

**КАЗАНСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ И ОБРАЗОВАНИЯ  
Кафедра общей психологии**

## **ПСИХОЛОГИЯ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ**

**Сборник материалов XVIII Всероссийской научно-практической  
конференции для студентов, магистрантов, аспирантов, молодых  
ученых и преподавателей вузов**

**Казань, 1–2 марта 2024 г.**

**Выпуск 18**



**КАЗАНЬ**

**2024**

**УДК 159.9**  
**ББК 88.2**  
**П86**

*Печатается по рекомендации Ученого совета  
Института психологии и образования  
Казанского (Приволжского) федерального университета  
(протокол № 6 от 25 января 2024 г.)*

**Ответственный редактор**

кандидат психологических наук, доцент **А.В. Чернов**

**Научный редактор**

доктор психологических наук, профессор **А.О. Прохоров**

**Редакционная коллегия:**

доктор психологических наук, профессор **Б.С. Алишев**;  
кандидат психологических наук, доцент **М.Г. Юсупов**

**П86** **Психология психических состояний:** сборник материалов XVIII Всероссийской научно-практической конференции для студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых и преподавателей вузов (Казань, 1–2 марта 2024 г.) / под общ. ред. А.В. Чернова. – Казань: Издательство Казанского университета, 2024. – Вып. 18. – 248 с.

**ISBN 978-5-00130-793-8**

Сборник включает в себя статьи участников Всероссийской научно-практической конференции «Зимняя школа по психологии состояний». Тематика представленных работ охватывает различные аспекты психических состояний человека, а также связанные с этим вопросы психологии личности, возрастной, педагогической, клинической психологии и др.

Материалы, представленные в сборнике, могут быть полезны для аспирантов, научных работников, преподавателей вузов и учителей, а также для всех, кто интересуется проблемами психологии состояний человека.

**УДК 159.9**  
**ББК 88.2**

**ISBN 978-5-00130-793-8**

© Издательство Казанского университета, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

<i>Алишев Б.С.</i> Тревожность личности в связи с субъективно воспринимаемыми ею характеристиками внешнего мира....	6
<i>Артищева Л.В.</i> Динамика образных характеристик психических состояний.....	12
<i>Артищева Л.В.</i> Психические состояния в межличностном взаимодействии будущих дефектологов и психологов.....	17
<i>Барыкина А.И.</i> Мотивация служения и состояние «потока»: тезисы к вопросу взаимосвязи явлений.....	22
<i>Бура Л.В., Зарнищина К.В.</i> Роль психотерапии в снятии симптомов посттравматического стрессового расстройства. эффективные методы и практики.....	28
<i>Валиуллина М.Е.</i> Опыт разработки анкет для изучения динамики психических состояний и способов саморегуляции в контексте временной перспективы.....	34
<i>Величковская С.Б.</i> Оценка особенностей проявления психологического неблагополучия и саморегуляции деятельности человека при годовой изоляции на Антарктической станции «Восток».....	42
<i>Визгина А.В.</i> Внутренний диалог как способ совладания с негативными эмоциональными состояниями.....	48
<i>Зиновьева Д.М., Ускова А.А.</i> Коррекция тревожности детей младшего школьного возраста методами арт-терапии.....	54
<i>Каримова А.Р.</i> Особенности восприятия самооценки и межличностных отношений у одиноких людей.....	60
<i>Каюмова Н.Ю.</i> Особенности динамики психических состояний студентов и магистрантов в процессе учебной деятельности...	66
<i>Киселева Н.А.</i> Коррекция привязанности как условие регуляции неравновесных психических состояний.....	71
<i>Князева Е.А.</i> Анализ семантических пространств у людей, имеющих опыт трансового состояния.....	77
<i>Красильникова Э.В.</i> Тканетерапия в коррекции негативных психических состояний.....	81
<i>Краюшкина Н.А.</i> Особенности копинг-стратегий членов сообществ открытого и закрытого типа в зависимости от интрагруппового статуса.....	86

**Keywords:** personal anxiety, situational anxiety, tolerance to uncertainty, danger of the world, safety of the world, benevolence of the world, the value of one's own "I", personality

Автор: **Алишев Булат Салямovich**, г. Казань, Казанский (Приволжский) федеральный университет, д. психол. н., профессор кафедры общей психологии, e-mail: bulat.alishev@gmail.com

## **ДИНАМИКА ОБРАЗНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ**

**Артищева Л.В.**

Казанский (Приволжский) федеральный университет (г. Казань)

**Аннотация.** Целью работы являлось изучение динамики характеристик психических состояний различной модальности и уровня психической активности. Образные характеристики психических состояний представляют собой ретроспективные описания и оценка психических состояний в различные временные отрезки. В статье раскрывается динамика подструктур (психические процессы, физиологические реакции, переживания и поведения) образа состояний различной модальности и уровня психической активности. Выявлена суточная динамика интенсивности образных характеристик состояний, некоторые сохраняли стабильность.

**Ключевые слова:** психические состояния, образ психического состояния, структура, динамика, интенсивность, образные характеристики состояний.

Жизнедеятельность людей протекает под влиянием широкого спектра психических состояний, с одной стороны, а также ситуации жизнедеятельности продуцируют и детерминирует возникновение состояний различной модальности и интенсивности. Человек обладает

способностью помнить переживаемые ранее состояния, их образ позволяет идентифицировать актуальные состояния и ожидать прогнозируемые состояния. Образ психических состояний рассматривается в определенной мере как ментальная (образная) структура реального состояния (Прохоров, 2013). Переживаемые состояния в актуальное время могут вспоминаться более или менее интенсивно через определенные временные отрезки, что может повлиять на выбор приемов и способов саморегуляции и на ее эффективность.

**Организация исследования.** Наше исследование было направлено на изучение возможных изменений в интенсивности и структуре образа психического состояния в суточном ритме. Испытуемыми были студенты 3 курса (43 девушки). Им предлагалось в первый день исследования назвать и оценить актуальное состояние, переживаемое «здесь и сейчас». Во второй день они вспоминали и на память оценивали данное состояние во временных отрезках с интервалом в 8 часов (7.00–8.00, 15.00–16.00, 23.00–24.00).

Психические состояния оценивались с помощью опросника «Рельеф психического состояния» (А.О. Прохоров), включающего четыре блока: психические процессы, физиологические реакции, переживания, поведение по десять характеристик в каждом.

Далее, все названные психические состояния были разделены на группы с учетом модальности (отрицательная, положительная) и уровня психической активности (высокий, средний и низкий). В результате все состояния были отнесены к трем группам: положительные состояния среднего уровня психической активности (С+), отрицательные состояния среднего уровня психической активности (С-) и отрицательные состояния низкого уровня психической активности (Н-).

**Анализ результатов и их обсуждение.** Анализировались группы психических состояний, выделенные ранее.

**Положительные состояния средней интенсивности.** Психическое состояние, переживаемое накануне исследования, утром и днем вспоминается более интенсивно в сравнении с актуальным состоянием, но к концу дня приближаются к исходному.

**Отрицательные состояния среднего уровня психической активности.** Протекание физиологических реакций вспоминается с повышением интенсивности показателей к концу дня. В утреннее время показатели психических процессов вспоминаются менее интенсивно, днем – интенсивней, а ночью значения показателей приближаются к исходным. Образные характеристики, отражающие интенсивность блока переживания, отличаются повышением интенсивности характеристик в дневное время (16.00), относительно актуального, а в утренние и ночные часы интенсивность показателей переживаний приближена к актуальному. Поведенческие проявления характеризуются в течение суток как менее интенсивные, чем те, что были при оценке актуального состояния, к ночи их интенсивность снижается.

**Отрицательные состояния низкого уровня психической активности.** Отмечается более интенсивное описание протекания психических процессов в интервале от 16.00 до 24.00. В утреннее время интенсивность психических процессов приближена к исходному актуальному состоянию. Проявления блока переживаний нивелируются при репрезентации данных состояний в течение дня с повышением интенсивности характеристик к ночному времени. Поведение оценивается как более интенсивное в течение дня.

Далее рассмотрим значимость выявленных темпоральных различий, измеряемых по критерию знаков. Психические состояния имеют значимые отличия в выраженности характеристик при различных временных интервалах. Наиболее значимо отличаются оценки репрезентируемых состояний в интервалах утро – день и утро – ночь.

Образные характеристики положительных состояний среднего уровня активности в ночное время значимо менее выражены, чем актуальное состояние. Относительно актуального отрицательного состояния среднего уровня активности отметим, что его характеристики менее выражены в утреннее время и более выражены в дневное. Образные характеристики отрицательных состояний низкого уровня активности более интенсивны в интервалах день-ночь.

Темпоральный анализ образных характеристик психических состояний позволил установить следующие особенности. **Положительные состояния среднего уровня активности** (заинтересованность, удовлетворение, спокойствие и др.): в течении суток менее интенсивны в образе данных состояний характеристики психических и физиологических процессов, поведенческих реакций. Уровень переживаний данных состояний более высок в утреннее и дневное время (8.00–16.00). **Отрицательные состояния среднего уровня активности** (ожидание, сомнение, неопределенность и др.) репрезентируются неравномерно. К ночи (24.00) протекание психических процессов, поведенческих реакций и переживаний вспоминается как менее интенсивное, чем оно было при актуальном состоянии. И лишь физиологические реакции сохраняются в памяти как более интенсивные. Образ **отрицательных состояний низкого уровня активности** (сонливость, усталость, грусть) – на протяжении всего дня отмечается рост интенсивности оцениваемых характеристик психических, физиологических и поведенческих реакций, переживаний данных состояний.

Структурный анализ показал, что наиболее сложноорганизованная структура присуща образным характеристикам состояний в дневное время (16.00). Образ положительных состояний среднего уровня активности сохраняет эту тенденцию и в ночное время. Высокая организация структуры свидетельствует о ее сложности и меньшей гибкости, что затрудняет переход структуры на качественно иной уровень (в случае регуляции и саморегуляции). В связи с этим можно предположить, что наиболее эффективна регуляция состояний в утреннее и ночное время, когда структура близка к актуальному состоянию, либо имеет меньшую организованность.

## Выводы

1. Временной континуум обуславливает интенсивность и структурную организованность образных характеристик психических состояний. Структура образных характеристик исследуемых состояний нестабильна во времени, но к концу дня имеет тенденцию к динамике.

2. Динамика образных характеристик состояний зависит от исходного уровня и модальности: положительные состояния к концу дня вспоминаются менее интенсивно, а отрицательные, напротив, представляются как более положительные. Временной континуум нивелирует погруженность в них.

3. Выявлены образные характеристики в каждой группе состояний, стабильные во временном континууме: для положительных состояний среднего уровня активности – неуверенность – уверенность поведения, грустность – оптимистичность и скованность-раскованность переживаний; для отрицательных состояний среднего уровня активности – тоскливость – веселость, скованность – раскованность переживаний, импульсивность-размеренность и необдуманность – обдуманность поведения; для отрицательных состояний низкого уровня активности – грустность – оптимистичность переживаний, эмоциональные реакции.

**Благодарность.** Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда, проект № 23-18-00232

### Литература

*Прохоров А.О.* Образ психического состояния / А.О. Прохоров // Психологический журнал. – 2013. – Т. 34. – № 5. – С. 108–122.

## DYNAMICS OF FIGURATIVE CHARACTERISTICS OF MENTAL STATES

**Artishcheva L.V.**

Kazan Federal University (Kazan)

**Abstract.** The purpose of the work was to study the dynamics of characteristics of mental states of various modalities and levels of mental activity. Figurative characteristics of mental states are retrospective descriptions and assessments of mental states in different time periods. The article re-



veals the dynamics of substructures (mental processes, physiological reactions, experiences and behavior) of the image of states of various modalities and levels of mental activity. The daily dynamics of the intensity of figurative characteristics of states was revealed, some remained stable.

**Keywords:** mental states, image of a mental state, structure, dynamics, intensity, figurative characteristics of states.

Автор: **Артищева Лира Владимировна**, г. Казань, Казанский федеральный университет, кандидат психологических наук, доцент, ladylira2013@yandex.ru

## **ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ В МЕЖЛИЧНОСТНОМ ВЗАИМОДЕЙСТВИИ БУДУЩИХ ДЕФЕКТОЛОГОВ И ПСИХОЛОГОВ**

**Артищева Л.В.**

Казанский (Приволжский) федеральный университет (г. Казань)

**Аннотация.** Целью работы являлось изучение психических состояний, сопровождающих общение при межличностном взаимодействии. Рассматривались ситуации общения в формате «человек – человек» с различной категорией лиц (с детьми, с пожилыми, с болеющими и с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья). В статье раскрывается номенклатура чаще называемых психических состояний в каждой ситуации общения. Выявлена обусловленность спектра переживаемых состояний спецификой будущей профессии и ситуацией общения в целом.

**Ключевые слова:** психические состояния, состояния общения, дефектологи, психологи, ситуации общения.

Главной характеристикой общения, как специфического вида деятельности, является выстраивание человеком своих отношений с дру-