# **Крымский экономический институт**

## Киевского национального экономического университета

**Кафедра общественных дисциплин**

**Курсовая работа**

**По дисциплине «Психология деятельности»**

**На тему: *«Экспериментальное исследование особенностей психических состояний специалистов «Бухгалтерский учет и аудит» студентов 3 курса».***

# Студента III курса

### Группы 33

**Цырульникова А. И.**

Научный руководитель:

**Доцент Варфоломеева О. В.**

Симферополь, 2000 г.

Содержание.

Введение 2

1. Психические состояния. 3

1.1. Исторический аспект изучения проблемы психических состояний. 4

* 1. Структура психического состояния. 8
	2. Психические состояния и психические свойства. 15
1. Экспериментальное исследование особенностей психических состояний специалистов «Бухгалтерский учет и аудит» студентов 3 курса. 18

2.1. Методика диагностики депрессивных состояний. -

* 1. Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества. 21
	2. Методика измерения уровня тревожности. 25
	3. Методика диагностики самооценки. 28

Заключение. 32

Резюме. 33

Список использованной литературы. 34

Введение.

Данная работа посвящена проблеме психического состояния в ее наиболее общей форме. Вряд ли можно переоценить значение этой проблемы как для психологической теории - так и для психологической практики.

Каждый взрослый человек является субъектом деятельности с одной стороны, а с другой - психические состояния тесно связаны с категорией деятельности, теснее, пожалуй, чем со всеми остальными психологическими категориями. Этот факт находит отражение в моей работе и определяет объект исследования: субъект деятельности.

Основной результат: диагностика основных параметров психического состояния.

Предметом специального внимания и психологии являются пси­хические состояния людей в условиях стресса. В зависимости от при­чин различают стрессы физиологический и психологический. Физио­логический стресс вызывают механические, физические и т. п. воздействия — сильный звук, повышенная температура воздуха, вибрация.

Психологический стресс может возникнуть в условиях дефицита времени или информации при высокой личной значимости дости­жения успеха в деятельности, в ситуациях угрозы, опасности.

При этом происходит мобилизация защитных сил организма для поиска выхода из экстремальной ситуации. Если эмоциональное на­пряжение, возникающее при стрессе, не превышает приспособительных возможностей организма человека, стресс может оказать поло­жительное, мобилизующее влияние на его активность. В противном случае стресс ведет к дистрессу — исчерпыванию энергоресурсов ор­ганизма, развитию целого ряда физических и даже психических забо­леваний.

1. **Психические состояния.**

Поведение и деятельность человека в какой-либо промежуток вре­мени зависят от того, какие именно особенности психических про­цессов и психических свойств личности проявляются в течение этого периода, т. е. от его психического состояния — характеристики пси­хической деятельности за определенный промежуток времени.

При этом психические процессы, психические состояния, психичес­кие свойства личности взаимосвязаны и влияют друг на друга.

Психические состояния влияют на протекание психических про­цессов, а повторяясь часто, приобретя устойчивость, могут стать свойством личности. Виды психических состоянии выделяют в зависимости от таких параметров:

— влияния на личность (положительные и отрицательные, стенические и астенические);

— преобладающих форм психики (эмоциональный, полевые, интел­лектуальные);

— глубины (глубокие, поверхностные);

— времени протекания (кратковременные, длительные и пр.);

— степени осознанности.

Возможности саморегуляции психических состояний определя­ются индивидуально-психологическими особенностями личности че­ловека, его привычками в организации своих действий, складыва­ющимися в процессе воспитания и самовоспитания. Необходимым условием сознательной саморегуляции психических состояний явля­ется принятие человеком цели и программы овладения приемами со­ответствующих действий. Например, выделяют следующие приемы управления эмоциональными состояниями и выхода из стресса:

• понижение субъективной значимости события, переоценка значи­мости ситуации в сравнении с жизненно важными, общечеловечес­кими ценностями;

• разрядка эмоциональной напряженности в движении, в физичес­кой нагрузке;

• переключение внимания, концентрирование его не на значимости ре­зультата, а на анализе причин, технических деталях проблемы и т. п.;

• предварительная разработка запасных стратегий, путей отступле­ния, учитывая тот факт, что повышение эмоциональной напряжен­ности снижает интеллектуальный контроль за поведением;

• по возможности, активизация чувства юмора;

• овладение приемами аутогенной (от греч. autos — сам, genos — про­исхождение) тренировки, основанной на нервно-мышечной релак­сации (от лат. relaxatio — уменьшение напряжения) и самовнушении;

• использование систем специальной тренировки, в которой сами факторы неожиданности и внезапности становятся предметом обу­чения, например в компьютерных играх.

**1.1.Исторический аспект изучения проблемы психических состояний.**

История психического состояния (ПС) как научной категории довольно полно отражена в ряде работ. Мы только остановимся на некоторых моментах.

Первое более-менее систематическое изучение ПС начинается в Индии 2-3 тысячелетия до н. э., предметом которого было состояние нирваны. Философы Древней Греции тоже затрагивали проблему ПС. Развитие философской категории "состояние" произошло в работах Канта и Гегеля.

Систематическое изучение ПС в психологии, пожалуй, началось с У. Джемса, который трактовал психологию как науку, занимающуюся описанием и истолкованием состояний сознания. Под состояниями сознания здесь разумеются такие явления, как ощущение, желания, эмоции, познавательные процессы, суждения, решения, хотения и т.д.

Дальнейшее развитие категории ПС связано в основном с развитием отечественной психологии. Первой отечественной работой, посвященной ПС, является статья О.А. Черниковой 1937 г., выполненная в рамках психологии спорта и посвященная предстартовому состоянию спортсмена. Кроме нее в рамках психологии спорта в дальнейшем ПС исследовали Пуни А.Ц., Егоров А.С., Васильев В.В., Лехтман Я.Б., Смирнов К.М., Спиридонов В.Ф., Крестовников А.Н. другие.

Общепсихологическую разработку ПС получило, начиная со статьи Н.Д. Левитова 1955 году. Ему же принадлежит и первая монография по ПС. После его работ психология стала определяться как наука о психических процессах, свойствах и состояниях человека.

Параллельно с психологией ПС затрагивались и смежными дисциплинами. По этому поводу И.П. Павлов писал: "эти состояния есть для нас первостепенная действительность, они направляют нашу ежедневную жизнь, они обусловливают прогресс человеческого общежития". Кроме того, видный отечественный физиолог считал, что единственным предметом для психологии и может быть только ПС.

Дальнейшая разработка ПС в рамках физиологии связана с именем Купалова П.С., показавшего, что временные состояния формируются внешними воздействиями по механизму условного рефлекса. Кроме этого, как он и показал, можно образовывать условные рефлексы и на определенные состояния коры.

Установка в теории установки тоже рассматривается как ПС. Согласно концепции Д.Н. Узнадзе установка как готовность к действию является состоянием именно личности в целом - целостно-личностным состоянием, а не каким-либо частным психическим процессом.

В. Н. Мясищев рассматривал ПС как один из элементов структуры личности, в одном ряду с процессами, свойствами и отношениями.

ПС нашли свое место в психологии и смежных дисциплинах. Б.Ф. Ломов писал: "Психические процессы, состояния и свойства существуют не вне живого человеческого организма, не как экстрацеребральные функции. Они являются функцией мозга, сформировавшегося и развившегося в процессе биологической эволюции и исторического развития человека. Поэтому выявление законов психики требует исследования работы мозга и нервной системы, более того, всего человеческого организма в целом".

В соответствии с принципом единства психического и биологического, а также требованиями объективной оценки ПС, дальнейшее исследование ПС проводилось в двух направлениях: исследование функционального состояния и эмоционального состояния, т.е. исследования тех состояний, в которых ярко выражен и поддается объективной диагностике (в первую очередь диагностике физиологических параметров) интенсивностный показатель. Категория функционального состояния обязано привнесением в психологию понятия "функциональная система". Функциональное состояние - психофизиологическое явление со своими закономерностями, которые заложены в архитектуре особой функциональной системы. Множество состояний, определяющих заданный уровень функциональных возможностей, образует диагностическую единицу, обычно называемую функциональным состоянием. Хорошее определение состояния, данное Е.П. Ильиным, тоже базируется на понятии "функциональная система". Состояние - это реакция функциональных систем на внешние и внутренние воздействия, направленная на получение полезного результата. Довольно расплывчатое понятие "эмоциональное состояние" обозначает обычно довольно долго длящуюся эмоцию.

Довольно часто можно видеть как эмоции и эмоциональное состояние определяются одно из другого. Длительность проявления, инертность эмоционального состояния - одно из характерных свойств эмоций.

Не отрицая, но и не утверждая правомерность таких понятий, заметим, что во многом они собой подменяют категорию параметров ПС и во многом морально и концептуально устарели.

 В дальнейшем развитии категории ПС особую роль можно отдать появлению классификаций ПС и некоторых методик диагностики ПС, о которых упомянем ниже.

**1.2. Структура психического состояния.**

Психофизиологические состояния и соответствующие им структуры, для сравнения которых возможна единая шкала, будем называть интенсивными, а те состояния и структуры, для которых такое сопоставление невозможно, - экстенсивными. Не допуская возможности делить состояния на интенсивные и экстенсивные, мы используем понятия интенсивности и экстенсивности для разделения характеристик ПС.

Для интенсивных характеристик ПС типичной является классификация состояний коры И.П. Павлова. На одном конце стоит возбужденное состояние, чрезвычайное повышение тонуса раздражения, когда делается невозможным или очень затрудненным тормозной процесс. За ним идет нормальное, бодрое состояние, состояние равновесия между раздражительным и тормозным процессами. Затем следует длинный, но тоже последовательный ряд переходных состояний к тормозному состоянию. Из них особенно характерны: уравнительное состояние, когда все раздражители, независимо от их интенсивности, в противоположность бодрому состоянию, действуют совершенно одинаково; парадоксальное, когда действуют только одни слабые раздражители или сильные, но только едва, и, наконец, ультрапарадоксальное, когда действуют положительно только ранее выработанные тормозные агенты - состояние, за которым следует полное тормозное состояние. Эта шкала несет тонический "энергетический" характер. В психологии "энергетические" шкалы связаны в основном с проблемой функциональных состояний, имеется огромное количество методов, позволяющих оценить тонус человека.

Второй вид интенсивных характеристик касается эмоциональных состояний. Один вариант - по степени активности аппарата эмоций. Второй вариант - по уровню удовлетворенности. Хотя в этом случае немаловажную роль играют экстенсивные характеристики, делались неоднократные попытки создать единую шкалу. На наш взгляд, наиболее релевантным способом является биологический: оценка содержания нейрогормонов. В последнее время внимание биологов очень занимает проблема эндорфинов и энкефалинов - "эссенций счастья". К примеру, есть данные о выраженном влиянии эндорфинов на депрессию и шизофрению.

В структуре подкорки выделены системы arousal-1 и arousal-2, отвечающие соответственно за возбуждение-торможение и за положительные эмоции - отрицательные эмоции. Ниже приводится рисунок отражающий соотношение этих систем на примере четырех состояний (Таблица 1). Сходный результат выявили зарубежные психологи, предложив двухфакторную концепцию состояния: позитивный аффект (активность-деактивность) и негативный аффект (неприятность-приятность).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Состояние | Система |  |
|  | arousal-1 | Arousal-2 |
| Тревога | + | - |
| Депрессия | - | - |
| Гипоманиакальное состояние | + | + |
| Эйфория | - | + |

Таблица 1. **Взаимоотношение систем неспецифической активности мозга при разных эмоциональных состояниях человека (по Г.Ю. Волынкиной, Н.Ф. Суворову).**

 Примером экстенсивной характеристики ПС может служить разделение состояний двух систем: низшей (ведающей анализом и синтезом конкретной информации) и высшей (ведающей анализом и синтезом абстрактной информации). При общем ослаблении нервной системы у лиц с доминированием низшей системы будет наблюдаться картина истерии; с доминированием высшей - психастении. Согласно концепции Е.П. Ильина качественный характер состоянию придают особенности личности (в первую очередь волевые качества). В особое значение придается вниманию, как наиболее глобальной характеристикой деятельного состояния человека. Производится также разделение состояний на внешние (присущие объекту как целому) и внутренние (присущие элементам объекта). Если первые вполне допустимо описать только количественно, то вторые - как количественно, так и качественно.

Интересную концепцию предлагает Чирков В.И. С диагностическими целями он выделяет в ПС пять факторов: настроение, оценка вероятности успеха, мотивация (уровень ее), уровень бодрствования (тонический компонент) и отношение к работе (деятельности). Эти пять факторов он объединяет в три группы: мотивационно-побудительная (настроение и мотивация), эмоционально-оценочная (оценка вероятности успеха и отношение к работе) и активационно-энергетическая (уровень бодрствования).

Особняком стоят классификации состояний на основе системного подхода, разделяющие ПС по тому или иному признаку. Некоторые психологи разделяют ПС на волевые (разрешение-напряжение), которые в свою очередь делятся на праксические и мотивационные, на аффективные (удовольствие-неудовольствие), которые делятся на гуманитарные и эмоциональные, на состояния сознания (сон-активация). Кроме этого предлагается разделение состояний на состояния индивида, состояния субъекта деятельности, состояния личности и состояния индивидуальности. На наш взгляд, классификации позволяют хорошо понять конкретное ПС, описать ПС, но по отношению к прогностической функции классификации несут слабую нагрузку. Однако нельзя не согласиться с требованиями системного подхода рассматривать ПС на разных уровнях, разных аспектах. Так предлагается рассматривать в трех измерениях:

1. Социально-психологический, психологический, физиологический психофизиологический и уровни;

2. Субъективные и объективные характеристики ПС;

3. Индивидуальные, особенные и общие характеристики ПС.

Подводя итоги этого параграфа, можно прийти к следующим выводам:

1. Среди интенсивных характеристик большинство авторов выделяют следующие параметры ПС:

- уровень бодрствования,

- уровень удовлетворенности,

- уровень эмоциональности,

- уровень мотивированности,

- уровень разрешения-напряжения.

2. Экстенсивные особенности ПС характеризуются следующим:

- в структуре ПС выделяются внешнее состояние и внутреннее состояние,

- важной экстенсивной особенностью ПС является соотношение активности коры и подкорки,

- внимание является важнейшей экстенсивной особенностью,

* психические свойства вносят корректирующий вклад в экстенсивные характеристики.

Существует также другая классификация психических состояний. Ее предложил В. А. Ганзен. По выдвинутой им гипотезе, параметры физического пространства вызывают положительные или отрицательные мотивационные состояния, энергетические параметры пространства - праксические состояния, временные параметры пространства - эмоциональные состояния, информационные параметры пространства - гуманитарные состояния.

1. Эмоциональные состояния - реакция на меру удовлетворения потребностей организма в жизненных ресурсах ( вызываемые влиянием материальных факторов внешней среды и организменных факторах внутренней среды - жажды, голода, гипоксии, сексуального напряжения, страха, ужаса, паники и др.). Эмоциональные состояния, провоцируют завоевательские войны, географические открытия, освоение новых земель и пр. включают в себя:

* Любопытство - скуку (состояние, вызываемое привлекательностью материальных, человеческих или иных ресурсов);
* готовность - растерянность (состояние, вызываемое ощущением меры собственных сил и средств, необходимых для получения ресурсов);
* дружелюбие - враждебность (состояние, вызываемое формой своего включения в распределение материальных, информационных, управленческих, эстетических ресурсов);

 - сытость - голод (состояние, вызываемое мерой удовлетворения ресурсами различных органических потребностей человека).

2. Праксические - как реакция на объем расходования рабочей силы для достижения своих целей ( возникающие в процессе трудовой деятельности - утомление, напряжение, монотония, тревожность, стресс, функциональный комфорт, отсутствие мотивации, индифферентное состояние). Праксические состояния вызываются наличием целевого и материально-информационного обеспечения расходования рабочей силы в процессе трудовой деятельности:

 - энергичность - утомленность (состояние, появляющееся при исполнении работы с ясно определенными целью и наличием средств деятельности, но результат которой требует продолжительных усилий);

* расслабленность - напряженность (состояние, появляющееся при исполнении работы с известной целью и очевидным результатом, но с неопределенными средствами ее достижения);
* спокойствие - тревожность (состояние, появляющееся при исполнении работы с известным результатом, но с неясно определенной целью и средствами ее достижения);
* хладнокровие - стресс (состояние, возникающее в деятельности, где точно определена ее цель, но ничего не известно о средствах ее выполнения и результате, который может быть опасным для работника).

3. Мотивационные - как реакция на характер межличностных отношений в обществе между участниками политического процесса ( связанные с осознанием своей причастности, необходимости, полезности всему обществу и конкретному человеку: атараксия и волнение, радость и горе, наслаждение и страдание, эйфория и гнев, экстаз и ярость и др.); *Психические* *состояния* этого вида появляются в процессе межличностного взаимодействия и вызываются мерой гармонии, обнаруживаемой в его процессе. В группу мотивационных состояний входят:
* симпатия - антипатия (состояние, вызываемое восприятием гармоничности партнера с точки зрения принципа уравновешенности: соотнесения статики и динамики проявления его природных и культурных характеристик с проявлением своих собственных характеристик );
* синтонии - асинтонии (состояние, вызываемое восприятием гармоничности партнера с точки зрения принципа соразмерности его чувств, представлений, мыслей, восприятия действительности со своими собственными чувствами, представлениями, мыслями, восприятием);
* восхищения и возмущения (состояние, вызываемое восприятием гармоничности партнера с точки зрения повторяемости в пластике его движений, мимики, речи, в манере держаться, со своей собственной пластикой и тональностью );

 - любовь и ненависть (состояние, вызываемое восприятием гармоничности партнера с точки зрения взаимной соподчиненности, которая проявляется в соизмеримости кратности усилий в совместных действиях и их согласованности во временном масштабе).

 4. Гуманитарные, как реакция на качества политической информации, сопровождающие процесс познания политической картины мира. По нашей классификации, к *психическим* *состояниям*, обусловленным интенсивными поисками информации, установлением ее истинности, доказательством ее валидности и т.п., относятся антонимичные пары *состояний*:

* терпимость - принципиальность (состояние, вызываемое реакцией на прагматичность информации, необходимой и достаточной для получения реального результата);
* расположенность - критичность (состояние, вызываемое реакцией на доказательность информации, ее достоверность и ясность для получателя);
- общительность - замкнутость (состояние, вызываемое реакцией на конструктивность информации, организованной по согласованным правилам и предназначенной для праксической реализации);

комформность - фанатичность (состояние, вызываемое реакцией на рациональность информации, представляющую из себя полную систему для достижения конкретной общественной цели.

**1.3. Психические состояния и психические свойства.**

По своему динамическому характеру ПС занимает промежуточное положение между процессами и свойствами. Между процессами и состояниями, с одной стороны, и между состояниями и свойствами личности, с другой, существуют сложные диалектические взаимосвязи. Известно, что психические процессы (например, внимание, эмоции и др.) в определенных условиях могут рассматриваться как состояния, а часто повторяющиеся состояния способствуют развитию соответствующих свойств личности. Нас в первую очередь интересует взаимосвязь между ПС и свойствами, не в последнюю очередь из-за того, что свойства в гораздо большей степени поддаются непосредственному распознаванию, нежели процессы, а главным образом из-за того, что, на наш взгляд, неврожденные свойства человека являются статистической мерой проявления тех или иных параметров ПС, либо их совокупностей (конструктов).

Согласно В. Далю состояние понимается как положение, в каком кто или что состоит, находится, есть; отношения предмета. Исходя из этого, а также из положения В.А. Ганзена о том, что человек, в каждый момент времени находится в одном-единственном актуальном психическом состоянии, мы определяем ПС как временной срез психики человека, отражающий общие особенности статики и динамики психической жизни в данный момент. Это определение несколько расходится с привычкой некоторых ученых говорить о том ил ином состоянии, когда некоторая совокупность особенностей психической жизни характеризуется устойчивостью, инвариантностью, реактивностью.

Примером такого подхода может служить следующее: психическое состояние личности характеризуется единством его динамичных и инвариантных характеристик. Сохраняя некоторую однородность своих характеристик на протяжении какого-либо временного периода, т.е. временную свою стабильность, психическое состояние вместе с тем в пределах этих характеристик изменчиво по силе, глубине, напряженности, переходит из одной фазы в другую.

На необходимость привлечения категории ПС для понимания свойств указывает А.О. Прохоров, Н. Д. Левитов. Чтобы понять черту характера, надо сначала ее точно описать, проанализировать и объяснить как временное состояние. Только после такого исследования можно ставить вопрос об условиях закрепления данного состояния, его устойчивости в структуре характера, а также Пуни А.Ц. - состояние можно представить как уравновешенную, относительно устойчивую систему личностных характеристик спортсменов, на фоне которых развертывается динамика психических процессов. Указание на то, что психические свойства есть лишь статистическая мера проявления ПС, есть и у А.Г. Ковалева: «Психические состояния нередко становятся типичными для данной личности, характерными для данного человека. В типичных для данного человека состояниях находят свое выражение психические свойства личности».

Перов А.К. считает, что если психический процесс и состояние имеют существенное значение для человека, то они в конечном итоге превращаются в устойчивые его признаки. О том, что фазовые состояния могут маскировать и демаскировать тип нервной системы, писал Распопов П.П.

О влиянии отрицательных эмоциональных состояний на формирование отрицательных черт характера на примере неврозов сообщил В.Н. Мясищев.

Имеются также экспериментальные данные о связи ПС и свойств.

Известно также о формировании под влиянием хронического утомления тревожности (личностной), нейротизма и интроверсии; о проявлении симптомокомплексов черт личности и ПС в экстремальных условиях. Доказана зависимость от свойств нервной системы появления при монотонной работе либо состояния монотонии, либо психического пресыщения. О влиянии на формирование ПС со стороны свойств показал Б.Д. Лысков на примере состояния аффекта, который характеризуется наибольшей интенсивностью у флегматиков, интровертов и лиц с низким нейтротизмом.

Не будучи приобретенными, врожденные свойства также находят свое проявление в ПС, могут ими компенсироваться, либо развиваться. Есть данные о связи агрессивности с наличием лишней Y-хромосомы и гипогликемией, а также уровнем тестостерона и гиповитаминозом А и С.

Современное развитие науки все более приводит к тому, что неизменного в фенотипе становится меньше и меньше. Тем более поводов сомневаться в корректности оперирования понятиями свойств там, где их можно заменить понятиями ПС.

1. **Экспериментальное исследование особенностей психических состояний студентов 3 курса специальности «Бухгалтерский учет и аудит»**
2. **1. Методика диагностики депрессивных состояний.**

Депрессии, согласно данным ВОЗ, являются сегодня одним из наиболее распространенных психопатологических нарушений. Установлено, что различными видами депрессий в течение жизни могут заболеть 10% мужчин и 20% женщин. Ежегодно депрессивные расстройства диагностируются не менее, чем у 200 млн. человек. Весьма пессимистичны оценки тенденций их распространенности. С 5% в 1991 г. депрессии распространились на 11,8% населения в мире в 1992 г. и на 17% – в 1994 г. Следует учесть, что, в отличие от других видов психопатологических нарушений, депрессивные состояния в 40% случаев не диагностируются. Прежде всего это касается депрессий непсихотического уровня, поскольку у таких больных аффективная патология часто манифестирует сомато-вегетативной симптоматикой неврозоподобного характера, и большинство из них наблюдаются врачами-интернистами. По распространенности депрессии занимают третье место после артериальной гипертензии и гриппа. При этом направленность диагностики на следствие без учета причины, когда вторичные соматовегетативные проявления формируются на основе аффективных психопатологических нарушений, приводит к утяжелению и хронизации психической патологии. Наиболее опасным является то, что не диагностированные и не леченные адекватно депрессивные расстройства в ряде случаев заканчиваются самоубийством больных.

Депрессия названа экономистами здравоохранения “одной из самых дорогих болезней”. Расходы, связанные с депрессиями, только в США оцениваются в 47,5 млрд. долларов ежегодно (включая стоимость стационарного лечения, лекарств, затраты на дополнительные исследования, потери вследствие снижения продуктивности, смерти от суицидов и т.д.). Для сравнения приводятся расходы на сердечно-сосудистые и легочные заболевания, составляющие соответственно 43 и 18 млрд. долларов в год.

В настоящее время классифицирование депрессивных нарушений (МКБ-10, DSM-III, DSM-IV) направлено на выделение характера их течения и синдромологической представленности. Предыдущая классификация (МКБ-9), до настоящего времени используемая психиатрами Украины, в своей основе придерживалась нозологической дифференциации аффективной психопатологии. По этиологическому принципу или по происхождению депрессивные расстройства делятся на три большие группы: психогенные, соматогенные и эндогенные (таблица 2). К последним относят и невротические депрессии.

|  |  |
| --- | --- |
|  Психогенные | РеактивныеДепрессии истощения |
| Соматогенные (вторичные) | ОрганическиеСимптоматические |
| Эндогенные | ШизофреническиеЦиркулярныеПериодическиеИнволюционные |

Таблица 2. **Классификация депрессий по их происхождению**

Формирование **психогенных депрессий** является ответом психики на различные психотравмирующие воздействия. В частности, в основе депрессивных реакций можно обнаружить длительное или кратковременное воздействие психосоциальных стрессоров, нарушение межличностных взаимоотношений, трудовые конфликты.

**Соматогенные** **депрессии** (вторичные, симптоматические)возникают в результате органического поражения головного мозга (черепно-мозговая травма, воспалительные процессы), интоксикаций (алкогольная, нейролептическая), различных видов соматической патологии (артериальная гипертензия, атеросклероз).

Определенную роль играют нарушения деятельности эпифиза, которые приводят к т.н. синдрому пониженного мелатонина. Дефицит мелатонина, вырабатываемого эпифизом, нарушает циркадный ритм секреции кортизола, что в какой-то мере объясняет циркадную динамику психического состояния при эндогенных депрессивных расстройствах, а также наличие диссомнических нарушений.

Для диагностики депрессивных состояний использована методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний В. А. Жмурова.

Данный опросник состоит из 44 группы показаний, каждая из которых включает в себя 4 варианта ответа. В опросе приняло участие 14 человек, обучающихся на 3 курсе специальности «бухгалтерский учет и аудит».

Результаты исследования приведены в таблице 3.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Депрессивное состояние | Количество человек | В % |
| Депрессия отсутствует, либо незначительна | 7 | 50 |
| Депрессия минимальна | 4 | 28,6 |
| Легкая депрессия | 2 | 14,3 |
| Умеренная депрессия | 1 | 7,1 |
| Выраженная депрессия | - | - |
| Глубокая депрессия | - | - |

Таблица 3. **Результаты диагностики депрессивных состояний**.

Как видно из результатов, лишь 1 опрашиваемый находился в состоянии умеренной депрессии и у 2-х опрашиваемых наблюдалась легкая депрессия. У остальных же участников депрессия либо минимальна, либо отсутствует вообще.

1. **2. Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества.**

В течение многих лет психологи высказывали свои суждения об одиночестве. Их рассуждения классифицируются на восемь групп: психодинамические, феноменологические, экзистенциально-гуманистические, социологические, интеракционистские, когнитивные, интимные и теоретико-системные.

Сама позиция, позволяющая называть некое собственное состояние одиночеством, уже исходит из отношения к себе извне, наблюдая как бы со стороны собственную ущербность и недостаточность в не принадлежности к коллективу или разделенному существованию общности. Признание за собой состояния одиночества свидетельствует о том пространстве существования, которое занимает личность. Одиночество может признаваться только у того человека, кто сознательно отторгает свое право на создание внутренних событий собственного сознания, признавая лишь наличие других, внешних себе личностей, в качестве событий собственного сознания; и при этом не сопротивляясь тому, когда другие себя навязывают и ведут как единственно возможные события твоего собственного сознания.

Поэтому для человека одиночество - определение его состояния его окружающих других, которые отражают ущербность собственной неразделенности на него, переносят собственную привычку находиться во внешнем самому себе пространстве событий на него, и в силу этого, называющие его так же одиноким. Внутреннее состояние одиночества как бедность собственного сознания интеллекта называется интенсиональным одиночеством. Внешнее восприятие другими такого чужого состояния неразделенности называется экстенсиональным одиночеством.

Экстенсиональное одиночество является широко исследованным, популистски постигаемым, и хорошо конвертируется в товар, если придать ему вид психологического или философского исследования. Интенсиональное одиночество кажется слишком заумным, чтобы когда-либо выступить в качестве отдельного направления исследования. Интенсиональное одиночество является самой серьезной проблемой, ибо это внутреннее восприятие своего состояния недостаточности, ущербности, неразделенности, которое гораздо основательнее удерживается, нежели простое уединение от других по разным причинам.

Опыт одиночества еще не дает права написания о нем, как не дает такого права и опыт преодоления одиночества. В разговоре об одиночестве понимание права есть морально осмысленный выбор уверенности в том, что предлагаемое другим достойно для подражания. Моральное же право для разговора об одиночестве дает лишь искреннее и глубокое непонимание одиночества по причине того, что находятся в ином пространстве восприятия реальности; где богатство событий этого пространства не порождает вопрос об однообразии этих событий, из чего обычно выводят одиночество как скуку, как недостижение интереса в суете и монотонности.

Эта парадоксальность выражения есть точное ухватывание смысла ощущения своего права: "Я живу и не знаю одиночества, не понимаю его настолько глубоко и сильно, что подозреваю за другими, говорящими об одиночестве, некоторое сумасшествие". Так понятое, или скорее непонятое, одиночество не нуждается в типологизации. Если вы видите типы или виды, вы не добрались до сути, вы не можете видеть главное - общее для этих типов и видов не как признак их деления, а как признак их неделения.

Одиночество в силу этого есть не ощущение, подобно радости или горю, а дедуктивное умозаключение об одиночестве от скуки и ненужности, во-первых, и от неспособности разделить это ощущение с другими в общении, во-вторых. Дедуктивное отношение (от общего к частному) вскрывает самое глубинное отношение сознания к себе лишь как к части от общего, где само общее вынесено вовне Я.

Одиночество как дедуктивное умозаключение не есть логическое умозаключение, но заключение в самом первом значении этого слова, как заключение ума в некоторые границы части, зависимой от неодинокого существования в среде иных умов, где исходят из следующего:

- события в мире есть лишь вне меня;

- другие Я и есть источники этих событий, и даже когда Я есть источник событий, то лишь таких, которые разделены другими, в которых задействованы эти другие;

- чтобы наполнить собственное Я, мне необходимы внешние события настолько, чтобы без них собственное Я - совершенное пустое, вне их мое Я - совершенно одинокое.

Одиночество отсюда есть заключение от неразделенной общности с внешними событиями к частному несобытийному и пустому Я.

Одиночество есть выбор того, кто остается один, но этот выбор осуществляется на ранней стадии формирования личностного феноменологического опыта Я. Чаще всего, одиночество - это когда не один бежит от остальных, в них не нуждаясь, а когда остальные бегут от одного, не видя в нем нужды, надежды и интереса. И чем сильнее они от него бегут, тем сильнее он в них нуждается.

Пустота Я, неинтенсивное проживание внутри Я, неумение создавать внутренние события Я - признаки отсутствия индукции внутренних событий Я. Событие, любое мировое событие, прежде всего, рождается как внутренне событие чьего-то Я. Это было и остается самой большой тайной и загадкой роли личности в истории. Не всякое внутреннее личностное событие Я может стать мировым событием, но уж наверняка всякое мировое событие рождается как исключительно личностное событие чьего-то Я. Спонтанных событий в мире социума не бывает. Спонтанность социальных событий - удобный миф, но не более.

Для диагностики уровня субъективного ощущения одиночества использована методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона.

Опрашиваемым предлагался ряд утверждений, которые они должны были рассмотреть последовательно каждое утверждение и оценить с точки зрения частоты их проявления применительно к их жизни при помощи 4-х вариантов ответов: «часто», «иногда», «редко», «никогда».

В опросе приняли участие 18 человек, обучающихся на 3 курсе специальности «бухгалтерский учет и аудит».

Результаты опроса следующие предоставлены в таблице 4.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Степень одиночества | Количество человек | В % |
| Высокая | - | - |
| Средняя | 5 | 28,8 |
| Низкая | 13 | 72,2 |

Таблица 4. **Результаты диагностики уровня субъективного ощущения одиночества.**

Как видно из результатов у большинства (около 70%) обследуемых низкий уровень субъективного ощущения одиночества, и лишь у незначительной (около 30%) части опрошенных низкий уровень субъективного ощущения одиночества средний. Среди опрашиваемых не было людей с высокой степенью одиночества.

**2. 3. Методика измерения уровня тревожности.**

Экспериментальные исследования психологов позволили разделить людей на две группы. Первая группа - это те, кто рискуя достигнутым, стремится к успеху. Вторая группа - это те, кто больше дорожит достигнутым, тем что имеет, избегает неудач. Люди второй группы - это люди с повышенным уровнем тревожности, тогда как у людей первой группы уровень тревожности пониженный.

Следует различать виды тревожности. Есть нормальные, или позитивные формы тревожности: это тревожность, которая побуждает человека действовать с целью лучшей адаптации к своему повседневному окружению, и тревожность, которая стимулирует созидательные процессы.

Тревожность становится негативной, патологической, когда она препятствует созидательной активности и искажает социо-профессиональную жизнь. Такая тревожность есть чувство интеллектуализированного беспокойства, часто связанное с соматическими толкованиями категории сердечно-сосудистых (сердцебиения, тахикардия), пищеварительных (пищеварительные спазмы, гастроэнтерит), нервномышечных (судороги, необъяснимые мышечные боли в области груди), дыхательных (ощущение свинцового кожуха на плечах, стеснение в грудной клетке). Следует вспомнить, что дыхательный и пищеварительный аппарат - это те основные места, где в первую очередь проявляются выражения переживаний у ребенка в процессе его взросления.

Астения и заторможенность также являются составляющими патологической тревожности. Тревожность может выражаться в острой и хронической формах и обладать разной степенью напряженности.

Одна острая форма тревожности, недавно описанная, это приступ паники, или пароксизмальный криз, сопровождающийся сильными соматическими симптомами.

Некоторые виды тревожности, не достигшие ещё патологических масштабов, внушают беспокойство, т.к. могут закрепиться, сформироваться в симптомы, которые, затянувшись на долгое время, рискуют повлечь за собой мучительное состояние жестокой тревоги, угрожающее социо - профессиональной интеграции человека.

Наряду с такими видами тревожности, ещё не структурированными, существуют виды тревожности, организованные в специфические симптомы невротического состояния, даже психотического состояния, или пограничного состояния, а также виды тяжелой тревожности, близкой к депрессии.

Для измерения уровня тревожности была использована методика измерения уровня тревожности Тейлора.

Опросник состоит из 50 утверждений. Согласно инструкции, обследуемый должен ставить «+» напротив того утверждения, с которым он согласен и «-», напротив того утверждения с которым опрашиваемый не согласен.

Оценка результатов исследования по опроснику производится путем подсчета количества ответов обследуемого, свидетельствующих о тревожности.

В опросе приняли участие 16 человек, обучающихся на 3 курсе специальности «бухгалтерский учет и аудит».

Результаты опроса следующие предоставлены в таблице 5.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровень тревоги | Количество человек | В % |
| Очень высокий | - | - |
| Высокий | 3 | 18,75 |
| Средний (с тенденцией к высокому) | 4 | 25 |
| Средний (с тенденцией к низкому) | 6 | 37,5 |
| Низкий  | 3 | 18,75 |

Таблица 5. **Результаты измерения уровня тревожности.**

В результате поведенных исследований можно заметить, что у большинства опрошенных средний уровень тревожности, однако 20-ти процентам обследуемых следует задуматься по поводу высокого уровня тревоги.

**2. 4. Методика диагностики самооценки.**

Самооценка — ценность, которая приписывается индивидом себе или отдельным своим качествам. В качестве основного критерия оценивания выступает система личностных смыслов индивида. Главные функции, которые выполняются самооценкой, — регуляторная, на основе которой происходит решение задач личностного выбора, и защитная, обеспечивающая относительную стабильность и независимость личности. Значительную роль в формировании самооценки играют оценки окружающих личности и достижений индивида.

Бранден утверждает, что большинство семей, в которых мы вырастаем, - по сути, дисфункциональны. Родительское влияние на нашу самооценку очень велико, хотя факторы, от которых она зависит, разнообразны и не сводятся к чему-то одному.

Родители препятствуют нормальному развитию самооценки, когда они передают ребенку сообщение о его или ее "недостаточности"; наказывают или укоряют за выражение "неприемлемых" чувств; насмехаются, относятся к детским мыслям и чувствам как к малоценным и не очень важным; пытаются контролировать ребенка при помощи чувств стыда и вины; чересчур опекают его или ее, затрудняя нормальное обучение и развитие уверенности в себе; растят ребенка вовсе без правил, т.е. без поддерживающей структуры, или правила противоречивы, загадочны, не подлежат обсуждению, угнетающе, в любом случае - тормозящие нормальный рост; отрицают детское восприятие реальности и неявно способствуют сомнениям ребенка в его или ее здравомыслии; представляют очевидные факты как нереальные вопреки рациональности ребенка; терроризируют ребенка физическим насилием или его угрозой; превращают ребенка в сексуальный объект; утверждают, что ребенок плох, недостоин, грешен по природе своей.

Самооценка - это:

1. Уверенность в своей способности думать и справляться с жизненными задачами.

2. Уверенность в своем праве быть счастливым, чувство достоинства, права на утверждение своих потребностей и желаний и на наслаждение плодами своих усилий.

Самооценка складывается из двух взаимозависимых аспектов:

Самоэффективность (ощущение личной эффективности). Уверенность в функционировании собственной психики, в способности мыслить, в процессах, посредством которых я сужу, выбираю, решаю; уверенность в способности понимать факты реальности, входящие в сферу моих интересов и потребностей; когнитивная уверенность в себе.

Самоуважение (ощущение личного достоинства). Уверенность в своей ценности; позитивный (утвердительный) принцип по отношению к моему праву жить и быть счастливым; комфорт при уместном утверждении моих мыслей, желаний и потребностей; чувство, что радость - мое неотъемлемое право.

Наконец, формальное определение - самооценка есть склонность переживать себя как способного справиться с жизненными задачами и как заслуживающего счастья.

Для диагностики самооценки была применена методика диагностики самооценки Ч. Д. Спилберга и Ю. Л. Ханина.

Данный текст является надежным и информативным спо­собом самооценки уровня тревожности в данный момент (ре­активная тревожность как состояние) и личностной тревожно­сти (как устойчивая характеристика человека).

Личностная тревожность характеризует устойчивую склон­ность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Реактив­ная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью. Очень высокая реактивная тревожность вызы­вает Нарушения внимания, иногда нарушение тонкой коорди­нации. Очень высокая личностная тревожность прямо корре­лирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональ­ными и невротическими срывами и с психосоматическими за­болеваниями.

Но тревожность не является изначально негативной чер­той. Определенный уровень тревожности — естественная и обя­зательная особенность активной личности. При этом существует оптимальный индивидуальный уровень «полезной тревоги».

Шкала самооценки состоит из 2-х частей, раздельно оцени­вающих реактивную и личностную тревожность.

Шкалу можно успешно использовать в целях саморегуляции, в целях руководства и психокоррекционной деятельности.

В опросе приняли участие 14 человек, обучающихся на 3 курсе специальности «бухгалтерский учет и аудит».

Результаты опроса следующие предоставлены в таблице 6.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Степень тревожности | Количество человек | В % |
| Низкая | 3 | 21,4 |
| Умеренная | 9 | 64,3 |
| Высокая | 2 | 14,3 |

Таблица 6. **Результаты диагностики самооценки.**

Значительные отклонения от уровня умеренной тревожности требуют особого внимания, высокая тревожность предполагает склонность к появлению состояния тревоги у человека в ситуациях оценки его компетентности. В этом случае следует снизить субъективную значимость ситуации и задач и перенести акцент на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в успехе.

Низкая тревожность, наоборот, требует повышения внимания к мотивам деятельности и повышения чувства ответственности. Но иногда очень низкая тревожность в показателях теста является результатом активного вытеснения личностью высокой тревоги с целью показать себя в «лучшем свете».

В данном исследовании опрошенных со значительными отклонениями от уровня умеренной тревожности не наблюдалось.

**Заключение.**

В данной работе разобраны основные особенности психических состояний, присущих студентам, обучающимся на 3 курсе на специальности «Бухгалтерский учет и аудит». Диагностика проводилась по следующим показателям:

* Депрессивные состояния;
* Уровень субъективного ощущения одиночества;
* Уровень тревожности;
* Самооценка.

Следует признать данную работу минимально достаточной для общей оценки особенностей психических состояний студентов выбранной нами специальности, так как исследованию подвергались около 16 –18 человек, хотя всего на 3 курсе на данной специальности обучается около 60 человек.

В рамках глобального развития психологии, особое значение приобретают исследования направленные на оценку особенностей психических состояний. Это поможет составить общую картину состояния психики совокупности членов определенных коллективов.

Если в результате обследования будет установлено, что какой либо показатель имеет серьезное отклонение от нормы, следует искать причину данных психических явлений.

Данные исследования особенностей психических состояний позволяют своевременно получать информацию по отклонениям от нормы по отдельным показателям психических состояния, что позволит на раннем этапе выявить и попытаться исправить причины их появления.

Таким образом, следует периодически проводить подобные обследования, с целью недопущения развития у людей психических патологий. А утверждение о том, что «когда у человека болит зуб он идет к дантисту, а когда болит душа – за водкой» нужно оставить в прошлом.

**Резюме.**

Данная курсовая работа состоит из 2-х глав. В первой главе, состоящей из 3-х параграфов, были рассмотрены теоретические основы исследуемой проблемы. Рассмотрению подверглись следующие проблемы:

* история развития изучения психических состояний;
* структура психических состояний;
* взаимосвязь психических состояний и психических свойств.

 Вторая глава содержит 4 параграфа, в которых дана небольшая часть теории об исследуемых психических состояниях, и причинах отклонений от нормы по отдельным показателям.

Установлено, что у большинства обследуемых отклонения от нормы по всем показателям незначительны.

У некоторых обследуемых наблюдался высокий уровень тревоги, который, как правило, был связан либо с проблемами личного характера, либо с проблемами в учебе.

Депрессивные состояния у обследуемых не наблюдались.

Большинство опрошенных имеет низкий уровень субъективного ощущения одиночества.

**Список использованной литературы.**

1. Варфоломеева О. В. Основы психологии учебной деятельности: Учебное пособие. – Симферополь: Таврия, 1999.
2. Психические состояния / Под ред. А.А. Крылова. Л., 1980.
3. Шихирев П.Н. Современная социальная психология США. М., 1979.
4. Андреева Г. М. Социальная психология. – М., 1988.
5. Суходольский Г.В. Основы психологической теории деятельности. Л., 1988.
6. Прохоров А.О. Словарь-тезаурус психический состояний человека. СПб., 1992.
7. Мельников В.М., Ямпольский Л.Т. Введение в экспериментальную психологию личности. М., 1985.
8. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека. М., 1964.
9. Грановская Р.М. Элементы практической психологии. Л., 1988.
10. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психологической диагностике. Киев, 1989.
11. Психология. Словарь. Под. Ред. – А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. М., 1990.