

УДК 159.95

О СВЯЗИ ПЕРЕЖИВАНИЙ И ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ

А.О. Прохоров, Л.Р. Фахрутдинова

Аннотация

В статье рассматриваются взаимосвязи между категориями «переживание» и «психическое состояние». Выявлены особенности этих отношений, свидетельствующие о значимости пространственных и временных характеристик данных явлений и роли категории «отношение» в детерминации как «переживаний», так и «состояний».

В зависимости от интенциональности психической деятельности переживание и психическое состояние могут рассматриваться в разных иерархических соотношениях. Переживание может быть представлено как составляющая психического состояния (А.О. Прохоров), психическое состояние может рассматриваться как содержание переживания (Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, Н.Д. Левитов и др.). Некоторым аспектам соотношения переживаний и психических состояний и посвящено наше исследование.

С.Л. Рубинштейн считает, что сознание состоит из единства двух взаимопроникающих аспектов: знания и переживания [1]. Переживание также является составляющей психического состояния: психическое состояние рассматривается как единство переживания субъекта и его поведения в совокупности с ситуацией жизнедеятельности [2]. На уровне сознания психическое состояние представлено как в *переживании*, так и в *значении* [3]. Таким образом, в контексте сознания переживание является составной частью психического состояния, хотя как психическое явление оно независимо от другого психического явления – психического состояния.

В связи с этими представлениями целью нашего исследования являлось изучение отношений между психическим состоянием и переживанием.

Методика

Испытуемым предъявлялась картина (художественный образ) с психологически насыщенным содержанием. Инструкция была следующей: «Внимательно рассмотрите картину, попытайтесь почувствовать, ощутить мысли, чувства художника, когда он писал картину, почувствуйте, какие ощущения, чувства она вызывает у Вас. Постарайтесь окунуться в картину и пропустить её через себя». Экспозиция картины продолжалась в течение 3 минут. После этого испытуемые описывали свои психические состояния и переживания с помощью тест-опросников «Психическое состояние», «Переживание», «Зрительное воспри-

ятие» [4]. Каждый опросник включал в себя пространственные, временные и энергетические шкалы.

Кроме того, применялся тест Л.В. Куликова «Доминирующее состояние» («ДС»), включающий шкалы «Ак» (активное – пассивное отношение к жизненной ситуации), «Бо» (бодрость – уныние), «То» (тонус высокий – низкий), «Ра» (раскованность – напряженность), «Сп» (спокойствие – тревога), «Ус» (устойчивость – неустойчивость эмоционального тона), «Уд» (удовлетворенность – неудовлетворенность жизнью (ее ходом, процессом самореализации)) [5]. Назначение методики – определение характеристик настроения и некоторых других характеристик личностного уровня психических состояний с помощью субъективных оценок обследуемого. Основным назначением опросника является диагностика относительно устойчивых (доминирующих) состояний [6]. В концепции психических состояний они соответствуют длительным, фоновым состояниям [2]. Также нами этот тест применялся для изучения отношений личности.

Эксперимент проводился на студентах (650 человек) в возрасте 18–22 лет.

Результаты

В результате изучения взаимоотношений *энергетических* характеристик (здесь и далее – по показателям зрительного восприятия), переживания и психического состояния были получены следующие результаты:

- обнаружена корреляционная связь (коэффициент линейной корреляции $r = 0.429$ при $p \leq 0.01$) между восприятием и переживанием субъекта;
- обнаружена корреляционная связь ($r = 0.410$ при $p \leq 0.01$) между восприятием и психическим состоянием;
- между переживанием и психическим состоянием значимые связи отсутствуют.

Данные эксперимента свидетельствуют о том, что корреляционные отношения между энергетическими характеристиками переживания и психического состояния отсутствуют. Этот факт говорит о том, что на уровне энергетических показателей актуальные переживания и психические состояния проявили корреляционную независимость. На феноменологическом уровне это может выглядеть следующим образом: субъект может испытывать как переживания, так и психические состояния разного уровня интенсивности, и эти отношения могут быть не симметричны. Например, он может испытывать яркие переживания при восприятии художественного образа в картинной галерее при разных по интенсивности психических состояниях.

Исследование взаимоотношений *пространственных* характеристик (при восприятии художественных образов), переживаний и психических состояний позволило выявить следующие зависимости.

Обнаружена корреляционная связь между пространственными характеристиками восприятия и переживанием ($r = 0.33$ при $p \leq 0.01$), между переживанием и психическим состоянием ($r = 0.347$ при $p \leq 0.01$), между пространственными характеристиками восприятия и психическим состоянием ($r = 0.339$ при $p \leq 0.01$).

Результаты показывают, что пространственные взаимоотношения психических состояний и переживаний имеют место, но корреляции между этими явлениями относительно низки, хотя и достоверны.

Временные характеристики. Обнаружены достоверные связи: между восприятием и переживанием ($r = 0.376$ при $p \leq 0.01$), между переживанием и психическим состоянием ($r = 0.573$ при $p \leq 0.01$), между восприятием и психическим состоянием ($r = 0.376$ при $p \leq 0.01$).

Наблюдается более тесная степень связи между переживанием и психическим состоянием, чем между психическим процессом и состоянием. Переживания и психические состояния показали более высокую близость по временному аспекту, нежели по другим исследуемым характеристикам (рис. 1).

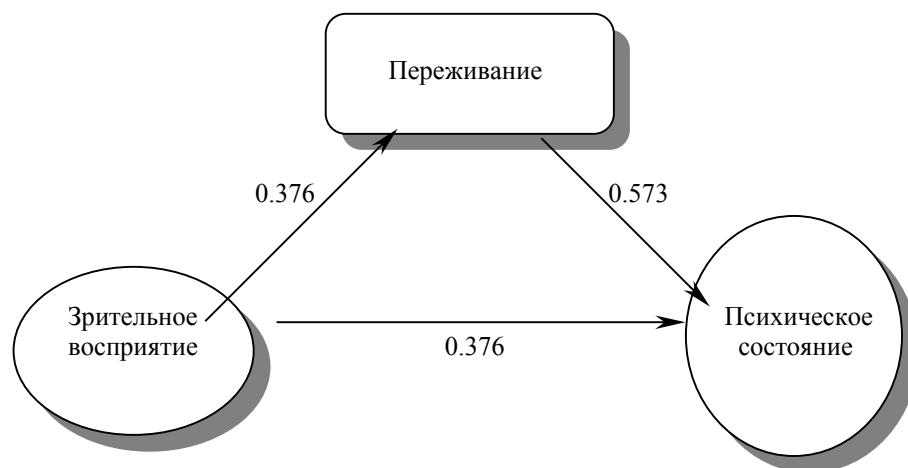


Рис. 1. Взаимоотношения временных характеристик зрительного восприятия, переживания и психического состояния

Далее нами изучались взаимоотношения доминирующего состояния, актуальных психических состояний и переживаний. Результаты эксперимента представлены в табл. 1.

Из табл. 1 видно, что наибольшую связь с психическими состояниями и переживаниями проявляет *активное – пассивное отношение к жизненной ситуации* (шкала «Ак»).

На психологическом уровне активное отношение к жизненным ситуациям проявляется в энергичном поведении, в желании находить решения и преодолевать трудности, наконец, в психомоторике. В большинстве случаев активное отношение обусловлено силой актуализированных потребностей и мотивов, определенной смысловой детерминацией.

Эти зависимости можно объяснить следующим образом. Временной аспект особенно тесно связан с культуральными факторами (К. Уилбер, С. Кьеркегор). Восприятие времени формируется в соответствии с культурными традициями и развивается вместе с сознанием индивидуума.

Переживание и психическое состояние конституируются сознанием. Тем не менее, средние значения коэффициента корреляции (0.573) позволяют констатировать, что и на временной оси переживание и психическое состояние проявили свою специфику.

Табл. 1

Корреляционные зависимости между отношением к ситуации, параметрами переживания и характеристиками состояния

ДС	Э. пер.	П. пер.	В. пер.	Э. сост.	П. сост.	В. сост.
Ак	$K = 0.219$ $p = 0.024$	$K = 0.329$ $p = 0.001$	$K = 0.200$ $p = 0.038$	$K = 0.234$ $p = 0.01$	–	–

Условные обозначения: Доминирующие состояния: Ак – шкала «Ак» (активное – пассивное отношение к жизненной ситуации).

Переживание: Э. пер. – энергетическая характеристика, П. пер. – пространственная характеристика, В. пер. – временная характеристика переживания.

Психическое состояние: Э. сост. – энергетическая характеристика, П. сост. – пространственная характеристика, В. сост. – временная характеристика психического состояния.

K – коэффициент корреляции, p – уровень достоверности, прочерк – отсутствие корреляционных отношений.

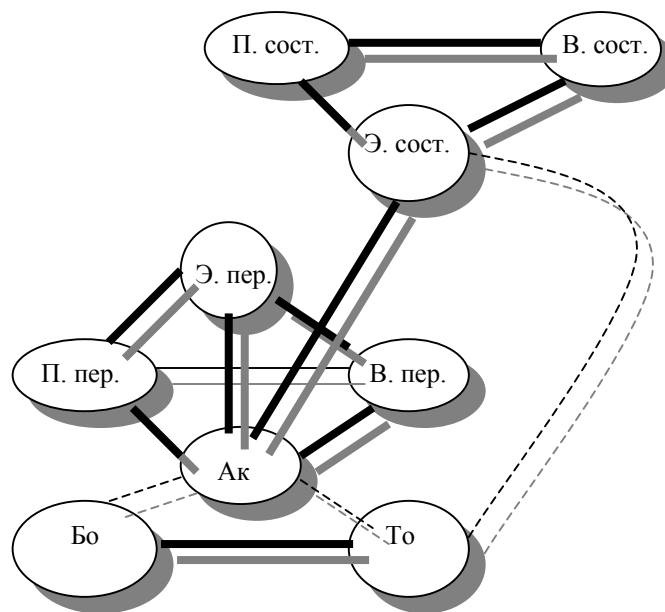


Рис. 2. Корреляционная плеяда отношений доминирующих состояний с актуальными психическими состояниями и переживаниями.

Условные обозначения: Доминирующие состояния: Ак – шкала «Ак» (активное – пассивное отношение к жизненной ситуации), Бо – шкала «Бо» (бодрость – уныние), То – шкала «То» (тонус высокий – низкий).

Переживание: Э. пер. – энергетическая характеристика, П. пер. – пространственная характеристика, В. пер. – временная характеристика переживания.

Психическое состояние: Э. сост. – энергетическая характеристика, П. сост. – пространственная характеристика, В. сост. – временная характеристика психического состояния.

Непрерывная линия – прямая корреляционная связь, дискретная линия – обратная корреляционная связь.

Результаты свидетельствуют также о том, что величина активного отношения личности к ситуации более тесно связана с переживаниями субъекта (особенно, с пространственными характеристиками), нежели с психическими состояниями. Психические состояния проявили связь с характеристикой отноше-

ния по одной составляющей – энергетической. По мнению Л.В. Куликова, «активное – пассивное отношение к жизненной ситуации» может быть отнесено к одному из двух базовых измерений бытия личности (второе – величина актуальных ресурсов). Таким образом, первая характеристика может быть определена как «сила стремления к достижению жизненных целей, к изменению ситуации», а вторая – как «возможности личности для осуществления желаемого» [7, с. 163]. Полученные результаты демонстрирует рис. 2.

Рис. 2 показывает, что личностная активность совместно с переживанием и энергетической составляющей психического состояния формирует ядро корреляционной плеяды, которое состоит в антагонистических отношениях с величиной актуальных ресурсов. Заметно противопоставление двух корреляционных ядер: актуальной активности и потенциальных ресурсов. Такая позиция полученных данных позволяет сделать очевидный вывод, что *переживания субъекта отражают его активное отношение к жизненным ситуациям*. Так, субъекты с высоким уровнем активного отношения к жизненным ситуациям проявляют переживания большей интенсивности, с более расширенной пространственной интрапсихической локализацией и большей насыщенностью времени.

Психические состояния обнаружили корреляционную связь с величиной активного – пассивного отношения к жизненной ситуации личности лишь по энергетической составляющей. Данные свидетельствуют о том, что субъекты с повышенной жизненной активностью склонны проявлять психические состояния более высокой интенсивности и наоборот, то есть склонны в большей степени к неравновесным психическим состояниям. Отметим, что нами было ранее установлено, что функцией положительных неравновесных состояний является переработка ситуаций через когнитивно-познавательную призму и активизация позитивных переживаний. Отрицательные неравновесные состояния активизируют рефлексивные процессы, интеллектуальные функции и поисковое поведение, направленное на разрешение необратимых ситуаций [8]. Таким образом, проведенный нами эксперимент показывает, что неравновесные психические состояния коррелируют с величиной активного отношения личности, проявляющегося в различных формах поведения.

Интересно и то, что пространственные и временные составляющие психических состояний не показали значимых корреляционных связей ни с одним из «базовых измерений бытия» (по Л.В. Куликову): ни с величиной «активного – пассивного отношения к ситуациям жизнедеятельности» субъекта, ни с величиной активных ресурсов.

Исследование показывает, что активность субъекта по отношению к ситуациям жизнедеятельности вкупе с переживанием и энергетической составляющей психического состояния формирует ядро корреляционной плеяды. Интересны связи пространственных и временных характеристик состояний, образующих отдельную плеяду. Они свидетельствуют о единой пространственно-временной организации психических состояний и трансформации состояния при изменении любой из этих составляющих. Обратим внимание также на то, временные характеристики состояний и переживания связаны между собой. В свою очередь, каждая из них значимо коррелирует с уровнем активности отношения субъекта к ситуациям жизнедеятельности.

Заключение

Психические состояния и переживания представляют собой психические явления, находящиеся в отношениях взаимодействия. Эти отношения преимущественно связаны через пространственные и временные характеристики. Как переживания, так и состояния опосредуются отношениями субъекта к ситуациям жизнедеятельности.

Summary

A.O. Prokhorov, L.R. Fahrutdinova. The Connection between Emotional Experience and Psychic State.

The article deals with correlation between the categories of emotional experience and psychic state. Some specific features of these relations were found out. They demonstrate the importance of time characteristics of these phenomena and the role of "relation" category within the determination of "emotional experience" and "psychic state".

Литература

1. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии. – М.: Педагогика, 1989. – 485 с.
2. *Прохоров А.О.* Психические состояния и их функции. – Казань: Изд-во Казан. пед. ин-та, 1994. – 168 с.
3. *Прохоров А.О.* Семантические пространства психических состояний. – Дубна: Феникс+, 2002. – 280 с.
4. *Фахрутдинова Л.Р.* Пространственно-временные и энергетические основания взаимоотношений психических процессов и состояний: Дис. ... канд. психол. наук. – Казань, 2001. – 179 с.
5. *Куликов Л.В.* Руководство к методикам диагностики психических состояний, настроений и сферы чувств. Описание методик, инструкции по применению. – СПб.: СПГУ, 2003. – 57 с.
6. Практикум по психологии состояний / Под ред. проф. А.О. Прохорова. – СПб.: Речь, 2004. – 608 с.
7. *Куликов Л.В.* Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. – СПб.: Питер, 2004. – 217 с.
8. *Прохоров А.О.* Психология неравновесных состояний. – М.: Изд-во «Ин-т психологии РАН», 1998. – 152 с.

Поступила в редакцию
01.11.07

Прохоров Александр Октябрьнович – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой общей психологии Казанского государственного университета.
E-mail: prokhor@khet.ru

Фахрутдинова Лилия Раифовна – кандидат психологических наук, заведующий кафедрой психологии Татарского гуманитарно-педагогического университета, докторант кафедры общей психологии Казанского государственного университета.
E-mail: LiliaRF@mail.ru