

## Проблема классификации измененных состояний сознания

Статья посвящена проблеме измененных состояний сознания (ИСС), которые рассматриваются с точки зрения психической нормы. Дается определение ИСС, обсуждаются основные признаки измененных состояний сознания с точки зрения отечественных и зарубежных авторов, анализируются различные подходы к классификации ИСС. Выявлены три основных подхода к классификации ИСС: подход, основанный на понимании причин, вызывающих ИСС; подход, основанный на определении его последствий; подход, основанный на описании самого процесса переживания ИСС. Обнаруженные подходы представлены классификациями различных авторов.

**Ключевые слова:** измененные состояния сознания, переживание, психические процессы.

Психология, психотерапия, психофармакология, этнография, антропология вскрывают огромный пласт в изучении психики человека, условно называемый измененными состояниями сознания (ИСС). Он требует систематизации, осмысления и рефлексии с позиций академической науки, разработки собственных методов исследования.

Определения состояний сознания чрезвычайно размыты. Это наблюдается не только в континууме «необычного» и обычного (нормального) сознания, но и в таких дуальных его составляющих, которыми являются здоровье и патологические состояния сознания [4].

В отечественной психологии и психиатрии термин ИСС чаще всего использовался для обозначения ряда психотических состояний человека [1; 9]. Однако современные психологи [7] настаивают, что его следует применять только при описании психики здоровых людей, сознание которых «изменяется», но не достигает выраженных степеней, характерных для любых нарушений психики. ИСС являются неотъемлемым элементом бодрствования здорового человека, имеют разнообразные причины, недолго продолжаются, сменяются состоянием сознания, свойственным спокойному бодрствованию, либо иным ИСС [8].

Общим ориентиром ряда работающих в данной области научных школ и направлений принято выдвинутое в 60-х гг. определение немецкого психолога А. Людвига [6], установившее понимание ИСС как «психических состояний, индуцированных применением разнообразных физиологических, психологических или фармакологических процедур либо факторов, которые можно рассматривать с субъективной точки зрения (или с позиции объективного наблюдателя) как обуславливающие значительные отклонения в самосознании личности или в протекании психологических процессов от определенной структуры, характерной для данного индивида при нормальном состоянии активного бодрствования. Такое значительное отклонение может быть представлено большей, чем привычная, обращенностью к внутренним ощущениям или психоделическим процессам, изменениями в формальных характеристиках мышления и искажением в различной

степени восприятия реальности».

А.Людвиг описал следующие основные признаки ИСС [6]:

- изменения в мышлении - ведущей становится архаическая манера мышления;
- нарушение чувства времени;
- снижение сознательного контроля за поведением;
- ослабление контроля за проявлением эмоций;
- изменение образа тела вплоть до явления деперсонализации;
- искажение восприятия с галлюцинаторными эффектами;
- придание переживаемым эффектам повышенного смысла и значения;
- чувство невыразимости в описании переживаемых эффектов;
- чувство возрождения или перерождения;
- впечатляемость и гипервнушаемость.

Российские исследователи В.В.Кучеренко, В.Ф.Петренко и др. [5] психосемантическими методами выявили следующие изменения форм категоризации сознания субъекта в состоянии измененного сознания:

- возникновение нестандартных способов упорядочения внутреннего опыта и переживаний;
- сопровождение отражаемого в сознании внутреннего опыта эмоциональными переживаниями;
- переживание ИСС не как продукта собственной психической активности, а как нечто независимое от него;
- нарушение восприятия времени и сложность воспроизведения последовательности событий.

Американский исследователь ИСС Ч. Тарт [10] описывает 10 основных модулей, в которых происходят изменения: управление движениями; восприятие схемы тела; ощущение; восприятие; восприятие времени, эмоции; память; переработка информации; поведение; структура личности.

В настоящее время в европейской психологии нет традиционной и общепринятой классификации измененных состояний сознания. Поэтому все классификации ИСС,

известные на сегодня, или ограничены, или носят условный характер. Мы обнаружили следующие подходы в этом направлении:

1. Подход, основанный на понимании причин, вызывающих ИСС;
2. Подход, основанный на определении его последствий;
3. Подход, основанный на описании самого процесса переживания ИСС.

Наиболее распространены классификации ИСС первого направления. Классической примером такой классификации является предложенная А. Людвигом [6]. С его точки зрения ИСС подразделяются на

- спонтанно возникающие при обычных для данного человека условиях (засыпание или перенапряжение) или в необычных, но естественных обстоятельствах (нормальные роды, экстремальные условия);
- искусственно вызываемые воздействием психоактивных веществ (алкоголь, наркотики) или психоактивных процедур (сенсорная изоляция или сенсорная перегрузка);
- обусловленные психотехническими приемами (методами психической саморегуляции или суггестии, религиозными обрядами).

Сходна с приведенным разделением Людвига классификация ИСС российского ученого Д.Л. Спивака [7]. Он строит свое понимание ИСС на базе теории функциональных состояний, упорядочивая их по трем шкалам:

- суггестогенные состояния, возникающие при гипнотическом и аутогипнотическом воздействии;
- фармакогенные состояния, индуцируемые в результате применения психоактивных препаратов;
- «экзогенные» состояния, возникающие при попадании в экстремальные внешние условия.

В классификации индуцирующих ИСС факторов Ч.Гарта [10] учитываются возможности психического аппарата перерабатывать информацию. Он выделяет следующие три группы информационных факторов, с которыми может «не справиться» сознание человека:

- перегруженность раздражителями;
- полное отсутствие раздражителей, депривация;
- аномальные раздражители, на которые не сформированы адекватные реакции.

В.В.Кучеренко с соавторами [5] при классификации причин возникновения ИСС помимо уже перечисленных факторов большое значение придают особенностям дыхания (гипервентиляции легких или длительная задержка дыхания), а также наличию невротических и психотических заболеваний.

В.В.Козлов[4], пожалуй, единственный из исследователей основывает свою классификацию на «человеческом факторе». Он рассматривает ИСС, индуцированные только психотехническими приемами. Среди факторов, обуславливающих возникновение и переживание этого состояния, он выделяет:

- тренированность, уровень организованности внимания-осознания
- опыт «освоения территорий ИСС»
- физическое, психическое состояние и личные особенности человека.

Классификацию российского исследователя О.В.Гордеевой [2] можно отнести ко второму направлению. Она предлагает различать низшие и высшие измененные состояния сознания. Первые, по ее мнению, являются способами дезорганизации психической жизни, вторые - напротив, способами повышения уровня ее организации.

Предложенное В.В. Козловым понимание ИСС можно отнести к третьему типу классификаций, описывающих особенности состояния субъекта при изменениях сознания. В.В. Козлов предлагает карту уровней ИСС, где в континууме уровней измененности сознания имеются следующие крайние шкалы:

- состояние четкого, ясного, полного сознания, переживаемое как предельное, пиковое состояние сознания, которое сродни инсайту или озарению;
- глубокое психоделическое состояние сознания, с характерными психофизиологическими сдвигами.

В промежутке между этими двумя точками континуума В.В. Козлов выделяет такие состояния как «транс» (вид сумеречного помрачения сознания с нарушением ориентировки в окружающем), «нулевое» состояния сознания (полное отсутствие всякого осознания, аналогичное глубокому сну), а также «особое состояние измененного сознания», в котором происходят качественные изменения психических процессов. Для определения глубины измененности сознания В.В.Козлов также выделяет несколько переменных.

С. Кардаш [3] при описании самого процесса переживания ИСС рассматривает суженные и расширенные состояния сознания. К расширенным ИСС по субъективным ощущениям он относит состояния сверхбодрствования и озарения, трансперсональные переживания, предсмертный опыт. При этом он указывает на увеличение общей активности коры головного мозга и синхронизацию работы его отделов. Суженные ИСС, согласно Кардашу, более близки к состоянию транса. В легких формах суженные

состояния сознания сопутствуют деятельности, требующей большой концентрации. При этом происходит избирательное увеличение активности отдельных участков головного мозга.

Анализ литературных источников, посвященных проблеме измененных состояний сознания, указывает на то, что психологическая наука находится только на стадии теоретического определения области исследования этого явления. Таким образом, возникает необходимость изучения ИСС с точки зрения факторов, связующих их причины и процессы их протекания, которые могут (или не могут) повлиять на личностную трансформацию человека. Именно эти факторы не учитываются в современных исследованиях феномена ИСС. Ни в одной из известных классификаций среди переменных, связанных с протеканием и последствиями ИСС, не рассматриваются такие, как личный опыт человека, его духовные, религиозные, мировоззренческие и нравственные ориентации. Все это требует дальнейшего научного изучения в рамках исследования феномена ИСС.

1. Блейхер В.М. Эпонимические термины в психиатрии, психотерапии и медицинской психологии. Словарь. – К.: Віщца школа, головне ізд-во, 1984. – 448 с.
2. Гордеева О.В. Проблема сознания и его измененных состояний. Доклад 19 сентября 2002 года – <http://www.mgppi.ru/news/pr003.html>
3. Кардаш С. Измененные состояния сознания. – Донецк: «Сталкер», 1998. – 416 с.
4. Козлов В. В. Истоки осознания: теория и практика интегративных психотехнологий / В. В. Козлов; Международная академия психологических наук. – Мн.: ООО "Полібіг", 1995. – 304 с.
5. Кучеренко В.В. и др. Измененные состояния сознания: психологический анализ // Психология сознания. Хрестоматия / Сост. и общ. ред. Л.В. Куликова. – СПб.: Питер, 2001. – С. 403-412.
6. Людвиг А. Измененные состояния сознания // Тарт Ч. Измененные состояния сознания / Пер. с англ. Е. Филиной, Г. Закарян. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 288 с.
7. Спивак Д. Л. Измененные состояния сознания: психология и лингвистика. – СПб.: «Изд. Дом Ювента», Филологический ф-т СпбГУ, 2000. – 296 с.
8. Спивак Л. И. Измененные состояния сознания у здоровых людей (постановка вопроса, перспективы исследования) // Физиология человека. Том 14, № 1. 1988. – С. 138-147.
9. Справочник по психиатрии /Под ред. А.В. Снежневского. – М.: Медицина, 1985. – 416 с.
10. Charles T. Tart. Altered States of Consciousness. – 1999, Journal of Consciousness Studies-Online ([www.paradigm-sys.com/cttart/](http://www.paradigm-sys.com/cttart/)).

Репозиторий БГМУ