

ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОБРАЗА ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ

Артищева Л.В.

Казанский государственный университет, Казань

Lira-love@yandex.ru

При изучении психических состояний, их особенностей и закономерностей А.О.Прохоровым были сформулированы концептуальные представления формирования и изменения образа психического состояния. Подобно тому, как возникает и закрепляется предметный образ в процессе восприятия, образ психического состояния формируется и закрепляется во время переживания индивидом данного состояния [А.О.Прохоров, Н.Е.Карпова, 2006]. Данный аспект образа и психических состояний не освещен в научном знании, но является значимым для глубоко изучения явлений психики человека и регуляции психических состояний. А.О.Прохоров в своих новых исследованиях отмечает, что именно в переживании субъекту дается реальность его психического состояния. Отраженные компоненты психического состояния, имея различный уровень насыщенности, значимости для субъекта, фиксируются в сознании в своей определенной комбинации, т.е. формируют свои связи. Также мы предполагаем, что изучаемый нами образ может быть простым и сложным. Простой образ психического состояния представляется нам как результат отражения текущего состояния, связанного с конкретной ситуацией. Сложный образ – результат отражения накопленного опыта переживания данного состояния при различных обстоятельствах. В нашей работе мы также опирались на общенаучные категории *время* и *пространство*, руководствуясь при этом следующими соображениями: время в состоянии выражено в нескольких позициях: а) в границах актуального времени (сек-мин); б) в границах текущего времени (час-день-неделя); в) в границах длительного времени (мес., год и более). Время также определяет динамику психического состояния в этих границах, что отражено в его образе. В свою очередь пространство характеризуется организацией структуры, определенным порядком взаимоотношений, связей внутри нее. Исходя из выше сказанного, нами было проведено два исследования.

Первое исследование было направлено на изучение особенностей динамики простого образа психического состояния в континууме времени. Испытуемым (45 человек) была дана инструкция: в первый день описать свое актуальное состояние, а затем по памяти они оценивали его дважды в недельном интервале и один раз через месяц. Изучались состояния *спокойствия*, *заинтересованности*, *сонливости*, которые испытывались большинством студентов.

Второе исследование выявляло временные особенности динамики сложного образа состояния. В данном случае 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. Во всех случаях использовался опросник «Рельеф психического состояния», разработанный А.О.Прохоровым, включающий самооценку сорока параметров состояния, объединенных в четыре блока: психические процессы, физиологические реакции, переживания, поведение. Применялся метод подсчета индексов организованности системы (ИОС), ее устойчивости и структурного веса каждого показателя системы.

РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате обработки данных первого исследования были выявлены различные типы динамик образов состояний. Образ состояния *заинтересованности* определяется варьированием значений показателей в пределах значений фонового состояния, т.е. репродуцируется без особых изменений. Образ состояния *спокойствия*, относящегося к состояниям среднего уровня активности, однако, повышает свою интенсивность в недельные интервалы, приближаясь к состояниям высокой энергетической насыщенности. Характеристики же образа состояния низкой активности (*сонливости*) во времени снижают свою интенсивность, выходя на более глубокий уровень переживания. Ведущие подструктуры также различны. У образа *спокойствия* – психические процессы, поведение, у образа *заинтересованности* – психические процессы, переживание, у образа *сонливости* – физиологические реакции, поведение. Было выявлено, что образ состояния *спокойствия* имеет более целостную структуру в актуальное время и через два месяца, что нельзя сказать об образе состояния *заинтересованности*, структура которого не имеет большой связанности, а разбита на мелкие подструктуры во всех временных интервалах. Похожая тенденция обнаруживается и у образа состояния *сонливости*, но при незначительном усложнении во времени его структуры. Говоря об устойчивости структуры, можно отметить следующее. Динамика устойчивости структуры образа состояния различна в зависимости от самого состояния. Устойчивость структуры образа *заинтересованности* усиливается во второй и третий срезы и ослабевает в последнем. Можно говорить, что степень заинтересованности со временем ослабевает, и данное состояние может переходить в другое. Состояния *спокойствие* и *сонливость*, наоборот, менее регулируемы, т.к. структура их образов становится «жестче».

В результате анализа данных второго исследования 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. Состояния низкого энергетического уровня (*одиночество* и *утомление*) имеют свою специфику: их образ понижает свою интенсивность к неделе-месяцу и повышает к году. В данном случае можно наблюдать, что сложные образы состояний, как и

простые, характеризуются своим определенным типом динамики. Усложнение структуры во времени демонстрируют образы состояний высокой и низкой психической активности (*радости, гнева и утомления*, соответственно). Организованность же структуры образа *спокойствия*, также как и его динамика, сохраняется во все интервалы времени практически без изменений. Связанность элементов системы *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. Также было обнаружено, что образ состояния *утомления* во все интервалы времени сохраняет самый высокий уровень организованности структуры, тогда как другие не имеют подобной связанности, целостности и устойчивости. Все это может свидетельствовать о глубине и частоте переживания состояния *утомления*.

Важно также отметить, что сложный образ каждого состояния характеризуется определенной ведущей подструктурой и системообразующими показателями, среди которых есть и сквозные (общие для всех состояний). То есть, изучаемые состояния в структуре своего образа имеют общие связующие элементы - *волевые процессы, внимание, координация движений, вялость-бойкость переживаний, скованность-раскованность переживаний*. Можно предположить, что с помощью их возможен процесс саморегуляции, переход от одного психического состояния к другому. Говоря о ведущих блоках, следует подчеркнуть следующее: образы состояний различного уровня активности характеризуются разными сочетаниями подструктур и их интенсивностью. *Радость* в большей степени определяется повышенной степенью переживаемости этого состояния субъектом. Также подструктура *переживание* характеризует *одиночество*, но более глубоко. Высокие показатели психических процессов и физиологических реакций характерны состоянию *гнева*. В состоянии *спокойствия* более выражены параметры психических процессов и поведения. *Утомление* демонстрирует глубину переживания данного состояния и низкий уровень протекания психических процессов. Мы можем наблюдать, что среди ведущих подструктур чаще встречается *переживание* в разных проявлениях своей интенсивности. Это также подтверждает концептуальное представление А.О.Прохорова о психических состояниях.

Изменение индекса организованности специфично для каждого состояния. Самую устойчивую «жесткую» структуру имеет образ состояния *утомления*, что свидетельствует о слабой регулируемости состояния. Также наблюдается рост индекса устойчивости каждого состояния.

Итак, простые и сложные образы состояний имеют свой определенный тип динамики, репродуцируются в измененном виде. Простой образ состояния «размыт», слабо структурирован, пластичен и адаптивен. Сложный образ обладает прочной, связанной структурой, что позволяет достигать качественного своеобразия системы.