

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.942.5

Т. П. Гречко

Психічні стани особистості, як зазначають результати чисельних досліджень, є багатовимірними. Вони виступають і як система організації психічних процесів, і як суб'єктивне ставлення до явища, що відображається, і як механізм оцінки відображуваної дійсності. Зміна психічного стану безпосередньо у процесі діяльності виявляється у вигляді зміни суб'єктивного ставлення до відображуваної ситуації або зміни мотивів щодо завдання, що вирішується.

У психічних станах, так само як і в інших психічних явищах, відображається взаємодія людини з життєвим середовищем. Будь-які суттєві зміни зовнішнього середовища та внутрішнього світу особистості викликають певний відгук у людини як цілісності і спричиняють перехід у новий психічний стан, змінюють рівень активності суб'єкта, характер його переживань тощо.

Серед психічних явищ психічним станам належить одне з основних місць. Проблема психічних станів має в людинознавстві величезне значення, оскільки психічні стани суттєво визначають характер діяльності людини. Різні автори дають різні визначення цього поняття. Наразі узагальнена думка про визначення, структуру і функції, механізми та детермінанти, класифікацію і методи дослідження психічних станів є відсутньою.

Термін "стан" свідчить про стійкість відповідних явищ у психологічному житті людини, їх однотипність і повторюваність упродовж чітко окресленого періоду [1]. Для розрізнення емоційних процесів та станів В. А. Семиченко використала таку ознаку: емоції більшою мірою відображають фактор прогнозування, виникають як реакція не стільки на події, що сталися, скільки на події ймовірні; вони зміщуються до початку дії, передбачаючи найбільш ймовірний результат певних подій, а також ступінь реагування людини.

В. О. Ганзен і В. М. Юрченко вважають, що причина сповільненого наукового пізнання психічних станів людини закладена у самій їх природі [2]. Так, наявні в літературі визначення психічного стану прямо або опосередковано підкреслюють складність, полікомпонентність, багаторівневість станів людини як психічного явища [3; 4; 5; 6]. Саме ці особливості психічних станів, що цілком захоплюють людину на якийсь проміжок часу, роблять їх важкодоступним об'єктом наукового вивчення.

Тобто, оскільки світ емоційних явищ є надзвичайно різноманітним, феномен психічних станів до сьогодні є мало вивченою проблемою.

Метою статті є розгляд основних характерологічних особливостей вияву психічних станів особистості загалом та їх емоційної складової зокрема.

Згідно з Великим тлумачним словником сучасної української мови “стан” розуміється як “обставини, умови, в яких хто-, що-небудь перебуває, існує; ситуація, зумовлена певними обставинами, умовами” [7].

Перші дослідження психології станів стосуються середини ХХ століття та пов'язані з ім'ям М. Д. Левітова. Як елемент структури психіки психологія станів отримала свій розвиток у працях В. М. Мясіщева та ін. (В. Н. Мясіщевим, зокрема, показано вплив негативних емоційних станів на формування негативних рис характеру на прикладі неврозів [8]).

Психічні стани мають різні функції. Практично всі науковці їх найважливішою функцією називають функцію регулювання. У психологічному словнику стан розглядається як регулятивна функція адаптації до навколишньої ситуації і середовища [9]. Разом із регулятивною, важливою функцією станів є інтеграція окремих психічних станів та утворення функціональних одиниць (процес-стан-властивість), що складаються з ієрархічно організованих в єдину цілісну сукупність психічних процесів і психологічних властивостей [10]. Завдяки цьому забезпечуються окремі акти психічної активності в поточному часі, організація психологічної структури особистості, що необхідна для ефективного її функціонування у різних сферах життєдіяльності.

Як зазначає Л. В. Куліков, стан виступає як форма саморегуляції психіки й як один із найважливіших механізмів інтеграції людини як цілісності – як єдність її духовної, психічної і тілесної організації. Адаптивна функція стану полягає у встановленні відповідності між актуалізованими потребами індивіда та його можливостями і ресурсами з урахуванням конкретних умов існування, особливостей діяльності та поведінки. Ця функція надає можливість зберегти на максимально можливому рівні здоров'я, здібність до адекватної поведінки й успішної діяльності, можливість повноцінного особистісного розвитку. Психічний стан одночасно є формою інтеграції і поточних змін організму, і динаміки психічних процесів, і актуальних особливостей як окремих сфер особистості, так і особистості у цілому (її розвитку) [11].

За визначенням М. Д. Левітова, психічний стан – це цілісна характеристика психічної діяльності за певний період часу, що визначає своєрідність перебігу психічних процесів залежно від відображених предметів та явищ дійсності, попереднього стану і психічних властивостей особистості [3].

Основними детермінантами стану науковці виокремлюють:

- а) потреби, бажання та прагнення людини (або, точніше, усвідомлені і неусвідомлені потреби, прагнення та бажання);
- б) її можливості (приховані потенціали і здібності, що проявилися);
- в) умови середовища (об'єктивний вплив, суб'єктивне сприйняття та розуміння поточної ситуації) [8].

Співвідношення цих чинників і визначає характеристики стану, однак усі ці складові не є певними протидіючими один одному силами. Сила бажання, що не підкріплена необхідними здібностями певного індивіда, далеко не завжди протидіє розкриттю здібностей, а часом, навпаки, здійснює вирішальний вплив на їх розвиток [8].

Стани мають свою внутрішню структуру. Вона описана в роботах В. О. Ганзена і В. М. Юрченко [2], Ю. Е. Сосновікової [5; 6] та інших учених. Вони виокремили чотири структурні рівні станів: соціально-психологічний,

психічний, психофізіологічний і фізіологічний [2]. Експериментальні дослідження підтверджують важливу роль у структурі стану соціально-психологічного та психічного рівнів [12]. На кожному з цих рівнів можна розглянути суб'єктивні й об'єктивні характеристики станів. Суб'єктивні характеристики відображено у самосвідомості особистості, у них виявляється самовідношення, результати самопізнання і саморегуляції. Об'єктивні характеристики може бути отримано за допомогою об'єктивних вимірювань параметрів організму та психіки, аналізу зовнішнього вигляду особистості, особливостей її поведінки і діяльності, продуктів праці тощо.

Науковці визначили наявність у станах і ситуативної, і транситуативної складової. Силу впливу кожної з них важко виміряти у долях або відсотках. Зазначимо, що тут некоректно говорити про будь-який статистичний баланс. Певні події або умови поточної ситуації можуть надовго “потіснити” транситуативну складову і, значною мірою, визначити низку параметрів стану, обмежуючи їх можливу різноманітність. Наприклад, важка хвороба, трагічні події життя являють собою ситуативне обумовлення, яке може охопити тривалий період часу, визначаючи актуальний стан. Т. Йолов запропонував описувати ситуативні особливості психіки у вигляді дробу, в якому чисельником є сила події, а знаменником – транситуативні особливості психіки та способи діяльності [13].

Низка дослідників до найважливіших властивостей станів відносить мінливість і безперервність [5; 8; 12]. Різноманітні емпіричні дані свідчать, що будь-який актуальний стан бере свій початок у попередньому стані. Це надає можливість говорити про властивість “безперервності” станів. У зв'язку з цим особливої уваги заслуговує аналіз специфіки мінливості станів, переходу одного стану в інший. До теперішнього часу вченим не вдалося виявити таку межу динаміки станів, як *дискретність* (виражена якість стану), що не дає змоги з повною впевненістю визначати той чи інший вид стану конкретної людини. Як відзначає Л. В. Каширіна, “чистих” станів практично не існує [14].

Стан – явище багатовимірне, тому вчені як найважливіші виокремлюють також такі характеристики станів:

емоційні (модальні);

тонічні (відображають тонус, ресурс сил індивіда);

активаційні (відображають інтенсивність психічних процесів);

часові (відображають тривалість, стійкість станів);

полярність станів тощо [10; 17].

Багато уваги приділено авторами розгляду часових характеристик станів.

М. Д. Левітов описував стани персеверації, які характеризуються інертністю в переживаннях, неподатливістю змінам, складністю перемикання [4].

В. Л. Маріщук виокремлювала домінантні (найбільш характерні для суб'єкта) і проміжні (перехідні) стани [15]. Ю. Е. Сосновікова поділяє стани на: тривалі, відносно малотривалі та короткочасні [5]. Є. П. Ільїн визначає стани

швидкоплинні (нестійкі), тривалі і хронічні [16].

Багатокомпонентність психічних станів передбачає виокремлення в їх структурі одиниць або складових, що вирізняються за ступенем динамічності: швидко і менш швидко змінні. Поточні, актуальні стани є більш мінливими, домінантні стани – менш мінливими. Поточні стани завжди залежать від чинників конкретної ситуації, однак, не лише від них.

В. І. Чирковим у психічних станах виокремлено п'ять чинників: настрої, оцінка вірогідності успіху, мотивація (її рівень), рівень пильнування (тонічний компонент) і ставлення до роботи (діяльності). Ці п'ять чинників він поєднав у три групи: мотиваційно-спонукальна (настрої та мотивація), емоційно-оцінна (оцінка вірогідності успіху і ставлення до роботи) та активаційно-енергетична (рівень пильнування) [17].

Дуже поширеною є точка зору, що психічним станом є складна єдність протилежних переживань. Для позначення цієї подвійності Е. Блейером було введено термін “амбівалентність відчуттів”, що інтерпретується як внутрішньо суперечливі емоційні стани і переживання, пов'язані з подвійним ставленням до людини або явища [18]. Наприклад: симпатія-антипатія, задоволення-

незадоволення. При цьому, для віднесення стану до тієї чи іншої групи необхідно визначити домінуючу емоцію.

Однією з важливих якісних характеристик станів є напруження. Його прийнято називати “тензійним” (з англ.: *tension* – напруження) станом. У Словнику психології Дж. Древера воно визначено як відчуття натягнення, загальне відчуття порушення рівноваги і готовності змінити поведінку при зустрічі з яким-небудь загрозливим чинником [19]. Виокремлюють сенсорне, інтелектуальне, емоційне напруження, напруження очікування, монотонії і політонії (що викликається необхідністю частого перемикавання уваги) [20].

Напруження властиве людині в різних психічних станах, тому ця характеристика станів піддавалася всебічному науковому аналізу у багатьох роботах. Так, наприклад, ретельний аналіз напруження зроблено в [21].

Категорія “функціональний стан” набула чинності завдяки поняттю “функціональна система” П. К. Анохіна: “Функціональний стан – психофізіологічне явище зі своїми закономірностями, які закладені в архітектурі особливої функціональної системи” [22]. Досить якісне визначення стану дає Е. П. Ільїн: “стан – це реакція функціональних систем на зовнішні і внутрішні впливи, що спрямована на отримання корисного результату” [23].

У дослідженнях О. М. Родіної повідомляється про формування під впливом хронічного втомлення тривожності (особистісної), нейротизму та інтроверсії [24]. Про прояв симптомокомплексів рис особистості і психічних станів в екстремальних умовах йдеться у роботі О. В. Махнач [12]. Е. П. Ільїн показує залежність від властивостей нервової системи появи при монотонній роботі або стану монотонії, або психічного пересичення [25]. Вплив властивостей нервової системи на формування психічних станів показано Б. Д. Лиськовим на прикладі стану афекту, який характеризується найбільшою інтенсивністю у флегматиків, інтровертів та осіб із низьким нейротизмом [26].

В. О. Ганзен вважав, що за своїм динамічним характером психічні стани займають проміжне положення між процесами і властивостями: “...між процесами та станами, з одного боку, і між станами та властивостями

особистості – з іншого, існують складні діалектичні взаємозв'язки”. Він провів розподіл психічних станів на вольові (вирішення-напруження), які, у свою чергу, поділив на праксичні і мотиваційні та на афективні (задоволення-незадоволення) [27].

Психічні стани розрізняють за еволюційною, функціональною та структурною ознаками. За еволюційною ознакою на перший план виступають три рівні проявів емоцій.

Перший характеризує емоційний (чуттєвий) тон відчуттів (відчуття задоволення або незадоволення, приємного чи неприємного), який емоційно зафарбовує чуттєві образи і самопочуття людини. Другий рівень – емоції, що мають чіткий предметний характер. Це широкий спектр позитивних або негативних емоцій, які відображають ситуативне ставлення людини до якоїсь події. Змістом третього рівня є почуття, наприклад, комічного, гумору, іронії, піднесеного, трагічного тощо.

Власне емоції виявляють оцінювальне ставлення індивіда до актуальних чи можливих ситуацій. На відміну від емоційного тону, це досить визначені стани, що виникають у зв'язку із задоволенням певної потреби. До того ж вони сигналізують про сенс подій, які ще не настали або відійшли у минуле, тому часто виникають у зв'язку з образами пережитих чи уявних ситуацій. Серед них є основні емоції: інтерес-хвилювання, радість, здивування, горе-страждання, гнів, огида, зневага, страх, сором, провина. Комбінація деяких інших утворює комплексні емоції: тривогу, депресію, любов, ворожнечу. Кожна емоція має власну картину суб'єктивного переживання, здійснюється за рахунок специфічних фізіологічних механізмів і характеризується притаманними лише їй виразними рухами.

Отже, як зазначають науковці, категорія стану включає поняття різного рівня узагальненості, різного ступеню широти розповсюдження й охоплення всього різноманіття психічної активності. Психічні стани можна розглядати як на рівні всієї психіки, так і в окремих її сферах. Говорячи про стани окремих сфер психіки, ми ніяк не заперечуємо принцип її цілісності, оскільки йдеться не

про автономність станів, в яких знаходяться або можуть знаходитися окремі структури психіки. Психіка організована за ієрархічним принципом – стани окремих частин психіки є частиною всього стану людини. Їх виокремлення є можливим лише тією мірою, якою ми можемо обґрунтовано поділяти психіку на окремі сфери, структури чи блоки. Їх розгляд і є перспективою подальших розвідок у даному напрямку.

Список використаної літератури

1. Семиченко В. А. Психические состояния / В. А. Семиченко. – К. : Магістр-S, 1998. – 208 с.
2. Ганзен В. А. Системный подход к анализу, описанию и экспериментальному исследованию психических состояний человека / В. А. Ганзен, В. Н. Юрченко // В кн. : Экспериментальная и прикладная психология. – Л. : Изд-во Ленингр. ун-та, 1981. – Вып. 10. – С. 5–16.
3. Левитов Н. Д. Проблема психических состояний / Н. Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1955. – № 2. – С. 16–26.
4. Левитов Н. Д. Психические состояния персеверации и ригидности / Н. Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1971. – № 5. – С. 133–141.
5. Сосновикова Ю. Е. Психические состояния человека, их классификация и диагностика / Ю. Е. Сосновикова. – Горький, 1975. – 304 с.
6. Сосновикова Ю. Е. К сравнительной характеристике психических состояний индивида и масс / Ю. Е. Сосновикова // Вопросы психологии. – 1972. – № 2. – С. 141–144.
7. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод. і допов.) / уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. – К., Ірпінь : ВТФ “Перун”, 2005. – 1728 с.
8. Психические состояния. – СПб. : “Питер”, 2000. – 512 с.
9. Психология. Словарь / Под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – 2-е изд, испр. и доп. – М. : Политиздат, 1990. – 494 с.
10. Прохоров А. О. Психические состояния и их проявления в учебном процессе / А. О. Прохоров. – Казань : КГУ, 1991. – 167 с.
11. Психические состояния / сост. и общ. ред. Л. В. Куликова. – СПб. : Питер, 2000. – С. 11–42.

12. Махнач А. В. К проблеме соотнесения динамических психических состояний и стабильных свойств личности / А. В. Махнач // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. – № 3. – С. 35–43.

13. Психология личности в социалистическом обществе. Личность и ее жизненный путь / отв. ред. Б. Ф. Ломов, К. А. Абульханова-Славская. – М., 1990. – 213 с.

14. Каширина Л. В. Основные проблемы в исследовании и оценке функционального состояния напряженности / Л. В. Каширина // Проблемы инженерной психологии : тезисы VI Всесоюз. конф. по инженерной психологии “Психологические и психофизиологические характеристики операторской деятельности” / под ред. Б. Ф. Ломова. – Л., 1984. – Вып. 2.

15. Марищук В. Л. Функциональные состояния и работоспособность / В. Л. Марищук // Методология исследований по инженерной психологии и психологии труда / под ред. А. А. Крылова. – Л., 1974. – Ч. 1. – С. 87–95.

16. Ильин Е. П. Психофизиология физического воспитания : деятельность и состояния / Е. П. Ильин. – М., 1980. – 199 с.

17. Чирков В. И. Изучение факторной структуры субъективного компонента функциональных состояний / В. И. Чирков // Проблемы инженерной психологии : тезисы VI Всесоюз. конф. по инженерной психологии “Психологические и психофизиологические характеристики операторской деятельности” / под ред. Б. Ф. Ломова. – Л., 1984. – Вып. 2. – С. 237–238.

18. Модели безумия : Психологические, социальные и биологические подходы к пониманию шизофрении / под ред. Дж. Риды, Л. Р. Мошера, Р. П. Бенталла. – Ставрополь : Возрождение, 2008. – 412 с.

19. Dreyer J. A dictionary of Psychology / J. Dreyer. – Middlesex, 1974.

20. Медведев В. И. Терминология инженерной психологии / В. И. Медведев, А. М. Парачев. – Л., 1971. – 288 с.

21. Немчин Т. А. Состояние нервно-психического напряжения / Т. А. Немчин. – Л. : ЛГУ, 1983. – 166 с.

22. Данилова Н. Н. Физиология высшей нервной деятельности / Н. Н. Данилова, А. Л. Крылова. – М., 1989. – С. 293.

23. Ильин Е. П. Теория функциональной системы и психофизиологические состояния / Е. П. Ильин // Теория функциональных систем в физиологии и психологии. – М., 1978. – С. 329.

24. Родина О. Н. Формирование некоторых личностных особенностей под влиянием хронического утомления / О. Н. Родина // Проблемы инженерной психологии : тезисы VI Всесоюз. конф. по инженерной психологии “Психологические и психофизиологические характеристики операторской деятельности” / под. ред. Б. Ф. Ломова. – Л., 1984. – Вып. 2. – С. 214–215.

25. Ильин Е. П. Общность механизмов развития состояний монотонии и психического пресыщения при разных видах деятельности / Е. П. Ильин // Психические состояния. – Л., 1980. – С. 43–50.

26. Хомская Е. Д. Мозг и эмоции. Нейропсихологическое исследование / Е. Д. Хомская, Н. Я. Батова. – М., 1992. – С. 41.

27. Ганзен В. А. Системные описания в психологии / В. А. Ганзен. – Л. : ЛГУ, 1984. – 176 с.

Рецензент: кандидат психологічних наук Андрощук О. Ю.