

УДК 159.95

**ОБРАЗ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ:  
ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННАЯ СТРУКТУРА***А.О. Прохоров, Л.В. Артищева***Аннотация**

Рассматривается модель образа психического состояния. В содержание модели включены когнитивные процессы, субъективный опыт, переживание, рефлексия и ситуации жизнедеятельности. Пространственно-временная структура образа является результатом накопленного опыта переживания состояния. Образы психических состояний при их достаточной устойчивости и стабильности характеризуются тенденцией к изменению с увеличением временных диапазонов при сохранении субъективной идентификации состояния. Выявлены возрастные особенности пространственно-временной организации образов психических состояний. Показано, что изменение пространственно-временных структур в возрастном плане характеризуется волновой динамикой.

**Ключевые слова:** психическое состояние, образ, структура, пространство, время, организованность.

В исследованиях образа психического состояния нами было установлено, что образ состояния представляет собой структуру, включающую в себя знание, переживание и отношение, а также внутренние ощущения вкупе с впечатлением и восприятием, субъективный опыт, осознанность и рефлексивность. Возникновение образа обусловлено ситуациями-событиями, а актуализированный образ состояния влияет на регуляцию жизнедеятельности человека [1, 2].

Нами отмечалось, что механизмом, приводящим к возникновению и закреплению образа психического состояния, является актуализация внутренних ощущений и впечатлений, которые вследствие переживаний субъекта через сличение с содержанием прошлого опыта превращаются в представления о пережитом состоянии и далее, через процесс осознания, в его образ. Затем образ психического состояния фиксируется и закрепляется в структурах памяти, формируя субъективный опыт, а в последующем репродуцируется в актуальных ситуациях жизнедеятельности в форме представления, то есть образа памяти, хранящегося в субъективном опыте [3, 4]. В обобщенном виде модель возникновения, закрепления и распознавания образа психического состояния представлена на рис. 1.

Отметим, что движением «снизу вверх» – от ощущений к образу – не исчерпывается данный процесс: одновременно отмечается и обратное движение «сверху вниз» – от структур сознания к ощущению, при этом в сознании происходит распознавание образа состояния через возникшую конфигурацию ощущений. Уже на начальной стадии, связанной с переживанием ситуации, события,

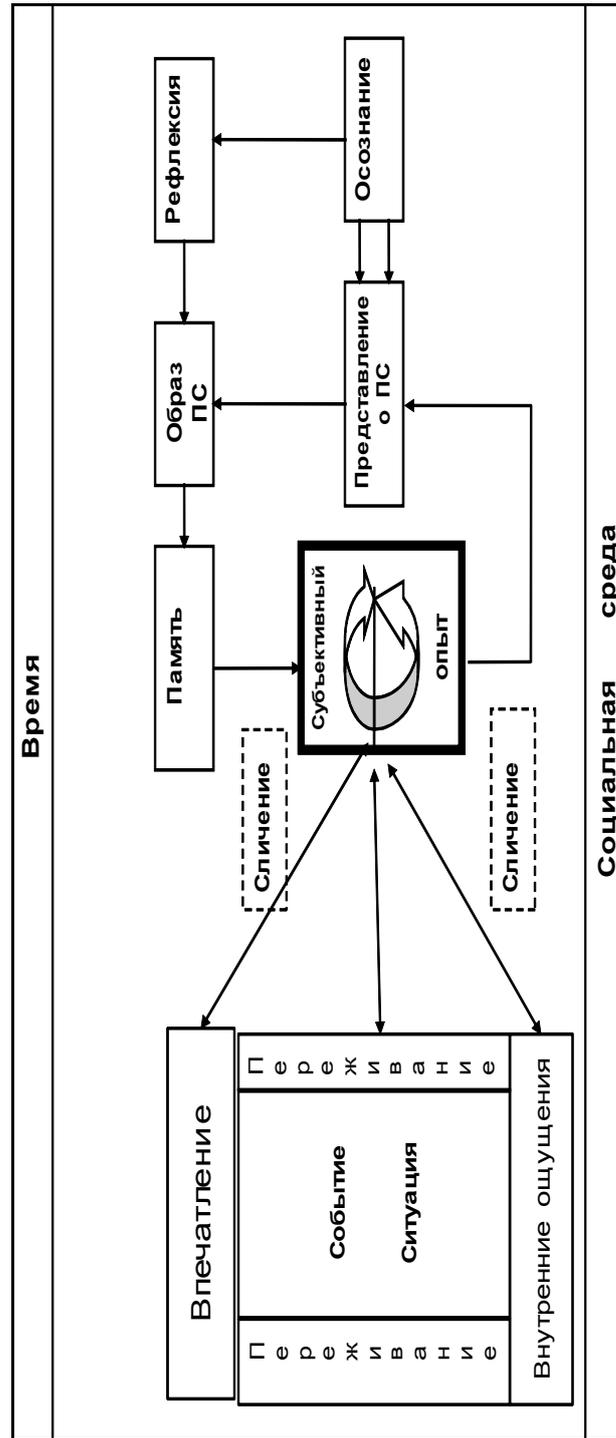


Рис. 1. Модель возникновения, закрепления и распознавания образа психического состояния

включаются механизмы сличения возникшей пространственной структуры состояния с образными схемами, являющимися компонентами ментальных репрезентаций (рис. 1).

Это апперцепция – узнавание, установление тождества представлений, хранящихся в виде ментальных репрезентаций в субъективном опыте, с актуализированным состоянием. Подобные механизмы ментальных репрезентаций складываются уже в младенческом возрасте, представляя собой антиципирующие схемы (ядро знания) в ментальных репрезентациях [5].

Таким образом, психическое состояние отображается в сознании в виде переживаемой конфигурации связанных субъективных и объективных шкал, возникающих вслед за актуализированным состоянием. Отсюда следует, что **образ психического состояния** может быть определен как *совокупность перцептивных характеристик, отражающих в форме структурированного сочетания психологические, соматические, поведенческие и другие показатели субъекта, представленных в сознании, изоморфных переживаемому психическому состоянию* [2, с. 13].

В соответствии с этими представлениями нами было проведено исследование, ориентированное на выявление особенностей образа психического состояния во временном континууме «минута – час – день – неделя – месяц – полгода – год». В выборку вошли мужчины и женщины в возрасте 20–30 лет (600 человек). Испытуемые описывали следующие психические состояния: *радость, гнев, спокойствие, одиночество, утомление*, – в различные временные интервалы. Исследование проводилось с использованием разработанного нами опросника «Рельеф психического состояния», содержащего 40 основных характеристик психического состояния. Показатели распределены в четырех блоках по десять в каждом: психические процессы, физиологические реакции, переживание, поведение. Каждый показатель имеет 11 уровней выраженности [6]. Временные особенности образа психического состояния оценивались по динамике интенсивности значений каждого показателя. Пространственные характеристики определялись подсчитыванием индекса организованности структуры (ИОС) [7, с. 21; 8, с. 169–170], коэффициентов устойчивости/неустойчивости связей [9, с. 64], коэффициентов вариации показателей [10], а также путем анализа корреляционных плеяд.

Рассмотрим результаты исследования.

**Феноменологические особенности.** Анализ полученных данных показывает, что динамика интенсивности образа психического состояния имеет свою специфику в зависимости от переживаемого состояния. Так, интенсивность показателей образа состояния *радость* снижается в диапазоне от минуты до года, а *гнева*, наоборот, повышается. Динамика образа состояния *спокойствие* варьирует в пределах среднего. Характеристики образов 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). Иными словами, происходит стирание границ между образами состояний, относящихся к одной модальности (рис. 2). В тоже время отметим, что идентификация состояний респондентами остается устойчивой.

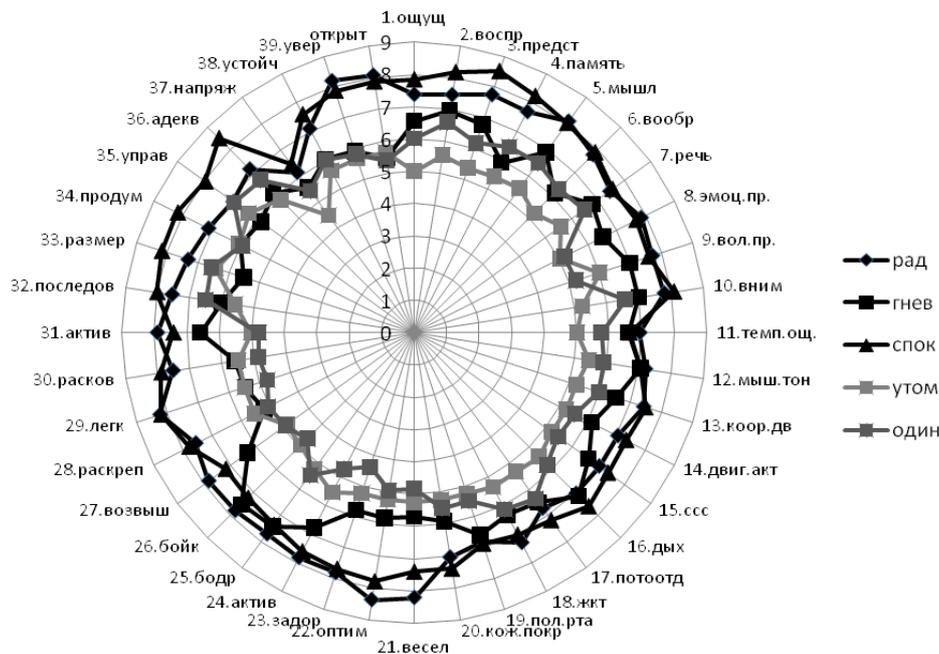


Рис. 2. Выраженность показателей образов состояний в диапазоне (год). Условные обозначения: 1–10 – характеристики психических процессов; 11–20 – физиологических реакций; 21–30 – переживаний; 31–40 – поведения

Табл. 1

Организованность структур образов психических состояний

	Минута	Час	День	Неделя	Месяц	Полгода	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

**Структурные характеристики.** Уровень сложности пространственной организации образа определялся путем подсчета ИОС. Было выявлено, что *организованность* структуры образа *спокойствие* сохраняется во всех временных диапазонах без значимых изменений, тогда как индекс организованности структуры образа состояния *радость* демонстрирует неоднородную динамику. Сложность структуры состояния *одиночество* имеет следующую специфику: она возрастает в диапазоне «неделя – месяц», а к году несколько снижается. Усложнение структуры во времени демонстрируют образы состояний высокой и низкой психической активности: *гнев* и *утомление* (табл. 1).

Обнаружено также, что образ состояния *утомление* во всех интервалах времени сохраняет самый высокий уровень организованности структуры. Пространство данного образа характеризуется максимальным количеством корреляционных связей показателей (до 740 связей значимостью  $p \leq 0.001$ ), тогда как структуры остальных образов имеют в два раза меньше связей (табл. 2).

Табл. 2

Общая картина количества высокозначимых связей в структуре образа ( $p \leq 0.001$ )

	Минута	Час	День	Неделя	Месяц	Полгода	Год
Радость	199	362	218	262	277	232	310
Гнев	168	129	323	380	431	450	418
Спокойствие	247	284	307	261	300	242	257
Утомление	426	484	610	691	721	740	702
Одиночество	200	303	290	445	429	337	378

Табл. 3

Индексы устойчивости связей образа психического состояния (%)

	Минута	Час	День	Неделя	Месяц	Полгода	Год
Радость	71.43	84.63	73.48	76.44	77.68	75.9	78.13
Гнев	73.87	57.44	77.51	84.54	85.76	87.54	87.6
Спокойствие	73.64	79.49	76.96	76.95	82.48	77.2	76.78
Утомление	86.64	87.18	92.4	97.91	98.84	98.06	97.16
Одиночество	74.36	77.17	77.35	87.76	85.8	81.76	85.89

Структура образа определяется не только количеством взаимосвязей показателей, но и *устойчивостью*, которая устанавливается по соотношению количества высокозначимых связей к общему количеству связей. Результаты показывают, что устойчивость образов состояний во всех случаях более 50%, то есть связи внутри образов достаточно жесткие (табл. 3). Наибольшей устойчивостью отличаются связи образа состояния *утомление*.

Анализ данных попарного сравнения корреляционных матриц выявил взаимосвязи, сохраняющиеся в структурах во все интервалы времени. Количество *сквозных связей* варьирует от 2 до 13 для каждого отдельного состояния индивидуально. В структурах образов состояний *радость* и *спокойствие* обнаружено по 2 взаимосвязи, сохраняющиеся во все интервалы времени. Наибольшее количество сквозных связей выявлено в структуре образа состояния *утомление* (13), далее состояния *одиночество* (12) и состояния *гнев* (11). Таким образом, большую устойчивость качества состояния обнаруживают образы отрицательных состояний *утомления*, *одиночества*, *гнева*, что, по-видимому, связано с содержанием эмоциональных переживаний, входящих в эти состояния.

Другая характеристика пространственной организации образа – *вариативность* его показателей (чем выше вариативность, тем образ менее устойчив, более подвижен). Сравнивая образы состояний между собой, отметим, что низкая вариативность показателей свойственна образам состояний *радость* и *спокойствие* в каждом диапазоне времени. Наиболее высокую вариативность, возрастающую со временем, демонстрируют характеристики образа состояния *утомление*. Из этого следует, что в сравнении с другими состояниями образ *утомления* обладает наименьшей устойчивостью. При этом коэффициенты вариации показателей образов состояний незначительно изменяются во времени и не являются высокими. Результаты свидетельствуют о том, что в общей картине изменений образов состояний во времени они мало вариативны, то есть достаточно устойчивы.

В структуре образов психических состояний могут быть выделены *структурообразующие показатели*, относящиеся к психическим процессам, физиологическим реакциям, переживанию и поведению. Так, в образе состояния *радость* структурообразующие показатели в большей степени относятся к подструктуре переживания. В образе состояния *гнев* – к блоку психических процессов. Структурообразующими в образе состояния *спокойствие* являются психические процессы и переживания. Образ состояния *утомление* характеризуется большим количеством структурообразующих показателей блока поведение. Большинство показателей блока физиологических реакций определяет образ состояния *одиночество*.

Среди структурообразующих показателей выявлены *инварианты* – сквозные показатели, принадлежащие одному состоянию, но встречающиеся в разных временных диапазонах. В образе состояния *радость* это координация движений (блок физиологических реакций). В образе состояния *гнев* сквозными являются волевые процессы (блок психических процессов) и интенсивность пототделения (физиологические реакции). В состоянии *спокойствие* инвариантны мышление (психические процессы) и вялость/бойкость переживаний. Инвариантными показателями в образе состояния *утомление* являются координация движений (физиологические реакции), напряженность/раскрепощенность переживаний, непоследовательность/последовательность, неуправляемость/управляемость, неадекватность/адекватность (блок поведения). В образе состояния *одиночество* это характеристики внимания, напряженность/раскрепощенность переживаний, закрытость/открытость поведения.

Обнаружены также и *структурообразующие инварианты*, свойственные разным состояниям. К ним относятся показатели психических процессов: четкость восприятия, мышление, воображение, речь, эмоциональные процессы, внимание; параметры физиологических реакций: координация движений, проявления сердечно-сосудистой системы; характеристики переживания (сонливость/бодрость, вялость/бойкость, напряженность/раскрепощенность, скованность/раскованность) и поведения: непоследовательность/последовательность, необдуманность/продуманность, неустойчивость/устойчивость.

Структурообразующие показатели различны у каждого состояния. Наличие инвариантных структурообразующих показателей свидетельствует об устойчивых ядерных образованиях в образах психических состояний, сохраняющих их структуру (качество) во времени, что позволяет субъекту осознавать, дифференцировать и распознавать собственные состояния в разных временных контекстах. По-видимому, структурообразующие инварианты образов вкупе с устойчивыми интеркорреляционными связями являются составной частью индивидуального опыта субъекта.

В анализе пространственной организации образа психического состояния значима не только общая картина отношений между составляющими образа, но также корреляции между подструктурами. Нами было обнаружено, что количество связей между подструктурами образа со временем увеличивается. Причем рост числа корреляций происходит за счет связей значимостью  $p \geq 0.001$ , что свидетельствует о повышении устойчивости образа.

**Возрастные особенности.** Изучение влияния *возраста* на изменение пространственно-временных характеристик образов психических состояний позволило обнаружить их специфику в различных возрастных группах. В результате исследования было установлено, что все показатели образов *положительных* состояний высокого уровня активности (*бодрость, радость*), кроме показателей поведения, характеризуются тенденцией к снижению интенсивности характеристик с возрастом и приближением к среднему уровню значений. Образы *отрицательных* состояний высокого уровня активности (*тревога*) в возрастной динамике демонстрируют выраженный разброс значений, они мало изменяются в онтогенезе. Показатели образов состояний *среднего* уровня активности (равновесные состояния – *заинтересованность, спокойствие*) имеют незначительный разброс значений всех показателей состояний. Их интенсивность с возрастом снижается, но незначительно. Характеристики образов состояний *низкого* уровня активности (*горе, усталость, печаль, утомление*) колеблются в границах сниженных значений, демонстрируя высокую дисперсию всех показателей при практически неизменной интенсивности.

Что касается *организованности* структур, то наиболее связанная структура образа состояния высокого уровня психической активности характерна для *радости* в возрастных группах 15–17 и 75–90 лет. Состояние *бодрость* имеет высокие значения организованности в 6–10 и 40–60 лет. Образ отрицательного состояния высокого уровня психической активности (*тревога*) характеризуется относительно высокими значениями организованности в 17–21, 40–60 и 60–75 лет. Показатели образов состояний *среднего* уровня психической активности (*заинтересованность, спокойствие*) характеризуются увеличением организованности в диапазоне 11–13 и 21–30 лет и ее снижением к более старшему возрасту.

Каждое психическое состояние *низкого* уровня психической активности демонстрирует определенную возрастную специфику. Показатели организованности образов состояний *горе, печаль, усталость, утомление* разнородны и характеризуются выраженным разбросом значений. В то же время отметим, что *печаль* с возрастом усиливается, что, по-видимому, связано с частотой переживания этого состояния. Высокая организованность *утомляемости* характерна для возрастных групп 15–17 и 60–75 лет.

Рассмотрим *устойчивость* образов психических состояний. Образы положительных состояний высокого уровня активности (*радость, бодрость*), а также состояний низкого энергетического уровня (*печаль, утомление*) имеют устойчивую структуру во всех возрастных группах. Состояния среднего уровня активности (*заинтересованность, спокойствие*) демонстрируют разную устойчивость образов в зависимости от возраста.

Индекс *когерентности* структур (ИКС) образов положительных состояний высокого уровня психической активности увеличивается с возрастом, тогда как индекс *дифференцированности* структур (ИДС), напротив, уменьшается. Все это в целом создает картину волнового нарастания организованности структур образов в возрастной динамике. Иными словами, в различные возрастные периоды структура образов данных состояний может быть как устойчивой и высокоорганизованной, так и наоборот. Волновая динамика индексов характерна также для образов состояний других уровней психической активности – среднего и

низкого. Отметим, что наиболее сложно организованной структурой являются образы положительных состояний высокого уровня активности, независимо от возраста. Слабую связанность в большей мере демонстрируют образы состояний среднего энергетического уровня и отрицательные состояния высокого уровня активности.

Вышеизложенное позволяет сделать следующие выводы.

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. Образ психического состояния, являясь субъективным отражением переживаемого состояния, максимально приближен к нему, отражая его ведущие структурные элементы: психические процессы, физиологические реакции, переживания, поведение.

Пространственно-временная структура образа свидетельствует о его сложности и организованности, отражая качественное своеобразие. Образ психических состояний, являясь результатом накопленного опыта переживания определенного состояния, обогащается в процессе жизнедеятельности. Этот процесс сопровождается увеличением организованности структуры образа. Устойчивость структуры образа состояния определяет его прочность как целого. Установлено, что образы психических состояний при их достаточной устойчивости и стабильности при репродукции характеризуются тенденцией к изменению с увеличением временных диапазонов при сохранении субъективной идентификации состояния.

Выявлены возрастные особенности пространственно-временной организации образов психических состояний. Установлена специфика образов психических состояний разного уровня психической активности со стороны организованности, устойчивости, когерентности и дифференцированности пространственно-временных структур у представителей отдельных возрастных групп. Показано, что изменение пространственно-временных структур в возрастном плане характеризуется волновой динамикой.

Работа выполнена при финансовой поддержке РГНФ (проект № 10-06-00074а).

### Summary

*A.O. Prokhorov, L.V. Artischeva. Image of a Mental State: Spatial and Time Structure.*

This article deals with a model of a mental state. The content of the model includes cognitive processes, subjective experience, emotional experience, reflection, and life situations. Time and spatial structure of an image is a result of accumulated experience of a mental state. Images of mental states with their ample stability tend to change with the increase in time ranges while maintaining subjective identification of a state. The work reveals age peculiarities of time and spatial organization of mental states' images. It is shown that the change in time and spatial structures in terms of age is characterized by wave-like dynamics.

**Key words:** mental state, image, structure, space, time, organization.

**Литература**

1. Прохоров А.О. Образ психического состояния: феноменологические особенности и личностные корреляты // Психол. исслед.: электрон. науч. журн. – 2011. – № 3 (17). – URL: <http://psystudy.ru>. 0421100116/0026, свободный.
2. Прохоров А.О. Образ психического состояния // Психология психических состояний: Сб. ст. / Под ред. А.О. Прохорова. – Казань: Казан. ун-т, 2011. – Вып.8. – С. 6–14.
3. Гостев А.А. Психология вторичного образа. – М.: Ин-т психологии РАН, 2007. – 511 с.
4. Прохоров А.О., Юсупов М.Г. Взаимодействие психических состояний и когнитивных процессов субъекта (на примере учебной деятельности) // Эксперим. психология. – 2010. – № 2. – С. 33–45.
5. Сергиенко Е.А. Раннее когнитивное развитие: новый взгляд. – М.: Ин-т психологии РАН, 2006. – 464 с.
6. Габдреева Г.Ш. Практикум по психологии состояний / Под ред. А.О. Прохорова. – СПб.: Речь, 2004. – 475 с.
7. Карпов А.В. Закономерности структурной организации рефлексивных процессов // Психол. журн. – 2006. – Т. 27, № 6. – С. 18–28.
8. Карпов А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. – М.: Ин-т психологии РАН, 2004. – 422 с.
9. Прохоров А.О. Психические состояния и их функции. – Казань: Изд-во Казан. пед. ин-та, 1994. – 168 с.
10. Зайцев Г.Н. Методика биометрических расчетов. Математическая статистика в экспериментальной ботанике. – М.: Наука, 1973. – 256 с.

Поступила в редакцию  
04.02.11

---

**Прохоров Александр Октабринович** – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой общей психологии Казанского (Приволжского) федерального университета.

E-mail: [ALProkhor@gmail.com](mailto:ALProkhor@gmail.com)

**Артищева Лира Владимировна** – аспирант кафедры общей психологии Казанского (Приволжского) федерального университета.

E-mail: [lira-love@yandex.ru](mailto:lira-love@yandex.ru)