SACS для диагностики предпочитаемых копинг-стратегий. В качестве исследуемых состояний выступают: радость, заинтересованность, гнев и печаль. В статье показано, что негативные состояния связаны с использованием неконструктивных стратегий преодоления, в то время как ментальная репрезентация позитивных состояний зависит от социально-ориентированных активных копинг-стратегий студентов.

Ключевые слова: ментальная репрезентация, психическое состояние, копинг-стратегия, конструктивная стратегия, студенты.

Abstract

The article examines the influence of various coping strategies on mental representations of students' mental states of different intensity and sign. A theoretical review of approaches to the problem of mental representation is given. The study uses the original authorial technique of the semantic differential to diagnose the estimated characteristics of mental states' representations, as well as the SACS technique for diagnosing preferred coping strategies. The investigated states are: joy, interest, anger and sadness. The article shows that negative states are associated with the use of non-constructive coping strategies, while the mental representation of positive states depends on socially-oriented active coping strategies of students.

Key words: mental representation, mental state, coping strategy, constructive strategy, students.

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ, проект № 15-06-00884а

Введение

В психологической науке существует несколько подходов к пониманию репрезентаций. Экологический подход в психологии отражает изначальную данность предметов внешнего мира и определенное действие с ними. Представители подхода подчёркивают, что человек пассивен в своём восприятии, и психика его беднее, нежели информация, поступающая из окружающей среды, которая, в свою очередь, полностью осознаётся [1]. Авторы солиптического подхода отождествляли отражение и репрезентацию. Они отмечали, что познание осуществляется опосредованно, а сам человек в процессе познания активен, он выдвигает гипотезы, экспериментирует, проверяет поступающую информацию [3].

Так, У. Найссер отмечает, что репрезентация возникает вследствие того, что поступающая извне информация кодируется анализаторами и передается в мозг, где происходит декодирование информации [3]. В своих работах М. Айзенк и Кин [10] пришли к выводу о неизоморфности параметров стимула и субъективного образа. Они отмечают, что образ зависит не только от стимула, но еще и от имеющегося у человека опыта. Таким образом, репрезентация трактуется как субъективно отражаемое. Ж. Пиаже [4], исследуя процессы отражения, предлагает учитывать ещё и цель, на которую направлено познание. Он делает вывод, что человек отражает только то, что необходимо и имеет значение (в том числе и психическое состояние).

Изучение ментальных репрезентаций психических состояний имеет особую значимость, так как психическое состояние – индивидуальный субъективный феномен человеческой психики и выделение универсальных закономерностей в их репрезентации может также выявить закономерности в формировании картины мира и структуры представлений о нем. Представляет интерес процесс формирования системы представлений о психических состояниях в ментальном плане, а также результат данного процесса. Это особый вид репрезентации того, чему нет соответствий в объективной действительности, в предметном мире, поэтому системное

изучение этой проблемы позволит более глубоко понять функционирования репрезентаций психической жизни человека, его внутреннего мира [5].

Следует отметить, что в ряде работ так или иначе, прямо или косвенно затрагиваются проблемы ментальных репрезентаций психических состояний. В проведенных исследованиях ставился вопрос о содержании эмоциональных репрезентаций [11]. Л.Я Дорфман [2], О.А. Прусакова и Е.А. Сергиенко [8] осуществляли исследования в рамках подхода, в котором анализируются знания и представления об эмоциях в рамках глобальных когнитивных структур. Однако только в отдельных работах концептуально решается проблема ментальных репрезентаций психических состояний [6,7].

В наших более ранних работах отмечается, что для состояний печали и гнева характерно наименьшее число выделяемых элементов и описываются они одинаково большинством испытуемых, тогда как позитивные психические состояния оцениваются более широким спектром понятий [9]. При выделении ведущих характеристик, были выделены некоторые составляющие, которые являлись общими как для положительных, так и для отрицательных состояний. Для положительных состояний были выделены следующие ведущие характеристики – теплый, общительный, для отрицательных – плохой, противный, напряженный, ненавистный.

Результаты предварительных исследований могут объяснить механизмы саморегуляции психических состояний – переход от неравновесного состояния в равновесное за счет актуализации в сознании близких характеристик ментальных репрезентаций (общих для положительных и отрицательных состояний).

Организация и методы исследования

Для исследования оценочного уровня ментальных репрезентаций наиболее подходящим является метод семантического дифференциала, предложенный Ч. Осгудом [12]. С целью диагностики оценочных характеристик ментальных репрезентаций состояний радости, печали, гнева, заинтересованности, расслабленности, симпатии, волнения, вдохновения и

утомления была сформирована выборка из 105 испытуемых в возрасте 19–22 лет, все – студенты Казанского федерального университета разных специальностей. Исследование проводилось в ходе лекционного и семинарского занятия.

Обработка данных осуществлялась с помощью факторного анализ методом средней связи, корреляционный анализ (коэффициент r -Пирсона), однофакторный дисперсионный анализ. Для обработки данных применялся стандартный пакет математического анализа SPSS 16.0.

Для проведения исследования использовалась методика семантического дифференциала (в нашей модификации). Оценивание психических состояний проводилась по 41 биполярным шкалам, полюса которых заданы с помощью вербальных антонимов, описывающими противоположные качества объектов. Также была использована методика SACS С. Хобфолла «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций».

Результаты исследования и их обсуждение

В результате факторного анализа полученных данных (метод главных компонентов) были выделены ключевые элементы репрезентаций различных психических состояний студентов. В качестве примера рассмотрим последовательно состояния печали, гнева и заинтересованности. Так, в качестве ведущих элементов структуры ментальной репрезентации состояния печали выступают такие оценочные показатели, как тяжелый, темный, практичный, твердый, унылый, холодный (17% дисперсии). Очевидно доминирование оценочного компонента в ментальной репрезентации данного состояния. В другой фактор вошли характеристики, связанные с поведением в состоянии печали – фактор активности (сложный, напряженный, невосприимчивый, неуверенный), что составило 10% от общей факторной нагрузки.

Обратимся к данным, касающимся состояния гнева. В ведущий фактор гнева вошли показатели, которые в большей степени отражают оценочные характеристики, такие как: тяжелый печальный, плохой, темный,

неприятный, напряженный, твердый, злой, больно, что составило примерно 20% от общей факторной нагрузки. Сопоставляя ментальные репрезентации состояния гнева и печали, отметим, что общими элементами для них являются проявления напряженности в поведении, а также оценка переживаний как тяжёлых и темных.

В свою очередь, ключевой фактор состояния заинтересованности (11 % дисперсии) составили показатели: упорядоченный, ожидаемый, тихий, обдуманый, управляемый и адекватный. Отмеченные характеристики отражают уровень активности поведения человека.

На следующем этапе исследования, в результате корреляционного анализа были установлены наиболее типичные копинг-стратегии, связанные с ментальными репрезентациями психических состояний радости, заинтересованности, печали и гнева (Таблица 1). С целью нахождения ведущих элементов в структурах ментальных репрезентаций психических состояний и копинг-стратегий использовался метод статистических весов, где связям на уровне значимости $p \leq 0,05$ присваивается 1 балл, $p \leq 0,01$ – 2 и $p \leq 0,001$ – 3 балла. Параметр, получивший наибольшую сумму баллов по всем статистически значимым связям, рассматривался как ведущий в структуре.

Таблица 1. Взаимосвязь ментальных репрезентаций психических состояний и копинг-стратегий студентов

Состояния/ копинг-стратегия	Печаль	Радость	Гнев	Заинтересованность	Всего
1. Ассертивные действия	0	6	0	1	7
2. Вступление в социальный контакт	0	10	1	2	13
3. Поиск социальной поддержки	0	6	4	7	17
4. Осторожные действия	1	0	2	6	9
5. Импульсивные действия	7	1	1	1	10
6. Избегание	1	0	16	0	17
7. Манипулятивные действия	1	0	12	1	14
8. Асоциальные действия	1	0	17	0	18
9. Агрессивные действия	3	5	3	2	13
Всего	14	28	56	20	118

Как показано в таблице 1, для ментальных репрезентаций состояния печали характерно использование студентами импульсивных действий. В то

же время, конструктивные формы копинг-стратегий (ассертивные действия, вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки) абсолютно не связаны с репрезентациями состояния печали. Схожие результаты были получены и по репрезентациям состояния гнева: здесь преобладают асоциальные и пассивные формы копинг-стратегий при низких показателях взаимосвязи с конструктивными стратегиями преодоления.

Позитивные состояния радости и заинтересованности характеризуются разнообразием проявлений, в зависимости от использования субъектом конструктивных форм преодоления. Кроме того, ментальные репрезентации состояния радости зависят от использования студентами агрессивных стратегий преодоления в трудных ситуациях жизнедеятельности. В свою очередь, репрезентации заинтересованности связаны с поиском социальной поддержки и пассивной стратегией осторожных действий.

Как показано в таблице, чаще всего на репрезентацию состояний влияют такие стратегии преодоления как поиск социальной поддержки, избегание и асоциальные действия. Негативные состояния зависимы от использования неконструктивных стратегий преодоления, в то время как ментальная репрезентация позитивных состояний зависит от социально-ориентированных активных копинг-стратегий. Кроме того, чем более интенсивно переживаемое состояние, тем больше влияние используемых стратегий преодоления субъекта на их ментальную репрезентацию.

В качестве примера рассмотрим влияние различных копинг-стратегий на ментальные репрезентации состояний печали и радости. Для этих целей был использован однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA). Так, установлено влияние копинг-стратегий импульсивных действий ($p < 0,018$) и избегания ($p < 0,050$) на репрезентацию состояния печали, а именно, меняется характеристика темный-светлый. Как показано на рисунке 1, с ростом частоты использования отмеченных стратегий преодоления ментальная репрезентация печали становится все более «светлой», то есть,

использование их делает представление о состоянии печали менее «темным», нивелируя тем самым общее негативное влияние состояния на человека.

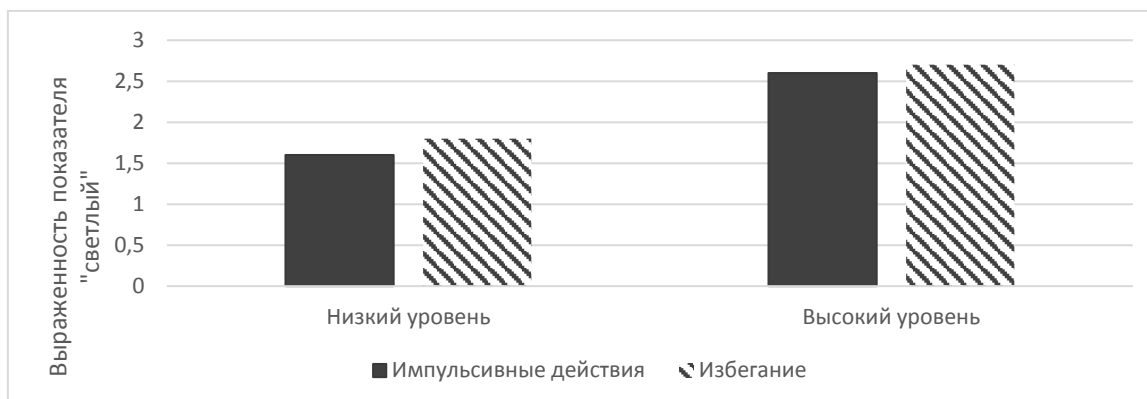


Рисунок 1. Оценка «темный-светлый» в ментальной репрезентации состояния печали в зависимости от использования студентами копинг-стратегий

Анализируя изменения в ментальной репрезентации состояния «радости» стоит отметить, что копинг-стратегия поиск «социальной поддержки» значительно влияет на отдельные ее составляющие, такие как: «светлый» ($p < 0,050$), «добрый» ($p < 0,033$), «адекватный» ($p < 0,032$), отражающие оценку и активность (Рисунок 2).

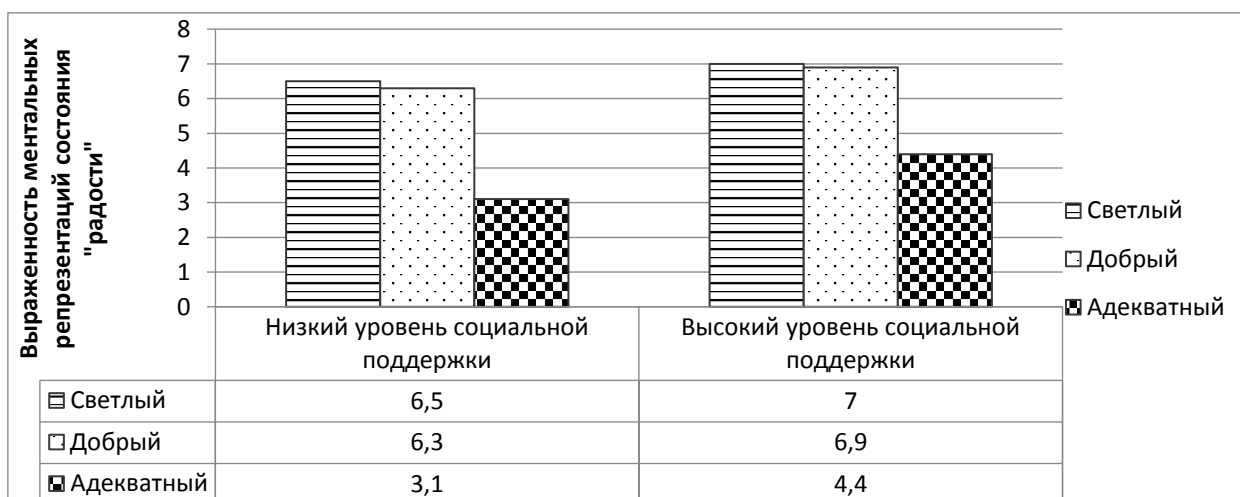


Рисунок 2. Ментальная репрезентация состояния радости в зависимости от использования студентами копинг-стратегии «поиск социальной поддержки»

Как показано на рисунке 2, с ростом использования студентами стратегии поиска социальной поддержки ментальная репрезентация состояния радости становится более «доброй» и «светлой», в то же время, радость оценивается как значительно более «адекватная». Студенты, часто прибегающие к данной копинг-стратегии переживают состояние «радости»

несколько иначе, нежели те, кто пользуется другими стратегиями для преодоления трудной ситуации.

Таким образом, в результате эмпирического исследования было установлено, что использование различных копинг-стратегий поведения влияет на характеристики ментальных репрезентаций психических состояний. Показано, что чаще всего на репрезентацию состояний влияют такие стратегии преодоления как поиск социальной поддержки, избегание и асоциальные действия. Негативные состояния зависимы от использования неконструктивных стратегий преодоления, в то время как ментальная репрезентация позитивных состояний обусловлена социально-ориентированными активными копинг-стратегиями. Кроме того, чем более интенсивно переживаемое состояние, тем больше влияние используемых стратегий преодоления субъекта на их ментальную репрезентацию, и наоборот.

Список литературы

1. Гибсон Дж. Экологический подход к зрительному восприятию. – Москва: Прогресс, 1988. – 464 с.
2. Дорфман, Л.Я. Эмоции в искусстве: теоретические подходы и эмпирические исследования. – Москва: Смысл, 1997. – 424с.
3. Найссер У. Познание и реальность. – Москва: Прогресс, 1981. – 232 с.
4. Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка. –Москва: Лабиринт, 1999. – 352 с.
5. Прохоров А.О., Чернов А.В. Репрезентация психического состояния: феноменология образного уровня // Образование и саморазвитие. – 2015 – №1 (43). – С. 16-23.
6. Прохоров А.О., Чернов А.В. Репрезентация психического состояния: ситуация и феноменология образного уровня / Сборник материалов юбилейной конференции, посвященной 130-летию организации психологического общества при Московском университете «От истоков к современности»: в 5 томах: Том. 3. – Москва, 2015. 472 с. – С. 152-154.
7. Прохоров А.О., Чернов А.В. Темпоральные особенности семантических пространств образа психического состояния // Учен. зап. Казан. ун-та. Сер. Гуманит. науки. –2015.–Т.157, кн.4. –С.225–235.
8. Прусакова, О.А., Сергиенко, О.А. Репрезентации эмоций детьми от трех до шести лет// Научный поиск. Сб. научных работ студентов,

аспирантов и молодых преподавателей / Под ред. А.В. Карпова. Вып. 3. – Ярославль: Яросл. гос. ун-т, 2002. – С.51-64.

9. Чернов А.В. Взаимосвязь психологических свойств и ментальных репрезентаций психических состояний студентов // Психология психических состояний: юбилейный сборник международной школы / Под ред. А.О. Прохорова, А.В. Чернова, М.Г. Юсупова. – Казань: Изд-во Казан. унив-та, 2016. – Вып.10. – С. 76-91.

10. Eysenk MW., Kean MT. Cognitive Psychology. A student's handbook – 1997. 680 p.

11. Feldman Barret L., Fossum Th. Mental representations of affect knowledge. Cognition and Emotion, 2001, vol.15, no.3, pp.333-363.

12. Osgood C., Suci G., Tanneubaum P. (1957). The Measurement of meaning. Urbana, 342 p.

Чернов Альберт Валентинович – кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры общей психологии Института психологии и образования Казанского федерального университета.

E-mail: albertprofit@mail.ru. Тел. 221-34-90.

Chernov Albert Valentinovich – candidate of psychological sciences, senior lecturer of the Department of General Psychology of the Institute of Psychology and Education of Kazan Federal University.