

"Self-assessment of AP". 2. Questionnaire "Attitude to one's AP"(2019). 3. Methods for diagnosing the level of SF by L.I. Wasserman, modified by V.V. Boyko (Wasserman, Iovlev, Berebin, 2004). 4. Scale "SB" in the adaptation of V.M. Sokolova (1996). Mathematical procedures: descriptive statistics, multiple regression (IBM SPSS Statistic 23.0). Sample – 200 people: 18–35 years old (M = 25.7; SD = 4,5; 63.5 % are women).

Keywords: concern, satisfaction with appearance, self-esteem of appearance, social frustration, assessment of subjective well-being

РЕСУРСНЫЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МЫШЛЕНИЯ

Кашапов М.М.

Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова (г. Ярославль)
smk007@bk.ru

Аннотация. В статье обосновано, что важным условием сохранения и преумножения когнитивных познавательных ресурсов является высокий уровень дифференцированности ресурсности профессионального мышления как многоуровневой и динамической системы мыслительных процессов. Ресурсность мышления является инструментом инициации и поддержания творческой активности, направленной на осознанное выдвижение и достижение целей личностного развития и профессионального становления в контексте конструктивного противостояния воздействию негативных внутренних и внешних факторов.

Ключевые слова: ресурс, ресурсные познавательные состояния, профессиональное мышление, субъект.

Роль ресурсов в профессиональной деятельности, в том числе и мышления, трудно переоценить. Неслучайно нарушение нормального функционирования, ухудшение здоровья и другие негативные последствия стресса связываются с дефицитом ресурсов и недостаточной эффективностью стратегий копинга (C.S. Garver, F. Cohen, S. Folkman, R.H. Moss, M.F. Scheier, J.K. Weintraub). Можно выделить следующие причины возникновения данного феномена. Во-первых, работники с высокими личностными ресурсами способны более эффективно справляться с рабочими стрессами, то есть высокие требования приводят к выгоранию и стрессу только при недостаточных ресурсах (Halbesleben, Buckley, 2004; Lee, Ashforth, 1996; Schaufeli, Enzmann, 1998; Hakanen et al., 2008). Во-вторых, люди с высокими личностными ресурсами скорее восприни-

мают требования как интересный вызов, чем угрозу их благополучию (Bakker, Demerouti, 2014), а свои ресурсы оценивают как достаточные для конструктивного совладания с трудностями. В-третьих, ресурсность мышления служит «локомотивом» самосовершенствования субъектом собственного творческого профессионального мышления (Кашапов, Кашапов, 2020).

В связи с этим возникает вопрос: Существуют ли ресурсные познавательные состояния? Если да, то, каким образом они возникают? Возможно ли самоуправление этими состояниями? Ответы на эти и подобные вопросы можно найти в трудах А.О. Прохорова.

Психические состояния, по мнению А.О. Прохорова, отражают особенности функционирования психики человека в определенный период времени, влияют на формирование психических свойств и протекание психических процессов. Автор описывает равновесные и неравновесные психические состояния. Равновесные психические состояния – это устойчивые психические состояния, которые являются фундаментом адекватного поведения, характеризуются комфортностью переживаний, а также длительной продуктивной психической и трудовой деятельностью. Особое внимание А.О. Прохоров обращает на исследование ситуативных и феноменологических характеристик познавательных состояний субъекта, поскольку они имеют фундаментальное значение для развития представлений об активности человека. Неравновесные психические состояния высокой степени активности бывают положительно окрашенными, оптимизирующими деятельность субъекта и отрицательно окрашенными, негативно влияющими на деятельность. Неравновесные психические состояния низкой степени активности всегда отрицательно окрашены и более длительны во времени (А.О. Прохоров, 1998). При этом познавательное состояние рассматривается как состояние субъекта, характеризующееся высокой активностью и устойчивостью когнитивных процессов в течение определенного отрезка времени, направленное на решение задач жизнедеятельности, познание объектов внутреннего или внешнего мира. Именно типичные познавательные состояния выступают в качестве психологического фактора развития интеллектуальной сферы субъекта и, прежде всего, мыслительных процессов (Прохоров, Юсупов, 2015; Прохоров, 2017).

Ментальные репрезентации типичных состояний в большей степени связаны с интеллектуальными характеристиками субъекта: с обобщением, вербальным интеллектом, теоретическими способностями, способностью к абстракции, оперированию словами и др. (Прохоров, 2021, с. 168). Исследования, проведенные А.О. Прохоровым, демонстрируют, что практически все оценоч-

ные характеристики репрезентаций состояний имеют связь с когнитивными процессами. В большей степени с последними коррелируют ментальные репрезентации неравновесных состояний высокого и низкого уровней психической активности. Выявлены оценочные семантические категории, дифференцирующие и объединяющие репрезентации связей состояний с когнитивными процессами (Прохоров, 2021, с. 169). Следовательно, в работах А.О. Прохорова обосновано, каким образом в структуру психических состояний, наряду с другими познавательными процессами, включено и мышление. Можно подчеркнуть, что посредством проживания ресурсных познавательных состояний происходит формирование ресурсного мышления.

Профессионализация мышления будет успешной при условии эффективного функционирования системы энергетического обеспечения, соединяющего разум и тело. Подвергаясь стрессу, субъект зачастую блокирует эту энергию. Для избавления от имеющихся блоков он может обратиться к собственному опыту и достичь особого состояния внутренней гибкости и пластичности, которое открывает перед ним неисчерпаемые ресурсы и возможности даже в самых трудных жизненных ситуациях (Налимов, 1979).

Ресурсность мышления – это способность человека осмысливать (открывать новые смыслы), осознавать, развивать и умело управлять внешними и внутренними ресурсами в деятельности в условиях освоения различных способов разрешения стрессовых и проблемных ситуаций для достижения намеченной цели. Такое мышление обеспечивает нахождение и реализацию опорных точек в собственном опыте и в условиях окружающей среды.

Рассмотрение внутренних условий деятельности позволяет выйти на более глубокое понимание ментального развития человека. В случае необходимости создаются оптимальные ментальные конструкции, если старые перестают работать. Нахождение и реализация прорывного ресурса позволяет получить дополнительный оригинальный продукт.

Ресурсное познавательное состояние характеризуется совокупностью показателей физического и психологического здоровья, которая проявляется в том, что у человека достаточно сил и желания для решения текущих задач, а также энергии, чтобы реализовывать намеченные планы. Для вхождения в ресурсное состояние необходимо учитывать два ключевых аспекта: физическое и психологическое здоровье.

Можно отметить, что основная функция ресурсности мышления характеризуется сокращением различий между реальным и желаемым ресурсным состоянием субъекта. Эффективность функционирования ресурсности мышления

связана не с развитием отдельных её качеств, а со степенью организованности и структурированности её функциональной системы. Учёт функциональных характеристик такого мышления необходим для эффективного управления собственными психическими состояниями.

Ресурсность мышления рассматривается нами как высший психический познавательный метапроцесс, выступающий психическим ресурсом реализации творческой активности субъекта в выдвижении и достижении жизненных (личных и профессиональных) целей. Эта активность обеспечивается целостной системой познавательной деятельности, участием системы самых разных процессов, явлений и уровней психики, являющихся средствами ее реализации. Профессионал становится творцом порой не вопреки, а благодаря сопротивлению среды, аналогично полёту самолета, использующего сопротивление воздуха.

Установленные показатели профессионализации мышления позволяют приблизиться к ответу на вопрос о соотношении роли внутренних (личностных) и средовых (социальных, профессиональных) детерминант в становлении профессионального мышления: либо мышление проявляется в разных сферах профессиональной деятельности (преобладание внутренних детерминант), либо оно может выражаться в этих сферах избирательно (преобладание средовых детерминант).

Анализ результатов проведенного цикла исследований (Кашапов, Кашапов, 2020) позволил установить психологическую закономерность: если в мышлении преобладает ситуативный уровень обнаружения проблемности, то происходит совершенствование профессиональной деятельности субъекта, при этом появляются профессиональные новообразования. А если доминирует надситуативный уровень, то у него возникают личностные новообразования. Именно личностные ресурсы являются основным источником профессионализации мышления педагога.

Внутренние ресурсы, прежде всего, духовные, выполняют инструментальную функцию в реализации задач развития личности. Функциональная характеристика личностных ресурсов проявляется в расширении границ ментального опыта субъекта и появлению новых ресурсов посредством актуализации и реализации потенциальных возможностей. Возникновение ресурсов обусловлено, во-первых, тем, что ресурсы, начавшие выполнять триггерные функции, заменяются ресурсами, имеющими созидательную направленность; во-вторых, одни ресурсы по мере необходимости способны порождать и усиливать другие ресурсы. Причем усиление духовных ресурсов способствует развитию когнитивных ресурсов. Синергетический эффект, взаимообогащающий различные виды ресурсов, повышает возможности субъекта в совладании с потенциально

трудными ситуациями в превентивном плане. Когнитивные познавательные ресурсы выступают в роли, как модераторов, так и медиаторов, опосредуя и обуславливая связи организационных факторов (требований и ресурсов работы) и психологических последствий (увлеченность и удовлетворенность работой, выгорание, стресс) и продуктивности

Таким образом, основным ресурсом профессионализации мышления являются интеллектуальные состояния, выражающиеся в форме профессиональной проблемной ситуации как психического состояния познавательного и практического затруднения субъекта деятельности. Рассмотренные показатели позволяют определить содержание направленности субъекта на оптимальное выполнение мыслительной деятельности, которое характеризуется достижением максимальной результативности при минимальных затратах. В связи с этим представляется перспективным рассмотрение когнитивного познавательного ресурса в качестве аттрактора как возможной траектории движения неравновесной системы, обеспечивающей достижение устойчивого состояния в условиях напряженной мыслительной деятельности.

Благодарность. Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22–28–00602, <https://rscf.ru/project/22–28–00602/>

Литература

Кашапов М.М. Формирование профессионального творческого мышления: учебное пособие. Сер. Высшее образование. / М.М. Кашапов, А.С. Кашапов. – 2-е изд., пер. и доп. – М.: ЮРАЙТ, 2020. – 125 с.

Прохоров А.О. Психология неравновесных состояний. / А.О. Прохоров. – М.: ИП РАН, 1998. – 152 с.

Прохоров А.О. Технологии психической саморегуляции. / А.О. Прохоров. – Х.: Гуманитарный Центр, 2017. – 360 с.

Прохоров А.О. Ментальные репрезентации психических состояний. / А.О. Прохоров. – М.: Институт психологии РАН, 2021. – 186 с.

Прохоров А.О. Организация познавательных состояний студентов с различным уровнем осмысленности жизни. / А.О. Прохоров, М.Г. Юсупов // Учен. зап. Казан. ун-та. Сер. Гуманит. науки. – 2015. – Т. 157. – кн. 4. – С. 236–244.

RESOURCE COGNITIVE STATES OF PROFESSIONAL THINKING

Kashapov M.M.

P.G. Demidov Yaroslavl State University (Yaroslavl)

Abstract. The article proves that an important condition for the preservation and multiplication of cognitive resources is a high level of differentiation of the re-

sourcefulness of professional thinking as a multilevel and dynamic system of thought processes. Resourcefulness of thinking is a tool for initiating and maintaining creative activity aimed at consciously advancing and achieving the goals of personal development and professional formation in the context of constructive opposition to the impact of negative internal and external factors.

Keywords: resource, resource cognitive states, professional thinking, subject.

ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ НА ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ ЧЛЕНОВ КОЛЛЕКТИВОВ И ПРОЦЕСС ИХ РЕГУЛЯЦИИ

Каюмова Н.Ю.

Казанский (Приволжский) федеральный университет (г. Казань)

paix@inbox.ru

Аннотация. В данной статье проанализированы социально-психологические факторы коллективов, выявлены их состав, структура, групповые процессы, групповые нормы и ценности, исследованы аспекты влияния социально-психологических факторов на процесс регуляции психических состояний в повседневных и напряженных ситуациях. Выявлены взаимосвязи между социально-психологическими характеристиками группы и рефлексивными и смысловыми структурами.

Ключевые слова: социально-психологические факторы, психологический климат, психическое состояние, регуляция психического состояния.

Традиционно под коллективом принято понимать разновидность социальной общности и совокупность индивидов, определенным образом взаимодействующих друг с другом, осознающих свою принадлежность к данной общности и признающих его членами с точки зрения других. В современной психологии существуют различные подходы к пониманию социально-психологического климата в коллективе. Так, ряд исследователей социально-психологический климат анализируют через стиль взаимоотношений людей, находящихся в непосредственном контакте друг с другом, на основании межличностных отношений, определяющих социальное и психологическое самочувствие каждого члена группы (Парыгин, 1999; Шепель, 1986).

Предметом изучения стали особенности влияния психологического климата современного коммерческого коллектива, осуществляющего свою деятельность в сложившихся к моменту исследования реалиях экономической, политической, со-