

Уровень психической активности как фактор организации деятельности и временного пространства личности

Обращение к синергетической парадигме позволяет рассматривать личность в аспекте ее пространственно-временной организации, исследовать вопросы взаимозависимости информационных, энергетических и временных параметров функционирования личности. С точки зрения общих положений концепции самоорганизации личность представляет собой неравновесную динамическую систему, стремящуюся к максимальной устойчивости. По мнению А.О. Прохорова [1] и Е.Г. Силяевой [2], единицей анализа динамических проявлений личности является структурно-функциональное образование психики. Функциональные структуры обеспечивают уравнивание личностных образований субъекта с характеристиками социально-профессиональной среды и деятельности. По В.А. Ганзену [3], ядром функциональных структур являются состояния. Такой же точки зрения придерживается и Прохоров, указывая на то, что, обладая системными характеристиками, состояния обеспечивают функционирование личности, придавая одновременно определенную специфику.

Ключевым понятием в понимании психического состояния является переживание. По мнению В.И. Чиркова, переживание является отражением в сознании человека его психофизиологического состояния. В основе этих представлений лежит концепция отношений В.Н. Мясищева [4], согласно которой действия и переживания человека определяются системой отношений человека, обуславливающих его реакции на различные ситуации и поведение в них. В работах Б.А. Вяткина и Л.Я. Дорфмана переживание рассматривается как системное образование, интегрирующее психические процессы личности

в определенный момент времени. Е.П. Ильин приравнивает переживания к осознанию показателей функционального состояния личности. Таким образом, переживания рассматривают как целостное отражение психического состояния, но скорее на субъективном, осознаваемом уровне личности.

А. Бергсон считает, что состояния отражают личность в целом. При этом динамические проявления личности он рассматривает как непрерывность психических изменений, образующих «несмолкаемую мелодию нашей внутренней жизни». Это означает, что психические состояния обеспечивают не только ориентацию во внешнем мире, но и переход друг в друга. Следовательно, существует внутренняя взаимосвязь психических состояний, их определенная взаимообусловленность. По аналогии с Бергсоном У. Джеймс [5] рассматривал проблему тождества и изменения личности. Он обращает внимание, прежде всего, на отражение в психическом состоянии сознания, и, следовательно, говорит о непрерывном «потоке сознания», наиболее глубинными процессами которого, считает память.

Тем не менее большинство исследователей не сводят определение психического состояния к понятию переживания или сознания, то есть понимают его значительно шире, чем целостное, но подчеркнута субъективное отражение психологического бытия индивида. Н.Д. Левитов указывает, что всякое психическое состояние является как переживанием, так и деятельностью, имеющей некоторое внешнее выражение. Само переживание может иметь деятельностьную трактовку (например, в работах Ф.Е. Василюка), когда оно рассматривается как особая форма деятельности, направленной на восстановление «душевного равновесия». А.Н. Леонтьев считает, что психическое состояние возникает в результате отражения только значимых для человека жизненных ситуаций, то есть придающих личностный смысл его жизни. Это означает, что психическое состояние заключает в себе анализ и оценку че-

ловеком тех объективных обстоятельств, реальных причин и условий, в которых он оказался. Функция переживаний состоит в наведении субъекта на их действительный источник, в том, что они сигнализируют о личностном смысле событий. Эту объективную функцию личностного смысла подчеркивает и С.Л. Рубинштейн, указывая на то, что он обеспечивает непрерывный анализ ситуации, выделение в ней того, что существенно в соотношении с требованием жизни человека.

В аспекте теории, разрабатываемой Прохоровым [1], состояние понимается как единство переживания субъекта и его поведения в совокупности с ситуацией жизнедеятельности. Психические состояния служат основным механизмом в преобразовании психологических свойств и изменении психических процессов. Благодаря психическим состояниям достигается уравнивание или приведение психологических особенностей субъекта в соответствие с требованиями предметно-социального характера деятельности. Данные изменения становятся возможными благодаря интегрирующей функции психических состояний, которая в пространственно-временной и информационно-энергетической координатах связывает, с одной стороны, особенности внешней среды, а с другой – психические процессы и психологические свойства, образуя соответствующие функциональные структуры. Под внешней средой понимаются ситуация, предметная деятельность, социальная функция и т.д. В целом психические состояния обеспечивают организацию качественно новой психологической структуры личности, необходимой для эффективного функционирования субъекта, создают ее «психологический строй».

При упорядочивании функций психических состояний по указанным координатам Прохоров выделяет три основные структуры. В отрезке актуального времени (секунда-минута), связанном с ситуацией, психические состояния служат связующим звеном между процессами и свойствами личности, обу-

словливают адекватную реакцию на ситуацию. В диапазоне текущего времени (час-день), связанном с деятельностью и социальной функцией, психические состояния обеспечивают интегрирующую функцию, формируя «психологический строй» личности, овладение способами и приемами саморегуляции, участвуют в формировании и закреплении психологической структуры личности. В границах длительного времени (месяц-год и более), связанного с жизнедеятельностью и образом жизни, психические состояния обеспечивают регуляцию психических процессов и проявлений свойств, организацию деятельности и поведения, отражают сформированные свойства, трансформации и акцентуации характера. Функциональная структура, по Прохорову, выступает как трехуровневая организация личностных образований со специфическими для каждого уровня характеристиками функций, содержания и форм поведения. В качестве основания для выделения трехуровневой градации приняты шкала уровней психической активности В.А. Ганзена, а также теоретические положения и практические разработки, сделанные в области гуманистической психологии.

В контексте теории самоактуализации А. Маслоу, понятия об активации личности С. Мадди, метода изучения самоактуализации личности Э. Шостром выделено наличие высокой, средней и низкой активности в жизнедеятельности человека. Маслоу [6] отмечает, что природу самоактуализации можно рассматривать не абстрактно, а с точки зрения операционального смысла процесса самоактуализации. Такой процессуальный подход к проблеме самоактуализации позволяет применить это понятие к обычному человеку как момент повышения его активности не столько внешней, сколько психологически содержательной в плане самовыражения и личностного роста. Маслоу задает вопрос о том, что человек делает, когда он самоактуализируется? И отвечает, что в момент такого переживания человек целиком и полностью раскрывает свою чело-

веческую сущность. Это и есть момент самоактуализации. Все люди время от времени переживают такие моменты.

Мадди ввел понятие об активации. С психологической точки зрения активация рассматривается как возбуждение или напряжение. Обычный или характерный уровень активации – это типичный уровень активации, воспринимаемый человеком на протяжении дней. Уровень активации в любой момент детерминирован воздействием стимуляции, а именно: степенью интенсивности, значимости и разнообразия стимулов, поступающих из внутренних и внешних источников. Мадди выделил два типа высокоактивированной личности и два типа низкоактивированной личности. Шостром разработала метод изучения самоактуализации личности, с помощью которого были выделены высокий, средний, низкий и псевдовысокий уровень активности личности. Содержание типов личности разного уровня активности у исследователей носит скорее дополняющий, нежели противоречивый характер.

Согласно указанным основаниям активность личности в процессе деятельности может иметь разный энергетический уровень. Исследователями А.О. Прохоровым, В.А. Ганzenом, В.Н. Юрченко, Е.Г. Силаевой [1, 2, 3] и другими уровень средней активности личности принято считать оптимальным или равновесным состоянием, так как он обеспечивает оптимальную продуктивность деятельности, устойчивое и прогнозируемое поведение. Состояния, связанные с повышенной или пониженной психической активностью, отнесены к неравновесным состояниям. Их актуализация приводит, как правило, к снижению продуктивности деятельности и общения, неустойчивому и слабопрогнозируемому поведению. С точки зрения концепции самоорганизации неравновесные (неустойчивые) состояния являются отражением функциональной структуры, образующейся при нарушении равновесия между субъектом и социально-профессиональной средой. Фазовый переход системы из равновесного (устойчивого) в неравновесное (неустой-

чивое) состояние может произойти двумя путями: при увеличении интенсивности и росте длительности; при увеличении интенсивности и уменьшении длительности. Следовательно, смена одного состояния другим может возникнуть плавно или скачкообразно. Процесс обратного перехода системы из неравновесного состояния в равновесное всегда происходит постепенно и плавно. Система вообще может и не прийти к начальному состоянию.

Прохоров и Силаева разработали модель возникновения новообразований, которая дает представление о закономерностях организации деятельности и временного пространства личности. В основу динамических проявлений личности положено функциональное образование, которое всегда обусловлено структурой личностных свойств, спецификой деятельности субъекта и ситуации, в которую он вовлечен. На первом этапе происходит зарождение новообразования в конкретной деятельности или ситуаций жизнедеятельности. Этот процесс обусловлен состоянием высокого энергетического уровня и протекает недолго, так как такое качественное преобразование требует больших энергетических затрат.

Второй этап связан с закреплением ядра новообразований, переводом его из «динамического» статуса в «структурный». Благодаря повторяющимся условиям конкретной деятельности, формам поведения и ситуации происходит закрепление связей между элементами, составляющими ядро новообразования. На этом этапе создаются условия для отрыва ядра новообразования от изменяющихся факторов определенной ситуации и конкретной деятельности. Новое психическое образование совершенствуется, приобретает устойчивость, становясь все более независимым. Этот процесс сопровождается накоплением эмпирического опыта в определенном виде деятельности и требует продолжительного времени и относительно небольших энергетических затрат. Поэтому осуществление второго этапа является функцией длительных

неравновесных состояний низкого энергетического уровня. На третьем этапе новообразование приобретает структурные свойства, то есть становится устойчивым качеством личности, определяется место нового психического свойства в иерархии личностных свойств субъекта. Теперь новообразование само инициирует организацию того вида деятельности, благодаря которому оно возникло, только уже в новых условиях.

Итак, единицей анализа динамических изменений личности является функциональное состояние, которое может иметь разный энергетический уровень. Устойчивое состояние личности связано со средним уровнем психической активности и обеспечивает стабильную продуктивность деятельности, привычное, прогнозируемое поведение на протяжении длительного периода времени. Неустойчивые состояния связаны с нестабильными колебаниями психической активности (высокого и низкого уровня), а также с процессом изменения структуры личности. В неустойчивом психическом состоянии наступает точка бифуркации, выбора дальнейшего пути развития. В этой точке личность особенно чувствительна к внутренним колебаниям и внешним воздействиям, в том числе и к малым социально-психологическим побуждающим воздействиям, стимулирующим личность к позитивному развитию. Таким образом, уровень психической активности является фактором организации деятельности и временного пространства личности и позволяет раскрыть сущность поведения человека в различных ситуациях жизнедеятельности, описать его с точки зрения эффективности, адекватности, прогнозируемости и устойчивости.

Список литературы

1. Прохоров А.О. Психология неравновесных состояний. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998.

2. *Сяляева Е.Г.* Социализация личности с позиции синергетики // Синергетика: человек, общество. М.: Изд-во РАГС, 2000.

3. *Ганзен В.А., Юрченко В.Н.* Систематика психических состояний человека // Вестник ЛГУ. Сер. 6. Вып. 1. 1991.

4. *Мясищев В.Н.* Психология отношений. М.: Изд-во Ин-та практической психологии; Воронеж: НПО «Модек», 1995.

5. *Джеймс У.* Психология. М., 1991.

6. *Маслоу А.* Психология бытия. М.-Киев, 1997.