

УДК 159.9
ББК 88
П 84

*Все права защищены.
Любое использование материалов данной книги полностью
или частично без разрешения правообладателя запрещается*

Прохоров А. О.

П 84 Образ психического состояния. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН»,
2016. – 245 с. (Экспериментальные исследования)

ISBN 978-5-9270-0332-7

УДК 159.9
ББК 88

В книге изложены результаты изучения образа психического состояния: концептуальные представления о природе образа, его феноменологические особенности, структура, динамика и др., связь образа состояния с другими психическими явлениями (процессами и свойствами личности) и составляющими сознания (рефлексивными процессами, значениями, смысловыми характеристиками и переживаниями), отношения между образом состояния и регуляторными процессами. Анализировались половозрастные особенности образа и проявления образа состояния в широком контексте бытия: этнопсихологические особенности, образ и болезнь, образ состояния и беременность и др.



*Исследования осуществлены при финансовой поддержке РФФИ,
проекты № 07-06-00076 и № 10-06-00074*

© ФГБУН Институт психологии РАН, 2016

ISBN 978-5-9270-0332-7

3. Образ психического состояния в разных временных диапазонах

При изучении феноменологических характеристик образа психических состояний испытуемые, в ходе репрезентации, описывали состояния в различные временные диапазоны. То есть, их просили представить образ одного и того же психического состояния во временном континууме от «минуты до года». Были предложены часто встречающиеся неравновесные состояния разного уровня психической активности. Оценивались образы следующих состояний - *радость, гнев, спокойствие, одиночество, утомление* в диапазонах: *минута, час, день, неделя, месяц, полгода, год*. Исследование проводилось с использованием опросника «Рельеф психического состояния», в котором выделялись 40 показателей состояния (Прохоров, 1998). В обследовании участвовало 605 человек разного возраста, пола, профессиональной принадлежности.

Анализ полученных данных показывает, что динамика интенсивности образа психического состояния имеет свою специфику в зависимости от переживаемого состояния. Так, показатели образа состояния *радость* снижают свою интенсивность в диапазоне от минуты до года, а *гнева*, наоборот, повышают. Динамика образа состояния *спокойствие* варьирует в пределах среднего. Образы состояний *утомление* и *одиночество* демонстрируют снижение интенсивности в диапазонах неделя-месяц и рост значений в интервале (год). Подобная динамика показателей приводит в итоге к сближению линий рельефов образов состояний в границах длительного времени: *радость* и *спокойствие* (месяц – год), *утомление, одиночество, гнев* (год). То есть, происходит стирание границ между образами состояний, относящихся к одной модальности (Рис. 8). Но в тоже время, отметим, что идентификация состояний респондентами остаётся устойчивой.

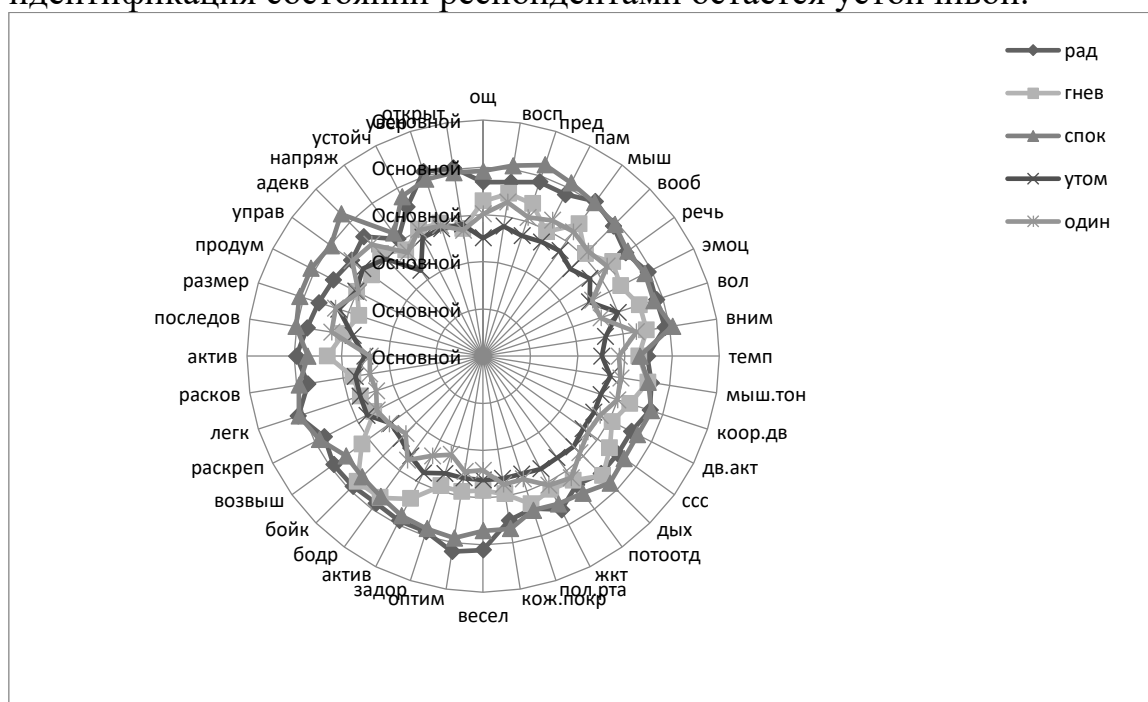


Рис. 8. Выраженность показателей образов состояний в диапазоне (год).

Условные обозначения: 1 – 10 – характеристики психических процессов; 11 – 20 – физиологических реакций; 21 – 30 – переживаний; 31 – 40 – поведения

В качестве примера рассмотрим состояния *радость*, *спокойствие* и *устомление* (Рис.9). На рис. представлены средние значения, характеризующие интенсивность проявления образов данных состояний во временных диапазонах «минута - год». Как показано на рисунке, наиболее высокие средние значения характерны для состояния *радость*, несколько ниже – для *спокойствия* и средние характеристики во всех временных диапазонах – для *устомления*.

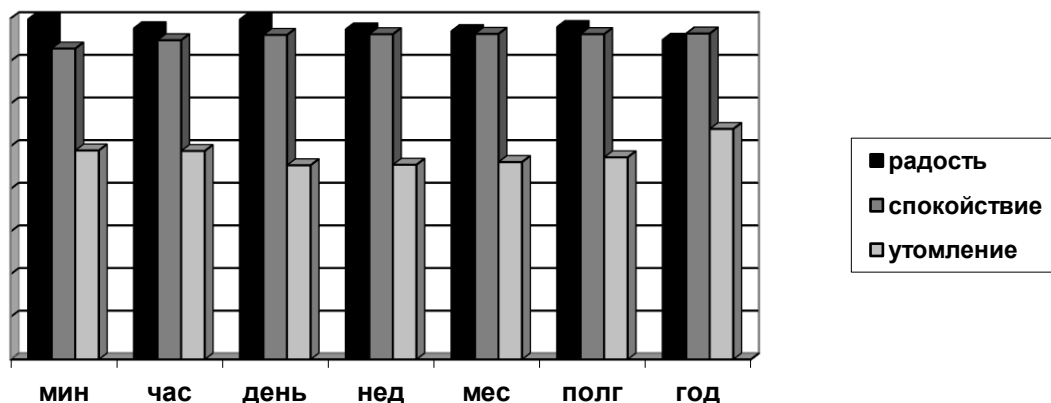


Рис. 9. Средние значения интенсивности проявления состояний *радость*, *спокойствие* и *устомление* во временных диапазонах «минута-год».

Примечание. По оси У представлены величины интенсивности проявления состояния по 11-балльной шкале, по оси Х – временные диапазоны.

Образ состояния *радость* незначительно снижает интенсивность по мере увеличения длительности временного диапазона, но в целом рельеф образа можно охарактеризовать как устойчивый. В каждом временном диапазоне наиболее выраженной является подструктура *переживания*, которая постепенно снижает свою интенсивность проявления в динамике времени.

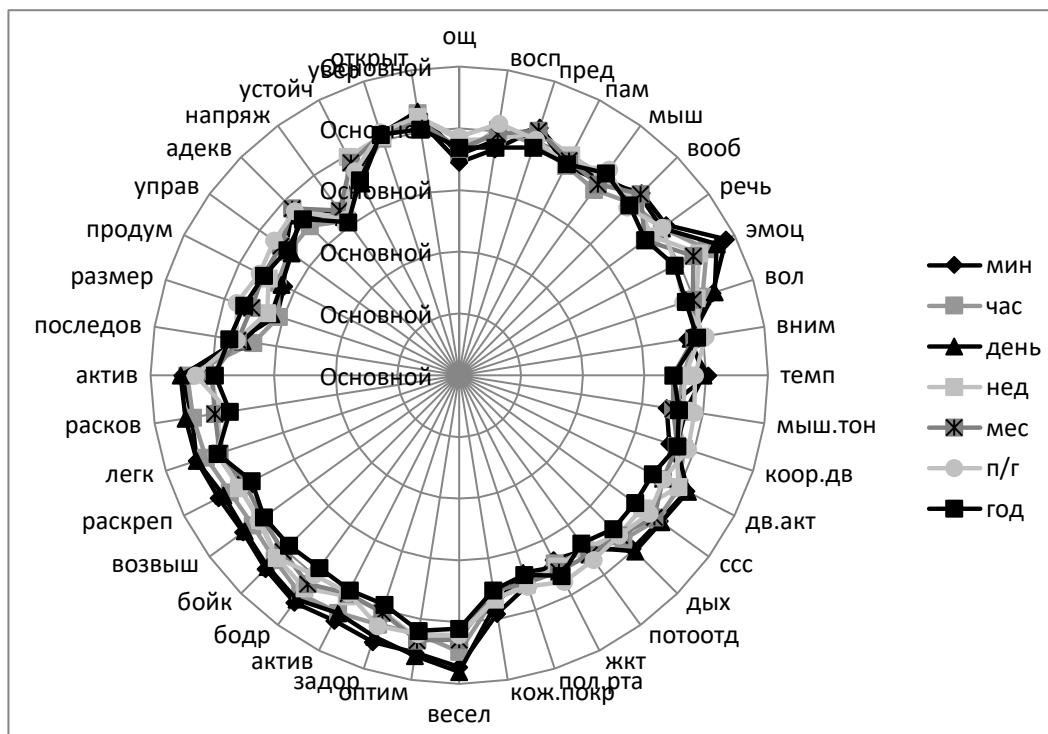


Рис. 10. Рельеф образа состояния *радость* в диапазоне «минута-год».

Условные обозначения: здесь и далее в последующих рисунках:

Характеристики психических процессов: (оц. - Ощущение. Чувствительность к внешним воздействиям; восп.- Четкость, осознанность восприятия; пред. - Особенности представлений; пам.- Память; мыш. - Мышление; вооб. - Воображение; речь - Речь; эмоц. - Эмоциональные процессы; вол. - Волевые процессы; вним.- Внимание); **Физиологические реакции:** (темп.- Температурные ощущения; мыш.тон. -Состояние мышечного тонуса; коор.д.в.- Координация движений; дв.акт.- Двигательная активность; ссс - Сердечно-сосудистая система; дых- Проявления со стороны органов дыхания; потоотд.- Состояние пототделения; жкт- Ощущения со стороны желудочно-кишечного тракта; пол.рта - Состояние слизистой оболочки полости рта; кож.покр. - Окраска кожных покровов); **Характеристики переживаний:** (весел. - Тоскливость-Веселость; оптим.- Грустность-Оптимистичность; задор.- Печаль-Задорность (страстность, запальчивость); актив. - Пассивность-Активность; бодр. - Сонливость-Бодрость; бойк.-Вялость-Бойкость (живость, проворность, оживленность); возв. -Переживание опускает (погружает) или поднимает (возвышает); раскреп. - Напряженность - Раскрепощенность; легк.- Тяжесть (трудность) - Легкость; расков.- Скованность - Раскованность (свобода)); **Характеристики поведения:** (актив. - Пассивность-Активность; послед. - Непоследовательность (хаотичность) - Последовательность (целеустремленность); размер. - Импульсивность - Размеренность (равномерность); продум.- Необдуманность-Продуманность; управ. - Неуправляемость (бесконтрольность) -Управляемость (контроль); адекв. - Неадекватность (несоответствие)- Адекватность; напряж. - Расслабленность-Напряженность; устойч. - Неустойчивость (шаткость) - Устойчивость

(стабильность, равновесность): увер.- Неуверенность (сомнение)- Уверенность; откр.- Закрытость (замкнутость)- Открытость).

Образ состояния *спокойствие* (средний уровень психической активности) имеет стабильный характер во всех временных диапазонах (Рис.11). Рельеф однородный, границы показателей разных периодов времени практически сливаются. Значения большинства параметров находятся в пределах выше среднего.

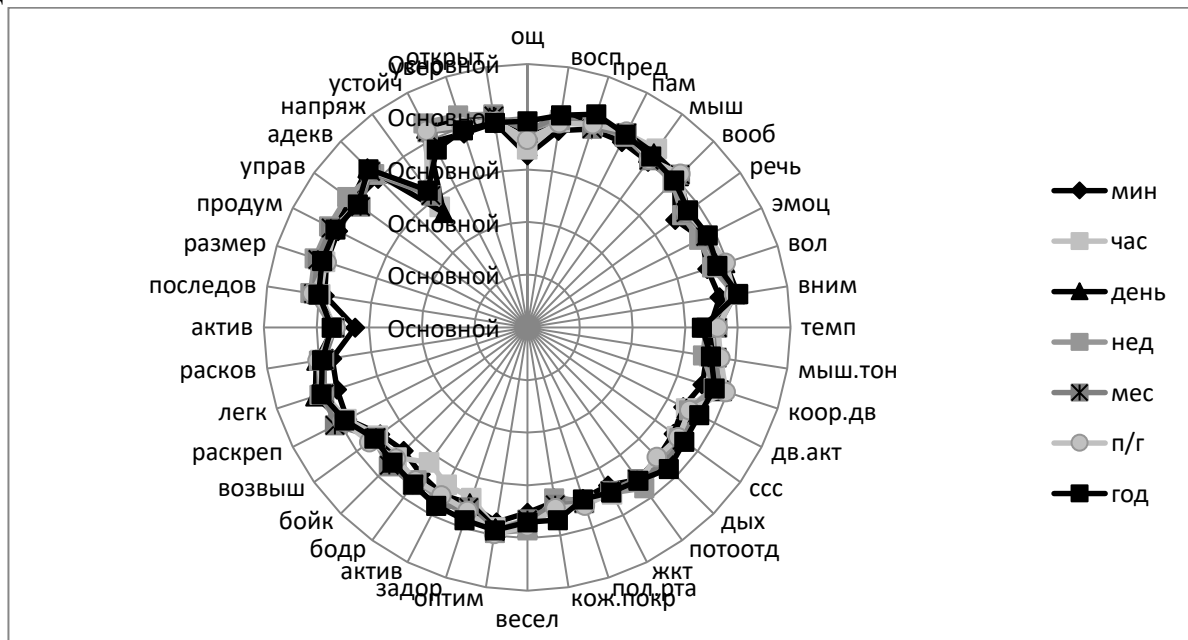


Рис. 11. Рельеф образа состояния *спокойствие* в диапазоне «минута-год»
Условные обозначения те же.

Образ состояния *утомление* характеризуется снижением интенсивности в диапазонах «неделя» и «месяц», а в диапазоне «год» интенсивность значительно повышается (Рис.12). Рельеф неоднороден, но достаточно устойчив (не считая годового интервала). В диапазоне «год» рельеф выравнивается, значения параметров приближаются к границе среднего. Причем, можно наблюдать, что в этот период практически все параметры образа значительно повышают интенсивность.

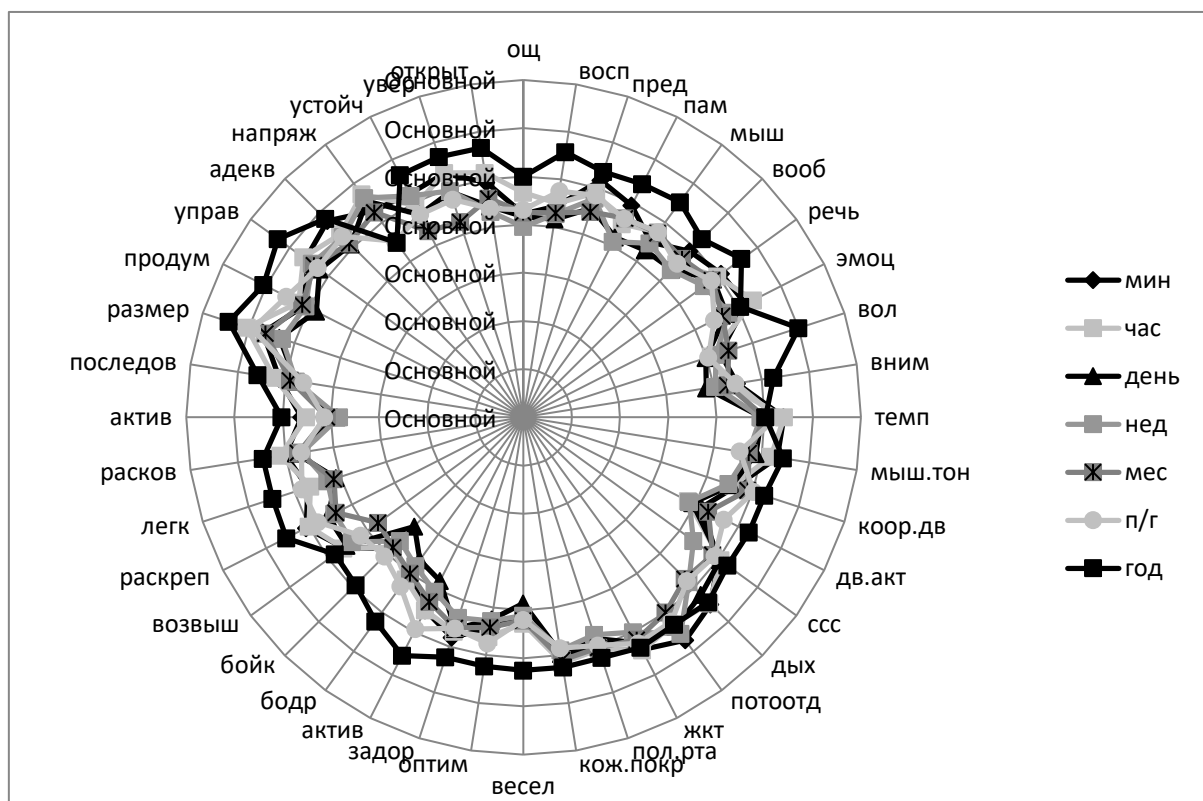


Рис. 12 . Рельеф образа состояния утомление в диапазоне «минута-год»
Условные обозначения те же.

Обратимся к показателям **вариативности**. Исследования показывают, что образы состояний *радость* и *спокойствие* в каждом диапазоне времени характеризуются низкой вариативностью своих показателей, т.е. эти образы наиболее устойчивы во времени по сравнению с другими состояниями.

В целом же, если взять все состояния, наблюдается некоторый рост вариативности показателей в динамике времени, т.е. в более длительных диапазонах времени устойчивость структур образов немного ослабевает. Наиболее высокую вариативность, возрастающую со временем, демонстрируют показатели образа состояния *утомление*. В сравнении с другими структурами образ утомления обладает наименьшей устойчивостью. Также достаточно высоки значения вариативности образы состояний *гнев* и *одиночество*.

Представленные данные свидетельствуют о том, что образы психических состояний, при их достаточной устойчивости и стабильности, характеризуются некоторой тенденцией к изменению при увеличении временных диапазонов, при этом субъективная идентификация состояний остается.

