

# **Роль и функции ЭМОЦИЙ**

**Лекция**

**Разработана Егоровой Элеонорой Николаевной,  
доцентом кафедры социологии и психологии ХНУВС,  
канд.психол. наук**

# ВОПРОСЫ ТЕМЫ

1. Функции и роль эмоций.
2. Роль «положительных» и «отрицательных» эмоций.
3. Роль и функции эмоций в управлении поведением и деятельностью.
  - Отражательно-оценочная роль эмоций
  - Мотивационная (побудительная) роль эмоций
  - Эмоция как ценность и потребность.
  - Активационно-энергетическая роль эмоций.
  - Деструктивная роль эмоций.
4. Прикладная роль эмоций
  - Коммуникативная роль эмоций
  - Роль эмоций в когнитивных процессах и творчестве
  - Роль эмоций в педагогическом процессе
  - Оздоровительная роль эмоций



# 1. ФУНКЦИИ И РОЛЬ ЭМОЦИЙ.

Обсуждая вопрос о значении эмоций для существования животных и человека, **П. В. Симонов** (1966) пишет: «Трудно допустить, чтобы их (эмоций) наличие было биологически бессмысленным...»

Говоря о том, для чего человеку и животным нужны эмоции, следует различать их **функции и роль**.

**Функция** эмоций — это *узкое природное предназначение*, работа, выполняемая эмоциями в организме, а их **роль** (обобщенное значение) - это *характер и степень участия* эмоций в чем-либо, определяемая их функциями, или же их влияние на что-то помимо их природного предназначения (т. е. вторичный продукт их функционирования).

**Роль** эмоций для животных и человека **может быть положительной и отрицательной**.

**Функция** эмоций, исходя из их **целесообразности**, предопределена природой быть **только положительной**, иначе, зачем бы они появились и закрепились?



Выполняя свои биологические *функции*, эмоции «не спрашивают» человека, полезно ему это или вредно с его точки зрения.

*Роль* же эмоций оценивается именно с личностных позиций: мешает возникшая эмоция или ее отсутствие достижению цели, нарушает или нет здоровье человека и т. д.

*Различия между функцией и ролью* отчетливо можно проиллюстрировать на двигательном аппарате, функцией которого является перемещение человека и животных в пространстве, а роль этого перемещения определяется познанием окружения, приближением к источнику питания и овладением им и т. д., т. е. тем, что человек или животное приобретает в процессе выполнения двигательным аппаратом своей функции.



Именно о **роли** эмоций, а не об их функции, спорили еще стоики и эпикурейцы, обсуждая *вопрос об их полезности или вредности*. Спор этот продолжается и в наше время, так как имеются данные как за, так и против каждой точки зрения.



## **2. Роль «положительных» и «отрицательных» эмоций**



## Отрицательные эмоции

- ? играют более важную биологическую роль (Б. И. Додонов),
- ? механизм «отрицательных» эмоций функционирует у ребенка с первых дней появления его на свет,
- ? это сигнал тревоги, опасности для организма,
- ? данный сигнал должен подаваться до тех пор, пока опасность не устранена,
- ? вследствие этого застойными могут оказаться только «отрицательные» эмоции.,
- ? вредны лишь в избытке,
- ? Страх, гнев, ярость повышают интенсивность обменных процессов, приводят к лучшему питанию мозга, усиливают сопротивляемость организма перегрузкам, инфекциям и т. д.
- ? связана динамика симпатического отдела вегетативной нервной системы

## Положительные эмоции

- ? «положительные» эмоции появляются значительно позднее,
- ? это сигнал возвращенного благополучия,
- ? данному сигналу нет необходимости звучать долго, поэтому эмоциональная адаптация к хорошему наступает быстро.,
- ? также могут быть вредны в избытке (положительные аффекты).
- ? связано динамическое равновесие парасимпатического отдела вегетативной нервной системы,
- ? «для организма важно не сохранение однообразно положительных эмоциональных состояний, а постоянный их динамизм в рамках определенной, оптимальной для данного индивида интенсивности»



## Отрицательные эмоции

- ? «- как правило, обеспечивают сохранение того, что уже достигнуто эволюцией или индивидуальным развитием субъекта (Симонов П. В., 1970)

## Положительные эмоции

- ? нервные механизмы положительных эмоциональных реакций более сложные и тонкие, чем отрицательных.
- ? имеют самостоятельное приспособительное значение: побуждают живые системы активно нарушать достигнутое «уравновешивание» с окружающей средой: «Важнейшая роль - активное нарушение покоя, комфорта, знаменитого "уравновешивания организма с внешней средой"», ...революционизируют поведение, побуждая искать новые, еще не удовлетворенные потребности, без которых немислимо наслаждение (Симонов П.В., 1970)



- ? Без **«положительных» эмоций**, отмечает **Симонов**, трудно себе представить те формы освоения действительности, которые не продиктованы непосредственным утилитарным эффектом: игру, художественное творчество и восприятие произведений искусства, теоретическое познание. Он полагает, что в этих областях деятельности человека побуждающее влияние «отрицательных» эмоций ничтожно, если оно вообще имеется.
- ? Это не свидетельствует об абсолютной ценности положительных эмоций. Они могут быть обусловлены примитивными, эгоистическими, социально неприемлемыми потребностями. В подобных случаях мы несомненно отдадим предпочтение таким **отрицательным эмоциям**, как тревога за судьбу другого человека, сострадание к попавшим в беду, возмущение несправедливостью. Социальную ценность эмоций всегда определяет мотив, вызвавший ее к жизни» (1970).



*Говоря о роли эмоций в жизни человека **неправомерно** ставить **вопрос, для чего, с какой целью некто переживает эмоции.** Такие вопросы правомерны в отношении сознательно ставящихся целей. Эмоции же возникают чаще всего **непроизвольно.** Поэтому по отношению к ним **можно** **поставить** только **вопрос: какая польза или вред может быть человеку от возникновения той или иной эмоции** (исходя из предназначенных им природой функций)?*

Отвечая на этот вопрос, следует учитывать, что **положительная роль эмоций не связывается прямо с «положительными» эмоциями, а отрицательная роль - с «отрицательными».** Последние могут служить стимулом для самосовершенствования человека, а первые - явиться поводом для благодушия. Многое зависит от целеустремленности человека и условий его воспитания.



### **3. Роль и функции ЭМОЦИЙ в УПРАВЛЕНИИ ПОВЕДЕНИЕМ И ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ**



## ИСТОРИЯ ВОПРОСА

- ? **главная функция эмоций - их участие в управлении поведением человека и животных.**
- ? Участие эмоций в управлении поведением и деятельностью человека обсуждалось еще *мыслителями Древней Греции*. Например, **Аристотель**, рассматривая причины **познания**, пришел к выводу, что ее побудителем является **чувство удивления**: «Ибо и теперь и прежде удивление побуждает людей философствовать, причем вначале они удивляются тому, что непосредственно вызывало недоумение, а затем, мало-помалу продвигаясь таким образом далее, они задавались вопросом о более значительном, например, о смене положения Луны, Солнца и звезд, а также о происхождении вселенной».
- ? **Роль эмоции удивления в управлении познавательной деятельностью** рассмотрена и **Р. Декартом**. Вообще он рассматривал значение эмоций в более широком аспекте. Так, он отмечал **роль «страсти» в запоминании**: «Сколько бы раз неизвестный нам предмет не появлялся в поле нашего зрения, мы совершенно не храним его в нашей памяти, если только представление о нем не укрепилось в нашем мозгу какой-нибудь страстью».



- ? Декарт, а затем и Спиноза создали *учение об аффектах как побудителях активности человека*. «...Главное действие всех людских страстей заключается в том, что они побуждают и настраивают душу человека желать того, к чему эти страсти подготавливают его тело» (Декарт).
- ? Голландский философ **Б. Спиноза** в середине XVII века тоже *считал главной побудительной силой поведения аффекты*, к которым он относил в первую очередь влечения, связанные как с телом, так и с душой. Он писал: «Желание, возникающее вследствие неудовольствия или удовольствия, ненависти или любви, тем сильнее, чем больше эти аффекты». Спиноза также отметил двойственный характер эмоций, которые могут благоприятствовать способности тела к действию или ограничивать ее.
- ? Позднее **З. Фрейд** (Freud, 1894) приравнивал *аффекты к психической энергии как источнику мотивации*.



? Несколько иной аспект роли эмоций (чувствований) в управлении поведением отметили **Н. Я. Грот** (1879-1880) и **Г. Мюнстерберг** (1997).

Н.Я. Грот разработал **четырёхзвенную классификацию психической деятельности**, в которой чувствование и эмоции поставил на второе место как следствие ощущений и представлений и как один из этапов управления жизнедеятельностью организма.



# Проявления и этапы психической деятельности (по Н. Я. Гроту)

Ее моменты	Первоначальные психические явления	Осложненные психические явления
Объективная восприимчивость	ощущения	представления и понятия (идеи вообще)
Субъективная восприимчивость	чувствования удовольствия или страдания	чувства и волнения
Субъективная деятельность	стремления	желания и хотения
Объективная деятельность	движения	действия и поступки

? Грот полагал, что «**ощущения** сами по себе еще *не способны регулировать* отправления организма, к какой бы области - обмена вещества или обмена впечатлений - они ни относились. Ощущения служат только показателями того, *что происходит в различных наших органах* под влиянием разнообразнейших действий внешней среды. Они, следовательно, представляют только **первый шаг** к регулированию процессов организма, т. е. снабжают сознание *основаниями* для такого регулирования и дают ему первый толчок.

**Настоящим регулятором взаимодействия организма с окружающей средой является только *весь психический оборот в совокупности***, и каждый момент этого оборота есть новый шаг к окончательному регулированию такого взаимодействия».



? И далее Грот задается вопросом - *какая роль в этом акте регулирования принадлежит чувствованиям (эмоциям)?* «Чувствования, - пишет он, - как продукт субъективной оценки ощущений, очевидно, отвечают на вопрос: *какое значение в экономике целого организма имеет это нечто, происходящее в каком-нибудь нашем органе и открытое нами при содействии ощущения?* Ответом на этот вопрос служат чувствования удовольствия и страдания. Отсюда мы можем уже с полной достоверностью утверждать, что **чувствования служат продуктом оценки внутренних отношений**».



Представленные в таблице этапы психической деятельности Грот считал универсальными, имеющими место даже при безусловнорефлекторном реагировании. Выпадение же средних звеньев (чувствований и стремлений, желаний) он связывал с тем, что интенсивность процесса такова, что между ощущением и действием не успевает наступить оценка, либо с тем, что действия из-за частых повторений превращаются в автоматические. Однако он считал, что это выпадение только кажущееся: например, в первом случае оценка проходит так быстро, что субъект не успевает отдать себе отчета в ней, не успевает осознать ее. Выпадение одного из средних звеньев Грот объяснял слиянием этих двух звеньев в одно звено, поглощением одного звена другим. Таким образом он объяснял инстинкт, в котором момент чувства, т. е. субъективного восприятия, поглощается стремлением - субъективным движением.



? **Г. Мюнстерберг**, отмечая *побудительную и усиливающую (энергетическую) роль эмоций*, писал: «...Эмоция должна направлять весь организм к действию какого-нибудь одного определенного рода. Подобно тому, как внимание дает концентрацию представления против всех мешающих, соперничающих представлений, точно так же **эмоция дает концентрацию реакции** и задерживает все остальные возможные деятельности. ... Эмоция - это органическая волна, которая проходит через всю центральную нервную систему, подавляя и устраняя все, что не имеет отношения к источнику эмоционального возбуждения».

Нетрудно заметить, что, по существу, речь идет *об участии эмоций в создании доминантного очага*, направляющего поведение человека и животного.



Надо отметить, что **в истории изучения эмоций** был и другой период, когда **эмоции рассматривались «как побочные явления**, никак не участвующие в реальной жизни человека, как простое осознание периферических изменений»(Л. С. Выготский)

Так, **У. Мак-Дугалл** определил эмоции как аффективный аспект инстинкта,

**Г. Спенсер** и **Т. Рибо** объявили эмоциональные состояния человека пережитками его животного прошлого,

**Ж.-П. Сартр** считает, что эмоции приводят к «деградации сознания».

Была высказана и противоположная точка зрения, что под натиском прогрессирующего интеллекта деградируют эмоции (**Т. Рибо**).



**Эта позиция ряда английских и французских ученых была отвергнута.**

Участие эмоций в управлении поведением и деятельностью человека было признано большинством психологов, что нашло отражение **в «мотивационной» теории эмоций**, которая *отстаивает функциональное единство эмоциональных и мотивационных процессов.*



- ? **С. Л. Рубинштейн** (1946) писал, что эмоции являются субъективной формой существования мотивации (потребностей): «Выступая в качестве проявления потребности, - в качестве конкретной психической формы ее существования, эмоция выражает активную сторону потребности... Возникая... в деятельности индивида, эмоции или потребности, переживаемые в виде эмоций, являются вместе с тем побуждениями к деятельности».
- ? То же пишет и **Г. Х. Шингаров** (1974): «...Эмоции можно рассматривать в качестве конкретной психологической формы существования потребностей».
- ? **В. К. Вилюнас**, говоря о биологической мотивации, доказывает близость понятий «мотивация» и «эмоции» и чуть ли не отождествляет их. Вслед за С. Л. Рубинштейном он определяет эмоции как субъективную форму существования мотивации.



- ? Практически, отождествление эмоциональных и мотивационных феноменов имеет место у **Г. М. Бреслава**, когда он пишет об «эмоциональной децентрации», понимая под ней способность представить *желания* другого человека.
- ? В словаре «**Психология**» говорится, что «эмоции - субъективная форма выражения потребностей», которые предшествуют деятельности по их удовлетворению, побуждая и направляя ее.
- ? Близка к этому и позиция **В. В. Бойко**, который считает, что «эмоции - это генетические программы поведения, обладающие энергетическими свойствами - способностью воспроизведения, трансформации, динамикой, интенсивностью, побуждающим влиянием».
- ? Эмоции в качестве первичной движущей силы - мотивационной системы, лежащей в основе структуризации инстинктивных влечений, рассматриваются **Г. Ловальдом** и **О. Кернбергом**.



Конечно, нельзя отрицать связь эмоций с потребностями и мотивацией, **но нельзя их и отождествлять и связывать неразрывными узлами (Е.П.Ильин)**

Во-первых, субъективной формой биологических потребностей является эмоциональный тон ощущений, а не эмоции.

Во-вторых, не каждый мотивационный процесс сопровождается возникновением эмоции (например, в стереотипных ситуациях).



## **ЧУВСТВА ТОЖЕ СВЯЗЫВАЮТ С ПОТРЕБНОСТЯМИ И МОТИВАМИ.**

- ? Так, **Р. С. Немов (1990)** полагает, что количество и качество потребностей человека, в целом, соответствует числу и разнообразию эмоциональных переживаний и чувств, причем чем выше потребность по своей социальной и нравственной значимости, тем возвышеннее соответствующее чувство. Получается, что **к каждой потребности «прикреплена» специфическая эмоция или какое-либо из чувств.**
- ? В словаре **«Психология» (1990)** о чувствах говорится, что они открывают личности предметы, отвечающие ее потребностям, и побуждают к деятельности по их удовлетворению, и что **«чувства представляют собой конкретно-субъективную форму существования» потребностей (с. 445).** И далее: «самого по себе знания мотивов, идеалов, норм поведения недостаточно для того, чтобы человек им руководствовался; **только став предметом устойчивых чувств, эти знания становятся реальными побуждениями к деятельности» (с. 446).**



Решение вопроса о связи мотивации с эмоциями во многом определяется тем, что включают авторы в класс эмоциональных явлений, входят ли в него специфические переживания, имеющие побуждающий характер - влечения, желания, стремления и т. п. (**В. К. Вилюнас (1984)**). Так некоторые представители мотивационной теории эмоций, начало которой положил еще Б. Спиноза, указывают, *что желания являются разновидностью эмоций, а эмоции выполняют побуждающую поведенческую функцию.*

Вилюнас полагает, что такая позиция сформировалась потому, что человеку трудно распознать подлинные причины своего поведения, в то время как *эмоции, сопровождающие процесс мотивации, отчетливо переживаются и именно ими человек реально руководствуется в жизни.* Эта позиция единой интерпретации эмоциональных и мотивационных процессов была определяющей вплоть до конца XIX - начала XX века (Петражицкий, 1908), но не утратила своих сторонников и по настоящее время (Липер, 1948; Duffy, 1948; Arnold, Gasson, 1954; Young, 1961; Bindra, 1969; Tomkins, 1970).



- ? Действительно, подчас бывает довольно трудно выделить эмоциональное в мотиве. Поэтому **одно и то же явление** разные авторы рассматривают **то как проявление воли, то как мотивацию, то как эмоцию.**
- Такое произошло, например, с изучением влияния соревновательного мотива (личного и командного) на успешность деятельности человека. Для Ю. Ю. Палайма (1968) соревновательный мотив является силой воли, а для А. В. Ильина (1960) - эмоциональным состоянием. И оба они правы. Соревновательный мотив усиливает эмоциональные переживания человека, а последние усиливают энергетику мотива и волевого усилия.
- ? Другие психологи, вслед за Н. Гротом (1879-1880) и В. Вундтом (1912), **отделяют побуждающие переживания от эмоциональных.** В результате **мотивация и эмоции рассматриваются современной классической психологией как две самостоятельные проблемы,** связи между которыми, как полагает В. К. Вилюнас, сопоставимы, например, со связями между восприятием и вниманием или памятью и мышлением



## **Р. ЛАЗАРУС (LAZARUS, 1968) ВЫСТУПИЛ С КРИТИКОЙ ТЕОРИЙ, ТРАКТУЮЩИХ ЭМОЦИЮ КАК МОТИВАЦИЮ, МОТИВАТОР ИЛИ ПОБУЖДЕНИЕ (ДРАЙВ).**

Он считает, что этим теориям свойствен ряд общих недостатков:

- ❖ Эмоции не рассматриваются как реально существующие явления со своей качественной спецификой. Исследуются приспособительные последствия эмоций, а сами они трактуются как быстро исчезающая промежуточная мотивационная переменная.
- ❖ Не исследуются предшествующие причины и условия возникновения эмоций. Этот недостаток проистекает из первого, поскольку недооценка эмоций как самостоятельных реакций делает не обязательным выяснение причин их появления.
- ❖ Эти теории включают ограниченный круг эмоций - тревогу, страх, реже - гнев. В то же время включение в них других отрицательных эмоций, не говоря уже о положительных, вызывает большие затруднения.



В критикуемых теориях эмоции изолируются от приспособительных форм поведения, следующих за ними и ими побуждаемых. Р. Лазарус же считает это поведение фундаментальным компонентом целостного эмоционального события.

Теории, рассматривающие эмоцию как мотивацию, являются, по мнению Р. Лазаруса, не «предсказующими», а описательными. Эмоция и поведенческая реакция связаны между собой в этих теориях случайным образом, в зависимости от той или иной истории научения и подкрепления индивида, а так как эта история не подконтрольна исследователю, то предсказать различные формы поведения становится невозможным.



**М. Арнольд** (Arnold, 1969), подводя итог обсуждению вопроса о мотивирующей функции эмоций в зарубежной психологической литературе, пишет, что «отношение между эмоциями и мотивацией, изображаемое в теоретической литературе, остается совершенно не ясным. Хотя снова и снова утверждается, что эмоции мотивируют, едва ли кто-либо смог выступить и недвусмысленно объяснить, как именно это происходит».

**В. К. Вилюнас** считает это обвинение психологов в неспособности дать такое объяснение несправедливым. При этом он ссылается на высказывание С. Л. Рубинштейна, что эмоции являются субъективной формой существования потребностей (мотивации). «Это значит, - пишет Вилюнас, - что *мотивация открывается субъекту в виде эмоциональных явлений, которые сигнализируют ему о потребностной значимости объектов и побуждают направить на них деятельность.* Эмоции и мотивационные процессы при этом **не отождествляются**: являясь субъективной формой существования мотивации, эмоциональные переживания представляют собой лишь итоговую, результативную форму ее существования, не отражающую всех тех процессов, которые подготавливают и определяют появление эмоциональных оценок и побуждений»



**Е.П. Ильин** считает, что это только иллюзия объяснения.

- ? Во-первых, нельзя согласиться с утверждением, что эмоция является итоговой формой мотивационного процесса. Неудовлетворение потребности из-за сознания невозможности сделать это сейчас тоже вызывает эмоции, хотя мотивационный процесс так и не развернулся.
- ? Во-вторых, не каждый мотивационный процесс пробуждает к жизни эмоциональные переживания (хотя переживание потребностного состояния как ощущения нужды тоже является субъективной формой существования потребности).

**В. К. Вилюнас** (1976) приписывает эмоциям также и функцию организатора нестереотипного целенаправленного поведения. По мнению автора, эмоция обладает способностью к координации и сочетанию ряда единичных процессов чувствительности в целенаправленный поведенческий акт.



Поэтому, очевидно, не случайно в последнее время все чаще в психологической литературе используется **термин «эмоциональная регуляция»**.

**Н. В. Витт (1981,1986)** уделила этому понятию пристальное внимание, особенно в отношении регуляции речемыслительных процессов. *Эмоциональную регуляцию* она рассматривает *в двух планах - осознанном и неосознанном*.

**Первый** является результатом проявления стабильного эмоционального отношения человека к объектам и отражает индивидуальные особенности управления «сверху» (т. е. самим субъектом) внешней выраженностью этого отношения и его флуктуации, вызываемых и ранее пережитыми, и актуальными эмоциональными состояниями.

**Второй** (неосознаваемый) план эмоциональной регуляции, обусловленный первичной пристрастностью человека и его актуальными эмоциональными состояниями, получает непосредственную выраженность в эмоциональной окраске процесса и результатов деятельности.



**Е.П.Ильин** полагает, вряд ли стоит говорить об эмоциональной регуляции **как самостоятельном** виде регуляции (управления). Как справедливо отмечает К. Изард, эмоциональная система редко функционирует независимо от других систем. Некоторые эмоции или комплексы эмоций практически всегда проявляются во взаимодействии с перцептивной, когнитивной и двигательной системами. И эффективное функционирование личности зависит от того, насколько сбалансирована и интегрирована деятельность различных систем.

Очевидно, что эмоциональные реакции являются «спутником и советчиком» как мотивационного процесса, так и всего процесса произвольного управления.



Однако для того чтобы понять, какое место занимают эмоциональные явления в управлении поведением и деятельностью человека, нужно, во-первых, учитывать, какой своей стороной (субъективной, физиологической или экспрессивной) они участвуют в этом управлении и, во-вторых, на какой стадии управления (на стадии мотивации, инициации, мобилизации, оценке результата) происходит их вмешательство.

Этим определяется и различная роль эмоционального реагирования в управлении:

- ❖ отражательно-оценочная (сигнальная),
- ❖ побудительная
- ❖ и энергетическая и др.



# ОТРАЖАТЕЛЬНО-ОЦЕНОЧНАЯ РОЛЬ ЭМОЦИЙ

Еще **Ч. Дарвин** писал, что эмоции возникли в процессе эволюции как средство, при помощи которого живые существа **устанавливают значимость тех или иных условий для удовлетворения своих потребностей**. Эта роль эмоций проявляется за счет *субъективного компонента эмоционального реагирования (переживания)* и в основном на начальном этапе произвольного управления (при возникновении потребности и развертывании на ее основе мотивационного процесса) и на конечном этапе (при оценке достигнутого результата: удовлетворении потребности, реализации намерения).



Отражательная функция эмоций *признается не всеми учеными.*

**В. К. Вилюнас (1979)** считает, что «эмоции выполняют функцию не отражения объективных явлений, а **выражения субъективных** к ним **отношений**». Для отражения реальности у животных и человека имеются анализаторы и мышление. Они выполняют роль «зеркала», которое отражает то, что есть. Нравится человеку то, что он видит в зеркале или нет - это не зависит от зеркала, оно не дает оценку отражаемому. Оценка (отношение) зависит от субъективного восприятия видимого, которое сопоставляется с эталонами, желаниями, вкусами человека.

Следует отметить, что по поводу *соотношения переживания и оценки (что первично, а что вторично)* среди ученых бытуют различные мнения.

**В. С. Магун (1983)** полагает, что переживание предшествует оценке;

**М. Арнольд (1960)**, наоборот, считает, что оценка предшествует возникновению эмоции,

а **В. В. Брожек (1982)** пишет о том, что эмоция может замещать оценку или же сопровождать ее.



По мнению **Е.П.Ильина**, это расхождение вызвано тем, что авторы имеют в виду разные классы эмоциональных явлений.

*При эмоциональном тоне ощущений* сначала появляется переживание приятного или неприятного, а потом его оценка как полезного или вредного. Очевидно, то же имеет место и при безусловно-рефлекторных эмоциях (например, испуге).

В случае же возникновения *эмоций* сначала оценивается ситуация, а затем может появиться и переживание (эмоция). Например, когда человек подходит к окну своей квартиры, расположенной на третьем этаже или выше, и смотрит вниз, думая: «А что, если спрыгнуть вниз?», - то у него возникает оценка этой ситуации как опасной, но без переживания страха. Но вот случился пожар и теперь ему приходится прыгать из окна. В этом случае оценка ситуации будет явно являться причиной возникшего у этого человека страха. Первичность такой оценки экспериментально показала **Е. Ю. Артемьева** (1980).



## ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ОЦЕНКА КАК ПРОЦЕСС

Говоря о результативно-оценивающей роли эмоций, **Б. И. Додонов** отмечает, что психологи понимают эту роль слишком узко, потому что традиционно **эмоции** рассматриваются не как процесс, а как **конечный продукт** - «аффективные волнения» и сопровождающие их «телесные» (физиологические) изменения. Это уже вынесенные **«оценки-приговоры»**. В связи с этим Додонов пишет: «Рассуждая о механизме возникновения эмоций, большинство физиологов, как правило, определяют эмоцию с точки зрения эффекта, произведенного сопоставлением, неправомерно вынося само сопоставление за скобки эмоционального процесса». В действительности же, считает он, **эмоции - это и процесс**, который есть не что иное, как деятельность оценки поступающей в мозг информации о внешнем и внутреннем мире, которую ощущение и восприятие кодируют в форме его субъективных образов. Поэтому **Додонов** говорит об **эмоциональной деятельности**, которая заключается в том, что отраженная мозгом действительность сопоставляется с запечатленными в нем же постоянными или временными параметрами жизнедеятельности организма и личности.



Согласно **Б.И.Додонову**, эмоции в своих сопоставлениях нередко опираются на продукты своего прежнего функционирования, в качестве которых выступают **эмоциональные обобщения** как результат пережитых ранее эмоций.

«У детей и так называемых "первобытных народов", - пишет Додонов, - эти обобщения еще плохо разграничены с понятиями и часто смешиваются с ними. Когда маленький мальчик, увидев пьяного, с испугом бежит к матери, крича ей: "бик!" (бык), то он пользуется именно таким обобщением» (с. 32).

Эмоции, по Додонову, отражают соответствие или несоответствие действительности нашим потребностям, установкам, прогнозам.

**Е.П.Ильин** считает, что такая постановка вопроса правомерна, однако предлагаемое решение **спорно**.

**Ильин** подчеркивает: очевидно, что процесс *сознательного сопоставления* того, что получается, с тем, что должно быть, может протекать у человека *без участия эмоций*. Они как механизм сопоставления не нужны. Другое дело - *оценка* того, что получилось. Она действительно может быть не только рациональной, но и эмоциональной, если результат деятельности или ожидавшаяся ситуация являются глубоко значимыми для субъекта. Однако при этом не надо забывать, что эмоция - это *реакция* на какое-то событие, а всякая реакция - это ответ постфактум, т. е. на то, что уже воздействует или уже прошло, закончилось, в том числе и на закончившееся сопоставление информации. Конечно, эмоциональная оценка может *подключаться* к процессу рационального (словесно-логического) сопоставления информации, окрашивая в положительные или отрицательные тона ту или иную парадигму и тем самым придавая им больший или меньший вес, но можно ли это принимать за эмоциональное сопоставление, понимаемое Додоновым как эмоциональная деятельность познания?



Вообще, считает **Е.П.Ильин**, сделав **оценку** главной характеристикой эмоций (ради этого эмоции и возникли в процессе эволюции), **Додонов** на этом основании зачисляет в эмоциональное переживание и желание как оценку степени соответствия какого-либо объекта нашим потребностям. Назначение этих оценок он видит в презентации в психике мотива деятельности. С точки зрения **Е.П.Ильина**, хотя в желании и присутствует эмоциональный компонент, свести желание только к нему неправомерно хотя бы потому, что понятие «желание» может обозначать не только потребность, но и целиком мотив как сложное мотивационное образование. Кстати, и сам Додонов пишет, что хотя эмоциональные явления «несомненно, включены в мотивацию нашего поведения, но сами по себе мотивами не являются, как не определяют единолично принятия решения о развертывании той или иной деятельности».



**ОЦЕНОЧНАЯ РОЛЬ** ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РЕАГИРОВАНИЯ ВМЕСТЕ С РАЗВИТИЕМ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ И ПСИХИКИ ЖИВЫХ СУЩЕСТВ ВИДОИЗМЕНЯЛАСЬ И СОВЕРШЕНСТВОВАЛАСЬ.

Первый этап

- Оценочная роль ограничивалась сообщением организму о приятном или неприятном, (эмоциональный **ощущений**)

Второй этап

- **дается** сигнализация о полезном и вредном (эмоциональный тон ощущений)

Третий этап

- сообщается о неопасном и опасном (эмоции)

Четвертый этап

- о значимом и незначимом (чувства и эмоциональные установки)



Если **эмоциональный тон ощущений** способен давать только грубую дифференцировку раздражителей и связанных с ними ощущений (приятные - неприятные),

то **эмоция** обеспечивает более тонкую, а главное - психологическую дифференцировку *ситуаций, событий, явлений*, показывая их значимость для организма и человека как личности. Немаловажным оказалось и то обстоятельство, что эмоция возникает условнорефлекторно и тем самым дает возможность животному и человеку заблаговременно отреагировать на дистантные раздражители, на складывающуюся ситуацию.

Ярость уже при виде врага, издали, при звуках, запахе противника дает возможность животному вступить в схватку с врагом с максимальным использованием всех силовых ресурсов, а страх - спастись бегством.

Однако для этого **эмоции должны обладать еще одной функцией**: заставлять организм экстренно мобилизовать свои возможности, энергию, чего эмоциональный тон ощущений сделать не может.



# МОТИВАЦИОННАЯ (ПОБУДИТЕЛЬНАЯ) РОЛЬ ЭМОЦИЙ

Эмоции играют заметную роль на всех *этапах мотивационного процесса*:

- ❖ при оценке значимости внешнего раздражителя,
- ❖ при сигнализации о возникшей потребности
- ❖ и оценке ее значимости,
- ❖ при прогнозировании возможности удовлетворения потребности,
- ❖ при выборе цели.



## ЭМОЦИИ КАК ОЦЕНКА ЗНАЧИМОСТИ ВНЕШНЕГО РАЗДРАЖИТЕЛЯ (1-й ЭТАП МОТИВАЦИОННОГО ПРОЦЕССА)

На первом (мотивационном) этапе главное назначение эмоций - **сигнализировать о пользе или вреде для организма того или иного стимула, явления, которые метятся определенным знаком (положительным или отрицательным)** еще перед тем, как они будут подвергнуты осознанной, логической оценке.

По этому поводу **П. К. Анохин** писал: «Производя почти моментальную интеграцию всех функций организма, эмоции сами по себе и в первую очередь могут быть абсолютным сигналом полезного или вредного воздействия на организм, часто даже раньше, чем определены локализация воздействий и конкретный механизм ответной реакции организма».



Эмоции отражают **не только биологическую, но и личностную значимость** внешних стимулов, ситуаций, событий для человека, т. е. того, что его волнует.

Об этом пишет **А. В. Вальдман**: «Эмоция - это такая форма отражательной психической деятельности, где на первый план выступает отношение к окружающей информации...».

**А. В. Запорожец и Я. З. Неверович** (1974) считают, что эмоции опережают осознание человеком ситуации, сигнализируя о возможном приятном или неприятном ее исходе, и в связи с этим говорят о **предвосхищающей функции эмоций**.

Выполняя эту отражательно-оценочную роль, определяя, что для человека значимо, а что нет, эмоции тем самым способствуют ориентированию человека в различных ситуациях, т. е. выполняют **ориентировочную функцию**.



## ЭМОЦИИ КАК СИГНАЛ О ПОЯВИВШЕЙСЯ ПОТРЕБНОСТИ (2-й ЭТАП МОТИВАЦИОННОГО ПРОЦЕССА)

Отражательно-оценочная роль эмоций проявляется и в их связи с потребностями, выступающими в качестве внутренних стимулов. Тесная связь эмоций с потребностями очевидна, и неудивительно, что **П. В. Симонов** разработал теорию эмоций, во многом базирующуюся на обусловленности эмоций потребностями и вероятностью удовлетворения последних, а **Б. И. Додонов** создал классификацию эмоций, базирующуюся на видах потребностей.

**В. К. Вилюнас** (1986) указывает, что «субъективное отражение потребностей необходимо должно осуществляться *особыми* психическими явлениями, принципиально отличными от тех, которые отражают объективные свойства действительности. Хотя актуализация потребности тоже является объективным событием, отражаться в психике оно должно не так, как другие события, поскольку для субъекта оно должно стать не одним из многих, а центральным, всепоглощающим событием, приковывающим внимание, мобилизующим приспособительные ресурсы и т. п.» .



## ЭМОЦИИ КАК СПОСОБ МАРКИРОВКИ ЗНАЧИМЫХ ЦЕЛЕЙ (3-й ЭТАП МОТИВАЦИОННОГО ПРОЦЕССА)

**В. К. Вилюнас** пишет: «...Дело не только в необходимости акцентированного отражения потребностей. Для их удовлетворения субъект должен действовать не с самими потребностями, а с теми предметами, которые им отвечают. Это значит, что потребность должна отражаться не только сама по себе наряду с другими отражаемыми предметами (например, в виде переживания голода, жажды и т. п.), но еще спроецированной в образ действительности и выделяющей в нем необходимые условия и предметы, которые в результате такого выделения становятся целями.

Отражаться только познавательными процессами цель не может. Как отражаемый предмет цель - один из многих элементов среды, действующий, как и прочие, на анализаторы, вызывающий соответствующие задержанные двигательные реакции и в силу этого воспринимаемый в образе. В этом отношении цель никак не выделяется ни среди других объектов действительности, ни в отражающем ее образе. Объективные свойства вещи, отражаемые субъектом в виде возможных с ней действий, не содержат признаков, указывающих на ее необходимость в данный момент организму



... Поэтому в строении образа должно быть нечто такое, что, отражая состояние потребностей организма, присоединялось бы к отдельным отражательным элементам среды, тем самым выделяя их среди прочих именно в качестве целей и побуждая индивида к их достижению. Иначе говоря, для того чтобы психический образ, как поле потенциальных действий, мог служить основой для построения и регуляции деятельности, он необходимо должен быть "оснащен" специальным механизмом, который нарушал бы равновесие между одинаково возможными действиями и направлял бы индивида к выбору и предпочтению некоторых из них» .

**Эту роль** выделения в образе потребностно-значимых явлений и побуждения к ним человека и выполняют многочисленные разновидности **пристрастного, эмоционального переживания.**



## ЭМОЦИИ КАК МЕХАНИЗМ, ПОМОГАЮЩИЙ ПРИНЯТИЮ РЕШЕНИЯ (4-й ЭТАП МОТИВАЦИОННОГО ПРОЦЕССА)

Эмоции, указывая на предметы и действия с ними, которые способны привести к удовлетворению потребности, тем самым способствуют принятию решения. Очень часто, однако, достижение желаемого не обеспечивается информацией, необходимой для принятия решения.

Тогда проявляется **компенсаторная функция** эмоций, которая, по **П. В. Симонову**, состоит в замещении информации, недостающей для принятия решения или вынесения суждения о чем-либо. Возникающая при столкновении с незнакомым объектом, эмоция придает этому объекту соответствующую окраску (нравится он или нет, плохой он или хороший), в частности, в связи с его схожестью с ранее встречавшимися объектами. Хотя с помощью эмоции человек выносит обобщенную и не всегда обоснованную оценку объекта и ситуации, она все же помогает ему выйти из тупика, когда он не знает, что ему делать в данной ситуации.



**Симонов** подчеркивает, что «эмоции отнюдь не пополняют сведений относительно реальных признаков угрозы и возможностей ее устранения. Ликвидация дефицита информации происходит в процессе поисковых действий и обучения. Роль эмоций заключается в экстренном замещении, компенсации недостающих в данный момент знаний»

Все это касается случаев, связанных с дефицитом информации и, следовательно, отрицательных эмоций.

**Симонов** считает, что компенсаторная функция присуща и положительным эмоциям . Он полагает, что в этом случае компенсаторная функция проявляется не в момент возникновения эмоции, а на более длительных отрезках приспособительного поведения, так как даже небольшой и частный успех способен воодушевить людей на преодоление трудностей (т. е. положительная эмоция усиливает потребность достижения цели).

**Ильин** считает, что здесь скорее речь должна идти о стимулирующей функции.



## КРИТИКА Е.П.ИЛЬИНЫМ ПОЛОЖЕНИЙ П.В. СИМОНОВА О КОМПЕНСАТОРНОЙ ФУНКЦИИ ЭМОЦИЙ

Соглашаясь с наличием компенсаторной функции эмоций, он отмечает слабость примеров, приводимых Симоновым для раскрытия проявления этой функции в реальной жизни.

Он не согласен с тем, что подражательное реагирование, например **паника**, связано именно с компенсаторной функцией эмоций. Симонов, говоря о панике, пишет: «Когда субъект не располагает данными или временем для самостоятельного и вполне обоснованного решения, ему остается положиться *на пример других членов общества*, своевременно заметивших надвигающуюся опасность».

Неясен и пример с **сомнением** человека: «Сомнение, - пишет Симонов, - побуждает вновь и вновь анализировать сложившуюся ситуацию, искать дополнительную информацию, пересматривать ранее накопленный опыт». Но как же тогда понимать его утверждение, что компенсаторная функция эмоций не заключается в пополнении сведений в процессе поисковых действий?



Симонов видит проявление компенсаторной функции эмоций и в их способности служить дополнительным средством коммуникации между членами сообщества. Например, когда человек не может убедить собеседника логическими доводами, он начинает повышать голос, т. е. усиливать экспрессивное воздействие.

Следует, однако, заметить, отмечает Ильин, что повышение голоса - это способ разрядки возникшего эмоционального напряжения, которое может быть следствием досады, раздражения, злости человека по поводу «глухости» партнера по общению к приводимым доводам. Повышение громкости голоса, безусловно, усиливает воздействие на партнера по общению, но замещает ли оно для него недостающую информацию?



Таким образом, включаясь в процесс вероятностного прогнозирования, эмоции помогают оценивать будущие события (предвкушение удовольствия, когда человек идет в театр, или ожидание неприятных переживаний после экзамена, когда студент не успел к нему как следует подготовиться), т. е. выполняют **прогностическую функцию**.

**О. К. Тихомиров** и **Ю. Е. Виноградов** (1969), по существу, пишут о том же: эмоции облегчают поиск правильного выхода из ситуации, в связи с чем они говорят об их **эвристической функции**.

Следовательно, эмоции участвуют не только на первом этапе мотивационного процесса, когда определяется значимость того или иного внешнего или внутреннего стимула, но и **на этапе принятия решения**.



Принятие человеком решения связано **и с санкционирующей** (в том числе, **переключающей направление и интенсивность активности) функцией** эмоций (идти на контакт с объектом или нет, максимизировать свои усилия или прервать возникшее состояние).

**П. В. Симонов** (1981) пишет, что «переключающая» функция эмоций обнаруживается как в сфере врожденных форм поведения, так и при осуществлении условно-рефлекторной деятельности, включая ее наиболее сложные проявления. Он полагает, что наиболее ярко эта функция эмоций проявляется при конкуренции мотивов, при выделении доминирующей потребности, которая становится вектором целенаправленного поведения.

По поводу необходимости этой функции эмоций **Симонов** пишет следующее: «Казалось бы, ориентация поведения на первоочередное удовлетворение той или иной потребности могла осуществиться путем непосредственного сопоставления силы (величины) этих потребностей. Но в таком случае конкуренция мотивов оказалась бы изолированной от условий окружающей среды субъекта. Вот почему конкурируют не потребности, а порождаемые этими потребностями эмоции...» . Так, в боевой обстановке борьба между естественным для человека инстинктом самосохранения и чувством долга переживается субъектом в виде борьбы страха со стыдом.



**Симонов** пишет: «Вопрос стоит совершенно в иной плоскости: какие именно потребности, какие мотивы вступают в конкурентную борьбу **"в доспехах" положительных и отрицательных эмоций**»

Борются потребности, облаченные в «доспехи» эмоций. Эмоции помогают этой борьбе, так как обозначают значимость той или иной потребности в данный момент.

Зависимость эмоций от вероятности удовлетворения потребности, пишет Симонов, «чрезвычайно усложняет конкуренцию соответствующих мотивов, в результате чего поведение нередко оказывается переориентированным на менее важную, но легко достижимую цель: "синица в руках" побеждает "журавля в небе"»

Осуществление эмоциями **санкционирующей функции** может базироваться **на защитной функции эмоции страха**. Он предупреждает человека о реальной (или о мнимой) опасности, способствуя тем самым лучшему продумыванию возникшей ситуации, более тщательному определению вероятности достижения успеха или неудачи. Тем самым страх защищает человека от неприятных для него последствий, а возможно, и от гибели.



## Побудительная роль эмоций.

По мнению **С. Л. Рубинштейна**, «...эмоция в себе самой включает влечение, желание, стремление, направленное к предмету или от него, так же как влечение, желание, стремление всегда более или менее эмоционально».

**Ильин Е.П.** Считает, что вообще, вопрос о том, откуда в побуждении берется заряд энергии, довольно сложен и дискуссионен. Исключать присутствие в побуждении к действию энергии эмоций нельзя, но считать, что эмоции сами по себе вызывают побуждение к действию, тоже вряд ли возможно.



## Роль эмоций в оценке достигнутых результатов.

**А. Н. Леонтьев** (1971) пишет: «Особенность эмоций состоит в том, что они непосредственно отражают отношения между мотивами и реализацией отвечающей этим мотивам деятельности».

Оценивая ход и результат деятельности, эмоции дают *субъективную* окраску происходящему вокруг нас и в нас самих. Это значит, что на одно и то же событие разные люди могут эмоционально реагировать различно.

Например, у болельщиков проигрыш их любимой команды вызовет разочарование, огорчение, у болельщиков же команды-соперника - радость.

Люди по-разному воспринимают и произведения искусства. Недаром в народе говорят, что на вкус и на цвет товарища нет и что о вкусах не спорят.



# Эмоция как ценность и потребность

Хотя эмоции сами по себе не являются мотивами (которые рассматриваются как сложное образование, включающее в себя потребность, идеальную (представляемую) цель и мотиваторы, т. е. факторы, повлиявшие на принятие решения и формирование намерения), они могут выступать в мотивационном процессе не только в качестве «советчика» или энергетического усилителя побуждений, возникающих в процессе мотивации, но и самого **побудителя**, правда, не действий по удовлетворению потребности, а **мотивационного процесса**. Это происходит в том случае, *когда у человека возникает потребность в эмоциональных ощущениях и переживаниях и когда человек осознает их как ценность.*



## ЭМОЦИИ КАК ЦЕННОСТЬ

В 70-х годах XX века развернулась **дискуссия** между **Б. И. Додоновым** и **П. В. Симоновым** относительно того, являются ли эмоции ценностью. На первый взгляд спор этот не имеет отношения к рассмотрению мотивационной роли эмоций. Однако в действительности понимание эмоции как ценности означает не что иное, как осуществление эмоциями функции побуждения, притягательности для человека.

**Додонов** справедливо считает, что эмоции необходимы для существования человека и животных, для их ориентировки в мире, для организации их поведения. «И поэтому про эмоции-оценки можно сказать, что они имеют для нас большую ценность, но ценность эта служебная. *Это ценность средства, а не цели*» (1978). Однако эмоции, по Додонову, обладают и самостоятельной ценностью. «Этот факт, - пишет он, - достаточно хорошо осознан и вычленен житейской психологической интуицией, четко разграничившей случаи, когда человек что-либо *делает с удовольствием* и когда он чем-то *занимается ради удовольствия*» .



**Б.И.Додонов** отмечает, что с теоретическим осмыслением этому факту явно не повезло. С самого начала на него легла тень некоторых ошибочных философских и психологических концепций, критика со стороны которых «выплеснула вместе с грязной водой и самого ребенка».

До сих пор «весьма распространено мнение, будто любое признание эмоции в качестве ценности или мотива деятельности должно быть априорно отброшено как давно разоблаченная философская ошибка».

При этом Додонов ссылается на многие художественные произведения, в которых писатели и поэты отразили мотивационное значение эмоций, представив эмоцию как мотив поведения.



## ПОТРЕБНОСТЬ В ЭМОЦИОНАЛЬНОМ НАСЫЩЕНИИ

Понимание эмоции как ценности приводит **Б. И. Додонова** (1978) к представлению о том, что у человека имеется *потребность в «эмоциональном насыщении»*, т. е. в *эмоциональных переживаниях*.

Действительно, еще знаменитый математик **Б. Паскаль** говорил, что мы думаем, что ищем покоя, а *на самом деле ищем волнений*. Это означает, что **эмоциональный голод** может прямо обуславливать мотивационный процесс.

Для обоснования этой потребности **Додонов** ссылается на известные *последствия отрыва ребенка от матери* и на *феномен сенсорной депривации*.

**Первое доказательство** основывается на том, что отсутствие интимного контакта младенца с матерью приводит к плохому его развитию, к частым болезням, ущербной эмоциональности, «холодности», низкой способности к сопереживанию и сочувствию.



**Ильин** считает, что этот пример скорее свидетельствует о том, что для развития эмоциональной сферы ребенка нужна тренировка этой сферы, которая и обеспечивается контактом с матерью и связанными с ним чувствами, переживаниями.

Со вторым же примером Ильин не соглашается.

Ведь при сенсорной депривации речь идет об ограничении притока раздражителей, воздействующих на органы чувств (анализаторы), но отнюдь не о чувствах и эмоциях.

Возникающие при сенсорной депривации психические нарушения, как утверждает сам **Додонов**, дают лишь основание подозревать, что среди причин, вызывающих эти нарушения, может быть и отсутствие разнообразия эмоциональных переживаний. Поэтому он говорит *об эмоциональной депривации*, считая, что она является следствием сенсорной депривации.



По этому поводу **Додонов** пишет: «...если доказана важность чисто сенсорного насыщения для нормального развития и функционирования мозга, то не естественно ли предположить, что насыщение эмоциями... является для него еще более необходимым? А раз дело обстоит именно таким образом, то это означает, что **эмоциональное насыщение организма является его важной врожденной и прижизненно развивающейся потребностью» (1978).**

В этой цитате Додонов смело переходит от предположения о необходимости насыщения эмоциями к констатации этого как уже имеющего место факта.

**Додонов** полагает, что **потребность в эмоциональном насыщении является физиологической**, несмотря на то что сами эмоции несут в себе психологическое содержание. Он обосновывает это тем, что всякий орган должен функционировать, в противном случае произойдет его инволюция, деградация. Следовательно, центры эмоций нуждаются в функционировании, т. е. в проявлении эмоций для того, чтобы сохранить свою реактивность.



## ПРОТИВОПОЛОЖНАЯ ПОЗИЦИЯ К «ЭМОЦИИ КАК ЦЕННОСТИ» СИМОНОВА П.В.

**П. В. Симонов** не согласен с трактовкой эмоций как ценности, так как в этом случае они сами являются мотивом, «притягивающим» субъекта к деятельности. Он ссылается на **А. Н. Леонтьева** (1971), который утверждал, что эмоции не являются мотивами, и на философа **С. Штрессера** (Strasser, 1970), который не отождествляет эмоции с влечениями и потребностями.

По **Симонову**, самостоятельная ценность эмоций, их способность мотивировать поведение в любом случае оказываются *иллюзией*. Стремление к переживанию положительных эмоций не в состоянии объяснить, почему данный человек стремится именно к такому, а не иному источнику удовольствия.



**Е.П.Ильин** соглашается с последним утверждением, однако, отмечает, что нельзя при этом не отметить *ограниченность понимания* Симоновым (и не только им) *мотива*.

Дело в том, что эмоция-потребность, во-первых, еще не весь мотив, и во-вторых, как всякая потребность, она может удовлетворяться разными способами и средствами.

Поэтому нельзя требовать от потребности ответа на все вопросы: почему, для чего и как. Но это не устраняет *у потребности в эмоциональном переживании функции побуждения*. Просто надо понимать, что *это побуждение не к деятельности, а лишь к развертыванию мотивационного процесса, формированию мотива*. Кроме того, ссылаясь на А. Н. Леонтьева, П. В. Симонов не учитывает, что он говорил о «сдвиге мотива на цель», когда деятельность начинает выполняться просто потому, что доставляет человеку удовольствие.



О потребности человека в положительных эмоциях пишет Э. Фромм.

Действительно, человек делает многие вещи ради получения удовольствия, наслаждения:

слушает музыку,

читает нравящуюся ему и не раз уже читанную им книгу,

катается на американских горках, чтобы испытать «острые ощущения» и т. д.

*Поэтому эмоция выступает в виде цели* (человек делает что-то ради получения желаемого переживания). *Осознаваемая же цель является для человека ценностью* или, по Б. И. Додонову, *мотивом поведения*.

Характерно, что человек испытывает потребность не только в положительных эмоциях, но и в отрицательных



Вспомним «Мцыри» [М. Ю. Лермонтова](#):

Таких две жизни за одну,  
Но только полную тревог,  
Я променял бы, если б мог...

Или у [Ф. И. Тютчева](#):

О Господи, дай жгучего страданья  
И мертвенность души моей рассеяй...



## *Полнота удовлетворения эмоциональной потребности зависит от качества предмета удовлетворения.*

Это отчетливо проявилось в исследовании **В. Д. Балина** и **А А Меклер (1998)**, которые показали, что прослушивание музыки при ее воспроизведении на аппаратуре высшего качества с пластинки вызывает эмоции большей интенсивности и в большем количестве, чем с кассетного магнитофона третьего класса.

По аналогии можно сказать, что глубина и интенсивность эмоционального переживания при прослушивании музыки на стереофоническом проигрывателе будет больше, чем на монофоническом, а присутствие на концерте доставит большее эмоциональное наслаждение, чем прослушивание того же музыкального произведения дома. Точно так же большее эмоциональное впечатление окажет посещение картинной галереи, чем просматривание дома альбомов, слайдов и открыток.



# Активационно-энергетическая роль ЭМОЦИЙ

Влияние эмоций на физические возможности человека и животных было известно давно. Еще **Б. Спиноза** писал, что *эмоции увеличивают или уменьшают «способность тела к действию».*

Активационно-энергетическая роль эмоционального реагирования **проявляется** в основном за счет его *физиологического компонента*: изменения вегетативных функций и уровня возбуждения корковых отделов мозга.

По влиянию на поведение и деятельность человека немецкий философ **И. Кант** разделил эмоциональные реакции (эмоции) на *стенические* («стена» по-гречески - сила), усиливающие жизнедеятельность организма, и *астенические* - ослабляющие ее.

Стенический страх может способствовать мобилизации резервов человека за счет выброса в кровь дополнительного количества адреналина, например при активно-оборонительной его форме (бегстве от опасности).

Способствует мобилизации сил организма и воодушевление, радость («окрыленный успехом», говорят в таких случаях).



**Активационная функция эмоций** отмечается многими авторами.

**Э. Гельгорн** (1948) считает, например, что *ускорение и усиление* реакций, поддерживающих индивидуальное и видовое существование живых систем, представляет одну из самых ярких черт эмоционального реагирования. Она состоит в том, что при возникновении эмоций происходит активация нервных центров, осуществляемая неспецифическими структурами ствола мозга и передаваемая неспецифическими путями возбуждения (**Линдсли**, 1960; **Арнольд**, 1967).

Согласно «активационным» теориям, эмоции обеспечивают оптимальный уровень возбуждения центральной нервной системы и ее отдельных подструктур. Активация нервной системы и, прежде всего, ее вегетативного отдела приводит к изменениям во внутренних органах и организма в целом, *приводя либо к мобилизации энергоресурсов, либо к их демобилизации*. Отсюда можно говорить о **мобилизационной функции эмоций**.



**П. К. Анохин** говорил о «мотивационном тонусе», благодаря которому все жизненные процессы поддерживаются на оптимальном уровне – *стабилизирующая функция эмоций*.

**П. В. Симонов** пишет: «Будучи активным состоянием системы специализированных мозговых структур, эмоции оказывают влияние на другие церебральные системы, регулирующие поведение, процессы восприятия внешних сигналов и извлечения энграмм этих сигналов из памяти, вегетативные функции организма...». При этом он отмечает, что «при возникновении эмоционального напряжения объем вегетативных сдвигов (учащение сердцебиения, подъем кровяного давления, выброс в кровяное русло гормонов и т. д.), как правило, превышает реальные нужды организма. По-видимому, процесс естественного отбора закрепил целесообразность этой избыточной мобилизации ресурсов. В ситуации прагматической неопределенности (а именно она так характерна для возникновения эмоций), когда неизвестно, сколько и чего потребуется в ближайшие минуты, лучше пойти на излишние энергетические траты, чем в разгар напряженной деятельности - борьбы или бегства - остаться без достаточного обеспечения кислородом и метаболическим "сырьем"» .



Об избыточности эмоционального реагирования писал еще **Г. Мюнстерберг**: «Конечно, напряженность этой энергетической реакции имеет следствием огромный избыток энергии, и потому получается много излишних побочных результатов. Но они неизбежны в интересах большой задачи - сосредоточения всего организма на реакции определенного рода».

Показано (**Дорфман**, 1986), что физическая работоспособность у лиц с сильной нервной системой больше при эмоции радости, чем при эмоции страдания, а у лиц со слабой нервной системой - при эмоции страдания, чем при эмоции радости (правда, на уровне достоверности только по показателю мощности работы)



## ТАБЛИЦА

ПРОДУКТИВНОСТЬ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ЛИЦ С РАЗНОЙ СИЛОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ МОДАЛЬНОСТИ ЭМОЦИЙ, ВЫЗВАННЫХ МУЗЫКОЙ (ДОРФМАН, 1986)

Показатель продуктивности	Нервная система	Эмоция радости	Эмоция страдания
Продолжительность, с	Сильная	104,1	93,6*
	Слабая	86,6	83,0
Частота движений, кол-во	Сильная	67,4	57,3*
	Слабая	53,2	55,1
Мощность, кгм/мин/кг	Сильная	25,7	25,0
	Слабая	24,7	26,7*
Объем работы, кгм/ кг	Сильная	44,7	38,3*
	Слабая	35,7	37,0

# ДЕСТРУКТИВНАЯ РОЛЬ ЭМОЦИЙ

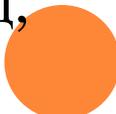


# ОТРИЦАТЕЛЬНАЯ (РАЗРУШИТЕЛЬНАЯ) РОЛЬ ЭМОЦИЙ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Эмоции могут играть в жизни человека не только положительную, но и отрицательную (разрушительную) роль. Они могут приводить *к дезорганизации* поведения и деятельности человека.

Эта роль эмоций в первой трети XX века признавалась едва ли не единственной. Ряд французских психологов (Клапаред, 1928; Janet, 1928; Piéron, 1928 и др.) одновременно высказали мысль, что эмоции могут нарушать целенаправленную деятельность.

Так, **Э. Клапаред** писал: «Бесполезность и даже вредность эмоций известна каждому. Представим, например, человека, который должен пересечь улицу; если он боится автомобилей, он потеряет хладнокровие и побежит. Печаль, радость, гнев, ослабляя внимание и здравый смысл, часто вынуждают нас совершать нежелательные действия. Короче говоря, индивид, оказавшийся во власти эмоций, "теряет голову"» .



**П. Жане** указывал, что эмоция - это дезорганизующая сила.

Эмоция вызывает нарушения памяти, навыков, приводит к замене трудных действий более простыми.

О дезорганизующей роли некоторых эмоций психологи говорили и позже (**Фортуатов**, 1976; **Young**, 1961). Выявлено отрицательное влияние переживаний, связанных с предыдущим неуспехом, на быстроту и качество интеллектуальной учебной деятельности подростков (**Носенко**, 1998).

Во многих случаях дезорганизующая роль эмоций, очевидно, связана не столько с их модальностью, сколько с **силой эмоционального возбуждения**. Здесь проявляется **«закон силы»** И. П. Павлова (при очень сильных раздражителях возбуждение переходит в запредельное торможение) или что то же - **закон Йеркса-Додсона**. **Слабая и средняя интенсивность эмоционального возбуждения** способствуют **повышению эффективности** перцептивной, интеллектуальной и двигательной деятельности, а сильная и сверхсильная - снижают ее (**Hebb**, 1949; **Рейковский**, 1979).



Однако имеет значение и *модальность эмоции*.

**Страх**, например, может нарушить поведение человека, связанное с достижением какой-либо цели, вызывая у него пассивно-оборонительную реакцию (**ступор** при сильном страхе, отказ от выполнения задания). Это приводит либо к отказу от деятельности, либо к замедлению темпов овладения какой-либо деятельностью, представляющейся человеку опасной, например при обучении плаванию (Дашкевич, 1969; Шувалов, 1988).

Дезорганизующая роль эмоций видна и при **злости**, когда человек стремится достичь цели во что бы то ни стало, повторяя одни и те же действия, не приводящие к успеху.

При **сильном волнении** человеку бывает трудно сосредоточиться на задании, он может позабыть, что ему надо делать.



Однако по мере изучения роли эмоций отношение к ним стало меняться, и ***в настоящее время дезорганизирующая роль эмоций подвергается сомнению.*** Так, В. К. Вилюнас (1984) считает, что дезорганизирующую роль эмоций можно принять лишь с оговорками. Он полагает, что дезорганизация деятельности связана с тем, что эмоции организуют другую деятельность, которая отвлекает силы и внимание от основной деятельности, протекающей в тот же момент. ***Сама же по себе эмоция дезорганизирующей функции не несет.*** «Даже такая грубая биологическая реакция, как аффект, - пишет Вилюнас, - обычно дезорганизирующая деятельность человека, при определенных условиях может оказаться полезной, например, когда от серьезной опасности ему приходится спасаться, полагаясь исключительно на физическую силу и выносливость. Это значит, что ***нарушение деятельности является не прямым, а побочным проявлением эмоций,*** иначе говоря, что в положении о дезорганизирующей функции эмоций столько же правды, сколько, например, в утверждении, что праздничная демонстрация выполняет функцию задержки автотранспорта» .



**Е.П.Ильин** отмечает, что «такой **функции (дезорганизирующей)**, запрограммированной природой, **у эмоций действительно нет**. Было бы странно, если бы эмоции появились в эволюционном развитии живых существ для того, чтобы дезорганизовывать управление поведением. А вот **дезорганизирующую роль эмоции**, помимо их «воли», **играть могут**, о чем и говорилось выше. Смысл разделения роли и функции эмоций как раз и состоит в том, чтобы не путать то, что предначертано природой как признак прогрессирующего развития, с тем, что получается в качестве побочного эффекта, вопреки предначертанной функции».



## 4. ПРИКЛАДНАЯ РОЛЬ ЭМОЦИЙ

- ❖ Коммуникативная роль эмоций
- ❖ Роль эмоций в когнитивных процессах и творчестве
- ❖ Роль эмоций в педагогическом процессе
- ❖ Оздоровительная роль эмоций



# КОММУНИКАТИВНАЯ РОЛЬ ЭМОЦИЙ

Эмоции за счет своего экспрессивного компонента (главным образом - экспрессии лица) принимают участие в установлении контакта с другими людьми в процессе общения с ними, в воздействии на них.

Важность этой роли эмоций видна из того, что на Западе многие руководители принимают на работу сотрудников по коэффициенту интеллекта (*IQ*), а повышают в должности - по эмоциональному коэффициенту (*EQ*), характеризующему способность человека к эмоциональному общению.

Роль эмоционального реагирования в процессе общения многообразна. Это и создание первого впечатления о человеке, которое часто оказывается верным именно из-за наличия в нем «эмоциональных вкраплений». Это и оказание определенного влияния на того, кто является субъектом восприятия эмоций, что связано с **сигнальной функцией эмоций**. Роль этой функции эмоций отчетливо видна родителям, дети которых страдают болезнью Дауна. Родителей угнетает то обстоятельство, что дети не могут сообщать им о своих переживаниях посредством мимики и иных способов эмоциональной коммуникации (Emde et al., 1978).



**Регулирующая функция эмоций** в процессе общения состоит в координации очередности высказываний. Часто при этом наблюдается *сочетанное проявление различных функций эмоций*. Например, сигнальная функция эмоций часто сочетается с ее защитной функцией: устрашающий вид в минуту опасности способствует запугиванию другого человека или животного.

Эмоция, как правило, имеет внешнее выражение (экспрессию), с помощью которой человек или животное сообщает другому о своем состоянии, что им нравится, а что нет и т. д. Это помогает взаимопониманию при общении, предупреждению агрессии со стороны другого человека или животного, распознаванию потребностей и состояний, имеющих в данный момент у другого субъекта.

**О. П. Санниковой** (1984) показано, что широкий или узкий круг общения, выбираемый человеком, зависит от доминирующих эмоций, которые он переживает. Широкий круг общения характерен для лиц, склонных к положительным эмоциям, а узкий - для лиц, склонных к отрицательным переживаниям.



# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭМОЦИЙ КАК СРЕДСТВА МАНИПУЛИРОВАНИЯ ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ

В рамках коммуникативной роли эмоции могут использоваться для манипулирования другими людьми. Часто *мы сознательно или по привычке демонстрируем те или иные эмоциональные проявления* не потому, что они возникли у нас естественным образом, а *потому, что они желательным образом воздействуют на других людей.*

**А. Шопенгауэр** писал по этому поводу: «Как вместо серебра и золота ходят бумажные деньги, так вместо истинного уважения и настоящей дружбы в свете обращаются наружные их доказательства и как можно естественнее подделанные мимические гримасы и телодвижения... Во всяком случае, я больше полагаюсь на виляние хвостом честной собаки, чем на сотню таких проявлений уважения и дружбы».



Об этой функции эмоций знает уже малыш, который использует ее для достижения своих целей: ведь плач, крик, страдальческая мимика ребенка вызывает у родителей и взрослых сочувствие. Таким образом, эмоции помогают человеку добиваться удовлетворения своих потребностей через изменения в нужную сторону поведения других людей.

В качестве средств манипулирования используются улыбка, смех, угроза, крик, плач, показное равнодушие, показное страдание и т. п.

При манипулировании воспроизводится **«эмоциональная заготовка» - энграмма**. Память запечатлевает ситуации, при которых «эмоциональная заготовка» дает нужный эффект, и в последующем человек использует их в аналогичных ситуациях. **Энграммы составляют манипулятивный опыт человека.** Они бывают **положительного и негативного свойства**, если их рассматривать с точки зрения влияния на других людей.



**Первые** призваны *вызывать к себе положительное отношение* (доверие, признание, любовь). В этом случае в ход идут такие мимические средства, как улыбка, смех, голосовые интонации лирического и миролюбивого спектра, жесты, символизирующие приветствие, принятие партнера, радость от общения с ним, движения головы, выражающие согласие, движения туловища, свидетельствующие о доверии к партнеру и т. д.

**Вторые** наполнены *символикой агрессии, вражды, гнева, отчуждения, дистанцирования, угрозы, неудовольствия*. Например, родитель делает грозное выражение лица, повышает голос и употребляет бранные слова в адрес ребенка. Но это не означает, что он в этот момент ненавидит ребенка, он лишь добивается от него желаемого поведения.



Э. Шостромом (1994) описана роль эмоций в манипулировании другими людьми со стороны так называемых **«манипуляторов»**. При этом их тактика может быть различной. В одном случае «манипуляторы», как, например, истеричные женщины, обрушивают на окружающих мешанину чувств, доводя их до полной растерянности. От истеричных женщин чувства отлетают, как искры, но ни одно из них не задерживается настолько, чтобы полностью сформироваться и выразиться. Едва возникнув, они лопаются, как мыльные пузыри. В другом случае «манипуляторы» приберегают свои эмоции про запас, чтобы воспользоваться ими в удобный момент. «Я обиделся на тебя на прошлой неделе», - может сказать манипулятор. Почему он это не сказал на прошлой неделе? - спрашивает Шостром. Потому что тогда ему было невыгодно заявлять о своей обиде, а сейчас он может что-то выторговать.

«Манипулятор» может испытывать многие чувства вполне искренне, но он непременно попытается использовать их «на что-то полезное». То есть, как пишет Шостром, в нагрузку к искренним слезам дается некая манипулятивная цель.



# Роль эмоций в когнитивных процессах и творчестве

Наличие эмоциональных явлений в процессе познания отмечалось еще древнегреческими философами (**Платон**, **Аристотель**). Однако начало обсуждению вопроса о роли эмоций в когнитивном процессе положили **П. Жане** и **Т. Рибо**.

По мнению **П. Жане**, эмоции, являясь «вторичными действиями», реакцией субъекта на свое собственное действие, регулируют «первичные действия», в том числе и интеллектуальные.

**Т. Рибо**, наоборот, считал, что в интеллектуальном мышлении не должно быть никакой «эмоциональной примеси», так как именно аффективная природа человека и является чаще всего причиной нелогичности. Он разделял интеллектуальное мышление и эмоциональное.



Связи мышления с аффектами большое значение придавал **Л. С. Выготский**. Он писал: «Кто оторвал мышление с самого начала от аффекта, тот навсегда закрыл себе дорогу к объяснению причин самого мышления, потому что детерминистический анализ мышления необходимо предполагает вскрытие движущих мотивов мысли, потребностей и интересов, побуждений и тенденций, которые направляют движение мысли в ту или другую стороны»

**С. Л. Рубинштейн** также отмечал необходимость связывать мышление с аффективной сферой человека. «Психические процессы, взятые в их конкретной целостности, - это процессы не только познавательные, но и "аффективные", эмоционально-волевые. Они выражают не только знание о явлениях, но и отношение к ним» . В другой работе он заостряет еще больше этот вопрос: «Речь... идет не о том только, что эмоция находится в единстве и взаимосвязи с интеллектом или мышление с эмоцией, а о том, что самое мышление как реальный психический процесс уже само является единством интеллектуального и эмоционального, а эмоция -единством эмоционального и интеллектуального»



В настоящее время **большинство психологов**, занимающихся изучением интеллектуальной деятельности, ***признают роль эмоций в мышлении***. Больше того, высказывается мнение, что эмоции не просто влияют на мышление, но являются обязательным его компонентом (Симонов, 1975; Тихомиров, 1969; Виноградов, 1972; Вилюнас, 1976; Путляева, 1979, и др.), или что большинство человеческих эмоций интеллектуально обусловлено. Выделяют даже интеллектуальные эмоции, отличные от базовых.



Правда, мнения авторов о конкретной роли эмоций в управлении мышлением не совпадают.

С точки зрения **О. К. Тихомирова**, эмоции являются катализатором интеллектуального процесса; они улучшают или ухудшают мыслительную деятельность, убыстряют или замедляют ее. В другой работе он идет еще дальше, считая эмоции координатором мыслительной деятельности, обеспечивая ее гибкость, перестройку, коррекцию, уход от стереотипа, смену актуальных установок.

По мнению же **П. В. Симонова**, эмоции являются лишь пусковым механизмом мышления



Л. В. Путьяева считает гиперболизированными обе эти точки зрения и выделяет, в свою очередь, *три функции эмоций в мыслительном процессе*:

- 1) эмоции как составная часть познавательных потребностей, являющихся истоком мыслительной деятельности;
- 2) эмоции как регулятор самого познавательного процесса на определенных его этапах;
- 3) эмоции как компонент оценки достигнутого результата, т. е. как обратная связь.



Роль эмоций в интеллектуальном творческом процессе многообразна. Это и *муки творчества*, и *радость открытия*.

«Горячее желание знания, - писал **К. Бернар**, - есть единственный двигатель, привлекающий и поддерживающий исследователя в его усилиях, и это знание, так сказать, постоянно ускользающее из его рук, составляет его единственное счастье и мучение. Кто не знал мук неизвестного, тот не поймет наслаждений открытия, которые, конечно, сильнее всех, которые человек может чувствовать».

Из мемуарной литературы также следует, что эмоция, лирическое настроение или вдохновение способствуют творческому воображению, фантазии, так как в сознании легко возникают яркие многочисленные образы, мысли, ассоциации.



Об этом прекрасно написано у **А. С. Пушкина**:  
...Но гаснет краткий день, и в камельке забытом  
Огонь опять горит - то яркий свет лиет,  
То тлеет медленно, - а я пред ним читаю  
Иль думы долгие в душе моей питаю.  
И забываю мир - и в сладкой тишине  
Я сладко усыплен своим воображеньем,  
И просыпается поэзия во мне:  
Душа стесняется лирическим волненьем,  
Трепещет, и звучит, и ищет, как во сне,  
Излиться наконец свободным проявленьем -  
И тут ко мне идет незримый рой гостей,  
Знакомцы давние, плоды мечты моей,  
И мысли в голове волнуются в отваге,  
И рифмы легкие навстречу им бегут,  
И пальцы просятся к перу, перо к бумаге,  
Минута - и стихи свободно потекут.



Но вот что характерно: это вдохновение, радость по поводу творческого успеха не долговременны.

**К. Бернар** писал по этому поводу: «.,,По какому-то капризу нашей натуры, это наслаждение, которого мы так жадно искали, проходит, как скоро открытие сделано. Это похоже на молнию, озарившую нам далекий горизонт, к которому наше ненасытное любопытство устремляется еще с большим жаром. По этой причине в самой науке известное теряет свою привлекательность, а неизвестное всегда полно прелестей».



Обсуждая связь мышления с эмоциями, некоторые психологи доходят до крайности. Так, **А. Эллис** (Ellis, 1958) утверждает, что мышление и эмоции так тесно связаны друг с другом, что обычно сопровождают друг друга, действуя в круговороте отношений «причина и следствия», и в некоторых (хотя едва ли не во всех) отношениях являются, по существу, одним и тем же, так что мышление превращается в эмоцию, а эмоция становится мыслью. Мышление и эмоции, согласно этому автору, имеют тенденцию принимать форму саморазговора или внутренних предложений; предложения, которые люди проговаривают про себя, являются или становятся их мыслями и эмоциями.

Что касается превращения мысли в эмоцию и наоборот, то это довольно спорное утверждение. Другое дело, что, как пишет Эллис, мысль и эмоцию едва ли возможно разграничить и выделить в чистом виде. Здесь с автором можно согласиться.



Особая роль принадлежит эмоциям в *различных видах искусства*.

**К. С. Станиславский** говорил, что из всех трех психических сфер человека - ума, воли и чувств - последнее является самым «трудновоспитуемым ребенком». Расширение и развитие ума гораздо легче поддается воле актера, чем развитие и расширение эмоциональной сферы. Чувство, отмечал Станиславский, можно культивировать, подчинять воле, умно использовать, но оно очень туго растет. Альтернатива «есть или нет» более всего относится к нему. Поэтому оно для актера дороже всего. Учащиеся с подвижными эмоциями, способностью глубоко переживать - это золотой фонд театральной школы. Их развитие идет быстро. В то же время Станиславский сетовал на то, что слишком много рассудочных актеров и сценических работ, идущих от ума.



Важны переживания эмоций и для художника в процессе изобразительного акта.

**В. С. Кузин** (1974) отмечает, что если натура (объект изображения) оставила художника равнодушным, не вызвала никаких эмоций, процесс изображения будет пассивен. Необходимость взволнованности своей темой, «прочувствования природы», передачи настроения подчеркивали многие выдающиеся художники: Э. Манэ, А. К. Саврасов, И. И. Левитан, В. Д. Поленов и др.

**И. И. Левитан** говорил, что картина - это кусок природы, профильтрованный через темперамент художника, а **О. Роден** считал, что, прежде чем копия того, что видит художник, пройдет через его руку, она должна пройти через его сердце.

Именно поэтому **В. В. Верещагин** как-то воскликнул: «...Больше батальных картин писать не буду - баста! Я слишком близко к сердцу принимаю то, что пишу, выплакиваю (буквально) горе каждого раненого и убитого».



## Роль эмоций в педагогическом процессе

Общеизвестно положение, что процесс обучения и воспитания протекает успешнее, если педагог делает его эмоциональным.

Еще **Я. А. Коменский**, великий чешский педагог, писал во второй половине XVII века в своей «Пампедии»:  
«Проблема XVI. Достичь, чтобы люди учились всему с удовольствием. Дай человеку понять,

- 1) что он по своей природе хочет того, стремление к чему ты ему внушаешь, - и ему сразу будет радостно хотеть этого;
- 2) что он от природы может иметь то, чего желает, - и он сразу обрадуется этой своей способности;
- 3) что он знает то, что считает себя не знающим, - и он сразу обрадуется своему незнанию».



Об этом же писали и русские просветители и педагоги.

«Через чувства должно вселять во младую душу первые приятные знания и представления и сохранять их в ней», - писал русский просветитель второй половины XVIII века **Н. И. Новиков**, «...ибо нет ни единой из потребностей наших, удовлетворение которой не имело бы в себе приятности».



Важное значение эмоций для развития и воспитания человека подчеркивал в своих трудах **К. Д. Ушинский**: «...Воспитание, не придавая абсолютного значения чувствам ребенка, тем не менее в направлении их должно видеть свою главную задачу». Проанализировав различные педагогические системы и обнаружив в них, кроме бенековской, отсутствие всякой попытки анализа чувствований и страстей, он разработал учение о чувствованиях, многие положения которого актуальны и сегодня. В главе «Чувствования» своего основного труда «Человек как предмет воспитания» он выделяет раздел, посвященный педагогическим приложениям анализа чувствований. Критически оценивая эффективность советов, даваемых педагогами для воспитания детей, Ушинский писал: «Не понимая вообще образования и жизни страстей в душе человеческой, не понимая психического основания данной страсти и ее отношения к другим, практик-педагог мало может извлечь пользы из этих педагогических рецептов...».



**Ушинский**, говоря о *роли поощрения и наказания* в воспитании, по существу подчеркивал **подкрепляющую функцию эмоций**. По этому поводу он писал: «Сама природа указывает нам на это отношение: если не всегда, то очень часто она употребляет наслаждение, чтобы вынудить человека к необходимой для него и для нее деятельности, и употребляет страдание, чтобы удержать его от деятельности вредной. В такое же отношение должен стать и воспитатель к этим явлениям человеческой души: **наслаждение и страдание** должны быть для него не целью, а *средством* вывести душу воспитанника на путь прогрессивного свободного труда, в котором оказывается все доступное человеку на земле счастье».

К сожалению, это чувственное (аффективное) направление в формировании личности ребенка, указанное К. Д. Ушинским и другими великими педагогами прошлого, *в настоящее время предано забвению*.



Как отмечает немецкий психоаналитик **П. Куттер**, сейчас проповедуется воспитание, лишенное чувств и эмпатии в отношениях с ребенком. **Современное образование сводится к познанию, но не является аффективным.** С самого раннего возраста человека приучают к рационализму, он не получает ни одного урока чувственной жизни. А человек, не получивший урока сердечности - существо бесчувственное, заключает Куттер.



Английский педагог и психолог **А. Бэн** полагал, что предметы, внушившие страх, сильно врезаются в память человека. Именно поэтому мальчиков секли на меже, чтобы они тверже запоминали границы полей. Но, как отмечает **К. Д. Ушинский**, лучшее запоминание - это свойство всех аффективных образов, а не только страха. Правда, при этом возникает вопрос: какие эмоции - положительные или отрицательные сильнее влияют на *запоминание, сохранение и воспроизведение информации.*

Влияние эмоций *на умственную деятельность* отмечал и **А. Ф. Лазурский**, однако его мнение существенно расходится с мнением других ученых. «Находясь в бодром, веселом настроении, - писал он, - мы чувствуем, что делаемся находчивее, изобретательнее, мысли наши текут живее и продуктивность умственной работы повышается. Однако в значительном большинстве случаев чувства влияют на умственную сферу неблагоприятным образом: течение представлений замедляется или даже вовсе приостанавливается, восприятия и воспоминания искажаются, суждения делаются пристрастными».



**С. Л. Рубинштейн** писал, что эффективность включения обучаемого в работу определяется не только тем, что стоящие задачи ему понятны, но и тем, как они внутренне приняты им, т. е. какой они нашли «отклик и опорную точку в его переживании». Таким образом, эмоции, включаясь в познавательную деятельность, становятся ее регулятором.

**П. К. Анохин** подчеркивал, что эмоции важны для закрепления, стабилизации рационального поведения животных и человека. **Положительные эмоции**, возникающие при достижении цели, запоминаются и при соответствующей ситуации могут извлекаться из памяти для получения такого же полезного результата. **Отрицательные эмоции**, извлекаемые из памяти, наоборот, предупреждают от повторного совершения ошибок, блокируют образование условного рефлекса.

**Н. А. Леонтьев** обозначал эту функцию эмоций как следообразование, что приводит к появлению «знаемых» целей (средств и путей удовлетворения потребностей), т. е. целей, которые приводили ранее к успешному удовлетворению потребностей. Особенно ярко эта функция проявляется в случаях экстремальных эмоциональных состояний человека. *Таким образом, эмоции участвуют в формировании личного опыта человека.*



Механизм, задействованный в осуществлении эмоциями подкрепляющей функции, в современной психологии называется **мотивационным обусловливанием**.

О значимости этого механизма писал еще **Б. Спиноза**: «Вследствие одного того, что мы видели какую-либо вещь в аффекте... мы можем ее любить или ненавидеть» .

В наше время об этом же пишет **Я. Рейковский**: «...Нейтральные раздражители, которые предшествуют появлению эмоциогенных раздражителей или их сопровождают, сами приобретают способность вызывать эмоции». А это значит, что они становятся значимыми, начинают учитываться при мотивации действий и поступков.

Большое внимание уделил мотивационному (эмоциональному) обусловливанию **В. К. Вилюнас**. «С психологической стороны, а именно при учете того, что выработка условной связи означает изменение субъективного отношения к условному раздражителю, этот механизм может быть изображен в виде передачи эмоционального (мотивационного) значения... новому содержанию», - пишет он.



Главным «воспитателем» в случае обусловливания является конкретная и реально воспринимаемая ситуация.

В этом случае от воспитателя может не потребоваться даже никаких разъяснений, наставлений, нотаций. Например, «когда ребенок обжигает себе палец или устраивает пожар, то боль и страх в качестве реальных подкреплений без дополнительных разъяснений придают новое мотивационное значение спичкам и игре с ними, приведшей к этим событиям».

В отношении обучения и воспитания детей это значит, что, для того чтобы воздействие воспитателя или педагога стало значимым для ребенка, его нужно сочетать с испытываемой ребенком в данный момент эмоцией, вызванной той или иной ситуацией. Тогда это воздействие, слова воспитателя получают у воспитуемого эмоциональную окраску, а их содержание приобретает для его будущего поведения мотивационную значимость. Но это означает, что педагог может рассчитывать лишь на случай, на то, что необходимая ему эмоциогенная ситуация возникнет сама собой и тогда он ее использует в воспитательных целях.



**Вилюнас** отмечает, что эмоционально-мотивационное обусловливание иногда принимает характер латентного (отставленного) воспитания. Этот феномен проявляется в том, что ранее не принятое человеком всерьез назидание при непосредственных эмоциогенных воздействиях впервые получает подкрепление (человек осознает правоту этого назидания: «жаль, что не послушался...»).

Говоря о важности и необходимости эмоционально-мотивационного обусловливания в процессе воспитания ребенка, В. К. Вилюнас понимает ограниченность его использования и в связи с этим приводит высказывание **К. Д. Ушинского**: «Если бы всякое вредное для телесного здоровья действие человека сопровождалось немедленно же телесным страданием, а всякое полезное телесным наслаждением, и если бы то же отношение существовало всегда между душевными наслаждениями и страданиями, то тогда бы воспитанию ничего не оставалось делать в этом отношении и человек мог бы идти по прямой дороге, указываемой ему его природой, так же верно и неуклонно, как магнитная стрелка обращается к северу».



Однако, отмечает **Вилюнас**, «поскольку природной предопределенности к развитию собственно человеческих мотиваций нет, они могут, возникать лишь вследствие целенаправленного их формирования. Очевидно, эта задача является одной из главных, решаемых в практике воспитания»

.

Поскольку эмоционально-мотивационное обусловливание чаще всего педагогам осуществлять не удастся, они вынуждены своими воздействиями не только передавать детям то или иное содержание, но и одновременно *пытаются вызвать у детей* путем создания образов, представлений *эмоциональный отклик* (этот способ мотивирования Вилюнас называет *мотивационным опосредствованием*). Взрослый вынужден специально организовывать это опосредствование, пытаясь добиться того же эффекта, что и при эмоционально-мотивационном обусловливании, «долго и с впечатляющими деталями рассказывая об ужасах, к которым может привести игра со спичками».



Эмоциональный отклик возникает в том случае, когда словесное мотивационное воздействие задевает какие-то струны в душе ребенка, его ценности. Правда, у детей это сделать гораздо труднее, чем у взрослых. Как пишет Вилюнас, эмоция из-за отсутствия непосредственных эмоциогенных воздействий перестает быть неминуемой и возникает в зависимости от искусства воспитателя, готовности воспитываемого вслушиваться в его слова (ребенок, втайне ожидающий окончания надоевших ему назиданий, вряд ли будет испытывать те эмоции, которые взрослый предполагает у него вызвать) и других условий. Именно трудность актуализации эмоций таким путем, - по мнению Вилюнаса, - является главной причиной малой эффективности повседневных воспитательных воздействий и попыток компенсировать ее настойчивостью и количеством этих воздействий» - и с этим нельзя не согласиться.

Кроме того, вызванный таким образом эмоциональный отклик по своей интенсивности уступает спонтанно возникающей эмоции, так как ни страшных ожогов, ни горя пострадавших от пожара, т. е. того, что служило бы безотказным подкреплением, при таком воспитательном воздействии нет, а только должно быть представлено ребенком.



Декларируя необходимость наличия в процессе обучения положительного эмоционального фона, психологи и педагоги мало уделяют внимания изучению вопроса, что на самом деле имеет место в учебном процессе.

Между тем исследования свидетельствуют о явном *эмоциональном неблагополучии учебного процесса*. **Н. П. Фетискин** (1993) обнаружил состояние **монотонии (скуки)** у студентов на лекциях многих преподавателей, у школьников на уроках, у учащихся ПТУ в процессе их производственного обучения.

**И. А. Шурыгиной** (1984) выявлено развитие скуки на занятиях в детских музыкальных школах.

**А. Я. Чебыкин** (1989) показал, что эмоции, которые студенты хотели бы испытывать на занятиях, не совпадают с эмоциями, которые они испытывают реально (вместо увлечения, радости, любопытства часто отмечаются безразличие, скука, боязнь).



# ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РОЛЬ ЭМОЦИЙ

С точки зрения **П. К. Анохина**, эмоциональные переживания закрепились в эволюции как механизм, удерживающий жизненные процессы в оптимальных границах и предупреждающий разрушительный характер недостатка или избытка жизненно важных факторов через переживание потребности. Таким образом, они участвуют *в поддержании гомеостаза*, т. е. постоянства внутренней среды организма, предупреждая человека и животных не только от возникновения многих заболеваний, но и от гибели. Это в большей мере относится *к эмоциональному тону ощущений*, чем к эмоциям. *Эмоции* же могут оказывать на здоровье человека как *благоприятное*, так и *разрушительное воздействие*. Все зависит от знака и интенсивности эмоции.

Имеется много фактов, показывающих *благоприятное влияние положительных эмоций на состояние больных*. По данным Д. Шпигеля и др., больные раком женщины, посещающие группы поддержки, живут в среднем на два года дольше, чем их товарищи по несчастью, не получающие эмоциональной поддержки. Известен случай, когда, по заверению врачей, безнадежно больной, прикованный к постели молодой человек вылечил себя сам, ежедневно в течение трех месяцев смотря комедийные фильмы по видеоманитофону.



**Дзякуш за ўважанне!**

