

## АНАЛИЗ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ОСНОВ ВЫДЕЛЕНИЯ ХАРАКТЕРИСТИК ИЗМЕНЕННЫХ СОСТОЯНИЙ СОЗНАНИЯ

©2014 К.Г.Дорошко

Поволжская государственная социально-гуманитарная академия

Статья поступила в редакцию 30.06.2014

В статье рассматриваются различные подходы к классификации и выделению характеристик состояний сознания. Осуществляется сравнительный анализ приведенных характеристик, соотнесение с точки зрения компонентов сознания, а так же психических процессов. В результате показано их содержательное сходство, основанное на релевантных психических процессах.

*Ключевые слова:* Измененные состояния сознания (ИСС), измерения, психические процессы характеристики, 5D-ASC, PCI.

Понятие «Измененных состояний сознания» («ИСС») выступает как класс неких состояний, оно является обобщающим, внутри которого существуют множество других более конкретных состояний. Существует несколько подходов к подразделению ИСС: по условию возникновения, по репрезентации определенных психических функций<sup>1</sup>. Выделение конкретных состояний встречается в понимании шаманизма: транс, одержимость, экстаз<sup>2</sup>. Это разделение является результатом классификации наблюдений опыта переживания ИСС, оно основано на отношении к ИСС как к состояниям выполняющим некую функцию. Разделение на конкретные состояния зависит от выбранного исследователем критерия.

Феномены ИСС, являясь разновидностями состояния сознания, выходящими за пределы рационализируемого опыта, позволяют нам рассмотреть возможность перенесения их характеристик, выраженных в признаках, на другие, «обычные» состояния сознания. Крайняя степень нестандартности для человека переживаемого опыта, однозначно судить о возможности полноценного переноса всех характеристик. Результатом возникновения таких признаков опыта переживания ИСС могут являться как проявление изменения некоего уровня активации

характеристики так и появление нового не проявленного ранее элемента. Тем не менее, такой анализ поможет приложить огромный массив материала как теоретического так и эмпирического в рамках исследований ИСС к исследованиям сознания.

Если обратиться к отличительным характеристикам ИСС, то их признаками (по Людвигу) принято считать общие черты свойственные в той или иной мере всем ИСС<sup>3</sup>. Ими являются изменение в мышлении, искажение чувства времени, потеря контроля, изменение образа тела, изменение в эмоциональном выражении, изменение восприятия, изменение смысла и значения, переживание чувства невыразимости, переживание чувства возрождения, гипервнушаемость. Ч.Тарт выделили свои характеристики ИСС<sup>4</sup>. Основой для них послужили предложенные им подсистемы сознания, которые в свою очередь являются классификацией паттернов многообразного опыта переживаний и поведения в ИСС<sup>5</sup>. На них стоит остановиться поподробнее. 1) *Экстериоцептивность* (Exteroception) – изменение в ощущении сенсорных стимулов от внешнего мира (видение сияния вокруг вещей, изменение в ощущении глубины, перспективы). 2) *Интероцепция* (Interoception) – ощущение собственного тела. Оно включает в себя: изменение в образе (схеме) тела, изменение в ощущениях деятельности внутренних органов, появление новых телесных ощущений не свойственных обычным состояни-

<sup>0</sup> *Дорошко Кирилл Геннадьевич аспирант кафедры социальной психологии факультета психологии.*

*E-mail: Doroshko.Kirill@psqa.ru*

<sup>1</sup> *Гордеева О.В.* Культурно-историческая теория Л.С.Выготского как методологическая основа изучения измененных состояний сознания // *Измененные состояния и культура.* Хрестомат. / автор-сост. О.В.Гордеева – СПб.: 2009. – С. 62 – 78; *Стивак Л.И., Стивак Д.Л.* Измененные состояния сознания: типология, семиотика, психофизиология // *Сознание и физическая реальность.* – 1996. – Т. 1. – № 4. – С. 48 – 55.

<sup>2</sup> *Соленов И.В.* Экстатические измененные состояния сознания в религиозной практике шаманизма // *Вопросы психологии.* – 2012. – №6. – С. 45 – 55.

<sup>3</sup> *Людвиг А.* Измененные состояния сознания // *Измененные состояния сознания* / ред. Ч.Тарт. – М.: 2003. – С. 14 – 37.

<sup>4</sup> *Tart C.* States of consciousness. – New York: Dutton, 1975 [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.psychedelibrary.org/soc2.htm> (Дата обращения: 20.05.2014).

<sup>5</sup> *Tart C.* Psi and States of Awareness. – New York: Parapsychology Foundation / B.Shapin, L. Coly (Eds.). – 1978. – Pp. 180 – 210.

ям (ощущение силы, энергии, ее определенная локализация). 3) *Обработка поступающей информации* (Input processing) – изменение в сенсорной чувствительности, возбужденности; изменение сенсорной интенсивности; изменение в соотношении сенсорных модальностей между собой; иллюзии, галлюцинации, и другие сенсорные персеверации. 4) *Эмоции* – изменение в эмоциональном отклике на стимулы; повышенная интенсивность эмоции. 5) *Память* – изменение в непрерывности памяти с течением времени, неявное чувство присутствия непрерывности или попытка сравнить текущий опыт с теми ожиданиями которые были сформированы на основе воспоминаний; проверка деталей окружающей среды с тем как они были запомнены. 6) *Чувство времени* – необычное ощущение здесь-и-сейчас; изменение в направлении течения времени, его скорости; ощущение безвременья. 7) *Чувство идентичности* – чувство несоответствия своей идентичности, ее необычность; отчуждение, отказ от обычной своей идентификации. 8) *Оценочная и когнитивная обработка* (evaluative and cognitive processing) – изменение в частоте, качестве и логичности умозаключений. 9) *Двигательная реакция* (motor output) – изменение в количественных и качественных характеристиках контроля своего тела; изменение в ощущениях тела в движении; паралич, тремор и т.п. 10) *Взаимодействие со средой* (interaction with the environment) – невозможное или необычное поведение; изменение голоса; изменение в ориентировании; включенность в окружающий мир или полное абстрагирование от него; изменение во взаимодействии с окружающими. Несмотря на концептуальную схожесть этих двух подходов, различие в теоретических конструктах не позволяет их объединить<sup>6</sup>.

Еще один подход к организации признаков ИСС предложенный Дитрихом, описан в работе Э.Штудеруса с коллегами<sup>7</sup>. Анализируя множественные особенности переживаний в ИСС, он пришел к выводу, что они могут являться формами определенных, единых для всех ИСС пространств (измерений) (dimensions). Возможность такой генерализации особенностей ИСС он проверил эмпирически, что позволило ему создать методику определения

<sup>6</sup> Thapa K., Murthy V. Experiential characteristics of certain altered states of consciousness // The journal of transpersonal psychology, 1985. – vol. 17, No.1. – pp. 77 – 86.

<sup>7</sup> Studerus E., Gamma A., Vollenweider F. Psychometric Evaluation of the Altered States of Consciousness Rating Scale (OAV) // PLoS One. – 2010. – Vol.5, Iss. 8. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0012412> (22.04.2014).

ИСС (5D-ASC)<sup>8</sup>. Приведем эти измерения: 1) OBN (Oceanic Boundless) – Переживание мистического опыта (переживание чувства блаженства, вечности и единства со вселенной). Часто описывается как религиозное состояние. 2) DED (Dread of ego dissolution) – Негативное переживание диссоциации эго, дереализация, деперсонализация. 3) VRS (Visionary restructuring) – Описывает изменение в визуальном восприятии, а так же в сопровождающих их значениях. 4) AUA (Auditory alterations) – Аналог VRS, включает в себя изменение ощущений аудиальной модальности, изменение в смысловом значении аудиальных стимулов. 5) VIR (Vigilance reduction) – Описывает переживание понижения активности любых психических процессов, а так же общее впечатление от текущего состояния как «замедляющегося» («сонливость, туманность сознания и восприятия, замедление мыслей и действий»). Можно заметить сходство между некоторыми, конкретными характеристиками в подходах разных авторов, а так же между психических процессов. За исключением подхода Дитриха, который как видно из описания измерений, концептуально является наиболее обширным и генерализирующим. Измерения в подходе Дитриха являются обобщающими множество примеров опыта ИСС. Лишь VRS и AUA могут быть непосредственно рассмотрены с позиции психических процессов, как представители процесса ощущения и восприятия.

Аналогичный подход, классификации паттернов опыта и их интенсивности, использует А.Пекала. Он выделяет 12 крупных (major) и 14 малых (minor) «измерений» (dimensions)<sup>9</sup>. Малые измерения входят в состав пяти крупных. Приведем их и поясним некоторые из них: 1) Измененное восприятие (altered experience), а) ощущение тела (body image) – описывает изменение телесных чувств («чувствовать кожей», ощущать весь мир), б) чувство времени (time sense) – изменение ощущения течения времени, в) необычная значимость (unusual meaning) – описывается переживанием чувств благоговения, трепета, г) восприятие (perception) – восприятие того каким предстает окружающий мир; 2) Позитивный аффект (positive affect) (радость (joy), сексуальное возбуждение (sexual excitement), любовь (love)); 3) Негативный аффект (negative affect) (страх (fear), гнев (anger), печаль (sadness)); 4) Внимание (attention), а) направленность (direction) – на-

<sup>8</sup> Studerus E., Gamma A., Vollenweider F. Psychometric Evaluation of the Altered States of Consciousness ...

<sup>9</sup> Pekala R.J. Quantifying consciousness: An empirical approach. – New York: Plenum Press, 1991 – P. 127 – 134.

правленность внимания на внешний мир или в себя, б) объем (absorption); 5) Визуальная образность (visual imagery) (количество (amount), живость (vividness)); 6) Самоосознание (self-awareness); 7) Измененное состояние осознанности (altered state of awareness); 8) Рациональность (rationality); 9) Внутренний диалог (internal dialogue) – проговаривание внутреннего диалога вслух; 10) Волевой контроль (volitional control); 11) Память (memory)

– четкость воспоминаний; 12) Возбуждение (arousal) – измерение возбуждения описывает повышение или понижение уровня активности (примерами могут являться состояние сонливости или крайнего возбуждения). Данные «измерения» используются в разработанной А.Пекала методики PCI (Phenomenology of Consciousness Inventory) для картографии субъективного опыта в различных ситуациях.

**Таб. 1.** Сравнение описательных категорий опыта по Ч.Тарта, А.Людвига и А.Пекала

	По Ч.Тарту	По А.Людвигу	По А.Пекала
Ощущение и восприятие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Экстериочептивность</li> <li>• Интериоцепция</li> <li>• Обработка поступающей информации</li> <li>• Двигательная реакция</li> <li>• Чувство времени</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изменение восприятия</li> <li>• Изменение образа тела</li> <li>• Искажение чувства времени</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Измененное восприятие</li> <li>• Визуальная образность</li> </ul>
Мышление	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Оценочная и когнитивная обработка</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изменение в мышлении</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рациональность</li> </ul>
Речь			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Внутренний диалог</li> </ul>
Внимание			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Внимание</li> </ul>
Память	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Память</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Память</li> </ul>
Воля		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Потеря контроля</li> <li>• Гипервнушаемость</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Волевой контроль</li> </ul>
Эмоции, чувства, переживания	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Эмоции</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изменение в эмоцион.выраж.</li> <li>• Чувство невыразимости</li> <li>• Чувство возрождения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Позитивный аффект</li> <li>• Негативный аффект</li> <li>• Необычная значимость</li> </ul>

Получаемая, в результате, «карта» становится характерным описанием конкретного состояния сознания субъекта, в том числе и при ИСС. Отдельным ответвлением этой методики стала PCI-НАР (hypnotic assessment procedure) направленная на измерение гипнотического состояния<sup>10</sup>. Приведённые выше характеристики имеют некоторое сходство. Они основываются на рефлексивном описании пережитого самим участником, на опыте субъекта переживаний в ИСС. Таким образом, доступной является лишь феноменальная сторона сознания. Рассматривая же сознание как подсистему психики дает основание предположить, что они имеют сходство основанное на психических процессах. Конкретные паттерны опыта переживания ИСС могут являться результатом преобладания одного процесса сверх других, что в дальнейшем может являться основой для определения конкретных ИСС. Уже использовался аналогичный принцип анализа признаков ИСС, исходящий из трансформации определённых психических процессов<sup>11</sup>. Однако, сравнительный

анализ характеристик ИСС содержания опыта у нескольких авторов не проводился. В приведённом перечне психических процессов (см. таб.1) отсутствуют процесс воображения<sup>12</sup>. В описаниях приведенных характеристик явного указания обособленного изменения в опыте не встречается. Однако, это может быть объяснено тем, что в силу сложности самого феномена ИСС он может быть рассмотрен как участник в изменениях сразу нескольких параметров. Некоторые психические процессы можно выделить лишь в одном из подходов. Одно из частных измерений («Необычная значимость») было отнесено к процессам эмоций и чувств, по аналогии с характеристикой по Людвигу. Однако, их можно трактовать и с другой стороны, как изменение в ценностных отношениях, что в таком случае исключает их отнесение к психическому процессу. Стоит обратить внимание, что определенные признаки ИСС не могут быть проанализированы с позиции ведущего психического процесса и представляют собой паттерн содержания переживания или же являются сложными по составу переживаниями, в которых трудно выделить конкретный психический процесс. Таким образом, некоторые признаки ИСС являются изменениями в характеристиках психики. Однако, сознание как продукт психики вбирает в себя психические процессы. И

<sup>10</sup> Quantifying consciousness: The PCI-NAР [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.quantifyingconsciousness.com/pci.htm> (27.05.2014).

<sup>11</sup> Гордеева О.В. Основные проблемы и направления теоретических исследований в психологии измененных состояний сознания // Гордеева О.В. Измененные состояния сознания: Природа, механизмы, функции, характеристики: Хрестоматия / авт.-сост.: Гордеева О.В. – М.: 2012. – С. 17 – 23.

<sup>12</sup> Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. В 2-х томах. – М.: 1989. – Т. I. – С. 344.

этому мы находим подтверждение, например, в структуре сознания в работах Ганзена<sup>13</sup>. Не поддаются однозначному отнесению к какому-либо психическому процессу: Изменение смысла и значения (Людвиг); Взаимодействие со средой и Изменение идентичности (Тарт); Измененное состояние осознанности, самосознания и возбуждение (Пекала). Эти трудности могут быть связаны как с концептуальным подходом самих авторов к так и с тем, что эти характеристики могут являться результатом изменения неких паттернов работы как сознания так и психики (и не являться результатом доминирования определённого психического процесса). Более глубокий анализ составляющих характеристик ИСС, показывает всю сложность некоторых переживаний при изменении в состояниях сознания, которые не могут быть объяснены с позиции лишь психических процессов. Эти случаи переживаний перекликаются с некоторыми характеристиками сознания. «Выделение себя из окружающего мира» в той или иной степени отмечают сразу у нескольких исследователей как характеристика сознания (Роттенберг, Шошин)<sup>14</sup>. Её же можно проследить в перечне Людвиг, в качестве характеристики ИСС изменения образа тела, или Тарта как изменение идентичности.

Следующая характеристика сознания «отражение действительности» выражается тезисом В.П.Зинченко «Внешний мир строится внутри, то есть в феноменальном, символическом поле ...», что соответствует искажению восприятия и обработке поступающей информации<sup>15</sup>. Функция познания окружающего мира встречается сразу у нескольких авторов, но в разных ипостасях. У Аллахвердова используется в качестве необходимости для сознания в конструировании смысла, что соответствует признаку «Изменение смысла или значения» и «Оценочная и когнитивная обработка»<sup>16</sup>.

С позиции психосемантического подхода к сознанию ИСС «являются одной из форм сознания, характеризующейся изменением форм

категоризации (себя, других людей, мира) и переходом от понятийных форм к эмоционально окрашенному языку образов и символов (по типу сновидного)»<sup>17</sup>. Психосемантический подход является наглядной иллюстрацией сложности содержания переживаний ИСС для классификации с позиции психических процессов. В результате методологического исследования психосемантики ИСС было выделено несколько изменяющихся категорий: 1) формы категоризации субъекта; 2) эмоциональной окраски отражаемого в сознании внутреннего опыта; 3) процессов самоосознания, рефлексии; 4) восприятия времени, последовательности происходящих во внутренней реальности событий. Категория процессов самоосознания и рефлексии в психосемантическом подходе находит связь с характеристикой изменения идентичности по Тарту. Что примечательно, оба подхода основаны на анализе элементов сознания. В подходе Тарта они выразились в структуре сознания, ее подсистемах и их взаимодействиях. В психосемантическом подходе категории сознания представляют собой устойчивые, обобщённые системы значений. Значения же опосредуют восприятие окружающего мира, а так же психические процессы. Из проведенного анализа видно, что признаки, характеристики состояния сознания могут быть соотнесены с конкретным психическим процессом. Но содержательно некоторые из них представляют собой более сложное явление, нежели увеличение степени проявления активности определённого психического процесса.

<sup>13</sup> Ганзен В.А., Гостев А.А. Систематика мысленных образов // Психологический журнал. – 1989. – Т.10. – №2. – С.12 – 21.

<sup>14</sup> Роттенберг В.С. Сновидение как особое состояние сознания // Многообразие видения. Сб. ст. В 2-х т. – Т.1.– Новочеркасск: 1994. – С. 148 – 158; Шошин П.Б. Пути концептуализации бессознательного // Многообразие видения. – Сб. ст. В 2-х т. – Т.1. – Новочеркасск: 1994. – С. 27 – 39.

<sup>15</sup> Зинченко В.П. Проблема внешнего и внутреннего и становление образа себя и мира как реализация сознания // Мир психологии. – 1999. – №1. – С. 97 – 104.

<sup>16</sup> Аллахвердов В.М. Сознание как парадокс. (Экспериментальная психологика). – СПб: 2000. – Т. 1.– С. 501. (Новые идеи в психологии).

<sup>17</sup> Петренко В.Ф. Многомерное сознание: психосемантическая парадигма. – М.: 2009. – С. 277.

## **ANALYSIS OF THEORETICAL BASIS OF CHARACTERISTICS OF ALTERED STATE OF CONSCIOUSNESS**

© 2014 K.G.Doroshko<sup>°</sup>

Samara State Academy of Social Sciences and Humanities

The article describes various principles of classification and determination of altered state of consciousness characteristics. The author uses a comparative analysis of characteristics based on relation of consciousness elements and mental processes. The research shows similarities between characteristics of altered states of consciousness, based on relevant mental processes.

*Key words:* altered state of consciousness (ASC), characteristics, dimensions, mental processes, 5D-ASC, PCI.

---

<sup>°</sup> *Kirill Gennadyevich Doroshko, Postgraduate student at the department of social psychology at the faculty of psychology. E-mail: [Doroshko.Kirill@psga.ru](mailto:Doroshko.Kirill@psga.ru)*