

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ: СОВРЕМЕННЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ И ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ**

**Рустамова Мухлиса Мансуржон кизи**<sup>1</sup>

<sup>1</sup> КГПИ, магистр 01/24 ПП МАГ (СОП)

E-mail: [rustamovamuxlisa2003@gmail.com](mailto:rustamovamuxlisa2003@gmail.com)

**ИНФОРМАЦИЯ О СТАТЬЕ**

**АННОТАЦИЯ:**

**ИСТОРИЯ СТАТЬИ:**

Received: 013.02.2025

Revised: 14.02.2025

Accepted: 15.02.2025

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:**

психическое состояние, психологическая диагностика, когнитивные процессы, психофизиологические исследования, эмоциональное благополучие.

*Психическое состояние личности является ключевым фактором, определяющим её эмоциональное благополучие, когнитивные процессы и поведенческие реакции. В данной статье рассматриваются современные теоретические подходы к изучению психического состояния, а также диагностические методы, применяемые в психологической практике. Особое внимание уделяется когнитивным, нейропсихологическим и психофизиологическим методам исследования, их преимуществам и ограничениям.*

**ВВЕДЕНИЕ.** Психическое состояние личности определяет её адаптационные возможности, уровень стресса, эмоциональную устойчивость и когнитивную активность. Современная психология использует различные методы диагностики психического состояния, позволяющие выявить не только текущее эмоциональное состояние, но и прогнозировать возможные психологические риски.

Цель исследования: анализ современных методов диагностики психического состояния личности и их практического применения.

Задачи:

1. Рассмотреть теоретические подходы к изучению психического состояния.

2. Описать современные методы диагностики.

3. Проанализировать возможности их практического использования.

### **1. Теоретические основы психического состояния личности**

#### **1.1. Определение и структура психического состояния**

Психическое состояние – это динамическое состояние психики, отражающее уровень активации, эмоциональный фон и когнитивные процессы личности (Рубинштейн, 2003). Оно включает:

Эмоциональную сферу (уровень тревожности, стрессоустойчивость).

Когнитивную сферу (внимание, память, мышление).

Психофизиологические параметры (уровень возбуждения, физиологические реакции).

#### **1.2. Основные теоретические подходы**

Когнитивный подход (Бек, 1967) рассматривает психическое состояние через призму автоматических мыслей и когнитивных схем.

Психофизиологический подход (Лурия, 1973) изучает связь между мозговой активностью и психическими состояниями.

Гуманистический подход (Маслоу, 1954) анализирует влияние самоактуализации на психическое благополучие.

### **2. Современные методы диагностики психического состояния**

#### **2.1. Психометрические методы**

Опросники и тесты являются одним из наиболее распространённых методов диагностики. Среди них:

Шкала тревожности Спилбергера (Spielberger, 1983).

Тест "САН" (Состояние, Активность, Настроение) – позволяет оценить текущее эмоциональное состояние.

Миннесотский многофазный личностный опросник (MMPI) – определяет широкий спектр психических состояний.

Преимущества: стандартизированные процедуры, высокая валидность.

Ограничения: субъективность самоотчётов.

#### **2.2. Когнитивные и нейропсихологические методы**

Методы оценки внимания и памяти (Проба Струпа, тест Векслера).

Нейропсихологические батареи тестов (Лурия-Небраска).

Преимущества: объективная оценка когнитивных процессов.

Ограничения: необходимость специальной подготовки специалистов.

### 2.3. Психофизиологические методы

Используются для выявления связи между физиологическими показателями и психическим состоянием.

ЭЭГ (электроэнцефалография) – анализ активности мозга.

КГР (кожно-гальваническая реакция) – оценка уровня стресса.

Функциональная МРТ – определение активности различных зон мозга.

Преимущества: высокая объективность, возможность выявления скрытых психических состояний.

Ограничения: высокая стоимость, сложность интерпретации данных.

## Introduction

The mental state of an individual defines their adaptive capacities, stress levels, emotional resilience, and cognitive activity. Modern psychology employs various diagnostic methods to assess not only current emotional states but also to predict potential psychological risks.

Research objective: To analyze modern methods for diagnosing mental states and their practical application.

Research tasks:

1. Examine theoretical approaches to studying mental states.
2. Describe modern diagnostic methods.
3. Analyze their practical applications.

## 1. Theoretical Foundations of Mental States

### 1.1. Definition and Structure of Mental States

A mental state is a dynamic condition of the psyche that reflects the level of activation, emotional background, and cognitive processes of an individual (Rubinstein, 2003). It includes:

Emotional domain (anxiety levels, stress resilience).

Cognitive domain (attention, memory, thinking).

Psychophysiological parameters (arousal level, physiological responses).

### 1.2. Major Theoretical Approaches

Cognitive Approach (Beck, 1967) examines mental states through automatic thoughts and cognitive schemas.

Psychophysiological Approach (Luria, 1973) studies the link between brain activity and mental states.

Humanistic Approach (Maslow, 1954) explores the impact of self-actualization on psychological well-being.

## **2. Modern Methods of Diagnosing Mental States**

### **2.1. Psychometric Methods**

Questionnaires and tests are widely used diagnostic tools, including:

Spielberger State-Trait Anxiety Inventory (STAI) (Spielberger, 1983).

SAN Test (State, Activity, Mood) – assesses the current emotional state.

Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI) – measures a broad spectrum of psychological conditions.

Advantages: standardized procedures, high validity.

Limitations: subjectivity of self-reports.

### **2.2. Cognitive and Neuropsychological Methods**

Attention and Memory Tests (Stroop Test, Wechsler Test).

Neuropsychological Test Batteries (Luria-Nebraska Battery).

Advantages: objective assessment of cognitive processes.

Limitations: requires specialized training for professionals.

### **2.3. Psychophysiological Methods**

Used to determine correlations between physiological indicators and mental states.

EEG (Electroencephalography) – analyzes brain activity.

GSR (Galvanic Skin Response) – measures stress levels.

Functional MRI (fMRI) – assesses activity in different brain regions.

Advantages: high objectivity, ability to detect hidden mental states.

Limitations: high cost, complexity of data interpretation.

## **Заключение**

Современные методы диагностики психического состояния личности позволяют детально изучить её эмоциональное и когнитивное функционирование. Будущие исследования должны быть направлены на разработку комплексных диагностических методик, сочетающих психометрические, когнитивные и психофизиологические подходы.

## **Conclusion**

Modern diagnostic methods for mental states allow for a detailed examination of an individual's emotional and cognitive functioning. Future research should focus on developing comprehensive diagnostic techniques that integrate psychometric, cognitive, and psychophysiological approaches.

**Список литературы:**

1. Бек, А. (1967). Когнитивная терапия и эмоциональные расстройства. Нью-Йорк: International Universities Press.
2. Лурия, А. Р. (1973). Основы нейропсихологии. Москва: МГУ.
3. Маслоу, А. (1954). Мотивация и личность. Нью-Йорк: Harper.
4. Рубинштейн, С. Л. (2003). Основы общей психологии. Санкт-Петербург: Питер.
5. Спилбергер, Ч. (1983). Руководство по шкале тревожности. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.

**References:**

1. Beck, A. (1967). Cognitive Therapy and Emotional Disorders. New York: International Universities Press.
2. Luria, A. R. (1973). The Fundamentals of Neuropsychology. Moscow: MSU.
3. Maslow, A. (1954). Motivation and Personality. New York: Harper.
4. Rubinstein, S. L. (2003). Fundamentals of General Psychology. St. Petersburg: Piter.
5. Spielberger, C. (1983). Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Palo Alto: Consulting Psychologists Press.

