

image not found or type unknown



Человек всегда осознает свое психическое состояние, если обратит на него внутринаправленное внимание. Но далеко не всегда понимает причины его возникновения.

Причины психических состояний, как и других психических явлений, заключаются в действии среды на человека, но либо более сильном, либо более длительном, чем вызывающее психический процесс.

В конкретных условиях практической деятельности причинами того или иного психического состояния могут быть: состояние здоровья; ожидание приятного или неприятного; хорошее или плохое впечатление от окружающего; радостные или печальные воспоминания; настроение окружающих (руководителя или товарищей); характер работы (темп, ритм, усилия и т.д.); успешность или безуспешность работы; тон общения с окружающими.

Но все эти конкретные причины сводятся к трем основным:

- в каком состоянии находится организм человека;
- удовлетворяются или не удовлетворяются его потребности;
- как переживает он воздействия среды.

От внутреннего состояния человека, воздействий среды и потребностей зависит, будет ли психическое состояние оптимальным, стрессовым, депрессивным или внушенным.