

### **Связь образа мира и образа жизни с психическими состояниями**

Впервые об образе мира в психологии заговорил А.Н. Леонтьев. Образ мира – это отражение мира в сознании человека, непосредственно включенное во взаимодействие человека и мира, интегративное свойство деятельности. В.П. Серкин вводит понятие образа жизни – как системы деятельностей, которые люди актуально реализуют, как субъекты индивидуальной деятельности или в которые включены в течение определённого жизненного периода. Структура образа жизни детерминирует содержание образа мира, и наоборот. «Образ жизни» является тем недостающим понятием в диаде внешняя – внутренняя деятельность.

Психические состояния занимают центральное место в регуляции внешней и внутренней деятельности. Они связывают образ жизни и образ мира человека. А.О. Прохоров отмечает: «Отражением значимости ситуации и личностного смысла является возникающее психическое состояние». Функционирование образа мира происходит благодаря психическим состояниям. Им же было выделено несколько уровней функциональных структур в психической деятельности: 1) Уровень функционального единичного. Включает в себя психические процессы и свойства, представляет собой целостное образование. 2) Уровень функциональных комплексов. Возникает вследствие взаимосвязи, объединения функциональных единиц. Образуются определённые синергии – блоки (положительных или отрицательных состояний) из функциональных единиц. 3) Уровень функционального целого. Функциональные комплексы состояний, взаимодействуя между собой в условиях повторяющейся деятельности и текущего времени, образуют уровень целостной функциональной структуры психических состояний.

Исходя из выше сказанного, нами были выявлены тенденции, отражающие взаимодействие 3 структур: образа жизни, функциональных структур психических состояний и образа мира. Итак: 1) Отрезку актуального времени (минуты) соответствует взаимодействие условий, как структуры образа жизни, состояний-процессов (оперативные) – уровень функционального единичного, как функциональной структуры состояний (ФСС), и перцептивного мира, наружного слоя образа мира (операции), как структур образа мира. Состояние выступает как реакция на ситуацию. Функция состояний – сцепить свойства и процессы для отреагирования. Здесь процессы несут информационную, а свойства – энергетическую функцию. 2) Текущему времени (час-день) будет соответствовать взаимодействие деятельности, как структуры образа жизни, текущих состояний – уровень функциональных комплексов, как ФСС, и картины мира (цели), как структуры образа мира. Состояния испытываются в деятельности. Психические процессы развиваются в отрезке текущего времени, формируются психические свойства и психологические качества.

3) Длительному времени (неделя-месяц) соответствует взаимодействие системы деятельностей (образ жизни), как структуры образа жизни, состояний-свойств (длительные и сверхдлительные) – уровень функционального целого, как ФСС, и ядерного слоя образа мира (личностные смыслы), как структуры образа мира. Состояния как результат образа жизни человека (влюблённость, усталость и др.). Это состояния-свойства. Все эти уровни организованы таким образом, что каждый верхний входит в состав нижележащего, являясь его компонентом. Третий уровень самый глубинный, сюда входят оба предыдущих. Система деятельностей и общения (образ жизни, который находится под прямым влиянием культуры), взаимодействует с образом мира в целом и с его ядерным слоем в частности. Система мотивов и личностные смыслы, проявляясь в образе жизни, формируют длительные и сверхдлительные состояния, которые в дальнейшем будут напрямую влиять на поведение и особенности переживаний.

Испытываемое человеком состояние — это результат воздействия одновременно и ситуации и смысла, точка пересечения моего «Я» и особенностей внешнего мира. Именно поэтому можно с уверенностью утверждать, что неповторимость состояния будет зависеть от этих переменных, ограниченных категорией времени. Нет сомнений, что состояние радости, к примеру, будет несколько различно выражено, в зависимости от того, как долго оно длится (минута, час, несколько дней). Первый уровень можно охарактеризовать как биологический, поскольку ключевую роль в испытываемом состоянии будут играть биологические процессы, а также результаты работы анализаторов. С изменением условия (ситуации) меняется и само состояние. Такие состояния как испуг или гнев, часто не до конца осознаются нами, скоротечны и являются результатом работы наружного слоя образа мира. Второй уровень можно было бы назвать социальным (социально-психологическим), так как он содержит в себе такие понятия как деятельность, значение, мотив. Эти состояния проявляются в деятельности и являются результатом опыта человека. Третий уровень мог бы быть назван индивидуально-психологическим. Состояния здесь являются результатом образа жизни человека и того смысла, который он в него вносит (влюбленность, усталость). Несомненно, что эти состояния в дальнейшем будут напрямую оказывать влияние и на вышележащие уровни, качественно изменяя их.

Итак, в данной работе установлены связи уровневой организации структур образа мира, образа жизни и функциональных структур состояний. Нижние уровни структур, включают в себя высшие, но в то же время имеют особую специфику, выполняют свои функции, основная из которых, регуляторная.