

Эмпирическое исследование влияния внешних и внутренних факторов на изменение психических состояний

Научный руководитель – Прохоров Александр Октябрьнович

Макарчева Анастасия Владимировна

Аспирант

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Институт психологии и образования, Казань, Россия

E-mail: fghj84@rambler.ru

К проблеме изучения психического состояния обращались многие российские исследователи: В. А. Ганзен, Л. Г. Дикая, Н. Д. Левитов, А. Б. Леонова, А. О. Прохоров, Ю. Е. Сосновикова и др.

Ю.Е. Сосновиковой, при анализе психических состояний, была применена категория времени. Так как, состояние признается временной формой существования психического, т.е. такой психологической реальностью, которая имеет достаточно четкую временную обусловленность, связанную с действием того или иного фактора (внешнего или внутреннего), его вызвавшего, поэтому основные параметры времени являются значимыми и для анализа психических состояний. Через все эти свойства раскрывается их динамика-становление, возникновение, течение, кульминация, спад, исчезновение, прослеживаются границы и перехода в другие состояния [8].

Касательно данной проблемы, А.О. Прохоров отмечает, что возникновение психического состояния, механизмы его детерминации и трансформации не исследованы в полной мере. Очевидно, что внешняя предметная и социальная среда оказывает детерминирующее влияние на психические состояния субъекта. Но это влияние опосредуется сознанием. Сознание уравнивает субъекта, обеспечивая смысловое принятие жизни. Отражением этого уравнивания являются состояние субъекта [4].

Учитывая сложность и многомерность данной проблемы, вопрос изучения психического состояния, а именно исследование влияния внешних и внутренних факторов, влияющих на изменение психических состояний, является актуальным и обуславливает цель данного исследования.

Методика

Для проведения феноменологического исследования влияния внешних и внутренних факторов на изменение психических состояний человека, был составлен опросник, которые включал в себя следующие открытые вопросы:

1. Какие внутренние факторы эмоции, мысли, физиологические и другие реакции влияют на изменение Вашего состояния? Опишите как именно.
2. Какие внешние факторы ситуации, деятельность, социальные и другие факторы влияют на изменение Вашего состояния? Опишите как именно.

Респондентам предлагалось оценить значимость перечисленных факторов, которые в значительной степени определяет изменение психического состояния, и описать их. Для проведения исследования была сформирована случайная выборка, в количестве 115 человек, средний возраст которых составил 30 лет. Из них 83% женщины и 17% мужчин. Исследование проводилось в ситуации учебной деятельности (лекция).

Результаты.

На основе контент - анализа описанных факторов, предложенных в опроснике, были выделены две группы факторов, влияющих на изменение психического состояния: *внутренние и внешние*. В каждой группе, на основе полученных данных, было сформировано

шесть подгрупп. Далее, фиксировалось количество указанных оперантов, относящихся к тому или иному фактору.

Результаты исследования показали, что среди *внутренних факторов*, большинство оперантов фиксировались в подгруппах: эмоциональные переживания, когнитивные процессы, органические проявления.

В подгруппе *эмоциональные переживания* респонденты указывали больше позитивно окрашенных состояний: радость, любовь, восторг, счастье. Среди негативных состояний: злость, раздражение, страх, тревога, грусть. В подгруппе *органические проявления*, в большей степени на изменение психического состояния оказывает: болезнь, боль, голод и физического самочувствие (чаще фиксировались негативные ощущения: усталость, недосып, неудовлетворение и т.д.). В подгруппе *когнитивные процессы*, как отмечается, больше оказывает влияние на изменение психического состояния респондентов, негативные мысли разного характера и неприятные воспоминания.

Среди *внешних факторов*, большинство оперантов фиксировались в таких подгруппах: социальные контакты и ситуация. Меньше всего ответов насчитывается в подгруппе внешние воздействия. В данной подгруппе, чаще всего фиксировались такие ответы как шум, касание посторонних людей, неблагоприятное поведение окружающих людей. В подгруппе *социальные контакты*, большинство респондентов описывали негативные, тревожные мысли, тяжелые, неприятные воспоминания и несоответствие ожиданий и реальности. В подгруппе *ситуация*, большинство респондентов чаще описывают негативные, стрессовые ситуации (резкая смена планов, неожиданные встречи и т.д.), проблемы с транспортом и конфликты, ссоры.

Выводы.

1. Выделены два фактора, которые включали в себя шесть подгрупп: *внутренний фактор*: эмоциональные переживания, органические проявления, когнитивные процессы, ценностный фактор, действия, личностные характеристики; *внешний фактор*: социальные контакты, ситуации жизнедеятельности, деятельность, внешние воздействия, поведение, природный фактор.

2. Из внутренних факторов, отмечается, что в большей степени на изменение психического состояния влияют эмоциональные переживания, органические проявления и когнитивные процессы.

Из внешних факторов, в большей степени на изменение психического состояния влияют социальные контакты и ситуации жизнедеятельности.

Источники и литература

- 1) 1. Дикая Л. Г. Образ в саморегуляции психического состояния // Образ в регуляции деятельности (к 90-летию со дня рождения Д.А. Опшанина): Тез докл. к междунар. Конф./ Отв. ред. О.А. Конопкин, В.И. Моросанова. – М., 1997. – С. 67-69.
- 2) 2. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека / Н.Д. Левитов – М.: «Просвещение», 1964. – 343 с.
- 3) 3. Прохоров А. О. Психические состояния и их функции / А. О. Прохоров – Казань, 1994. – 168 с.
- 4) 4. Прохоров А.О. Феноменология регуляции психических состояний // Психология психических состояний: Сборник статей. Выпуск. 4. / Под ред. А.О.Прохорова. – Казань: Центр инновационных технологий, 2002. – 263-274 с.
- 5) 5. Прохоров А.О., Артищева Л.В. Психические состояния: динамические и структурные характеристики / А.О. Прохоров, Л.В.Артищева // Экспериментальная психология, 2012, том 5, № 2, с. 63–73

- 6) 6. Прохоров А.О. Смысл и психическое состояние: феноменология и закономерности взаимоотношений / Психология психических состояний. Сборник статей. Выпуск 6. Казань: КГУ, 2006. 578 с. С. 8-21.
- 7) 7. Прохоров А.О. Системно-функциональная модель регуляции психических состояний. Психология состояний: хрестоматия: учебное пособие, ред. А.О. Прохоров. – М., СПб.: Изд-во «ПЕР СЭ», «Речь», 2004. – с. 496-512.
- 8) 8. Сосновикова. Ю.Е. К сравнительной характеристике психических состояний индивида и масс / Ю.Е. Сосновикова // Вопросы психологии: восемнадцатый год издания / Ред. А.А. Смирнов, О.А. Конопкин. – 1972. – №2 март-апрель 1972. – с. 141-145.