

Культура и эмоции

- 1. Культура и выражение эмоций**
- 2. Универсальность мимического выражения эмоций**
- 3. Культурные правила выражения эмоций**
- 4. Сходства и отличия в распознавании эмоций**

ЭМОЦИИ

– это процессы, которые в форме переживаний отражают личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций, влияющих на жизнедеятельность человека.



ВЫРАЖЕНИЕ ЭМОЦИЙ



ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА

© «Азбука» издательство, 2011
© «Азбука» издательство, 2015
Подписано в печать 03.04.2015. Формат А4/200х280.
Тираж 10 000 экз. Заказ №102.
ООО «Азбука» при участии ООО «Азбука-Р»
214030, РФ, г. Смоленск, ул. М. Ткаченко, д.42.
дистрибуция в Беларуси: ЧОУ «Смолет» г. Гомель, ул. Копылова, 1.
Копировать, тиражировать, перепечатывать, а также вносить
изменения в текст без разрешения ООО «Азбука» не разрешается.
Получено в ООО «Азбука-Мастер» 03.04.2015.
150044, РФ, г. Ярославль, ул. Лодыженская, 18.

0+



УДОВОЛЬСТВИЕ



ГРУСТЬ



ХИТРОСТЬ



РАДОСТЬ



ЗАВИСТЬ



ОТВРАЩЕНИЕ



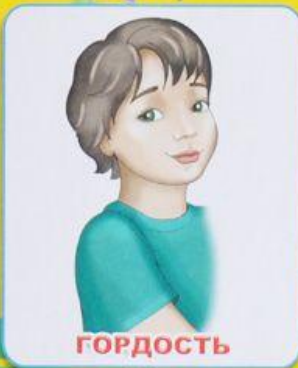
РОБОСТЬ



ОБИДА



СТЫД



ГОРДОСТЬ



УСТАЛОСТЬ



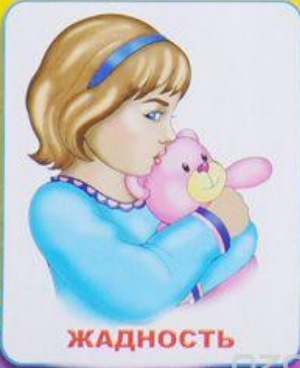
ЗЛОСТЬ



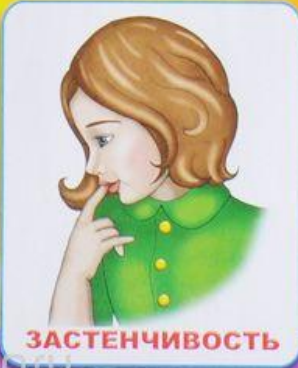
СТРАХ



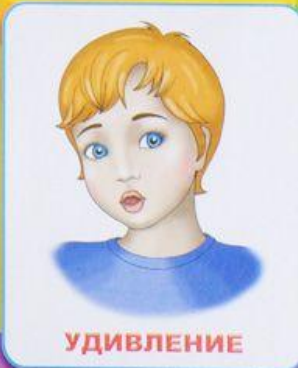
СОЖАЛЕНИЕ



ЖАДНОСТЬ



ЗАСТЕНЧИВОСТЬ



УДИВЛЕНИЕ



ЛЮБОпытСТВО



КАЛЕЙДОСКОП ЭМОЦИЙ



ГРУСТЬ



РАДОСТЬ



СТРАХ



СТЫД



ГНЕВ



СКУКА



ИНТЕРЕС



ОТВРАЩЕНИЕ



ВОСХИЩЕНИЕ



ОБИДА



УДИВЛЕНИЕ



УДОВОЛЬСТВИЕ



Подбери для каждой пиктограммы фотографию с соответствующей эмоцией

Что выражает
твое лицо, когда ты

_____ ?



Каждому человеку нужно уметь выражать свои эмоции и чувства, а также правильно понимать чувства окружающих. Ребенку важно научиться использовать все доступные средства выразительности: мимику, характерные движения рук, ног, тела. В этом поможет выполнение наших заданий.

1. Выкатывая раскраски с ребенком, фотографируйте его реакцию, какие эмоции испытывает каждый из изображенных детей. Объясните, что эмоция – это кратковременная реакция человека на какое-то событие, а чувства более глубоки, их человек испытывает долго. Например, радость – это эмоция, а счастье – это чувство.

2. Попросите ребенка объяснить, что такое «радость». Пусть вспомнит, что он чувствует, когда радуется, как он выражает свою радость. Попросите рассказать, что его радует больше всего. Поделитесь с ребенком своими ощущениями и радостями.

3. Попросите ребенка представить, что в рот ему попал смехинка. Предложите пошевелить перед зеркалом. Обратите внимание ребенка, что происходит в этот момент с глазами, щеками и губами.

4. Покажите ребенку пиктограммы, которые схематично отображают эмоции. Предложите ребенку нарисовать в свободном кружочке пиктограмму, изображающую его лицо, когда он радуется.

5. Вспомните сказоварины, сказки, песни, в которых персонажи испытывают радость. Подберите синонимы к слову «радость, радостней».

6. Предложите ребенку нарисовать или как-то иначе изобразить «радость».

7. Дайте же образом проработать с ребенком все предположенные на плакате эмоции. Не нужно стремиться сделать это за одно занятие, переключайте занятия, когда ребенок начнет отвлекаться.

8. Когда ребенок научит все предположенные эмоции, предложите ему поиграть в «калейдоскоп эмоций»: вы показывали какую-то эмоцию мимикой и жестами, а ребенок догадывался, что это. Затем, наоборот, он показывает – вы отгадываете.

9. Поделитесь с ребенком под разными мужскую «напуганную пчелку», «удивленной бабочку», испуганного котенка и т.д.

10. Рассмотрев иллюстрации в книгах, предложите ребенку определить, какие эмоции испытывают изображенные персонажи и почему.

© Международная группа ООО «Министерский Пресс»
Фотосъемка и дизайн: Екатерина И. Баранова
дизайн: И. Анисимов, И. Пугачева
т. 8 (800) 404-41-18
См. обратную сторону обложки



Выражение эмоций:

- мимикой
- голосом (интонациями)
- физиологическими реакциями

Эти способы выражения основных эмоций выработаны в ходе эволюции, следовательно, универсальны и не меняются от культуры к культуре. Они проявляются всегда и не поддаются коррекции.



Влияния культуры на человеческие эмоции начнется с вопроса о выражении эмоций.

- Во-первых, кросс-культурное изучение выражения эмоций, особенно мимики, лежит в основе современных исследований эмоций, как кросс-культурных, так и ограниченных рамками отдельной культуры
- Во-вторых, кросс-культурные исследования мимических выражений эмоций убедительно продемонстрировали, что существует некий набор выражений лица, универсальный для всех человеческих культур.

Влияние культуры на выражение эмоций

- ▶ Следует учитывать, что внешние проявления эмоций, представляя собой синтез произвольных и произвольных способов реагирования, в большей степени зависят от культурных особенностей данного народа. Известна, например, традиция английского воспитания не обнаруживать внешне свои эмоции. То же наблюдается и у японцев.
- ▶ У разных народов одни и те же выразительные средства обозначают разные эмоции. О. Клайнбер (Klineber, 1938), изучая эмоциональную экспрессию в китайской литературе, выявил, что фраза «глаза ее округлились и широко открылись» означает не удивление, а гнев; а удивление отражает фраза «она высунула язык». Хлопанье в ладоши на Востоке означает досаду, разочарование, печаль, а не одобрение или восторг, как на Западе. Выражение «почесал уши и щеки» означает выражение удовольствия, блаженства, счастья.

- Согласно Дарвину, мимические выражения эмоций имеют одновременно коммуникативное и адаптационное значение и способствуют выживанию видов, обеспечивая человека информацией о его собственном состоянии и взаимодействии с окружающей средой, а также поставляя социальную информацию другим членам сообщества.

- Визуальное усвоение не служит причиной сходства выражений лиц в пределах одной культуры или в разных культурах.

- Экман и Фризен размышляли над вопросом культурных правил выражения эмоций и для объяснения противоречия, предложили концепт. Они предположили, что **культурные различия обусловлены определенными правилами, диктующими, как должны выражаться универсальные эмоции. Эти правила определяют соответствие выражения каждой эмоции тем или иным социальным обстоятельствам. Правила усваиваются в раннем возрасте и диктуют, как универсальные выражения эмоций будут видоизменяться в зависимости от социальной ситуации. К зрелому возрасту в процессе долгой практики эти правила становятся автоматическими.**

Механизм мимического выражения

ЭМОЦИЙ

- Выражение эмоций на лице подвергается двойному влиянию универсальных, биологически врожденных факторов и специфических для данной культуры усвоенных правил выражения. При возникновении эмоции в программу выражений аффектов лица, где хранится информация о прототипах мимических конфигураций для каждой из универсальных эмоций, поступает сообщение. Эти прототипы и составляют универсальную сторону выражения эмоций, будучи биологически врожденными. В то же время сообщение поступает в область мозга, где хранятся усвоенные правила культурного выражения эмоций. Выражение, появляющееся в результате, одновременно отражает влияние двух факторов. Когда правила выражения эмоций не задействованы, то на лице появляются универсальные выражения эмоций. Однако в зависимости от социальных обстоятельств правила выражения могут оказывать свое воздействие, нейтрализуя, усиливая, ослабляя, ограничивая или маскируя универсальные выражения. Этот механизм объясняет, как и почему люди могут отличаться в своих выражениях эмоций, несмотря на то что у всех нас одна и та же база выражения эмоций.

Исследования контроля экспрессии

- 1. Выражу чувство без всякого изменения.
- 2. Буду ослаблять или преуменьшать выражение чувств.
- 3. Буду преувеличивать выражение эмоций.
- 4. Буду маскировать или скрывать выражение под каким-то другим чувством.
- 5. Ограничусь улыбкой.
- 6. Сделаю свое выражение.
- 7. Выражу что-то еще.

Зависимость выражения эмоций от коллективизма и индивидуализма

- Коллективистские культуры способствуют проявлению более позитивных и менее негативных эмоций по отношению к «своим», потому что для коллективистского общества гораздо важнее внутригрупповая гармония. Позитивные эмоции обеспечивают поддержку этой гармонии, а негативные эмоции угрожают ей. Индивидуалистические культуры больше поддерживают выражение негативных эмоций и реже - позитивных в «группе своих», поскольку гармония и сплоченность менее значимы для таких культур; также в этих культурах считается приемлемым выражать эмоции, которые угрожают групповой сплоченности.

УНИВЕРСАЛЬНОСТЬ РАСПОЗНАВАНИЯ ЭМОЦИЙ

- Универсальная эмоция – эмоция презрения.

В разных культурах приблизительно одинаково оценивается интенсивность тех или иных эмоций, выраженных на лице. То есть когда сравниваются два выражения лица, то во всех культурах люди выделяют то выражение, которое наиболее сильно проявляется.

Взаимоотношения между параметрами культуры и рейтингом интенсивности эмоций

- Во-первых, существует негативная корреляция между расстоянием и рейтингом интенсивности гнева, страха и грусти, так что можно предположить, что культуры, подчеркивающие различия в статусе, оценивают эти эмоции как менее интенсивные. Вероятно, эти эмоции угрожают статусу взаимоотношений и таким образом ослабляются в эмоциональном восприятии.
- Во-вторых, индивидуализм позитивно коррелировал с рейтингами интенсивности гнева, страха и печали, поэтому можно предположить, что люди в индивидуалистических культурах видят больше интенсивности в этих выражениях.

Атрибуции личности, основанные на улыбках

- Улыбка - это общий знак приветствия, признания и одобрения. Она также применяется, чтобы скрыть эмоции, а культуры могут отличаться в использовании улыбок для этой цели.

Причины вариативности восприятия эмоций, которые могут привести к культурным отличиям в восприятии эмоций:

- 1) семантическая общность в лингвистических категориях и психических концептах, связанных с эмоциями, которые используются в процессе оценки;
- 2) общие компоненты выражений лица в выражениях;
- 3) когнитивная общность событий и переживаний, связанных с эмоцией;
- 4) личностные предубеждения в социальном познании;
- 5) культура.

Нейрокультурная теория сходств и различий

- На оценку эмоций влияют: 1) врожденная и универсальная программа узнавания аффекта; 2) правила декодирования, специфичные для каждой культуры, усиливающие, ослабляющие, маскирующие или квалифицирующие восприятие.

- Универсальность эмоции основывается на существовании общекультурных сигналов выражения эмоций на лице. По большей части исследование культурной конструкции эмоции основано на субъективном переживании эмоции и лексиконе эмоций в языке, который используется, чтобы описать и представить соответствующие переживания. Понятно, что один компонент эмоции может быть универсальным, а другой - относительным для каждой культуры. Наконец, существование универсальных и врожденных биологических субстратов эмоции не ограничивает возможность того, что культуры тоже формируют большую часть переживания.

- Для объяснения возбуждения шестнадцати основных эмоций необходимо лишь семь параметров: приязнь, определенность, усилие, внимание, кажущийся контроль других людей, уместность и ситуационный контроль.

Процессы оценки эмоции имеют больше сходств, чем различий в разных культурах.

- Процессы оценки оказались связанными с семью эмоциями.
- • Счастье - высокая польза для достижения целей, высокий потенциал управления ситуацией.
- • Страх - внезапные, новые события, обусловленные другими людьми или обстоятельствами, препятствие для удовлетворения потребностей, когда человек чувствует себя беспомощным.
- • Гнев - препятствие к достижению цели, безнравственность, однако человек обладает достаточным потенциалом, чтобы справиться с этим чувством.
- Печаль - снижает способность к достижению цели, низок потенциал возможности справиться с ситуацией.
- • Отвращение - глубокая безнравственность и несправедливость.
- • Стыд или чувство вины - приписывание себе ответственности за действие, высокая степень несоответствия этого действия внутренним стандартам.

Разница в оценке эмоций у американцев и японцев

- Атрибуции причинности эмоций также варьируются в зависимости от культуры: американцы приписывают причину печали другим людям, а японцы - самим себе. Американцы также чаще приписывают причины радости, страха и стыда другим людям, тогда как японцы, как правило, приписывают причины этих эмоций шансу или судьбе. Японцы более, чем американцы, склонны считать, что никакое действие или поведение не является необходимым после того, как спровоцирована эмоция. Когда речь заходит о таких эмоциях, как страх, американцы чаще, чем японцы, верят в то, что они могут сделать что-то, чтобы позитивно повлиять на ситуацию. Что касается гнева и отвращения, то американцы более склонны считать, что они беспомощны и подвержены влиянию события и его последствий. А ощущая стыд и вину, японцы больше американцев притворялись, что ничего не случилось, и пытались придумать какие-либо отговорки.

КРИТИКА ИДЕИ УНИВЕРСАЛЬНОСТИ

Теория универсальности выражения эмоций в разных культурах в настоящее время является общепризнанной, но отдельные ее аспекты критикуются по трем направлениям:

Дж. Расселл

➤ не отрицает идеи универсальности, но указывает на недостаточность доказательств: в исследованиях, как правило, опираются на психосемантические методы (демонстрация фотографий и анализ языковых обозначений эмоций), но остается неясным, насколько совпадают значения слов в разных культурах и насколько корректны интерпретации этих значений исследователями.

Д. Мацумото

➤ считает, что совпадение эмоциональной экспрессии и ее распознавания в разных культурах имеется, но неполное, и, чем больше две культуры отличаются, тем меньшим является совпадение;

➤ указывает на то, что теория универсальности нередко трактуется расширительно, результатом чего становится полное отрицание межкультурных различий

Г. Триандис

➤ полагает, что совпадение эмоциональной экспрессии и ее распознавания в разных культурах имеется, но только по 6-7 базовым эмоциям;

➤ утверждает, что в каждой культуре есть эмоциональные феномены, которые характерны только для нее и не имеют аналогов в других культурах (в качестве примера приводит греческое понятие «филотимус»)

ЕМО-культура

Выражение эмоций — главное правило для эмо-кидов. Их отличает: самовыражение, противостояние несправедливости, особенное, чувственное мироощущение. Зачастую эмо-кид — ранимый и депрессивный человек. Существует стереотипное представление об эмо как о плаксивых мальчиках и девочках.

Несмотря на то, что эмо-кор появился и развивался как подвид панк-рока, ценностные ориентации этих субкультур совершенно различны. В отличие от классических панков, эмо отличает романтизм и акцент на возвышенной любви. Внимание эмо чаще обращено на глубокие личные переживания, чем на общественные события. Эмо-культура начисто лишена агрессивного мачизма, характерного для хардкора — прямого предка эмо.

Эмо часто сравнивают с готической субкультурой, что обычно вызывает протест как у «готов», так и у эмо-кидов



Выражение эмоций в маскулинных и феминных культурах

- ◆ В культурах с преобладанием маскулинных установок существует большее различие в выражении эмоций мужчинами и женщинами. Например, допускается большая экспрессивность женщин по сравнению с мужчинами в ситуациях горя (печали) и страха, но меньшая в ситуациях радости и гнева.
- ◆ В культурах с преобладанием феминных установок такие предписания носят более мягкий характер или отсутствуют.



У некоторых индийских народов женщины демонстрируют сильную радость, расцарапывая себе лицо ногтями до крови.



То же самое действие совершают женщины во многих арабских племенах, но выражая горе (например, при смерти кого-то из близких).



В Японии считается дурным тоном демонстрировать негативные эмоции. Например, женщина должна с легкой улыбкой говорить о смерти мужа.

Выражение эмоций в коллективистических и индивидуалистических культурах

Типы культурных установок

Индивидуалистические

Коллективистические

Отношения человека и группы «своих»

Уместно выражать негативные чувства, меньше требований к выражению позитивных чувств

Подавляется проявление негативных чувств, больше требований к проявлению позитивных чувств

Отношения человека и группы «чужих»

Подавляются негативные чувства, уместно выражать позитивные чувства к чужакам

Поощряется выражение негативных чувств

★ Д.Мацумото выдвинул предположение о том, что правила выражения эмоций связаны не с особенностями конкретной культуры как таковой, а с характерными для нее социокультурными установками.

★ В соответствии с этой гипотезой выражение эмоций отличается в культурах с преобладанием индивидуалистических или коллективистических, маскулинных или феминных, авторитарных или демократических установок, а также установок других типов.

Теория эмоциональной культуры

С. Гордона

- **Эмоциональная культура общества:**
 - ❑ словарь для выражения и описания эмоций;
 - ❑ верования, связанные с эмоциями;
 - ❑ нормы эмоционального поведения.
- В процессе социализации индивиды становятся **эмоционально компетентными** в исполнении ролей в различных ситуациях.
- Эмоциональная культура по-разному проявляется в **институциональном и импульсивном контексте** действия:
 - в первом случае эмоции находятся под полным контролем;
 - эмоции выражаются спонтанно.

КУЛЬТУРА И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ

- ❶ Ранее (слайд 9) были приведены данные о том, что частота возникновения некоторых эмоций неодинакова в разных культурах. Однако эти данные получены на основе самоотчетов испытуемых, т.е. являются их субъективными утверждениями.

В связи с этим возникает вопрос:

Существуют ли действительные межкультурные различия такого рода?

- ❷ Ответить на него с точностью сегодня нет возможности, т.к. отсутствуют надежные методы исследования.
- ❸ Поэтому основной интерес исследователей сейчас вызывает изучение особенностей проявления в разных культурах более общих (интегральных) состояний – таких, как «субъективное благополучие» (subjective well-being) и депрессия. Их нельзя назвать в чистом виде эмоциональными состояниями, но они тесно связаны с эмоциональной сферой.

КУЛЬТУРНЫЕ ПРАВИЛА ВЫРАЖЕНИЯ ЭМОЦИЙ (1)

◆ Кросс-культурные психологи пришли к выводу о том, что культуры отличаются друг от друга в эмоциональной сфере именно принятыми в них правилами, регулирующими выражение различных эмоций.

Культурные правила определяют как должны выражаться универсальные эмоции.

Более конкретно, эти правила определяют соответствие выражения каждой эмоции тем или иным социальным обстоятельствам. Они усваиваются в раннем возрасте и диктуют, как универсальные выражения эмоций будут изменяться в зависимости от ситуации. К зрелому возрасту их выполнение становится автоматическим.

В качестве хорошо известного примера можно указать на существующие во всех культурах правила, ограничивающие или, наоборот, допускающие и даже поощряющие проявления гнева и агрессии в различных ситуациях

Во всех культурах существуют и правила, регулирующие проявления радости. Они, например, часто указывают на недопустимость ее проявления в ситуациях, когда кто-то рядом испытывает боль или горе (страдание)

Обычно эти правила несколько отличаются в зависимости от того, идет ли речь о «своих» или о «чужих»

СОВРЕМЕННЫЙ ПОДХОД К ПРОБЛЕМЕ ВЫРАЖЕНИЯ ЭМОЦИЙ (1)

- ☉ В настоящее время в кросс-культурной психологии наиболее популярным является *компонентный подход* к проблеме эмоций.
- ☉ В соответствии с ним эмоции в разных культурах могут быть схожими в одном отношении и отличаться в другом.
- ☉ В рамках этого подхода выделяются следующие компоненты в эмоциональном процессе:
 - ситуации, в которых возникают эмоции,
 - субъективное оценивание ситуации как позитивной, негативной или нейтральной,
 - субъективные чувства (переживание),
 - физиологические реакции,
 - готовность к действию,
 - поведенческое выражение эмоции в мимике, жестах, движениях и интонациях речи,
 - культурное регулирование (нормы и правила) выражения эмоций.

