

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

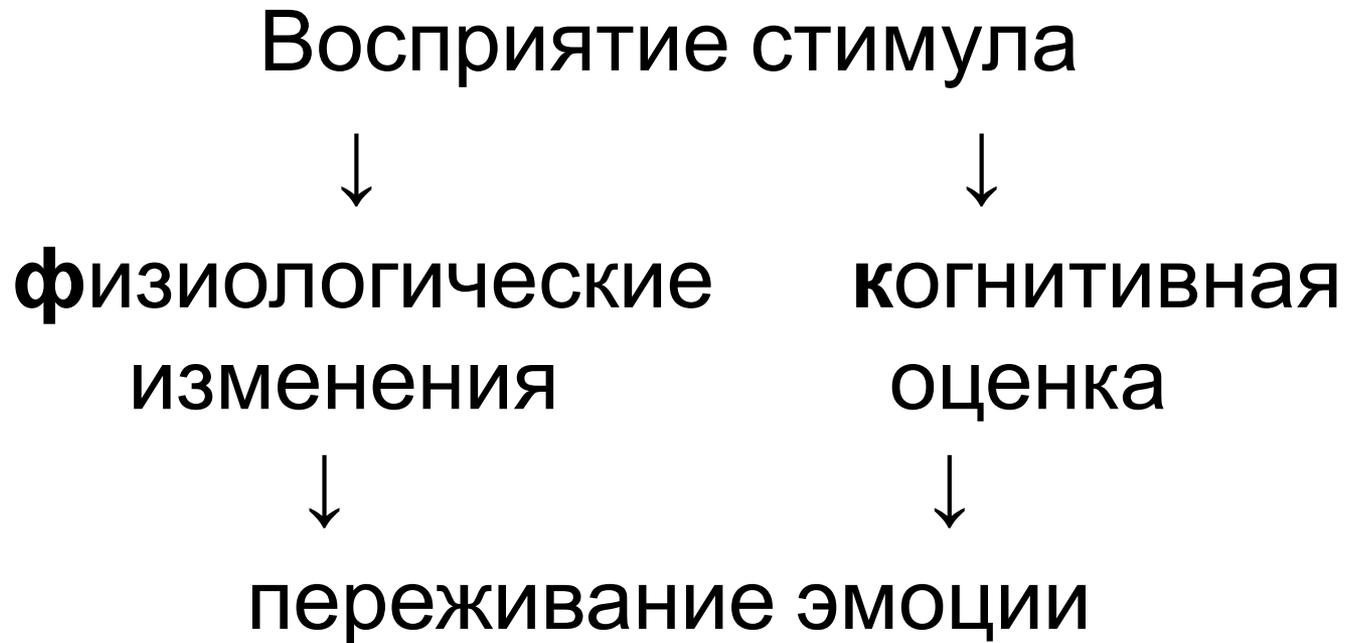
Физиологические изменения в организме являются подготовкой к выполнению действий, для которых нужна энергия (при страхе, боли, гнев).

«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>Вторичная оценка:</p> <p>Могу ли справиться с ситуацией? 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<sub>н</sub> - информация, необходимая для удовлетворения потребности

И<sub>с</sub> - информация, которой располагает субъект в момент возникновения потребности

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

Другая формула Симонова:

$$\mathcal{E} = F(\Pi, \Delta I \dots), \text{ где } \Delta I = I_n - I_c$$

# 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.