

УДК: 159.9

DOI: 10.25629/НС.2022.12.18

## ПОНЯТИЕ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ

**Краснова М. В., Проняева Е.В.**

Военная академия РВСН им. Петра Великого

**Аннотация.** В статье представлен анализ теоретико-методологических основ психоэмоциональных состояний военнослужащих – субъектов учебной деятельности; уточнение сущностно-содержательных элементов категории «деятельность» применительно к воинскому труду.

**Ключевые слова:** деятельность, военно-профессиональная деятельность, психоэмоциональные состояния, психические процессы, учебный процесс, учебная деятельность, личность.

### Введение

Исследование психоэмоциональных состояний военнослужащих является актуальной проблемой современной военной психологии, так как они выступают в качестве важнейшего субъективного фактора, определяющего успешность и продуктивность деятельности военнослужащего в сфере обучения, общения и оказывают существенное влияние на эффективность и качество различных видов трудовой и воинской деятельности. На первый взгляд, обучение в военном вузе, как фактор возникновения дистресса у военнослужащих, минимизирован отсутствием боевых и экстремальных условий. Вместе с тем, их психоэмоциональные состояния подвержены определенной динамике на протяжении всего периода обучения и зависят от различного рода факторов, что представляет определенный интерес для научных исследований.

### Краткий анализ литературы

Материалы исследований по вопросам изучения особенностей психоэмоциональных состояний достаточно представлены в исследованиях О.Н. Видюка, Л.В. Куликова, С.Г. Никифорова, С.В. Литвинцева, О.В. Шашкова и др.

Факторы, влияющие на возникновение отрицательных психоэмоциональных состояний в учебном процессе представлены в работах Е.Ф. Бровенко, А.И. Кикилова; авторитарный стиль педагогического общения изучали такие исследователи, как Н.А. Березовин, С.В. Иванов, А.С. Панасюк; учет возрастных и индивидуальных особенностей учащихся, временной показатель для переработки учебной информации, полноту учебной информации на занятии рассматривали Е.Ф. Бровеяко, Э.Н. Ваинер, Н.К. Иванова, динамичность учебного процесса – Б.К. Замаренов, Н.Д. Рябова, Н.Д. Эшимян и др.

### Обсуждение

Анализ научной литературы показал, что проблема психических состояний субъектов деятельности находится в поле научного изыскания учёных на протяжении длительного времени. Накоплен богатый теоретический и практический опыт, однако единства во взглядах на сущность, структуру и классификации психических состояний человека до сих пор не достигнуто.

Анализ и специфика военно-профессиональной деятельности в рамках данной статьи предполагает уточнение сущностно-содержательных элементов категории «деятельность» применительно к военной службе.

Под деятельностью в отечественной психологии понимается «динамическая система взаимодействия субъекта с миром, в процессе которого происходит возникновение и воплощение в объекте психического образа, а также реализация опосредованных субъектом отношений с

окружающей действительностью имеет побудительные причины и направлена на достижение определенных результатов» [1].

Деятельность может осуществляться как личностью, так и коллективом. В осуществление деятельности задействовано функционирование различных ее компонентов: психологического, физиологического, социального.

Существуют внешние и внутренние регуляторы деятельности. К внешним относятся: общественные требования, указания руководителей, установленный порядок и дисциплина. К внутренней стороне деятельности относятся психические процессы, состояния, свойства, убеждения, интересы, потребности, мнения и др.

В отечественной психологии исследование структуры человеческой деятельности осуществляется с позиции теории деятельности. Разработка и развитие данной теории связана с именами таких отечественных ученых, как Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев и др. В рамках данной теории деятельность человека имеет сложное иерархическое строение, состоящее из нескольких уровней. Самый низкий – уровень психофизиологических функций. Затем следует уровень операций, следующий – уровень действий. Верхним уровнем является уровень особых видов деятельности, в который входит военная служба.

Служба в вооруженных силах является видом профессиональной деятельности, которая обладает высокой социальной значимостью, а также связана с особыми условиями.

В военной психологии наиболее обосновано изучение различных аспектов воинского труда на основе личностно-социально-деятельностного подхода. Его авторами являются А.В. Барбанщиков, В.Л. Давыдов, А.Н. Дьяченко, А.Ф. Железняк, П.А. Корчемный, С.И. Съедин, И.В. Сыромятников и другие исследователи.

Основная идея реализации данного научного подхода в воинском труде военнослужащих состоит в вовлечении их в активные творческие взаимосвязи и взаимодействия в качестве субъектов деятельности, общения, личностного развития, саморазвития и самореализации более эффективным образом.

В рамках акмеологического подхода (Л.Г. Лаптев, В.Г. Михайловский) и др. профессиональная деятельность «...представляет собой синтез целенаправленных взаимосвязанных предписанных действий воина, образующих процесс реализации ими конкретных функций и должностных обязанностей. Совпадение выдвигаемых целей и задач с его личностными интересами, позициями и качествами выступает принципом и условием продуктивности действий по их реализации» [2].

Успешность деятельности акмеологи видят в обеспечении компетентной включенности военнослужащего в процесс реализации своих деятельностных функций. Для выполнения специальных задач, как в мирное, так и военное время, в любых условиях обстановки военнослужащий должен обладать соответствующим уровнем профессиональной компетенции, быть военным профессионалом.

Для полного и всестороннего понимания личности субъектов учебной деятельности следует рассматривать не только непрерывно изменяющиеся психические процессы и устойчивые особенности личности, но и временные, и вместе с тем целостные, психические состояния. Идея психического состояния вытекает из того, что психика – это величина динамично развивающаяся, ее параметры подвержены переменам.

Мы оцениваем человека не только по тем качествам, которые ему свойственны, но и по состояниям, в которых он находится в данное время (в то время, когда мы с ним имеем дело). Психическое состояние – это почти первое, что можно оценить у подчиненного, взаимодействуя с ним в первые несколько минут общения. Кроме того, доказано влияние психоэмоциональных состояний на учебный процесс. Так, в своей диссертационной работе Шашкова О.В. [3] рассматривала влияние формы учебного занятия на динамику практических состояний студентов, где приведены результаты исследования динамики и степени выраженности практических состоя-

ний [4] студентов в различные периоды учебной деятельности. Что касается исследования особенностей психоэмоционального состояния субъектов учебной деятельности в военном вузе, то их изучение рассматривалось в контексте изучения всех психических процессов.

Для изучения психоэмоциональных состояний необходимо выяснить их место и роль в общей структуре психических состояний личности военнослужащего более детально.

Анализ научных взглядов на суть психических состояний позволяет утверждать, что при определении сущности данного понятия преимущественно используются категории: явление (Р. Декарт, Н.Н. Ланге, Г.Г. Голубев), субъективное отражение (С.Г. Геллёргейн, А.О. Прохоров), определенный уровень (В.Н. Мясищев, И.Ф. Феденко, Д.В. Назаров), фон (В.А. Ганзен, А.Ц. Пуни, А.В. Барабанщиков), образование (К.Д. Ушинский), характеристика (Н.Д. Левитов) и др.

Первое, наиболее четкое представление о психических состояниях можно встретить в трудах Р. Декарта (1640), который считал, что психическое состояние – это явление, сопровождающееся изменениями в поведении, мимике и в состоянии внутренних органов человека. Несколько позже близкую точку зрения высказал Н.Н. Ланге (1893) в «Психологических исследованиях». Он называл состояниями те психические явления, элементы которых обусловлены физиологическим возбуждением не высших органов чувств, а внутренних органов тела.

Иной подход присущ ряду учёных, которые определяют психическое состояние как отражение. Например, С.Г. Геллерштейн (1926) предложил понимать под психическим состоянием субъективное отражение в сознании объективных процессов или ощущений самого человека. Предложенное определение не в полной мере отражает содержательную сторону психических состояний, автор отмечает лишь одну из сторон данного явления, упуская такие характеристики, как продолжительность, роль и значение психических состояний в структуре психики.

Близкой и более полной представляется точка зрения А.О. Прохорова: «Психическое состояние – это субъективное отражение личностью ситуации в виде устойчивого целостного синдрома в динамике психической деятельности, выражающееся в единстве поведения и переживаний в некотором континууме времени».

Аналогичной точки зрения придерживается В.Н. Мясищев (1960): «Под состоянием мы понимаем общий функциональный уровень, на фоне которого развивается процесс» [5].

Недостаточно полным представляется подход группы учёных, которые рассматривают психические состояния как фон психической деятельности человека. Так А.В. Барабанщиков считает, что психическое состояние – это временный функциональный настрой психики, на фоне которого каждый раз по-разному выявляются психические процессы и даже свойства личности.

Наиболее развернутое определение психических состояний предлагает Н.Д. Левитов (1955). В статье «Проблема психических состояний» он предлагает считать, что «психическое состояние – это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния» [6].

Из этого определения вытекает важное методологическое следствие о детерминантах, причинной обусловленности психических состояний внешними и внутренними факторами.

В педагогической науке высказывается мысль о тесной связи психических состояний с психическими образованиями. Так, К.Д. Ушинский (1950) определяет психическое состояние как сложное психическое образование, захватывающее на определенное время разные процессы душевной жизни. Достаточно своеобразным представляется подход У. Джеймса (1905), который полагал, что психические состояния – это синоним термина «настроение». Научно обоснованным является тот факт, что настроение – это один из параметров психического состояния, однако, психические состояния не ограничиваются только лишь настроением [7].

В.К. Сафонова определяет психическое состояние как результат приспособительной реакции организма и личности в ответ на изменение внешних и внутренних условий, направленной

на достижение положительного результата деятельности и выражающейся в степени мобилизации функциональных возможностей и переживаний человека [8].

Подходы к пониманию психических состояний можно представить в виде сводной таблицы 1.

Таблица 1 – Классификация взглядов на сущность психических состояний

Суть научных взглядов	Ученые	Определения понятия «психическое состояние»
Субъективное отражение	С. Хеллерштейн	субъективное отражение в сознании объективных процессов или ощущений самого человека
	А.О. Прохоров	субъективное отражение личностью ситуации в виде устойчивого целостного синдрома в динамике психической деятельности
Определенный уровень психической активности	В.Н. Мясгадев	общий функциональный уровень, на фоне которого развивается процесс
	И.Ф. Феденко	уровень работоспособности психики человека в определенный момент
Фон	В.А. Ганзен	актуальное состояние – фон, на котором протекают психические процессы
Образование	К.Д. Ушинский	сложное психическое образование, захватывающее на определенное время разные процессы душевной жизни
Характеристика	Н.Д. Левитов	целостная характеристика человеческой деятельности за определенный период, показывающая своеобразие протекания психических процессов
	Ю.Я. Киселев	интегральная характеристика психики человека в конкретный промежуток времени, отражающая качественное своеобразие его переживаний
Явление	И.Я. Ланге	психические явления, элементы которых обусловлены физиологическим возбуждением не высших органов чувств, а внутренних органов тела
Процесс	Л.В. Мальчиков	медленно протекающие психические процессы, момент его течения, перерыв непрерывности
Реакция организма	В.К. Сафонов	результат приспособительной реакции организма и личности в ответ на изменение внешних и внутренних условий
	Е.П. Ильин	целостная и системная реакция на внешние и внутренние воздействия, направленная на сохранение целостности организма и обеспечение его жизнедеятельности в конкретных условиях

Так, представляется возможным объединить все подходы к психическим состояниям в следующем определении: психические состояния - это целостные, различные по интенсивности и длительности проявления психики человека, создающие фон для всей психической деятельности человека, при этом отражающие ее функциональные возможности в конкретный период времени и реализующие функцию уравнивания человека как личности и организма с внешней и внутренней средой.

Ю.Е. Сосновикова доказала влияние психических состояний на эффективность обучения за счет оказываемого воздействия на психические процессы [9]. Можно согласиться с точкой зрения Г.С. Никифорова, который подчеркивает, что переживания регулируют состояние всех психических процессов.

Мнения психологов относительно места психических состояний в структуре личности в большинстве своем сводятся к представлениям о том, что психические состояния выступают связующим звеном между свойствами и психическими процессами в психологической структуре личности (Н.Д. Левитов, А. Т. Ковалев, П.Н. Александрович).

Так, Н.Д. Левитов писал: «...выделение области психических состояний заполняет некоторый пробел в системе психологии, разрыв между психическими процессами и психическими свойствами личности процесс переходит в состояние, а состояние в свойство». П.Н. Александрович (1989), соглашаясь с мнением Н.Д. Левитова относительно места психических состояний в структуре личности, отметил: «Возникая в результате познавательной деятельности на базе процессов, психические состояния сразу же оказывают определенное воздействие на психические процессы, с одной стороны, и являются внутренними условиями для формирования качеств, с другой» [10]. Тем самым он подчеркнул, что психические состояния выступают промежуточным звеном между психическими свойствам и психическими процессами в структуре личности.

Наиболее приемлемой относительно места и роли психических состояний представляется точка зрения А.Г. Ковалева. Ученый считает, что психические состояния занимают промежуточное положение между психическими процессами и психическими свойствами, оказывая влияние и на процессы, и на свойства. Первичную роль в возникновении психических состояний играют психические процессы, которые являются источником внешнего раздражителя.

В работе Ю.Е. Сосновиковой показана управляющая функция психических состояний: психическое состояние может представлять собой настрой, готовность, условие для осуществляющегося и предстоящего взаимодействия.

В.И. Панов выделяет внутреннюю функцию психических состояний, которая заключается в том, что «в качестве накопленного и обобщенного ранее опыта они опосредуют осуществление психических процессов в знакомых ситуациях и позволяют адаптироваться к восприятию и действию в незнакомой, непривычной ситуации».

### **Вывод**

Обобщая вышеизложенное, представляется возможным заключить, что психические состояния, оказывая влияние на протекание психических процессов, обуславливают формирование психических свойств. В то же время, от протекания психических процессов и влияния свойств личности зависит полнота и интенсивность психических состояний.

### **Библиография**

1. Маклаков А.Г. Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих: Дис... докт. псих. наук. СПб., ВМА. 1996. 327 с.
2. Лаптев Л.Г., Гатилов С.П., Кондаков А.М., Маркитан Р.В. и др. Воинский труд: наука, искусство, призвание. Монография. М.: Совершенство. 1998 г. с.40-41
3. Шашкова О.В. Особенности проявления практических состояний студентов в учебной деятельности. Дис... канд. псих. наук. Самара. 2007, 190 с.
4. Мясищев В.Н. Психология отношений. Воронеж: Институт прикладной психологии. 1995. 556 с.
5. Левитов Н.Д. О психических состояниях. М.: Просвещение. 2004. 343 с
6. Джеймс У. Психология. М., 1991. 498 с.
7. Сафонов В.Х. Психическое состояние // Психология: Учебник / Под ред. А.А. Крылова. М., 2004. С.34.
8. Сосновикова Ю.Е. Психические состояния человека. Горький. 1975. 120 с.
9. Александрович П.Н. Психические состояния курсантов: Дис... канд. псих. наук: М., 1986. С.56.

## THE CONCEPT OF MENTAL STATES

**Krasnova M.V., Pronyaeva E.V.**

Peter the Great Military Academy of the Strategic Missile Forces

**Abstract.** The article presents an analysis of the theoretical and methodological foundations of the psycho-emotional states of military personnel - subjects of educational activities; clarification of the essential-substantive elements of the category "activity" in relation to military labor.

**Key words:** activity, military professional activity, psycho-emotional states, mental processes, educational process, educational activity, personality.