

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2023. Т. 29, № 4. С. 37–47. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2023, vol. 29, № 4, pp. 37–47.

ISSN 2073-1426

Научная статья

УДК 159.93

EDN SXIIМО

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-4-37-47>

ОПРОСНИК «СИТУАЦИОННЫЕ ФАКТОРЫ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ»

Макарчева Анастасия Владимировна, Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань, Россия, fdrv_anastasia@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0003-1221-6992>

Аннотация. В данной статье описан процесс создания диагностического инструментария, направленный на оценку степени влияния внутренних и внешних факторов, а также ключевых параметров, входящих в них, на изменение психического состояния человека. Подробно рассмотрены основные этапы создания и модификации опросника. Приводятся основные психометрические показатели опросника: результаты конвергентной и конструктивной валидности, оценка внутренней согласованности опросника и надежности. В апробации опросника приняли участие 520 респондентов, преимущественно студенты, средний возраст которых составил 23 года. На первом этапе создания опросника выборка составила 105 человек, на втором – 137, на третьем – 278. Психометрические свойства опросника «Ситуационные факторы психических состояний» позволяют использовать его для оценки степени влияния внутренних и внешних факторов, ключевых параметров, входящих в них, на изменение актуального психического состояния человека. Практическая значимость заключается в том, что на основе проведенного феноменологического исследования был разработан авторский опросник «Ситуационные факторы психических состояний», который может дополнить объективную картину исследования психических состояний человека, его индивидуальных особенностей личности, а также степень влияния различных факторов на изменение состояния. Результаты свидетельствуют о том, что данный опросник является удобным в применении психодиагностическим инструментом, не требующим длительного времени на заполнение, обработку, и обладает нужными психометрическими характеристиками.

Ключевые слова: психическое состояние, внутренний фактор, внешний фактор, ситуация жизнедеятельности, валидность, надежность.

Для цитирования: Макарчева А.В. Опросник «Ситуационные факторы психических состояний» // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2023. Т. 29, № 4. С. 37–47. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-4-37-47>

Research Article

SITUATIONAL FACTORS OF MENTAL STATES QUESTIONNAIRE

Anastasia V. Makarcheva, Kazan (Volga) Federal University, Kazan, Russia, fdrv_anastasia@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0003-1221-6992>

Abstract. This article describes the process of creating diagnostic tools aimed at assessing the degree of influence of internal and external factors, as well as key parameters included in them, on the change in a person's mental state. The main stages of the questionnaire creation and modification are described in detail. The main psychometric indicators of the questionnaire are given: results of convergent and constructive validity, assessment of the internal consistency of the questionnaire and reliability. 520 respondents took part in the testing of the questionnaire, mainly students, whose average age was 23 years. At the first stage of the questionnaire, the sample was 105 people, at the second – 137, at the third stage – 278. The psychometric properties of the questionnaire "Situational factors of mental states" make it possible to use it to assess the degree of influence of internal and external factors, key parameters included in them, on the change in the current mental state of a person. The practical guilt lies in the fact that on the basis of the conducted phenomenological research, the author's questionnaire "Situational factors of medical conditions" was developed, which can complement the objective picture of the study of a person's biological conditions, his personality characteristics, as well as the level of various factors of the human condition on changes in condition. The results indicate that this questionnaire is a convenient psychodiagnostic tool, does not require long time to fill out, process and has the necessary psychometric characteristics.

Keywords: mental state, internal factor, external factor, vital activity situation, validity, reliability.

For citation: Makarcheva A.V. Questionnaire "Situational Factors of Mental States". Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2023, vol. 29, No. 4, pp. 37–47. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-4-37-47>

Фундаментальной предпосылкой изучения психических состояний является их сложность, многомерность, иерархичность и многокомпонентность. Известно, что исследовать психические состояния достаточно сложно из-за разнообразия терминологической базы, трудности определения точки перехода одного состояния в другое, учета детерминант и механизмов возникновения психического состояния. Помимо этого, актуальной научно-практической проблемой является поиск и необходимость выбора подходящего диагностического инструментария для всестороннего изучения психических состояний человека.

В настоящее время в оборот психологических исследований введено огромное количество методик, специализированных на рассмотрении психического состояния человека. Условно шкалы данных методик можно классифицировать на следующие категории:

- по оценке степени выраженности психического состояния (методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко, методика «Рельеф психического состояния личности» А.О. Прохорова [Прохоров: 176], методика диагностики доминирующего психического состояния «Доминирующее состояние» (ДС) Л.В. Куликова [Куликов: 228] и др.);
- степень проявлений психических состояний в деятельности (тест школьной тревожности Б. Филлипса [Прохоров: 176], методика «Экспресс-диагностика стрессогенных факторов в деятельности руководителя» И. Ладанова, В. Уразаевой [Бодров: 350] и др.);
- оценка психического состояния в ситуациях жизнедеятельности («Оценка психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфорта» Н.А. Курганского, Т.А. Немчина, «Тест Люшера» [Прохоров: 176] и др.).

Однако одной из насущных диагностических задач является определение детерминант возникновения психического состояния человека. Поэтому весьма актуальной является разработка психодиагностического опросника, который оценивает степень влияния отдельных факторов (как ситуационных, так и личностных) на психическое состояние человека, а также отвечает всем психометрическим характеристикам.

Понятие, в котором наиболее полно раскрывается многообразие внешних и внутренних причин, актуализирующее психическое состояние человека, – «ситуация». Ситуацию следует рассматривать как совокупность определенных элементов (событий, условий, обстоятельств и т. д.), которые оказывают обуславливающее, корректирующее и стимулирующее воздействие на субъекта, то есть детерминируют его активность. При этом в контексте проблемы психических состояний ситуацию следует рассматривать как сложно организованный субъективный образ объективной действительности. Именно во взаимодействии лично-

сти с ситуациями жизнедеятельности необходимо искать причину возникновения разнообразных психических состояний [Психология состояния: 624].

По мнению А.О. Прохорова, детерминанты психического состояния человека можно разделить на внешние и внутренние. Внешними детерминантами психических состояний будут являться: ситуация, условия среды (пространство культуры, образ жизни, временные факторы и социальная среда и др.), внутренними – личностные особенности (к примеру, прошлый опыт субъекта, репрезентации, рефлексия, переживания, смысловые структуры, ментальный (субъективный) опыт), опосредующие восприятие и воздействие внешних средовых условий. Внешние детерминанты, преломляясь через внутренние, актуализируют соответствующее психическое состояние, что подчиняется принципу детерминизма. Данное предположение позволяет объяснить различие состояний у разных людей при воздействии одного и того же фактора [Психология состояния: 624, Прохоров: 38–48, 8–22].

Л.С. Куликов утверждал, что в актуальных психических состояниях человека отражается взаимодействие субъекта и ситуации. Анализируя структуру психического состояния, автор указывает на то, что в них есть ситуативная и транситуативная составляющие. Определенные события или условия текущей ситуации жизнедеятельности могут в значительной степени определять многие параметры актуального психического состояния. Автор выделяет следующие детерминанты психических состояний:

- осознанные и неосознанные потребности, желания, стремления человека;
- возможности человека (проявившиеся и скрытые потенциалы личности, физический тонус и ресурсы организма);
- условия среды (объективное воздействие и субъективное восприятие текущей ситуации) [Куликов: 228].

К.В. Карпинский отмечает, что динамичные состояния (переживания) личности соотносятся с образом человека как детерминированного существа, поведение которого жестко регулируется внешними и внутренними условиями. В качестве внутренних условий выступают, во-первых, личностные установки и черты, которые обнаруживают временную стабильность и ситуационную инвариантность; во-вторых, психические состояния, которые возникают как внутренняя реакция на воздействие внешних обстоятельств. В психической регуляции поведения личностные аттитюды, диспозиции и состояния действуют подобно автоматическим механизмам, которые непроизвольно активируются и неконтролируемо срабатывают в определенных ситуациях. В итоге человек функционирует в режиме аттитюдиналь-

ной (установочной) и диспозициональной (характерологической) регуляции, оказывается зависимым как от внешних стимулов, так и от внутренних импульсов и предрасположенностей [Карпинский, Колышко: 398].

Зарубежные исследователи (Женестьева Больё-Пеллетье, Марк-Андре Бушар, Фредерик Л. Филипп), изучая психические состояния человека, разработали модель психических состояний (Mental States Task (MST)), основываясь на понятии ментализации. Ментализация относится к процессу мысленной репрезентации, проработки и интерпретации собственного и чужого ментального содержания (психических состояний, убеждений, мотивов, эмоций, желаний, потребностей и др.), помогая сформировать субъективный опыт в условиях разных ситуаций жизнедеятельности [Genevieve Beaulieu-Pelletier, Marc-Andre Bouchard, Frederick L. Philippe].

Согласно модели ментальных состояний, разные качества ментализации определяются различиями в представлениях о состоянии человека, то есть его отношением к собственному и чужому субъективному опыту на данный момент времени, «здесь и сейчас». Данные репрезентации позволяют лучше осознавать свое психическое состояние и понимать состояние других людей в определенных ситуациях жизнедеятельности. Считается, что возникшая ситуация запускает определенные кластеры ментальных репрезентаций, которые активируются в памяти, а также активируются связанные с ними аффективные компоненты. Эти активированные психические представления различаются по степени своей проработанности (т. е. большим или малым количеством представлений и ассоциаций). Предполагается, что качество психических состояний зависит от регистра психических представлений, идущих от сигналов тела, окружающей среды и системы модуляторов. Эти два процесса – представление/обработка и открытость/модуляция. Первый психический процесс в значительной степени отвечает за автоматическую активацию психических представлений и связанных с ними аффективных компонентов, в то время как другой, вторичный, процесс модулирует уровень их активности. Взаимодействие между этими двумя процессами может приводить к актуализации различных психических состояний в диапазоне от низкого до высокого качества психического состояния. В данную модель были включены следующие категории: конкретное мышление, уровни психической защиты (низкий, средний, высокий), объективное мышление, рациональное мышление и рефлексивное мышление. Следовательно, психические состояния являются результатом различных психологических процессов и отражают психическую организацию человека по отношению

к ситуации, с которой он сталкивается [Genevieve Beaulieu-Pelletier, Marc-Andre Bouchard, Frederick L. Philippe].

Анализ литературы показывает, что отечественные и зарубежные исследователи делают акцент на рассмотрении психического состояния с позиции системного подхода, акцентируя внимание на структурные особенности психического состояния и их влияние на эффективность жизнедеятельности человека.

Данные теоретические представления легли в основу идеи создания опросника, где, следуя принципу системности, предпринята попытка охватить спектр разноплановых и разноуровневых факторов (личностных, средовых, ситуативных и др.), которые могут оказывать влияние на динамику психического состояния в той или иной степени значимости, в разных ситуациях жизнедеятельности. В основу методики легла идея создания двух блоков, которые в той или иной мере влияют на динамику психических состояний человека: внутренний блок, отражающий эмоциональные, когнитивные, физиологические, ценностные аспекты, и внешний, отражающий ситуативное, средовое влияние.

Цель данной статьи – изучение ключевых факторов, влияющих на динамику психического состояния человека, и построение компактного опросника «Ситуационные факторы психических состояний», который достигает наибольшей валидности и надежности. Этим была продиктована общая стратегия психометрической разработки опросника, которая включала в себя следующие этапы:

1. Выявить основные параметры, влияющие на изменение психического состояния человека и сгруппировать их по степени схожести.
2. Провести пилотажную апробацию опросника и первичные расчеты психометрических данных.
3. На основе эмпирического исследования произвести модификацию опросника и подтвердить психометрические характеристики.

Практическая значимость заключается в возможности при использовании данного опросника выявить ключевые факторы и параметры, влияющие на изменение психических состояний человека в конкретной ситуации жизнедеятельности. Также данный опросник будет полезным в практическом аспекте – при составлении психокоррекционной программы.

Разработка опросника. Отправным пунктом разработки пилотажной версии опросника стал письменный опрос респондентов, направленный на выявление распространенных факторов (внутренних и внешних), которые, по их мнению, влияют на изменение актуального психического состояния. Респондентам предлагалось ответить в свободной форме на два вопроса:

1. Какие внутренние факторы: эмоции, мысли, физиологические и другие реакции – влияют на изменение вашего состояния?

2. Какие внешние факторы: ситуации, деятельность, социальные и другие факторы – влияют на изменение вашего состояния?

В выборку вошли 105 респондентов, все студенты. Средний возраст респондентов составил 23 года.

Собранные данные подвергались контент-аналитической обработке, таксономическому и частотно-му анализу.

На основании полученных результатов был сформирован список, состоящий из более 130 параметров (которые и составляют основной текст опросника), которые были сгруппированы в 10 блоков и разделены на две категории.

Также, поскольку каждый описанный респондентами фактор имеет субъективную смысловую нагрузку, было разработано описание параметров для более удобной категоризации. Так как каждое событие имеет семантическое наполнение, они были выделены в отдельные блоки с опорой на авторское понимание параметров и в контексте цели заданного исследования. Таким образом, были получены следующие результаты (табл. 1).

Следовательно, в первую версию опросника вошли два главных раздела: внутренние факторы (включены внутренние процессы: ощущения, чувства, ценности человека и др.) и внешние факторы (включены значимые внешние обстоятельства, внешнее воздействие и т. д.).

В конечном итоге был разработан бланк опросника «Факторы психических состояний человека», включающий в себя две основные категории с ключевыми параметрами, входящими в них [Прохоров, Макарьева: 266–277].

Согласно прилагаемой инструкции, респондент должен выразить свое личное мнение по поводу влияния каждого пункта на изменение психического состояния с помощью градуальной, вербально-числовой шкалы ответов, где: 0 – абсолютно не влияет, 1 – не влияет, 2 – скорее не влияет, 3 – умеренно влияет, 4 – влияет, 5 – влияет в высшей степени.

Оценку степени значимости предлагается производить на примере шкалы Р. Ликерта (модель рейтинговой шкалы), которая предполагает количественный ответ. При конвертации номера ответа в шкальную оценку за каждый пункт испытуемый набирает от 0 до 5 баллов. Конвертация номера ответа в «сырые» баллы идентична.

Для оценки содержательной валидности данный опросник был подвергнут экспертной оценке. В оценивании опросника принимали участие три эксперта с научной степенью по специальности психология, все – преподаватели Казанского федерального университета. Таким образом, можно сказать, что методика содержательно валидна для оценки и выявления групп факторов, влияющих на изменение психического состояния человека.

На втором этапе разработки опросника «Факторы психических состояний человека» для проверки психометрических характеристик было прове-

Таблица 1

Результаты первого этапа разработки текста опросника

Внутренние факторы	Пример	Внешние факторы	Пример
Эмоции и чувства	Возмущение, радость, страх и др.	Социальное взаимодействие	Конфликты с близкими людьми, изоляция и т. д.
Телесные проявления	Болезнь, голод, жажда и т. д.	Ситуации жизнедеятельности	Публичное выступление, неожиданные новости и т. д.
Интеллектуальные характеристики	Воспоминание, негативные мысли и др.	Природный фактор	Дожливая погода, жара, холод и др.
Значимые обстоятельства	Собственное здоровье, наличие семьи, детей и т. д.	Действие и поведение	Занятие любимым делом, изучение нового и др.
		Деятельность	Творчество, путешествие и др.

Таблица 2

Значение анализа надёжности α -Кронбаха

Фактор	Значение α
Внутренние факторы	0,92
Внешние факторы	0,94
Общий показатель по опроснику	0,9

Примечание. Значение выше 0,7 говорит о надёжности результатов измерения и внутренней согласованности опросника [Наследов: 416].

дено эмпирическое исследование. На данном этапе в выборку вошли 137 респондентов в возрасте от 20 до 45 лет ($\bar{X}^1 = 30$ лет) (символом « \bar{X} » здесь и далее обозначается среднее значение).

Для подтверждения валидности опросника был выполнен анализ надёжности, используя коэффициент α -Кронбаха (табл. 2) и корреляционный анализ Пирсона, для определения конструктивной валидности.

Из таблицы 2 видно, что опросник обладает достаточно высокими показателями внутренней согласованности (коэффициент α -Кронбаха по внутренним факторам составил: $\alpha = 0,92$; по внешним факторам: $\alpha = 0,94$). Данные свидетельствуют о высокой надёжности и согласованности представленных факторов опросника.

Конструктивная валидность проверялась путем интеркорреляционного анализа (коэффициент корреляции Пирсона).

Данные корреляционного анализа показали результаты на уровне значимости $p = 0,05$ и $p = 0,01$ как внутри пунктов одного блока, так и между параметрами, входящими в разные блоки. Это говорит

о внутренней согласованности представленных параметров и их общей направленности на измерение заданного объекта (табл. 3).

Таким образом, полученные результаты свидетельствуют о наличии конструктивной валидности, а также надёжности и внутренней согласованности опросника. Опросник «Факторы психических состояний человека» на данном этапе и в данной версии демонстрирует оптимальные психометрические характеристики. Опросник можно использовать при комплексном изучении психических состояний человека: степени влияния отдельных факторов на динамику состояния, рассмотрение их механизмов возникновения и т. д.

На третьем этапе с целью повышения валидности и надёжности, а также компактности опросника было проведено дополнительное эмпирическое исследование. Его основная задача состояла в проверке валидности опросника, выявлении работающих и не работающих пунктов и подготовки в конечном итоге версии опросника «Ситуационные факторы психических состояний», обладающей хорошей валидностью и высокой согласованностью шкал.

Таблица 3

Примеры значений показателей конструктивной валидности

Фактор	Параметр	1	2	3	4	5	6
Внутренние факторы	Раздражение	0,311**	0,246**	0,156	0,156	0,321**	0,321**
	Возмущение	0,427**	0,273**	0,274**	0,274**	0,371**	0,371**
	Гнев	0,312**	0,190*	0,262**	0,262**	0,362**	0,362**
	Грусть	0,361**	0,218*	0,196*	0,196*	0,152	0,152
	Тревога	0,405**	0,271**	0,375**	0,375**	0,203*	0,203*
	Злость	1	0,190*	0,309**	0,309**	0,389**	0,389**
	Боль, болезненные ощущения	0,274**	0,205*	0,382**	0,382**	0,170	0,170
	Сексуальное напряжение	0,328**	0,195*	0,169	0,169	0,178*	0,178*
Воспоминания	0,180*	0,201*	0,280**	0,280**	0,186*	0,186*	
Внешние факторы	Неизвестность, неопределенность	0,190*	1	0,381**	0,381**	0,279**	0,279**
	Самоотношение	0,308**	0,300**	0,293**	0,293**	0,291**	0,291**
	Позитивные мысли	0,343**	0,203*	0,253**	0,253**	0,252**	0,252**
	Борьба мотивов	0,335**	0,388**	0,330**	0,330**	0,344**	0,344**
	Жизненная стабильность	0,324**	0,318**	0,410**	0,410**	0,228**	0,228**
	Самореализация	0,210*	0,250**	0,427**	0,427**	0,323**	0,323**
	Саморазвитие	0,285**	0,294**	0,259**	0,259**	0,307**	0,307**
	Изоляция, игнорирование, бойкот	0,129	0,193*	0,352**	0,352**	0,304**	0,304**
	Предательство	0,382**	0,251**	0,357**	0,357**	0,304**	0,304**
	Ласковое, нежное поведение	0,224*	0,213*	0,474**	0,474**	0,424**	0,424**
	Неожиданные новости	0,376**	0,207*	0,446**	0,446**	0,418**	0,418**
	Быстрая смена условий деятельности	0,313**	0,284**	0,575**	0,575**	0,460**	0,460**
	Смена погодных условий	0,329**	0,341**	0,243**	0,243**	0,333**	0,333**
	Смена светового режима	0,168	0,233**	0,173*	0,173*	0,258**	0,258**
Финансовые расходы	0,220*	0,295**	0,162	0,162	0,367**	0,367**	

Примечание. 1 – показатель «Злость», 2 – показатель «Неизвестность (неопределенность)», 3 – показатель «Взаимоотношения с близкими людьми», 4 – показатель «Ситуация неопределенности, неожиданности», 5 – показатель «Привычки», 6 – показатель «Долженствование, поручение важной работы».

Результаты факторного анализа параметров, входящих в блок «Внутренние факторы»

Фактор 1	Вес	Фактор 2	Вес	Фактор 3	Вес	Фактор 4	Вес
Финансовая стабильность	0,818	Гнев	0,713	Позитивные мысли	0,672	Утомление	0,636
Жизненная стабильность	0,804	Злость	0,703	Радость	0,618	Сонливость	0,555
Самореализация	0,803	Тревога	0,672	Влюбленность	0,618	Голод	0,544
Саморазвитие	0,768	Грусть	0,671	Счастье	0,613	Боль, болезненные ощущения	0,543
Семейное благополучие	0,758	Страх	0,650	Наслаждение	0,598	Истощение	0,526
Самовоспитание	0,666	Раздражение	0,647	Любовь	0,591	Сосредоточенность	0,525
Здоровье родных и близких	0,660	Подавленность	0,599	Воодушевление	0,565	Боль неясного происхождения	0,519
Наличие близкого человека	0,644	Тоска	0,576	Мобилизация организма	0,559	Жажда	0,517
Наличие семьи, детей	0,602	Возмущение	0,558	Осознанность	0,550		
Собственное здоровье	0,549	Волнение	0,552	Самоотношение	0,525		
				Самоконтроль	0,505		

На данном этапе в выборку вошли 278 респондентов, средний возраст которых составил 21 год, преимущественно студенты. Попутно вместе с опросником респондентам предъявлялись методики, в последующем выполнявшие функцию критериев конвергентной валидности.

Был осуществлен факторный анализ опросника, исключение пунктов с низкими значениями по факторам, после чего повторно проведен анализ надежности коэффициента α -Кронбаха и корреляционный анализ Пирсона для подтверждения конструктивной и конвергентной валидности.

В результате проведенного факторного анализа (метод вращения: варимакс с нормализацией Кайзера) показатели, значения которых составляют ниже 0,5, приравнивались к незначимым и исключались из основного текста опросника по причине низкой надежности. Таким образом, было исключено более 30 пунктов, а сами параметры перегруппированы. Данные показателей представлены в таблицах 4 и 5.

Исходя из данных таблицы, в блоке «Внутренние факторы» были выделены следующие группы:

– первый фактор (10 пунктов), собственное значение = 10,234, индекс надежности по α -Кронбаха: $\alpha = 0,87$, был квалифицирован как «Стабильность жизнедеятельности»;

– второй фактор (10 пунктов), собственное значение = 5,916, индекс надежности по α -Кронбаха: $\alpha = 0,86$, был содержательно идентифицирован как «Эмоциональные переживания»;

– третий фактор (11 пунктов), собственное значение = 3,046, индекс надежности по α -Кронбаха:

$\alpha = 0,85$, получил название «Позитивное самоощущение»;

– четвертый фактор (8 пунктов), собственное значение = 2,492, индекс надежности по α -Кронбаха: $\alpha = 0,71$, был определен как «Телесность».

Исходя из данных таблицы, в блоке «Внешние факторы» были выделены следующие группы:

– первый фактор (20 пунктов), собственное значение = 17,869, индекс надежности по α -Кронбаха: $\alpha = 0,906$, был определен как «Социальное взаимодействие»;

– второй фактор (9 пунктов), собственное значение = 5,106, индекс надежности по α -Кронбаха: $\alpha = 0,87$, был квалифицирован как «Досуг»;

– третий фактор (5 пунктов), собственное значение = 3,758, индекс надежности по α -Кронбаха: $\alpha = 0,75$, был истолкован как «Действие и поведение»;

– четвертый фактор (9 пунктов), собственное значение = 3,230, индекс надежности по α -Кронбаха: $\alpha = 0,91$, получил название «Влияние природы»;

– пятый фактор (5 пунктов), собственное значение = 3,173, индекс надежности по α -Кронбаха: $\alpha = 0,76$, был назван «Внешнее воздействие»;

– шестой фактор (4 пункта), собственное значение = 2,698, индекс надежности по α -Кронбаха: $\alpha = 0,91$, был содержательно идентифицирован как «Поведение».

Данные исследования анализа надежности опросника, с помощью коэффициента α -Кронбаха, демонстрируют следующие значения (табл. 6).

Из таблицы видно, что опросник обладает достаточно высокими показателями внутренней согласованности. Общий показатель α -Кронбаха говорит

Таблица 5

Результаты факторного анализа параметров, входящих в блок «Внешние факторы»

Фактор 1	Вес	Фактор 2	Вес	Фактор 3	Вес	Фактор 4	Вес	Фактор 5	Вес	Фактор 6	Вес
Грубое отношение окружающих людей	0,650	Занятие спортом	0,772	Общение с близкими людьми	0,711	Отсутствие солнца	0,775	Отсутствие новой информации	0,645	Доброжелательность	0,693
Неодобрение значимых людей	0,647	Физическая активность	0,763	Взаимоотношения с близкими людьми	0,689	Смена погодных условий	0,774	Большой поток информации	0,572	Корректное поведение	0,665
Агрессивное поведение	0,611	Путешествие	0,683	Встречи с близкими людьми	0,667	Дождливая погода	0,728	Наличие неприятного шума	0,555	Вежливость	0,663
Отсутствие контроля над ситуацией	0,607	Осуществление задуманных планов	0,663	Комплимент	0,549	Смена времен года	0,722	Чистота помещения	0,533	Ласковое поведение	0,507
Ситуация ожидания	0,601	Посещение кинотеатров	0,659	Привычки	0,544	Смена температурного режима	0,708	Прикосновение чужих людей	0,510		
Срочное задание	0,599	Процесс создания новых вещей	0,644			Солнечная погода	0,684				
Конфликты с близкими людьми	0,592	Занятие любимым делом	0,613			Смена светового режима	0,634				
Негативная реакция окружающих	0,588	Творчество	0,579			Жара	0,568				
Проблема мобильных устройств	0,576	Участие в культ.-масс. мероприятиях	0,562			Холод, мороз	0,564				
Ошибки в работе	0,574										
Неожиданные новости	0,574										
Изоляция, игнорирование, бойкот	0,560										
Ситуация неопределенности	0,556										
Предательство	0,546										
Проблемы с транспортом	0,542										
Публичное выступление	0,531										
Быстрая смена условий деятельности	0,530										
Незаконные дела	0,526										
Финансовые расходы	0,524										
Обман	0,510										

Значение анализа надежности α -Кронбаха

Фактор	Значение α
Внутренние факторы	0,91
Внешние факторы	0,95
Общий показатель по опроснику	0,98

Примечание. Значение выше 0,7 говорит о надежности результатов измерения и внутренней согласованности опросника [Наследов: 416].

Результаты проверки конструктивной валидности опросника

Фактор	Параметр	Возмущение	Злость	Боль, болезненные ощущения	Финансовая стабильность	Агрессивное поведение	Конфликты с близкими людьми
Внутренние факторы	Радость	0,270*	0,107	0,161	0,230*	-0,214	0,112
	Страх	0,567**	0,279*	0,403**	0,127	0,187	0,324*
	Влюбленность	0,064	0,234*	-0,091	0,095	0,78	0,264*
	Тоска	0,381**	0,318*	0,341**	-0,076	0,231*	0,134
	Утомление	0,300*	0,141	0,520**	-0,061	-0,016	-0,010
	Боль, болезненные ощущения	0,430**	0,379**	1	0,225*	0,256*	0,278*
	Воспоминание	0,335*	0,419**	0,130	0,210	0,213	0,334*
	Позитивные мысли	0,037	0,139	0,0151	0,330*	0,155	0,188
	Семейное благополучие	0,450**	0,459**	-0,368**	0,569**	0,291*	0,500**
	Саморазвитие	0,061	0,320*	0,153	0,512**	0,011	0,413**
Внешние факторы	Агрессивное поведение	0,326*	0,518**	0,256*	0,198	1	0,464**
	Творчество	0,352**	0,320*	-0,013	0,212	0,286*	0,151
	Конфликты с близкими людьми	0,285*	0,298*	0,340**	0,447**	0,464**	1
	Проблема мобильных устройств	0,312*	0,238*	0,322*	0,363**	0,369**	0,118
	Ошибки в работе	0,372**	0,438**	0,156	0,400**	0,387**	0,307*
	Неожиданные новости	0,459**	0,371**	0,331*	0,121	0,392**	0,207
	Изоляция, игнорирование, бойкот	0,355**	0,343**	0,236*	-0,028	0,395**	0,220*
	Ситуация неопределенности	0,356**	0,374**	0,422**	0,348**	0,486**	0,303*
	Предательство	0,412**	0,487**	0,193	0,316*	0,396**	0,317*
	Проблемы с транспортом	0,312*	0,152	0,020	-0,097	0,055	0,012
	Публичное выступление	0,385**	0,325*	0,179	-0,076	0,254*	0,099
	Быстрая смена условий деятельности	0,259*	0,245*	0,234*	0,005	0,476**	0,280*
	Незаконные дела	0,285*	0,180	0,066	0,542**	0,356**	0,121
Финансовые расходы	0,166	0,542**	0,190	0,182	0,241*	0,278*	

Примечание. В таблице приведены данные интеркорреляционных значений показателей опросника.

о высокой надежности и внутренней согласованности опросника ($\alpha = 0,98$).

Конструктивная валидность проверялась путем интеркорреляционного анализа (коэффициент корреляции Пирсона) (табл. 7).

Данные корреляционного анализа показали результаты на уровне значимости $p = 0,05$ и $p = 0,01$ как внутри пунктов одного фактора, так и между параметрами, входящими в разные факторы. Помимо этого, присутствуют пункты, которые имеют отрицательные корреляции или низкие значения, что также свидетельствует о внутренней согласованности и логичности. Это подтверждает внутреннюю согласованность представленных параметров и их общую направленность на измерение заданного объекта.

Конвергентная валидность оценивалась путем проверки корреляций (коэффициент корреляции Пирсона) между шкалами опросника «Ситуационные факторы психических состояний» и шкалами методики «Рельеф психического состояния личности» А.О. Прохорова. Данная методика направлена на рассмотрение основных сторон психического состояния, а именно: психические процессы, физиологические реакции, переживания и поведение. В основе методики находится представление об иерархической организации психического состояния и его основных составляющих. Данная методика в связи с множеством проведенных на ее основе исследований [Прохоров: 245, 152, 352; Прохоров, Чернов:191] зарекомендовала себя как валидная и надежная.

Если модификация проведена корректно, то параметры внутренних и внешних факторов опросни-

ка должны быть связаны с показателями шкал «Психические процессы», «Физиологические реакции», «Переживания» и «Поведение» (табл. 8).

Конвергентная валидность устанавливалась путем корреляции показателей опросника с набором переменных, связь с которыми является теоретически ожидаемой. К примеру, блок «Эмоциональные переживания» (радость, воодушевление и т. д.) со шкалой «Переживание» или параметр «Физическая активность» и шкала «Поведение» и т. д.

Расчетные значения коэффициентов корреляции (на уровне значимости $p = 0,05$ и $p = 0,01$), приведенные в таблице, говорят о наличии конвергентной валидности опросника.

Резюмируя полученные результаты, следует подчеркнуть, что все найденные взаимосвязи пунктов опросника «Ситуационные факторы психических состояний» с переменными шкал методики «Рельеф психического состояния личности» соответствуют теоретическим гипотезам. Однако присутствуют и исключения. К примеру, среди данных таблицы исключение составляет показатель «Радость» (нет значимых корреляций со шкалой «Переживание») и показатель «Избегание внимания» (практически не наблюдается значимых связей). В целом же имеющиеся данные свидетельствуют в пользу конвергентной валидности опросника.

Следовательно, полученные результаты подтверждают наличие конструктивной и конвергентной валидности, а также надежность опросника.

Таким образом, в статье рассмотрены и объединены в группы основные факторы жизнедеятельности человека, которые влияют на изменение его

Таблица 8

Результаты проверки конвергентной валидности опросника

Фактор	Параметр	Психические процессы			Физиологические реакции		Шкала переживаний		Поведение	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
Внутренние факторы	Усталость	-0,343**	-0,280*	-0,051	-0,183	-0,103	-0,186	-0,154	-0,064	-0,097
	Радость	0,599**	0,431**	0,200	0,082	0,175	0,175	-0,213	0,448**	0,268*
	Воодушевление	0,273*	0,297*	0,213	0,269*	0,284*	0,248*	0,238*	0,085	0,034
	Неизвестность	0,211	0,192	0,206	0,240*	0,311*	0,436**	0,358**	0,150	-0,112
	Осознанность	0,409**	0,371**	0,470**	0,459**	0,258*	0,297*	0,199	0,252*	0,408**
	Сосредоточенность	0,287*	0,380**	0,341**	0,280*	0,311*	0,172	0,150	0,207	0,413**
Внешние факторы	Занятие любимым делом	0,326**	0,414**	0,201	0,225*	0,257*	0,201	0,272*	0,360**	0,086
	Привычки	0,203	0,261*	0,055	0,135	0,128	0,339**	0,421**	0,205	-0,086
	Творчество	0,282*	0,413**	0,241*	0,258*	0,352**	0,326*	0,415**	0,233*	0,053
	Физическая активность	0,317*	0,441**	0,269*	0,347**	0,081	0,346**	0,377**	0,402**	0,320**

Примечание. В таблице представлены примеры значений показателей корреляционного анализа опросника с методикой «Рельеф психического состояния личности»: 1 – показатель «Особенности представлений», 2 – показатель «Мышление», 3 – показатель «Эмоциональные процессы», 4 – показатель «Координация движений», 5 – показатель «Двигательная активность», 6 – показатель «Пассивность-активность переживаний», 7 – показатель «Сонливость-бодрствование», 8 – показатель «Непоследовательность-последовательность поведения», 9 – показатель «Импульсивность-размеренность поведения».

психического состояния; выявлены две группы факторов (внутренние и внешние) и входящие в них семантические единицы (параметры).

В результате проведенной психометрической работы на основе данных эмпирического исследования был сконструирован оригинальный опросник «Факторы психического состояния человека» и его сокращенная версия «Ситуационные факторы психических состояний». Основное назначение опросника – анализ степени влияния на динамику психического состояния человека отдельных факторов (как личностных, так и ситуативных) и входящих в них параметров. Данная методика может применяться в двух версиях. Обе версии методики характеризуются измерительными свойствами, которые отвечают современным стандартам надежности и валидности в научно-психологическом исследовании.

Особенность опросника заключается в том, что он выявляет ключевые факторы и параметры, влияющие на изменение психических состояний человека в конкретной ситуации жизнедеятельности.

Одним из недостатков опросника является то, что измерительные свойства как отдельных параметров, так и всего опросника в целом являются зависимыми от особенностей выборки респондентов, на которой производилась разработка и проверка опросника. При переносе методики на другие выборки эти свойства могут демонстрировать нестабильность. Поэтому дальнейшая работа по улучшению опросника связана с переносом его на другую выборку (ее вариативность, разделение выборки по половому признаку, возрасту, уровню образования и т. д.) и, исходя из этого, дополнительной проверкой психометрических свойств.

Практическая значимость работы заключается в том, что версия опросника «Факторы психического состояния человека» и его сокращенный вариант «Ситуационные факторы психических состояний» могут быть полезны при ситуативном анализе причин возникновения и изменения психического состояния человека. Выявление факторов и параметров, которые влияют на возникновение психического состояния в определенной степени значимости, поможет при составлении психокоррекционных, тренинговых программ и рекомендаций по коррекции психического состояния человека в разных ситуациях жизнедеятельности. Также опросник будет полезен при дополнении объективной картины исследования психических состояний человека, с целью оценки степени влияния на изменение состояния различных факторов и параметров.

Список литературы

Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. Москва: ПЕРСЭ, 2006. 350 с.

Карпинский К.В., Кольшико А.М. Современные методы психологической диагностики. Гродно: ГрГУ, 2022. 398 с.

Куликов Л.В. Психология настроения. Санкт-Петербург: С.-Петербургский ун-т, 1997. 228 с.

Наследов А.Д. SPSS: Компьютерный анализ данных в психологии и социальных науках. Санкт-Петербург: Питер, 2007. 416 с.

Прохоров А.О. Методики диагностики и изменения психических состояний личности. Москва: ПЕРСЭ, 2004. 176 с.

Прохоров А.О. Образ психического состояния. Москва: Институт психологии РАН, 2016. 245 с.

Прохоров А.О. Психология неравновесных состояний. Москва: Институт психологии РАН, 1998. 152 с.

Прохоров А.О. Рефлексивный слой психического состояния // Мир психологии, 2006. № 2. С. 38–48.

Прохоров А.О. Смысл и психическое состояние: феноменология и закономерности взаимоотношений. Психология психических состояний: сб. ст. / под ред. проф. А.О. Прохорова. Казань: Казанский государственный университет им. В.И. Ульянова-Ленина, 2006. Вып. 6. С. 8–22.

Прохоров А.О. Смысловая регуляция психических состояний. Москва: Институт психологии РАН, 2009. 352 с.

Прохоров А.О., Макарьева А.В. Опросник «Факторы психических состояний» // Психология психических состояний: сб. материалов XVI Междунар. науч.-практ. конф. для студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых и преподавателей вузов. Казань: Казанский университет, 2022. Вып. 16. С. 266–272.

Прохоров А.О., Чернов А.В. Рефлексивная регуляция психических состояний. Москва: Институт психологии РАН, 2019. 191 с.

Психология состояний: учеб. пособие / А.О. Прохоров, М.Е. Валиуллина, Г.Ш. Габдреева и др.; под ред. А.О. Прохорова. Москва: Когито-центр, 2011. 624 с.

Genevieve Beaulieu-Pelletier, Marc-Andre Bouchard, Frederick L Philippe. Mental States Task (MST): Development, Validation, and Correlates of a Self-Report Measure of Mentalization. *Journal of Clinical Psychology*, vol. 69, No. 7, 2013. URL: https://www.researchgate.net/publication/234032173_Mental_States_Task_MST_Development_Validation_and_Correlates_of_a_Self-Report_Measure_of_Mentalization (дата обращения: 03.06.2023).

References

Bodrov V.A. *Psikhologicheskii stress: razvitie i preodolenie* [Psychological Stress: Developing and Overcoming]. Moscow, PERSE Publ., 2006, 350 p. (In Russ.)

Karpinskii K.V., Kolyshko A.M. *Sovremennye metody psikhologicheskoi diagnostiki* [Modern Metodes of Psychological Diagnosis]. Grodno, GrGU Publ., 2022, 398 p. (In Russ.)

Kulikov L.V. *Psikhologiya nastroeniia* [Mood psychology]. Sankt-Peterburg, S.-Peterburgskii universitet Publ, 1997, 228 p. (In Russ.)

Nasledov A.D. *SPSS: Komp'iuternyi analiz dannykh v psikhologii i sotsial'nykh naukakh* [SPSS: Computer analysis of data in psychology and social sciences]. Sankt-Peterburg, Piter Publ., 2007, 416 p. (In Russ.)

Prokhorov A.O. *Metodiki diagnostiki i izmereniia psikhicheskikh sostoianii lichnosti* [Methods for diagnosing and measuring mental states of personality]. Moscow, PER SE Publ., 2004, 176 p. (In Russ.)

Prokhorov A.O. *Obraz psikhicheskogo sostoianniia* [Mental state image]. Moscow, Institut psikhologii RAN Publ., 2016, 245 p. (In Russ.)

Prokhorov A.O. *Psikhologiya neravnovesnykh sostoianii* [Psychology of non-equilibrium states]. Moscow, Institut psikhologii RAN Publ., 1998, 152 p. (In Russ.)

Prokhorov A.O. *Refleksivnyi sloi' psikhicheskogo sostoianniia* [Reflexive layer of mental state]. *Mir psikhologii*, 2006, No. 2, pp. 38-48. (In Russ.)

Prokhorov A.O. *Smysl i psikhicheskoe sostoiannie: fenomenologiya i zakonomernosti vzaimootnoshenii* [Meaning and mental state: phenomenology and patterns of relationships]. *Psikhologiya psikhicheskikh sostoianii: sb. st.* [Psychology of mental states: collection. Art. / ed. prof. A.O. Prokhorova], ed. by prof. A.O. Prokhorov. Kazan', Kazanskii gosudarstvennyi universitet im. V.I. Ul'ianova-Lenina Publ., 2006, vol. 6, pp. 8-22. (In Russ.)

Prokhorov A.O. *Smyslovaia reguliatsiia psikhicheskikh sostoianii* [Sense regulation of mental states]. Moscow, Institut psikhologii RAN Publ., 2009, 352 p.

Prokhorov A.O., Makarcheva A.V. *Oprosnik "Faktory psikhicheskikh sostoianii"* [Mental Health Factors Questionnaire]. *Psikhologiya psikhicheskikh sostoianii: sbornik materialov XVI Mezhdunar. nauch.-prakt. konf. dlia studentov, magistrantov, aspirantov, molodykh uchennykh i prepodavatelei vuzov*. Kazan', Kazanskii universitet Publ, 2022, vol. 16, pp. 266-272. (In Russ.)

Prokhorov A.O., Chernov A.V. *Refleksivnaia reguliatsiia psikhicheskikh sostoianii* [Reflexive regulation of mental states]. Moscow, Institut psikhologii RAN Publ., 2019, 191 p. (In Russ.)

Psikhologiya sostoianii: ucheb. posobie [Psychology of states. Tutorial], A.O. Prokhorov, M.E. Valiullina, G.Sh. Gabdreeva et al.; ed. by A.O. Prokhorov. Moscow, Kogito-tsentr Publ, 2011, 624 p. (In Russ.)

Genevieve Beaulieu-Pelletier, Marc-Andre Bouchard, Frederick L Philippe. Mental States Task (MST): Development, Validation, and Correlates of a Self-Report Measure of Mentalization. *Journal of Clinical Psychology*, vol. 69, No. 7, 2013. URL: https://www.researchgate.net/publication/234032173_Mental_States_Task_MST_Development_Validation_and_Correlates_of_a_Self-Report_Measure_of_Mentalization (access date: 03.06.2023).

Статья поступила в редакцию 28.07.2023; одобрена после рецензирования 13.07.2021; принята к публикации 12.09.2021.

The article was submitted 28.07.2023; approved after reviewing 13.07.2021; accepted for publication 12.09.2021.