

СИСТЕМА Я В МЕНТАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ¹

SELF-SYSTEM IN THE MENTAL REGULATION OF PSYCHOLOGICAL STATES

Прохоров А.О., Чернов А.В., Юсупов М.Г., Карташева М.И.
Prokhorov A.O., Chernov A.V., Yusupov M.G., Kartasheva M.I.

Аннотация. Рассматривается роль системы Я в ментальной регуляции психических состояний. Основанием служат концептуальные представления о том, что система Я является центральным звеном (кронцентром) ментальной регуляторной системы, состоящей из рефлексии, переживаний, смысловых структур, репрезентаций, мнемических структур и др. Система Я, выполняющая регуляторную функцию по отношению к состоянию субъекта, влияет также на включенность ментальных структур в саморегуляцию состояний, на выбор регуляторных действий и операциональных средств и др.

Ключевые слова: психическое состояние, саморегуляция, система Я, структуры сознания, ментальный опыт

Abstract. The role of the system is considered the self-system role in the mental regulation of psychological states. The basis of the project is the conceptual understanding that the self-system is the central link of the mental regulatory system consisting of reflection, experiences, semantic structures, representations, mnemonic structures and others. The self-system performs a regulatory function on the state of the subject and influences on the inclusiveness of mental structures in self-regulation of psychological states, on the choice of regulatory actions and operational means, etc.

Key words: psychological state, self-regulation, self-system, structures of consciousness, mental experience

Анализ публикаций в области психологии состояний показывает, что при изучении основных механизмов обусловливания состояний – смысловых, рефлексивных, когнитивных и др., авторами не выделяется система Я как регуляторная составляющая, тогда как знание особенностей включенности системы Я в изменение состояний при различных обстоятельствах жизни, видах деятельности могло бы позволить выяснить ментальные механизмы регуляции и их роль в изменении состояний человека. Очевидна недостаточная изученность этой проблемы [2;4].

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ, проект 20-013-00076

Исследование этой проблемы позволит выявить общее и особенное в том, как система Я и её составляющие влияют на актуализацию, динамику, устойчивость, интенсивность и др. характеристики состояний, как обуславливающие факторы (ситуативные, культуральные, возрастные, половые и др.) действуют на систему Я и её регуляторные функции, каково опосредованное воздействие свойств личности, когнитивных и др. процессов на регуляторную функцию системы Я, каковы взаимоотношения и интеграция системы Я с структурами сознания (смысловыми, рефлексивными, переживания и др.) в регуляторном влиянии на психические состояния и др. Данное исследование существенно расширит знания о ментальных механизмах регуляции психических состояний и роли системы Я в этом процессе [3].

В прикладном аспекте потребность в таких исследованиях обусловлена тем, что актуальная повседневная жизнь человека и имеющие место «трудные» обстоятельства, напряженность жизнедеятельности, неоднозначность социальных процессов и др. постоянно обращены к необходимости адекватной регуляции собственных состояний человеком. В практическом плане полученные результаты могут явиться основанием для разработки новых методов, тренингов и технологий регуляции состояний, крайне необходимых для профилактики и улучшения психического здоровья населения в современных условиях социальной жизни человека.

В целом, ментальные механизмы регуляции недостаточно изучены. В полной мере это может быть отнесено к системе Я и её роли в регуляторном процессе и регуляции психических состояний, в частности. Данное положение обусловлено отсутствием разработанной концептуальной базы, объясняющей и описывающей регуляторную функцию Я системы, с одной стороны, а с другой, неустоявшимся категориальным аппаратом «системы Я» человека, приводящего к расплывчатости и диффузности трактовок и понимания Я в современной психологии. Содержание и объем этого конструкта до настоящего времени остаются дискуссионными. В частности, при описании Я человека, его самосознания, используются разные категории, как правило, отсылающие к определенной авторской теории: «идентичность», «Я-концепция», «Я-образ», «эго», «эмпирическая личность», «картина Я» и др.

Большинство исследователей признают многомерность, иерархичность системы Я и включают в нее широкий круг форм репрезентаций: представление о себе, эмоционально-ценностное соотношение, самооценку и др. Например, Л.Я. Дорфман [1] подчеркивает необходимость интегративного подхода к феномену Я с целью показа его как связной организованной системы. В фокусе данного направления не множество обособленных Я, а единая система Я, которая складывается из некоторого количества базовых взаимосвязанных элементов.

Ключевыми пунктами анализа Я, как системы, представляются связность (структура), многоаспектность (многомерность), и многоуровневость (иерархия) единого Я. В поле Я, как сплошной среде ментального пространства, в его разных узлах, Я принимает качественно разные значения и характеризуется интеграциями различных субмодальностей.

В целом, роль системы Я в ментальной регуляции состояний мало изучена. Данное положение обусловлено отсутствием разработанной концептуальной базы, объясняющей и описывающей ментальные механизмы саморегуляции состояний, а также фактологических данных, необходимых для этого.

В изучении системы Я в структуре ментальной регуляции психических состояний мы исходим из следующих концептуальных предположений. Система Я, на наш взгляд, является центральным звеном (кронцентром) ментальной регуляторной системы. Последняя представляет собой структуру взаимоотношений между характеристиками сознания: репрезентации, рефлексия, переживания, смысловые структуры, ментальный (субъективный) опыт). В совокупности весь регуляторный комплекс является составляющей частью субъективного (ментального) регуляторного опыта человека. Ментальный (субъективный) опыт интегрирует смысловые структуры сознания (личностный смысл, ценности, конструкты, смысловые установки и ориентации и др.), мнемические характеристики, ментальные репрезентации, входящие в структуру знаний (ассоциативные, оценочные, понятийные, образные характеристики), переживания, значения с категориальными структурами сознания, рефлексии и её виды, образы, процессы понимания.

Ментальная регуляторная система выполняет управляющую функцию по отношению к состояниям субъекта, её воздействия опосредуются внешними факторами (ситуации/события, пространство культуры, образ жизни, половые и возрастные особенности, временные факторы и пр.) вкупе с регуляторными действиями и обратной связью, а также внутренними: психологическими свойствами личности (темперамент, характер, способности и др.) и психическими процессами (когнитивные и метакогнитивные, мотивационные и др.) [5-7].

Существенным звеном в данной модели ментальной регуляции, на наш взгляд, является система Я, выполняющая узловую регулирующую функцию в организации включения ментальных структур в саморегуляцию состояний, влияющая на выбор операциональных средств (способы, приемы) и регуляторных действий. В соответствии с данными представлениями могут быть выявлены и описаны закономерности, связанные с ролью системы Я в регуляции состояний, а также изучены взаимоотношения системы Я со структурами сознания, обеспечивающими саморегуляцию в процессе жизнедеятельности субъекта.

Решение задач, связанных с изучением роли системы Я предполагает исследование взаимоотношений отдельных подструктур системы Я (Я-физическое, Я-реальное, Я-идеальное, Я-профессиональное, Я-актуальное, Я-будущее, Я-социальное, Я-когнитивное, Я-эмоциональное и др.) с психическими состояниями, возникающими в ходе деятельности, с последующим обобщением и интеграцией результатов в целостную картину взаимоотношений системы Я и состояний. Другой аспект решения задач будет связан с изучением взаимодействия системы Я и отдельных ментальных структур в регуляторном процессе. Это позволит показать роль системы Я в обеспечении включенности данных структур в регуляторный процесс и эффективность саморегуляции в повседневных и напряженных ситуациях жизнедеятельности.

Литература

1. Дорфман Л.Я. Диверсификация и интеграция поля “Я” в контексте концепции метаиндивидуального мира // Психологический журнал. Т.40. №1. 2019. С.38-46.
2. Прохоров А.О. Структурно-функциональная организация ментальной регуляции психических состояний // Методология, теория, история психологии личности / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Никитина, Н.Е. Харламенкова. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. (Методология, история и теория психологии) С.69-78.
3. Прохоров А.О. Система Я в структуре ментальной регуляции психических состояний субъекта // Бехтерев и современная психология личности: сборник статей VI Всероссийской научно-практической конференции. – Изд-во НОУ ДПО «Центр социально-гуманитарного образования», 2020. С. 8-10.
4. Прохоров А.О., Чернов А.В., Юсупов М.Г. Ментальная регуляция психических состояний: структурно-функциональная модель // Когнитивные штудии: Эмерджентность и сложность, когнитивные практики: материалы VIII междунар. междисциплин. конф. Вып. 8 / Под ред. А.П. Лобанова, Н.П. Радчиковой. – Минск: БГПУ, 2019. С.53-62.
5. Прохоров А.О., Карташева М.И. Система Я в субъективном (ментальном) опыте переживания неравновесных психических состояний // Экспериментальная психология. 2020. Т.13. № 3. С.80-104.
6. Прохоров А.О., Чернов А.В., Юсупов М.Г. Роль самооценки в регуляции психических состояний в учебной деятельности студентов // Психология психических состояний: сборник материалов XIV международной научно-практической конференции для студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых и преподавателей вузов (Казань, 20–21 февраля 2020 г.) [Электронный

ресурс] / сост. А.Н. Назаров / под общ. ред. Б.С. Алишева, А.О. Прохорова. – Электрон. сетевые данные. – Казань: Издательство Казанского университета, 2020. – Вып. 14. – 436 с. Режим доступа: http://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/158353/sbornik-zpsh_ С.288-294.

7. Alexandr O. Prokhorov, Madina I. Kartasheva. VI International Forum on Teacher Education. Self-System and Mental States of Students: Regulatory Aspect. Proceedings IFTE-2020,2033-2047doi:10.3897/ap.2.e2033. 2033-2047.

Авторы: **Прохоров Александр Октябринович**, ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет», Казань, Россия, alprokhor1011@gmail.com;

Чернов Альберт Валентинович, ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет», Казань, Россия, albertprofit@mail.ru;

Юсупов Марк Геннадьевич, ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет», Казань, Россия, yusmark@yandex.ru

Карташева Мадина Ильгизовна, ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет», Казань, Россия, kartashevami@mail.ru