Введение

Ещё в древней философии осознано, что многие беды человеческой психологии исходят из диалектики чувств и разума. Однако тогда всерьёз рассуждали, что одно начало лучше другого, и даже создавали соответствующие императивы. Целые исторические эпохи определяли свое содержание отношением к этому вопросу. Тем не менее, контролирующее и чувствующее начала могут существовать конфликтно, но при господстве одного мы всегда обнаружим присутственное влияние другого. Глубокое понимание этого, преодолевая дуалистическую традицию противопоставления, ставит вопрос о гармонии человеческого развития.

Становление эмоционально-когнитивных связей

Построение модели психологического здоровья наталкивается на методологические трудности. Даже определение его легче поддается средствам негативной терминологии, например, мы можем вывести, что условием психологического здоровья будет отсутствие внутриличностных барьеров к самоосуществлению. В противном случае в определениях обозначается некий онтологический идеал.

Сложность заключается в том, что сущностные свойства человека, возможность реализовать которые и считается психологическим здоровьем, в своих истоках принадлежат глубинам человеческой души, поэтому их осуществление сопряжено со многими препятствиями. Этим, собственно, и обусловлено существование континуума «подавленность-проявленность» индивидуального существа. Каждая личная психология - точка на этом континууме, а две полярности его - нарушенность ⁄ гармоничность эмоционально-когнитивных связей.

В области нормальной психологии всегда можно заметить более или менее успешное функционирование механизмов собирания и поддержания целостного образа себя. Согласно К. Юнгу, в случае диссонансных переживаний, переживания внутреннего кризиса или столкновения со сложной жизненной ситуацией, личность архетипически предрасположена к расширению своего сознания, что означает ассимиляцию как накопленного, но не осознанного, жизненного опыта, так и содержания коллективного бессознательного. Для осуществления подобной ассимиляции формируется особая функция эго - трансцендентная. Она делает возможным погрузиться в личное и часть коллективного бессознательного, что приближает личность к самости. Всё это проходит в форме диалога с самим собой и приводит к серии инсайтов. Однако часто оказывается так, что за актуализацией в подобных ситуациях интровертированной установки, не следует действительного самоанализа. В отдельных случаях это оказывается вредным, и на обыденном уровне человеку рекомендуют отвлечься, не задумываться и т.п.

С одной стороны, нормальному функционированию данных механизмов может препятствовать содержание индивидуального бессознательного, а с другой ― несформированность эмоционально-когнитивных связей, когда, фигурально выражаясь, человек просто не привык обращаться к своему чувственному опыту. Проблема формирования указанных связей и является предметом нашего внимания.

Прежде всего, мы исходим из представления К. Юнга о синтезирующей деятельности архетипа самости. Совершенно очевидно, с одной стороны, что она осуществляется в тесном взаимодействии эмоций и когниций, но в то же время, самость существует гораздо раньше личного эмоционального опыта и складывания индивидуальной ментальности. Отсюда легко предположить, что становление эмоционально-когнитивных связей с самого начала проходит в соответствии с функциональным назначением архетипа самости. Однако это означает не более чем операционализацию архетипически заданных механизмов личности, поиск средств для их работы, подобно тому, как подавленная энергия инстинкта находит каналы высвобождения, делая их привычными для человека. Формулировка «Самость и становление эмоционально-когнитивных связей» подразумевает именно такое отношение к проблеме.

Особый интерес представляет ранний онтогенез человека, когда происходит закладка многих механизмов личности. Одним из таких механизмов функционирования личности как раз и является связь аффекта и интеллекта ― важнейшего новообразования при переходе от раннего детства к дошкольному. Оно заключается в возникновении образов и представлений, обладающих побудительной силой. До этого активность ребенка обусловливается исключительно его аффективностью. Однако, появление связи аффекта и интеллекта, конечно, не значит, что прежде две сферы психики находились в абсолютном параллелизме друг к другу: примесь когнитивного элемента можно усмотреть и в структуре аффективно окрашенного образа младенца.

Известна роль взрослого для формирования у младенца базового чувства доверия (Э. Эриксон), положительного эмоционального мироощущения (Кулагина И.Ю.). Наличие врожденной способности к контакту (априори: социальному взаимодействию) со взрослым (Рыбалко Е.Ф., Годовикова Д.Б., Крайг Г. и др.) делает возможным использовать его как адаптационный ресурс. Напомним, что К. Юнг рассматривал психический аппарат и его трехслойную структуру, как результирующую функции приспособления (см. «Приспособительная функция души», «Земная обусловленность души»). Первичная самость, данная в телесных ощущениях, очевидно, испытывает чрезмерное давление окружающей среды, поскольку малейший физический дискомфорт вызывает бурю эмоциональных реакций. В этот период, как представляется, психика ребенка испытывает дефицит средств приспособления, и в дальнейшем, по мере развития коры головного мозга, а соответственно и ресурсов адаптации, использует их как «восполняющую компенсацию». Примечательно, но человек на протяжении всей жизни, с позиции настоящего возраста, сетует на недостаток мудрости в прошлом, и как будто компенсаторно пытается их исправить.

Роль рефлексии в психических практиках Востока

Одним из эффективных, но недостаточно изученных ресурсов человеческой психики является рефлексия, которая служит важным механизмом творчества и самосовершенствования. В западноевропейской культуре сложилась восходящая к Платону и Аристотелю рационалистическая традиция трактовки рефлексии как самопознания (Р.Декарт), самонаблюдения (Дж.Локк), которые направлены на осознание собственного мышления (Дж.Дьюи), оснований внешне направленного поведения и социальной деятельности (Н.Г.Алексеев, Г.П.Щедровицкий). согласно И.Н.Семенову эта интеллектуально-рационалистическая рефлексия функционирует во взаимодействии с личностно-экзистенциальной рефлексией, включающей подсознательные резервы психики.

На Востоке (Индия, Китай) рефлексия, в ее неявной форме, искони являлась частью культуры и во многом оказывала организующее влияние на мир внутренней жизни человека. В философии и психологии Востока традиционно изучается многообразие психической саморегуляции жизни человека, включая ее подспудные резервы, в т.ч. как рациональную, так и иррациональную рефлексию.

В связи с этим предметом нашего изучения рефлексии в трактовках Восточной культуры Древней Индии и Китая является выделение из духовной практики психологических процессов рефлексивно-экзистенциального анализа индивидуальности и личности субъекта, произвольно рефлексирующего динамику своего сознания для развития собственного «Я».

В качестве теоретической базы были использованы работы ряда направлений рефлексивного человекознания и рефлексивно-гуманитарной психологии.

Рефлексивный анализ человеком собственного нравственно-психологического состояния есть начальная ступень всей практики морального и психического самосовершенствования. Речь идет о рефлексии, как об обязательной самоорганизующей практике, направленной на саморазвитие. Такая практика рефлексирования позволяет включить управляемое, произвольное осознание самых темных сторон собственной психики, с целью выявить подспудные, тайные влечения и переструктурировать свою психику в соответствии с тем, что удалось осознать благодаря рефлексии.

В индуизме идет речь о процессе осознания человеком собственного «Я» в контексте бытия, или в терминологии рефлексивной психологии – о духовной и экзистенциальной рефлексии. В индуисткой традиции при трактовке человеческого существования часто акцентируется система взаимоотношений между «Я» и «сверхдушой». При этом осознанность бытия выступает как способ самосовершенствования. Механизмом совершенствования является рефлексия.

В Китае были разработаны самые разнообразные и весьма эффективные методы осознанной, целенаправленной и систематической регуляции различных психических процессов управления нервно-психической деятельностью человека. Эти рефлексивные техники позволяли достаточно радикально изменять, переструктурировать исходные психические структуры (т.е. структуры, сложившиеся в процессе социализации человека до применения специальных методов, выработанных в русле данной традиции).

Историческая взаимосвязь образа мира и психического состояния

На современном этапе развития идей общей психологии перед исследователями области психологии психического состояния с одной стороны и психологии сознания, субъективной семантики с другой, встали следующие проблемы:

Моделирование субъективного мира человека в его актуальном развитии и функционировании.

Установление существующих связей между сознанием и состоянием, в частности влияние субъективного опыта на пространственно – временную организацию психического состояния.

Принимая во внимание поставленные проблемы, логичным является исследование взаимосвязи Образа мира и Психического состояния. Изучив все имеющиеся на данный момент концепции и разработки понятия Образа мира, мы дали следующее рабочее определение этой категории.

Образ мира – это интегральная система значений человека, которая является индивидуализированной культурно - исторической основой восприятия. Образ мира не приписывается миру субъективно, это наполнение образа реальности значениями, и, тем самым, построение его.

Образ мира детерминируется образом жизни (системой деятельностей) представляя собой в актуальный момент времени план внутренней деятельности, а также субъективную прогностическую модель будущего. В отрезке текущего времени Образ мира представляет собой картину мира, «наше состояние» (по А.Н. Леонтьеву), благодаря которому и происходит актуализация определенных участков Образа мира, их изменение вследствие регуляции состояния и вписывание изменений в картину мира, тем самым трансформация её.

В последних исследованиях Прохорова А.О. рассмотрен аспект влияния смысловых структур сознания на Психическое состояние. В свою очередь открытым и почти неразрешенным остается вопрос о влиянии состояния на смысловую организацию сознания, что является дальнейшим шагом системного изучения данных категорий.

Данная работа посвящена теоретическому обоснованию предложенного ниже механизма взаимовлияния Образа мира и психического состояния, постановке конкретных гипотез для экспериментального подтверждения. Рассмотрим одну из теоретически возможных моделей.

Начнем сначала. Итак, что является основополагающим фактором поведения человека? Конечно же, его потребности: потребность в безопасности, как физической так и психической, потребность в уважении, принятии, самоактуализации и т.д. по Маслоу. Как мы понимаем то, что чего-то не хватает? Нам становиться некомфортно, т.е. мы испытываем определенное состояние, обычно негативно окрашенное, и возникает непреодолимое желание его изменить - регулировать. Как? Используя существующие возможности окружающей среды – то есть мы выделяем необходимые для удовлетворения потребности аспекты реальности. Состояние сработало как фильтр воспринимаемых объектов, индикатор и пусковой механизм удовлетворения потребности на уровне перцептивного мира (первый слой образа мира по Артемьевой).

Возникает Ситуация. Ситуация – это не весь объективный мир, а лишь та его часть, которая отражается субъектом на фоне его актуальной потребности. (Прохоров А.О.) Имеющаяся ситуация действительности преломляясь через ТХЛ свойства, смысловые структуры сознания, получает смысл, формирует определенное отношение к ней. Происходит добавление информации о возникшей потребности в существующее текущее состояние, представляющее собой значимую картину мира (второй слой образа мира по Артемьевой). В картине мира, выступающей также как внутренний план действий, происходит построение образа цели, которая достигается в деятельности благодаря возникшему в результате некоторой регуляции функциональному состоянию.

Испытывая функциональное состояние, если мы касаемся Образа мира профессионала, можно говорить о формировании ПВК вследствие частого и длительного переживания состояний, в которых осуществляемая деятельность протекает максимально эффективно. Состояние формирует это свойство, а свойство в свою очередь «ищет» те места реальности, в которых может проявиться, а это уже Образ жизни.

На этом этапе у Психического состояния возникает следующая роль – изменение актуализировавшихся структур. В новейших исследованиях установлено, что психические состояния оказывают регуляторное воздействие на смысловые структуры. Здесь мы касаемся вопроса о построении психологического строя личности.

Все уровни модели пронизывают глубинные структуры Образа мира – мотивационно-потребностная и ценностная сферы. Исходя из проведенных ранее исследований, Психические состояния влияют на изменения смысловой системы, формирование новых ведущих ценностей. В свою очередь процесс саморегуляции является безрезультатным в случае отсутствия ядерных структур Образа мира (соответствующей мотивации и личностного смысла).

Вторая гипотеза, требующая доказательства звучит следующим образом: Благодаря состояниям Образ мира сознания человека проявляется в его Образе жизни. По словам Серкина В.П.: «Субъективные системы значений детерминированы иерархиями мотивов, которые, в свою очередь, выявляются через описание образов жизни. Образ жизни человека определяется его эмоциональным состоянием.» В этом контексте эмоциональное переживание является полным интегратором целостности субъекта, не только выявляя отношения мотива к цели отдельной деятельности, но выявляя отношения между образом жизни и образом мира, между всей иерархией мотивов и ситуацией их достижения (образом жизни).

Выдвинутые выше предположения открывают пути дальнейшего исследования данных категорий и требуют экспериментальной проверки и обоснования следующих гипотез:

Актуализация структур Образа мира, их изменение и усложнение происходит благодаря психическим состояниям.

Связующим звеном между Образом мира и Образом жизни является психическое состояние.

Заключение

Методологической основой исследования являются принцип единства сознания и деятельности, субъектности, системный подход, психологическая теория деятельности, крнцепция психических состояний (Прохоров А.О.). Разработка методических средств исследования основывается на понятийном аппарате психологической теории деятельности, системных описаний в психологии и психосемантических исследований. Именно развитие когнитивной сферы, включаясь в эмоциональные переживания близости с матерью, расширяет адаптационные возможности ребенка. На наш взгляд, первичный контакт когнитивного и эмоционального происходит под компенсаторным влиянием функционального поля центрального архетипа.

Список литературы

1. Анцыферова Л.И. Архетипическая теория развития личности К.Г.Юнга ⁄⁄ Психологический журнал, 2008, том 21, № 3.
2. Дух в человеке, искусстве и литературе ⁄ К.Г.Юнг. – Мн.: ООО «Харвест», 2003.
3. Абаев Н.В. Чань-буддизм и культура психической деятельности в средневековом Китае // Бурятский институт общественных наук СО АН СССР Издательство "Наука". Новосибирск, 2007.
4. Гримак Л.П. Резервы человеческой психики. Введение в психологию активности. М.Политиздат 2007.
5. Комаровский Я. Природа сознания и процесс восприятия в буддийском мировоззрении. М.Шечен. 2005.
6. Петренко В.Ф. Основы психосемантики: Учеб. пособие. -М: Изд-во Моск. ун-та, 2009.
7. Прохоров А.О. Семантические пространства психических состояний. – Дубна: Феникс+, 2007.
8. Серкин В.П. «Образ мира и Образ жизни»: Моногрфия. –Магадан: Изд-во СМУ, 2005.