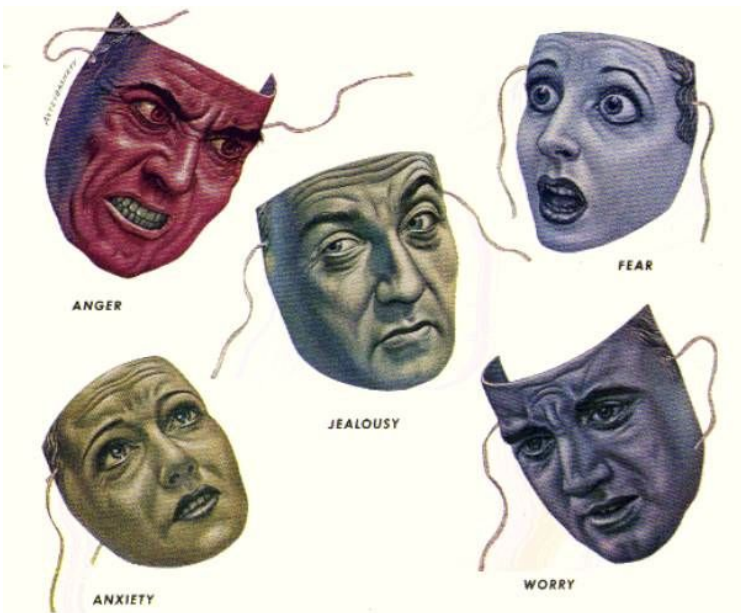


©2009 Cengage Learning

# ТЕОРИИ ЭМОЦИЙ



*«Мы печальны, потому что плачем;  
боимся, потому что дрожим;  
радуемся, потому что смеемся»  
Дж.Данге*

# Базовые понятия

**эмоция** (от латинского «emoveo»- возбуждать, потрясать, волновать) – психический процесс, который выражает личностное оценочное отношение либо к реальным, либо к возможным ситуациям, к окружающему миру и к самому себе.

- Может выражаться в форме **переживания за удовлетворение** или **неудовлетворение** актуальных на данный момент потребностей и, как правило, выступает регулятором человеческой деятельности.
- Чаще всего имеет **непродолжительный** характер, но все зависит от вида самой эмоции.

**чувство** – есть своеобразная форма эмоций, которая отражает **устойчивое отношение** человека к конкретным вещам или предметам, к явлениям или ситуациям в окружающем его мире, в то время как сами **эмоции** довольно быстро и часто сменяют друг друга.

## ЧУВСТВА

```
graph TD; A[ЧУВСТВА] --> B[Стенические чувства]; A --> C[Астенические чувства];
```

### *Стенические чувства*

**Стенические чувства** (от греческого «sthenos» - сила, мощь) – позитивные психические состояния, прежде всего, связанные с приливом бодрости, появлением возбуждения, радостного волнения.

Организм человека физически готовится к растрате энергии, сердце, начинает активную работу, насыщая организм кислородом, поэтому в таком состоянии легко и свободно дышится.

**Астенические чувства** (от греческого «asthenes» - слабый) – форма эмоций, в которой чаще всего ведущими являются такие виды переживаний, как печаль, подавленность, опустошение, уныние, беспричинный страх.

Такие чувства возникают в случае, если человек попросту **отказывается бороться со сложностями ситуации**, несущей в себе сильную эмоциональную нагрузку.

**Аффект** (происходит от латинского «affectus» - страсть, душевное волнение) – форма эмоций, которая выражена в виде яркой, непродолжительной и бурной эмоции.

- Чаще всего человек испытывает состояние аффекта в **опасных и внезапных ситуациях с критическими условиями**.
- Аффект очень часто приводит к такому анабиозному состоянию, когда у человека наблюдается **замедление мышления и восприятия информации**, а также **заторможенность действий**.
- На основе пережитого аффекта могут возникнуть так называемые **аффективные комплексы**, которые чаще всего выражены либо страхом, либо гневом.



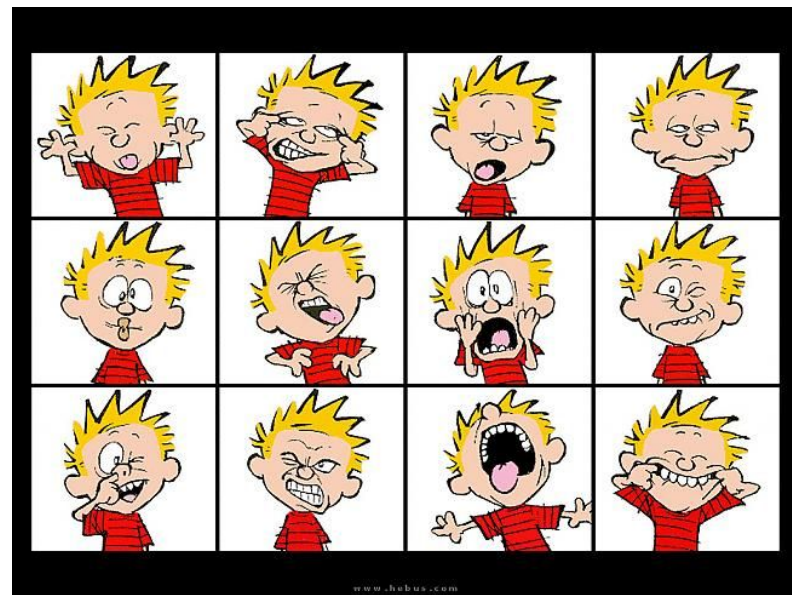
**Настроение** – довольно устойчивое психическое состояние или форма эмоций, при которой отсутствует привязанность к каким-либо предметам или ситуациям.

Настроение всегда сопровождается **определенным эмоциональным тоном** и ему всегда присущи или **спад, или подъем**.

Сильно резкие перемены настроения могут свидетельствовать о неустойчивости психики человека.

Известно, именно настроение выступает одним из наиболее сильных регуляторов нашей деятельности.

**К настроению чаще всего относят усталость, бодрость, апатию, депрессию, эйфорию и так далее.**



**Эволюционная  
теория Чарльза  
Дарвина**

**Биологические  
теории эмоций:  
Теория П.К. Анохина  
Теория Э.Даффи**

**Периферическая  
теория эмоций  
Джеймса-Ланге**

**Теория  
дифференциальн  
ых эмоций К. Э.  
Изарда**

**Теории  
эмоций**

**Таламическая  
теория эмоций  
Кеннона-Барда**

**Адаптационная  
теория эмоций  
Плутчика**

**Когнитивные  
теории эмоций  
Теория Арнольда  
Теория когнитивного  
диссонанса Л.  
Фестингера  
Обобщающая  
теория С.Шехтера**

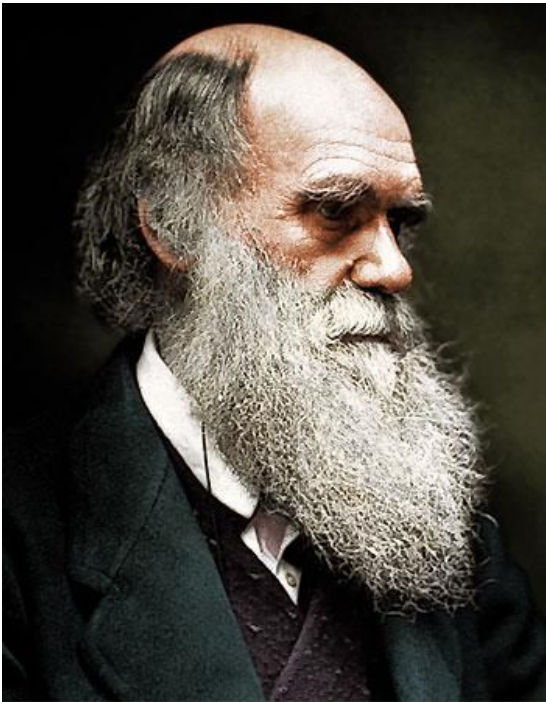
**Активационная  
теория Линдсея-  
Хебба**

**Русская школа:  
Теория П.В. Симонова  
Теория эмоций А.Н.  
Леонтьева**

**Мотивационная  
теория эмоций Р.  
У. Липера**

# Эволюционная теория Чарльза Дарвина

**Появление эмоций у человека является  
результатом поведенческой адаптации  
животных.**



В 1872 году Чарльз Дарвин опубликовал книгу «**Выражение эмоций у человека и животных**», где была изложена эволюционная теория

Ученый выдвинул теорию о том, что внешние выражения различных эмоциональных состояний у человека сформировалось в процессе эволюции, то есть у животных в прошлом оно имело некий приспособительный характер, а у нас теперь это есть проявление эмоций.

# Эволюционная теория Чарльза Дарвина



- **Оскал зубов** при гневе является реакцией, которой раньше сопровождалась любая животная **агрессия или угроза**.
  - **Улыбка** на самом деле имеет то же самое начало.
  - Показ зубов у животных означает предупреждение о том, что существо настроено уверенно отстаивать, скажем, свою территорию.
  - У людей же улыбка хоть и означает дружелюбие, но является тем же показателем уверенности в себе.
- 
- **Дрожь**. Внешнее проявление эмоционального напряжения. Ранее оно свидетельствовало о том, что организм животного мобилизуется, благодаря напряжению, и сам зверь готов к побегу от опасности.
  - Дарвин выявил, что человеческая мимика является результатом **врожденных реакций** и что она связана с выражением определенных эмоций, поэтому теория ученого получила название **эволюционной**.





# Эволюционная теория Чарльза Дарвина

- Ч. Дарвин показал эволюционный путь развития эмоций и обосновал происхождение их физиологических проявлений.
- Эмоции либо **полезны**, либо представляют собой лишь **остатки** (рудименты) различных целесообразных реакций, которые были выработаны в процессе эволюции в борьбе за существование.
- *Разгневанный человек краснеет, тяжело дышит и сжимает кулаки потому, что в первобытной своей истории всякий гнев приводил людей к драке, а она требовала энергичных мышечных сокращений и, следовательно, усиленного дыхания и кровообращения, обеспечивающих мышечную работу.*
- *Потение рук при страхе он объяснял тем, что у обезьяноподобных предков человека эта реакция при опасности облегчала схватывание за ветки деревьев.*
- Дарвин доказывал, что в развитии и проявлении эмоций не существует непроходимой пропасти между человеком и животными.

# Биологические теории эмоций



Биологическая  
теория  
Петра Кузьмича  
Анохина  
(1898 - 1974)

## Эмоциональные состояния

"как закономерный факт природы, как продукт эволюции, как приспособительный фактор в жизни животного мира".

- Анохин опирался на теорию эволюции Ч. Дарвина. Он утверждал, что в **процессе эволюции эмоциональные ощущения закрепились как своеобразный инструмент, который удерживает процесс в его оптимальных границах.**
- Тем самым эмоции предупреждают разрушающий характер недостатка и избыточную информацию о каких-либо факторах жизни организма.
- Суть его биологической теории состоит в том, что **положительное эмоциональное состояние** какой-либо потребности возникает лишь в случае, если информация о **совершенном действии**, отражает все компоненты **положительного результата.**

# Биологические теории эмоций



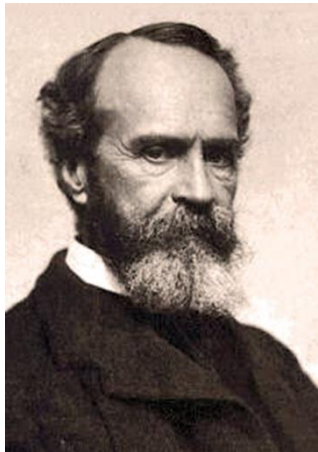
Даффи Э.

Биологическая  
теория  
Элизабет  
Даффи

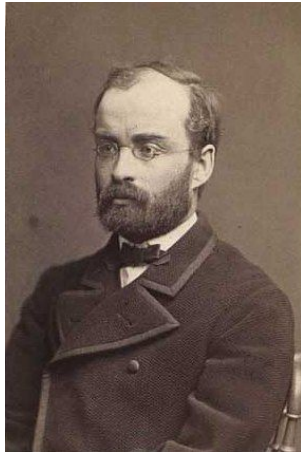
Всё поведение человека возможно объяснить, используя термины "единого феномена" - организмического возбуждения.

- Даффи утверждала, что поведение может изменяться только лишь относительно двух векторов: **направленности, интенсивности**.
- **Направленность** - избирательность ответа, которая основывается на ожиданиях, целях и взаимоотношениях организма с окружающей его средой (воспринимаемыми стимулами, исходящими от окружающей среды).  
*В зависимости от значения ситуации (побудительное, угрожающее), индивид может либо подчиняться ей, либо избегать.*
- **Интенсивность** - следствие общей возбудимости организма, мобилизации энергии. Мерой интенсивности Даффи считал "**количество энергии, высвобожденной из тканей организма**".

# Периферическая теория эмоций Джеймса-Ланге



**Уильям  
Джеймс**  
американский психолог и философ



**Карл  
Ланге**  
датский анатом и медик

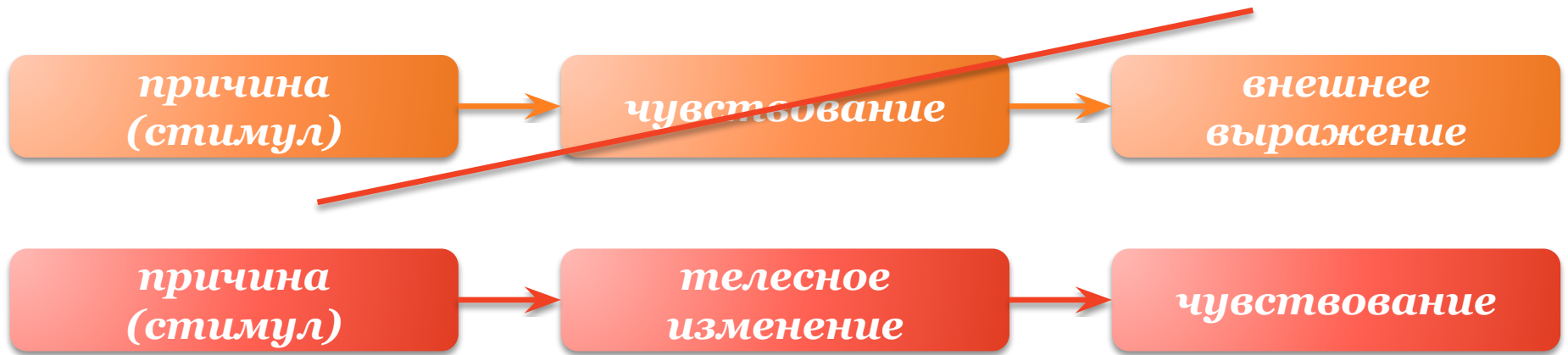
Любая эмоция представляет собой ощущение, которое вызвано не только изменениями во внешней сфере, но и во внутренней – физической (иными словами, изменениями в сердечной, сосудистой и секреторной деятельности) и психологической.

Первопричина возникновения эмоции  
- **органические изменения.**

Физические состояния характерны для разных эмоций - *ярости, волнения, восторга, страха.*

И соответствующие телесные изменения вызываются определенными органическими проявлениями эмоций.

# Периферическая теория эмоций Джеймса-Ланге



- То, что принимается за причину (чувствование), оказывается само следствием (результат телесных изменений).
- Ланге особенно выдвигал роль сосудодвигательной системы в возникновении эмоций и приписывал ей первостепенное значение.
- Без нее мы не знали бы *«ни радости, ни гнева, ни забот, ни страха»*.

# Периферическая теория эмоций Джеймса-Ланге

- Восприятие определенных (эмоциогенных) стимулов
- Возникновение в ответ на стимулы разнообразных нервно-мышечных реакций организма
- Обратная связь от органов и нервов в головной мозг, где происходит переработка этой информации
- Возникновение субъективного переживания в следствии этой переработки в виде эмоции

# Периферическая теория эмоций Джеймса-Ланге

- Если внутренние органы не чувствительны, то человек не испытывает эмоции.

*Алкоголь и опиум улучшают настроение, а бром – ухудшает.*

- То есть здесь эмоция возникает, основываясь на телесных процессах.
- Чтобы появилось приятное эмоциональное переживание, следует вести себя так, как будто оно уже есть, будто оно уже с вами. Улыбайтесь!

*Пример: эксперимент с карикатурами и карандашами*



# Периферическая теория эмоций Джеймса-Ланге

## Слабые стороны теории:

- 1. Набор человеческих эмоциональных переживаний в разы больше количества телесных реакций.*
  - 2. Выражение эмоций в основном определяется культурными нормами.*
- Одна и та же реакция может означать совершенно противоположные друг другу эмоции.  
*Например, китайцы всегда сообщают вышестоящим лицам о своей горе с улыбкой, чтобы смягчить значение несчастья и тем самым доставить меньше беспокойства почтенной личности.*  
*У японцев считается невежливым и непочтительным демонстрировать выражение печали в присутствии опять же более высокопоставленных лиц.*
  - Люди вполне могут осознанно управлять своими чувствами и внутренними переживаниями: чтобы вызвать ту или другую эмоцию, мы выполняем действия, которые для нее характерны.



# Таламическая теория эмоций Кеннона-Барда

Внутренние изменения происходят не до возникновения эмоциональных переживаний, а после.

- Эмоции **не пропадают при разрыве связей** между органами и нервами, органы могут быть не чувствительны и внутренние изменения могут не сопровождаться эмоциями.
- **Источником возникновения эмоций** является отдел головного мозга – **таламус**, а сами эмоциональные центры расположены в его подкорке.
- Благодаря стимулированию этих центров активируется автономная нервная система, познавательная деятельность коры приобретает эмоциональную окраску.



**Уолтер  
Бредфорд  
Кеннон  
(1871-1945)**  
американский  
физиолог и  
психофизиолог

# Таламическая теория эмоций Кеннона-Барда

При небольшом количестве определенных реакций организма наблюдается **большое разнообразие эмоциональных проявлений.**

Нет четкой зависимости между конкретными органическими реакциями и эмоциональными проявлениями.

*Кожа может покраснеть при нескольких, самых разных эмоциях.*

Нарушение передачи нервных импульсов от тела не приводит к предотвращению эмоций.

**Даже искусственно вызванные физиологические изменения, которые характерны лишь для острых переживаний, не во всех случаях вызывают ожидаемую эмоцию.**

**Появляющиеся при разных эмоциях физиологические изменения вполне могут быть похожими, поэтому не отражают своеобразие и идентичность конкретной эмоции.**

# Модель появления эмоций по У. Кеннону

**Раздражитель**



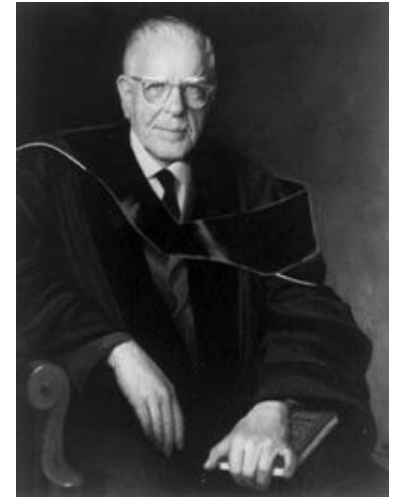
**Возбуждение активности  
таламуса**



**Появление эмоции**



**Физиологические сдвиги  
или изменения**



Психолог **Филип Бард**, который проводил более поздние исследования, считал, что **эмоции и физиологические изменения** возникают практически **одновременно**.

# Теории эмоций

## • Теории Эмоций

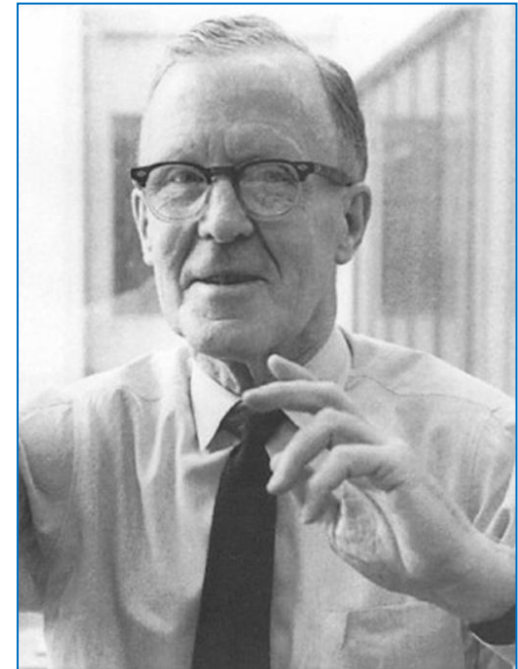
- Активационная теория Линдсея-Хейбба
- Теория когнитивного диссонанса Фестингера
- Обобщающая теория Шехтера

# Активационная теория Линдсея-Хебба

Эмоциональные состояния формируются благодаря работе *ретикулярной* формации, находящейся в нижней части ствола головного мозга, которая отвечает за уровень активности и бодрости организма.

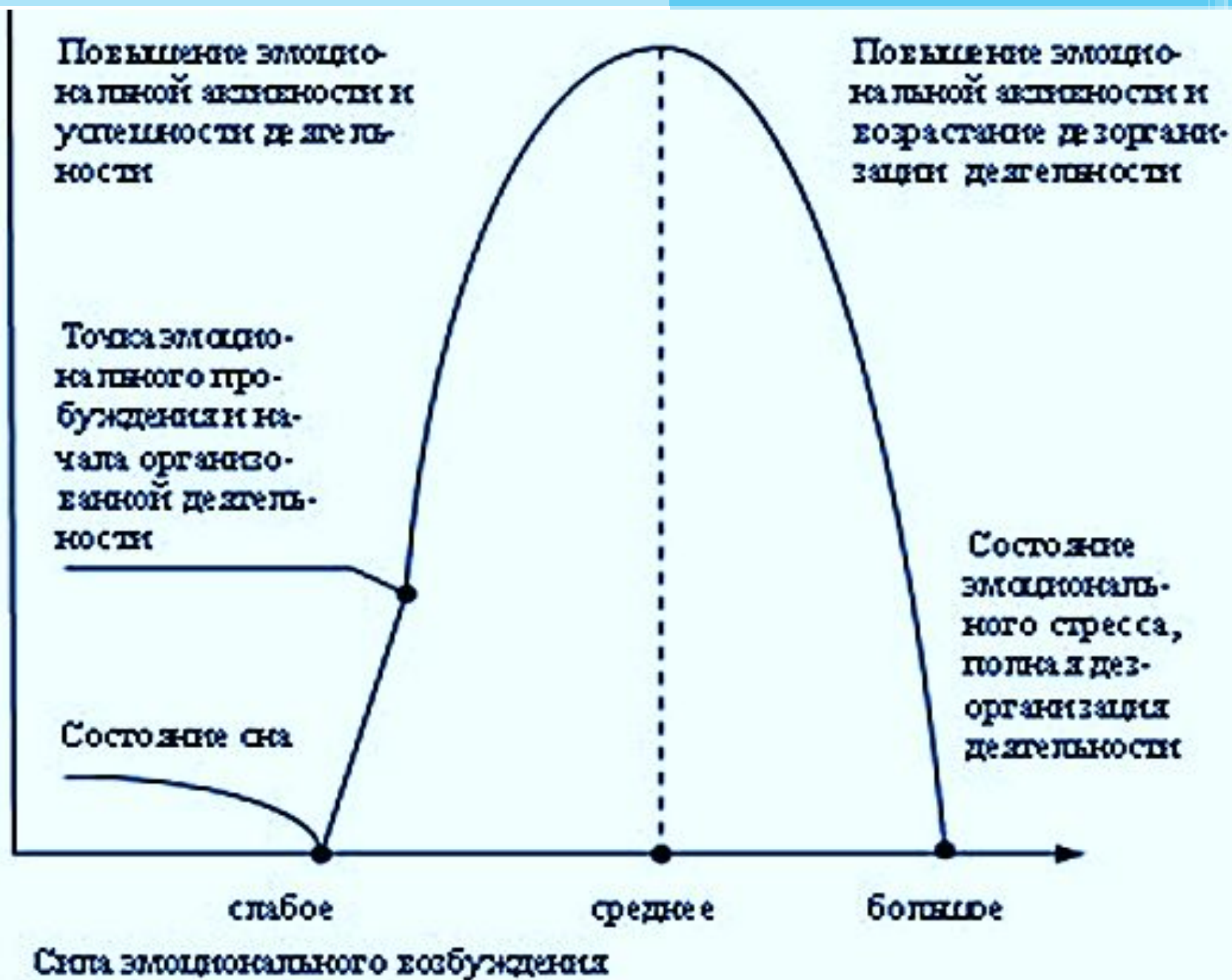
**Эмоции появляются при нарушении или восстановлении баланса в ЦНС в ходе влияния на организм раздражителей.**

В итоге от ретикулярной формации зависят параметры появившихся эмоций, например, их длительность, силу, способность к изменениям и тому подобное.



канадский  
физиолог и  
нейропсихолог  
**Дональд Хебб**

Успешность деятельности



- Выявлена **зависимость между интенсивностью человеческого эмоционального возбуждения и эффективностью и результативностью его деятельности.**
- Человеку требуется определенный **оптимальный уровень эмоционального возбуждения**, чтобы получить успешные результаты своей деятельности.
- Причем **средний уровень** эмоциональной активности **индивидуален** и особенен у каждого человека.
- Слабые эмоции не влияют на человеческую мотивацию, а сильные дезорганизующе влияют на деятельность, выводя ее из-под контроля и делая совершенно неуправляемой.

# Когнитивные теории эмоций

## Теория Арнольда

Эмоции возникают как результат воздействия какой-либо последовательности событий, которые описываются в категориях восприятия и оценок.



- Термин "восприятие" Арнольд толковал как **"элементарное понимание"**.
- В сознании формируется образ воспринимаемого предмета, и для того, чтобы этот образ получил эмоциональную окраску, его нужно **оценить, учитывая его влияние и на воспринимающего.**
- Арнольд понимал **эмоцию** не как оценку, а как **неосознаваемое влечение к объекту, или отторжение его.**
- По Арнольду оценка происходит сразу после непосредственного восприятия объекта, это интуитивный акт, который не связан с размышлением.



# Когнитивные теории эмоций

## Теория С.Шехтера

Эмоции возникают на основе физиологического возбуждения и когнитивной оценки.

- Некоторое событие или ситуация вызывают **физиологическое возбуждение**, и у индивида возникает необходимость **оценить содержание ситуации**, которая это возбуждение вызвала.
- Тип или **качество эмоции**, испытываемой индивидом, зависит не от ощущения, возникающего при физиологическом возбуждении, а от того, как **индивид оценивает ситуацию**, в которой это происходит.
- Оценка ситуации дает возможность индивиду **назвать испытываемое ощущение** возбуждения радостью или гневом, страхом или отвращением или любой другой подходящей к ситуации эмоцией.



Стэнли  
Шехтер

# Когнитивные теории эмоций

## Теория С.Шехтера

- По Шехтеру, **то же самое физиологическое возбуждение** может испытываться, как радость или как гнев (или любая другая эмоция) **в зависимости от трактовки ситуации.**
- Немалый вклад в эмоциональные процессы вносят **память и мотивация** человека.
- **Характер и интенсивность** эмоциональных переживаний человека в той или иной ситуации зависят от того, как их переживают **другие**, рядом находящиеся люди.
- **Эмоциональные состояния** могут передаваться от человека к человеку, причем у человека в отличие от животных качество коммуницируемых переживаний **зависит от его личного отношения** к тому, кому он сопереживает.



Стэнли  
Шехтер

# Обобщающая (когнитивно-физиологическая) теория С.Шехтера

Большой вклад в эмоциональные процессы вносят **память и мотивация** человека.

## Факторы, влияющие на возникновение эмоций по С. Шехтеру:

Физические факторы - стимулы, которые воздействуют на нас.

Физиологические факторы - изменения в нервно-мышечной системе и внутренних органах

Психологические факторы - память, уровень внимания, мотивации, оценка ситуации с учетом актуальных потребностей и интересов.

**ФАКТОРЫ**

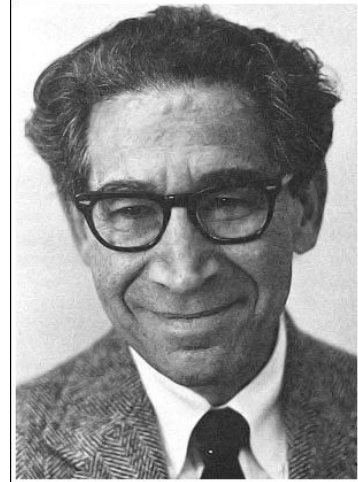
```
graph TD; A[Физические факторы - стимулы, которые воздействуют на нас.] --> B[ФАКТОРЫ]; C[Физиологические факторы - изменения в нервно-мышечной системе и внутренних органах] --> B; D[Психологические факторы - память, уровень внимания, мотивации, оценка ситуации с учетом актуальных потребностей и интересов.] --> B;
```

# Теория когнитивного диссонанса Л. Фестингера

**Положительные эмоции** возникают у человека тогда, когда его ожидания подтверждаются, т.е. реальные результаты деятельности соответствуют намеченным - находятся с ними в гармонии - **консонансе**.

**Отрицательные** - когда имеется различие между ожидаемым и действительным - **диссонанс**.

Эмоции рассматриваются в качестве **основного мотива** соответствующих действий и поступков.



**Леон Фестингер**  
американский психолог, специалист в области психологии регуляции мышления, социальной психологии

# Теория когнитивного диссонанса Л. Фестингера.


Отрицательные эмоции переживаются человеком как дискомфорт, и он стремится от них избавиться.

Можно изменить ожидания и представления на более соответствующие реальным результатам, или попытавшись изменить сами результаты.


**Эмоции являются основным  
управляющим механизмом нашей  
деятельности.**

# Теория когнитивного диссонанса Л. Фестингера


## Основные положения теории:



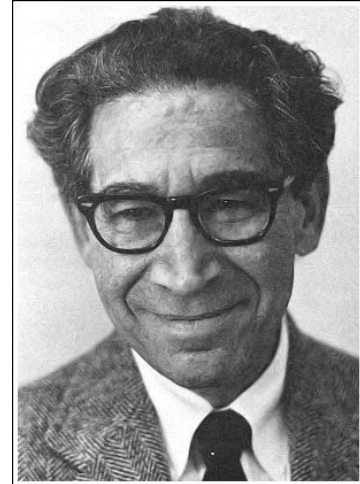
Возникновение диссонанса, порождающего психологический дискомфорт, будет мотивировать индивида к попытке уменьшить степень диссонанса и по возможности достичь консонанса.



В случае возникновения диссонанса, помимо стремления к его уменьшению, индивид будет активно избегать ситуаций и информации, которые могут вести к его возрастанию.



Выход из состояния когнитивного диссонанса может быть двояким: или изменить когнитивные ожидания и планы таким образом, чтобы они соответствовали реально полученному результату, или попытаться получить новый результат, который бы согласовывался с прежними ожиданиями.



**Леон Фестингер**  
американский психолог, специалист в области психологии регуляции мышления, социальной психологии

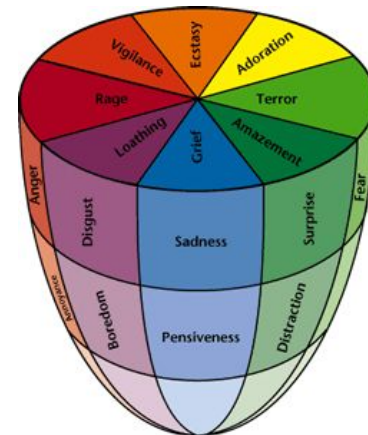
# Адаптационная теория эмоций Р. Плутчика

Эмоции — это механизмы коммуникации и выживания, основанные на эволюционной адаптации. Они сохраняются в функционально эквивалентных формах через все филогенетические уровни.

- Плутчик определял эмоцию как **соматическую реакцию**, которая сопряжена с **конкретным адаптивным биологическим процессом**, который общий для всех живых организмов.
- Он разделял эмоции на **первичные и вторичные**. Под вторичными эмоциями он подразумевал различные комбинации первичных эмоций. К тому же, первичные эмоции, ограничены во времени и образуются при внешнем воздействии, а каждой вторичной соответствует определенный физиологический и экспрессивно-поведенческий комплекс.
- Плутчик считал, что *"постоянная блокировка адекватных моторных реакций в конфликтных или фрустрирующих ситуациях вызывает хроническое напряжение в мышцах, которое может служить показателем плохой адаптации..."*.




**Роберт  
Плутчик**





# Адаптационная теория эмоций Р.Плутчика


Коммуникация происходит за счет восьми базисных адаптивных реакций, являющихся прототипами восьми базисных эмоций:

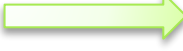
 **Инкорпорация** — поедание пищи или принятие благоприятных раздражителей внутрь организма. Этот психологический механизм ещё известен как интроекция.

 **Отвержение** — избавление организма от чего-либо непригодного, что было воспринято ранее.


 **Протекция** — поведение, призванное обеспечить избегание опасности или вреда. Сюда относится бегство и любое другое действие, которое увеличивает расстояние между организмом и источником опасности.

 **Разрушение** — поведение, призванное разрушить барьер, который препятствует удовлетворению важной потребности.

 **Воспроизводство** — репродуктивное поведение, которое может быть определено в терминах приближения, тенденции к сохранению контакта и смешивания генетических материалов.

 **Реинтеграция** — поведенческая реакция на потерю чего-либо важного, чем обладали или наслаждались. Его функция в обретении вновь опеки.

 **Ориентация** — поведенческая реакция на контакт с неизвестным, новым или неопределённым объектом.

 **Исследование** — поведение, обеспечивающее индивиду схематичное представление о данной окружающей среде.



# Адаптационная теория эмоций Р. Плутчика

Эмоции — это механизмы коммуникации и выживания, основанные на эволюционной адаптации.

Они сохраняются в функционально эквивалентных формах через все филогенетические уровни.

Коммуникация происходит за счет восьми базисных адаптивных реакций, являющихся прототипами восьми базисных эмоций:

- Плутчик определял эмоцию как соматическую реакцию, которая сопряжена с конкретным адаптивным биологическим процессом, который общий для всех живых организмов. Он разделял эмоции на первичные и вторичные. Под вторичными эмоциями он подразумевал различные комбинации первичных эмоций. К тому же, первичные эмоции, ограничены во времени и образуются при внешнем воздействии, а каждой вторичной соответствует определенный физиологический и экспрессивно-поведенческий комплекс. Плутчик считал, что "постоянная блокировка адекватных моторных реакций в конфликтных или фрустрирующих ситуациях вызывает хроническое напряжение в мышцах, которое может служить показателем плохой адаптации...".

# Мотивационная теория эмоций

Р.У. Липера

**Эмоциональные мотивы** – это процессы, которые зависят от сигналов, ... напоминающих раздражители, вызывающие перцептивные или когнитивные процессы; это процессы, которые могут возбуждаться даже очень легкими и слабыми внешними раздражителями..."

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ МОТИВЫ ЗАВИСЯТ ОТ **ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ.**

**Физиологические мотивы** - это процессы, которые зависят либо от особенных, специфических химических условий внутри организма, либо от сильного раздражения извне.

физиологические мотивы могут зависеть от **внутреннего состояния** организма (голод, жажда), а могут зависеть от **внешней стимуляции** (боль от механического удара).

# Теория дифференциальных эмоций К. Э. Эзарда

- Теория дифференциальных эмоций получила такое название из-за того, что объектом ее изучения являются частные эмоции, которые рассматриваются по отдельности. В основе теории лежат 5 основных тезисов:
- Основную мотивационную систему человека составляют десять базовых эмоций (далее будет более подробно объяснено какие эмоции являются базовыми и почему).
- Каждая эмоция подразумевает специфический способ переживания.
- Все фундаментальные эмоции по-разному воздействуют на когнитивную сферу и на поведение в целом.
- Эмоциональные процессы взаимодействуют с драйвами и оказывают на них влияние.
- В свою очередь драйвы влияют на протекание эмоционального процесса

# Теория дифференциальных эмоций К. Э. Эзарда

- В рамках дифференциальной теории эмоций, последние рассматриваются не только как мотивационная система организма (как в теории Липера), но и в качестве базовых личностных процессов, которые придают смысл человеческому существованию.
- Дифференциальная теория эмоций определяет эмоции как сложные процессы, которые имеют нейрофизиологические, нервно-мышечные и чувственно-переживательные аспекты. Нейрофизиологический аспект определяется в терминах активности центральной нервной системы. Здесь предполагается, что эмоция - это функция соматической нервной системы. На нервно-мышечном уровне - проявляется в виде мимической активности. На чувственном уровне - эмоция представлена переживанием.
- Критерии, на основе которых Изард определяет базовые эмоции:
- Базовые эмоции имеют отчетливые и специфические нервные субстраты.
- базовая эмоция проявляет себя при помощи выразительной и специфической конфигурации мышечных движений лица (мимики).
- базовая эмоция влечет за собой отчетливое и специфическое переживание, которое осознается человеком.
- базовые эмоции возникли в результате эволюционно-биологических процессов.
- базовая эмоция оказывает организующее и мотивирующее влияние на человека, служит его адаптации.
- Этим критериям, по мнению автора, соответствуют такие эмоции как радость, интерес, удивление, печаль, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд, вина.

- **Теория П.В. Симонова**

- Симонов говорит о том, что его подход к проблеме изучения эмоций принадлежит павловскому направлению изучения высшей нервной деятельности мозга. Он придерживается мнения, что "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". Согласно теории П. В.Симонова, в организме человека объективно существуют определенные потребности, которые не зависят от сознания. Мотивация есть результат осознания этой потребности, которое приводит к формированию цели активности. При этом активность может быть двоякого рода: по приближению желаемого события и по устранению нежелаемого.
- П.В. Симонов также подчеркивал информационную природу эмоций. В определении Кабанак информационная сторона эмоций полностью игнорируется. Важно отметить, что эмоция - это психический механизм, выполняющий определенные функции. В процессе функционирования этого механизма возникают различные психические состояния, которые тоже называются эмоциями. Можно сказать, что эмоция это психическое состояние, возникающее в результате когнитивной обработки информации, которая может быть получена извне, извлечена из памяти, или даже выдумана, нафантазирована. Эмоция регулирует количество энергии, выделенное организмом на решение задачи, связанной с полученной информацией. Количество энергии (активность) определяется уровнем физиологического возбуждения. Эмоция определяет также, в самых общих чертах, последовательность действий (поведенческую программу), которая вызывается полученной информацией. Например, страх заставляет убежать или затаиться, гнев - нападать, интерес - исследовать, надежда - выждать и т. д.

- **Теория эмоций А.Н. Леонтьева**
- "В самом общем виде функция эмоций может быть охарактеризована как индикация плюс - минус санкционирования осуществленной, осуществляющейся или предстоящей деятельности". Эмоции, по мнению Леонтьева, способны регулировать деятельность в соответствии с предвосхищаемыми результатами, но в то же время он подчеркивает, что хотя эмоции и играют очень важную роль в мотивации, сами мотивами не являются.
- К эмоциональным процессам Леонтьев относил аффекты, собственно эмоции, чувства. Он разделял их по продолжительности во времени. Следуя логике Леонтьева, самые непродолжительные во времени аффекты, они сопровождаются ярко выраженными двигательными и вегетативными проявлениями, а самыми продолжительными - чувства, причем они надситуативны, предметны и иерархизированы.