УДК 612.821

**Психофизиология поведения**

***Свищёв Даниил Евгеньевич***

*Студент*

*Донской государственный технический университет*

*Ростов-на-Дону*

*E-mail:* exxferrl@gmail.com

*Психофизиология поведения — это междисциплинарная область, занимающаяся изучением взаимосвязей между психическими процессами и физиологическими реакциями организма. В статье рассматриваются основные концепции и методы исследования в данной области, а также влияние различных факторов на поведение человека. Обсуждаются современные исследования, направленные на понимание механизмов, лежащих в основе поведения, и их практическое применение в психологии, медицине и социальном поведении. Акцентируется внимание на значимости психофизиологического подхода для разработки эффективных методов лечения и реабилитации.*

***Ключевые слова:*** *психофизиология, поведение, психические процессы, физиологические реакции, междисциплинарное исследование, поведение человека, осознание себя, реабилитация.*

Вопросы, касающиеся предмета и задач психофизиологии, продолжают вызывать активные дискуссии и не имеют однозначных ответов. Некоторые исследователи утверждают, что психофизиология сосредоточена на изучении физиологических основ психической активности и поведения человека. В этом контексте основным направлением исследований становится анализ физиологических механизмов психических процессов на различных уровнях.

Существует и другая точка зрения, согласно которой психофизиология рассматривается как наука, исследующая физиологические механизмы субъективных явлений, состояний и индивидуальных различий. Основное различие между этими подходами заключается в том, что психофизиология может фокусироваться либо на физиологических аспектах психической деятельности, либо на субъективных переживаниях.

Сложность заключается в том, что субъективные явления являются основным способом, с помощью которого мы воспринимаем окружающий мир и осознаем себя. Однако их субъективность подразумевает, что они доступны только самому субъекту, и нет объективных методов для их оценки у других людей. В то же время психическую деятельность можно анализировать с использованием инструментов, доступных в психологии и физиологии, что открывает новые горизонты для исследования. Психофизиология поведения представляет собой область, которая исследует тесную связь между психическими явлениями и физиологическими ответами организма. Развитие данной дисциплины связано с необходимостью понимания, как эмоциональное и психическое состояние влияет на физиологические процессы, и наоборот. Исследования в этой области помогают объяснить, как различные факторы — физиологические, психологические и социокультурные — взаимосвязаны и как они влияют на поведение человека.

Изучение физиологических основ психических процессов на различных уровнях — системном, нейронном, синаптическом и молекулярном — должно стать центральной задачей психофизиологии. Такой подход позволяет сосредоточиться на тех аспектах, которые доступны для анализа, избегая при этом сложных и пока нерешенных вопросов.

Современные технологии, такие как функциональная томография, предоставляют возможность наблюдать за активностью мозга в процессе выполнения различных психических задач. Эти устройства могут служить индикаторами психической активности, позволяя установить корреляцию между нейронной активностью и психическими процессами. Однако, несмотря на эти достижения, мы все еще сталкиваемся с трудностью объяснения природы этой связи: как именно активность нейронных сетей формирует внутренний мир человека и его восприятие окружающей действительности, включая способность воспринимать цвета и другие характеристики объектов.

Мы воспринимаем пространство вокруг нас, хотя на самом деле это всего лишь модель, созданная нашим мозгом. Эта ментальная конструкция существует внутри нашего сознания, в то время как реальное пространство находится вне нас. Таким образом, психофизиология сталкивается с уникальной задачей: понять, как физические процессы в мозге могут порождать субъективные переживания и восприятие мира.

Независимо от того, как различные исследователи формулируют предмет и задачи психофизиологии, все они единодушны в том, что главной целью этой дисциплины является разрешение психофизиологической проблемы, которая считается краеугольным камнем психологической науки. Суть этой проблемы заключается в том, чтобы понять, как материальный субстрат — мозг — создает внутренний субъективный мир человека и каким образом взаимодействуют эти две, на первый взгляд, разные сущности.

Психофизиология основывается на нескольких ключевых концепциях. Во-первых, это понимание того, что психические процессы (такие как восприятие, эмоции, память и мышление) обладают физической основой, которая проявляется через изменения в физиологическом состоянии организма. Например, эмоции могут вызывать изменения в частоте сердечных сокращений, уровнях гормонов и других физиологических показателях.

Во-вторых, психофизиология учитывает влияние внешних факторов на поведение, таких как стресс, окружающая среда и социальные взаимодействия. Эти факторы могут оказывать значительное влияние на психическое состояние и, следовательно, на поведение человека.

В психофизиологии применяются различные методы, позволяющие изучать взаимосвязь между психикой и телом. К ним относятся:

1. Психофизиологические измерения: Мониторинг физиологических параметров, таких как сердечный ритм, кожно-гальваническая реакция, активность мозга (с помощью ЭЭГ и фМРТ), что позволяет установить связь между психологическими состояниями и физиологической реакцией.

2. Экспериментальные исследования: Проведение лабораторных экспериментов для изучения реакций на различные стимулы и условия, а также использование когнитивных тестов для оценки влияния психологических факторов.

3. Наблюдательные исследования: Сбор данных в естественных условиях, что позволяет исследовать поведение в контексте реальной жизни и учитывать влияние окружающей среды.

Современные исследования в области психофизиологии поведения охватывают широкий спектр тем, включая влияние стресса на здоровье, механизмы формирования привычек, а также влияние социальных взаимодействий на психическое состояние. Эти исследования имеют важные практические приложения в медицинской психологии, психотерапии, нейробиологии и социальных науках.

Например, понимание механизмов, которые связывают стрессовые условия с физиологическими ответами, способствует разработке программ по управлению стрессом и психотерапевтическим подходам для лечения тревожных расстройств. Кроме того, изучение влияния социальных факторов на поведение помогает в разработке интервенций, направленных на улучшение взаимопонимания и взаимодействия в группах.

Психофизиология поведения представляет собой динамично развивающуюся область, которая играет важную роль в понимании сложных взаимосвязей между психикой и физиологией. Изучение этих взаимосвязей не только расширяет наши знания о человеческом поведении, но и предоставляет ценные инструменты для разработки эффективных методов лечения и реабилитации. Понимание психофизиологических процессов способствует интеграции науки и практики, что позволяет более эффективно решать проблемы, связанные с психическим и физическим здоровьем.

**Список использованных источников**

1. Олехнович Б.Е., Самыгин С.И., Олехнович И.Б., Олехнович Б.Б. АКТУАЛЬНЫЕ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ СУЩЕСТВОВАНИЯ РЫНКА ПСИХОЛОГОПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ УСЛУГ. Вестник Донского государственного технического университета. 2012;12(3):78-86.

2. Бехтерева Н. П. Нейрофизиологические аспекты психической деятельности человека Л., 1974. 151 с.

3. Петровский А. В., Ярошевский М. Г. Психология: словарь. М., 1990. 368 с.

4. Шостак В. И., Лытаев С. А. Физиология психической деятельности человека: учеб. пособие по психофизиологии / Под ред. А. А. Крылова. СПб., 1999. 128 с.

**Форма заявки и требования к её оформлению**

|  |  |
| --- | --- |
| Фамилия, имя, отчество автора (соавторов) (полностью) | Свищёв Даниил Евгеньевич |
| Название статьи | Психофизиология поведения |
| Название секции | Психофизиология |
| Место работы (учебы) (полностью) | Донской государственный технический университет |
| Должность, ученая степень, звание | Студент |
| Почтовый адрес (с индексом), получатель (если необходим печатный вариант) + ФИО получателя +телефон (обязательно) | - |
| E-mail для связи | exxferrl@gmail.com |