



УДК 159.9.07

Характеристика психических состояний при различном уровне жизнестойкости личности

Т. А. Климонтова

Сибирская академия права, экономики и управления, г. Иркутск

Ю. В. Чепурко

Иркутский государственный университет, г. Иркутск

Аннотация. Рассмотрены особенности переживаемых психических состояний личности при различном уровне жизнестойкости личности. Жизнестойкость личности – базовая система убеждений, выступающая одним из психологических условий, определяющих характеристику типичных психических состояний. Проанализированы структурные компоненты типичного психического состояния: психические процессы, физиологические реакции, переживания и поведение. Выявлены значимые отличия по специфике переживания психических состояний у испытуемых с высоким и низким уровнем жизнестойкости. Установлена связь между уровнем жизнестойкости личности и переживанием типичных психических состояний: высокий уровень жизнестойкости создает благоприятную основу для устойчивости поведения, течения психических процессов.

Ключевые слова: психические состояния, шкала переживаний, направленность переживаний, физиологические реакции, жизнестойкость.

Современная ситуация жизнедеятельности человека характеризуется интенсивными политическими, информационными, социально-экономическими изменениями. На современном этапе развития психологической науки все большее внимание исследователей обращено к изучению способности личности противостоять негативному влиянию со стороны внешнего мира, поиску и раскрытию таких психологических феноменов, которые отражают внутренние ресурсы человека, способные нивелировать влияние внешних факторов и способствовать сохранению целостности личности. В настоящее время разработаны новые, актуальные концепции жизнестойкости личности [1], жизнеспособности человека [8].

Понятие «жизнестойкость», введенное в психологию С. Мадди и С. Кобейса, характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, при этом сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности. Под жизнестойкостью мы понимаем систему убеждений человека о себе, о мире, об отношениях с миром. Это диспозиция, включающая в себя три сравнительно автономных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. Вовлеченность определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто сто-

ящее и интересное для личности». Контроль представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Принятие риска – убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта – неважно, позитивного или негативного [6].

Для пояснения сущности психических состояний и их роли в целостной организации психики обратимся к наиболее актуальной на сегодняшний день концепции психических состояний А. О. Прохорова [7]. В рамках данной концепции на основе системного анализа психические состояния представлены как целостная многоуровневая, иерархичная, полимодальная система. Психическое состояние понимается автором как субъективное отражение личностью ситуации в виде устойчивого целостного синдрома в динамике психической деятельности, выражающегося в единстве поведения и переживания в континууме времени.

Кроме того, с позиции функционирования психические состояния выполняют интегрирующую функцию [2]. Это проявляется в обеспечении взаимодействия подсистем психики и тела в дискретных моментах времени между последовательными, наполненными субъективной значимостью для субъекта изменениями среды.

Особенно важным для нашего исследования выступают положения А. О. Прохорова о том, что психические состояния обеспечивают связь между психическими процессами и свойствами личности [7]. Автор указывает на обусловленность динамики психического состояния. В качестве ее детерминант выступают, во-первых, внешние условия; во-вторых, психологические свойства личности и, в-третьих, личностный смысл, отражающий отношение к ситуации, выражающееся в ее значимости для субъекта [4; 5].

На основе вышеизложенных теоретических положений в отношении сущности жизнестойкости личности и психических состояний мы склонны рассматривать данные психологические феномены как связанные. Мы предположили, что жизнестойкость личности как базовая система убеждений выступает одним из психологических условий, определяющих характеристику типичных психических состояний.

В ходе исследования с применением теста жизнестойкости (С. Мадди, адаптация Д. А. Леонтьева) были сформированы выборки испытуемых с полярным (высоким и низким) уровнем жизнестойкости. Всего охвачено обследованием 72 человека, из них: 76 % – девушки, 24 % – юноши, средний возраст испытуемых составил 18,9 года [9]. Далее с применением методики «Рельеф психического состояния» А. О. Прохорова были изучены структурные компоненты типичных психических состояний (психических процессов, физиологических реакций, переживаний, поведения) у испытуемых выделенных групп, и проведен сравнительный анализ по аналогии с диссертационным исследованием С. В. Дубровиной, выполненным под нашим руководством [3].

Перейдем к представлению полученных результатов. Как видно из рисунка, профили переживания психических состояний при различном уровне жизнестойкости существенно отличаются. Так, при высоком уровне жизнестойко-

сти личности наблюдается актуализация процесса памяти, волевых процессов и внимания – в отличие от испытуемых с низким уровнем жизнестойкости личности, которых, напротив, характеризует снижение запоминания, волевой регуляции и внимания при переживании типичных психических состояний.

В сфере физиологических реакций при высоком уровне жизнестойкости личности отмечается хорошая координация движений, двигательная активность, более обильное потоотделение. Жизнестойкие испытуемые при переживании психических состояний отмечают наличие неприятных ощущений в области сердца, учащение сердцебиения. В сфере переживаний при высоком уровне жизнестойкости отмечается веселость, оптимистичность, задорность, активность, бодрость, бойкость, большая раскрепощенность и раскованность.

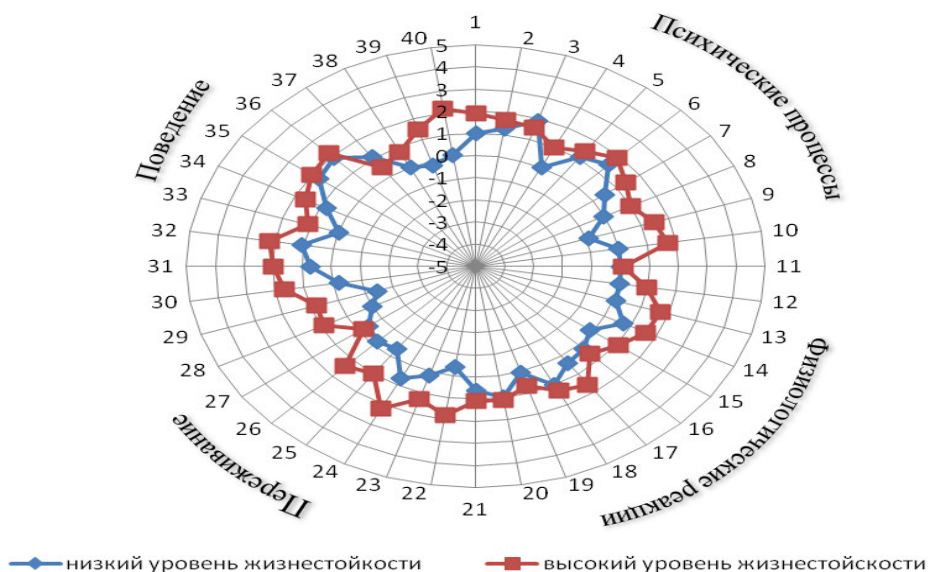


Рис. Характеристика психических состояний испытуемых с высоким и низким уровнем жизнестойкости

Примечание: синяя линия (группа I) – низкий уровень жизнестойкости, красная линия (группа II) – высокий уровень жизнестойкости. Психические процессы: 1 – ощущения; 2 – восприятие; 3 – особенности представлений; 4 – память; 5 – мышление; 6 – воображение; 7 – речь; 8 – эмоциональные процессы; 9 – волевые процессы; 10 – внимание. Физиологические реакции: 11 – температурные ощущения; 12 – состояние мышечного тонуса; 13 – координация движений; 14 – двигательная активность; 15 – сердечно-сосудистая система; 16 – проявления со стороны органов дыхания; 17 – состояние потоотделения; 18 – ощущения со стороны желудочно-кишечного тракта; 19 – состояние слизистой оболочки рта; 20 – окраска кожных покровов. Переживания: 21 – радость – печаль; 22 – грусть – оптимистичность; 23 – печаль – задорность; 24 – активность – пассивность переживаний; 25 – сонливость – бодрость; 26 – вялость – бойкость; 27 – погружение в переживания; 28 – напряженность переживаний; 29 – трудность – легкость переживаний; 30 – скованность – раскованность. Поведение: 31 – пассивность – активность в поведении; 32 – непоследовательность – последовательность в деятельности; 33 – импульсивность – размеренность в поведении; 34 – необдуманность – продуманность в поведении; 35 – неуправляемость – управляемость; 36 – неадекватность – адекватность в поведении; 37 – расслабленность – напряженность; 38 – неустойчивость – устойчивость в поведении; 39 – неуверенность – уверенность; 40 – закрытость – открытость.

При переживании типичных психических состояний проявления со стороны поведения у жизнестойких испытуемых характеризуются большей активностью, целеустремленностью, размеренностью, активностью, управляемостью, уверенностью, открытостью. Показатели испытуемых с низким уровнем жизнестойкости находятся в зоне средних значений.

Для выявления достоверности различий в структуре психических состояний у испытуемых с низким и высоким уровнем жизнестойкости личности (табл.) проведен статистический анализ с применением U-критерия Манна – Уитни. Данные, представленные в табл., свидетельствуют, что при переживании психических состояний существуют достоверные различия по параметру продуктивности психических процессов. Испытуемые с высоким уровнем отличаются более высокими показателями процессов памяти. Можно говорить о том, что переживание психических состояний при низком уровне жизнестойкости личности характеризуется протеканием процесса памяти, выражающемся в затруднении запоминания, сохранения, воспроизведения информации.

Таблица

Достоверные различия по структурным компонентам переживаемых психических состояний у испытуемых с различным уровнем жизнестойкости личности

Параметры состояний		Средние значения		U	Достоверность
		I	II		
Психические процессы	Память	2,1	1	364,5	д
	Воля	3,3	2,1	232	д
	Внимание	-0,03	1,7	303,5	д
Физиологические реакции	Координация движений	0,1	1,7	294,5	д
	Сердечно-сосудистая система	-0,1	1,1	352	д
	Потоотделение	0,4	1,6	365	д
Переживания	Грустность – оптимистичность	-0,4	1,8	282,5	д
	Пассивность – активность	0,7	2,2	360	д
	Сонливость – бодрость	-0,4	1	363	д
	Вялость – бойкость	-0,2	1,4	316,5	д
	Напряженность – раскрепощенность	-1	0,9	298,5	д
	Тяжесть – легкость	-1,4	0,8	261,5	д
	Скованность – раскованность	-0,2	1,7	279,5	д
Поведение	Пассивность – активность	0,7	1,6	370	д
	Непоследовательность – целеустремленность	1,1	2	372	д
	Импульсивность – размеренность	-0,03	2,2	372,5	д
	Неуверенность – уверенность	-0,2	1,5	331	д
	Замкнутость – открытость	0,1	2,2	300	д

Примечание: I – низкий уровень жизнестойкости, II – высокий уровень жизнестойкости, U – значение критерия Манна – Уитни, p – вероятность допустимой ошибки, д – различия достоверны (p < 0,05).

Статистически достоверно различается характеристика переживания типичных психических состояний у испытуемых с полярными уровнями жизнестойкости в сфере физиологического реагирования. Данные, представленные в

таблице, свидетельствуют о большей координации движений, однако и более выраженной реакции со стороны сердечно-сосудистой системы и более выраженном потоотделении.

Значимые отличия констатируются и по специфике переживания психических состояний у испытуемых выделенных групп. Так, доказано, что при высоком уровне жизнестойкости доминирует активность, бодрость, бойкость, раскрепощенность, легкость, раскованность, в отличие от испытуемых с низким уровнем жизнестойкости, для которых характерно преобладание сонливости, вялости, напряженности, ощущения тяжести, скованности в сфере эмоциональных переживаний.

По-разному влияет переживание типичных психических состояний у испытуемых выделенных групп на поведение. При высоком уровне жизнестойкости в поведении доминирует активность, целеустремленность, размеренность, уверенность в себе, открытость новому опыту. В то время как при низком уровне жизнестойкости личности фиксируется пассивность, непоследовательность поведения, импульсивность, неуверенность и закрытость.

Анализируя общую картину переживания психических состояний при различном уровне жизнестойкости личности, мы можем заключить, что уровень жизнестойкости личности в значительной степени обуславливает специфику переживания типичных психических состояний, создавая благоприятную базу для устойчивости поведения, течения психических процессов. Особо стоит отметить, что, несмотря на более выраженное реагирование в сфере физиологического состояния организма (повышенное потоотделение, сердцебиение), это не оказывает негативного влияния на течение познавательных процессов, эмоциональные переживания и поведение у жизнестойких испытуемых при актуализации типичных психических состояний.

В целом проведенное исследование подтвердило положение о связи между уровнем жизнестойкости личности и переживанием типичных психических состояний. Между тем оно поставило ряд новых вопросов в отношении исследования обширной мозаики факторов различной природы, детерминирующих переживание психических состояний.

Список литературы

1. Александрова Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии / Л. А. Александрова // Сибирская психология сегодня : сб. науч. тр. Вып. 2 / под ред. М. М. Горбатовой, А. В. Серого, М. С. Яницкого. – Кемерово, 2004. – С. 82–90.
2. Ганзен В. А. Системные описания в психологии / В. А. Ганзен. – Л. : ЛГУ, 1984. – 176 с
3. Дубровина С. В. Психические состояния старшеклассников с различными формами интеллектуальной одаренности : дис. ... канд. психол. наук / С. В. Дубровина. – Ярославль : Ярослав. гос. пед. ун-т им. К. Д. Ушинского, 2012. – 150 с.
4. Климонтова Т. А. Особенности психических состояний при различных степенях ожирения / Т. А. Климонтова // Ист. и соц.-образоват. мысль. – 2013. – № 3 (19). – С. 121–123.
5. Климонтова Т. А. Психические состояния как показатель самоорганизации внутреннего мира интеллектуально одаренных старшеклассников / Т. А. Климонтова //

Актуальные проблемы права, экономики и управления : сб. ст. Междунар. науч.-практ. конф. – Иркутск, 2011. – Вып. 7, т. 3. – С. 53–55.

6. Климонтова Т. А. Особенности жизнестойкости лиц с избыточной массой тела / Т. А. Климонтова, М. Н. Деденко // Соц. психолог. – 2014. – № 1 (27). – С. 74.

7. Прохоров А. О. Психология неравновесных состояний / А. О. Прохоров. – М. : Ин-т психологии РАН, 1998. – 152 с

8. Рыльская Е. А. Жизнеспособность человека: критерии, факторы, генезис / Рыльская Е. А. // Теория и практика обществ. развития. – 2013. – № 12. – С. 152–159.

9. Чепурко Ю. В. Сравнительный анализ психических состояний и жизнестойкости у студентов первого курса различных специальностей курса / Ю. В. Чепурко // Теория и практика обществ. развития. – 2015. – № 12. – С. 487–489.

Description of Psychological States at Different Levels of Personal Viability

T. A. Klimontova

Siberian Academy of Law, Economics and Management, Irkutsk

Y. V. Chepurko

Irkutsk State University, Irkutsk

Abstract. Specific features of personality psychological states at different levels of personal viability are considered. Personal viability is a basic belief system being one of the psychological conditions determining the character of typical psychological states. Structural components of typical psychological states are analyzed; they are psychological processes, physiological changes, experiences, and behavior. Significant difference of psychological states experience of subjects with high and low level of viability is revealed. Correlation between the level of personal viability and psychological states experience is identified: high level of viability provides the basis for behavior tolerance, mental functions processing.

Keywords: psychological states, experience rating scale, experience orientation, physiological change, viability.

*Климонтова Татьяна Анатольевна
доктор психологических наук, доцент
заведующий, кафедра общей и прикладной
психологии, проректор по научной работе
Сибирская академия права, экономики
и управления
664043, г. Иркутск, ул. Сергеева, 3/11
e-mail: klim75@bk.ru*

*Klimontova Tatiana Anatolievna
Doctor of Sciences (Psychology), Associate
Professor, Head, Department General
and Applied Psychology, Vice Rector for
Research
Siberian Academy of Law, Economics and
Management
3/11, Sergeeva st., Irkutsk, 664043
e-mail: klim75@bk.ru*

*Чепурко Юлия Владиславовна
кандидат психологических наук, доцент
Иркутский государственный университет
664003, г. Иркутск, ул. К. Маркса, 1
e-mail: juliavs@bk.ru*

*Chepurko Yulia Vladislavovna
Candidate of Sciences (Psychology),
Associate Professor
Irkutsk State University
1, K. Marx st., Irkutsk, 664003
e-mail: juliavs@bk.ru*