

Нарушения процессов переживания как причина дисрегуляции психической активности

С.А. Лихачева

ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет»,
г. Казань

В статье рассматривается нарушение процессов переживания как причина дисрегуляции психической активности личности в отечественной психологической традиции. Переживание трактуется как механизм преобразования внешних событий во внутренний опыт и основание психической саморегуляции. Нарушения переживания приводят к искажению личностного смысла, утрате внутренней согласованности психических процессов и снижению адаптационных возможностей. Цель исследования – проанализировать роль нарушенных процессов переживания в формировании дисрегуляции психической активности. Исследование выполнено в формате теоретического анализа с использованием теоретико-концептуального, сравнительного и структурно-функционального подходов, а также обзора отечественных и зарубежных исследований. Показано, что блокировка, фрагментация и искажение переживания обуславливают распад механизмов саморегуляции, эмоциональную нестабильность и дезорганизацию поведения, особенно в критических жизненных ситуациях. Сделан вывод о системном характере дисрегуляции психической активности как следствии нарушений переживания.

***Ключевые слова:** переживание, нарушения переживания, дисрегуляция психической активности, регуляция психики, эмоционально-смысловые процессы, личностный смысл, психологическая дезадаптация, психическое состояние, внутренний опыт, критические ситуации.*

Введение

Проблема переживания занимает центральное место в отечественной психологии, поскольку именно через механизмы переживания осуществляется преобразование внешних событий во внутренний опыт субъекта. Л.С. Выготский рассматривал переживание как «единицу связи» между ситуацией развития и индивидуальными особенностями личности [4]. Он подчёркивал, что реакция человека на любую жизненную ситуацию определяется не столько объективными обстоятельствами, сколько тем, как они воспринимаются и переживаются [5]. В этой связи нарушения процессов переживания могут приводить к искажённой интерпретации событий, что становится основанием для дестабилизации психической деятельности и поведения.

© Лихачева С. А., 2026

Развитие концепции переживания в трудах С.Л. Рубинштейна позволило рассматривать его как форму активности субъекта, выражающую его отношение к миру и к себе [19]. В переживании осуществляется превращение внешнего события во внутренний факт, который определяет дальнейшее состояние и действия человека. Следовательно, нарушение переживания ведёт к разрыву между событием и его личностным смыслом, что может проявляться в эмоциональной неустойчивости, когнитивных искажениях и поведенческой дезорганизации [20].

В теории деятельности А.Н. Леонтьева переживание анализируется в контексте формирования личностного смысла [12]. Деятельностный подход подчёркивает, что психическая регуляция опирается на согласованность мотивов, целей и смыслов. Когда переживание утрачивает способность преобразовывать жизненные обстоятельства в устойчивую систему смыслов, нарушается целостность деятельности субъекта и его способность к саморегуляции. Таким образом, сбой в процессе переживания неизбежно приводит к нарушению смысловой и операциональной структуры психической активности.

Особую значимость для понимания механизмов дисрегуляции приобретает концепция переживания критических ситуаций, разработанная Ф.Е. Василюком [3]. Он рассматривал переживание как процесс преодоления, направленный на восстановление утраченной целостности внутреннего мира. Если этот процесс оказывается заблокирован или протекает деструктивно, человек утрачивает возможность конструктивного выхода из кризиса, что приводит к нарушениям эмоционально-волевой сферы, утрате контроля над поведением и снижению способности к адаптации. Ф.Е. Василюк подчёркивал, что нарушенное переживание становится источником глубокой внутренней дезорганизации и может выступать ключевым фактором формирования психических расстройств.

Совокупность этих теоретических подходов позволяет рассматривать переживание как универсальный механизм регуляции психической деятельности. Нарушение же переживания выступает фундаментальной причиной дисрегуляции психической активности, поскольку затрагивает базовые уровни взаимодействия человека с окружающей средой [11] – от смысловой структуры сознания до практической деятельности [10]. Анализ природы и проявлений таких нарушений представляет собой важнейшую научную задачу, имеющую не только теоретическую, но и значимую практическую ценность в условиях роста стрессогенных факторов и социальных трансформаций.

Несмотря на значительный вклад классических психологических концепций в понимание природы переживания, в современной научной литературе недостаточно раскрыт вопрос о том, каким образом

нарушения переживания приводят к дисрегуляции психической активности в условиях возрастающей социальной и эмоциональной нагрузки. В условиях современных социально-экономических и информационных стрессогенных факторов проблема нарушений переживания приобретает особую актуальность. Повышение уровня неопределённости, нестабильности и связанных с ними эмоциональных нагрузок приводит к тому, что всё больше людей сталкиваются с трудностями в осмыслении происходящего, восстановлении внутренней целостности и регуляции своего состояния. Нарушенное переживание становится не просто частным психологическим феноменом, а фактором риска развития тревожных, депрессивных, стрессовых и когнитивно-поведенческих нарушений, что подчёркивает его общественную и практическую значимость.

Таким образом, цель исследования заключается в анализе влияния нарушений процессов переживания на дисрегуляцию психической активности, а также в выявлении основных механизмов, обуславливающих эту взаимосвязь.

Материалы и методы

Материалами исследования послужили работы, рассматривающие проблему переживания, регуляции психической активности и механизмы психологической дисрегуляции. В исследовании были использованы как классические труды, так и современные публикации, которые рассматривают переживание как смыслообразующий и эмоционально-регуляторный процесс. В ходе исследования был проведен комплексный анализ научных работ, посвященных изучению влияния стресс-факторов на психологическую устойчивость и структуру субъективного опыта индивида.

Методологическую основу исследования составили теоретический анализ психологических категорий переживания и саморегуляции, сравнительный анализ подходов к изучению переживания в различных психологических школах, структурно-функциональный анализ регуляторной роли переживаний и механизмов их нарушения, интегративное моделирование взаимосвязи нарушений переживания и дезорганизации психической активности на основе систематизации эмпирических данных. Использование указанных методов позволило обосновать теоретическую связь между нарушением процессов переживания и возникновением дисрегуляции психической активности, а также выделить ключевые механизмы этого процесса.

Результаты и обсуждения

В современной психологической науке понятие саморегуляции рассматривается как одно из ключевых для понимания организации поведения и психической активности личности [8]. Анализ научной литературы показывает, что саморегуляция определяется как организованный и целенаправленный процесс, обеспечивающий

мобилизацию внутренних психических ресурсов и поддержание функционального состояния, необходимого для эффективной деятельности [1]. Саморегуляция не сводится к отдельным произвольным актам, а представляет собой целостную систему, включающую эмоциональные, когнитивные, мотивационные и волевые компоненты [13].

Исследования онтогенеза эмоциональной регуляции показывают, что способность к интеграции и осмыслению эмоционального опыта формируется постепенно и может существенно нарушаться при атипичном развитии, что создаёт предпосылки для устойчивой дисрегуляции психической активности [7].

В рамках системного и личностно ориентированного подходов подчёркивается, что структура саморегуляции может варьироваться в зависимости от направленности личности, системы её ценностей и целей, а также условий деятельности [26]. Эмоциональная регуляция в этом контексте рассматривается как специфический компонент саморегуляции, обеспечивающий организацию психического состояния и поведения [18]. Исследователи выделяют организующую модальность эмоциональной регуляции, способствующую поддержанию мотивации и активности, и препятствующую модальность, при которой эмоции снижают уровень самоконтроля и затрудняют целенаправленное поведение [21].

Нарушение согласованности компонентов саморегуляции приводит к формированию различных форм дисрегуляции поведения [25]. Дисрегуляция проявляется в снижении гибкости регуляторных процессов, неадекватном выборе стратегий эмоционального и поведенческого реагирования, нарушении целенаправленности активности [16]. В этих условиях поведение утрачивает адаптивный характер, а психическая активность становится неустойчивой, что создаёт предпосылки для дезадаптации и развития психических нарушений [27].

Современные статистические данные свидетельствуют о высокой распространённости нарушений, связанных с дисрегуляцией психической активности. По оценкам Всемирной организации здравоохранения, в мире более 1 млрд человек живут с различными психическими расстройствами, при этом тревожные и депрессивные расстройства являются наиболее распространёнными и затрагивают сотни миллионов людей [2]. Исследования показывают, что такие нарушения нередко возникают не вследствие изолированных расстройств отдельных психических функций, а в результате сбоя интегративных механизмов внутренней регуляции, среди которых ключевую роль играет переживание.

Отечественные авторы подчёркивают, что при нарушении эмоционально-волевой регуляции психическая деятельность утрачивает

целенаправленный и организованный характер. Так, В.И. Крылов и Д. Ю. Бутылин указывают, что ослабление регуляторных механизмов приводит к снижению контроля над психическими состояниями и поведением, формированию навязчивых реакций и общей дезорганизации активности субъекта [10]. В данном контексте дисрегуляция может рассматриваться как следствие неспособности субъекта переработать значимую ситуацию на уровне переживания.

С позиции ценностно-смысловой регуляции поведение и психическая активность личности зависят от устойчивости системы личностных смыслов. Б.А. Ясько и Ю.К. Вольвич подчёркивают, что нарушение смысловой регуляции приводит к утрате внутренней опоры, снижению мотивационной направленности и росту эмоциональной нестабильности [23]. Поскольку формирование личностного смысла осуществляется именно в процессе переживания, его нарушение становится фактором распада целостной регуляции психической активности.

А.О. Прохоров, анализируя ментальные механизмы регуляции психических состояний, отмечает, что дисрегуляция возникает в условиях несогласованности когнитивных, эмоциональных и смысловых процессов. Автор подчёркивает, что при утрате способности к осмыслению и внутреннему контролю состояния приобретают хаотичный характер и перестают выполнять адаптивную функцию [17]. В этом смысле нарушенное переживание может рассматриваться как «слабое звено» регуляторной системы. Данные о нейрофизиологических коррелятах эмоциональной дисрегуляции дополняют эти представления, указывая на биологические ограничения интеграции переживания при нарушениях развития [6].

Зарубежные исследования также подтверждают связь между нарушениями внутренней переработки опыта и дисрегуляцией психической активности. Таким образом, дисрегуляция психической активности может быть интерпретирована как системное следствие нарушенного переживания, при котором субъект утрачивает способность к целостной внутренней переработке событий и регуляции своего психического состояния.

Особое значение нарушения переживания приобретают в условиях критических и пограничных жизненных ситуаций, требующих активной внутренней переработки опыта. Такие ситуации характеризуются высокой эмоциональной насыщенностью, неопределённостью и угрозой утраты значимых жизненных ориентиров, что существенно повышает нагрузку на регуляторные механизмы психики [24].

И.А. Шаповал, анализируя неравновесные состояния личности, показывает, что в пограничных ситуациях дезорганизация психической активности возникает в тех случаях, когда субъект не способен

выстроить целостный сценарий осмысления происходящего [22]. Автор подчёркивает, что отсутствие завершённого переживания приводит к фиксации на фрагментах опыта и усилению внутреннего напряжения.

В контексте переживания критических ситуаций важны данные о последствиях психической травмы. Исследования, посвящённые нарушениям регуляции эмоций после травматических событий, показывают, что непрожитый травматический опыт приводит к хроническим нарушениям эмоциональной регуляции, тревожности и снижению адаптационных ресурсов личности [15]. Эти результаты подтверждают положения Ф.Е. Василюка о том, что блокировка процесса переживания препятствует восстановлению внутренней целостности.

Таблица 1

Критические ситуации и формы дисрегуляции психической активности

Тип критической ситуации	Особенности переживания ситуации	Нарушения процессов переживания	Формы дисрегуляции психической активности
Социально-экономический кризис, утрата работы	Повышенная субъективная значимость ситуации, угроза социальной идентичности	Блокировка переживания, фиксация на тревожных ожиданиях	Снижение активности, тревожность, дезорганизация поведения
Психотравмирующие события	Высокая эмоциональная интенсивность, ощущение утраты контроля	Незавершённое переживание, фрагментация опыта	Эмоциональная нестабильность, хроническая тревога
Пограничные жизненные ситуации	Неопределённость, противоречивость внутренних переживаний	Застревание переживания, нарушение смыслообразования	Неравновесные состояния, импульсивность
Экзистенциальные кризисы	Утрата жизненных ориентиров и смыслов	Искажение или утрата личностного смысла	Апатия, снижение мотивации, эмоциональное истощение
Хронический стресс	Длительное эмоциональное напряжение	Накопление непрожитых переживаний	Истощение регуляторных ресурсов, эмоциональное выгорание
Социальная изоляция	Ограничение межличностных контактов	Ослабление рефлексии и вербализации переживаний	Снижение психической активности, депрессивные состояния

Современные зарубежные исследования подчёркивают роль смыслового компонента в преодолении кризисных состояний. Трудности

регуляции эмоций усиливаются в условиях высокой субъективной значимости событий и недостаточной способности к их внутренней переработке. Особенно отчётливо рост психических нарушений проявляется в условиях масштабных социальных и кризисных ситуаций. Так, по данным Всемирной организации здравоохранения, в первый год пандемии COVID-19 распространённость тревожных и депрессивных расстройств увеличилась более чем на 25 % [14]. Исследователи связывают этот рост с повышением уровня неопределённости, социальной изоляцией и утратой привычных форм жизненной организации, что существенно осложняет процессы переживания и внутренней переработки опыта [9]. Это подтверждает, что именно переживание критической ситуации выступает ключевым механизмом, определяющим либо восстановление психического равновесия, либо его дезорганизацию.

Анализ различных типов критических ситуаций (см. табл. 1) показывает, что формы дисрегуляции психической активности варьируют в зависимости от особенностей переживания ситуации и степени его нарушения, при этом ключевым фактором выступает утрата смысловой и эмоциональной целостности внутреннего опыта.

Таким образом, переживание критических ситуаций является определяющим фактором сохранения или утраты регуляции психической активности. При нарушении этого процесса возрастает риск устойчивой дезорганизации психики, что проявляется в эмоциональной нестабильности, снижении смысловой опоры и нарушении поведения.

Результаты проведённого теоретического анализа позволяют сформулировать ряд рекомендаций, направленных на более глубокое понимание механизмов дисрегуляции психической активности и на уточнение подходов к профилактике и психологической помощи в ситуациях, сопровождающихся нарушением процессов переживания:

1. Рассмотрение переживания как центрального объекта психологической работы. В психологическом консультировании и психокоррекционной практике целесообразно смещать аналитический акцент с внешних симптоматических проявлений дисрегуляции психической активности (тревожность, эмоциональная лабильность, снижение уровня активности) на анализ процессов переживания, лежащих в основе данных состояний. Обращение к переживанию как к внутреннему механизму переработки жизненного опыта позволяет выявить источники регуляторных нарушений, восстановить целостность внутреннего опыта субъекта и снизить выраженность дезорганизации психической активности.

2. Включение смыслового анализа в работу с дисрегуляцией. С учётом того, что переживание выполняет функцию формирования и трансформации личностного смысла, представляется обоснованным включение в психологическую работу методов, направленных на

осмысление субъективного значения жизненных событий, выявление утраченных или искажённых смыслов, а также восстановление связи между мотивами, целями и системой личностных ценностей. Такой подход способствует укреплению смысловой регуляции и повышению устойчивости психической активности в условиях стрессовых воздействий.

3. Развитие способности к осознанному переживанию. В рамках профилактических и коррекционных программ целесообразно формирование у субъекта способности к осознанному переживанию, включающей навыки распознавания собственных эмоциональных состояний, принятия возникающих переживаний без их вытеснения и подавления, а также символизации и вербализации внутреннего опыта. Развитие данных способностей снижает риск накопления непрожитых эмоциональных состояний и связанных с этим нарушений регуляции психических процессов.

4. Психологическое сопровождение лиц в сложных жизненных ситуациях требует комплексного подхода к пониманию кризиса как явления, которое может быть не только стрессовым фактором, но и катализатором внутренних изменений личности через процесс переживания и осмысления опыта. Важным аспектом профессиональной работы является создание условий для естественного завершения процесса переживания, что исключает преждевременную рационализацию происходящего и минимизирует риск трансформации временной психической дезорганизации в хронические формы нарушений регуляции.

5. Использование интегративного подхода к регуляции психической активности. Интегративная регуляция психической активности основывается на системном анализе эмоционально-волевых, когнитивных и смысловых аспектов психической деятельности. Это позволяет сформировать целостное понимание переживания как ключевого системообразующего процесса и значительно повысить эффективность психокоррекционных вмешательств.

6. Феномен дисрегуляции психической активности целесообразно интерпретировать как проявление незавершенных или искаженных процессов переживания, а не как отдельные нарушения психических функций. Характерные проявления, такие как снижение активности, эмоциональная неустойчивость и поведенческая дезорганизация, являются важными диагностическими маркерами нарушенной регуляции. Этот концептуальный подход предполагает смещение акцента в терапии с симптоматического лечения на восстановление базовых регуляторных механизмов психической деятельности.

7. Перспективы дальнейших исследований. Представляется целесообразным дальнейшее развитие исследований, направленных на уточнение типологии нарушений переживания, выявление механизмов

перехода нарушенного переживания в устойчивые формы дисрегуляции психической активности, разработку диагностических критериев оценки процессов переживания, а также эмпирическую верификацию существующих теоретических моделей.

Предложенные рекомендации отражают теоретико-практический потенциал анализа переживания как ключевого механизма регуляции психической активности и могут служить основой для дальнейших эмпирических исследований и разработки психологических интервенций.

Заключение

Проведённый теоретический анализ показал, что переживание выступает системообразующим механизмом регуляции психической активности, обеспечивая связь между внешними жизненными обстоятельствами и внутренней организацией психики субъекта. В рамках культурно-исторического, деятельностного и субъектного подходов переживание рассматривается не как пассивное эмоциональное состояние, а как активный процесс смысловой, эмоциональной и личностной переработки опыта, определяющий направленность и устойчивость психической деятельности.

Установлено, что нарушения процессов переживания приводят к распаду регуляторных механизмов психической активности. Искажение или блокировка переживания сопровождаются утратой личностного смысла, несогласованностью эмоциональных и когнитивных компонентов, снижением волевой регуляции и дезорганизацией поведения. В этом контексте дисрегуляторные нарушения психической активности представляют собой системное проявление патологического переживания, выходящее за рамки дискретных психопатологических феноменов.

Наиболее отчетливо данная взаимосвязь прослеживается при анализе кризисных состояний, когда незавершенность либо деструктивный характер переживания приводят к устойчивой психической дезорганизации. Дефицит интегративной переработки значимого опыта усиливает эмоциональную лабильность, истощает адаптационный потенциал и препятствует стабилизации психического состояния.

Анализ результатов отечественных и зарубежных исследований показывает высокую эвристическую ценность концептуализации переживания как ключевого элемента психологического анализа. Рассмотрение дисрегуляторной симптоматики через призму нарушений переживания углубляет теоретическое понимание проблемы и способствует разработке более эффективных превентивных и коррекционных стратегий.

Таким образом, результаты проведённого анализа подтверждают целесообразность дальнейших исследований, направленных на

уточнение механизмов нарушенного переживания и их роли в формировании дисрегуляции психической активности, а также на эмпирическую проверку предложенных теоретических положений.

Список литературы

1. Антилогова Л.Н., Черкевич Е.А. Саморегуляция психических состояний личности в подростковом периоде // Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2017. № 3. С. 12–23.
2. Более миллиарда человек живут с нарушениями психического здоровья – необходимо срочно расширить охват помощью. URL: <https://www.who.int/ru/news/item/02-09-2025-over-a-billion-people-living-with-mental-health-conditions-services-require-urgent-scale-up> (дата обращения: 01.12.2025).
3. Василюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. М.: Издательство Московского университета, 2019. 200 с.
4. Выготский Л.С. Психология. Москва: Апрель пресс, ЭКСМО-пресс, 2000. 1006 с.
5. Выготский Л.С. Психология развития ребенка: Сб. избр. тр. Москва: ЭКСМО, 2003. (Библиотека всемирной психологии).
6. Дорошева Е.А. Дисрегуляция эмоций и ее нейрофизиологический базис у людей с расстройствами аутистического спектра // Российский психологический журнал. 2024. Т. 21. № 4. С. 112–128. DOI: 10.21702/rpj.2024.4.7.
7. Дорошева Е.А. Онтогенез регуляции эмоций при нормотипическом развитии и дисонтогенетических нарушениях (на примере расстройств аутистического спектра) // Reflexio. 2020. Т. 13. №. 1. С. 105–127. DOI: 10.25205/2658-4506-2020-13-1-105-127.
8. Игнатъев П.Д., Трусова А.В. Саморегуляция: обзор современных представлений // Петербургский психологический журнал. 2016. № 15. С. 55–69.
9. Кондратюк Н.Г., Цыганов И.Ю., Колесникова И.М., Моросанова В.И. Регуляторные ресурсы жизненных планов человека в условиях неопределенности (на примере ситуации распространения пандемии COVID-19 в России) // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2021. Т. 18. № 1. С. 7–24.
10. Крылов В.И., Бутылин Д.Ю. Нарушение эмоциональной и волевой регуляции психической деятельности как основа для развития навязчивых нарушений // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. 2014. № 10. С. 14–20.
11. Леонтьев Д.А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал // Сибирский психологический журнал. 2016. № 62. С. 18–37.
12. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. Москва: Политиздат, 1975. 352 с.
13. Машарина А.Ф. Представление о саморегуляции в отечественной психологии // Педагогика и психология образования. 2023. № 1. С. 221–235. DOI: 10.31862/2500-297X-2023-1-221-235.

14. На фоне пандемии COVID-19 во всем мире распространенность тревожных расстройств и депрессии выросла на 25%. URL: <https://www.who.int/ru/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide> (дата обращения: 01.12.2025).
15. Падун М.А. Нарушения регуляции эмоций после психической травмы // Психологический журнал. 2016. Т. 37. № 4. С. 74–84. EDN WHFRPX.
16. Польская Н.А., Разваляева А.Ю. Разработка опросника эмоциональной дисрегуляции // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 4. С. 71–93. DOI: 10.17759/cpr.2017250406.
17. Прохоров А. О. Ментальные механизмы регуляции психических состояний // Экспериментальная психология. 2021. Т. 14. № 4. С. 182–204. DOI: 10.17759/exppsy.2021140410.
18. Романчук Н.П., Волобуев А.Н., Краснов С.В. Наука о когнитивном мозге: глимфатическая (лимфатическая) система, циркадианный стресс и хронические инсомнии // Бюллетень науки и практики. 2023. Т. 9. № 4. С. 183–219. DOI: 10.33619/2414-2948/89/24.
19. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. Санкт-Петербург: Питер, 2010. 512 с.
20. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург: Питер, 2000. 720 с. (Мастера психологии).
21. Сергиенко Е.А. Контроль поведения как основа саморегуляции // Российский журнал социальных наук. 2018. Т. 19. № 4. С. 130–146. DOI: /10.31429/26190567-19-4-130-146.
22. Шаповал И.А. Психологические сценарии и индикаторы неравновесного состояния личности в пограничной ситуации // СибСкрипт. 2019. № 3 (79). С. 770–779.
23. Ясько Б.А., Вольвич Ю.К. Ценностно-смысловая регуляция поведения личности в организации: теоретико-методологические основы анализа // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2015. № 3 (162). С. 174–180.
24. Atta M.H.R., El-Gueneidy M.M., Lachine O.A.R. The influence of an emotion regulation intervention on challenges in emotion regulation and cognitive strategies in patients with depression // BMC Psychology. 2024. Vol. 12. № 1. Art. 496. DOI: 10.1186/s40359-024-01949-6.
25. Compas B.E., Jaser S.S., Bettis A.H., Watson K.H., Gruhn M.A., Dunbar J.P., Williams E., Thigpen J.C. Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review. Psychological bulletin. 2017. Vol. 143. № 9. P. 939.
26. Craig K., Hale D., Grainger C., Stewart M. Evaluating metacognitive self-reports: systematic reviews of the value of self-report in metacognitive research // Metacognition and Learning. 2020. V. 15. P. 155–213.
27. Kobylińska D., Kusev P. Flexible emotion regulation: How situational demands and individual differences influence the effectiveness of regulatory strategies // Frontiers in psychology. 2019. V. 10. P. 354525.

Об авторе:

ЛИХАЧЕВА Светлана Андреевна – соискатель ученой степени кандидата психологических наук, Казанский (Приволжский) Федеральный Университет (420008, г. Казань, ул. Кремлевская, д. 18.), e-mail: aspirant02@bk.ru

Disturbances of the processes of experience as a cause of dysregulation of mental activity

S.A. Likhacheva

Kazan (Volga Region) Federal University, Kazan

The article considers the violation of the processes of experience as the cause of dysregulation of mental activity of a personality in the Russian psychological tradition. Experience is interpreted as a mechanism for the transformation of external events into internal experience and the basis of mental self-regulation. Disturbances of experience lead to a distortion of personal meaning, loss of internal coherence of mental processes and a decrease in adaptive capabilities. The purpose of the study is to analyze the role of disturbed emotional processes in the formation of dysregulation of mental activity. The research is carried out in the format of a theoretical analysis using theoretical-conceptual, comparative and structural-functional approaches, as well as a review of domestic and foreign research. It is shown that the blocking, fragmentation and distortion of experience cause the breakdown of self-regulation mechanisms, emotional instability and disorganization of behavior, especially in critical life situations. The conclusion is made about the systemic nature of dysregulation of mental activity as a consequence of emotional disorders.

Keywords: *experience; disturbances of experience; dysregulation of mental activity; regulation of the psyche; emotional and semantic processes; personal meaning; psychological maladaptation; mental state; internal experience; critical situations.*

Принято в редакцию: 18.12.2025 г.

Подписано в печать: 30.04.2026 г.