

ОПРОСНИК «ФАКТОРЫ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ»

QUESTIONNAIRE “FACTORS OF MENTAL STATES”

Прохоров А.О, Макарчева А.В.

Prokhorov A.O., Makarcheva A.V.

Аннотация. В данной статье представлены результаты феноменологического исследования факторов, влияющих на изменение психических состояний человека. Было выделено два основных фактора и входящие в него параметры. На основе их анализа, был разработан опросник «Факторы психических состояний». Описан поэтапный план создания, математическая обработка и доказательство валидности. Также представлены первичные результаты исследования, с применением данного опросника.

Ключевые слова: факторы, детерминирующие психические состояния, внутренний фактор, внешний фактор, черты характера, параметр, психическое состояние человека.

Abstract. This article presents the results of a phenomenological study of the factors influencing the change in a person's mental states. Two main factors and parameters included in it were singled out. Based on their analysis, the questionnaire “Factors of mental states” was developed. A step-by-step creation plan, mathematical processing and proof of validity are described. The primary results of the study using this questionnaire are also presented.

Keywords: factors determining the development of the state, internal factor, external factor, character traits, parameter, and mental state of a person.

Актуализация и изменения состояний в процессе жизнедеятельности зависят от многих факторов. В нашей модели возникновения состояний ими являются внешние – ситуативно/событийные характеристики и внутренние факторы – субъектно-личностные и ментальные [1]. Необходимость в изучении влияния данных факторов на динамику психических состояний очевидна: она позволяет прогнозировать изменения состояний субъекта при тех или иных обстоятельствах жизнедеятельности. Эти соображения легли в основу разработанной нами методики.

Нами был разработан опросник факторов психических состояний человека.

Основным назначением опросника является изучение факторов, способствующих изменению психического состояния. Опросник определяет те факторы, которые влияют на изменение состояний в конкретной ситуации, события дня и т. д.

Методика представляет собой опросник с набором утверждений, описывающих признаки, влияющие на состояние человека. Степень согласия, обследуемого с каждым утверждением, дается по шестибальной шкале.

Опросник включает в себя три основных блока: внутренние факторы (включены внутренние процессы: ощущения, чувства и ценности человека); внешние факторы (включены значимые внешние факторы) и черты характера (представлены характерологические особенности человека).

Опросник разрабатывался в три этапа:

Первый этап, включал изучение описаний внутренних и внешних факторов, влияющих на изменение психических состояний и оценку их степени значимости. На основе контент-анализа, близкие по содержательной нагрузке факторы, были сгруппированы в параметры, которые и составляют основной текст опросника (см. табл. 1). В первом этапе выборка составила 178 человека, средний возраст которых составил 25–30 лет.

Таблица 1

Группы и параметры выделенных факторов

Группы	
Внутренние факторы	Внешние факторы
Параметры	
Эмоции и чувства	Социальные взаимодействия
Телесные проявления	Ситуации жизнедеятельности
Интеллектуальные характеристики	Природный фактор
Значимые обстоятельства	Действия и поведение
	Деятельность
	Внешнее воздействие

Второй этап, включал феноменологическое исследование психических состояний, с применением данного опросника. Выборка включала 132 человека, средний возраст респондентов составил 30–35 лет. Из них 92 % женщины и 8 % мужчин.

На третьем этапе проводился математический анализ полученных данных с помощью программы IBM SPSS Statistics версии 28.0. Для подтверждения валидности опросника, был выполнен анализ надёжности по средствам коэффи-

циента Альфа Кронбаха (см. табл. 2), корреляционный анализ Пирсона (для определения внутренней согласованности внутри выделенных параметров) и анализ по критерию Колмогорова-Смирнова (для определения нормальности распределения). Также подсчитывались средние значения.

Таблица 2

Значение анализа надёжности Альфа Кронбаха

	Значение Альфа Кронбаха (α)
Внутренние факторы	0,92
Внешние факторы	0,94
Черты характера	0,57

Примечание: значение выше 0,7, говорит о надёжности результатов измерения и внутренней согласованности предлагаемого параметра.

Показатели анализа надёжности Альфа Кронбаха по внутренним факторам составил: $\alpha=0,92$, при значении 0,7; внешних факторах – $\alpha=0,94$, при значении 0,7. Данные соответствуют надёжности результатов измерения представленных факторов, на основе которого можно сделать вывод, что данные параметры надёжны и измеряет то, на что направлены. Также, можно говорить, о внутренней согласованности характеристик. Показатель блока черты характера составил: $\alpha=0,57$, при значении 0,7. Показатель ниже заданного значения, и определяется как «сомнительный», но в соответствии с целями исследования, данный блок не исключается из методики.

По критерию Колмогорова-Смирнова, распределение по внутренним и внешним факторам, а также по блоку черты характера, является нормальным.

Корреляционный анализ Пирсона показал значимые корреляции на уровне 0,05 и 0,01 внутри факторов, что говорит о внутренней согласованности представленных параметров и их общей направленности на измерение заданного объекта (см. табл. 3). Наибольшее количество значимых корреляций можно наблюдать во внутренних факторах у таких параметров как «Эмоции и чувства», «Телесные проявления», «Интеллектуальные характеристики» и во внешних факторах, у таких параметров как «Ситуации жизнедеятельности», «Социальные взаимодействия», «Природные факторы», «Действие и поведение» и «Деятельность».

Также, была выделена медиана по параметру каждого фактора и среднее значение по каждому параметру (см. табл. 4).

Таблица 3

Значимые корреляции по параметрам методики

Факторы	Параметр	Злость	Неизвестность (неопределенность)	Взаимоотнош. с близ. людьми	Ситуация неопределенности, неожиданности	Привычки	Должествование, поручение важной работы	Эмоциональность	Самокритичность
Внутренние факторы	Раздражение	,311**	,246**	0,156	0,156	,321**	,321**	,179*	,193*
	Возмущение	,427**	,273**	,274**	,274**	,371**	,371**	,257**	,360**
	Гнев	,312**	,190*	,262**	,262**	,362**	,362**	,227**	,312**
	Грусть	,361**	,218*	,196*	,196*	0,152	0,152	,293**	,318**
	Тревога	,405**	,271**	,375**	,375**	,203*	,203*	,414**	,454**
	Злость	1	,190*	,309**	,309**	,389**	,389**	,359**	,401**
	Боль, болез- ненные ощущения	,274**	,205*	,382**	,382**	0,170	0,170	,185*	,373**
	Сексуальное напряжение	,328**	,195*	0,169	0,169	,178*	,178*	,303**	,186*
	Нехватка кислорода	,240**	,312**	,189*	,189*	0,147	0,147	0,155	,207*
	Изменение биологиче- ских ритмов	,355**	,280**	,201*	,201*	0,132	0,132	,278**	,377**
	Воспомина- ния	,180*	,201*	,280**	,280**	,186*	,186*	,399**	,390**
	Негативные мысли	,367**	,319**	,325**	,325**	,248**	,248**	,297**	,449**

Внешние факторы	Неизвестность, неопределенность	,190 [*]	1	,381 ^{**}	,381 ^{**}	,279 ^{**}	,279 ^{**}	,178 [*]	,249 ^{**}
	Самоотношение	,308 ^{**}	,300 ^{**}	,293 ^{**}	,293 ^{**}	,291 ^{**}	,291 ^{**}	,363 ^{**}	,449 ^{**}
	Позитивные мысли	,343 ^{**}	,203 [*]	,253 ^{**}	,253 ^{**}	,252 ^{**}	,252 ^{**}	,388 ^{**}	,294 ^{**}
	Борьба мотивов	,335 ^{**}	,388 ^{**}	,330 ^{**}	,330 ^{**}	,344 ^{**}	,344 ^{**}	,348 ^{**}	,420 ^{**}
	Жизненная стабильность	,324 ^{**}	,318 ^{**}	,410 ^{**}	,410 ^{**}	,228 ^{**}	,228 ^{**}	,300 ^{**}	,249 ^{**}
	Самореализация	,210 [*]	,250 ^{**}	,427 ^{**}	,427 ^{**}	,323 ^{**}	,323 ^{**}	,262 ^{**}	,328 ^{**}
	Саморазвитие	,285 ^{**}	,294 ^{**}	,259 ^{**}	,259 ^{**}	,307 ^{**}	,307 ^{**}	,295 ^{**}	,277 ^{**}
	Конфл с близ. людьми	,379 ^{**}	,273 ^{**}	,263 ^{**}	,263 ^{**}	,315 ^{**}	,315 ^{**}	,363 ^{**}	,301 ^{**}
	Общение с близ. людьми	,241 ^{**}	,303 ^{**}	,218 [*]	,218 [*]	,354 ^{**}	,354 ^{**}	,336 ^{**}	,310 ^{**}
	Изоляция, игнорирование, бойкот	0,129	,193 [*]	,352 ^{**}	,352 ^{**}	,304 ^{**}	,304 ^{**}	,373 ^{**}	,285 ^{**}
	Предательство	,382 ^{**}	,251 ^{**}	,357 ^{**}	,357 ^{**}	,304 ^{**}	,304 ^{**}	,389 ^{**}	,302 ^{**}
	Неодобрение недовольство со стороны значимых людей	,231 ^{**}	,305 ^{**}	,392 ^{**}	,392 ^{**}	,347 ^{**}	,347 ^{**}	,505 ^{**}	,356 ^{**}
	Неожиданные новости	,376 ^{**}	,207 [*]	,446 ^{**}	,446 ^{**}	,418 ^{**}	,418 ^{**}	,347 ^{**}	,373 ^{**}

	Быстрая смена условий деятельности	,313**	,284**	,575**	,575**	,460**	,460**	,273**	,453**
	Смена погодных условий	,329**	,341**	,243**	,243**	,333**	,333**	,318**	,339**
	Смена светового режима	0,168	,233**	,173*	,173*	,258**	,258**	0,171	,238**
	Финансовые расходы	,220*	,295**	0,162	0,162	,367**	,367**	,222*	,192*
	Изучение нового	,363**	0,140	0,169	0,169	,424**	,424**	,347**	,334**
	Агрессивное поведение	,483**	,345**	,464**	,464**	,474**	,474**	,422**	,376**
	Обман	,350**	0,160	,465**	,465**	,301**	,301**	,497**	,374**
	Негативная реакция окружающих	,176*	,213*	,423**	,423**	,422**	,422**	,468**	,372**
	Ласковое нежное поведение	,224*	,213*	,474**	,474**	,424**	,424**	,444**	,342**
	Срочное задание	,326**	,307**	,445**	,445**	,327**	,327**	,285**	,406**
	Ошибки в работе	,262**	0,166	,536**	,536**	,340**	,340**	,364**	,489**
	Успех в работе	,326**	,235**	,509**	,509**	,459**	,459**	,455**	,579**
	Путешествие	,272**	,309**	,356**	,356**	,328**	,328**	0,168	,302**
Черты характера	Новые впечатления	,254**	,276**	,336**	,336**	,338**	,338**	,363**	,425**
	Эмоциональность	,359**	,178*	,358**	,358**	,328**	,328**	1	,496**
	Тревожность	,441**	,308**	,370**	,370**	,236**	,236**	,506**	,587**
	Самокритичность	,401**	,249**	,470**	,470**	,322**	,322**	,496**	1

Медиана параметров каждого фактора

Фактор	Параметр	Медиана
Внутренние факторы	Эмоции и чувства	3,8
	Телесные проявления	3,42
	Интеллектуальные характеристики	3,2
	Значимые обстоятельства	3,75
Внешние факторы	Социальные взаимодействия	3,45
	Ситуации жизнедеятельности	3,5
	Природный фактор	2,76
	Действия и поведение	3,5
	Деятельность	2,1
	Внешнее воздействие	3,2
	Черты характера	3,5

В результате математического анализа показателей, получено их среднее значение по верхнему диапазону $\bar{x}=1,06$ и нижнему диапазону $\bar{x}=0,42$.

Также, поскольку каждый описанный респондентами фактор, имеет субъективную смысловую нагрузку и сходное коннотативное значение, было разработано описание параметров, для более удобной категоризации. Так как каждое событие имеет семантическое означивание, они были выделены в отдельные категории параметров, опираясь на авторское понимание параметров, преследуя цели заданного исследования.

Ниже представлен пример одной из таблиц, входящий в состав опросника.

Инструкция. Оцените степень влияния на изменение Вашего психического состояния, перечисленных ниже факторов, где: 0 – абсолютно не влияет, 1 – не влияет, 2 – скорее не влияет, чем влияет; 3 – умеренно влияет, 4 – влияет, 5 – влияет в высшей степени.

**Внутренние факторы.
Эмоции и чувства**

№	Наименование	Абсолютно не влияет	Не влияет	Скорее не влияет	Умеренно влияет	Влияет	Влияет в выс- шей степени
1	Раздраженность	0	1	2	3	4	5
2	Возмущение	0	1	2	3	4	5
3	Радость	0	1	2	3	4	5
4	Страх	0	1	2	3	4	5
5	Гнев	0	1	2	3	4	5
6	Любовь	0	1	2	3	4	5
7	Усталость	0	1	2	3	4	5
8	Грусть	0	1	2	3	4	5
9	Тоска	0	1	2	3	4	5
10	Счастье	0	1	2	3	4	5
11	Негодование	0	1	2	3	4	5
12	Наслаждение	0	1	2	3	4	5
13	Волнение	0	1	2	3	4	5
14	Удивление	0	1	2	3	4	5
15	Тревога	0	1	2	3	4	5
16	Подавленность	0	1	2	3	4	5
17	Воодушевление	0	1	2	3	4	5
18	Влюбленность	0	1	2	3	4	5
19	Злость	0	1	2	3	4	5

*Исследование выполнено при поддержке РФФИ,
проект № 20-013-00076*

Литература

1. Прохоров А.О. Психические состояния и их функции / А.О. Прохоров – Казань, 1994. – 168 с.

Авторы: **Прохоров Александр Октябрьнович**, г. Казань, Институт психологии образования Казанского федерального университета, профессор, д.н., кафедра общей психологии.

Макарчева Анастасия Владимировна, г. Казань, Институт психологии образования Казанского федерального университета, аспирант 3 года обучения, fdrv_anastasu@mail.ru.