

Дружилов С.А., Олещенко А.М. Психические состояния человека в труде: теоретический анализ взаимосвязей в системе «Свойства личности – Состояния – Процессы»



English version: [Druzhilov S.A., Oleshchenko A.M. Mental status at the time of work: the theoretical analysis of interrelations in the system «personality traits – status – processes»](#)

Научно-исследовательский институт комплексных проблем гигиены и профессиональных заболеваний Сибирского отделения Российской академии медицинских наук, Новокузнецк, Россия

[Сведения об авторах](#)

[Литература](#)

[Ссылка для цитирования](#)

Приведен теоретический анализ сложившихся в психологии подходов к психическим состояниям. Негативные состояния человека в труде являются индикаторами дезадаптации и нарушения психического и физического здоровья. В статье психическое состояние представлено как психологический синдром. Изложены принципы подбора диагностических методик.

Ключевые слова: психическое состояние, психофизиологическое состояние, психические процессы, свойства личности, здоровье, деятельность, социальная среда

Сложная демографическая ситуация в стране, прогнозируемое уменьшение в предстоящее десятилетие количества работоспособного населения, – все это поднимает значимость сохранения здоровья трудящихся как необходимого условия обеспечения трудового потенциала страны.

Физическое и психическое здоровье человека зависит от его адаптации к окружающей среде, а регулятивную функцию адаптации выполняют *состояния* организма и психики человека. Перенапряжение приспособительных механизмов приводит к возникновению болезни при действии на организм интенсивных и длительных раздражителей. Воздействие факторов среды на человека происходит при активном участии его *психики*.

Анализ проблемной ситуации

В научной литературе при описании состояний человека используются различные обозначения: психические состояния, эмоциональные состояния, функциональные состояния *организма*, физиологические и психофизиологические состояния, функциональные состояния *человека* в труде, а также ряд других.

Психическое состояние (ПС) как самостоятельную категорию выделил В.Н.Мясищев (1932 г.), но первое фундаментальное рассмотрение проблемы психических состояний было осуществлено Н.Д.Левитовым в 1964 г. в монографии «О психических состояниях человека» [Левитов, 1964]. За последовавший полувековой период было опубликовано более двух десятков монографий, а также множество статей, в которых отражены авторские позиции по отношению к различным аспектам *состояний*.

Множественность теоретических подходов к психическим состояниям и неоднозначность

терминологии затрудняет исследователю возможность ориентироваться в проблеме, усложняет подбор методик для диагностики негативных состояний у человека и прогнозирования риска его здоровью.

Целью статьи является теоретический анализ сложившихся в психологии подходов к психическим состояниям, уточнение терминологии и выделение адекватных методов исследования состояний трудящихся как индикаторов, с одной стороны, эффективности деятельности, а с другой – психического и соматического благополучия.

Ограничим круг рассмотрения проблемы: статья посвящена 1) *нормальным* состояниям человека (в отличие от *патологических*, – с точки зрения *психиатрии* – состояний); 2) состояниям при его *бодрствовании* – в процессе *трудовой деятельности* человека, а также в периоды, предшествующие вхождению в деятельность и после выхода из нее.

Психические состояния в системе психических явлений

В психологии выделяют три основных класса психических явлений: психические *процессы*, психические *состояния* и психические *свойства* личности. Общеизвестным является наличие взаимосвязи между указанными явлениями [Маклаков, 2000]. Однако связь *психических состояний* человека в труде с его *состоянием здоровья* не является очевидной, как не очевидна роль *условий труда* и *свойств личности* в этой связи.

Понимание психических (психофизиологических, функциональных) состояний в психологической науке

Состояния характеризуют разные уровни человека: физиологический, психофизиологический, психический. Перечень возможных состояний человека весьма обширен: релаксация; оптимальное рабочее состояние; утомление; состояние нервно-психического напряжения; стресс; пограничные психические состояния, вызванные нарушением как соматической, так и психической сферы и др. Но всегда состояние – это реакция организма и психики на *внешние* воздействия.

Состояния человека могут быть внутренне и внешне наблюдаемыми. Внутренне наблюдаемое состояние – это зафиксированное *сознанием* человека на определенный момент времени интегральное *ощущение* (переживание) благополучия (или неблагополучия), комфорта (или дискомфорта) в тех или иных подсистемах организма или всего организма в целом. Внешне наблюдаемое состояние – это степень благополучия и комфорта, наблюдаемая извне (по поведению, вегетативным проявлениям и др.).

Разные исследователи используют как разные *обозначения* состояний, так и различающиеся *подходы* к описанию их сущности.

Функциональные состояния организма

Понятие «функциональное состояние» первоначально возникло в физиологии и использовалось для характеристики деятельности отдельных органов, физиологических систем или организма в целом. Функциональные состояния (ФС) рассматриваются в качестве фоновой активности центральной нервной системы, в условиях которой осуществляется деятельность или реализуются поведенческие акты человека.

Физиологи определяют ФС через уровень и последствия нарушения процессов гомеостатического регулирования в организме, которые проявляются в совокупности реакций его функций и систем [Данилова, Крылова, 1989]. Но понимаемые в таком смысле ФС, по мнению Н.Д.Заваловой и В.А.Пономаренко, характеризуют, в большей мере, *вегетативные реакции*, сопровождающие поведенческие акты и отражающие энергетическую сторону адаптации [Завалова, Пономаренко, 1983].

В представлениях психологов ФС перестают быть просто фоном, а представляют собой динамику наблюдаемых характеристик поведения и деятельности человека. Поэтому далее еще раз вернемся к рассмотрению этих состояний – уже с позиций *психологии труда*.

Психические состояния

По Л.Д.Левитову, 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 и свойств личности» [Левитов, 1964, с. 20].

Л.Д.Левитов провел грань между психическими состояниями человека и функциональными состояниями организма. *Психические* состояния человека (ПС) в отличие от функциональных состояний (ФС) организма отражают, с определенной степенью адекватности, реальную жизненную и трудовую *ситуацию* и *отношение* субъекта, а также вовлекают в процесс разрешения проблемной жизненной (или трудовой) ситуации психические процессы и личностные образования – мотивационную и эмоционально-волевою сферу, характерологические черты. Л.Д.Левитов настаивал на *недопустимости* сведения состояний человека к его *переживаниям*.

Исследователи единодушны во мнении, что ПС организуют поведение и деятельность человека на высшем психическом уровне с учетом его характерологических особенностей, мотивов, установок, отношения к происходящему. Однако существуют различные позиции по поводу адаптивной сущности ПС. Если согласно первой из них (Н.Д.Завалова, В.А.Пономаренко и др.), ПС организуют *адаптивное* поведение [Завалова, Пономаренко, 1983], то по второй, сторонником которой является В.А.Бодров, эти состояния регулируют еще и *дезадаптивное* поведение, *дезорганизуя* деятельность [Бодров, 2001].

В качестве примечания отметим, что различия в рассматриваемых подходах нам видятся в использовании авторами разных *критериев* адаптации [Дружилов, 2003]. Поскольку общая *эффективность трудовой деятельности* имеет экономическую, психическую, социальную и др. *составляющие*, то и отдельные (частные) критерии адаптации ориентируют на достижение различных результативных показателей труда. При этом каждая из составляющих эффективности них определяется соотношением *результата* и *затрат* (материальных, психических и др.), а *негативные психические состояния* всегда характеризуют *затратную* сторону деятельности [Дружилов, 2010].

В.А.Бодров считает, что «конкретное психическое состояние не только может стать причиной нарушения работоспособности и снижения надежности, но и [...] могут привести к развитию определенных форм психической дезадаптации и снижению профессиональной пригодности» [Бодров, 2001, с. 138]. Приведенная цитата наталкивает на мысль о необходимости (и возможности) рассмотрения ПС человека в труде с точки зрения физического, психического и *профессионального здоровья* [Дружилов, 2012].

Психофизиологические состояния

С позиций проблематики здоровья *работающего человека* интересен подход, развиваемый

Е.П.Ильиным с 1978 г. Исследователь рассматривает состояния, которые развиваются у человека в процессе *деятельности* и затрагивают как его *физиологические*, так и *психические* структуры. Такие состояния он называет *психофизиологическими* (отделяя их от элементарных *физиологических* состояний возбуждения и торможения) [Ильин, 2005].

Е.П.Ильин определяет психофизиологическое состояние (ПФС) человека как «целостную системную реакцию (на уровне организма и часто – личности) на внешние и внутренние воздействия, направленную на сохранение целостности организма и обеспечение его жизнедеятельности в конкретных условиях обитания [Там же. С. 18], подчеркивая, что это реакция «не только психики, но и всего организма и личности в целом» [Там же. С. 20]. Исследователь указывает на *адаптивный* характер ПФС, обеспечивающего сохранение *гомеостаза организма*.

По Е.П.Ильину, реакция функциональных систем направлена на получение *полезного результата* адаптации к условиям существования. При этом полезный результат для *организма* может не совпадать с *ожидаемым* человеком *полезным эффектом*. Автор имеет в виду, прежде всего, *биологическую целесообразность* того или иного *состояния*. Отсюда следует: что полезно для организма, *не всегда* полезно для деятельности. Исследования Л.Г.Дикой подтверждают, что в зависимости от обстоятельств и личностных особенностей человека *приоритет* саморегуляции может относиться как к результативности его профессиональной деятельности в ущерб состоянию, так и наоборот [Дикая, 1991].

Поскольку ПФС – это системная реакция, в которой задействованы и организм, и личность, то нельзя исключать *переживания* из его характеристики. Если физиологическая сторона отражается в изменении ряда функций, в первую очередь вегетативных и двигательных, то психическая сторона состояний находит отражение в виде *переживаний* и *чувств*. Представление о психическом состоянии как *переживании* связано с эмоциями.

По Е.П.Ильину, любое состояние человека может быть представлено характеристиками трех уровней реагирования: психического (переживания), физиологического (соматические структуры организма и механизмы вегетативной нервной системы) и поведенческого (мотивированное поведение). Только по *совокупности* показателей, отражающих каждый из этих уровней, можно сделать заключение о состоянии человека. При этом *переживания* занимают ведущее место в диагностике ПФС. Следовательно, психологические особенности *личности* играют ведущую роль в образовании ПФС. А значит, механизмы регуляции психических состояний нужно искать в самой *личности*.

Состояния человека как следствие трудовой деятельности

Поскольку состояние отражает уровень *функционирования* как отдельных систем, так и всего организма, то, по мнению ряда исследователей, целесообразно говорить не о психических или физиологических состояниях, а о *функциональных* состояниях [Леонова, Медведев, 1981] человека.

Функциональные состояния человека с позиции психологии труда

Понятие функциональных состояний (ФС) применяется не только в физиологии и медицине, но и в эргономике, в инженерной психологии и психологии труда. Здесь под ФС человека-оператора понимается «интегральный комплекс наличных характеристик тех функций и качеств человека, которые прямо или косвенно обуславливают выполнение деятельности» [Зараковский, Королёв, Медведев, Шлаен, 1974, с. 94]). Это определение разграничивает *состояние человека* и состояние его отдельных *физиологических* и *психофизиологических функций*. Исследователи утверждают, что, «получив сведения об этих функциях, мы еще не можем судить о состоянии оператора, не зная условий взаимодействия и взаимовлияния этих функций в процессе деятельности» [Там же].

В *психологии труда* понятие «функционального состояния» используется для характеристики *эффективной* стороны *трудовой* деятельности человека [Карпов, 2003]. Критериями для отнесения ФС к определенному классу служат *надежность* и *психофизиологическая «цена»* деятельности. С помощью критерия надежности ФС характеризуется с точки зрения способности человека выполнять деятельность на заданном уровне точности, своевременности, безотказности. По показателям «цены» деятельности дается оценка ФС как степени истощения сил организма и, в конечном итоге, влияния его на здоровье человека. На основании указанных критериев ФС (применительно к выполнению трудовых обязанностей) делятся на два основных класса – допустимые и недопустимые.

Еще одним критерием ФС служит *адекватность реакции* человека требованиям деятельности. В этом случае выделяют две группы состояний: 1) адекватной мобилизации и 2) динамического рассогласования. В рамках этих групп могут быть охарактеризованы все ФС работающего человека. При анализе состояний человека при длительно выполняемой работе изучают фазы *работоспособности*, внутри которых анализируют особенности *устомления*, а также выделяют *уровни напряженности труда*.

Попытку дифференцировать *функциональные* (ФС) и *психические* (ПС) состояния делает Е.П.Ильин. По его мнению, когда речь идет о *функциональных* состояниях (ФС), имеют в виду *уровень функционирования* человека в целом или его отдельных функциональных систем (сенсорной, интеллектуальной, моторной), а когда говорят о *психических* состояниях (ПС), то речь идет о качественной специфике (*модальности* переживаний) реагирования человека на *ситуацию* – без учета уровня функционирования. Поскольку в психофизиологических состояниях (ПФС) сочетаются *уровневые* и *модальностные* характеристики, то понимание *функциональных* (ФС) и *психофизиологических* (ПФС) состояний, по мнению указанного исследователя, весьма *близки* [Ильин, 2005].

Важным понятием, используемым при анализе ФС человека в труде, является психическая (или нервно-психическая) нагрузка [Леонова, Медведев, 1981]. Она вызывает психическое напряжение у человека, которое характеризуется следующими возможными состояниями в труде: мобилизация, вбрасывание (облегчают выполнение задачи), психическое утомление, снижение бдительности, психическое пресыщение (ухудшают выполнение задачи) [Машин, 2007].

Для многих современных профессий и видов труда психическая нагрузка на человека в процессе его деятельности может рассматриваться как *профессиональная* нагрузка. Исследования напряженности труда операторов-металлургов показали продуктивность выделения трех составляющих профессиональной нагрузки (операциональной, когнитивной и социально-психологической), позволяющих оценить вклад факторов *производственной среды* в формирование психического напряжения [Галыгин, Филиппов, Хван, 1991].

А.Г.Маклаков высказывает предположение, что набор ФС у всех людей примерно одинаков, поскольку задан *генетически*. В то же время имеют место индивидуальные различия в динамике одинаково обозначаемых состояний, а также в закономерностях перехода одних состояний – в другие. Важнейшей причиной того, что в одних и тех же условиях труда люди находятся в разных ФС, является различие *отношений* этих людей к происходящему [Маклаков, 2000].

Таким образом, в ФС всегда есть две стороны – субъективная и объективная. При этом *субъективная* сторона функционального состояния у человека является *ведущей*, так как в ходе адаптационных перестроек объективные сдвиги в организме, как правило, значительно отстают от *субъективных*. Это положение отражает общефизиологическую (и кибернетическую) закономерность, согласно которой *механизм регуляции* (психика) начинает работу раньше, чем более инерционная управляемая им система.

Под субъективной стороной ФС понимают психические явления, которые относятся к *личностным*

проявлениям. Особенности личности во многом определяют характер ФС и являются одним из ведущих механизмов регуляции в процессе адаптации организма к условиям среды. Согласно принятому в отечественной психологии *личностному* принципу регуляции (С.Л.Рубинштейн, Б.Ф.Ломов, Е.В.Шорохова, А.К.Абульханова), формирование ФС во много обусловлено *отношением* человека к себе, окружающей действительности и к своему труду. Л.Г.Дикая считает, что ухудшение ПФС специалиста, выполняющего сложную профессиональную деятельность, затрудняет ее выполнение и одновременно повышает роль личностных детерминант [Дикая, 1999а]. Когда несоответствие между *текущим* ПФС и *требуемым* для эффективной работы ПФС резко возрастает, то «возникает необходимость осознанного включения произвольных способов регуляции» [Там же. С. 91]. При этом возрастает психофизиологическая «цена» деятельности.

Практические состояния человека в труде

В психологии труда и эргономике широко используется понятие «*практические состояния*» (от лат. *praxis* – труд). Это психические состояния, периодически возникающие в *процессе* труда и обусловленные его специфическими характеристиками, связанными с наличием *целевого* и *материально-информационного* обеспечения (в терминах, описывающих важнейшие условия деятельности в трехкомпонентной ее структуре: «цель – средство – результат»).

Преследуемая *цель* – получение некоторого продукта. При производстве вещественного продукта цель вносится *извне* и предстает в виде *количественных требований*, которые могут *осознаваться* (и *приниматься*) или *не осознаваться* (либо *не приниматься*) работником. Используемые для достижения цели *средства* – это техника, энергия, информация. Существуют два вида *средств деятельности*: а) *внешние* (орудия труда в разнообразной форме, начиная от лопаты и заканчивая компьютером, прокатным станом и т.д.); б) *внутренние* средства деятельности человека – его знания, умения, навыки, алгоритмы решения профессиональных задач. Важнейшая характеристика результата – его достижимость и *соответствие цели*.

В зависимости от соотношения указанных элементов деятельности (в структуре «цель – средства – результат») у человека в процессе труда возникают различные *практические* состояния. Лишь при одном варианте, когда человек располагает всеми необходимыми для деятельности условиями (осознанность *цели*, достаточность *средств*, *достигаемость результата*), можно говорить о *функциональном комфорте* как благоприятном состоянии. Но в *реальности* человек *вынужден*:

- а) самостоятельно *формулировать* конкретную *цель* своих действий в данных условиях (находить ее в должностных или технических инструкциях, вникать в полученную от руководителя, принимать ответственные решения и т.д.);
- б) вести самостоятельный *поиск средств* (и *способов*) деятельности, «конструировать» их или «реконструировать» имеющееся оборудование, знания, информацию применительно к конкретной производственной ситуации;
- в) *добиваться* положительного *результата* сколь угодно долго, прилагая большие усилия, работать в условиях дефицита информации об итогах своей деятельности (а в ряде случаев – даже о назначении своих действий).

А.А.Крылов и Г.В.Суходольский к *практическим* состояниям человека относят состояния психического утомления, напряженности, монотонии, тревожности, стресса, отсутствия мотивации, а также состояние функционального комфорта и индифферентное состояние [Крылов, Суходольский, 1988].

Ниже в таблице приводятся варианты комбинаций возможных ситуаций в трудовой деятельности, продуцирующих соответствующие им *практические* состояния. Знаком (+) обозначено *наличие* у

работника данной составляющей условий труда, знаком (–) – *отсутствие* ее.

Таблица 1

Связь практических состояний человека с условиями труда

Психические состояния	Составляющие условий труда		
	Осознание цели	Достаточность средств	Очевидность результата
Функциональный комфорт	+	+	+
Психическое утомление	+	+	–
Психическая напряженность	+	–	+
Отсутствие мотивации	–	+	+
Эмоциональный стресс	+	–	–
Монотония	–	+	–
Тревожность	–	–	+
Индифферентное состояние	–	–	–

Укрупненно указанные состояния могут быть сведены в четыре группы:

- 1) «энергичность–утомленность» – состояние, возникающее при выполнении работы с осознаваемой *целью* и наличием *средств*, но *результат* которой – неочевиден либо достижение его требует больших усилий;
- 2) «расслабленность–напряженность» – состояние, возникающее при выполнении работы с известной (осознаваемой) *целью* и очевидным *результатом*, но с недостаточными *средствами*;
- 3) «спокойствие–тревожность» – состояние, возникающее при выполнении работы с очевидным *результатом*, но с неясно сформулированной либо непонятной для работника *целью* и недостаточными *средствами* ее достижения;
- 4) «хладнокровие–стресс» – состояние, возникающее в деятельности, в которой определена только ее цель, но ничего не известно о средствах ее выполнения и результате, который может быть опасным для работника [Юрьев, Ганзен, 1987].

Одним полюсом в континууме практических состояний является состояние функционального комфорта, а другим полюсом – *индифферентное* состояние, возникающее у человека, который совершенно не заинтересован в производственной ситуации.

Все многообразие *практических* (так же как и *психофизиологических* и *функциональных*) состояний можно разделить на два класса: *благоприятные* (мобилизующие, организующие) и *неблагоприятные* (дезорганизующие, деструктивные) для *деятельности*. Наиболее благоприятными (оптимальными) состояниям являются, по мнению Л.Г.Дикой и В.И.Щедрова, состояния *функционального комфорта* и *напряженности* (*продуктивной* – по уровню). К неблагоприятным состояниям относятся такие как эмоциональная возбужденность, психическая напряженность (повышенная), утомление, стресс [Дикая, Щедров, 1999b]. Мы считаем, что к их числу могут быть отнесены также состояние монотонии, тревоги, отсутствия мотивации, а также индифферентное состояние.

Неблагоприятные (негативные) психические состояния человека в труде, являясь следствием особенностей выполняемой трудовой деятельности и ее организации в конкретных условиях, выступают в роли индикатора *неоптимальности* взаимной адаптации человека и его трудовой деятельности. Они свидетельствуют либо о несоответствии *свойств работника требованиям профессиональной деятельности* (например, его недостаточной неподготовленности), либо о несоответствии *условий труда – возможностям человека* (низкий уровень организации труда).

Неблагоприятные состояния, которые возникают и поддерживаются изо дня в день месяцами и даже годами, негативно влияют на *самочувствие* работающего человека. Наличие таких состояний говорит о профессиональном неблагополучии человека и является фактором риска возникновения соматических заболеваний.

Мы исходим из понимания того, что обозначенные выше (см. табл. 1) *психические состояния* (как отражение объективных условий профессиональной деятельности) могут иметь разную степень проявления. И тяжесть (или глубина) этих проявлений является отражением индивидуальной *системы отношений* субъекта труда к основным целевым и материально-информационным компонентам его деятельности. Таким образом, именно система отношений к основным элементам трехкомпонентной структуры деятельности представляет значимые *психологические факторы* в определении *тенденций* в формировании наиболее *вероятных* психических состояний человека в труде. А выявление и анализ этих психических факторов и соответствующих им тенденций формирования состояний позволяет подобрать *физиологические, психофизиологические и психологические* методы исследования, уточняющие формируемые в труде состояния.

Психическое состояние как психологический синдром

Психологи признают, что всякое психическое состояние есть нечто целостное, своего рода *синдром* [Ильин, 2005, Маклаков, 2000]. Но если в медицине синдром ассоциируется, прежде всего, с патологией, то в психологии этот термин понимается более широко. Синдром (от греч. *syndrome* – скопление, стечение) рассматривается как комплекс органически связанных между собой признаков (симптомов), объединенных единым механизмом возникновения и развития рассматриваемого явления. Преимущество *синдромного подхода* в психологии определяется тем же, чем и в медицине: возможностью формулировать диагноз в терминах, задающих направление коррекции, в данном случае психологической.

В психологии термин «синдром» используется по отношению к явлениям «выученной беспомощности», «психического выгорания». В психологии труда *синдромный подход* применяется при изучении психологического феномена профессионализма [Дружилов, 2004].

А.Л.Венгер предложил (применительно к проблемам детской дефектологии) четырехблочную *структуру* психологического синдрома, которая состоит из *входного* блока «Исходные предпосылки» и «*ядра*» синдрома. «Ядро» синдрома, представленное как система, охваченная обратной связью, включает три блока: «Психологические особенности», «Особенности деятельности» и «Особенности взаимоотношений» [Венгер, 1994].

Считаем возможным распространить (соответственно модифицировав) эту структуру синдрома на *психические состояния* (ПС) работающего человека. Исходные предпосылки синдрома – это те факторы (генетические, социальные, личностные), которые *существенны* для его возникновения. В процессе развития синдрома они мало изменяются. Это, прежде всего, психологический профиль, типологические свойства личности, определяемые генотипом человека.

В ядро синдрома ПС входят три блока. 1. Блок «*психологические особенности*» человека (как индивида, личности и субъекта деятельности), которые могут изменяться в течение жизненного и профессионального пути. 2. Блок «*особенности трудовой деятельности*», включая профессиональные задачи, а также наличные параметры *целевого и материально-*

информационного обеспечения: а) осознанность *цели*; б) наличие *средств*, включая внешние – орудийные и информационные, и внутренние – необходимые знания, умения и навыки; в) очевидность (достижимость) *результата*. 3. Блок «особенности взаимоотношений» (в коллективе, в семье, в обществе). *Отрицательная* обратная связь, охватывающая ядро, обеспечивает возможность развития синдрома и стабилизацию психического состояния человека в условиях среды (социальной, трудовой).

Представленная таким образом структура ПС как *синдрома* ориентирует исследователя на подбор диагностического инструментария, отражающего содержательную сторону входящих в структуру блоков (включая анализ профессиональной *деятельности* и *взаимодействий* в *коллективе*).

Взаимосвязи в системе «свойства личности – состояния – процессы»

Прежде чем перейти к анализу взаимовлияния обозначенной ранее триады психических явлений, кратко рассмотрим оставшиеся два явления – психические *процессы* и *свойства* личности.

Психические процессы и свойства личности

При взаимодействии человека с окружающей средой в структуре мозга возникают *процессы*, отражающие свойства объектов и явлений *внешней среды*. В психологии к *психическим процессам* (ПП) относят: ощущение, восприятие, представление, память, воображение, мышление, речь, внимание, эмоции [Маклаков, 2000]. ПП характеризуются кратковременностью, быстротечностью, они являются актуальным откликом на происходящее.

Свойствами считаются *наиболее устойчивые* во времени характеристики, которыми обладает *личность*. Согласно *диспозиционной теории* личности (G.W.Allport), поведение человека является результатом определенной конфигурации *личностных черт* (диспозиций), образующих «личностную структуру» (приводится по: [Хьелл, Зиглер, 2000]). При этом каждое *свойство* (*черта*) личности рассматривают как предрасположенность вести себя сходным образом в широком диапазоне ситуаций. *Черты* обеспечивают устойчивый способ индивидуального приспособления человека к окружающей среде (Р.Кеттелл, Г.Айзенк). Совокупности различных личностных *черт* образуют *типы личности*, представляющие обобщенные поведенческие характеристики (К.Г.Юнг, Дж.Келли, Д.Кейрси и др.).

Взаимовлияние психических процессов, состояний и свойств личности

Наиболее стабильные психические явления – это *свойства* личности. Менее длительные, более динамичные характеристики – *состояния* (функциональные, психофизиологические, психические). А то, что характеризует неповторимость, быстротечность психических явлений у человека, обозначается как психические *процессы*. Указанные варианты описания психики (свойства, состояния, процессы) можно разместить на *шкале* «стабильность–нестабильность» по мере их снижения стабильности в заданные временные промежутки.

Прямая зависимость в триаде «свойства–состояния–процессы»

Прямая зависимость в рассматриваемой триаде психических явлений упрощенно может быть выражена в виде следующей формулы:

Внешний фактор → свойства (черты) личности → состояния → процессы

Индивидуальные (типологические) *свойства* (черты) личности, несущие отпечаток *генетической* предрасположенности, в значительной степени определяют диапазон возможных психических и функциональных *состояний*. Исследователи отмечают, что в состояниях «интегрирована *актуальная* выраженность *черт личности*» [Куликов, с. 11]; подчеркивают «интегрирующую функцию состояний в образовании функциональных систем реагирования» [Ильин, с. 25], обеспечивающих адаптацию к условиям жизни и деятельности. В свою очередь, от психических (функциональных) *состояний* зависит множество *процессов*, протекающих в организме человека.

Обратная зависимость в триаде психических явлений

Имеет место и *обратная зависимость* между рассматриваемыми явлениями по намеченной нами шкале, позволяющая, по мысли Л.Д.Левитова, показать *непрерывность* психических преобразований: *процесс* переходит в *состояние*, а *состояние* – в *свойство*.

Обратную зависимость в триаде «свойства–состояния–процессы» можно упрощенно представить в виде следующей формулы:

Внешний фактор → *процессы* → *состояния* → *свойства личности*

На наличие указанной зависимости обращает внимание К.В.Павлов: совокупность условий, определяющих более длительное, чем обычно, протекание психических *процессов*, непременно изменяет *функциональное* состояние. В свою очередь, относительно *устойчивые* функциональные состояния («статусы» – по определению исследователя), длительность которых может измеряться *днями, неделями* и даже *месяцами*, накладывает отпечатки на *свойства личности* [Павлов, 1998].

Несмотря на устойчивый характер личностных *черт*, следует признать, что они не являются исключительно врожденными качествами человека. Как отмечает А.Б.Леонова, их изменение происходит под влиянием прижизненно формируемого опыта, в том числе негативных последствий длительно переживаемого стресса – ухудшения состояния здоровья, развития синдрома выгорания и др. [Леонова, 2009].

Экспериментальные исследования В.А.Машина показали, что дезорганизация деятельности в ситуации высокой психоэмоциональной нагрузки может быть обусловлена не низкой психологической устойчивостью человека (как *свойством личности*), а недостаточностью уровня его когнитивных компонентов: восприятия, внимания, памяти, мышления [Машин, 2011], то есть того, что относят к *психическим процессам*.

Принципы подбора методического арсенала для диагностики психических состояний и их динамики

В концептуальном плане диагностическая система должна включать две части: 1) вводная часть – сбор биографических данных об обследуемом, состоянии его здоровья, образе жизни, пережитых в последнее время стрессовых ситуациях, а также об особенностях и условиях его трудовой деятельности; 2) основная часть, включающая две группы показателей: *объективные* и *субъективные*. В первую группу входят различные *физиологические* показатели. К субъективным показателям относятся *самоотчеты* испытуемых и заполненные ими *опросники*.

При работе в рамках парадигмы «состояние–устойчивая черта» может быть полезной диагностическая модель, основанная на методе *парной* оценки [Леонова, Капица, 2004] соответствующих диспозиционных *личностных черт* и *текущих состояний* с использованием стандартизованных тестовых методик, в том числе личностной и ситуативной тревожности Спилбергера–Ханина, личностной и ситуативной депрессии Спилбергера–Леоновой, опросники

хронического утомления и др. Личностные черты могут быть диагностированы, например, с помощью типологического опросника Кейрси и др.

Заключение

Состояния человека обусловлены воздействием факторов внешней среды и внутренних условий, к которым относятся структуры физиологического и психического уровня (свойства личности). Значимыми факторами среды в формировании состояний человека являются факторы деятельности и социального окружения, определяющие в совокупности нервно-психическую нагрузку. Субъективная сторона, включая отношение человека к себе, своему труду и к окружающим, играет весьма значимую роль в формировании и саморегуляции состояний.

Литература

Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности. М.: ПЕР СЭ, 2001.

Венгер А.Л. Структура психологического синдрома. Вопросы психологии, 1994, No. 4, 82–92.

Галыгин В.Ф., Филиппов А.В., Хван А.А. Профессиональная нагрузка и психическая напряженность операторов-металлургов. Психологический журнал, 1991, 12(5), 37–43.

Данилова Н.Н., Крылова А.Л. Физиология высшей нервной деятельности. М.: Моск. гос. университет, 1989.

Дикая Л.Г. Деятельность и функциональное состояние: активационный компонент деятельности. В кн.: Л.Г. Дикая (Ред.), Психологические проблемы профессиональной деятельности. М.: Наука, 1991. С. 93–111.

Дикая Л.Г. Системно-деятельностная концепция саморегуляции психофизиологического состояния человека. В кн.: Л.Г. Дикая (Ред.), Проблемность в профессиональной деятельности: теория и методы психологического анализа. М.: ИП РАН, 1999а. С. 80–106.

Дикая Л.Г., Щедров В.И. Метод определения индивидуального стиля саморегуляции психического состояния человека. В кн.: Л.Г. Дикая (Ред.), Проблемность профессиональной деятельности: теория и методы психического анализа. М.: ИП РАН, 1999б. С. 106–131.

Дружилов С.А. Профессионализм человека и критерии профессиональной адаптации. Объединенный научный журнал, 2003, No. 1, 15–16.

Дружилов С.А. Психологический синдром профессионализма. В кн.: Ананьевские чтения-2004: материалы междунар. науч.-практ. конф. СПб.: С.-Петербург. гос. университет, 2004. С. 251–253.

Дружилов С.А. Оценка эффективности совместной деятельности специалистов: методика построения аддитивного интегрального критерия. Современные наукоемкие технологии, 2010, No. 1, 71–73.

Дружилов С.А. Экология человека и профессиональное здоровье трудящихся: психологический подход. Международный журнал экспериментального образования, 2012, No. 12. 15–18.

Завалова Н.Д., Пономаренко В.А. Психические состояния в особых условиях деятельности. Психологический журнал, 1983, 4(6), 92–105.

Зараковский Г.М., Королев Б.А., Медведев В.И., Шлаен П.Я. Диагностика функциональных состояний. В кн.: В.П. Зинченко (Ред.), Введение в эргономику. М.: Советское радио, 1974. С. 94–110.

Ильин Е.П. Психофизиологические состояния человека. СПб.: Питер, 2005.

Карпов А.В. (Ред.) Психология труда. М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.

Крылов А.А., Суходольский Г.В. (Ред.) Эргономика. Ленинград: Ленингр. гос. университет, 1988.

Куликов Л.В. Проблема описания психических состояний. В кн.: Л.В. Куликов (Ред.), Психические состояния: Хрестоматия. СПб.: Питер, 2000. С. 11–43.

Левитов Н.Д. О психических состояниях человека. М.: Просвещение, 1964.

Леонова А.Б. Регулярно-динамическая модель оценки индивидуальной стресс-резистентности. В кн.: В.А. Бодров, А.Л. Журавлев (Ред.) Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики. Вып. 1. М.: ИП РАН, 2009. С. 259–278.

Леонова А.Б., Капица М.С. Метод субъективной оценки функциональных состояний человека. В кн.: Ю.К. Стрелков (Ред.), Практикум по инженерной психологии и эргономике. М.: Академия, 2004. С. 136–167.

Леонова А.Б., Медведев В.И. Функциональные состояния человека в трудовой деятельности. М.: Изд-во Моск. гос. университета, 1981.

Маклаков А.Г. Общая психология. СПб.: Питер, 2000.

Машин В.А. К вопросу классификации функциональных состояний человека. Экспериментальная психология, 2011, No. 1, 40–56.

Машин В.А. Психическая нагрузка, психическое напряжение и функциональное состояние операторов систем управления. Вопросы психологии, 2007, No. 6, 86–96.

Павлов К.В. Психология здоровья. В кн. М.К. Тутушкина (Ред.), Практическая психология. СПб.: Дидактика Плюс, 1998. С. 291–311.

Хьелл Л., Зиглер Д. [Hjellt L., Ziegler D.] Теории личности. СПб.: Питер, 2000.

Юрьев А.И., Ганзен В.А. Системное описание психических состояний, возникающих в процессе восприятия информации. Вестник Ленинградского университета. 1987. Сер. 6. Вып. 1. С. 50–59.

Поступила в редакцию 15 сентября 2013 г. Дата публикации: 27 апреля 2014 г.

Сведения об авторах

Дружилов Сергей Александрович. Кандидат психологических наук, доцент (ученое звание), ведущий научный сотрудник, отдел экологии человека, Научно-исследовательский институт комплексных проблем гигиены и профессиональных заболеваний, Сибирское отделение Российской академии медицинских наук, ул. Кутузова, 23, 654041 Новокузнецк, Россия.
E-mail: druzhilov@mail.ru

Олещенко Анатолий Михайлович. Доктор медицинских наук, руководитель отдела экологии человека, Научно-исследовательский институт комплексных проблем гигиены и профессиональных

заболеваний, Сибирское отделение Российской академии медицинских наук, ул. Кутузова, 23, 654041 Новокузнецк, Россия.

[Ссылка для цитирования](#)

Стиль psystudy.ru

Дружилов С.А., Олещенко А.М. Психические состояния человека в труде: теоретический анализ взаимосвязей в системе «свойства личности – состояния – процессы». Психологические исследования, 2014, 7(34), 10. <http://psystudy.ru>

Стиль ГОСТ

Дружилов С.А., Олещенко А.М. Психические состояния человека в труде: теоретический анализ взаимосвязей в системе «свойства личности – состояния – процессы» // Психологические исследования. 2014. Т. 7, № 34. С. 10. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг).

[Описание соответствует ГОСТ Р 7.0.5-2008 "Библиографическая ссылка". Дата обращения в формате "число-месяц-год = чч.мм.гггг" – дата, когда читатель обращался к документу и он был доступен.]

Адрес статьи: <http://psystudy.ru/index.php/num/2014v7n34/962-druzhilov34.html>

[К началу страницы >>](#)