

Даниленко О.И.

Курс: **Общая психология**

Раздел: **ЭМОЦИИ. ВОЛЯ**

Определение:

НЕПОСРЕДСТВЕННОЕ
ПЕРЕЖИВАНИЕ... ОТНОШЕНИЯ
ЧЕЛОВЕКА К МИРУ, К ТОМУ, ЧТО ОН
ИСПЫТЫВАЕТ И ДЕЛАЕТ, СОСТАВЛЯЕТ
СФЕРУ ЭМОЦИЙ.

Виды эмоциональных проявлений:

- Эмоциональный тон ощущений.
- Эмоции как кратковременные реакции на ситуацию (собственно эмоции).
- Эмоциональные устойчивые отношения (чувства).
- Эмоциональные состояния.
- Эмоциональные свойства человека.

Компоненты эмоций:

- импрессивный (непосредственное переживание)
- физиологический
- поведенческий (экспрессивный)

Следует помнить:

Причины, протекание и выражение эмоций
часто не осознаются.

Следует помнить:

Эмоции неразрывно связаны
с когнитивными (познавательными)
процессами.

Следует помнить:

**В эмоциональных реакциях
проявляется человек в его целостности:**

- А) В эмоциях проявляется ***биологическая природа человека.***
- -Эмоциональные реакции включают в себя физиологический компонент.
- - Биологическая природа проявляется в потребностях человека.
- - Эмоциональные реакции человека во многом обусловлены индивидуальными особенностями человека, в том числе врожденными свойствами его нервной системы и конституции.

Б) В особенностях эмоционального реагирования проявляется ***индивидуальный опыт человека.***

В) В особенностях протекания эмоций
проявляется ***культурный опыт***
человека.

В.Вундт об «измерениях» ЭМОЦИЙ

В.Вундт в лаборатории, открытой в 1879г.
проводил эмпирическое исследование
эмоционального переживания

В.Вундт выделил 3 «измерения» эмоций =
«свойства простых
чувств»

Удовольствие-неудовольствие.

Возбуждение-успокоение.

Напряжение-разрешение.

Удовольствие – неудовольствие
и возбуждение – успокоение зависят от:

- качества ощущения;
- интенсивности ощущения.

Напряжение – расслабление зависит от
временных характеристик стимула.

Схематическое представление концепции В.Вундта:

Восприятие стимула → Переживание эмоции

Теория У.Джемса - К.Ланге

У.Джемс: в 1884 г. статья «Что такое эмоция?».

Физиологические изменения в организме ответственны за переживание эмоции: «Мы грустим, потому что плачем, сердимся, потому что деремся, боимся, потому что дрожим»

Схематическое представление концепции У.Джемса:

Восприятие стимула → телесное возбуждение →
→ переживание эмоции

Практика

Методика: прогрессирующая мышечная релаксация по Джекобсону (1929г.)

Критика теории Джемса-Ланге

- при отсутствии иннервации от внутренних органов эмоциональное переживание сохраняется;
- физиологические реакции м.б. одинаковы, а эмоциональные переживания разные;
- физиологические реакции медленнее разворачиваются, чем эмоции.

Теория У.Б. Кеннона (1927-1928гг.) и А.Ф.Барда (1928): таламическая

Разрядка нейронов в таламусе ведет к одновременному физиологическому возбуждению и эмоциональному переживанию

Схематическое представление концепции Кеннона-Барда:

Восприятие стимула



Разрядка нейронов в таламусе



телесное возбуждение



переживание
ЭМОЦИИ

«Утилитарная» теория У. Кеннона

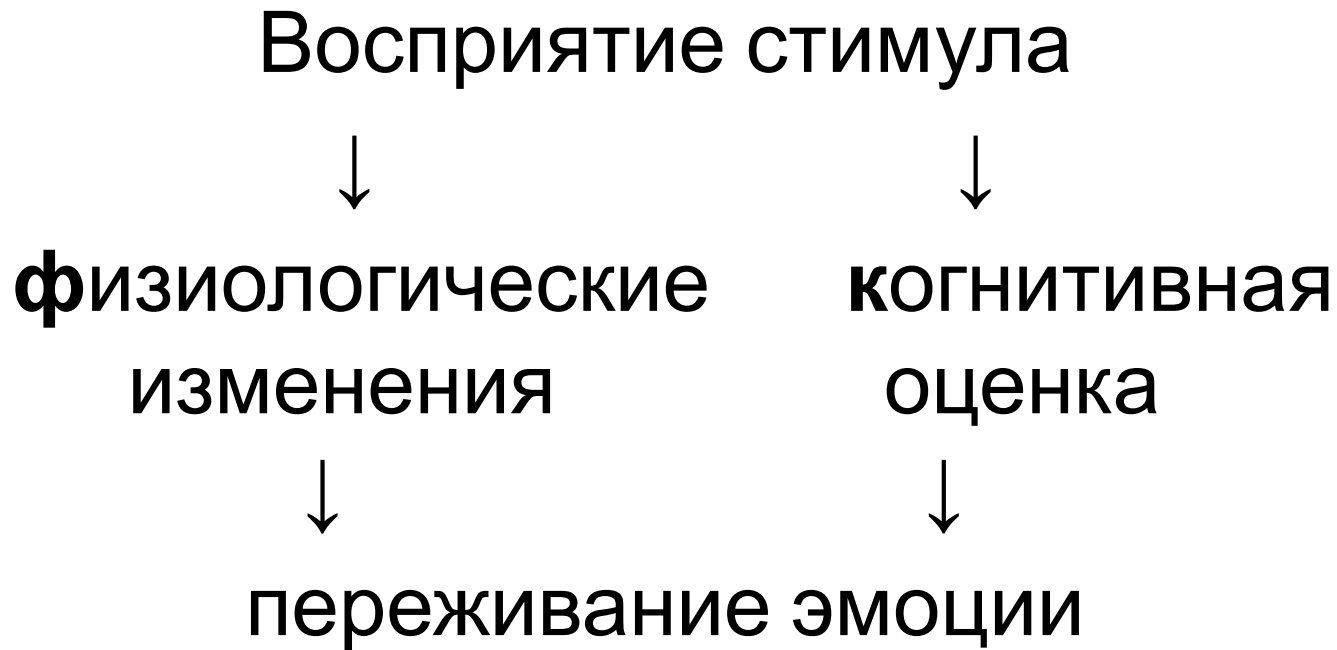
Физиологические изменения в организме являются подготовкой к выполнению действий, для которых нужна энергия (при страхе, боли, гневе).

«Fight-or-flight response» = «Бей или беги»

Ст. Шахтер: двухфакторная теория эмоций (1962 г.)

Эмоциональное переживание зависит от физиологических реакций организма и когнитивной оценки источника возбуждения

Схематическое представление концепции Ст.Шахтера



Когнитивно-феноменологическая теория Р. Лазаруса (1968)

- Акцент на познавательной активности и переживании эмоции
- Эмоция возникает в результате сравнения оценок ситуации и ресурсов, позволяющих с ней справиться;
 - Эти процессы часто не осознаются

Когнитивно-феноменологическая теория Р. Лазаруса (продолжение)

Результатом становится эмоция, которая м. б.

- положительной (если ресурсов достаточно, возникает позитивное переживание «вызова»),

- отрицательной в разной степени (тревога, страх, безнадежность)

Когнитивно-феноменологическая теория Р. Лазаруса (продолжение)

- Далее предпринимаются те или иные внутренние и внешние действия (копинг-реакции).
- Затем вновь происходит процесс переоценки ситуации и своих возможностей.

Схематическое представление концепции Р.Лазаруса

Восприятие ситуации



<p>Первичная оценка:</p> <p>Угрожает ли ситуация? Требует ли напряжения?</p>	<p>Сопоставление оценок</p> <p>→</p> <p>←</p> <p>↓</p>	<p>Вторичная оценка:</p> <p>Могу ли справиться с ситуацией?</p> <p>Есть ли ресурсы для этого?</p>
--	--	---

Переживание эмоции



Копинг-реакция (совладающее

поведение)

Теория фундаментальных (=базовых) эмоций К.Изарда (1977)

Другое название: дифференциальная теория эмоций (т.к. К.Изард рассматривает отдельные эмоции)

Мотивационную систему человеческого существования образуют 10 базовых эмоций: радость; печаль; гнев; отвращение; презрение; страх; стыд/ смущение; вина; удивление; интерес.

Теория фундаментальных (=базовых) эмоций К.Изарда (продолжение)

Признаки базовых эмоций:

1. Они имеют отчетливые и специфические нервные субстраты.
2. Проявляются при помощи специфической мимики.
3. Сопровождаются специфическими переживаниями.

Теория фундаментальных (=базовых) эмоций К.Изарда (продолжение)

4. Оказывают мотивирующее влияние на человека.
5. Влияют на подсистемы личности:
гомеостатическую, подсистему драйвов,
перцептивную, когнитивную, моторную,
социального функционирования.
6. Базовые эмоции могут взаимодействовать между собой, образуя эмоциональные комплексы.

«Информационная» теория эмоций

П.В.Симонова (1981)

« Эмоция есть отражение мозгом человека и животных какой-либо актуальной потребности (ее качества и величины) и вероятности (возможности) ее удовлетворения, которую мозг оценивает на основе генетического и ранее приобретенного индивидуального опыта» (Симонов П.В. Эмоциональный мозг. М.. 1981.- с.20).

«Информационная» теория П.В. Симонова (продолжение)

Степень эмоционального напряжения определяется силой потребности и величиной дефицита прагматической информации, необходимой для достижения цели.

«Формула эмоций»:

$$Э = - П (И_{н} - И_{с}), \text{ где}$$

П - величина потребности

И_н - информация, необходимая для удовлетворения потребности

И_с - информация, которой располагает субъект в момент возникновения потребности

«Информационная» теория П.В. Симонова (продолжение)

Другая формула Симонова:

$$Э = F (П, \Delta И \dots), \text{ где } \Delta И = И_n - И_c$$

Эмоции как гештальт: концепция Л. М.Веккера (1981)

**«Эмоции...являются
непосредственным отражением
отношений субъекта к объекту».**

**Непосредственность эмоционального
отражения отличает его от отражения
отношений, которое происходит в ходе
интеллектуальных процессов, совершаемых
посредством операционно-символических
действий.**

Эмоции как гештальт: концепция Л. М. Веккера (продолжение)

Рассматривая эмоцию как гештальт, Веккер выделяет в ней два компонента:

- психическое отражение объекта эмоции – когнитивный компонент
- психическое же отражение состояний ее субъекта-носителя – субъектный компонент

Разные уровни отражения объекта эмоции (когнитивный компонент), с одной стороны, и субъекта эмоции (субъектный компонент), с другой стороны, могут быть взаимосвязаны между собой. Это влияет на итоговую эмоцию.