

ОБРАЗ И ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ КАК ФАКТОРЫ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

DOI: 10.25629/НС.2019.09.13

Копорейко А.М., Федотов А.Ю.

Московский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации
имени В.Я. Кикотя. Россия, Москва

Аннотация. В данной статье рассмотрены особенности влияния образа и психических состояний на успешность познавательной деятельности в период обучения в Московском университете МВД России имени В.Я. Кикотя, а также описаны механизмы регуляции деятельности посредством влияния на психические состояния и образы. На основе результатов проведенного исследования проанализированы особенности психических состояний, влияющих на результат познавательной деятельности в зависимости от сформированности образа познавательной деятельности у курсантов различных годов обучения.

Ключевые слова. Психические состояния, образ, успешность деятельности, познавательная активность, моторная активность.

Актуальность

В современных условиях, одной из основных целей, стоящих перед инженерной психологией и психологией труда, является повышение успешности в профессиональной деятельности специалистов различных структур. Однако в данном направлении уделяется недостаточно внимания изучению закономерностей функционирования психических состояний и их влияния на конечный результат деятельности. Сложность в исследовании данной проблемы обусловлена недостаточной изученностью содержания образа деятельности как такового, слабой обоснованностью процедур достижения комплиментарности образа конкретным профессиональным ситуациям, а также процесса оптимизации его взаимосвязи с психическим состоянием. Кроме того, психические состояния в своих проявлениях не имеют достаточно четко выверенных границ, причем сложности определения роли психических состояний в успешности деятельности увеличиваются в связи с многомерностью, многокомпонентностью и полифункциональностью их проявлений в условиях целостности психической деятельности [7]. Изучение психических состояний с позиции повышения эффективности профессиональной деятельности посредством регуляции образа требует дальнейшего исследования.

Особенности психических состояний, оказывающих влияние на продуктивность профессиональной деятельности

Психические состояния занимают центральное место в повседневной профессиональной деятельности специалиста. Интерес к психическим состояниям прослеживался на протяжении практически всего времени развития психологии как самостоятельной науки и в нашем современном мире эта тема находит свое отражение в трудах отечественных ученых в широком деятельностном психологическом контексте. В зарубежной же психологии она, как правило, рассматривается в контексте проявления эмоциональности (P. Ekman, С. Izard, R. Lasarus, R. Plutchik) [11].

Психология исходит из аксиомы неделимости и целостности психики человека. Одновременно в ней в различной степени активированы разнообразные функции, непосредственно связанные с отражением окружающей действительности, построением субъективного образа мира, а также регуляцией деятельности индивида в сложившейся ситуации. Вместе с тем внешняя обстановка, как и внутренний мир находятся в постоянной динамике и не стоят на месте. Ориентируясь на внешние и на внутренние условия, в число которых входят собственные мотивы индивид корректирует свои действия, направленное на достижение поставленных результатов. Все это непосредственно приводит к тому, что психика постоянно трансформируется, активируя

одни и тормозя другие процессы. Психическое состояние, это ни что иное как целостная характеристика психики в конкретный промежуток времени, соответствующий конкретным задачам и условиям, характеризующее ту или иную конфигурацию психических процессов, доминанцию одних и второстепенную роль других, для функционирования в конкретной ситуации. В рамках проведенного исследования реализовывался подход, представленной в трудах Н.Д. Левитова, А.О. Прохорова, Ю.Е. Сосновиковой, Е.Н. Ильина и их последователей.

В рамках проведенного исследования прежде всего учитывались следующие методологические позиции:

1. Любая человеческая деятельность вызывает последовательную трансформацию психических состояний, которые в свою очередь влияют ее результаты и в той или иной степени трансформируют личность субъекта деятельности.

2. Психические состояния зависят от особенностей стоящих перед индивидом задач и условий деятельности, предшествующих состояний, а также свойств личности субъекта деятельности.

3. Конкретное психическое состояние, это специфическая конфигурация психических процессов и взаимосвязей между ними в различной степени активированных для реализации конкретных действий (решения задачи, определенными средствами и способами в определенных условиях).

4. Своеобразие психических состояний детерминируется образом, как носителем необходимой информации об окружающей обстановке, способах реализации поставленной задачи и личностном отношении к ним.

5. Психическое состояние действующего специалиста, как и его образ подвержено трансформации, причем трансформация возникает в следствии реакции на любые изменения как окружающей среды так личности специалиста. Минимальная скорость изменений составляет десятые доли секунды (плюс-минус - зависит от индивидуальных особенностей субъекта), а максимальная десятком минут (определяется истощаемостью актуально активированных моторных и когнитивных процессов, по сути дела, устойчивостью внимания).

6. Психическое состояние - неотделимое и, в тоже время, относительно независимое от образа явление, их взаимодействие может быть комплементарным, повышая при этом эффективность деятельности, так и рассогласованным, дисгармоничным, что снижает эффективность.

7. Психическое состояние можно условно разделить на два уровня: первый – фоновый (глубинный, мало осознаваемый), включающий психические процессы, демонстрирующие высокую стабильность в поддержании своей активности при отсутствии резких ситуативных изменений. Второй – ситуативный (непосредственно реализующий востребованную функцию, ясно осознаваемый), он включает когнитивные процессы, быстро меняющие свою активность в соответствии реализуемым алгоритмом действия и/или несущественными (стандартными) изменениями условий деятельности и закономерной динамике эмоциональных регистров.

8. В деятельности специалистов силовых структур могут быть выделены четыре группы типичных психических состояний:

- фоновые, где эмоциональные и волевые процессы активированы слабо и не затрагивают познавательные – эффективность деятельности детерминируется средним уровнем активности познавательных процессов [5];

- эмоциональные стенические – эффективность моторной и познавательной сферы увеличивается за счет активации эмоций;

- эмоциональные астенические - эффективность моторной и познавательной сферы снижается за счет чрезмерной активации эмоций;

- волевые – необходимый уровень активности познавательной и моторной сферы поддерживается за счет осознанного поддержания дополнительной внутренней мотивации.

Зависимость психических состояний от образа деятельности

Как видно из вышесказанного функционирование психических состояний в первую очередь детерминировано образной сферой деятельности индивида. Образ являясь центральным звеном регуляции деятельности [3] своим активным функционированием запускает необходимые в данный момент психические состояния наиболее актуальные для выполнения поставленных задач.

Образ, являясь целостным, интегральным отражением действительности во всей сложности взаимоотношений Я и окружающего, профессионального и бытового, перспективного и актуального, играет ведущую роль в процессе профессионального становления. Именно через него проявляются личностные особенности специалиста, его профессиональные склонности и способности. При этом он определяет общую направленность действий и особенности динамики психических состояний сотрудника в ситуациях профессиональной деятельности.

Образ предметен по источнику (объекту, на который направлено действие), но субъективен по форме существования и носителю. Другими словами, возникновение образа самого по себе невозможно, он должен быть жестко привязан к окружающей действительности. Он является своего рода слепком этой самой отраженной действительности, преломленной через призму индивидуально-типологических особенностей личности. Без наличия субъекта и предмета невозможно построение образа. Причем непосредственный предмет деятельности в большей степени формирует структуру самого образа, наполненную компонентами представлений о действиях, мотивах, ценностях, а также задачах и условиях оптимального функционирования. Образ вызывает трансформации в психическом состоянии специалиста, которое в свою очередь способствует или препятствует адекватному формированию и реализации образа действия. Актуальное психическое состояние определяет качественные составляющие психического образа, необходимые для успешной регуляции действий. Понимание этой взаимозависимости позволяет оптимизировать диагностические и развивающие процедуры процессе профессиональной подготовки специалистов.

Рассматривая образ в ходе его трансформации и функционирования нельзя не указать на его взаимодействие как с осознаваемой, так и с неосознаваемой частью психики. Образ по своей сути как уже указывалось ранее целостен и непрерывен. Однако возможности произвольного внимания человека сильно ограничены ввиду ограниченности осознаваемой части психики. В актуально осознаваемом поле находятся лишь наиболее значимые компоненты, реализуемые как представления о будущем транслируемые нам в виде ожиданий от результатов деятельности, способов достижений ожидаемых результатов и непосредственное отношение к реализуемой деятельности. Данная информация необходима в первую очередь потому, что на ее основе специалист может с достаточной успешностью осуществлять регуляцию деятельности и корректировать свое поведение в зависимости от сложившейся ситуации. Однако было бы неправильно утверждать, что на этом заканчивается вся информация, перерабатываемая в процессе функционирования образа. Учитывая особенности строения сознательной и бессознательной части психики очевидно, что большая часть так или иначе воспринимаемой и перерабатываемой информации находится в бессознательной части и осуществляется без непосредственного сознательного контроля. В.П. Зинченко утверждает: «В образе осознается в первую очередь предметное содержание, соответствующее смысловой стороне стоящей перед субъектом задачи. Фоновые координации, реализуемые на более низких уровнях, не представлены в фокальной области сознания...» [8]. Однако данные фоновые операции не могут сами собой возникнуть сразу на фоновом уровне. Чтобы стать фоновым автоматизмом должен в первую очередь быть успешно реализован под присмотром сознательной деятельности в виде отдельного действия или частного решения возникшей ситуации. Большинство фонов и автоматизмов закладывается в раннем детстве под внешним контролем, так как собственных ресурсов сознания еще недостаточно (В.Л. Белкина, Л.А. Вегнер, А.В. Запорожец, Н.Ф. Талызина, Э.Г. Эйдемиллер, Д.Б. Эльконин и др.), на более поздних этапах онтогенеза внешний контроль все больше сочетается с сознательным внутренним контролем (Н.А. Бернштейн, П.Я. Гальперин, Н.Д. Гордеева, В.П. Зинченко и др.) [7, 11].

Рассматривая процесс трансформации образа в процессе деятельности специалиста следует так же обратить внимание на особенности его функционирования. Образ в актуальной ситуации развернут в конкретном пространстве и времени. В развернутом виде образ профессиональной деятельности постоянно корректируется ввиду непрерывного поступления новой информации в первую очередь о предмете деятельности и о состоянии Я, оценку результативности ранее внесенных коррекций. Этот процесс осуществляется посредством обязательной активизации функций восприятия, внимания, памяти, наглядно-действенного и наглядно-образного мышления и, в проблемных случаях, функций словесно-логического мышления, воображения и речи. Успешно реализованный в ситуации способ действия эмоционально подкрепляется, сворачивается по временной оси и сохраняется в виде ассоциированного опыта действий в подобных ситуациях.

Исходя из вышесказанного можно сделать вывод, что психические состояния и образ имеют тесную взаимосвязь при реализации различных задач и оказывают влияние как на успешность, так и на неуспешность деятельности. Причем именно посредством образа запускаются (конфигурируются) те или иные психические состояния регулируется протекание действия, оценивается правильность выполнения поставленной задачи.

Особенности функционирования психических состояний в познавательной деятельности курсантов Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя

Цель исследования

Целью проведенного нами исследования послужило изучение эффективности образной актуализации психических состояний, направленных на повышение эффективности познавательной сферы в деятельности курсантов Университета.

Гипотеза: курсанты 3 курса обучения имеют более адекватный образ профессиональных моторных и познавательных профессиональных действий, а, следовательно, успешнее регулируют эмоциональные аспекты психических состояний при смене деятельности с сенсомоторного компонента на познавательный, чем курсанты 1 курса.

Организация исследования

Выборку исследования составили курсанты и слушатели института психологии служебной деятельности органов внутренних дел Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя.

В проведенном эксперименте принимали участие 30 сотрудников в возрасте от 18 до 22 лет. Было создано две группы: группа 1 курса и группа 3 курса. Данные года обучения были взяты нами ввиду того, что трансформация образа профессиональной деятельности у курсантов 1 курса находится еще только в начальном состоянии, в следствии чего образ не способен еще в должной мере регулировать целенаправленную активацию психических познавательных процессов, применительно к профессиональным задачам, в отличие от курсантов 3 курса. Образ курсантов 3 курса имеет более четкие очертания ввиду окончания прохождения ими адаптации к учебному заведению и к специфической познавательной деятельности вообще [2].

Методы

В ходе эксперимента планировалось измерение успешности переключения с сенсомоторного компонента состояния психики на познавательный. Так обе группы испытуемых перед началом моторного этапа прохождения эксперимента были протестированы по методике КОТ для выявления среднего уровня развития исследуемых качеств в эксперименте. Вторым этапом послужило актуализация психического состояния, соответствующего моторной деятельности посредством проведения 1,5 часового занятия по физической подготовке с выполнением нормативов по комплексно-силовому упражнению (КСУ) и легкоатлетическому кроссу. Данные упражнения были выбраны нами как в наибольшей степени активизирующие сенсомоторные компоненты психических состояний, а также вызывающие эффект утомления у курсантов. Третий этап состоял из проведения непосредственного тестирования познавательной сферы сразу же после занятия по физической подготовке.

Результаты и обсуждение

В ходе исследования были получены следующие результаты:

1 этап – тестирование обеих групп в стабильных условиях.

Таблица 1 – Результаты первого тестирования по методике КОТ (в спокойных условиях)

Шкалы теста	Всего вопросов	1 КУРС			3 КУРС		
		Правильные ответы	Неправильные ответы	Пропуски	Правильные ответы	Неправильные ответы	Пропуски
Обобщение и анализ информации	24	11,7	7,2	5,1	13,4	7,3	3,3
Пространственное мышление	4	1,6	2	0,4	2	2	0
Устойчивость мыслительной деятельности	14	6	4	4	4,8	5,3	3,9
Гибкость мыслительных процессов	6	3,2	1,1	1,7	3,1	0,7	2,2
Внимание	2	1	1	0	1	1	0
Интегральный показатель	50	23,5	15,3	11,2	24,3	16,3	9,4

Полученные результаты первого среза по методике КОТ представленные в таблице 1 свидетельствуют о превосходстве невербального фактора над математическим в обеих группах. Малое количество пропусков заданий в обеих группах можно характеризовать как наличие высокой мотивации к успешному выполнению данного теста. Данные полученные по обеим группам практически однородны и не имеют значимых различий.

Вторым этапом послужило проведение занятия по физической подготовке (рисунок 1). Как видно из представленных показателей успешность в выполнении физических упражнений согласно возрастным группам примерно одинаковые.

3 этап – завершающее тестирование после занятий физической подготовки. Курсанты 1 и 3 курса были направлены в аудиторию для проведения завершающего тестирования по методике КОТ и последующего прохождения теста САН для оценки психического состояния курсантов во время прохождения данного тестирования.

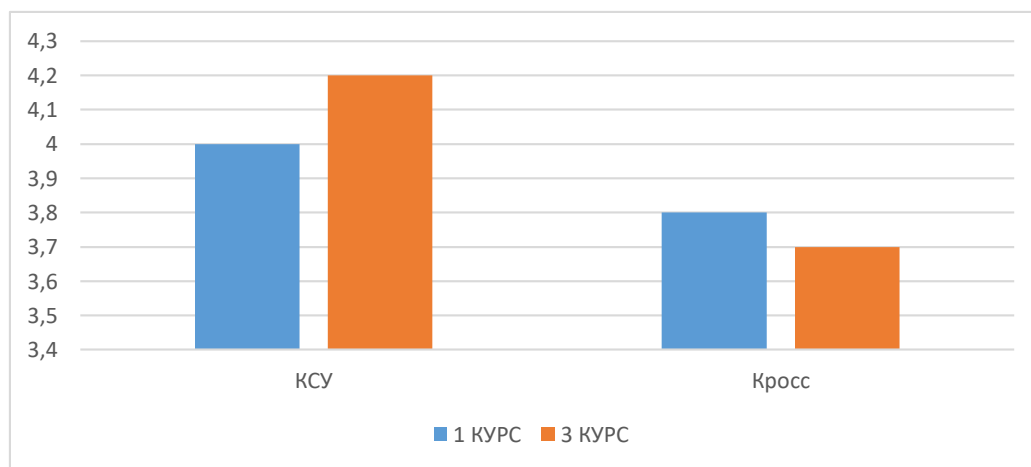


Рисунок 1 – Показатели успешности прохождения тестирования по физической подготовке

Таблица 2 – результаты тестирования по методике КОТ после проведения занятия по физической подготовке

Шкалы теста	Всего вопросов	1 КУРС			3 КУРС		
		Правильные ответы	Неправильные ответы	Пропуски	Правильные ответы	Неправильные ответы	Пропуски
Обобщение и анализ информации	24	9,1	8,8	6,1	11,5	8,4	4,1
Пространственное мышление	4	1,8	2,1	0,3	2,2	1,8	0
Устойчивость мыслительной деятельности	14	3,3	5,5	5,2	4,6	5,6	3,8
Гибкость мыслительных процессов	6	1,8	1,5	2,7	2,6	1,4	2
Внимание	2	1,2	0,6	0,2	1	1	0
Интегральный показатель	50	17,1 (- 28%)	18,5 (+ 21%)	14,4 (+ 28%)	21,9 (- 10%)	18,2 (+ 11%)	9,9 (+ 5%)

Согласно полученным данным, указанным в таблице 2 отмечается некоторое падение в успешности выполнения данного задания относительно фонового в обеих исследовательских группах, что характеризуется особенностью переключения образа деятельности с сенсомоторного компонента психических состояний на познавательный. Вместе с тем при структурном анализе изменений выявлено значительное падение познавательной эффективности на 1 курсе (снижение на 28% в интегральном показателе, при росте ошибок на 21% и пропусков на 28%), в отличие от 3 курса (снижение на 10% в интегральном показателе, при росте ошибок на 11% и пропусков на 5%) относительно результатов в спокойной обстановке. Наиболее сильные снижения отмечаются по таким шкалам как устойчивость мыслительной деятельности (снижение на 44%) и гибкость мыслительных процессов (снижение на 45%), при общем росте количества пропусков и ошибок. Данные факты свидетельствуют об более эффективной трансформации образа и оптимизации психических состояний на 3 курсе.

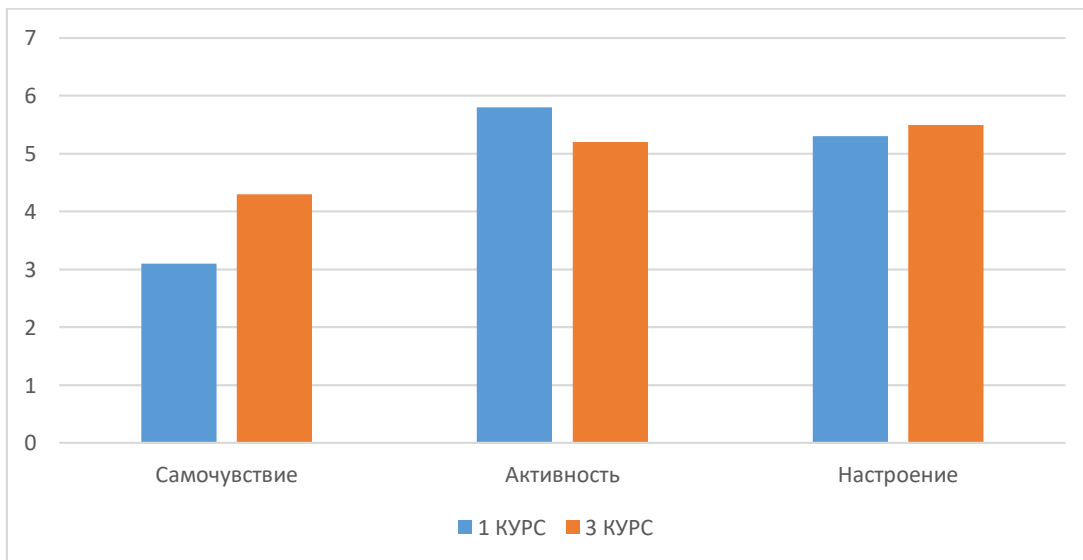


Рисунок 2 – Результаты тестирования по методике САН

После прохождения тестирования на познавательные способности курсанты проходили тестирование по методике САН для выявления особенностей сложившегося психического состояния в момент диагностики. Как видно из полученных результатов (рисунок 2) наиболее значимые изменения были получены по шкале «Самочувствие». По данной шкале курсанты 3 курса получили более высокие баллы и, следовательно, имеют лучшее самочувствие по окончании прохождения данного упражнения. При этом также следует учесть, что у первокурсников на момент тестирования отмечается некоторое повышение общей активности относительно третькурсников выявленное по шкале «Активность». Что в свою очередь более характерно для сенсорной компоненты психического состояния нежели для познавательной. Полученные данные свидетельствуют о преобладании эмоциональных астеничных проявлений у курсантов 1 курса относительно курсантов 3 курса при общей сниженной переключаемости между ведущими компонентами психических состояний.

Вывод

Следовательно, образ профессиональной деятельности курсантов 3 курса менее подвержен различным средовым воздействиям и более эффективно регулирует психические состояния направленные на повышение успешности познавательной деятельности нежели образ первокурсников, находящийся в активной стадии адаптации к новой деятельности. Полученные результаты позволяют говорить о том, что обучение в Университете способствует совершенствованию образа выполнения задач, связанных с познавательной активностью, а также способствует достижению большей комплиментарности психических состояний, их устойчивости и гибкости.

Литература

1. Артемьева Е. Ю. Основы психологии субъективной семантики / Под ред. И. Б. Ханиной. М.: Наука; Смысл, 1999. 350 с.
2. Деулин Д.В., Губская С.А., Кравченко А.В., Паршутин И.А. Взаимосвязь академической успеваемости курсантов образовательной организации системы МВД с социально-психологическим климатом в учебных звонках // Психология обучения. 2018. № 6. С. 64-75.
3. Зинченко В.П., Моргунов Е.Б. Человек развивающийся. М., Тривола, 1994. 304 с.
4. Крук В.М., Носс И.Н., Федотов А.Ю. Психологическая работа в системе обеспечения надежности сотрудника. М., ДГСК МВД России, 2016. 623 с.
5. Медведев И.Н., Федотов А.Ю. Эмоциональные состояния, негативно влияющие на профессиональную деятельность сотрудников ОВД, и их преодоление. М., ДГСК МВД России, 2013. 143 с.
6. Прохоров А.О. Методики диагностики и измерения психических состояний личности. М.: Пер СЭ, 2004.
7. Прохоров А.О. Психические состояния и сознание: структурно-функциональная модель отношений // Психология состояний: актуальные теоретические и прикладные проблемы. Сборник статей Третьей Международной научной конференции (Казань, 8-10 ноября 2018 г.) / отв.ред. Б.С. Алишев, А.О. Прохоров. Казань: Изд-во Казан.ун-та, 2018. С.123-134.
8. Психологический словарь / Под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Педагогика-Пресс, 1999. 440 с.
9. Серкин В.П. Методы психологии субъективной семантики и психосемантики: учеб. пособие для вузов // М.: 2008. С. 382.
10. Федотов С.Н. История создания и развития подразделений Московского университета МВД России имени Кикота В.Я., обеспечивающих подготовку психологов // Российская полиция: три века служения Отечеству. В 2-х ч. Сборник статей юбилейной международной научной конференции, 21 декабря 2018 г. // под ред. В. Л. Кубышко. М.: Академия управления МВД России, 2019. Часть 2. С. 22-34. ISBN 978-5-906942-80-7.
11. Ekman P. Emotions revealed. New York: Times books, 2003.

Копорейко Алексей Михайлович. E-mail: ven0m90@mail.ru

Федотов Андрей Юрьевич. E-mail: fedot-andrey2008@yandex.ru

**INTERACTION OF IMAGE AND MENTAL CONDITIONS AS A FACTOR OF
INCREASING THE EFFICIENCY OF COGNITIVE ACTIVITY**

DOI: 10.25629/HC.2019.09.13

Koporeyko A.M., Fedotov A.Y.

Moscow state University of the Ministry of internal Affairs of the Russian Federation
Moscow, Russia

Abstract. This article discusses the mechanisms of influence of the image and mental states on the success of cognitive activity during the period of study at the Moscow University of V.Ya. Kikotya, and also describes the mechanisms of regulation of activity by means of mental states and images. On the basis of the results of the study, the peculiarities of mental states affecting the results of cognitive activity were analyzed depending on the formation of the image of cognitive activity among cadets of different years of study.

Keywords. Mental states, image, success of activity, cognitive activity, motor activity.

Koporeyko Alexey Mikhailovich. E-mail: ven0m90@mail.ru

Fedotov Andrey Yuryevich. E-mail: fedot-andrey2008@yandex.ru

Date of receipt 10.07.2019

Date of acceptance 10.09.2019