

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ

СМЫСЛОВАЯ РЕГУЛЯЦИЯ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ¹

© 2009 г. А. О. Прохоров

*Доктор психологических наук, профессор, зав. кафедрой общей психологии,
Казанский государственный университет, Казань*

Представлена модель смысловой регуляции психических состояний. Составляющими модели являются смысловые структуры сознания (личностный смысл, ценности, смысловые диспозиции и др.), а также значения, переживания и отношения. Показано, что влияние смысловых структур сознания на психические состояния опосредуется ситуациями жизнедеятельности субъекта, образом жизни и, в целом, пространством культуры. Рассматриваются взаимоотношения между составляющими модели.

Ключевые слова: психическое состояние, смысловые структуры сознания, значение, переживание, модель, регуляция, ситуация, образ жизни, пространство культуры.

Возникновение состояний как психических явлений, механизмы их детерминации и трансформации до настоящего времени остаются недостаточно изученными в психологии. Соответственно, практически полностью не исследован вклад сознания и его составляющих в актуализацию, изменение, динамику, устойчивость, модальность, регуляцию состояний. Очевидно, что предметная и социальная среда оказывают детерминирующее влияние на психические состояния субъекта, но это влияние не прямое, оно опосредствовано сознанием. Сознание приводит в соответствие бытие и субъекта, наполняя бытие смыслом, обеспечивая смысловое принятие жизни. Состояния субъекта являются отражением этого процесса.

В отечественных и зарубежных исследованиях в области психологии смысла показаны: его связь со значимостью для субъекта определенных объектов, явлений, действий, событий; индивидуальная неповторимость; обусловленность местом его предмета или действия в более широком контексте; зависимость от когнитивных процессов переработки информации и построения образа мира [5, 13, 23, 25, 51, 54, 56, 57]. Установлено также, что смысловые образования не существуют изолированно, а образуют единую систему, порождаются и изменяются в деятельности и др. [7–10, 25, 46].

В этом контексте “белым пятном” остаются данные о смысловой регуляции психических состояний. Исследования влияния смысловой системы на психические состояния носят частный, разрозненный и прикладной характер, в отдельных

работах рассматриваются лишь частные феномены такого влияния. В теоретическом плане можно отметить только работу Д.А. Леонтьева, который, рассматривая неклассическую психологию состояний, приходит к предположению о том, что наряду с классическим механизмом индукции эмоциональных состояний по механизму “стимул–реакция”, может также существовать механизм их переноса (трансляции) с внешних носителей по механизму “матрица–оттиск” [26]. В работе Н.И. Наенко было установлено, что различный личностный смысл выполняемой деятельности обуславливает разные формы психической напряженности [29]. В исследовании М.В. Ермолаевой изучалась зависимость состояния тревоги и удовлетворенности от специфики личностно-смысловых характеристик. Были обнаружены изменения эмоциональной стороны функциональных состояний от смысловых характеристик при перестройке мотива деятельности и условий ее протекания [16, 17]. В работах Н.Р. Салиховой выявлена связь смыслообразования с психическими состояниями [43, 44]. Сопряженные исследования ценностно-смысловой сферы и психических состояний позволили показать роль ценностей в изменении психических состояний, причем параметры психического состояния являются “чувствительным инструментом, выявляющим роль тех или иных ценностей как источников смыслообразования в ценностно-смысловой сфере человека” [44, с. 149]. В исследовании Е.М. Алексеевой и А.О. Прохорова установлено, что ситуации жизнедеятельности взаимосвязаны с субъективным отношением к ним. Это, в свою очередь, определяет особенности возникновения и протекания психических состояний [1].

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского гуманитарного научного фонда (проект 07-06-00076а).

Создавшееся положение, связанное с недостаточной изученностью отношений между категориями “состояние” и “смысл”, на наш взгляд, обусловлено отсутствием концептуальной базы, объясняющей и описывающей механизмы и закономерности смысловой регуляции психических состояний человека. Поэтому *целью* данного исследования явилось создание концептуальных оснований для изучения взаимоотношений психических состояний и смысловых структур сознания.

В предлагаемом нами подходе в основе изучения смысловой регуляции психических состояний лежит *предположение* о том, что смысловая организация сознания субъекта обуславливает избирательность влияния ситуаций жизнедеятельности и их содержания на психические состояния. Ситуация как бы “преломляется”, опосредствуется смысловыми структурами, в ней выделяются значимые составляющие, имеющие смысл для субъекта. Отражением этой детерминации являются психические состояния. Такой подход дает возможность принципиально по-новому рассмотреть причинно-следственные механизмы регуляции психических состояний, в которых ведущим звеном являются смысловые структуры сознания. Можно полагать, что эти механизмы также лежат в основе возникновения недостаточно осознаваемых состояний, т.к. субъектом не всегда рефлексируются причинно-следственные отношения в возникновении состояний.

Понятие о психологической ситуации. В исследовании мы опирались на следующие представления. Актуализация психического состояния обусловлена взаимоотношениями ситуации (предметная, социальная среда) и смысловой организации сознания. Ситуация как элемент психологического тезауруса представляет собой объективную совокупность элементов (событий, условий, обстоятельств и т.п.), оказывающих стимулирующее, обуславливающее и корректирующее воздействие на субъекта [50]. Это достигается за счет энергоинформационной насыщенности ситуации, детерминирующей активность субъекта и одновременно задающей пространственные и временные границы ее реализации. Строение ситуации и, прежде всего, ее структура – это соответствующим образом выстроенный фрагмент действительности с характерным набором элементов и их свойств, с определенным объемом и границами. В ситуации могут быть выделены следующие основные компоненты.

1). Объективная среда жизнедеятельности (реальная ситуация как она есть), внутри которой в сознании субъекта отражаются: а) физические и биологические свойства среды; б) культурные и социальные факторы, состоящие из норм, ценностей, религиозных верований и т.п.; в) орудия, предметы и результаты труда; г) пространствен-

ные характеристики и причинно-следственные отношения между ними [11, 20, 48, 55].

2). Субъект, действующий в данном ситуационном пространстве, представлен своей активностью, мотивами, целями и др. Динамика ситуации, ее включение в определенный временной контекст осуществляются под влиянием изменения условий и обстоятельств, происходящих в данный момент или в какой-либо обозначенный интервал времени, а также под действием ее организующего начала – потребностей, мотивов, целей субъекта, в ней действующего [47, 48].

Элементы и связи, образующие целостность ситуации, выделяются субъектом. Они сосредоточены относительно субъекта, субъект – центр ситуации. Ю.К. Корнилов пишет: “Вопрос о субъективности или объективности ситуации кажется несколько надуманным. Если ситуация отразилась нашей психикой, значит она стала явлением психологическим, а до тех пор она просто не существовала... Ситуация – это не весь объективный мир, а лишь та его часть, которая отражается субъектом на фоне его актуальной потребности” [20, с. 9].

Важным аспектом понимания ситуации является рассмотрение ее как сложно организованного субъективного образа объективной действительности [50]. По мнению С.А. Трифоновой, “ситуация представляет собой полимодальный субъективный образ актуального фрагмента окружающей действительности, который конструируется и репрезентируется самим субъектом. В этом смысле определение ситуации происходит посредством придания значения объективному фрагменту окружающей действительности. Тем самым она становится субъективной” [48, с. 7]. Подобная оценка ситуации предусматривает возможность ее репрезентации на самых различных уровнях психического отражения, в самых разных формах проявления психического, в деятельности и поведении субъекта [18]. Можно говорить о представленности ситуации (точнее, ее образа) в функционировании психических процессов (восприятии, памяти, мышлении и др.).

Отношения между смыслом, ситуацией и субъектом. Составляющей, преобразующей ситуацию в психологическую, субъективную, является смысловая организация сознания (личностный смысл, установки, ценности и пр.). В зависимости от нее задается “направление” изменений в сознании: ситуации, выделенные субъектом из объективного мира, могут быть сходными или даже идентичными, но следствия (психические состояния) – различны. В психологический механизм, обуславливающий регуляцию состояний, входят изменения субъективного отношения к ситуации и ее содержанию, трансформация образа и его составляющих, актуализация смыслов и пережива-

ний и др. Включение этого механизма зависит от специфики ситуации как психологического образования; ситуация есть “сгусток”, узел, в котором все отношения и связи центрированы относительно субъекта. Такое индивидуализированное, “пристрастное”, отражение отношения субъекта к определенным объектам, входящим в ситуацию, приводит к возникновению психических состояний разного качества, модальности, интенсивности и др. Отраженная психикой совокупность элементов ситуации (объектов, условий, обстоятельств и т.д.) становится значимой для субъекта, только приобретая для него определенный смысл. Благодаря смыслу в ситуации происходит выделение наиболее значимого фактора, обстоятельства, причины, ключевого элемента. Причем необходимо отметить, что в ситуации “выделяется” не весь объективный мир, а лишь та его часть, которая удовлетворяет смысловую сферу субъекта. Отражением этой значимости ситуации и ее составляющих является возникающее психическое состояние.

Необходимо отметить, что совокупность явлений преобразуется в ситуацию только в связи с актуальной позицией самого субъекта, т.е. со стороны субъекта должна присутствовать психологическая готовность, имеющая потребностный характер по отношению к включенным в генезис ситуации условиям и обстоятельствам. По мнению Ю.К. Корнилова, “потребность организует взаимодействие субъекта с окружающим миром в виде актуальных условий и обстоятельств, связанных между собой определенным образом, т.е. ситуацией” [20, с. 12]. После того, как потребности приводят к возникновению ситуации, дальнейшее ее формирование связано с актуализацией для субъекта личностного смысла отраженной психической совокупности обстоятельств. И только после акта личностного смыслообразования сформировавшаяся актуальная психологическая ситуация начинает детерминировать активность субъекта и ее проявления [23, 47, 50].

Смысловая организация сознания посредством структурирования различных элементов предметной и социальной среды в ситуацию определяет воздействие составляющих ситуации на субъекта и, обеспечивая избирательность отражения, связывает пространственные, временные, информационные и энергетические характеристики в единый узел – функциональную систему “*ситуация – смысл – состояние*”.

Смысл и психическое состояние. Взаимодействие ситуации и смысловых структур приводит к формированию корреляционных образований (констелляций) из отдельных “ведущих” смысловых структур сознания и значимых составляющих (объектов) ситуации. Корреляции влияют на переживания, поведение, психические функции, ве-

гетативные реакции и другие характеристики субъекта, эти изменения актуализируются в виде психического состояния, которое, в свою очередь, объективируется через деятельность, общение и поведение субъекта, обеспечивая соответствие субъекта ситуации жизнедеятельности. Корреляции изменяют всего индивида, это изменение представлено в психическом состоянии, поведении и пр. Подобный механизм описан в работах Б.Г. Ананьева [2]. Можно полагать, что изменение смысла и/или изменение ситуации приводит к трансформации корреляционного образования и, соответственно, к изменению психического состояния: его преобразованию в другое состояние, адекватное новым условиям жизнедеятельности. Тогда как сохранению устойчивости психического состояния способствуют те корреляционные связи, которые, с одной стороны, соответствуют актуальной ситуации бытия, а с другой – смыслом жизнедеятельности субъекта.

Смысловая организация сознания является звеном, опосредствующим влияние разнообразных факторов бытия субъекта. Она представляет собой “осознаваемую детерминанту” психического состояния (степень осознания субъектом смысловых структур различна), включающую в себя личностный смысл, смысловые установки, потребности, мотивы, смысловые диспозиции, смысловые конструкты, личностные ценности, смысловые ориентации, организованные в динамическую смысловую систему [24, 25], через которую преломляются любые воздействия на личность. Степень актуализации отдельных смысловых структур в тех или иных ситуациях бытия, их сочетания и взаимоотношения в процессе преломления ситуационных воздействий находят отражение в разнообразии состояний. Смысловые структуры влияют на возникновение и изменение психических состояний разного качества, модальности, знака, интенсивности, длительности и др. Этот процесс, в свою очередь, связан с возрастными, половыми, деятельностными, культуральными и др. опосредствованиями.

Можно полагать, что существуют как инвариантные, так и изменчивые отношения между определенными ситуациями жизнедеятельности субъекта и, с одной стороны, с ее компонентами, выделенными смысловыми структурами, а с другой – с психическими состояниями. В первом случае такие отношения выражены в длительных и устойчивых состояниях определенного качества, знака, структуры, состава и пр., во втором – в менее устойчивых, имеющих иную организацию. Инвариантность и изменчивость отношений в системе “*ситуация – смысл – состояние*” обеспечивает проявления основных и специфических функций состояний в процессе адаптации субъекта к требованиям предметно-профессионального характера деятельности и социальной среды.

Вследствие этого возникают новообразования в структуре личности и ментальности субъекта, изменяется смысловая регуляция психических состояний. Инвариантность и изменчивость отношений в системе “*ситуация–смысл–состояние*”, смысловая регуляция психических состояний, в свою очередь, зависит от влияния малых и больших социальных общностей, членом которых является субъект, а также профессиональной деятельности и сложившегося образа жизни.

Модель смысловой регуляции состояний. Смысловая регуляция психических состояний проявляется в скорости и динамике изменений состояний, актуализации состояний определенного знака, качества, длительности, обусловленности выбора операциональных способов и приемов саморегуляции, специфике включенности в регуляторный процесс разных смысловых структур и др. Она различна в зависимости от инвариантности–изменчивости отношений в системе “*ситуация–смысл–состояние*”, зависит от устойчивости смысловых характеристик, степени ориентации субъекта на смысл своих действий, структурной организации смысловой системы, уровня осознанности и др. Отражением этих зависимостей является формирование у субъекта определенной индивидуальной системы смысловой регуляции психических состояний. На наш взгляд, смысловая регуляция психических состояний в системе “*ситуация–смысл–состояние*” может быть представлена в виде следующей модели (рис. 1).

В функциональном отношении смысловые характеристики сознания, включающие в себя личностные смыслы, смысловые конструкты, мотивы, смысловые установки, ценности, а также значения и переживания, образуют ситуацию жизнедеятельности в контексте бытия субъекта, “*означивая*” (значение для меня) те ее составляющие и объекты, которые приобретают смысл для субъекта. Отражением такого “*означивания*” являются возникающие психические состояния.

Отношения между механизмами смысловой регуляции состояний. Отношение “ценность – система Я”. В общей схеме механизмов смысловой регуляции центральным образованием, на наш взгляд, является отношение “*ценность – система Я*”. Выделение этого отношения в качестве центрального в предложенной схеме связано с представлением о ценности как базовом понятии в психологии смысла. И.Г. Петров пишет: “Смысл – это субъектное бытие ценности, т.е. ценности как бы помещенные в субъект посредством переживания и опыта, включенные в его жизнь и деятельность” [32, с. 29]. Близкое понимание смысла представлено в работах Д.А. Леонтьева [24, 25], Р.Х. Шакурова [52] и др. Так, по мнению Р.Х. Шакурова, “Смыслообразователем является ценность (в ее жизнеутверждающей ипостаси) – источник смыслов для

субъектов” [52, с. 23]. В контексте “*ценность – система Я*” ценности и Я субъекта связаны. Как указывает И.Г. Петров, Я – это “некоторое идеальное образование, которое несет в себе совокупность ценностей, которые выработаны самим субъектом” [32, с. 28]. Чтобы Я субъекта стало предметом анализа, рефлексии, созерцания, должно образоваться второе Я – мета-Я. В этом случае первое Я – это мое актуальное Я (Я – тот, какой Я есть, объект моего наблюдения над собой), тогда как второе Я является средством сознания меня таким, каков Я есть, и оценки меня (Я-образ, Я-концепция и т.п.). Оно (второе Я) – продукт, с одной стороны, жизненного опыта, а с другой – приспособления к предъявляемым требованиям. Я опосредствует связь субъекта с миром. Диалог этих Я составляет основное содержание сознания [30]. Поэтому можно полагать, что рефлексивные процессы, имеющие место в ходе смысловой регуляции, связаны с диалогом между Я. Этот диалог (осознание) соединяет смысловые компоненты сознания и психические состояния субъекта, детерминируя обусловленность последних. Он также предполагает и *переживание* субъектом того, что стало достоянием его внутренней жизни.

Отметим, что сами смыслы, придаваемые объектам внешнего мира, зависят от психического состояния человека. Так, и эмоции, и психические состояния могут приниматься как смыслы [32, 52], т.е. сами по себе могут трансформировать образ субъективной ситуации и в ее контексте – предметов, в нее входящих. В.Ф. Петренко отмечает важность эмоциональных состояний при изменении психического образа, увеличивающих субъективный вес отдельных параметров, формирующих этот образ и способных нарушать его предметную логику, а значит, перестраивать его значение [31]. Например, аффект как одна из простейших форм эмоционального проявления “непосредственно вплетен в процесс категоризации и вызванное им увеличение веса аффективных компонентов значения приводит к образованию новых семантических структур” [31, с. 193].

Е.Ю. Артемьева пишет, что само восприятие объектов, явлений и ситуаций действительности проходит несколько этапов, первый из которых является грубой эмоциональной оценкой, а последующее формирование чувственной ткани регулируется значением, полученным на первом этапе [5, 6]. Семантическое оценивание, определяющее это значение, состоит в идентификации воспринимаемого объекта или ситуации со следом эмоционального состояния, закрепленного в процессе взаимодействия с этими объектами, явлениями, ситуациями. По Е.Ю. Артемьевой, смысл объекта, явления, ситуации является следом взаимодействия с ними, следом предыдущих деятельностей. Смысловые системы, вплетенные в процессы восприятия объектов внешнего мира,

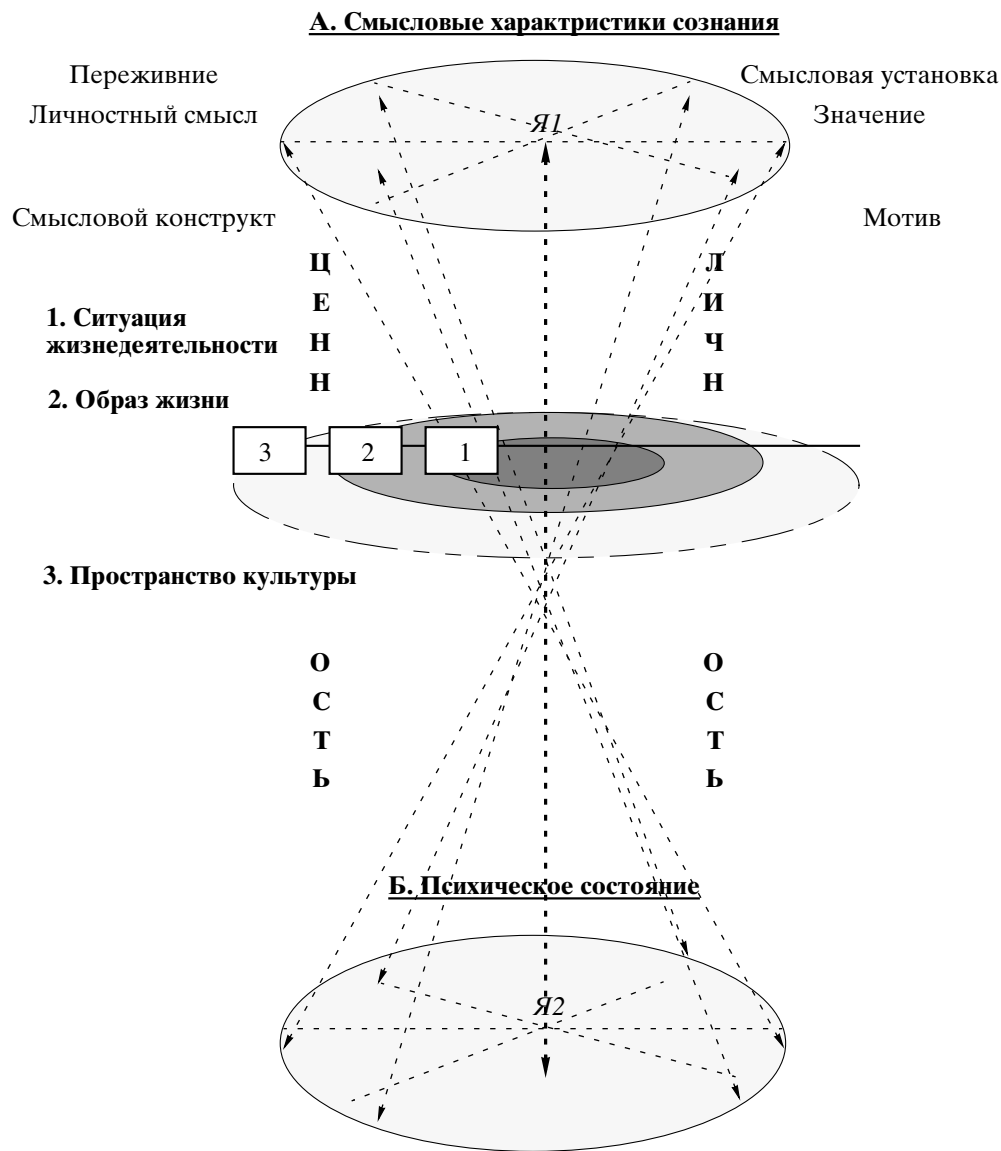


Рис. 1. Модель смысловой регуляции психических состояний.

Условные обозначения. Каждая точка внешних овалов является смысловой характеристикой сознания (*личностный смысл, смысловая установка, конструкт и др.*), а также связанные с ними *переживание и значение*). Верхний овал – смысловая система сознания. Внутренний овал – ситуация жизнедеятельности (1), образ жизни (2), пространство культуры (3). Центральная линия – ценности. Я1, Я2 – характеристики системы Я личности. Нижний овал – психическое состояние.

образуют глубинные семантики. Объекты внешнего мира первоначально оцениваются в семантическом коде. Основу этой оценки составляют эмоции, возникшие в процессе контактов с объектом в личном опыте испытуемого. Психологическая ткань глубинной семантики – это “следы эмоций, сопровождающих соответствующую деятельность” [5, с. 156]. Очевидно, что смысл здесь является трансситуативным образованием, непосредственно связанным, с одной стороны, с реальностью эмоциональных переживаний, а с другой – зафиксированным в виде отношения к объектам,

явлениям, ситуациям. Хотя смыслы, которые входят в состав глубинного семантического слоя, не отражают (в отличие от смысловых структур личности) вторичную психологическую реальность – реальность общественно выработанных значений, они являются той базой, на основе которой смысловые структуры личности могут существовать.

Таким образом, психические состояния, являясь результатом субъективного смыслового восприятия наличной ситуации, сами, в свою очередь, через посредство смысловых структур влия-

яют на формирование образа субъективной ситуации. Подобная обратная связь позволяет стабилизировать систему смысловой регуляции, которая, как и любая другая система, “не может быть стабильной, если сам результат своими существенными параметрами не влияет на систему обратной афферентации” [4, с. 39]. Функциональными элементами, включенными в систему смысловой регуляции состояний и позволяющими ее стабилизировать, с нашей точки зрения, являются, с одной стороны, *переживание* субъектом своих психических состояний, а с другой – его *отношение* к объектам окружающей действительности, выраженное в субъективном восприятии ситуации как актуального варианта образа мира субъекта.

Переживание и отношение как механизмы смысловой регуляции состояний. Включение переживания в структуру смысловой регуляции обусловлено тем, что возникновение психического состояния субъекта связано с бытием и отражением бытия самого субъекта, а также с отражением его отношения к бытию. Презентация этого отражения в сознании человека осуществляется не в виде образов, а в виде переживаний. Как писал С.Л. Рубинштейн, «Понятие “переживание” выражает особый специфический аспект сознания; он всегда наличен в каждом реальном, конкретном психическом явлении; он всегда дан во взаимопроникновении и единстве – со знанием» [40, с. 7]. Переживания репрезентируют человеку содержание его бытия и сознания. Посредством состояний отражаются способы ориентировки во внутреннем и окружающем мире – состояния также могут переживаться и приниматься как смыслы. Переживания связаны с психическими процессами: восприятием, памятью, мышлением и др. Как показано в исследованиях, переживания являются опосредствующим звеном в психологическом механизме взаимоотношений психических процессов и состояний, а взаимодействие в системе “*процесс–состояние*” осуществляется через сквозные энергетические, пространственные и временные составляющие данных психических явлений [49].

Переживания по поводу того, что происходит во внешнем мире и совершается с человеком, порождают смыслы и опосредствуются ими. Именно в переживании субъекту дается реальность его психических состояний [37]. Являясь промежуточным, опосредствующим звеном в психологическом механизме взаимоотношений психических процессов и состояний [49], переживание, с одной стороны, репрезентирует человеку его психические состояния, а с другой – участвует, как некоторая внутренняя работа субъекта, в формировании психического образа окружающей действительности.

Переживание, по Ф.Е. Василюку, является деятельностью, проявляющейся при возникновении критических ситуаций, ситуаций невозможности, которые решаются не предметно-практической или познавательной деятельностью, а процессами переживания [10]. Суть переживания, заключается в “особого рода работе” по перестройке психологического мира личности и производству смысла. Переживание-деятельность, кроме того, активно преобразует психологическую ситуацию, устанавливая смысловое соответствие между бытием и сознанием. На наш взгляд, переживание как деятельность по производству смыслов возникает не только в критических ситуациях, а присутствует постоянно, отражая динамическую связь состояний субъекта и смысловых структур личности, опосредствующих влияние ситуаций внешнего мира.

Отношение к внешним объектам и ситуациям, также включенное в модель регуляции психических состояний, тесно взаимосвязано с их переживанием. Согласно представлениям В.Н. Мясищева, понятие отношения “возникает там, где есть субъект и объект отношения ... Нельзя относить вообще. Отношения обязывают к рассмотрению их объектов” [28, с. 15]. Отношение к объектам и ситуациям действительности существует только в системе других отношений, что обязывает к рассмотрению их образов, включенных в структуру образа мира субъекта. Все объекты, входящие в образ мира субъекта, воспринимаются им как нечто внешнее по отношению к нему, к его *Я*. Даже рефлексия своего *Я* подразумевает его объективизацию, взгляд на себя со стороны, без чего невозможно возникновение отношения к самому себе. Понятие “отношение” подразумевает отношение субъекта к внешнему, к “не-субъекту”. Переживание же, напротив, не содержит образа отражаемого, а проявляется в форме удовольствия или неудовольствия (страдания), напряжения или разрешения, возбуждения или успокоения и, кроме того, в форме потребностей, волевого усилия, а, следовательно, произвольного внимания, произвольной памяти и, наконец, в виде ощущений [35]. Переживания, таким образом, презентуют субъекту данность его внутреннего состояния, того, что является им самим, в отличие от субъективно внешнего мира, представленного образами объектов и отношения к ним.

Переживание и отношение неоднозначно связаны друг с другом. На наш взгляд, переживания человека определяются не непосредственными внешними воздействиями, но их накопленным обобщением во внутреннем мире, которое представляет собой систему отношений человека, определяющих опосредствованный характер его реакций на воздействие окружающего мира и его внешне инициативное и самостоятельное поведение.

ние. Другими словами, переживание – это накопленное обобщение во внутреннем мире субъекта, связанное своими основаниями с системой отношений человека [35].

Мы можем констатировать сложный характер регуляции психических состояний, когда субъективная ситуация, определяя вид и качество психического состояния, сама испытывает влияние в виде изменения категоризации и эмоциональной окраски составляющих ее объектов и явлений со стороны психических состояний. Опосредствующим звеном при этом являются смысловые структуры субъекта, которые осуществляют накопление опыта деятельностного взаимодействия субъекта с объектами и ситуациями окружающей действительности. “Переживания по поводу того, что происходит во внешнем мире, и по поводу того, что делается с нами, порождают смыслы и опосредуются смыслами” [32, с. 28].

Смысловые структуры личности, детерминирующие взаимодействие внутреннего и внешнего в субъекте, образуют динамическую смысловую систему личности [25], которая и определяет способ этого взаимодействия. Центром динамической смысловой системы является *Я* субъекта. При этом мы не уточняем, какое именно *Я* субъекта является центром этой системы. Важно, чтобы оно занимало там доминирующее положение. Это может быть *Я* феноменальное (*Я*-образ) или сам субъект, наделенный этим феноменальным *Я*, множественность деятельностей приводит и к множественности смыслов *Я* [46].

Субъективная ситуация, по существу, входит в образ мира субъекта, который “с самого начала развивается и функционирует как некоторое целое” [45, с. 144]. Выделив в образе мира субъективную ситуацию, мы имеем дело с модифицированным актуальным образом мира субъекта, скрытыми компонентами которого являются образ (способ) жизни и культурная среда субъекта. Образ субъективной ситуации как модифицированный образ мира является активным началом (что, на наш взгляд, важно отметить), тогда как психическое состояние менее вербализовано и представляет собой ощущения разной степени осознанности, презентуемые субъекту в виде переживания. Психическое состояние, связанное с образом субъективной ситуации, является актуальным состоянием психики субъекта. Таким образом, нами выделяется внутренняя, “переживаемая”, составляющая психического состояния, а не деятельностная его часть, проявляющаяся вовне (хотя, как отмечалось выше, само переживание является особым рода внутренней деятельностью). Так же выделим образность, а не предметность рассматриваемой здесь субъективной ситуации.

Психика человека, естественно, является открытой системой. Энерго-информационный обмен, осуществляемый с внешней средой, детерминирует как сознание человека, так и его психическое состояние. Деятельность человека, направленная вовне, изменяет условия протекания этого обмена, влияет на формирование ситуации и психического состояния. Внешняя предметная деятельность направлена на изменение внешних предметных условий, в которых формируются образ субъективной ситуации и психическое состояние субъекта. Она определяет предметные условия ситуации, в которую включен человек. *Смысловые структуры личности взаимодействуют с образом ситуации посредством отношения, а с психическим состоянием – посредством переживания.* Деятельность, направленная на изменение предметных условий внешнего мира, непосредственно смысловую работу не производит, более того, она может ослаблять смысловые процессы (приводить к своеобразному отказу от “смысловой работы”). Это бывает хорошо заметно при актуализации неравновесных психических состояний высокого энергетического уровня. Когда субъект не в состоянии справиться с сильными переживаниями (и, соответственно, с задачей интенсивной смысловой “работы”), он переносит свою активность во внешний план. В результате этого энергия диссипирует (рассеивается) посредством действий, поступков субъекта, т.е. соответствующего поведения [34]. В другом случае эта энергия обуславливает возникновение новых элементов и образований в структуре личности и ментальности.

В центральном звене модели смысловой регуляции психических состояний выделяемое нами отношение “ценность – система *Я*” как центральное образование, определяющее смысловую регуляцию психических состояний субъекта, представлено, с одной стороны, отношением субъекта к объектам и явлениям внешнего мира (напомним, что ценности могут быть рассмотрены как система отношений к действительности [39], т.е. *ценностным отношением*), а с другой – переживанием субъектом своих психических состояний. Ценность этих переживаний для субъекта зависит, в свою очередь, от ценности объектов внешнего мира или субъективных ситуаций, “сцепленных” посредством смысловых структур с психическими состояниями, а также от субъективной ценности самих психических состояний (по Б.И. Додонову [15], эмоции и эмоциональные состояния также могут переживаться как ценности) и определяется силой и интенсивностью этих переживаний. Отметим также, что ценностное отношение к объектам внешнего мира во многом определяется переживанием субъектом своего психического состояния как отражения этой ценности.

Ценностный характер переживания и отношения показан в работе В. Франкла, выделявшего три вида ценностей – ценности переживания, отношения и творчества [51]. Хотя ценности отношения подразумевают определенное переживание, связанное с объектами отношения, а ценности переживания – определенный характер отношений, на наш взгляд, доминирующая составляющая ценности (отношение или переживание) как кронцентра системы может являться основанием для отнесения ценностей к тому или иному виду. Ценности творчества в контексте данной работы можно представить, например, как ценности смыслотворчества, когда личность посредством переживания своего психического состояния и переосмысления отношения к объектам своего образа мира создает новые смыслы.

Необходимо отметить двунаправленный характер и отношения и переживания. Так, согласно представлениям Р.Х. Шакурова, ценностные свойства объектов познаются в результате специфического взаимодействия с ними, а их значимость вырастает из эмоциональных реакций. Смыслы же “возникают на основе ценностей, обладающих жизнеутверждающим потенциалом” [52, с. 21]. И.Г. Петров указывает на два направления ценностно-смыслового отношения субъекта и объекта [32]. *Отношение субъекта к объекту называется ценностным отношением, обратное же отношение называется смысловым. “Ценностное отношение обратно смысловому отношению, как ценность смыслу.* Ценности и ценностные отношения, смыслы и смысловые отношения выражают не свойства субстанции сами по себе, а в разных функциях и функциональных отношениях одни и те же свойства предмета в одной функции, в одном отношении, – ценности, в другой функции (другом отношении) получают определение смысла” [32, с. 31].

Переживания и смыслы в регуляции психических состояний. В предложенной модели регуляции психических состояний отношение к объектам, входящим в состав образа мира, которое формирует субъективную ситуацию, суть ценностно-смысловое отношение. Активный характер образа мира, проявляясь в образе субъективной ситуации, определяет его взаимодействие с Я субъекта как внутреннюю деятельность. Преломляясь через актуальные смысловые структуры личности (т.е. динамическую смысловую систему), это отношение детерминирует переживание субъекта. Переживание же, в свою очередь, в одном направлении воспринимается как ценность для личности каких либо состояний, а в другом – как собственно “переживание”, по определению представляющее собой суть смысла как этих психических состояний, так и сцепленных с этими состояниями объектов или ситуаций бытия. Переживание, являясь внутренней деятельностью по производству смыс-

лов, изменяет состояние динамической смысловой системы, формируя новые смыслы, а в ситуациях невозможности – изменяет смысловые структуры личности. Смысловые структуры опосредствуют субъективно внутренний и субъективно внешний миры человека, связывая отношения и переживания личности, одновременно испытывая влияние внутренней психической деятельности субъекта. Эта “особого рода деятельность” заключается в ценностно-смысловом отношении к ситуации как субъективному образу внешнего мира и ценностно-смысловому переживанию собственных психических состояний.

Необходимо отметить различный характер влияния, которое оказывают на смысловые структуры личности отношение и переживание. Субъект может определенным образом относиться к объектам внешнего мира. Это отношение структурирует внешний мир, а главное – определяет положение его объектов по отношению к субъекту и его положение относительно них. Отношение предполагает наличие субъекта и объекта. Относиться – значит определять дистанцию и качество этой дистанции между объектами образа мира и субъектом. Так как любая структура предусматривает определенную жесткость, создание структуры образа мира (или образа субъективной ситуации как актуального варианта образа мира) приводит к упрочнению, закреплению смысла объектов образа мира или смысла субъективной ситуации. Жесткость получает и положение Я субъекта в его же образе мира. Фактически “отвердевает” центральное звено, детерминирующее психическое состояние человека: “ценность – система Я”. При этом закрепляются и смысловые структуры, переживание личностью своих психических состояний становится более спокойным, а их характер – более равновесным.

Переживание, напротив, представляет субъекту его внутреннее состояние. Оно связано с объектами внешнего мира не напрямую, а посредством смысловых структур сознания. В некоторых случаях эти смысловые структуры могут привести к затруднению адекватного восприятия действительности, блокируя или акцентируя те или иные составляющие образа мира, искажая их смыслы и значения. Погружаясь в свои переживания, субъект как бы отдалается от внешнего мира, его восприятие ситуации может становиться менее адекватным. Это должно приводить к нарушению симметрии и интенсификации обмена со средой информацией и энергией, усиливается взаимодействие (когерентность) между элементами системы. И чем больше охват корреляциями, т.е. сильнее зависимости между признаками, тем сильнее система отклоняется от равновесия [34]. При усилении пережива-

ния уменьшается роль отношения как фактора управляющего закреплением смыслов, а значение переживания, как внутренней деятельности, являющейся производством нового смысла, возрастает. Поскольку создание нового подразумевает изменение старого, смысловые структуры, несущие наибольшую энергетическую нагрузку, претерпевают трансформации. Жесткость их уменьшается, они становятся более “мягкими”, “пластичными” и перестраиваются, что, на наш взгляд, приводит к преобладающему возникновению в личности неравновесных состояний, одной из основных функций которых является функция формирования новообразований в структуре личности и ментальности субъекта [34].

Оптимально, когда оба указанных процесса, влияющие на смысловые структуры личности и связанные один – с отношением, другой – с переживанием, сбалансированы. Необходимо учесть, однако, что эти процессы не только регулируют эффективное взаимодействие внутренней и внешней среды субъекта, соотношения переживания и отношения в актуальном времени, но и обеспечивают перспективное развитие личности, что невозможно без постоянного “обновления” ее смысловых структур и последующей их фиксации. Диалектика развития личности будет отражаться в данной модели в дисбалансе и последующем равновесии энергий отношения и переживания, в создании и перестройке смысловых структур личности, трансформации смысла собственного Я субъекта. Подобные изменения неизбежно будут приводить к смене психических состояний личности, выражающейся в динамическом преобразовании уровня равновесности–неравновесности состояний, повышении степени их осознанности и усложнении означивания (возрастании мерности их категориального пространства). В целом, баланс “отношение–переживание” в процессе развития личности будет определяться диалектической трансформацией доминант по типу “фигуры и фона”.

Отношение “смысл–значение”. Другое важное звено в системе “ситуация–смысл–состояние” это отношения “смысл–значение”. Обсуждая этот вопрос, А.А. Леонтьев пишет: “В системе психики субъекта мы имеем дело всегда с личностно-смысловыми образованиями, а значение, как бы широко мы его не трактовали, выступает в ней, с одной стороны, как социальный инвариант смысла, а с другой – как непосредственный предмет рефлексии над смыслом” [22, с. 18]. В повседневной жизни субъект извлекает смысл из жизненного контекста, этот процесс носит название “означивание смысла”. Смысл означивается ответным действием, операциональным значением [19, с. 102]. Как подчеркивает А.А. Леонтьев, “значение связано с операционной структурой деятельности, смысл – с актом деятельности в це-

лом. Только мое отношение к значению (или к предмету как значению, т.е. к предметному значению) сообщает значению (= предмету) смысл: смысл и есть “значение для меня значения” [22, с. 19]. Касательно ситуации жизнедеятельности субъекта заметим, что (по М.М. Бахтину) вещь или значение, чтобы воздействовать на личность должны раскрыть смысловой потенциал; смысловой потенциал значения раскрывается через “включенность” Я субъекта в контекст ситуации. Очевидна связь этого процесса со словом, с его возможными смысловыми контекстами. Таким образом, значение и смысл, “увязанные” друг с другом, и, в свою очередь, включенные во взаимодействия с системой Я, ценностями и переживанием, образуя структуру сознания, обуславливают актуализацию и изменение психических состояний [36].

Воплощение смысла в значении приводит к своеобразному связыванию значения (объекта, предмета, ситуации и пр.) и психического состояния. Те или иные значения приобретают “пристрастность”, которая впоследствии выражается в состоянии субъекта. Причем, можно полагать, что за определенными значениями (объекта, предмета, ситуации и пр.) в ходе онтогенеза и накопления жизненного опыта закрепляются также определенные типичные психические состояния: соответствующая номенклатура, знак, модальность, интенсивность, длительность и т.п. Т.е. всегда в этих ситуациях и обстоятельствах, при этих объектах, одинаковом или близком их личностном смысле может быть актуализировано определенное психическое состояние. Видимо, поэтому, изучение семантических пространств психических состояний показывает, что эти пространства включают в себя “накопленные” следы переживаний, осуществленных ранее (“прошедших”) действий, поведения, физиологических реакций и др. Это следы “сцепления” семантических пространств с предметами, ситуациями и обстоятельствами жизнедеятельности субъекта. Свидетельством тому являются типичные состояния субъектов образовательного процесса [33], которые отличаются возрастными, деятельностью проявлениями.

Каждое психическое состояние, характеризующееся собственным уникальным смыслом, может быть определенным образом означено. Лишь связывая его с определенным значением, мы получаем возможность отнести этот смысл к какой-то категории. Значение конкретизирует и вербализует смысл; каждое значение может быть связано с множеством смыслов, “облаком” смыслов, выделяя в нем инвариантную, как отмечено Д.А. Леонтьевым, составляющую [25].

Близкие по смыслу психические состояния получают одинаковое значение. Если простые эмоциональные состояния могут быть определены единственным значением, то более сложные требуют более сложного означивания. Подобные состояния можно полноценно выразить лишь через систему генеративных значений, образование которых изменяет семантическое пространство психического состояния субъекта. Ранее нами было показано, что качественные характеристики дополнительного значения в общей ассоциации с базовыми изменяют дистрибуцию оперантов семантического пространства состояния в сторону одной или другой составляющих (создают “кривизну”). От их качества зависит специфика переживания и актуализация более сложного (по сравнению с базовым) состояния [38].

Следует думать, что по мере развития субъекта будет изменяться и сложность его семантических пространств, отвечающих за означивание психических состояний. Если «у “когнитивно простого” субъекта семантическое пространство является “уплощенным” – сплюснутым и сильнее вытянутым вдоль одной какой-то координаты – чаще всего, оценочной шкалы – “хороший–плохой»» [53, с. 49], то с изменением уровня развития человека усложняются и его семантические пространства. По мере усвоения индивидом социального опыта его знания все больше перестают носить декларативный (знаемый) характер, а становятся усвоенными (лично пережитыми). В результате возрастает “сцепление” пространства значений и пространства смыслов. Для психических состояний это означает не только усложнение их категоризации, но и осознанное переживание человеком более сложных состояний.

Подробное рассмотрение означивания смыслов психических состояний было проведено нами в связи с тем, что сам процесс воплощения смысла психического состояния в значении есть своеобразная работа по выработке отношения к нему, без которого невозможно полноценное функционирование субъекта.

Образ психического состояния в смысловой регуляции. Значения являются для субъекта объектами мира и “раскрываются прежде всего через отношения и их сложная компонентная структура суть свернутые отношения” [31, с. 57]. При своем означивании психическое состояние частично объективируется, становясь сначала объектом рефлексии. Результатом рефлексии и означивания является не только придание психическому состоянию конкретного значения, но появление его образа, который, как показывают наши исследования, специфичен и отличается от образов объектов внешнего мира. Его особенности – это отсутствие предметности, большая выражен-

ность аспекта переживания, отсутствие яркости восприятия образа, а сам образ маскируется в предметном мире, стремится раствориться в нем [35]. Если для объектов субъективно внешнего мира при надлежащей их рефлексии можно достаточно четко отделить отношение к ним, испытываемое субъектом, а также и переживания, вызываемые ими, то для образа психического состояния это сделать весьма проблематично. Этот образ становится полноценным объектом образа мира субъекта только при значительной рефлексивной работе и осознанности психического состояния. При этом образ психического состояния не только становится более ярким и осмысленным, он приобретает новые отношения, связывающие его с образами других объектов. Приобретая объектные качества, образ психического состояния уже не косвенно, маскируясь в переживаниях, связанных с объектами внешнего мира, а непосредственно вступая в разнообразные отношения, связывающие образ мир субъекта, влияет на него.

Такой осознанный образ психического состояния, в котором слиты *знание, переживание и отношение*, является результатом и высшим уровнем субъективного отражения, а достижение возможности произвольно вызывать и необходимое время удерживать подобный образ является, на наш взгляд, и высшей формой саморегуляции (или самодетерминации) личности [27]. Человек при этом становится творцом своих состояний, а, значит, и смыслов. Изменяя себя, свое психическое состояние и восприятие субъективной ситуации, он изменяет и внешний предметный мир, тесно связанный с субъективным миром каждого человека.

Процессуальные аспекты модели смысловой регуляции психических состояний. На наш взгляд, в процессуальном плане рассматриваемая модель смысловой регуляции функционирует следующим образом. Как отмечалось ранее, потребности субъекта приводят к выделению ситуации из жизненного контекста, дальнейшее ее формирование связано с возникновением личностного смысла для субъекта отраженной психической совокупности обстоятельств. И только после акта личностного смыслообразования сформировавшаяся актуальная психологическая ситуация начинает детерминировать активность субъекта, весь спектр ее проявлений, в том числе, его состояния. Смыслообразование, как отмечает Д.А. Леонтьев, является процессом распространения смысла от ведущих смыслообразующих “ядерных” смысловых структур к периферическим, производным, частным для конкретной ситуации развертывающейся деятельности, “... опредмечивание актуальных потребностей, в результате чего предмет становится мотивом деятельности, приобретающий соответствующий

смысл,...окрашивание в сознании личностным смыслом различных фрагментов образа мира” [24, с. 15]. “Существенный момент этого процесса – вербализация смысла, т.е. воплощение смысла в значениях, что переводит его на новый уровень функционирования: смысл получает причинное объяснение, семантическую определенность, становится феноменом ясно осознаваемым” [там же, с. 17]. Вербализация смысла есть реальный процесс осознания ситуации, объектов этой ситуации, выполняющих “пусковую функцию” (по П.К. Анохину), и это осознание возможно только благодаря речевой деятельности – “оречевление приводит к осознанию, а осознание приводит к оречевлению” [20, с. 6]. В результате предмет или объект, входящие в ситуацию, или сама ситуация приобретают смысл. Общая направленность процессов смыслообразования – “сверху вниз”, т.е. от полюса субъекта деятельности к полюсу объекта. Осознание значимости объекта или предмета, входящих в ситуацию, невозможно без диалога между Я субъекта, без переживания значимости выделенного и активности психических процессов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ категории “сознание”, смысловых структур как образующих сознания, а также значения и переживания позволил рассмотреть их роль в регуляции психических состояний, состоящей в опосредствовании влияния разнообразных факторов бытия и придании значимости предметным, социальным и другим составляющим жизнедеятельности субъекта, влияющим на актуализацию и изменение психического состояния.

В предложенной нами модели смысловой регуляции психических состояний смысл рассматривается как основной компонент сознания и содержание функциональной структуры регуляции, в состав которой входят личностный смысл, ценности, смысловой конструкт, смысловая установка, значение, мотив, переживание, отношения, ситуация, образ жизни и пространство культуры, система Я, личность. Отношения между этими составляющими в функциональной модели смыслового регулирования дают возможность приблизиться к пониманию закономерностей и механизмов смыслового обусловливания психических состояний. Эти механизмы представлены во взаимоотношениях между смыслом, ситуацией и субъектом, в функциональной системе “ситуация–смысл–состояние”, в отношениях “ценность – система Я”, во взаимоотношениях “переживание–смысл”, в отношениях “смысл–значение” и др. Рассмотрены процессуальные аспекты смысловой регуляции психических состояний. Включение механизмов смыслового обусловливания психических состояний опосреду-

ется ситуациями жизнедеятельности субъекта, образом жизни и пространством культуры.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алексеева Е.М., Прохоров А.О. Роль личностного смысла в детерминации психических состояний // Психология психических состояний: Сб. статей. Вып. 4. / Под ред. А.О. Прохорова. Казань: Изд-во “Центр инновационных технологий, 2002. С. 131–144.
2. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды. В 2-х тт. М.: Педагогика, 1980.
3. Ананьев Б.Г., Дворяшина М.Л., Кудрявцева А.А. Индивидуальное развитие человека и константность восприятия. М.: Педагогика, 1980.
4. Анохин П.К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем // Принципы системной организации функций. М.: Наука, 1973.
5. Артемьева Е.Ю. Основы психологии субъективной семантики. М.: Смысл, 1999.
6. Артемьева Е.Ю. Психология субъективной семантики. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980.
7. Асмолов А.Г., Братусь Б.С., Зейгарник Б.В. и др. О некоторых перспективах исследования смысловых образований личности // Вопросы психологии. 1979. № 4. С. 35–46.
8. Асмолов А.Г. Культурно-историческая психология и конструирование миров. М.: Институт практической психологии. Воронеж: Модэк, 1996.
9. Братусь Б.С. К изучению смысловой сферы личности // Вестник Моск. ун-та. Сер.14. Психология. 1981. № 2. С. 46–56.
10. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Изд-во МГУ, 1984.
11. Васищев А.А. Сущность ситуации: крайние позиции и динамические подходы // Практическое мышление и опыт: ситуативность и инструментальность обобщений: Сб. статей / Под ред. Ю.К. Корнилова. Ярославль, 2000. С. 15–50.
12. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. М.В. Гамезо и др. М.: Просвещение, 1964.
13. Выготский Л.С. Собрание сочинений. В 6-и тт. М.: Педагогика, 1982.
14. Ганзен В.А., Юрьев А.И. Системное описание психических состояний, возникающих в процессе восприятия информации // Вестник ЛГУ. Сер.6. Вып. 1. 1987. С. 50–60.
15. Додонов Б.И. Эмоция как ценность. М.: Политиздат, 1978.
16. Ермолаева М.В. Смысловые факторы эмоциональной устойчивости // Компоненты адаптационного процесса / Под ред. В.И. Медведева. Л.: Наука, 1984. С. 87–100.
17. Ермолаева М.В. Эмоциональные аспекты функциональных состояний в деятельности операторов: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 1980.
18. Завалишина Д.Н., Барабанищikov В.А. Детерминация и развитие психики // Принцип системности в

- психологических исследованиях. М.: Наука, 1990. С. 3–9.
19. *Зинченко В.П.* Живое Знание. Психологическая педагогика // Материалы к курсу лекций. Самара: СамГПУ, 1998. Ч. 1.
 20. *Корнилов Ю.К.* Как ситуация становится проблемой // Практическое мышление и опыт: ситуативность и инструментальность обобщений: Сб. статей / Под ред. Ю.К. Корнилова. Ярославль, 2000. С. 3–14.
 21. *Леонтьев А.А.* Деятельный ум. (Деятельность, Знак, Личность). М.: Смысл, 2001.
 22. *Леонтьев А.А.* Значение и смысл // Мир психологии. 2001. № 2 (26). С. 13–20.
 23. *Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975.
 24. *Леонтьев Д.А.* Динамика смысловых процессов // Психол. журн. 1997. Т. 18. № 6. С. 13–27.
 25. *Леонтьев Д.А.* Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2003.
 26. *Леонтьев Д.А.* Неклассическая психология состояний // Психология психических состояний: Сборник статей. Вып. 5 / Под ред. А.О. Прохорова. Казань: Центр инновационных технологий, 2004. С. 60–66.
 27. *Ломов Б.Ф.* Системность в психологии. Воронеж: НПО “Модэк”, 1996.
 28. *Мясищев В.Н.* Психология отношений / Под ред. А.А. Бодалева. Воронеж: НПО “Модэк”, 1995.
 29. *Наенко Н.И.* Психическая напряженность. М.: Изд-во МГУ, 1976.
 30. *Налимов В.В.* Спонтанность сознания. М.: Изд-во “Прометей” МГПИ им. Ленина, 1989.
 31. *Петренко В.Ф.* Основы психосемантики. Смоленск: Изд-во СГУ, 1997.
 32. *Петров И.Г.* Смысл как рефлексивное отношение человеческого бытия // Мир психологии. 2001. № 2. С. 26–35.
 33. *Прохоров А.О.* Психические состояния и их проявления в учебном процессе. Казань: КГУ, 1991.
 34. *Прохоров А.О.* Психология неравновесных состояний. М.: Институт психологии РАН, 1998.
 35. *Прохоров А.О.* Семантические пространства психических состояний. Дубна: Феникс+, 2002.
 36. *Прохоров А.О.* Смысловая детерминация психических состояний // Психология психических состояний: Сб. статей. Вып. 5 / Под ред. А.О. Прохорова. Казань: ЦИТ, 2004. С. 11–28.
 37. *Прохоров А.О., Гильфанов Р.И.* Ценности в образе психических состояний субъекта // Смысл жизни: психология и педагогика: Сборник научных статей. Самара: Изд-во СФ МГПУ, 2005. С. 8–12.
 38. *Прохоров А.О., Прохорова Д.А.* Семантические пространства психических состояний // Психол. журн. 2001. Т. 22. № 2. С. 14–27.
 39. *Рогов М.Г.* Ценностно-мотивационная сфера личности в системе непрерывного профессионального образования // Актуальные проблемы психологии на современном этапе общественного развития: Сборник научных трудов / Под ред. М.Г. Рогова и В.Г. Иванова. Казань: КГТУ, 2003. С. 25–56.
 40. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2001.
 41. *Рыбалко Е.Ф.* Возрастная и дифференциальная психология. Л.: Изд-во ЛГУ, 1986.
 42. *Рягузова Е.В.* Ситуация как детерминанта психического состояния // Психология психических состояний: Сборник статей. Вып. 4 / Под ред. А.О. Прохорова. Казань: Центр инновационных технологий, 2002. С. 34–43.
 43. *Салихова Н.Р.* Взаимосвязь психических состояний с характеристиками ценностно-смысловой сферы личности // Психология психических состояний: Сборник статей. Вып. 5 / Под ред. А.О. Прохорова. Казань: Центр инновационных технологий, 2004. С. 141–157.
 44. *Салихова Н.Р.* Психические состояния в анализе содержательных и динамических особенностей ценностно-смыслового мира личности // Психология психических состояний: Сборник статей. Вып. 6 / Под ред. А.О. Прохорова. Казань: Изд-во КГУ, 2006. С. 136–150.
 45. *Смирнов С.Д.* Психология образа: проблема активности психического отражения. М.: Изд-во МГУ, 1985.
 46. *Столин В.В.* Самосознание личности. М.: Изд-во МГУ, 1983.
 47. *Трифенова С.А.* Использование “внешнего” и “внутреннего” планов при построении ситуации // Практическое мышление и опыт: ситуативность и инструментальность обобщений: Сб. статей / Под ред. Ю.К. Корнилова. Ярославль, 2000. С. 50–66.
 48. *Трифенова С.А.* Субъективная ситуация: содержание, формирование, способы построения: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Ярославль, 1999.
 49. *Фахрутдинова Л.Р.* Пространственно-временные и энергетические основания взаимоотношений психических процессов, переживаний и психических состояний: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Казань, 2001.
 50. *Филиппов А.В., Ковалев С.В.* Ситуация как элемент психологического тезауруса // Психол. журн. 1986. Т. 7. № 1. С. 14–21.
 51. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.
 52. *Шакуров Р.Х.* Психология смыслов: теория преодоления // Вопросы психологии. 2003. № 5. С. 19–33.
 53. *Шмелев А.Г.* Введение в экспериментальную психосемантику: теоретико-методологические основания и психодиагностические возможности. М.: Изд-во МГУ, 1983.
 54. *Kelly G.A.* The Psychology of Personal Constructs. N.Y.: Norton, 1955.
 55. *Magnusson D.* Wanted: A Psychology of Situations // Toward a Psychology of Situations / Ed. D. Magnusson. N.Y., 1981. P. 9–32.
 56. *Nuttin J.* Motivation, planning, and action: a relational theory of behavior dynamics. Leuven: Leuven University press; Hilisdale (N.J.): Lawrence Erlbaum Associates, 1984.
 57. *Nuttin J.* Personality dynamics // Perspectives in personality theory / Eds. H.P. David, H. von Bracken. N.Y.: Basic bks., 1957. P. 183–195.

NOTIONAL REGULATION OF MENTAL STATES**A. O. Prokhorov***Sc.D., (psychology), head of common psychology chair, Kazan State University*

The model of mental states' notional regulation is presented. Notional structures of consciousness (personal sense, values, notional dispositions etc.) as well as meaning, emotional experience and attitudes are the components of the model. It is shown that the influence of notional structures of consciousness on mental states is mediated by situations of subject's activity, mode of living and, as a whole, by the field of culture. Relationships between the components of the model are discussed.

Key words: mental state, notional structures of consciousness, meaning, emotional experience, model, regulation, situation, mode of living, field of culture.