

ПСИХІЧНІ СТАНИ ОСОБИСТОСТІ В ОСОБЛИВИХ ТА ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ЯК ПРЕДМЕТ НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

УДК 159.98:355.233:355.4(477)

Р. В. Ковшов

Професійна діяльність військовослужбовців підрозділів спеціального призначення здійснюється в особливих та екстремальних умовах, детермінованих специфічністю обстановки, психофізичними перевантаженнями, підвищеною відповідальністю за свої дії, відсутністю повноцінного відпочинку тощо.

Складні умови виконання військовослужбовцями підрозділів спецпризначення бойових і миротворчих завдань визначають особливості професійної військової діяльності, що спричиняють фізичні, психічні, інформаційні та інші перевантаження військовослужбовців й призводять до виникнення під час виконання бойових завдань несприятливих психічних станів. Становлення та розвиток у Збройних Силах України системи психологічного забезпечення професійної діяльності й підготовки особового складу до діяльності в особливих та екстремальних умовах, недостатня вивченість станів психічного напруження та перенавантаження військовослужбовців підрозділів спеціального призначення в період підготовки та виконання спецзавдань спонукає до осмислення сутності й особливостей психічних станів особистості та їхньої класифікації.

Психічні стани стали вперше предметом системного наукового аналізу у дослідженнях М. Левітова. Окремим проблемам психічних станів особистості присвячені праці багатьох інших вітчизняних, а також зарубіжних дослідників (Л. Берковіц, В. Бехтерев, В. Вілюнас, Б. Додонов, К. Ізард, Є. Ільїн, О. Ковальов, М. Корольчук, В. Крайнюк, К. Платонов, С. Рубінштейн, Т. Шінгаров, О. Чебикін, П. Якобсон та ін.). Зміст та підходи до класифікації

психічних станів особистості висвітлені в роботах В. Ганзен, Г. Леонової, А. Прохорова, Ю. Сосновікової, В. Юрченко.

Мета статті – розглянути сутність та особливості психічних станів особистості, їхню структуру та класифікацію.

До психічних станів особистості відносять вияви відчуттів (настрій, афект, ейфорія, тривога, фрустрація тощо), уваги (зосередженість, неуважність), волі (рішучість, розгубленість, зібраність), мислення (сумніви), уяви (марення) тощо. Предметом спеціального вивчення є психічні стани людей в екстремальних умовах діяльності (у бойовій обстановці). Різні підходи до вивчення психічних станів багато в чому схожі, але водночас у них є і відмінності.

Перше більш-менш систематичне вивчення психічних станів починається в Індії II–III тисячоліття до н. е., предметом якого став стан нірвани. Філософи Стародавньої Греції також торкалися проблеми психічних станів. Систематичне вивчення психічних станів у психології почалося з У. Джеймса, який трактував психологію як науку, що займається описом і тлумаченням станів свідомості. Під станами свідомості в психології У. Джеймса розуміються такі явища, як відчуття, бажання, емоції, пізнавальні процеси, судження, рішення, бажання тощо.

Подальший розвиток категорії психічних станів пов'язаний в основному з недостатнім розвитком вітчизняної психології. Першою вітчизняною публікацією, присвяченою психічним станам, є стаття О. Чернікової “Стартова лихоманка” у 1937 р., виконана у межах психології спорту, присвячена передстартовому стану спортсмена. Крім того, у межах психології спорту в подальшому психічні стани досліджували В. Васильєв, О. Єгоров, О. Крестовніков, Я. Лехтман, К. Смирнов, В. Спірідонов, А. Пуні та інші.

До середини XX століття в широкій проблематиці вивчення психічних станів виділилися такі дослідницькі напрями, як соціокультурні, філософсько-психологічні, психоаналітичні, психосоматичні тощо.

В даний час у вивченні психічних станів розробляються біохімічні, фізіологічні, клініко-психологічні і психологічні дослідження. Різні автори неодноразово робили спроби дати наукове визначення поняттю “психічний стан”. Загальнопсихологічну розробленість психічні стани одержали, починаючи зі статті Н. Левітова 1955 року. Йому ж належить і перша монографія з психічних станів. Після його робіт психологія почала визначатися як наука про психічні процеси, властивості та стани людини.

Так, на думку Н. Левітова, психічний стан – це цілісна характеристика психічної діяльності за певний період часу, що показує своєрідність психічних процесів залежно від відображувальних предметів та явищ дійсності, що передують стану й психічним властивостям особистості [4]. Розкриваючи сутність цього визначення, Н. Левітов стверджує, що будь-який психічний стан є дещо цілісне, певний синдром. Наприклад, стан, який називають боротьбою мотивів, зазвичай розглядається в межах вольових процесів, проте він містить також пізнавальні й емоційні елементи, які утворюють цілісну структуру. Вельми суттєвим для психічного стану є і те, що він на деякий час характеризує психічну діяльність, тобто має своєрідні типові риси. Наприклад, стан стомлення достатньо своєрідний і типовий, щоб відрізнити його від протилежного стану бадьорості та працездатності.

Паралельно з психологією проблема психічних станів порушувалася і суміжними науками. Так, І. Павлов писав: “...ці стани являють нам першорядну дійсність, вони спрямовують наше щоденне життя, вони зумовлюють прогрес людського суспільства” [7]. З іншого боку, І. Павлов вважав, що єдиним предметом психології є, можливо, лише психічні стани.

Подальша розробка психічних станів у межах фізіології пов’язана з ім’ям П. Купалова, який показав, що тимчасові стани формуються зовнішніми впливами за механізмом умовного рефлексу. Крім цього, він показав, що можна утворювати умовні рефлекси і певні стани кори.

На сьогодні не існує будь-якого єдиного погляду на проблему станів. У психології найбільш поширеним є уявлення про стани як відносно стійкі

психічні явища, що мають початок та кінець, тобто динамічні утворення. Загальноприйнятою є думка про стани як психічні явища, що відображують особливості функціонування нервової системи та психіки людини в певний період часу.

За Б. Ломовим: “...психічні процеси, стани гніву й властивості існують не поза живим організмом людини... Вони є функцією мозку, сформованого і розвиненого у процесі біологічної еволюції та історичного розвитку людини. Тому виявлення законів психіки вимагає дослідження роботи мозку і нервової системи, більше того, всього організму людини загалом” [5].

Відповідно до принципу єдності психічного і біологічного, а також вимог об’єктивної оцінки психічних станів, подальше їхнє дослідження проводилося у двох напрямках: дослідження функціонального гніву й емоційного стану, тобто дослідження тих станів, які яскраво виражені і піддаються об’єктивній діагностиці (насамперед діагностиці фізіологічних параметрів).

На сьогодні багатьма дослідниками психічні стани окреслено як цілісні характеристики психічної діяльності за певний період часу. Змінюючись, вони супроводжують життя людини в її стосунках з іншими людьми, суспільством тощо.

У будь-якому психічному стані можна виділити три загальних виміри: мотиваційно-спонукальний (є визначальним), емоційно-оцінний і активаційно-енергетичний.

Психічні стани людської спільноти характеризуються певними ознаками, які не властиві взагалі або властиві меншою мірою станам індивіда: масовидність; яскраво виражений соціальний характер; велика політична значимість у житті суспільства; “зараження” (здатність до швидкого поширення); “ефект групи” (збільшення сили і значення станів людської спільноти); інформативність; тенденція до закріплення.

Психічні стани людини характеризуються цілісністю, рухливістю і відносною стійкістю, взаємозв’язком з психічними процесами і властивостями

особистості, індивідуальною своєрідністю і типовістю, різноманіттям, полярністю.

Цілісність психічних станів виявляється в тому, що вони характеризують у певний проміжок часу всю психічну діяльність загалом, виражають конкретне взаємовідношення всіх компонентів психіки. Рухливість психічних станів полягає в їхній мінливості, у наявності стадій (початок, певна динаміка і кінець).

Психічні стани мають відносну стійкість, їхня динаміка менш виражена, ніж у психічних процесів (пізнавальних, вольових, емоційних). При цьому психічні процеси, стани і властивості особистості найтісніше взаємопов'язані між собою. Психічні стани впливають на психічні процеси, вони є фоном останніх. Водночас вони виступають як основа для формування якостей особистості, передусім характерологічних. Наприклад, стан зосередженості мобілізує процеси уваги, сприйняття, пам'яті, мислення, волі й емоцій людини. У свою чергу, цей стан, неодноразово повторюючись, може стати якістю особистості – зосередженістю.

Під впливом психічних станів, які виникають у ході життєвих відносин, конфліктних ситуацій, трудової діяльності, можлива також перебудова або навіть зміна відносно стійких якостей особистості.

Психічні стани відрізняються різноманіттям і полярністю. Останнє поняття означає, що кожному психічному стану людини відповідає протилежний стан (впевненість – невпевненість, активність – пасивність, фрустрація – толерантність тощо).

Для вивчення й діагностики психічних станів велике значення має їхня класифікація. Психічні стани людини можна класифікувати таким чином. Поряд із психічними станами окремої людини існують і “масовидні” стани, тобто психічні стани певної спільноти людей (мікро- і макрогруп, народів, товариств). У соціологічній і соціально-психологічній літературі спеціально розглядаються два види таких станів – громадська думка і суспільний настрій.

У вітчизняній психології психічні стани розглядаються: 1) як процес переживання; 2) як часовий зріз або стан психіки в цілому; 3) як вияв рис особистості.

На фоні великої кількості різнопланових прикладних досліджень, особливо в тих галузях психології, які пов'язані з діяльністю і життєдіяльністю в особливих напружених та екстремальних умовах, немає єдиної теорії психічних станів, що призводить до термінологічної плутанини.

Відсутність єдиної теорії пояснюється складністю самої цієї категорії: нечіткістю (розмитістю) меж, багаторівневістю, великою кількістю компонентів і функцій станів, а також наявністю інтраіндивідуальної й інтеріндивідуальної мінливості кожного психічного стану [9; 11].

На нашу думку, психічний стан в особливих та екстремальних умовах являє собою суб'єктивне відображення військовослужбовцем ситуації у вигляді стійкої цілісної реакції в динаміці психічної діяльності, що виражається в єдності поведінки і переживання під час виконання професійної діяльності. Дане визначення містить необхідні категоріальні ознаки, властиві психічному стану як специфічному явищу, і може використовуватися як опорне визначення цієї категорії.

Будь-який психічний стан може розглядатися як складна система, що тимчасово утворилася, як конкретний вияв усіх компонентів, явищ психіки в даний момент [12]. При цьому психічний стан є, певним чином, якісно новим утворенням зі своїми власними закономірностями, властивостями і якостями.

Склад психічного стану, що характеризується ступенем різноманітності і кількісними співвідношеннями різних елементів, представлено у дослідників психічних станів по-різному. Так, деякі виділяють як основні компоненти будь-якого психічного стану енергетичну, нейродинамічну, психомоторну і когнітивну підсистеми. Інші включають до складу психічного стану перцептивні, вольові, ефективні, розумові компоненти і свідомість або розглядають когнітивний, емоційний мотиваційний і активаційний компоненти [1; 2].

Отже, компонентний склад психічного стану визначається всією психікою, єдністю її якісних енергетичних, інформаційних, динамічних та інших складових у кожний конкретний момент часу.

Структура психічного стану описується за допомогою трьох критеріїв: рівневості, суб'єктивності-об'єктивності, ступеня узагальненості. На основі кожного з них формується одна з підструктур загальної структури психічного стану [1].

Перша підструктура ієрархічна і співпадає з рівневою організацією людини. Вона складається з таких рівнів:

1) фізіологічний рівень (найнижчий) включає нейрофізіологічні характеристики, морфологічні й біохімічні зміни, зрушення фізіологічних функцій;

2) психофізіологічний рівень складають вегетативні реакції, а також зміни психомоторики і сенсорики;

3) психологічний рівень характеризується змінами психічних процесів;

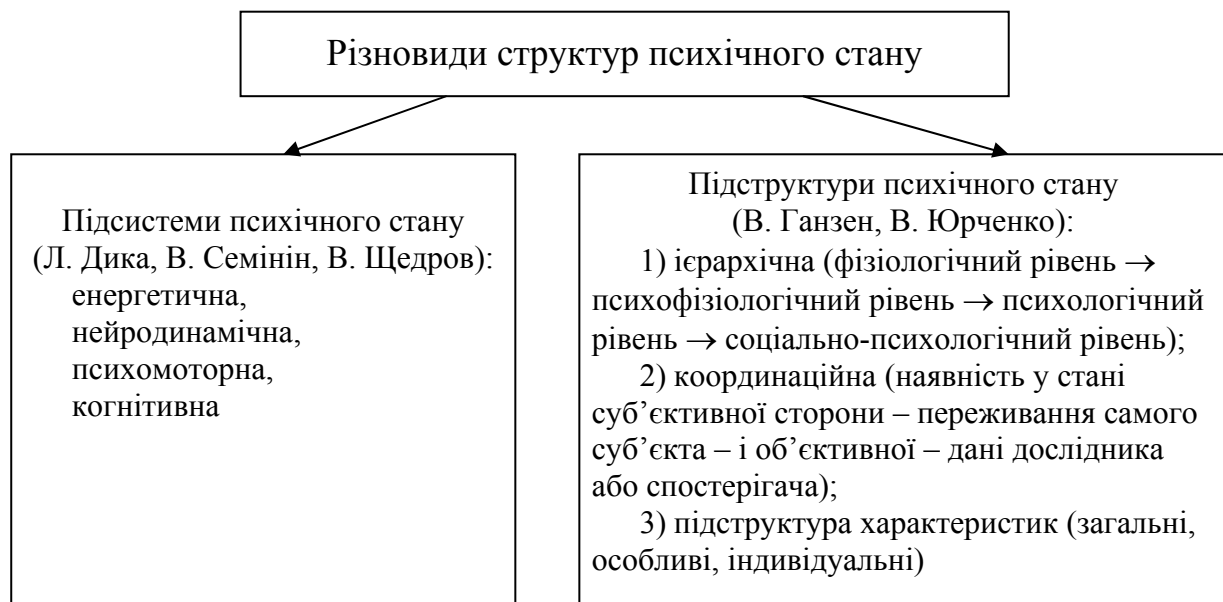
4) соціально-психологічний рівень включає характеристики поведінки, діяльності та суб'єктивних відносин.

Друга підструктура координаційного характеру розкриває наявність у стані суб'єктивної сторони – переживання самого суб'єкта – і об'єктивної – дані дослідника або спостерігача.

Третю підструктуру психічного стану утворюють три групи характеристик: загальні, особливі й індивідуальні, що знаходяться між собою у взаємовключених зв'язках [1] (див. рисунок).

Таким чином, психічний стан має ієрархічну структуру, яка співпадає з рівневою організацією людини, і координаційну, що виражається в суб'єктивній (переживання) і об'єктивній (поведінка) сторонах стану.

Будь-яка ознака психічного стану може бути покладена в основу тієї чи іншої їх класифікації. Проте завдання класифікації полягає не тільки в тому, щоб виявити та вказати ознаки, що можуть бути її підставами, а в тому, щоб відобразити сутність самого явища.



Класифікація різновидів структур психічного стану

Ми хотіли б звернутися до різних класів станів, які виділяє А. Прохоров, розглядаючи проекції психічних станів на просторово-часовій та інформаційно-енергетичній площині. Виходячи з теоретичних уявлень, можна окреслити такі види психічних станів за шкалою часу: оперативні, поточні й тривалі [9]. Розглянемо їх коротку характеристику. Оперативні стани закінчуються за короткий час (секунди або хвилини). У цьому тимчасовому відрізку в основному завершуються перцептивні, мнемічні, вольові та інші дії, а послідовності стимулів об'єднуються в цілісну групу. Вони ситуативні і можуть бути розглянуті як реакції особистості. Як правило, оперативні стани можуть бути моностанами і полістанами, тобто в їх складі домінує одна або дві складові, переважно емоційна або вольова.

Поточні стани тривають години або дні. У цьому тимчасовому діапазоні здійснюються головні життєві та соціальні функції, відбуваються основні події, в які включена особа, реалізується намічена діяльність. У структурному відношенні їх можна розглядати як полістани, тобто їх структурний зміст є складнішим, він представлений декількома складовими особистості.

Тривалі стани тривають місяці і роки. У даному тимчасовому діапазоні відбуваються якісні і кількісні зміни на різних рівнях психічної організації.

Цю групу складають полістани, які характеризуються складним, багатокомпонентним змістом, ці стани обумовлені способом життя. Вивчаючи проекцію психічних станів на інформаційно-енергетичній площині, виділяють врівноважені та невраїноважені стани [9].

Врівноважені стійкі психічні стани мають середній (оптимальний) рівень психічної активності, їх оптимальність виявляється в адекватній, передбачуваній поведінці, ефективній діяльності і комфортному переживанні. Неврівноважені, у свою чергу, характеризуються нестійкістю, вищим або нижчим рівнем психічної активності (щодо середнього).

О. Рягузова виокремлює такі групи психічних станів [10]: 1) оперативні моностани високого енергетичного рівня; 2) поточні врівноважені моностани і полістани; 3) поточні невраїноважені моностани і полістани; 4) тривалі невраїноважені стани низького енергетичного рівня.

Необхідно відзначити, що третя і четверта групи не мають жорстких меж, тобто поточний невраїноважений стан може стати тривалим невраїноваженим станом з низьким енергетичним радикалом. Використання цієї класифікації може допомогти при визначенні різних функцій психічних станів.

Доцільно поділяти функції психічних станів на загальні, тобто властиві всім станам, незалежно від їх вигляду, і переважаючі, тобто специфічні, обумовлені якостями конкретних станів. До загальних належать функції віддзеркалення, інтеграції, диференціації, регуляції, формування і розвитку [9].

Розглянемо специфічні функції психічних станів залежно від їх належності до тієї чи іншої групи і від площини основної дихотомії – позитивної і негативної забарвленості.

Специфічною функцією короткочасних невраїноважених станів високого енергетичного рівня (групи) є функція захисту, охорона психіки від надмірного збудження і перекладання її на оптимальний рівень реагування або навіть низький. Тому ця група невраїноважених станів сприяє швидкому вирішенню ситуації (якщо це можливо), іноді навіть неадекватним способом. Крім того, переважаючою функцією негативних невраїноважених станів цієї групи є

активізація рефлексивних процесів, необхідних для вирішення складних ситуацій, а також поява нового знання, що визначає надалі вибірковість по відношенню до подібних ситуацій. Особливою функцією позитивних неврівноважених станів високого енергетичного рівня є мотиваційна; саме ці стани сприяють когнітивно-пізнавальному опрацюванню проблем і їх вирішенню.

Поточні врівноважені стани є тим фоном, на якому розгортаються й ефективно діють психічні процеси і властивості, включені в ту або іншу діяльність, в той або інший акт поведінки. Позитивні поточні неврівноважені стани забезпечують ефективність діяльності і поведінки доти, поки не буде досягнуто бажаного або очікуваного результату. Негативні поточні неврівноважені стани можуть виконувати функцію антиципації (наприклад, стан тривожності) або функцію захисту (стан стомлення).

Тривалі неврівноважені стани активізують інтелектуальні функції суб'єкта і пошукову активність, необхідні для виникнення властивостей і новоутворень у структурі ментальності суб'єкта. У результаті цього виникають узагальнення (думки, рішення, нові сенси, нові значення), що приводять до вирішення суб'єктивно складної проблеми.

З еволюційної точки зору, психічні стани є перехідними формами між психічними процесами й інтегральними психологічними утвореннями. Їх доцільно назвати простими психологічними станами. На відміну від них, такі стани, як перевтома, стресові стани тощо, є складними. Крім того, для повноцінної характеристики психічних станів особистості, на нашу думку, доцільно розглянути особливості психічних функціональних станів.

Категорія функціонального стану виникла з привнесенням у психологію поняття “функціональна система”. Функціональний стан – це психофізіологічне явище у взаємозв'язку зі своїми закономірностями, що закладено в особливій функціональній системі. Безліч станів, що визначають певний рівень функціональних можливостей, утворюють діагностичну одиницю, яку, зазвичай, називають функціональним станом. Цікаве визначення стану дає

Є. Ільїн, яке він теж виводить з поняття “функціональна система”. Стан – це реакція функціональних систем на зовнішні та внутрішні впливи, спрямовані на отримання корисного результату.

Психічний функціональний стан розглядається як система психофізіологічних і психічних функцій, від яких залежить продуктивність професійної діяльності та працездатність людини на певному проміжку часу.

Є. Ільїн розглядає стани, які розвиваються у людини в процесі її суспільно значущої діяльності та стосуються як психологічних, так і фізіологічних структур особистості. За визначенням Є. Ільїна, психофізіологічний стан – це цілісна реакція особистості на зовнішні і внутрішні стимули, спрямована на досягнення корисного результату [3].

За Є. Ільїним, будь-який психічний стан пов’язаний з фізіологічними структурами людини (або він буде викликаний фізіологічними процесами, або сприятиме виникненню певних фізіологічних процесів). Тому будь-який стан є як переживанням суб’єкта, так і діяльністю різних його функціональних систем. Причому він виражається не тільки у ряді психофізіологічних показників, а й в поведінці людини. Таким чином, стан можна представити характеристиками трьох рівнів реагування: психічного (переживаннями), фізіологічного (соматичними структурами організму і механізмами вегетативної нервової системи) і поведінкового (вмотивованою поведінкою).

У будь-якому психофізіологічному стані повинні бути обов’язково подані всі перераховані вище рівні, і лише за сукупністю показників, що відображають кожен з цих рівнів, можна зробити висновок про стан, в якому знаходиться людина. Ні поведінка, ні різні психофізіологічні показники, взяті окремо, не можуть достовірно диференціювати один стан від іншого, оскільки, наприклад, збільшення частоти пульсу або зменшення часу реакції можуть спостерігатися при різних станах.

Є. Ільїн вважає, що провідне місце в діагностиці стану займають переживання. Саме переживання чогось (апатії, страху, огиди, невпевненості тощо) дозволяє достовірно говорити про психофізіологічний стан, який виник у

людини. Переживання і фізіологічні зміни не існують окремо, тобто вони завжди супроводжують один одного. Наприклад, втома, апатія супроводжуються зміною певних фізіологічних функцій, так само як фізіологічні ознаки певного стану супроводжуються відчуттям втоми, апатії.

Таким чином, стан відображає рівень функціонування як окремих систем, так і всього організму. Тому цілком логічно говорити не про психічні або психофізіологічні стани, а про функціональні стани.

Згідно із сучасними уявленнями ключовою ланкою в структурі загального функціонального стану організму є стан центральної нервової системи. При цьому він розглядається як результат взаємодії неспецифічної генералізуючої активності, джерелом якої є ретикулярна формація, і специфічної активності, що має низку локальних джерел. Останні визначають рівень уваги і сприйняття, понятійного мислення, моторної активності, мотивації й емоцій. Під специфічною активністю розуміється властива конкретній системі організму реакція на певний зовнішній або внутрішній стимул.

У вітчизняній психології психічні стани розглядаються як процес переживання, як часовий зріз чи стан психіки в цілому, як вияв рис особистості.

Отже, розглядаючи функціональний стан, необхідно виокремлювати дві якісно різні сторони – суб'єктивну і об'єктивну. Подібний розподіл обумовлений наявністю таких двох функцій цього динамічного утворення: забезпечення мотиваційної (або цілеспрямованої) поведінки і відновлення порушеного гомеостазу (тобто врівноваженого стану організму). Суб'єктивна сторона відображається, перш за все, в переживаннях суб'єкта і визначає особливості формування вмотивованої поведінки. У свою чергу, об'єктивна сторона пов'язана з фізіологічними процесами і визначає особливості регуляції гомеостазу.

У людини суб'єктивна сторона функціонального стану є провідною, оскільки в ході адаптаційних перебудов суб'єктивні зрушення, як правило, набагато випереджають об'єктивні. Дане положення відображає загальнофізіологічну закономірність, яка полягає в тому, що механізми

регуляції включаються раніше, ніж керовані ними системи. Наприклад, якщо ми сильно збуджені, то спочатку виникає установка заспокоїтися, а потім вже поступово приходять в норму пульс, тиск тощо.

Під суб'єктивною стороною функціонального стану розуміють психічні явища, які належать до особистісних утворень. Саме особливості особистості значною мірою визначають характер функціонального стану і є одним з провідних механізмів регуляції в процесі адаптації організму до умов середовища. Особистісний принцип регуляції станів і діяльності в даний час є загальноновизнаним. З нього виходить, що формування станів багато в чому обумовлено ставленням людини до самої себе, оточуючої дійсності та власної діяльності.

Можна припустити, що набір функціональних станів у всіх людей принципово однаковий, оскільки заданий генетично. Проте є істотні індивідуальні відмінності у вираженні й динаміці одних і тих самих станів, а також в закономірностях їхніх взаємних переходів. Відмінності стосовно того, що відбувається, є причиною того, що в одних і тих самих умовах діяльності люди перебувають у різних функціональних станах.

Особистісні механізми регуляції станів досить різноманітні. Їх організація відповідає ієрархії структури особистості. Отже, функціональний стан залежить від властивостей нервової системи, від типу темпераменту, від загальної емоційної спрямованості або спектра “улюблених переживань”, від здібності до нейтралізації негативних емоційних наслідків і від ступеня розвитку тих чи інших вольових якостей. Є дані і про вплив на функціональний стан інтелектуальних характеристик, а також про значення для регуляції станів рівня психофізіологічної єдності особистості. Отже, у функціональному стані відображаються особливості всіх рівнів особистості.

Психічний функціональний стан – система психофізіологічних і психічних функцій, від яких залежить продуктивність професійної діяльності і працездатність людини на певному проміжку часу. У психології функціональних станів існують різні способи їх класифікації. Наприклад, за

ступенем інтенсивності (підвищеної, середньої, низької активності); за змістом (стани стомлення, монотонності, психічного перенасичення, фрустрації, натхнення, тривоги, дискомфорту тощо); за видами діяльності, в яких вони виникають (ігрові, навчальні, трудові); за тоном (позитивні, негативні, амбівалентні); за характером дії на діяльність (позитивні і негативні) (див. таблицю).

Деякі автори пропонують різноманітні класифікації психічних станів. Так, В. Ганзен зі співавторами запропонували також розрізняти стани сталі й перехідні, оскільки людина в кожен момент часу перебуває тільки в одному стані, а їх зміна здійснюється, як правило, в проміжній, перехідній стадії. Він також відзначав, що психічні процеси, стани і властивості особистості розмежовуються за ознакою динамічності (перші найбільш рухомі, другі займають середнє положення, треті ж найбільш стабільні) [1].

У результаті проведеного ним аналізу було виділено дві групи станів людини: стани, що характеризують афективно-вольову сферу психічної діяльності людини; стани свідомості й уваги (див. таблицю).

Крім того, В. Ганзен пропонує поділ станів на вольові (дозвіл – напруження), які, у свою чергу, поділяються на праксичні і мотиваційні, на афективні (задоволення – незадоволення), які розгалужуються на гуманітарні й емоційні, на стани свідомості (сонактивація). А. Прохоров доповнює цю класифікацію творчими станами та настроєм. Також він поділяє стани за тривалістю на оперативні (секунди/хвилини), поточні (години/дні), тривалі (тижні/місяці) і надтривалі (рік і більше) [8].

А. Юрьєв запропонував додатковий поділ станів у класифікації В. Ганзена на стани індивіда, стани суб'єкта діяльності, стани особистості та стани індивідуальності.

В. Медведєв запропонував поділити стани на інтенсивні (для порівняння яких є єдина шкала) і екстенсивні (зіставлення неможливе). Прикладами інтенсивних характеристик можуть бути рівень неспання, рівень задоволення, рівень емоційності, рівень вмотивованості, рівень розрядки напруження.

Прикладами екстенсивних характеристик стану можуть бути співвідношення активності кори і підкірки, модальні характеристики тощо [6].

Таблиця

Класифікація психічних станів за різними ознаками

Ознаки класифікації	Види психічних станів
1) залежно від ролі особистості і ситуації у виникненні психічних станів	особистісні і ситуативні;
2) залежно від домінуючих (провідних) компонентів	інтелектуальні, вольові, емоційні, свідомості й уваги тощо
3) залежно від міри глибини	стани (більш або менш) глибокі або поверхневі
4) залежно від часу, коли відбувається	короткочасні, затяжні, тривалі тощо (оперативні, поточні і тривалі)
5) залежно від впливу на особистість	а) позитивні і негативні; б) стеничні, астеничні, специфічні
6) залежно від міри усвідомлення	стани більш або менш усвідомлені
7) залежно від причин, що їх викликають	зовнішні і внутрішні
8) залежно від міри адекватності об'єктивної обстановки, що викликала їх	адекватні (неадекватні)
9) залежно від динамічності	найбільш рухомі, середньо рухомі, найбільш стабільні
10) залежно від тривалості існування	сталі і перехідні
11) залежно від ступеня інтенсивності	стани підвищеної, середньої, низької активності
12) залежно від змісту	стани стомлення, монотонності, психічного перенасичення, фрустрації, натхнення, тривоги, дискомфорту тощо
13) залежно від видів діяльності, в яких вони виникають	ігрові, навчальні, трудові
14) залежно від тону переживання	позитивні, негативні, амбівалентні
15) залежно від впливу на здоров'я	нормальні, передпатологічні (межові) і патологічні
16) залежно від проекції психічних станів на інформаційно-енергетичній площині	врівноважені та неуврівноважені
17) залежно від рівнів інтенсивності (екстенсивності)	інтенсивні (рівні неспанья, задоволеності, емоційності, вмотивованості, розрядки напруження)

Кожна група має загальні характеристики, найбільш типові, стрижневі особливості тих, що входить в неї станів, які відображають: “напруження – розрядку” для групи вольових станів; “задоволення – незадоволення” для групи афективних станів; “сон – активація” для групи станів свідомості й уваги.

Існує також класифікація психічних станів залежно від їхнього позитивного (негативного) впливу на особистість:

1. Одним із психічних станів, що здійснює як позитивний, так і негативний вплив на життєдіяльність людини, є настрій або емоційний фон, який забарвлює події зовнішнього і внутрішнього життя людини.

2. До психічних станів, що дезорганізують поведінку, спілкування і діяльність, можна віднести стани афекту, пристрасті й депресії.

В безлічі функціональних станів було виокремлено два основних класи – припустимих і неприпустимих, або дозволених і заборонених станів. Неприпустимими вважаються такі ступені зміни психічних функціональних станів, при яких ефективність діяльності переходить нижчі межі заданої норми (оцінка за критерієм надійності) або при якій з'являються симптоми нагромадження стомлення і переходу його в різні форми перевтоми (оцінка за критерієм ціни діяльності).

Крім того, існує класифікація психічних функціональних станів на нормальні і патологічні стани. Патологічні стани виникають у результаті надмірного напруження фізіологічних і психічних ресурсів людини і є потенційним джерелом розвитку різних захворювань. Очевидно, що робота з патологічними станами належить до галузі медицини. Однак існує велика група передпатологічних – межових – станів, виникнення яких може призвести до захворювання. У межах розглянутої класифікації не лише патологічні, але і межові стани належать до категорії неприпустимих.

Отже, психічний стан в особливих та екстремальних умовах являє собою суб'єктивне відображення військовослужбовцем ситуації у вигляді стійкої цілісної реакції в динаміці психічної діяльності, що виражається в єдності поведінки і переживання під час виконання професійної діяльності. До психічних станів в особливих та екстремальних умовах відносять вияви відчуттів, уваги, волі, мислення, уяви тощо.

Більшість наукових досліджень психічних станів підтверджують їхній активний вплив на психічні процеси в особливих та екстремальних умовах, що дозволяє говорити про їх дію на регуляцію діяльності, крім того, негативні психічні стани впливають на процес прийняття рішень, якість та ефективність

професійної діяльності військовослужбовців підрозділів спеціального призначення. Їх огляд і є перспективою подальших розробок у даному напрямку.

Список використаної літератури

1. Ганзен, В. А. Системно-понятийное описание психических состояний человека / В. А. Ганзен, В. Н. Юрченко // Вестн. ЛГУ. – 1976. – № 5. – С. 97–102.
2. Дикая, Л. Г. Исследование индивидуального стиля саморегуляции психофизиологического состояния / Л. Г. Дикая, В. В. Семикин, В. И. Щедров // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – № 6. – С. 28–38.
3. Ильин, Е. П. Теория функциональной системы и психофизиологические состояния / Е. П. Ильин // Психические состояния : хрестоматия ; [сост. и общая редакция Л. В. Куликова]. – СПб. : Питер, 2000. – С. 73–83.
4. Левитов, Н. Д. О психических состояниях человека / Н. Д. Левитов. – М. : Просвещение, 1964. – 344 с.
5. Ломов, Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. – М. : Наука, 1984. – 444 с.
6. Медведев, В. И. Устойчивость физиологических и психологических функций человека при действии экстремальных факторов / В. И. Медведев. – Л. : Наука, 1982. – 104 с.
7. Павлов, И. П. Полное собрание сочинений : в шести томах в восьми книгах / И. П. Павлов. – 2-е изд., доп. – М. : Изд-во АН СССР, 1956. – Т. 4. – 1951. – 452 с.
8. Прохоров, А. О. Психические состояния и их функции / А. О. Прохоров. – Казань : Изд-во ХГПИ, 1994. – 175 с.
9. Прохоров, А. О. Психология неравновесных состояний / А. О. Прохоров. – М. : ИП РАН, 1998. – 182 с.
10. Рягузова, Е. В. Психические состояния : виды и функции / Е. В. Рягузова // Психологические этюды : проблема взаимодействия подсистем психики. – Саратов, 1999. – Вып. 2. – С. 159–172.
11. Сосновикина, Ю. Е. Психические состояния человека, их классификация и диагностика / Ю. Е. Сосновикина. – Горький : Изд-во Горьк. гос. пед. ин-та, 1975. – 117 с.

12. Alexander, F. Experimental studies of emotional stress : hyperthyroidism / F. Alexander, G. W. Flagg, S. Foster, T. Clemens, W. Bladh // Psychosom. Med. – 1961. – Vol. 23. – № 2. – P. 104–114.

Рецензент: доктор психологічних наук, професор Матеюк О. А.