

**АНТИЦИПАЦИЯ ЧЕЛОВЕКОМ СОБСТВЕННЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ
В НОРМЕ И ПРИ ПСИХИЧЕСКОЙ ПАТОЛОГИИ***Владимир Давыдович Менделевич, Фанис Ильсурович Бахтияров**Казанский государственный медицинский университет, кафедра медицинской и общей психологии,
420012, Казань, ул. Бутлерова, д. 49, e-mail: mend@tbit.ru*

Реферат. Проанализированы работы, посвященные вопросам саморегуляции, рефлексии, самоконтроля и антиципации. Сделан вывод о том, что современные исследования проблемы антиципации человеком собственных переживаний в норме и при психической патологии позволяют утверждать, что данный раздел клинической психологии и психиатрии, несмотря на актуальность, является недостаточно разработанным. В то же время имеются данные о том, что помимо прогнозирования явлений внешней среды большое значение в деятельности человека имеет антиципация явлений психики, в особенности своего психического состояния. Для дальнейшего раскрытия всех аспектов этого процесса представляется важным изучение способности человека к прогнозированию своего состояния, сравнений его со способностью предвидеть явления внешней среды.

Ключевые слова: антиципация, прогнозирование, саморегуляция, рефлексия.

**ANTICIPATION OF PERSONAL FEELINGS
IN NORM AND AT MENTAL PATHOLOGY**

Vladimir D. Mendelevich, Fanis I. Bakhtiyarov

Kazan State Medical University,
Department of medical and general psychology,
420012, Kazan, Butlerov St., 49, e-mail: mend@tbit.ru

Article is devoted to the analysis of a problem of self-control, reflection, self-checking and anticipation. The conclusion that modern researches on an anticipation problem of a person's feelings are insufficiently developed is drawn. However, studying features of anticipation of person's feelings is important for understanding of process of adaptation of the person. For further development of all aspects of this process it is very essential to study a person's ability to predicting his/her state, comparing it with the ability to anticipate events of external environment.

Key words: anticipation, self-control, reflection.

Исследования феномена антиципации (вероятностного прогнозирования), активно предпринимавшиеся в последние годы [1, 18–21, 26, 31, 32, 34, 35, 40, 48], в основном были направлены на изучение предвосхищения внешних событий и поведения окружающих. Вне серьезного научного интереса оставались исследования прогнозирования человеком собственных реакций, переживаний, аффектов и поведения,

несмотря на то что они способны оказывать существенное влияние на процесс адаптации и находиться в неразрывной связи с прогнозированием внешних событий. На психофизиологическом уровне значимым признается наличие вероятностного прогнозирования в форме преднастройки мышечного тонуса и движений, позволяющего эффективно решать тот или иной вид двигательной задачи (например, достигать необходимого уровня моторной ловкости) [4, 35]. По данной аналогии можно считать необходимостью достижение человеком «психологической (коммуникативной) ловкости» – преднастройки психики к трансформации внешних жизненных ситуаций [21].

Известно, что реакции и переживания психически здоровых и психически больных нередко могут носить даже для них самих неожиданный характер, приводить к усугублению аффектов, переходу их на патологический уровень, к обострению заболеваний, к межличностным и внутриличностным конфликтам [2, 3, 7, 10, 16, 20–22, 25, 30]. Типичным примером эффекта неспрогнозированных переживаний признается феномен обиды [21], например, в ситуации, когда ревнивый человек требует от супруга признания в измене, предполагая, что, получив исчерпывающую информацию, сможет простить того. В действительности же после получения такой информации он начинает испытывать еще более выраженную дезадаптирующую обиду и иные переживания, которые им не предвосхищались.

Для понимания процессов адаптации человека в сложных жизненных ситуациях Н.П. Ничипоренко [26] было введено понятие «системы стабилизации личности», под которой понимается функциональная система, определяющая организацию различных способов психической активности в определенный фрагмент времени и в конкретных (стрессовых или нестандартных) обстоятель-

ствах. Доказано, что эта система обеспечивает психическую стабильность, возможности адаптации, сохранность психического и соматического здоровья. Под психической стабильностью автор понимает такое состояние человека, при котором без потери эмоциональной чувствительности к происходящему сохраняется адекватное, неискаженное восприятие реальности, ясность ума, способность эффективно прогнозировать ход настоящих и будущих событий и возможность выбирать из нескольких вариантов оптимальное для данных обстоятельств поведение. Речь идет и об определенных типах саморегуляции, при которых человек чувствует весь спектр эмоций, регистрирует их, дифференцирует весь актуальный эмоциональный спектр, способен вербализовать свои переживания.

Под антиципационными способностями понимаются свойство личности, ее устойчивая характеристика, обеспечивающая успешность прогностической деятельности [21, 26]. Как и любые иные способности, антиципационные оказываются субъективными условиями успешного осуществления определённого рода деятельности. Они экстраполированы во внешний мир, участвуя в процессах адаптации личности к меняющимся условиям среды. В ракурсе адаптивно/дезадаптивной направленности процесс антиципации внешних по отношению к человеку событий изучен довольно тщательно. На его базе разработана антиципационная концепция неврозогенеза [18]. Доказана роль несовершенства механизмов антиципации (антиципационной несостоятельности) в возникновении невротических, психосоматических, личностных расстройств, аддиктивной патологии [1, 21, 31, 34].

В приложении к способностям к саморегуляции, самосовершенствованию, самоуправлению, самоконтролю антиципация выступает как процесс, построенный на реалистичной самооценке, самовосприятии и коррелирующий с уровнем интеллекта, включая эмоциональный. Данный аспект антиципационных способностей до настоящего времени изучен недостаточно.

Детальную разработку уровней антиципации предпринимали Б.Ф. Ломов и Е.Н. Сурков [17]. Они выделили пять уровней антиципации в зависимости от типа задач, определяющих те или иные конкретные действия, и критериев, которыми человек пользуется при их решении: сенсомоторный, перцептивный, уровень представлений, речемыслительный, субсенсорный. Другие авторы (И.М. Фейгенберг и В.А. Иванников) предложили классификацию процессов

вероятностного прогнозирования в зависимости от того, каких сторон будущего оно касается [35]: 1) вероятностное прогнозирование дальнейшего развития неподвластных субъекту внешних событий, выступающих как совокупность сил, действия которых влияют на успешность действий субъекта, но сами никак от его действий не зависят; 2) вероятностное прогнозирование того, что какие-то действия субъекта приведут к успеху, к достижению его целей или удовлетворению потребностей, при этом внешние события рассматриваются как зависящие от действий человека, изменяемые его действиями; 3) вероятностное прогнозирование затрат (потерь, проигрыша), предстоящих на том или ином пути к достижению цели в наиболее вероятных (соответственно прогнозу) предстоящих ситуациях. Под затратами понимаются энергетические затраты, затраты времени, степень риска в достижении других целей и т.п. Кроме того, предлагалось выделить еще один объект, который мог бы служить содержанием вероятностного прогнозирования – это психические явления человека (психические процессы, состояния, свойства). Эти явления, с точки зрения авторов, не могут быть объектом первого вида вероятностного прогнозирования, так как они не являются внешними событиями. С учетом того, что они не являются действиями субъекта, они, очевидно, не могут принадлежать ни ко второму и ни к третьему видам объектов вероятностного прогнозирования.

В современной психологической литературе не обнаруживается системных исследований, посвященных изучению и анализу прогнозирования субъектом явлений собственной психики, но имеются данные о том, что антиципация психических явлений включена как важнейший элемент в процесс саморегуляции [1, 20, 26, 30]. Так, по мнению Б.Ф. Ломова и Е.Н. Суркова, «антиципационные процессы выступают в роли ведущего звена механизма психической регуляции поведения и деятельности. Именно антиципация обеспечивает формирование цели, планирование и программирование поведения, она включается в процессы принятия решения, текущего контроля и в коммуникативные акты» [17]. Значимость антиципации в регуляции поведения отмечал и Г.С. Никифоров, различая среди прочих (текущий, промежуточный) и антиципирующий вид самоконтроля. «Объектом предварительного самоконтроля, включенного в процессы антиципации, является все то, что еще не вступило в фазу непосредственного осуществления и реализации», – писал он [24].

Среди терминов, определяющих сознательное преднамеренное изменение субъектом своего поведения, деятельности употребляются такие, как самоуправление, саморегуляция, самоконтроль. В широком смысле все они представляют одно и то же – «сознательные воздействия человеком на присущие ему психические явления (процессы, состояния, свойства), выполняемую им деятельность, собственное поведение с целью поддержания (сохранения) или изменения характера их протекания» [24]. Об их различии Г.С.Никифоров писал, что «самоуправление и саморегуляция соотносятся между собой как целое и часть: управление включает в себя регулирование, но не наоборот». Особенности самоуправления являются конкретизация мотивов поведения и деятельности, постановка соответствующих целей, выбор путей их достижения. Сущностью саморегулирования выступает исполнение того, что было намечено. По отношению к самоуправлению и саморегулированию самоконтроль представляет собой необходимый компонент в их структуре.

В ракурсе рассматриваемой проблемы изучения феномена антиципации человеком собственных переживаний представляет интерес понятие «проспективная рефлексия» [33]. Считается, что репродуктивные свойства рефлексии проявляются не только в ретроспекции («репродукции переживаний»), но и в «предваряющем памятовании», когда рефлексивный взгляд обращен к еще не наступившему событию (переживанию), а значит к тому, что создано лишь самим рефлексивным взглядом и еще не подтверждено наступившим настоящим. Материалом для проспективной рефлексии становятся переживания, полученные в текущей и ретроспективной рефлексии. Если ретроспективную рефлексия с полным правом можно назвать родом воспоминания, в котором человек воспроизводит свои собственные переживания, то проспективная рефлексия – это род фантазии, в котором предвосхищаются лишь предполагаемые переживания или другие события самобытия, в свою очередь фантазии – это особым образом модифицированные воспоминания. Проспективная рефлексия, с точки зрения Д.Г. Труднова [33], в широком смысле – «это не только предвосхищение (*anticipatio*), но также желания, планы, проекты и пр. Все это строится на основании уже воспринятого, в том числе воспринятого в интерсубъективном опыте. Ретроспективная рефлексия и фундированная в ней проспективная рефлексия, антиципация (предвосхищение) обеспечивают целостность самобытия».

Понятие проспективной (опережающей) рефлексии описывается в литературе значительно реже по сравнению с иными видами рефлексии [14, 23, 36]. Имеющиеся описания не дают ответов на вопрос о соотношении понятий «опережающая рефлексия» и «опережающее отражение». Таким образом, анализ исследований рефлексии показывает недостаточность конкретно-научной разработки понятия опережающей рефлексии [36]. Рассматривая понятие опережающей рефлексии, необходимо также учитывать, что оно находится на стыке рефлексивных процессов и процессов опережающего отражения. Рефлексия представляет собой процесс, направленный на осмысление и обоснование предпосылок собственных действий, требующий обращения сознания на себя [11]. Посредством рефлексии человек может оценивать себя с позиции другого человека, свое прошлое с точки зрения настоящего, а настоящее – с позиции будущего.

Помимо понятия опережающей рефлексии, для изучения феномена антиципации человеком собственных переживаний значимым может быть признано и понятие опережающего (проактивного) совладания. С точки зрения В.М. Ялтонского [37], большинство современных исследований совладающего поведения ориентировано на изучение того, как люди совладают с событиями, которые уже произошли в прошлом или происходят в настоящем. Достаточно новыми перспективными являются исследования, свидетельствующие о том, что совладание нередко может быть сфокусировано не только на ситуацию угрозы, потери или вызова в прошлом или настоящем, но и развиваться в направлении предупреждения влияния событий, которые служат потенциальными стрессорами. Т.А. Wills, S. Shiffman [49] обратили внимание на так называемый антиципационный копинг, рассматриваемый ими как средство управления событиями, которые могут произойти, и как предвосхищаемый, предвидимый ответ на ожидаемую стрессовую ситуацию. Данное научное направление активно развивается на протяжении последних десятилетий [38, 44].

Опережающее, проактивное совладание (*proactive coping*) рассматривается как комплекс процессов, посредством которых люди предвосхищают или обнаруживают потенциальные стрессоры и действуют заранее с целью предупреждения их влияния пока они еще не возникли [37]. Оно рассматривается как сочетание процессов саморегуляции и совладания.

На основании анализа копинг-стратегий и защитных механизмов личности О.В. Кружковой

[13] были выделены четыре базовые диспозиции защитного и совладающего поведения личности: блокирование информации, контроль, изменение дистанции, преобразование. В ракурсе обсуждаемой темы наиболее информативной представляется диспозиция «контроль», реализуемая за счет установления контроля субъектом над своими характеристиками, посредством регуляции собственных реакций на стресс, сдерживание себя, ограничение воздействия на себя внешней среды. Фактически данная диспозиция предполагает временное «замораживание» взаимодействия субъекта и внешней среды и его порционное подконтрольное субъекту развертывание. В итоге субъект пытается устранить стрессовое воздействие некоторыми действиями, но при этом не стремится к изменению себя или своей индивидуальной поведенческой активности.

Следует отметить, что феномен антиципации человеком собственных переживаний несколько отличается от понятия предвосхищаемого, антиципационного совладания. Различия заключаются в том, что при антиципационном предвосхищении человеком могут предприниматься попытки совладания с надвигающимся угрожающим событием, когда он может активизировать деятельность по его предотвращению, стремясь снизить риск его возникновения. Антиципация же собственных переживаний отличается по психогенезу. Она направлена, в первую очередь, не столько на изменение внешней ситуации или упреждающую адаптацию к ней, сколько на прогнозирование собственных переживаний в случаях, когда внешнюю ситуацию изменить нельзя. В данном случае важным является адекватное прогнозирование того, какую именно эмоциональную и поведенческую реакцию вызовет то или иное психотравмирующее событие, осознание его патогенности (неврозогенности) и включение механизмов саморегуляции [1, 9, 10, 21, 39, 41–43, 45–47].

В качестве объекта психической саморегуляции может выступать любое из психических явлений. Наибольший интерес вызывает изучение различных аспектов саморегуляции психических состояний, роль которых велика в широкой поведенческой практике. Психические состояния определяются Н.Д. Левитовым как «целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния и психических свойств личности» [15]. Состоя-

ния имеют характеристики различной степени обобщенности: общие, индивидуальные. Общим для всех состояний является то, что они имеют временные, эмоциональные, активационные, тонические, тензионные параметры, включают в себя ситуативные и транситуативную составляющую. У различных групп состояний на передний план выходят разные параметры. Это дает возможность разделять состояния на долговременные и кратковременные, а также на эмоциональные, активационные, тонические или тензионные – в соответствии с тем, какой именно параметр является ведущим, определяющим остальные параметры [8].

Таким образом, в психических состояниях, как и в других психических явлениях, отражается взаимодействие человека с жизненной средой. Любые существенные изменения внешней среды, изменений во внутреннем мире личности, в организме вызывают переход в новое психическое состояние, меняя уровень активности субъекта, характер переживаний и др., судя по определению, психическое состояние представляет собой реакцию на изменение внешней и внутренней среды. Но Н.Д. Левитов утверждает, что «всякое психическое состояние является как переживанием, так и деятельностью, имеющей некоторое внешнее выражение» [15]. Таким образом, для прогнозирования развития состояния субъект должен учитывать большое количество факторов. При этом основными детерминантами состояния являются потребность, желания и стремления человека, его возможности (появившиеся способности и скрытые потенциалы), условия среды (объективное и субъективное восприятие и понимание текущей ситуации). Соотношение этих факторов и определяет характеристики состояния.

По мнению А.О. Прохорова [28], в качестве детерминант психических состояний выступают: ситуация – совокупность элементов (событий, условий, обстоятельств), оказывающих стимулирующее, обуславливающее и корректирующее воздействие на субъекта, т.е. детерминирующая его активность и одновременно задающая пространственно-временные границы ее реализации; субъект, его личностные особенности (направленность, чувства, характер, способности, процессы, индивидуальный опыт и т.д.); системообразующий фактор – личностный смысл (оценка жизненного значения для субъекта объективных обстоятельств и его действий в этих обстоятельствах).

Несмотря на различия, у обоих авторов детерминантами психического состояния служат как

внешние обстоятельства, так и внутренние характеристики личности. Таким образом, для саморегуляции, а следовательно и для прогнозирования психического состояния человек должен учитывать оба этих фактора. В соответствии с системно-функциональной теорией саморегуляции А.О. Прохорова [28], она осуществляется через сеть переходных состояний, одними из которых выступают рефлексия и образ желаемого будущего и актуального состояния.

Специфику отношений саморегуляции и психических состояний уместно рассмотреть на примере наиболее представительной их группы – эмоциональных состояний. В психологии описаны особенности проявления эмоциональной сферы в зависимости от того, насколько она находится под контролем субъекта. Как отмечает Я. Рейнковский [29], нарушение или ослабление способности к самоконтролю влечет за собой появление «эмоциональных проблем» у человека. Интенсивность развития эмоционального реагирования (радость, страх, гнев и др.) сопровождается нарастанием дефицита самоконтроля вплоть до полной его утраты. Самоконтроль является важной чертой характера, которая помогает сохранять способность к выполнению деятельности в самых неблагоприятных условиях. Основное содержание этого свойства составляет работа двух психологических механизмов: самоконтроля и коррекции (воздействия). С помощью самоконтроля субъект следует за своим эмоциональным состоянием, выявляя возможные отклонения (по сравнению с фоновым, обычным состоянием) в характере его протекания. Если самоконтроль фиксирует факт рассогласования, то этот результат служит сигналом для запуска механизма коррекции, направленного на возвращение эмоционального состояния в требуемое положение.

Воздействия на эмоции могут носить и упреждающий характер, т.е. еще до появления признаков нарушения эмоционального равновесия, но предвидя реальную возможность такого события, человек стремится предотвратить его наступление [24]. Г.С. Никифоров подчеркивает, что реализация самообладания как свойства личности осуществляется по гомеостатическому принципу. Он же утверждает, что в эмоциональных ситуациях не всегда удается проследить последовательность перехода от самоконтроля к самовоздействию в силу довольно слитного протекания этих процессов, быстроты их следования.

В литературе представлено еще одно понятие, имеющее отношение к проблеме антиципации – предвосхищение на основе эмоционального

образа, или эмоциональное предвосхищение [27]. Основной чертой, отличающей эмоциональное предвосхищение от предвосхищения в структуре познавательных процессов, признается ориентация на смысл ситуации, действия, деятельности. Считается, что эмоциональное предвосхищение основывается на возможности образов консолидировать и транслировать именно личностное отношение субъекта к воспринимаемому, «субъективное значение» воспринимаемого.

Прогнозирование психического состояния становится особенно важным в ситуации внешней неопределенности, когда события имеют трудно-предсказуемый исход или приобретают высокую значимость для субъекта. Как отмечают многие авторы, в таких ситуациях создаются условия для возникновения у человека состояния стресса [5, 6, 21]. Эти же особенности определяют устойчивость индивида к стрессу. В.А. Бодров [5] отмечает, что помимо специфических для каждого вида деятельности профессионально значимых качеств существуют и важные для многих профессий качества в плане стрессоустойчивости, например личностная тревожность, определяющая уровень переживаний напряженности любой экстремальной деятельности. Регуляторами состояния напряжения выступают и другие качества: экстравертированность в большей степени связана с подверженностью напряженности и усталости, чем интровертированность.

Кроме того, В.А. Бодров утверждает, что «один и тот же стрессогенный стимул либо вызывает, либо не вызывает развитие стрессовой реакции в зависимости от ориентации человека по отношению к этому психологическому стимулу» [5]. Не само по себе воздействие как таковое является причиной последующей стрессовой реакции, а отношение к этому воздействию, его оценка. Объективно вредоносен стимул, если он не признается за таковой данной личностью, не является стрессором. Таким образом, у человека заранее существует система ожиданий, оценок определенных стимулов. Если наступившие события не совпадают с ожидаемыми, то вероятность возникновения стресса повышается. На подобную ситуацию в условиях трудовой деятельности указывал М. Борневассер [6]. В начале трудовой деятельности ожидания новичков зачастую нереалистичны и чересчур оптимистичны. В результате возникает настолько значительное расхождение между ожиданиями и реальностью, что оно приводит к состояниям, близким к шоковым. Если человек находится в таком состоянии довольно длительное время, то у

него снижаются удовлетворенность своей работой и сопротивляемость стрессу.

Нарушения процесса антиципации могут не только приводить к стрессу, невротическим расстройствам, но в еще большей степени дезорганизовывать под влиянием этих состояний [21]. Л.А. Китаев-Смык [12] считал, что при чрезмерной, нерациональной активизации эмоционально-двигательных реакций может появляться выпадение отдельных необходимых действий с возникновением ошибочных действий. При этом неправильно может оцениваться текущая ситуация, ошибочно использоваться следы памяти, неверными оказаться прогноз развития ситуации, планирование деятельности, снизиться контроль за собственными действиями. Для выхода человека из состояния стресса также имеют значение процессы вероятностного прогнозирования. Л.А. Китаев-Смык приводит данные, согласно которым изменение вероятностной характеристики среды способно повлиять на купирование неадаптивного поведения в стрессе. Причем для изменения неадекватного гиперпассивного поведения требуется создать у человека уверенность в высокой вероятности благополучного исхода, а при гиперактивности – наоборот, исправить ложную веру в управляемости ситуации. В исследованиях М. Борневассера [6] отмечается, что в стрессовой ситуации человек может демонстрировать несколько типов поведения по ее преодолению: сосредоточенное на проблеме, сосредоточенное на субъективных переживаниях. Таким образом, процесс преодоления стресса предполагает как непосредственные действия субъекта, так и когнитивную работу, включающую различного рода интерпретации вероятности успеха и собственного психического состояния.

Ранее нами было описано понятие «неврозостойчивости» (неидентичное по многим параметрам понятию «стрессостойчивости»), в которое в качестве основополагающего включена антиципационная несостоятельность, или прогностическая некомпетентность [18, 21]. Клинические и экспериментально-психологические исследования позволили подтвердить связь между неврозогенезом и преморбидным снижением антиципационных способностей [21]. Научные данные позволяют констатировать, что совладающий стиль антиципационной деятельности включает в себя как адекватное и реалистичное прогнозирование поведения окружающих в эмоционально значимых ситуациях, так и предвосхищение человеком собственных переживаний в случаях негативного развития жизненных событий. Данные

процессы находятся в тесной взаимозависимости и взаимовлиянии. Отсутствие у индивидуума способности к прогнозированию может базироваться, с одной стороны, на недостаточно развитой системе понимания закономерностей происхождения и последовательности внешних по отношению к человеку обстоятельств, а с другой – на неадекватной Я-концепции.

Таким образом, обзор современных исследований по проблеме антиципации человеком собственных переживаний в норме и при психической патологии позволяет утверждать, что данный раздел клинической психологии и психиатрии, несмотря на актуальность, является недостаточно разработанным. В то же время имеются данные о том, что помимо прогнозирования явлений внешней среды большое значение в деятельности человека имеет антиципация явлений собственной психики, в особенности своего психического состояния и переживаний. Для дальнейшего раскрытия всех аспектов этого процесса представляется важным изучение способности человека к прогнозированию своего состояния, сравнения его со способностью предвидеть явления внешней среды, что требует доработки теста антиципационной состоятельности (прогностической компетентности) [19]. Кроме того, исследования могут помочь разработать специальный вариант антиципационного тренинга.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абитов И.Р. Особенности совладания со стрессом в норме и при психосоматических и невротических расстройствах // Психологический журнал. 2013. Т. 34. №1. С. 86–96.
2. Асеева И.А. Образы прогностического опыта в науке и культуре: на пути к интегративной модели: Дисс. докт. философских наук. М., 2010. 344 с.
3. Байгингер О.Е. Психологические детерминанты переживания будущего как проблемы в юношеском возрасте: Дисс. канд. психол. наук. СПб, 1998. 156 с.
4. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. М., 1991. 288 с.
5. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: ПЕР СЭ, 2006. 528 с.
6. Борневассер М. Стресс в условиях труда / Психические состояния. Хрестоматия. СПб: Питер, 2001.
7. Василюк Ф.Е. Психология переживаний. М.: Изд-во МГУ, 1984. 200 с.
8. Дикая Л.Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека. М.: Изд-во ИП РАН, 2003. 318 с.
9. Жукова Н.В. Единство антиципации и рефлексии как психологический механизм регуляции мышления студента в контекстном обучении: Автореф. дисс. канд. психол. наук. М., 2000. 24 с.
10. Заманаева Ю.В. Переживание утраты близкого как процесс изменений во внутреннем мире личности: Дисс. канд. психол. наук. СПб, 2004. 320 с.

АНТИЦИПАЦИЯ ЧЕЛОВЕКОМ СОБСТВЕННЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ В НОРМЕ И ПРИ ПСИХИЧЕСКОЙ ПАТОЛОГИИ

11. Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. №5 (24). С. 45–57.
12. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. М.: Академический проект, 2009. 944 с.
13. Кружкова О.В. Диспозиции защитного и совладающего поведения субъекта / Вызовы эпохи в аспекте психологической и психотерапевтической науки и практики: материалы V Междунар. науч.-практ. конф. Казанский (Приволжский) федеральный университет, 15-16 апр., 2011. Казань: Отечество, 2011. С. 229–233.
14. Ладенко И.С. Феномен рефлексивного стиля мышления и генетическая логика / Рефлексия, образование и интеллектуальные инновации. Новосибирск, 1995. С. 8–25.
15. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека. М.: Просвещение, 1964. 344 с.
16. Либина А.В. Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации. М.: Эксмо, 2008. 247 с.
17. Ломов Б.Ф., Сурков Е.Н. Антиципация в структуре деятельности. М., 1980. 279 с.
18. Менделевич В.Д., Мухаметзянова Д.А. Антиципационные особенности психической деятельности детей, страдающих неврозами // Социальная и клиническая психиатрия. 1997. №2. С. 31–36.
19. Менделевич В.Д. Тест антиципационной состоятельности и прогностической компетентности – экспериментально-психологической оценки готовности к невротическим расстройствам // Социальная и клиническая психиатрия. 2003, №1. С. 35–40.
20. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. СПб: Речь, 2005. 445 с.
21. Менделевич В.Д. Антиципационные механизмы неврогенеза. Казань: Медицина, 2011. 288 с.
22. Менделевич В.Д., Фролова А.В., Солобутина М.М. Понимание психически больными мира психически здоровых. Казань: Медицина, 2008. 302 с.
23. Мотькина Ю.В. Опережающая рефлексия в контексте изучения потенциала профессионального развития руководителей // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2010. № 2. С. 121–123.
24. Никифоров Г.С. Самоконтроль человека. Л.: Изд-во ЛГУ, 1989. 192 с.
25. Николаева И.А. Исследование взаимосвязи прогностического потенциала личности с особенностями учебно-профессиональной деятельности: Автореф. дисс. канд. психол. наук. М., 2013. 24 с.
26. Ничипоренко Н.П., Менделевич В.Д. Феномен антиципационных способностей как предмет психологического исследования // Психологический журнал. 2006. Т. 27, № 5. С. 50–59.
27. Подзорова Е.Л. Эмоциональное предвосхищение результатов решения познавательных задач в дошкольном возрасте: Автореф. дисс. канд. психол. наук. М., 2008. 22 с.
28. Психические состояния: Учебное пособие [под ред. А.О. Прохорова]. М.: Когито-Центр, 2011. 624 с.
29. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. М., 1979. 75 с.
30. Реан А.А., Симаева И.Н. Превентивная адаптивность как новообразование личности. // Российский психологический журнал. 2005. Т.3, №2. С. 23–35.
31. Рябова Т.В. Взаимосвязь антиципационной состоятельности и креативности у психически здоровых и больных шизофренией: Дисс. ... канд. психол. наук. Казань, 2003. 109 с.
32. Сергиенко Е.А. Принципы психологии развития: современный взгляд // Психологические исследования. 2012. № 5 (24), 1. <http://psystudy.ru.0421200116/0037>.
33. Труднов Д.Г. Виды рефлексии: феноменологическое обоснование // Вестник Пермского университета. Серия “Психология”, 2009. Вып. 2 (28). С. 47–58.
34. Узелевская А.Э. Взаимосвязь прогностической (антиципационной) компетентности с клиническими формами, выраженностью и степенью компенсации личностных расстройств: Автореф. канд. мед. наук. Казань, 2002. 25 с.
35. Фейгенберг И.М., Иванников В.А. Вероятностное прогнозирование и преднастройка к движениям. М.: Изд-во МГУ, 1978.
36. Щедровицкий Г.П. Рефлексия и ее проблемы // Рефлексивные процессы и управление: Международный научно-практический междисциплинарный журнал. 2001. №1. С. 47–54.
37. Ялтонский В.М. Современные теоретические подходы к исследованию совладающего поведения // Медицинская психология в России [Электронный ресурс]. 2010. №1. url: <http://medpsy.ru>
38. Aldwin C. Stress, coping and development: An integrative perspective. New York: Guilford Press, 1994.
39. Baumeister R.F., Vohs K.D., DeWall C.N., Zhang L. How Emotion Shapes Behavior: Feedback, Anticipation, and Reflection, Rather Than Direct Causation // Pers Soc Psychol Rev. 2007. Vol. 11, N. 2. P. 167–203.
40. Carton A., Aiello J.R. Control and Anticipation of Social Interruptions: Reduced Stress and Improved Task performance // Journal of Applied Social Psychology. 2009. Vol. 39, N.1. pp. 169–185.
41. Erk S., Abler B., Walter H. Cognitive modulation of emotion anticipation // European Journal of Neuroscience. 2006. Vol. 24, N.4. P. 1227–1236.
42. Galli G., Griffiths V.A., Otten L.A. Emotion regulation modulates anticipatory brain activity that predicts emotional memory encoding in women // Soc Cogn Affect Neurosci. 2012. №3. P.36–42.
43. Golub S.A., Gilbert D.T., Wilson T.D. Anticipating One’s Troubles: The Costs and Benefits of Negative Expectations // Emotion. 2009. Vol. 9, N. 2. P. 277–281.
44. Greenglass E.R. The Proactive Coping Inventory (PCI). IN R. Schwarzer (Eds.), Advances in health psychology research (Vols. CD-ROM). Berlin: Free University of Berlin, 1998.
45. Kubicek B., Hoelzl E., Korunka Ch. Emotion regulation requirements and affective forecasts regarding expected organizational changes // Horizons of Psychology. 2013. Vol. 22. P. 1–13.
46. Meyvis T., Cooke A.D.J. Learning from Mixed Feedback: Anticipation of the Future Reduces Appreciation of the Present // Journal of Consumer Research. 2007. Vol. 34. P. 200–211.
47. Ohara K., Suzuki Y., Ushimi Y., Yoshida K. et al Anticipation and imprinting in Japanese familial mood disorders // Psychiatry Research. 1998. Vol. 79, N. 3. P. 191–198.
48. Van Boven L., Ashworth L. Looking Forward, Looking Back: Anticipation Is More Evocative Than Retrospection // Journal of Experimental Psychology. 2007. V. 136, N. 2. pp. 289–300.
49. Wills T.A., Shiffman S. Coping and substance use: A conceptual structure. In: Coping and Substance use. Orlando, F.L., 1985. P. 3–25.

REFERENCES

1. Abitov I.R. *Psikhologicheskii zhurnal*. 2013 . Vol. 34, №1. pp. 86–96 . (in Russian)
2. Aseva I.A. *MD dissertation (Philosophy)*. Moscow, 2010. 344 p. (in Russian)
3. Baitinger O.E. *PhD dissertation (Psychology)*. St.Petersburg, 1998. 156 p. (in Russian)
4. Bernshtein N.A. *O lovkosti i ee razvitii*. Moscow, 1991. 288 p. (in Russian)
5. Bodrov V.A. *Psikhologicheskii stress: razvitie i preodolenie*. Moscow: PER SE, 2006. 528 p. (in Russian)
6. Bornevasser M. In: *Psikhicheskie sostoyaniya. Khrestomatiya*. St.Petersburg: Piter, 2001. (in Russian)
7. Vasilyuk F.E. *Psikhologiya perezhivaniy*. Moscow: Izd-vo MGU, 1984. 200 p. (in Russian)
8. Dikaya L.G. *Psikhicheskaya samoregulyatsiya funktsional'nogo sostoyaniya cheloveka*. Moscow: Izd-vo IP RAN, 2003. 318 p. (in Russian)
9. Zhukova N.V. *Extended abstract of PhD dissertation (Psychology)*. Moscow, 2000. 24 p. (in Russian)
10. Zamanaeva Yu.V. *PhD dissertation (Psychology)*. St.Petersburg, 2004. 320 p. (in Russian)
11. Karpov A.V. *Psikhologicheskii zhurnal*. 2003. №5 (24). pp. 45–57. (in Russian)
12. Kitaev-Smyk L.A. *Psikhologiya stressa. Psikhologicheskaya antropologiya stressa*. Moscow: Akademicheskii proekt, 2009. 944 p. (in Russian)
13. Kruzhkova O.V. In: *Vyzovy epokhi v aspekte psikhologicheskoi i psikhoterapevticheskoi nauki i praktiki: Proceedings of the V International Conferenc Kazanskii (Privolzhskii) federal'nyi universitet*, 15-16 apr., 2011. Kazan: Otechestvo, 2011. pp. 229–233. (in Russian)
14. Ladenko I.S. In: *Refleksiya, obrazovanie i intellektual'nye innovatsii*. Novosibirsk, 1995. pp. 8–25. (in Russian)
15. Levitov N.D. *O psikhicheskikh sostoyaniyakh cheloveka*. Moscow: Prosveshchenie, 1964. 344 p. (in Russian)
16. Libina A.V. *Sovladayushchii intellekt: chelovek v slozhnoi zhiznennoi situatsii*. Moscow: Eksmo, 2008. 247 p. (in Russian)
17. Lomov B.F., Surkov E.N. *Antitsipatsiya v strukture deyatel'nosti*. Moscow, 1980. 279 p. (in Russian)
18. Mendelevich V.D., Mukhametzyanova D.A. *Sotsial'naya i klinicheskaya psikiatriya*. 1997. №2. pp. 31–36. (in Russian)
19. Mendelevich V.D. *Sotsialnaya i klinicheskaya psikiatriya*. 2003, №1. pp. 35–40. (in Russian)
20. Mendelevich V.D. *Psikhologiya deviantnogo povedeniya*. St.Petersburg: Rech', 2005. 445 p. (in Russian)
21. Mendelevich V.D. *Antitsipatsionnye mekhanizmy nevrozogeneza*. Kazan: Meditsina, 2011. 288 p. (in Russian)
22. Mendelevich V.D., Frolova A.V., Solobutina M.M. *Ponimanie psikhicheskii bol'nymi mira psikhicheskii zdorovykh*. Kazan: Meditsina, 2008. 302 p. (in Russian)
23. Mot'kina Yu.V. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psikhologiya*. 2010. № 2. pp. 121–123. (in Russian)
24. Nikiforov G.S. *Samokontrol' cheloveka*. Leningrad: Izd-vo LGU, 1989. 192 p. (in Russian)
25. Nikolaeva I.A. *Extended abstract of PhD dissertation (Psychology)*. Moscow, 2013. 24 s. (in Russian)
26. Nichiporenko N.P., Mendelevich V.D. *Psikhologicheskii zhurnal*. 2006. Vol. 27, № 5. pp. 50–59. (in Russian)
27. Podzorova E.L. *Extended abstract of PhD dissertation (Psychology)*. Moscow, 2008. 22 p. (in Russian)
28. *Psikhicheskie sostoyaniya: Uchebnoe posobie [A.O. Prokhorov ed.]*. Moscow: Kogito-Tsentr, 2011. 624 p. (in Russian)
29. Reikovskii Ya. *Eksperimental'naya psikhologiya emotsii*. Moscow, 1979. 75 p. (in Russian)
30. Rean A.A., Simaeva I.N. *Rossiiskii psikhologicheskii zhurnal*. 2005. Vol.3, №2. pp. 23–35. (in Russian)
31. Ryabova T.V. *PhD dissertation (Psychology)*. Kazan, 2003. 109 p. (in Russian)
32. Sergienko E.A. *Psikhologicheskie issledovaniya*. 2012. № 5 (24), 1. <http://psystudy.ru.0421200116/0037>. (in Russian)
33. Trudnov D.G. *Vestnik Permskogo universiteta. Seriya "Psikhologiya"*, 2009. N 2 (28). pp. 47–58. (in Russian)
34. Uzelevskaya A.E. *Extended abstract of PhD dissertation (Medicine)*. Kazan, 2002. 25 p. (in Russian)
35. Feigenberg I.M., Ivannikov V.A. *Veroyatnostnoe prognozirovanie i prednastroika k dvizheniyam*. Moscow: Izd-vo MGU, 1978. (in Russian)
36. Shchedrovitskii G.P. *Refleksivnye protsessy i upravlenie: Mezhdunarodnyi nauchno-prakticheskii mezhdistsiplinarnyi zhurnal*. 2001. №1. pp. 47–54. (in Russian)
37. Yaltonskii V.M. *Meditsinskaya psikhologiya v Rossii [Elektronnyi resurs]*. 2010. №1. [url: http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru). (in Russian)
38. Aldwin C. *Stress, coping and development: An integrative perspective*. New York: Guilford Press, 1994.
39. Baumeister R.F., Vohs K.D., DeWall C.N. Zhang L. How Emotion Shapes Behavior: Feedback, Anticipation, and Reflection, Rather Than Direct Causation. *Pers Soc Psychol Rev*. 2007. Vol. 11, N. 2. P. 167–203.
40. Carton A., Aiello J.R. Control and Anticipation of Social Interruptions: Reduced Stress and Improved Task performance. *Journal of Applied Social Psychology*. 2009. Vol. 39, N.1. pp. 169–185.
41. Erk S., Abler B., Walter H. Cognitive modulation of emotion anticipation. *European Journal of Neuroscience*. 2006. Vol. 24, N.4. pp. 1227–1236.
42. Galli G., Griffiths V.A., Otten L.A. Emotion regulation modulates anticipatory brain activity that predicts emotional memory encoding in women. *Soc Cogn Affect Neurosci*. 2012. № 3. pp. 36–42.
43. Golub S.A., Gilbert D.T., Wilson T.D. Anticipating One's Troubles: The Costs and Benefits of Negative Expectations. *Emotion*. 2009. Vol. 9, N. 2. pp. 277–281.
44. Greenglass E.R. The Proactive Coping Inventory (PCI). In: *R. Schwarzer (Eds.), Advances in health psychology research (Vol. CD-ROM)*. Berlin: Free University of Berlin, 1998.
45. Kubicek B., Hoelzl E., Korunka Ch. Emotion regulation requirements and affective forecasts regarding expected organizational changes. *Horizons of Psychology*. 2013. Vol. 22. pp. 1–13.
46. Meyvis T., Cooke A.D.J. Learning from Mixed Feedback: Anticipation of the Future Reduces Appreciation of the Present. *Journal of Consumer Research*. 2007. Vol. 34. pp. 200–211.
47. Ohara K., Suzuki Y., Ushimi Y., Yoshida K. et al Anticipation and imprinting in Japanese familial mood disorders. *Psychiatry Research*. 1998. Vol. 79, N. 3. pp. 191–198.
48. Van Boven L., Ashworth L. Looking Forward, Looking Back: Anticipation Is More Evocative Than Retrospection. *Journal of Experimental Psychology*. 2007. Vol. 136, N. 2. pp. 289–300.
49. Wills T.A., Shiffman S. Coping and substance use: A conceptual structure. In: *Coping and Substance use*. Orlando, FL., 1985. pp. 3–25.

Поступила 25.03.14.