

КОГНИТИВНЫЕ И МЕТАКОГНИТИВНЫЕ ОСНОВАНИЯ ОБРАЗА ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СУБЪЕКТА

Представлена концептуальная модель образа психического состояния и результаты его изучения. Рассмотрены феноменологические особенности и личностные корреляты образов психических состояний. Показано, что образы психических состояний характеризуются тенденцией к изменению с увеличением временных диапазонов при сохранении субъективной идентификации состояния.

Изучение отношений между категориями психических явлений является важнейшей методологической проблемой психологии. В этом контексте установление зависимостей между "сознанием" и "состоянием" позволило бы, с одной стороны, показать "вклад сознания" в состояние и объяснить ментальные механизмы регулирования – возникновение состояний определенной модальности, знака, длительности, интенсивности, их динамику и устойчивость, а с другой, выявить особенности влияния психического состояния на составляющие сознания и его структуры, их содержание и изменения в процессе взаимоотношений.

В этом контексте фундаментальное значение приобретает изучение бытийного слоя сознания: "чувственной ткани" (по А.Н. Леонтьеву) – образа психического состояния. Вопрос в том, как отображается (отражается) психическое состояние в сознании субъекта? В чём специфика образа психического состояния в отличие от предметного образа? Каковы механизмы возникновения образа психического состояния, особенности его содержания, структуры, динамики и др.?

Изучение образа психического состояния позволит объяснить его специфику и отличие от предметного образа, представленность состояния как образа в сознании, его связь с другими составляющими сознания, позволит показать закономерности становления образа психического состояния и его изменение, факторы, влияющие на специфику его возникновения (индивидуально-психологические, субъектно-личностные, социальные), регуляторную роль образа состояния в жизнедеятельности и др.

Успешные попытки изучения образа психического состояния и роли образа в контексте саморегуляции состояния предпринимались Л.Г. Дикой [3]. Ею было установлено, что образ психического состояния, выполняет особую роль в регуляторном процессе, так как в образе психического состояния представлены различные формы и уровни отражения человеком своего состояния, а также отображается деятельность по саморегуляции состояния. По мнению Л.Г. Дикой, "системное чувство" (по И.М. Сеченову), является психофизиологической основой субъективного отражения психического состояния. Ссылаясь на работу Дж. Адама, показавшего возможность осознания при определенных условиях интероцептивных сигналов, идущих из внутренней среды организма, Л.Г. Дикая приходит к заключению о том, что на основе этих ощущений и восприятия формируются психофизиологические уровни образа состояния субъекта.

В структуру образа входят: квазиперцептивный (образ в узком смысле слова), психофизиологический (соматический) и семантический (интерпретация, смысл образа), а также рефлексивный образ. Образ состояния порождается условиями, содержанием деятельности и одновременно внутренними ощущениями и самооценкой. В то же время образ психического состояния всегда актуален и существует "здесь и теперь". Одновременно, в памяти человека существует образ себя в определенных ситуациях прошлого, и по аналогии, образ потребного будущего. Л.Г. Дикая делает вывод о том, что образ психического состояния имеет ряд свойств, присущих перцептивному образу окружающего мира, таких, как целостность, интегральность и процессуальность [4].

При изучении образа мы исходим из следующих представлений. Образ состояния, в отличие от предметного образа, может рассматриваться как структура, в которой слиты воедино знание, переживание и отношение, где знание раскрывается на основе консолидации внутренних ощущений и субъективного опыта, переживание связано с осознанностью и рефлексивностью, а отношение выражает зависимость образа состояния от ситуаций его возникновения, с одной стороны, и влияние образа состояния на регуляторные процессы жизнедеятельности субъекта, с другой.

На наш взгляд, образ психического состояния связан с сенсорно-перцептивными процессами (впечатлением, ощущением, восприятием), со структурами субъективного опыта вкупе с представлениями (вторичными образами) и памятью, а также с переживаниями и рефлексией. Именно в переживании, на основе ощущений и рефлексии, субъекту дается реальность его психического состояния [9; 14]. Переживание определяет и закрепляет психический образ состояния, интенсивность (яркость) его проявления, тогда как рефлексия устанавливает границы образа, его близость и соответствие актуально переживаемому состоянию.

В соответствии с этими представлениями, механизмы, приводящие к возникновению и закреплению образа психического состояния, следующие. Внутренние ощущения и впечатления, вызванные событиями и ситуациями, переживаемыми субъектом, проходя этап сличения с содержанием прошлого опыта, превращаются в представления о пережитом состоянии, и далее, через процесс осознания в его образ. Подобно тому, как возникает и закрепляется предметный образ в процессе восприятия, образ психического состояния фиксируется и закрепляется в структурах памяти во время переживания индивидом данного состояния, формируя субъективный опыт (рис. 3).

В дальнейшем образ может репродуцироваться в актуальных ситуациях жизнедеятельности в форме представления, то есть образа памяти, хранящегося в субъективном опыте [2]. Данный образ не является предметным, это чувственный образ, формируемый переживанием. Он, в свою очередь, как и образ представления, может обогащаться и изменяться в процессе жизнедеятельности.

Субъективный образ психического состояния раскрывается в трех проекциях: прошлое (в представлении о состоянии), настоящее (образ актуального состояния, возникающий вследствие восприятия собственного состояния "здесь и сейчас") и будущее (образ будущего, например, желаемого состояния). Образ состояния характеризуется определенным строем, связанным с отношениями между составляющими образа, схемой, представляющей собой форму когнитивного

образования, объединяющей и отражающей пространственно-временные и функциональные отношения между составляющими состоянием, а также иерархической организацией, структурой, интенсивностью, качеством, модальностью и функциональностью. Он относительно стабилен, в его структуре существуют как постоянные, так и вариативные составляющие.

В когнитивном плане образ состояния представляет собой семантическое пространство, включающее в себя "накопленные" следы переживаний, осуществленных ранее ("прошедших") действий, поведения, физиологических реакций и др. [8]. Это следы "сцепления" семантического пространства с предметами, ситуациями и обстоятельствами жизнедеятельности субъекта. Каждая составляющая, входящая в семантическое пространство образа состояния, может являться своего рода "ключом" к возникновению состояния: закрепившаяся за определенным оперантом система психологических, физиологических, поведенческих и др. характеристик "развертывается" при актуализации состояния. В онтогенезе образ состояния изменяется в сторону большей качественной определенности и усложнения.

Содержание образа представляет собой результат отражения накопленного опыта переживания данного состояния при различных обстоятельствах, ситуациях и событиях, в которых находился субъект, и связано с его впечатлениями, рефлексивными процессами, особенностями переживания и др. Отраженные компоненты психического состояния фиксируются в сознании в определенном сочетании, формируя структуру. Последняя изоморфна реальному состоянию. Отметим, что в субъективном опыте фиксируются структуры пространства, времени, скорости изменения (движения) и интенсивности психического состояния. Опыт проецируется на актуальное собственное состояние. Субъектом воспринимаются характеристики состояния со стороны поведенческих, психологических, физиологических и др. показателей, придаётся форма этому разнообразию, формируется образ состояния, определяется качество. Субъект структурирует пространство состояния, создается система отсчёта (ориентиры), т.е. пространство только тогда и есть, когда оно структурировано [12]. Появляется мера. Движение по "собственной шкале" дает возможность субъекту оценить пространство состояния, что субъективно выражается в качественной определенности тех или иных составляющих, входящих в состояние при переживании интенсивности их проявления.

Переживание длительности ("длени") и изменения психического состояния создает временной ряд образа, включающий в себя различные характеристики (временные интервалы, последовательность, длительность, дискретность, циклы и пр.). Задачей ряда является синхронизация деятельности субъекта, событий и ситуаций, пространства, переживаний и др., в том числе, интеграция пространственных характеристик (параметров состояния) в единое образование – образ состояния.

В контексте развиваемой концепции, содержание субъективного опыта представляет собой относительно устойчивую пространственно-временную структуру состояния, переживаемую как определенное качество. Фиксация в опыте структур пространства, интенсивности, качества и модальности психического состояния в виде образа опосредуется переживаниями и рефлексивными процессами субъекта.

Отметим, что субъективный опыт характеризуется уровневой организацией, связанной с образом мира [1]. Первый, поверхностный слой, сенсорно-перцептивный ("перцептивный мир"). Понятие "перцептивный мир" задает обстоятельства, условия данные субъекту как "пространство-время" и характеризуется смысловыми дифференциациями между событиями и состояниями. Тем самым восприятие соотносится с образом мира и через него с состояниями субъекта. Субъект различает, сравнивая то, что дано в восприятии собственного состояния, с одной стороны, и в памяти и воображении, с другой. Различает по пространственному признаку (в виде формы, конфигурации ощущений) и по временному признаку – как наличное или отсутствующее. Семантический слой – картина мира – является собой структурированную совокупность субъективных отношений к актуально воспринимаемым объектам и представлена как система субъективных значений, в терминах которых дается описание субъективного мира. Картина мира управляется из глубины образом мира, а "строительный материал" ей поставляет "перцептивный мир". Как синтез комплекс-объектов, образ этого слоя выступает в качестве актуального снимка в субъективном семантическом пространстве. Самый глубокий слой, соотносимый с ядерными структурами образа мира – слой амодальных структур, образующийся при "обработке" семантического слоя. "Образ мира" проявляется через смысл, значение, пространство и время. Образ мира как система отношений человека с миром является также и отображением мира. Включенность образа состояния в картину мира и образ мира характеризуется сложностью, многоаспектностью и многоплановостью отношений.

Высказанные представления позволяют приблизиться к дефиниции образа психического состояния. Обратимся к определениям, близким к этому понятию, в литературных источниках.

В психологических словарях [11; 13] высказываются следующие представления об образе. Как следует из [11]: "Образ – чувственная форма психического явления, имеющая в идеальном плане пространственную организацию и временную динамику" (с. 228). Анализ способов употребления понятия "образ" приводит [13] к заключению о том, что образ есть имитация, сходство, копия, воспроизведение, дубликат и т.д. Он пишет: "Это специфическое значение термина было привнесено и в современную когнитивную психологию, где образ рассматривается как, грубо говоря, картинка в голове" [с. 531], тогда как правильнее говорить, "как будто картинка". И далее, "это ... когнитивный процесс, действующий так, "как будто" у человека возникает мысленная картинка, являющаяся аналогом сцены из реального мира. Наконец, своё понимание образа он завершает тем, что "образ не обязательно рассматривается как воспроизведение прежнего события, но скорее как конструкция, синтез" [с. 531]. Последнее, очевидно, уже имеет отношение к воображению, а не к представлению.

Таким образом, в семантическое поле "образа" психического состояния, как следует из этих источников, входят пространственные и временные характеристики, перцепция и форма, сходство, копия, воспроизведение, "мысленная картинка" и др. Вкупе с нашими представлениями о природе и механизмах образа состояния образ психического состояния может быть определён как совокупность перцептивных характеристик, отражающих в форме структурированного сочетания психологические, соматические, поведенческие и другие показатели субъекта,

представленных в сознании, изоморфных переживаемому психическому состоянию.

Взаимодействие ситуации (события), субъективного опыта, когнитивных процессов при опосредованном влиянии переживания, осознания и рефлексии приводит к формированию корреляционных образований ("констелляций" – по Б.Г.Ананьеву) из отдельных "ведущих" составляющих психологических структур. Корреляции изменяют переживание, поведение, психические функции, вегетативные реакции, физиологические и пр. процессы субъекта. Эти изменения объективируются в сознании в виде образа психического состояния.

В контексте данных представлений нами изучались феноменологические особенности и личностные корреляты образа психического состояния.

Для изучения образа психических состояний испытуемые описывали предложенные состояния в различные временные интервалы, репрезентируя их образ. Оценивались образы следующих неравновесных состояний – *радость*, *гнев* (состояния высокого уровня психической активности), *спокойствие* (состояние среднего уровня психической активности), *одиночество*, *утомление* (состояния низкого уровня психической активности) в диапазонах: минута, час, день, неделя, месяц, полгода, год. То есть, образ одного и того же психического состояния рассматривался во временном континууме от "минуты до года". Исследование проводилось с использованием опросника "Рельеф психического состояния", в котором выделялись 40 показателей состояния [Прохоров, 1998]. В обследовании участвовало 605 человек.

При обработке результатов подсчитывались средние значения, вариативность, вычислялись корреляционные отношения между показателями состояния в каждом временном диапазоне (анализировались 35 корреляционных матриц 40х40). Анализ структур образов состояний проводился по индексам, предложенным А.В.Карповым [Карпов, 2004; 2006]: организованность структуры (индекс ИОС), индекс когерентности структуры (ИКС), индекс дифференцированности структуры (ИДС).

Структурообразующие показатели определялись путем подсчета структурного веса каждого элемента образа (количество значимых положительных и отрицательных корреляций умноженных на коэффициент значимости). Коэффициент устойчивости-неустойчивости связей образа состояния подсчитывался как отношение устойчивых связей к общему количеству значимых связей. Устойчивые связи – связи, в которых значимость корреляций равна $p \leq 0.001$, связи неустойчивые (гибкие) – при корреляции $p \leq 0.05$.

Феноменологические характеристики

В результате обработки данных было установлено, что образ каждого психического состояния характеризуется определенной спецификой изменений, связанной с увеличением временного диапазона. Так, для образа состояния *радость* характерно повышение уровня организованности и устойчивости связей при некотором снижении интенсивности проявления. Интенсивность образа состояния *гнев* возрастает во времени вместе с ростом индекса организованности структуры и устойчивости связей. У образа состояния *спокойствие* интенсивность, уровень организованности структуры и устойчивость связей варьируют в пределах средних значений, они мало изменяются во временных промежутках. Проявления состояния *одиночество* в недельный и месячный срезы связано со снижением интенсивности и степени организованности структуры образа при возрастании устойчивости связей. Образ состояния *утомление*, при снижении интенсивности в недельный и месячный промежутки, характеризуется повышением организованности структуры и устойчивости связей.

Подсчёт индексов **организованности** структуры (ИОС) позволил выявить следующие особенности (Табл. 1). Как следует из таблицы, усложнение структур во времени характерно для образов состояний высокой и низкой психической активности (*гнев* и *утомление*). Организованность же структуры образа *спокойствие* сохраняется во всех временных диапазонах без значимых изменений. Связанность элементов структуры состояния *одиночество* имеет такую специфику: она возрастает к неделе-месяцу, а к году уменьшается. Индекс организованности структуры образа состояния *радость* неоднороден. Образ состояния *утомление* во все интервалы времени сохраняет самый высокий уровень организованности структуры, по сравнению с образами других состояний.

Таблица 1

Значения индексов организованности структур (ИОС) образов психических состояний в диапазоне "минута-год"

Психические состояния	Мин	Час	День	Нед	Мес	Полг	Год
Радость	907	1503	990	1213	1240	1115	1376
Гнев	860	743	1365	1574	1708	1744	1598
Спокойствие	1176	1264	1298	1167	1258	1089	1224
Утомление	1613	1725	2298	2207	2294	2269	2230
Одиночество	948	1281	1253	1641	1633	1413	1458

Рассмотрим характеристики **устойчивости связей** составляющих образов состояний в разные временные диапазоны. В результате обработки было обнаружено, что структура образа *утомление* во все интервалы времени характеризуется высоким уровнем связанности, устойчивости, что, вероятно, отражает частые переживания этого состояния человеком и соответствующую закрепленностью характеристик состояния в структуре образа.

Изучение **устойчивости** пространственно-временной организации образа психического состояния позволило установить, что устойчивость зависит от количества интракорреляционных связей показателей состояния (рассматривались характеристики психических процессов, поведения, переживания и физиологической реактивности) и уровня их значимости. Особое место занимают связи внутри подструктур психических процессов и переживаний, а также корреляции этих подструктур между собой. Установлено, что чем больше количество связей и выше уровень значимости корреляций, тем устойчивее пространственно-временная структура образа состояния. В тоже время, чем

более интенсивно протекает во времени психическое состояние, тем менее устойчив её образ. Наиболее устойчивыми являются образы состояний средней и низкой психической активности.

Отметим, что в динамике времени наблюдается увеличение числа связей между составляющими состояниями: психическими процессами, физиологическими реакциями, поведением и переживаниями, - это обеспечивает целостность и устойчивость структуры образа. Высокий индекс организованности также свидетельствует о связанности структуры образа, что позволяет сохранять качественное своеобразие состояния в разные временные диапазоны, так как устойчивость структуры образа определяет её прочность как целого. Рост индекса организованности объясняется, на наш взгляд, обогащением образов состояний вследствие их переживаний в ходе жизнедеятельности субъекта.

Таким образом, изменение времени–длительности сказывается на особенностях пространственных показателей образа состояния. Все образы психических состояний характеризуются тенденцией к изменению при увеличении временных диапазонов. В тоже время, несмотря на изменение показателей с течением времени, сохраняется субъективная идентификация одного и того же состояния.

Выводы. Предлагается модель образа психического состояния. Образ психического состояния, в отличие от предметного образа, может рассматриваться как структура, в которой слиты воедино знание, переживание и отношение. В содержание модели включены когнитивные процессы, субъективный опыт, переживание, рефлексия и ситуации жизнедеятельности. Психологическим механизмом, запускающим актуализацию образа психического состояния, являются отношения между данными составляющими.

Рассмотрены феноменологические особенности пространственно-временной организации образов психических состояний: специфика и интенсивность проявления, вариативность показателей, рельефы, изменения структурных характеристик во временных диапазонах, организованность и устойчивость связей внутри структур образов. Установлено, что образы психических состояний при их достаточной устойчивости и стабильности характеризуются тенденцией к изменению с увеличением временных диапазонов при сохранении субъективной идентификации состояния.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Артемьева Е.Ю.* Основы психологии субъективной семантики / Е.Ю. Артемьева. – М.: Смысл, 1999.
2. *Гостев А.А.* Психология вторичного образа / А.А. Гостев. – М.: Институт психологии РАН, 2007.
3. *Дикая Л.Г.* Психическая саморегуляция функционального состояния человека / Л.Г. Дикая. – М.: Институт психологии РАН, 2003.
4. *Дикая Л.Г., Семикин В.В.* Регулирующая роль образа функционального состояния в экстремальных условиях деятельности / Л.Г. Дикая, В.В. Семикин // Психологический журнал. – 1991. – Т. 12. – № 1. – С. 55-65.
5. *Карпов А.В.* Психология рефлексивных механизмов деятельности / А.В. Карпов. – М.: Изд-во "Институт психологии РАН", 2004.
6. *Карпов А.В.* Закономерности структурной организации рефлексивных процессов / А.В. Карпов // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27. – №6. – С. 21-25.
7. *Прохоров А.О.* Психология неравновесных состояний / А.О. Прохоров. – М.: Институт психологии РАН, 1998.
8. *Прохоров А.О.* Семантические пространства психических состояний / А.О. Прохоров. – Дубна: Феникс +, 2002.
9. *Прохоров А.О.* Смысловая регуляция психических состояний / А.О. Прохоров. – М.: Институт психологии РАН, 2009.
10. *Прохоров А. О.* О связи переживаний и психических состояний / А. О. Прохоров, Л. Р. Фахрутдинова // Учёные записки Казанского государственного ун-та. – Т. 150. – Кн. 3. Гуманитарные науки. – 2008. – С. 50-56.
11. Психологический словарь / [Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова]. – М.: Педагогика-Пресс, 1996. – С. 228-229.
12. *Стрелков Ю.К.* Инженерная и профессиональная психология / Ю.К. Стрелков. – М.: Академия, 2001.
13. *Ребер А.* Большой толковый психологический словарь / А. Ребер. – М.: Вече, АСТ, 2000. – Т. 1. – С. 530-531.
14. *Фахрутдинова Л.Р.* Теория переживания / Л.Р. Фахрутдинова. – Казань: Казанский государственный университет, 2009.

Подано до редакції 23.09.2011