

АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ ИДЕНТИФИКАЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ

ANALYSIS OF LITERATURE IDENTIFYING MENTAL STATES

Гильмутдинова И.М.

Gilmutdinova I.M.

Аннотация. Анализ теоретической литературы идентификации психических состояний. Необходимость изучения эмоционального интеллекта диктуется запросами практики, заключающимися в определении факторов, влияющих на эффективность профессиональной деятельности и социально-психологической адаптации личности.

Ключевые слова. Процесс идентификации, алекситимия, эмоциональный интеллект, процесс узнавания.

Abstract. Analysis of the theoretical literature on the identification of mental states. The need to study emotional intelligence is dictated by the demands of practice, which consist in determining the factors influencing the effectiveness of professional activity and the socio-psychological adaptation of an individual.

Keywords. Identification process, alexithymia, emotional intelligence, recognition process.

Важность дифференцированно обозначать собственный ментальный опыт отмечают многие специалисты в области психологии. Умение разделять чувства, отношения, образы необходимо, в первую очередь для оптимальной адаптации индивида и большей полноты бытия. На первый взгляд, ментальная дифференцированность схожа с понятием «когнитивная сложность», которая используется для объяснения «подробности» и разнообразия конструктов, которыми человек пользуется в оценке своего бытия – образов, чувств, поведения. А во-вторых, для компетентности в распознавании и обозначении собственных переживаний, всегда восходящих к осознаваемым или, что еще важнее, неосознаваемым потребностям.

Процесс идентификации – это психический процесс, заключающийся в способности соотносить, сопоставлять чувственные качества, которые возникают в процессе восприятия образа с предметом, а уже заключенная в восприятии [1].

Процесс идентификации основан на процессе сопоставления наличного впечатления с прошлым опытом. В процессе сопоставления прошлый опыт выступает как образец опознавательных признаков воспринимаемого предмета или явления.

Процесс идентификации подразделяется на индивидуальное и родовое.

В процессе индивидуальной идентификации распознается какой-либо индивидуальный объект. В результате чего, этот объект закрепляется в памяти как ранее встречавшийся. Процесс родовой идентификации – это распознавание вариативного предмета или явления. Идентификация вариативного объекта – это отнесение его к какому-либо известному классу объектов [2].

Идентификация подразделяется на сукцессивную и симультанную. Сукцессивная (последовательная) идентификация характеризуется стадийностью, связанная с предложением

и выбором гипотез. Изначально возникает чувство «знакомости», переходящее на уровень окончательного узнавания предмета или явления. Симультанная идентификация имеет мгновенный характер, тогда, когда объект уже знаком и условия восприятия не затруднено [3].

Первичной формой процесса идентификации является автоматическое узнавание в действии, выражение адекватной реакции на привычный раздражитель. Такое узнавание в действии возможно без узнавания в виде сознательного отождествления нового восприятия с предшествующим.

Еще одной из форм процесса идентификации, является то, что связано с чувством «знакомости», без возможности, однако, отождествления узнанного предмета с ранее воспринятым. В. Вундт объяснял данную форму следующим образом, что процесс идентификации происходит не только по признакам, а в комплексе с чувствами, которые они в нас возбуждают; вслед за моторными реакциями или одновременно с ними в узнавании начинают играть роль эмоциональные моменты, которые создают как бы эмоциональные обертоны сознания.

Третья форма процесса идентификации – отождествление предмета. Предмет, данный «здесь и сейчас» в одном контексте, в одной ситуации, выделяется из этой ситуации и отождествляется с предметом, данным ранее в другом контексте. Такая форма идентификации подразумевает оформленность восприятия в понятии [2].

По мнению С. Л. Рубинштейна, процесс идентификации узнавание относится к процессу восприятия. Но вместе с тем оно тесно связано и с памятью, и с мышлением. В каком-то смысле узнавание есть в развернутой форме акт мышления [7].

У процесса узнавания могут быть разные формы. В одних случаях он совершается на основе представлений или воспоминаний о конкретной ситуации, в которой был в прошлом воспринят этот или аналогичный предмет. В других случаях узнавание носит генерический (родовой) характер, опираясь на понятие о соответствующей категории предметов [5].

Следует отметить, что идентификация тесно связана с таким понятием как «эмоциональный интеллект».

Эмоциональный интеллект рассматривается в рамках социального интеллекта как подструктура, включающая способность наблюдать собственные эмоции, а также эмоции других людей, различать их и использовать эту информацию для управления мышлением и действиями. Эмоциональный интеллект фокусирует внимание на познании и использовании собственных и эмоциональных состояний и эмоций окружающих для решения проблем и регуляции поведения [3].

Эмоциональный интеллект – это способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией [1].

Понятие эмоционального интеллекта ввели Питер Сэловей и Джон Майер в 1990 году. Лишь спустя несколько лет они выпустили в соавторстве с Дэвидом Карузо книгу об эмоциональном интеллекте. Согласно психологической концепции, «эмоциональный интеллект» – это группа ментальных способностей, которые способствуют осознанию и пониманию собственных эмоций и эмоций окружающих (модель способностей) [7].

Структура эмоционального интеллекта (модель способностей), в рамках психологической концепции выглядит следующим образом:

- восприятие и выражение эмоций;
- использование эмоций с целью повышение эффективности мышления;
- понимание значения эмоций;
- управление эмоциями.

Все вышеописанные способности нужны для внутренней регуляции собственных эмоциональных состояний и успешного воздействия на внешнюю среду, которая регулирует эмоции [2].

В рамках психологической концепции основным методом диагностики эмоционального интеллекта считается методика – MSCEIT [6]. В каждой отдельной задаче, решение которой отражает развитие одного из четырех компонентов модели способностей эмоционального интеллекта, предлагается несколько вариантов ответа, а испытуемый выбирает один из них. Авторы методики (П. Сэловея, Дж. Майер, Д. Карузо) считают, что эмоциональные реакции могут быть оценены однозначно, в методике существуют однозначно правильные и однозначно неправильные варианты ответа [7].

В связи с тем, что работы Дж. Майера, П. Сэловея и Д. Карузо были опубликованы лишь в академических изданиях, общественность о них ничего не знала. Д. Гоулман доработал идеи об эмоциональном интеллекте и в 1995 году написал книгу об эмоциональном интеллекте. В своей книге Д. Гоулман уделил особое внимание практическому применению теории эмоционального интеллекта в жизни и на работе. Гоулман предложил внедрять программы обучения эмоционального интеллекта в школах и на предприятиях, утверждая, что эмоциональный интеллект более значим, чем академический интеллект [8].

Модель эмоционального интеллекта по Гоулману относится к смешанным моделям эмоционального интеллекта. В смешанной модели эмоционального интеллекта соединились когнитивные способности и личностные характеристики. Также Гоулман выделил пять основных составляющих эмоционального интеллекта:

1. Самосознание – способность называть эмоциональные состояния, способность понимать взаимосвязи между эмоциями, мышлением и действием, способность адекватно оценивать свои сильные и слабые стороны;
2. Саморегуляция – способность контролировать эмоций, умение изменять нежелательное эмоциональное состояние, способность в кратчайшие сроки восстанавливаться после стресса.
3. Мотивация – способность входить в эмоциональные состояния, которые способствуют достижению успеха, посредством использования глубинных склонностей проявлять инициативу.
4. Эмпатия – способность читать эмоции других людей, умение ставить себя на их место.
5. Социальные навыки – способность вступать удовлетворяющие межличностные отношения и поддерживать их [4].

Важно отметить, что индивиды с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта обладают выраженными способностями к пониманию собственных эмоций

и эмоций других людей, а также к управлению эмоциональной сферой, что обуславливает более высокую адаптивность и эффективность в общении [9].

В заключении, стоит отметить, что процесс идентификации, с одной стороны, происходит внутри восприятия и параллельно, оно является – актом мышления. С одной стороны, процесс идентификации упирается в восприятие, а с другой – в мышление [10].

Процесс идентификации происходит по-разному: в одних случаях он совершается на основе представлений или воспоминаний о конкретной ситуации, в которой был в прошлом воспринят этот или аналогичный предмет; в других – узнавание носит генерический характер, т.е. опираясь на понятие о соответствующей категории предметов.

Список литературы

1. *Андреева И.Н.* Эмоциональный интеллект: исследование феномена / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 78-86.
2. *Андреева И.Н.* Предпосылки развития эмоционального интеллекта / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2007. – № 5. – С. 57-65.
3. *Андреева И.Н.* Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И.Н. Андреева. – Новополюк: Полоцкий государственный университет, 2011. – С. 388.
4. *Гоулман Д.* Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман // пер. с англ. А.П. Исаевой. – М.: АСТ; 2009. – С. 478.
5. *Гаранян Н.Г.* Концепция алекситимии / Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова // Журнал социальной и клинической психиатрии. – 2003. – № 1. – С. 128-145.
6. *Ересько Д.Б.* Алекситимия и методы ее определения при пограничных психосоматических расстройствах / Д.Б. Ересько, Г.С. Исурина, Е.В. Койдановская. Методическое пособие. – СПб.: 2009.
7. *Рубинштейн, С.Л.* Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – С. 705.
8. *Трунов Д.Г.* Виды и механизмы функциональной алекситимии / Д.Г.Трунов // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2010. – Вып. 2.
9. *Lumley M.A.* Alexithymia, emotional disclosure, and health: a program of research. // Journal of personality. – 2004. – v. 72(6). – p. 1271-1300.
10. *Nicolo G., Semerari A., Lysaker P.H., Dimaggio G., Conti L., D'Angerio S., Procacci M., Popolo R., Carcione A.* Alexithymia in personality disorders: Correlations with symptoms and interpersonal functioning // Psychiatry Research. – 2011. – P. 190.