

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ВНУТРІШНІХ СПРАВ  
КРЕМЕНЧУЦЬКИЙ ЛЬОТНИЙ КОЛЕДЖ**

**Циклова комісія соціально-гуманітарних, філологічних дисциплін  
та фізичної підготовки**

**ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ**

з навчальної дисципліни «Психологія»

вибіркових компонент

освітньо-професійної програми

першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

**272 *Авіаційний транспорт***

***Технічне обслуговування та ремонт повітряних суден і авіадвигунів***

**за темою 12 – *Загальна характеристика емоційної сфери***

**Кременчук 2023**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 30.08.2023 №7

**СХВАЛЕНО**

Методичною радою  
Кременчуцького льотного  
коледжу Харківського  
національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 28.08.2023 №1

**ПОГОДЖЕНО**

Секцією науково-методичної ради  
ХНУВС з гуманітарних та соціально-  
економічних дисциплін  
Протокол від 29.08.2023 №7

Розглянуто на засіданні циклової комісії соціально-гуманітарних, філологічних дисциплін та фізичної підготовки, протокол від 28.08.2023 №1

**Розробник:** викладач циклової комісії соціально-гуманітарних, філологічних дисциплін та фізичної підготовки, спеціаліст вищої категорії Кошева Ю.В.

**Рецензенти:**

1. Викладач Кременчуцького національного університету ім.М.Остроградського, к.пед.наук, доц., доцент кафедри психології, педагогіки та філософії Сошенко С.М.
2. Викладач циклової комісії соціально-гуманітарних, філологічних дисциплін та фізичної підготовки Кременчуцького льотного коледжу ХНУВС, к.пед.н, викладач вищої категорії Кірюхіна М.В.

## План лекції

1. Загальна характеристика емоцій і почуттів людини.
2. Структура емоційної сфери людини.
3. Функції і роль емоцій.

### Рекомендована література:

#### Основна:

1. Дубравська Д. М. Основи психології: Навчальний посібник. – Львів: Світ, 2001. – 280 с.
2. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. – К.: Либідь, 2005. – 464 с.
3. Загальна психологія. / За заг. ред. С. Д. Максименка. Підручник. – Вінниця: Нова книга, 2004. – 704 с.
4. Ішмуратов А. Т. Конфлікт і згода. – К.: Наукова думка, 1996. – 190 с.
5. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості: Навчальний посібник. – К.: Либідь, 2007. – 256 с.
6. Клименко В. В. Психологія творчості.: Навчальний посібник. – К.: Центр навч. літератури, 2006. – 480 с..
7. Основи практичної психології: Підручник / За заг. ред. В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін. – К.: Либідь, 2003. – 536 с.
8. Основи психології: Підручник / За заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. – К.: Либідь, 2002. – 630 с.
9. Практикум із загальної психології / За ред. Т. І. Пашукової– К.: Т-во “Знання”, КОО, 2000. – 204 с.
10. Психологія: Підручник / За ред. Ю. Л. Трофімова. – К.: Либідь, 2001. 390 с.

#### Допоміжна:

1. Роменець В. А. Психологія творчості: навчальний посібник. – К.: Либідь, 2001. – 288 с.
2. Русинка І. І. Психологія: Навчальний посібник. – К.: Знання, 2007. – 367 с.
3. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки: Навчальний посібник. – К.: Академвидав, 2005. – 520 с.
4. Цигульська Т. Ф. Загальна та прикладна психологія: Навчальний посібник. – К.: Наукова думка, 2000. – 190 с.
5. Цимбалюк І. М. Психологія. – К.: ВД “Професіонал”, 2004. – 304 с.
6. Цимбалюк І. М., Яницька О. Ю. Загальна психологія. Модульно-рейтинговий курс для студентів вищих навчальних закладів. – К.: Професіонал, 2004. – 215 с.

### Інформаційні ресурси в Інтернеті:

1. Цифрова бібліотека України [www.elib.org.ua](http://www.elib.org.ua)
2. Освітній сайт [www.osvita.org.ua](http://www.osvita.org.ua)
3. Студентська електронна бібліотека <http://chitalka.info>
4. Вікіпедія: вільна електронна енциклопедія (українська)  
<http://uk.wikipedia.org>
5. Сайт Книжкової палати України [www.ukrbook.net](http://www.ukrbook.net)
6. Електронна бібліотека [www.lib.com.ua](http://www.lib.com.ua)
7. Національна бібліотека України ім. Вернадського [www.nbuv.gov.ua](http://www.nbuv.gov.ua)

### Текст лекції

#### Загальна характеристика емоцій.

Кожна доросла людина знає, що таке емоції, так як неодноразово їх відчувала з самого раннього дитинства. Однак коли просять описати якусь емоцію, пояснити, що це таке, як правило, людина відчуває великі труднощі. Переживання, відчуття, що супроводжують емоції, практично не піддаються формальному опису.

*Роль емоцій в управлінні поведінкою людини велика, і не випадково практично всі автори, які пишуть про емоції, відзначають їх мотивуючу роль, пов'язують емоції з потребами і їх задоволенням*

*Емоції і почуття, виконуючи різні функції, беруть участь в управлінні поведінкою людини в ролі мимовільного компонента, втручаючись в нього як на стадії усвідомлення потреби і оцінки ситуації, так і на стадії прийняття рішення та оцінки досягнутого результату Тому розуміння механізмів управління поведінкою вимагає розуміння і емоційної сфери людини, її ролі в цьому управлінні.*

Швейцарський психолог писав Е. Клапаред ще в 1928 році: «Психологія афективних процесів - найбільш заплутана частина психології. Саме тут між окремими психологами існують найбільші розбіжності. Вони не знаходять згоди ні у фактах, ні в словах. Деякі називають почуттями те, що інші називають емоціями. Деякі вважають почуття простими, кінцевими, нерозкладними явищами, завжди подібними самим собі і мінливими тільки кількісно. Інші ж на противагу цьому вважають, що діапазон почуттів містить у собі нескінченність нюансів і що почуття завжди є частиною більш складної цілісності ... Простим перерахуванням фундаментальних розбіжностей можна було б заповнити цілі сторінки

Представник біхевіоризму Дж. Уотсон (Watson, 1930) вважав, що емоції не можна досліджувати науково, а Е. Даффі (Duffy, 1934, 1941) писав, що термін «емоція» зручний для позначення деяких специфічних форм зміни поведінки, які не піддаються поясненню, і що він заважає точним дослідженням, тому від цього терміна слід відмовитися.

*А. Н. Леонтьєв (1971) справедливо вважає, що труднощі, які виявляються при вивченні цієї проблеми, пояснюються головним чином тим,*

що емоції розглядаються без досить чіткої диференціації їх на різні підкласи, що відрізняються один від одного як генетично, так і функціонально. У передмові до п'ятого тому «Експериментальної психології» А. Н. Леонтьєв (1975) пише: «Цілком очевидно ... що, наприклад, раптовий спалах гніву має іншу природу, ніж, припустимо, почуття любові до Батьківщини, і що ніякого континууму вони не утворюють» (с. 7). З цього ж приводу пишуть і Ф. Тайсон і Р. Тайсон (1998): «Різні теорії афектів найчастіше несумісні один з одним і заплутують читача, тому що кожен автор намагається по-своєму визначити релевантні концепції і феномени, одні більш явно, ніж інші. До того ж терміни "афект", "емоція", "почуття" нерідко використовуються як взаємозамінні, що аж ніяк не додає ясності концепції афектів» (с. 173). Додам до цього, що нерідко за почуття приймаються моральні якості, самооцінки, відчуття. Не випадково деякі дослідники емоцій вважають, що проблема знаходиться в кризовому стані (Васильєв, 1992). Підтвердженням цьому служить і та обставина, що у вітчизняній психології за останні чверть століття практично не обговорюються теоретичні питання, пов'язані з емоційною сферою людини, не робляться спроби навести хоч якийсь порядок у використовуваному понятійному апараті (що з'явилася стаття А. Ш. Тхостова і Т. Г. Колимба, 1998. не тільки не прояснює порушені в ній питання, а й ще більше їх заплутує; наприклад, автори розглядають емоцію як знак, не враховуючи, що в психологічній літературі йдеться про знак емоцій; своє різно розуміння авторами відмінностей між афектом і емоцією, про що я скажу в відповідному розділі книги і т. д.).

Незважаючи на велику кількість публікацій з проблеми емоцій навіть у солідних монографіях і підручниках для психологів багато аспектів емоційної сфери людини, що мають велике практичне значення для педагогіки, психології праці і спорту, навіть не позначаються. В результаті проблема емоцій і почуттів виявляється представленою в неповноцінному вигляді.

## **1. Поняття про емоції й почуття**

*Діяльність людини, її поведінка завжди викликають позитивне або негативне ставлення до неї. Ставлення до дійсності відображується в мозку й переживається як задоволення або незадоволення, радість, сум, гнів. Такі переживання називають емоціями, почуттями.*

Емоції та почуття здійснюють сигнальну та регулювальну функції, спонукають людину до знань, праці, вчинків або стримують їх.

Людські емоції та почуття найяскравіше виражають духовні запити й прагнення людини, її ставлення до дійсності. Емоції та почуття органічно взаємопов'язані, але за змістом і формою переживання вони не тотожні.

**Емоція** — це загальна активна форма переживання організмом своєї життєдіяльності. Розрізняють прості та складні емоції. Переживання задоволення від їжі, бадьорості, втоми, болю - це прості емоції. Вони властиві й людям, і тваринам. Прості емоції в людському житті перетворилися на складні емоції та почуття. Характерна ознака складних емоцій полягає в тому, що вони виникають у результаті усвідомлення об'єкта, що викликав їх,

розуміння їхнього життєвого значення (наприклад, переживання задоволення при сприйманні музики, пейзажу).

**Почуття** - це специфічні людські, узагальнені переживання ставлення до людських потреб, задоволення або незадоволення яких викликає позитивні або негативні емоції - радість, любов, гордість або сум, гнів тощо.

Емоції та почуття характеризуються певною якістю та полярністю, активністю та інтенсивністю.

Як почуття виявляється ставлення особистості до праці, подій, інших людей, до самої себе. За якістю переживань відрізняють одні емоції та почуття від інших (наприклад, радість - від гніву, любов - від ненависті).

Емоціям і почуттям властива полярність. Вона виявляється в тому, що кожна емоція, кожне почуття за різних обставин можуть виявлятися протилежно: "радість — горе", "любов — ненависть", "симпатія — антипатія", "задоволення — незадоволення". Полярні переживання мають явно виражений позитивний або негативний відтінок. Умови життя та діяльності викликають почуття різного рівня активності. Розрізняють *стенічні* емоції та почуття — ті, що посилюють активність, спонукають до діяльності, та *астенічні* — ті, що пригнічують людину, зменшують її активність, демобілізують.

Залежно від індивідуальних особливостей особистості, її стану й ставлення до ситуації та об'єктів, що викликають переживання, емоції та почуття виявляються більш-менш інтенсивно, бувають довготривалими або короткочасними.

*Характерна особливість емоцій і почуттів полягає в тому, що вони цілковито захоплюють особистість. Здійснюючи майже блискавичну інтеграцію, тобто об'єднання в ціле всіх функцій організму, емоції сигналізують про корисні або шкідливі впливи на організм, завдяки чому мають універсальне значення для життя організму. Охоплюючи всі різновиди переживань людини - від глибокотравмуючих страждань до високих форм радості та соціального відчуття життя, емоції стають як позитивним чинником у життєдіяльності, підносячи активність організму, так і негативним, пригнічуючи всі його функції. Відомий фізіолог П. Анохін вважає, що емоції, а саме довготривалі негативні емоції (страх, переживання болю тощо), відіграють вирішальну роль у розвитку так званих невrogenних захворювань.*

Природа емоцій і почуттів органічно пов'язана з потребами. Потреба як нестаток у чомусь завжди супроводжується позитивними або негативними переживаннями в різних їх варіаціях. Характер переживань зумовлюється ставленням особистості до потреб, обставин, які сприяють або не сприяють їх задоволенню.

Потреби людини й тварин відрізняються за змістом, інтенсивністю та способом їх задоволення, а це зумовлює відмінність в емоціях людей і тварин, навіть у таких, які є спільними для них - гнів, страх, радість, сум тощо. Людські емоції докорінно змінилися в процесі історичного розвитку людини,

вони олюднилися, набули своєрідних особливостей. Голод, наприклад, переживається людиною не так, як твариною. Людина залежно від обставин може стримувати голод, відмовлятися від їжі.

У людини як суспільної істоти виникли вищі, духовні потреби, а з ними й вищі почуття - моральні, естетичні, пізнавальні, які не властиві тварині. Тваринні емоції залишилися на рівні інстинктивних форм життєдіяльності. Почуття сорому, вказував Ч. Дарвін, властиве лише людині. Емоції, почуття людини пов'язані з її діяльністю: діяльність викликає різні переживання у зв'язку зі ставленням до неї та успіхами у виконанні, а емоції та почуття, у свою чергу, стимулюють людину до діяльності, наснажують її, стають внутрішньою спонукою, її мотивами. Почуття збагачують життя людини. Ідеї без почуттів - холодні, "світять, та не гріють", позбавлені життєвості та енергії, не здатні перейти в діло. Переконаність у чомусь без почуттів неможлива.

### **Філогенетичні аспекти емоційного реагування**

Заслугою Ч. Дарвіна в області вивчення емоцій є те, що він зумів показати, як він сам писав, *що почуття людини, які вважалися «свята зі святих» людської душі, мають тваринне походження*. Багато проявів емоцій у людини, зокрема виразні рухи, за Дарвіном, є рудиментами раніше виконуваних доцільних рухів. Тепер же вони перетворилися в асоційовані звички, що виникають при відповідних емоціях незалежно від їх корисності. Проте схожість механізмів емоцій і їх прояви у людини і тварин не означає їх повної тотожності. Концепція Дарвіна була чисто біологічної і не розкривала походження специфічно людських емоцій і почуттів, несуть на собі відбиток соціальної природи людини. Більше того, вона сприяла виникненню «рудиментарної» теорії емоцій. Це саме можна сказати і до поглядів Г. Спенсера (1876), Т. Рибо (1897), В. У. Мак-Дугалл (MacDougall, 1923), які продовжували розвивати ідеї про біологічне походження емоцій людини з афективних і інстинктивних реакцій тварин. У. Мак-Дугалл, наприклад, вважав, що інстинкти притаманні не тільки тваринам, але і людині, і що кожному інстинкту відповідає певна емоція.

Р. Плутчик (Plutchik, 19806) розглядає емоції як засіб адаптації тварин на всіх еволюційних щаблях їх розвитку.

Як відзначають В. А. Вальдман та ін. (1976), існують різні точки зору з приводу того, що можна вважати емоцією у тварин. В одних випадках говорять про емоції тварин, в інших - про емоційні реакції, по-третє - про афективну поведінку. Деякими дослідниками висловлюється думка, що про емоції у тварин можна судити тільки по їх експресії і афективній поведінці. При цьому не враховується, що у тварин, як і у людини, виникає емоційний стан, який може бути зафіксовано фізіологічними методиками.

З приводу наявності суб'єктивного компонента емоцій у тварин В. К. Вілюнас пише: «... строго кажучи, абсолютних доказів того, що тварини переживають емоції (і взагалі що-небудь переживають) немає. Однак

видається, що дане заперечення на формальній підставі штучно драматизує проблему, оскільки при відсутності абсолютних можливі непрямі аргументи, засновані на судженнях про необхідність суб'єктивного відображення, про неможливість регуляції поведінки в мінливому середовищі на основі тільки фізіологічних процесів і т. П. ... Не існує доказів і тому, що тварини емоцій не переживають ... Відмовою визнавати існування простих емоцій у тварин ми позбавляємося можливості пояснення, звідки вони з'являються у людей».

Однак докази наявності у тварин переживання емоцій все ж є. Як пише В. С. Дерябін (1974), деякі собаки при виході на полювання скаляться, відтягують верхню губу, стрибають і гавкають, що можна розцінювати як вираз радісного хвилювання. Багато хто міг неодноразово спостерігати прояв радості у собак при зустрічі господаря після довгої розлуки: собака виляє хвостом, скиглить, лиже господаря. Вони здатні відчувати страждання, тугу за господарем. При цьому у них з'являються сльози.

*У вищих тварин з'являються і схожі з людиною експресивні реакції.* Сміх, наприклад, з'являється вже у мавп. При лоскотанні шимпанзе під пахвами він видає різкий звук, схожий на сміх. При припиненні сміху у нього на обличчі залишається вираз, яке можна вважати посмішкою. Мавпа при приємному відчутті відтягує кути рота тому (усмішка), побачивши улюблену особина, випускає звук хихикання.

Але хоча емоції притаманні і тваринам, у людини вони носять інший характер, так як на них наклав свій відбиток соціальний спосіб життя. Про це писав ще А. Шопенгауер: «... Життя тварин містить в собі менше страждань, а також і менш радощів, і це перш за все ґрунтується на тому, що воно, з одного боку, залишається вільним від турботи і побоювання разом з їх муками, а з іншого - позбавлене істинної надії, а отже, не причетне уявним передчуття радісного.

П. В. Симонов (1970) пише, що «спроби представити емоції як відносно просту, нижчу" біологічну "діяльність мозку в порівнянні з інтелектом навряд чи правомірні. Емоції людини не менше відрізняються від емоцій тварин, ніж його соціально детерміноване мислення від умовнорефлекторної діяльності людиноподібних мавп »(с. 97). Внаслідок цього змінилися як характер емоцій, так і форми їх вираження. У людини вони набувають особливої глибини, мають безліч відтінків і поєднань.

*Як доказ наводяться факти, що людина не накидається на питво і їжу, як тільки виникає в цьому необхідність, а задовольняє свої потреби, враховуючи культурні норми поведінки* (Виноградова, 1981). З цією думкою можна посперечатися в тій його частині, де йдеться про зміну характеру емоцій. По-перше, зміна способу задоволення потреби не свідчить про зміну характеру відчуття при цьому людиною емоцій. По-друге, страх і люті у тварини і людини проявляються однаково і фізіологічно, і поведінково (наприклад, волосся стає дибки). Інша справа, що у людини є вольовий механізм придушення експресії емоцій. Вони як би заганяються всередину, не виявляють себе. Задоволення ж потреб відповідно до культурних норм взагалі



не має відношення до емоцій, якщо не брати до уваги отримання задоволення від обстановки задоволення, наприклад, потреби в їжі (сервірування столу). Правильніше було б сказати, що для емоційних переживань людина має набагато більше приводів, ніж тварини.

Крім того, як уже говорилося, відповідно до механізмів довільного управління, людина може викликати у себе емоційні переживання шляхом подання будь-яких ситуацій або об'єктів.

### **Емоціогенні ситуації, або в яких випадках людина реагує емоційно**

**Емоційна реакція** - це специфічний відповідь людини і тварин на ті чи інші обставини, ситуації, що зачіпають його інтереси (потреби). Але чи є подразники, об'єкти, ситуації, які самі по собі є для людини емоціогенними, тобто що викликають ту чи іншу емоцію?

П. Фресс (1975) стверджує, що емоціогенної ситуації як такої не буває, вона залежить від відносини між мотивацією і можливостями людини. Отже, це не просто сукупність обставин, яка об'єктивно склалася, але також її оцінка людиною, ставлення до неї людини у зв'язку з наявними у неї потребами, цілями. Ця оцінка складається для неї через обстановку, яка перешкоджає, не заважає або сприяє задоволенню її потреб, досягненню цілей.

*Саме оцінка є першим кроком на шляху створення емоціогенності ситуації, а не самі по собі обставини. Обставини є лише передумовою виникнення емоціогенної ситуації, а емоціогенними стають тільки ті ситуації, які оцінюються людиною як значущі, т. Е. Що обіцяють йому або констатують успіх чи невдачу в задоволенні потреб (досягненні цілей), благополуччя або небезпека. Кожна ситуація для людини суб'єктивна (погана, хороша чи нейтральна, небезпечна або безпечна, вигідна або невигідна, що зачіпає його інтереси чи ні і т. Д.). Н. В. Боровикова з співавторами (1998) чітко продемонстрували це на емоційності вагітних жінок, що набуває егоцентричний характер. У вагітних спостерігається звуження діапазону джерел емоційних переживань. Найбільшу значимість для більшості з них набувають особисто значущі події - все, що відноситься до самої жінки або очікуваної дитини. Соціально значущі події, суспільні процеси відходять на другий план. Жодна з обстежених жінок не відзначала значні, державного масштабу, громадські та економічні явища як джерела емоційних переживань. Вагітну жінку радує, перш за все, очікування народження дитини, відчуття її активності всередині себе. У той же час вона болісно реагує на критичні зауваження на свою адресу, на жарти, що стосуються її зовнішнього вигляду.*

За В. Вундтом і Н. Гротом, будь-яка подія, що сприймається, є значною і викликає емоційний відгук. Р. Лазарус (1968) же вважає, що емоції виникають в тих виняткових випадках, коли на основі когнітивних процесів робиться висновок про наявність загрози і неможливості її уникнути. Таким чином, по Лазарусу, емоціогенними є тільки екстремальні ситуації, які оцінюються як такі внаслідок каузальною атрибуції (*Казуальна атрибуція – феномен*

сприйняття людини людиною, який полягає в поясненні, приписуванні причин дії цього самого сприйманого людини в умови дефіциту інформації про реальні причини такої дії). Велику роль у виникненні емоцій відводить каузальною атрибуції Б. Вейнер (1985). Дійсно, спостерігаючи за поведінкою людини, перш ніж емоційно відреагувати на її вчинок, ми спочатку або приписуємо, або не приписуємо її вчинку мету, яка суперечить нашим інтересам, гідності і т. П.

*Якщо, наприклад, нас хтось штовхнув, то, оцінивши обставини, ми можемо або обуритися (якщо припишемо людині свідомий намір), або залишити це без уваги (якщо подумаємо, що виною всьому були незалежні від людини обставини). Емоційне реагування може бути і при оцінці віртуальної ситуації - наприклад, у глядачів, що плачуть в кіно або на виставах при зворушливих сценах. Саме в цьому випадку, мабуть, можна говорити не про значущу ситуацію, а про власне емоціогенну ситуацію, яка за механізмом емпатії і зараження викликає емоційну реакцію глядачів. Оцінка значущості ситуації може бути не тільки на усвідомлюваному рівні, але і на неусвідомлюваному. Емоційна реакція, що виникає за механізмом безумовного рефлексу, - це реакція на закріплену у генетичній пам'яті значиму ситуацію, прояв інстинкту. П. Фресс (1975) дає таку класифікацію емоціогенних ситуацій:*

1) недостатність пристосувальних можливостей. Людина не може або не вміє дати адекватну відповідь на стимуляцію при новизні, незвичайності і раптовості ситуації;

2) надмірна мотивація, не знаходить застосування, при фрустрації, при присутності інших осіб і при конфліктах.

Обмеженість цієї класифікації очевидна, так як вона стосується тільки випадків появи негативних емоцій.

### **Структура емоційної сфери людини. Вищі почуття.**

*Структура емоційної сфери особистості (за С. Л. Рубінштейном) складається з трьох основних рівнів:*

- рівень безпредметних емоційних явищ (настроїв) - тобто недиференційованих емоційних станів суб'єкта, які не спрямовані до якогось об'єкта;

- рівень предметних почуттів, що виникають з приводу якогось предмету - ці почуття бувають інтелектуальними (прикладом може бути почуття смішності якогось предмету), моральними, естетичними;

- рівень світоглядних почуттів, які не прив'язані до якогось предмету, а характеризують загальне відношення людини до життя (прикладом може слугувати почуття гумору, почуття трагічного, комічного).

Серед компонентів емоційної сфери людини виділяють емоційний тон відчуттів, ситуативні емоції, емоційні стани.

*Емоційність людини - тобто зміст, якість та динаміка її емоцій та почуттів.*

*Емоційний досвід людини* - способи реагування, що закріпилися, ієрархізована система емоцій та почуттів.

*Емоційний тон відчуттів* - безпосередні переживання, що супроводжують окремі життєво важливі впливи та спонукають людину до їх збереження або усунення (інакше - бажання).

В емоційних станах так само, як зазначив В. Вундт, виявляються протилежності напруження і розрядки, збудження і пригніченості. Наявність напруги, порушення і протилежних їм станів вносить істотну диференціацію в емоції: поряд з радістю-захопленням, радістю-тріумфом існує «тиха» радість - розчуленість і т.п.

***Три аспекти цілісного визначення емоцій:***

- а) внутрішнє переживання;
- б) фізіологічну активацію (процеси, що проходять в нервовій, ендокринній та інших системах організму);
- в) піддаються спостереженню виразні комплекси емоцій (зовнішнє вираження в поведінці).

***Класифікація емоційних явищ (Грановська):***

- 1) **Афект** - найбільш потужна емоційна реакція. Відмінні риси афекту: ситуативність, узагальненість, велика інтенсивність, мала тривалість.
- 2) **Власне емоції** - триваліші стани. Вони можуть бути реакцією не тільки на події, які відбулись, але і на вірогідні або згадувані.
- 3) **Почуття** - ще більш стійкі психічні стани, що мають чітко виражений предметний характер.
- 4) **Настрій** - найтриваліший емоційний стан, що розфарбовує всю поведінку людини.
- 5) **Стрес** - емоційний стан, викликаний несподіваною та напруженою обстановкою.

**Емоційні стани** - психічні стани, які виникають у процесі життєдіяльності суб'єкта і визначають не тільки рівень інформаційно-енергетичного обміну, але і спрямованість поведінки. Емоції керують людиною набагато сильніше, ніж це здається на перший погляд. Навіть відсутність емоцій це емоція, точніше цілий емоційний стан, який характеризується великою кількістю особливостей у поведінці людини.

ОСНОВНІ емоційні стани, що виділяються в психології:

- 1) Радість (задоволення, веселощі)
- 2) Смуток (апатія, сум, депресія),
- 3) Гнів (агресія, озлоблення),
- 4) Страх (тривога, переляк),
- 5) Подив (цікавість),
- 6) Огида (презирство, огиду).

**Вищі почуття**

В емоційній сфері людини особливе місце посідають вищі почуття. Вони є відображенням переживань ставлення до явищ соціальної дійсності. За

змістом вищі почуття поділяють на моральні, естетичні, праксичні та інтелектуальні. Рівень духовного розвитку людини оцінюють за тім, якою мірою їй властиві ці почуття. У вищих почуттях яскраво виявляються їх інтелектуальні, емоційні та вольові компоненти. *Вищі почуття є не лише особистим переживанням, а й засобом виховного впливу на інших.*

**Моральні почуття** - це почуття, у яких виявляється стійке ставлення людини до суспільних подій, до інших людей, до самої собі. Джерелом моральних почуттів є спільне життя людей, їх взаємини, боротьба за досягнення суспільних цілей. Моральні почуття людини сформувались у суспільно-історичному житті людства, у процесі спілкування людей і стали важливим засобом оцінювання вчинків і поведінки, регулювання взаємин особистостей.

**Естетичні почуття** - це чуття краси в явищах природи, у праці, у гармонії барв, звуків, рухів і форм. Гармонійна злагодженість в об'єктах цілого та частин, ритм, консонанс, симетрія пов'язані з почуттям приємного, насолодою, яка глибоко переживається та облагороджує душу. Ці почуття викликають твори мистецтва. Не тільки в мисленні, а й у почуттях людина утверджує себе в предметному світі.

Залежно від рівня загальної та мистецької культури люди по-різному відгукуються на красоту. Одні глибоко переживають гармонійно й виражені ритм і риму, переходи та взаємопереходи кольорів, звуків, форм та рухів, інші не відчують цієї гармонії й захоплюються грубими, різкими звуками, безладними рухами, випадковими поєднаннями кольорів.

*Естетичні почуття тісно пов'язані з моральними. Вони облагороджують особистість, сповнюють її високими прагненнями, утримують від негативних вчинків. Отже, естетичні почуття є істотними чинниками у формуванні морального обличчя людини.* Вищі рівні розвитку естетичного почуття виявляються в почуттях високого, піднесеного, трагічного, комічного, гумору. *Ці різновиди естетичних почуттів органічно пов'язані з моральними почуттями і є важливим засобом їх формування.*

**Праксичні почуття** - це переживання людиною свого ставлення до діяльності. Людина відгукується на різні види діяльності - трудову, навчальну, спортивну. Це виявляється в захопленні, у задоволенні діяльністю, творчому підході, радості від успіхів або в незадоволенні, байдужому ставленні до діяльності. *Праксичні почуття виникають у діяльності.* Яскраве уявлення про зміст і форми діяльності, її процес і результат, громадську цінність - основна передумова виникнення й розвитку праксичних почуттів.

Праксичні почуття розвиваються або згасають залежно від організації та розумів діяльності. Вони особливо успішно розвиваються й стають стійкими тоді, коли діяльність відповідає інтересам, нахилам і здібностям людини, коли в діяльності виявляються елементи творчості, розвиваються перспективи її розвитку. *Праксичні почуття стають багатшими, якщо поєднуються з моральними.* Праця як справа честі, гуманістичне ставлення до діяльності

роблять Праксичні почуття важливим чинником боротьби за високу продуктивність та якість праці.

**Інтелектуальні почуття** є емоційним відгуком на ставлення особистості до пізнавальної діяльності в широкому її розумінні. Ці почуття виявляються в допитливості, чутті нового, здивуванні, упевненості або сумніві. Інтелектуальні почуття яскраво виявляються в пізнавальних інтересах, любові до знань, навчальних і наукових уподобаннях.

**Пізнавальні почуття** залежно від розумів життя, навчання та виховання мають різні рівні розвитку. Такими його рівнями є цікавість, допитливість, цілеспрямований, стійкий інтерес до певної галузі знань, захоплення пізнавальною діяльністю. Механізмом пізнавальних почуттів є природжений орієнтувальний рефлекс, алі його зміст цілком залежить від навчання, виховання, навикишньої дійсності, розумів життя.

### **Функції і роль емоцій.**

Говорячи про те, для чого людині і тваринам потрібні емоції, слід розрізняти їх функції та роль. Функція емоцій – це *вузьке природне призначення*, робота, виконувана емоціями в організмі, а їх роль (узагальнене значення) – це характер і ступінь участі емоцій у чомусь, обумовлена їх функціями, або ж їх вплив на щось крім їх природного призначення (т. е. вторинний продукт їх функціонування). *Роль емоцій для тварин і людини може бути позитивною і негативною.* Функція емоцій, виходячи з їх доцільності, визначена природою бути тільки позитивною, інакше, навіщо б вони з'явилися і закріпилися? Можна заперечити, що емоції можуть надавати на організм і руйнівний вплив. Але це пов'язано з надмірно вираженими супутніми емоціям фізіологічними змінами в організмі, пов'язаними ні з якістю регулювання (емоційним), а з його інтенсивністю. *Це роль емоцій, а не їх функція.* Вітаміни і сіль корисні для організму, але їх надлишковий прийом може призвести до захворювання або отруєння. Так і з емоціями. Виконуючи свої біологічні функції, емоції «не запитують» людини, корисно їй це чи шкідливо з її точки зору. Роль же емоцій оцінюється саме з особистісних позицій: міщан виникла емоція або її відсутність досягненню мети, порушує чи ні здоров'я людини і т. Д.

Саме про роль емоцій, а не про їх функції, сперечалися ще стоїки і епікурейці, обговорюючи питання про їхню корисність або шкідливість. Суперечка ця триває і в наш час, так як є дані як за, так і проти кожної точки зору.

### **Роль «позитивних» і «негативних» емоцій**

*«Негативні» емоції, на думку Б. І. Додонова, грають більш важливу біологічну роль в порівнянні з «позитивними» емоціями.* Не випадково механізм «негативних» емоцій функціонує у дитини з перших днів її появи на світло, а «позитивні» емоції з'являються значно пізніше (Макарова, 1968). «Негативна» емоція – це сигнал тривоги, небезпеки для організму. «Позитивна» емоція – це

сигнал повернутого благополуччя. Ясно, що останньому сигналу немає необхідності звучати довго, тому емоційна адаптація до хорошого настає швидко. Сигнал ж тривоги повинен подаватися до тих пір, поки небезпека не усунена. Внаслідок цього застійними можуть виявитися лише «негативні» емоції. При цих умовах здоров'я людини дійсно страждає. «Негативні» емоції шкідливі лише в надлишку, як шкідливо все, що є перевищенням.

*Відмінності між функцією і роллю чітко можна проілюструвати на руховому апараті, функцією якого є переміщення людини і тварин в просторі, а роль цього переміщення визначається пізнанням оточення, наближенням до джерела живлення і опануванням ним і т. д., тобто тим, що людина або тварина набуває в процесі виконання руховим апаратом своєї функції.*

Страх, гнів, лють підвищують інтенсивність обмінних процесів, призводять до кращого харчування мозку, посилюють опірність організму перенавантаженням, інфекціям і т. д. (Лук'янов, 1966).

*Про корисність «негативних» емоцій помірної інтенсивності свідчать дослідження на щурах, проведені В. В. Фролькісом (1975): з трьох груп піддослідних щурів найдовше жили ті, яких систематично піддавали стресовим впливам середньої сили - лякали, брали в руки і т. д.*

Спираючись на положення Е. Гельгорн і Дж. Луфборроу (1966) про динамічній рівновазі парасимпатичного відділу вегетативної нервової системи, пов'язаного з «позитивними» емоціями, і симпатичного відділу вегетативної нервової системи, пов'язаного з «негативними» емоціями, Б. І. Додонов робить висновок, що «для організму важливо не збереження одноманітно позитивних емоційних станів, а постійний їх динамізм в рамках певної, оптимальної для даного індивіда інтенсивності» (1978, с. 82).

У той же час є дані (Янкина, 1999), що рівень розвитку інтелекту вище у дошкільнят з переважанням «позитивних» емоцій і нижче - з переважанням «негативних». Правда переважання «негативних» емоцій і середній рівень інтелекту по тесту Д. Векслера був у дітей з емоційними порушеннями. Як йде справа у дітей з нормальним розвитком емоційної сфери, залишається неясним.

*З точки зору П. В. Симонова, нервові механізми позитивних емоційних реакцій складніші і тонші, ніж негативних. Він вважає, що «позитивні» емоції мають самостійне пристосувальне значення, тобто роль «позитивних» емоцій відмінна від ролі «негативних» емоцій: «позитивні» емоції спонукають живі системи активно порушувати досягнуте «урівноваження» з навколишнім середовищем: «Найважливіша роль позитивних емоцій - активне порушення спокою, комфорту, знаменитого "врівноважування організму із зовнішнім середовищем"» (1970, с. 52).*

«Негативні емоції», - пише Симонов, - як правило, забезпечують збереження того, що вже досягнуто еволюцією або індивідуальним розвитком суб'єкта. Позитивні емоції революціонізують поведінку, спонукаючи шукати нові, ще не задоволені потреби, без яких немислима насолода.

Це не свідчить про абсолютну цінність позитивних емоцій. Вони можуть бути обумовлені примітивними, егоїстичними, соціально неприйнятними потребами. У подібних випадках ми безсумнівно віддамо перевагу таким негативним емоціям, як тривога за долю іншої людини, співчуття до тих, хто потрапив в біду, обурення несправедливістю. Соціальну цінність емоцій завжди визначає мотив, що викликав її до життя »(1970, с. 63).

*Без «позитивних» емоцій, зазначає Симонов, важко собі уявити ті форми освоєння дійсності, що не продиктовані безпосереднім утилітарним ефектом: гру, художню творчість і сприйняття творів мистецтва, теоретичне пізнання. Він вважає, що в цих областях діяльності людини спонукаючий вплив «негативних» емоцій мізерний, якщо він взагалі є.*

Здається, що ця заява є надто категоричним. Йому суперечить прояв екстрапунітивної форми фрустрації як прагнення довести собі і іншим випадковість творчої невдачі. А хіба люди сприймають твори мистецтва тільки заради позитивних переживань? Чому ж тоді глядачі плачуть на спектаклях і в кіно?

Говорячи про роль емоцій в житті людини неправомірно ставити питання, для чого, з якою метою хтось переживає емоції, як це має місце у Л. М. Аболина (1987). Такі питання правомірні щодо свідомо поставлених цілей. Емоції ж виникають найчастіше мимоволі. Тому по відношенню до них можна поставити тільки питання: яка користь чи шкода може бути людині від виникнення тієї чи іншої емоції (виходячи з призначених їм природою функцій)?

*Відповідаючи на це питання, слід враховувати, що позитивна роль емоцій не зв'язується прямо з «позитивними» емоціями, а негативна роль - з «негативними». Останні можуть служити стимулом для самовдосконалення людини, а перші - з'явитися приводом для благодущності. Багато що залежить від цілеспрямованості людини і умов її виховання.*

Думки вчених про значення емоцій і виконуваних ними функціях розходяться. Однак безсумнівна головна функція емоцій - їх участь в управлінні поведінкою людини і тварин.

## **Роль і функції емоцій у керуванні поведінкою та діяльністю**

### **Історія питання**

Участь емоцій в управлінні поведінкою і діяльністю людини обговорювалося ще мислителями Давньої Греції. Наприклад, Аристотель, розглядаючи причини пізнання, прийшов до висновку, що її побудником є почуття подиву: «Бо й тепер и раніше здивування спонукає людей філософствувати, причому спочатку вони дивуються з того, що безпосередньо викликало подив, а потім, мало-помалу просуваючись таким чином далі, вони задавалися питанням про більш значне, наприклад, про зміну положення Місяця, Сонця і зірок, а також про походження всесвіту »(1976, с. 69).

Роль емоції подиву в управлінні пізнавальною діяльністю розглянута і Р. Декартом. Взагалі він розглядав значення емоцій в ширшому аспекті. Так, він

зазначав роль «пристрасті» в запам'ятовуванні: «Скільки б раз невідомий нам предмет не з'являвся в полі нашого зору, ми абсолютно не бережемо його в нашій пам'яті, якщо тільки уявлення про нього не зміцнилося в нашому мозку якийсь пристрасстю» (1950, с. 632). Декарт, а потім і Спіноза створили вчення про афекти як спонукачі активності людини. «... Головне дію всіх людських пристрасстей полягає в тому, що вони спонукають і налаштовують душу людини бажати того, до чого ці пристрассті готують його тіло», - писав Декарт (с. 615).

Голландській філософ Б. Спіноза в середині XVII століття теж вважав головною спонукальною силою поведінки афекти, до яких він відносив у першу чергу потягу, пов'язані як з тілом, так і з душею.

Він писав: «Бажання, що виникає внаслідок незадоволення або задоволення, ненависті або любові, тим сильніше, чим більше ці афекти» (1957, с. 489). Спіноза також зазначив двоїстий характер емоцій, які можуть сприяти здатності тіла до дії або обмежувати її.

Пізніше З. Фрейд (Freud, 1894) прирівнював афекти до психічної енергії як джерела мотивації.

Деякий інший аспект ролі емоцій (почуттів) в управлінні поведінкою відзначили Н. Я. Грот (1879-1880) і Г. Мюнстерберг (1997).

Грот розробив чотириланкову класифікацію психічної діяльності, в якій відчуття і емоції поставив на друге місце як наслідок відчуттів і уявлень і як один з етапів управління життєдіяльністю організму (табл. 4.1).

Грот вважав, що «відчуття самі по собі ще не здатні регулювати відправлень організму, до якої б області - обміну речовини або обміну вражень - вони не ставилися. Відчуття служать тільки показниками того, що відбувається в різних наших органах під впливом найрізноманітніших дій зовнішнього середовища. Вони, отже, представляють лише перший крок до регулювання процесів організму, т. Е. Забезпечують свідомість підставами для такого регулювання і дають йому перший поштовх. Справжнім регулятором взаємодії організму з навколишнім середою є тільки весь психічний оборот в сукупності, і кожен момент цього обороту є новий крок до остаточного регулювання такої взаємодії» (1984, с. 72). І далі Грот задається питанням - яка роль в цьому акті регулювання належить відчуттям (емоціям)? «Відчуття, - пише він, - як продукт суб'єктивної оцінки відчуттів, очевидно, відповідають на питання: яке значення в економії цілого організму має це щось, що відбувається в якомусь нашому органі і відкрите нами за сприяння відчуття? Відповіддю на це питання є відчуття задоволення і страждання. Звідси ми можемо вже з повною достовірністю стверджувати, що думки служать продуктом оцінки внутрішніх відносин»).

Представлені в таблиці етапи психічної діяльності Грот вважав універсальними, мають місце навіть при безусловнорефлекторном реагуванні. Випадіння середніх ланок (почувальних і прагнень, бажань) він пов'язував з тим, що інтенсивність процесу така, що між відчуттям і дією не встигає настати оцінка, або з тим, що дії через часті повторень перетворюються в автоматичні.



Однак він вважав, що це випадання тільки удаване: наприклад, в першому випадку оцінка проходить так швидко, що суб'єкт не встигає віддати собі звіту в ній, не встигає усвідомити її. Випадання одного з середніх ланок Грот пояснював злиттям цих двох ланок в одну ланку, поглинанням однієї ланки іншим. Таким чином, він пояснював інстинкт, в якому момент почуття, т. Е. Суб'єктивного сприйняття, поглинається прагненням - суб'єктивним рухом.

Г. Мюнстерберг, відзначаючи спонукальну і посилює (енергетичну) роль емоцій, писав: «... Емоція повинна спрямовувати весь організм до дії якогось одного певного роду. Подібно до того, як увага дає концентрацію уявлення проти всіх заважають, що змагаються уявлень, точно так же емоція дає концентрацію реакції і затримує всі інші можливі діяльності. ... Емоція - це органічна хвиля, яка проходить через всю центральну нервову систему, пригнічуючи і усуваючи все, що не має відношення до джерела емоційного збудження »(с. 200). Неважко помітити, що, по суті, мова йде про участь емоцій у створенні домінантного вогнища, що направляє поведінку людини і тварини.

Треба відзначити, що в історії вивчення емоцій був і інший період, коли емоції розглядалися, як зазначив Л. С. Виготський, «як побічні явища, ніяк не беруть участь в реальному житті людини, як просте усвідомлення периферичних змін» (1984, с. 264 ). Так, У. Мак-Дугалл визначив емоції як афективний аспект інстинкту, а Г. Спенсер і Т. Рібо оголосили емоційні стани людини пережитками його тваринного минулого. Ж.-П. Сартр (Sartre, 1960) вважає, що емоції призводять до «деградації свідомості». Була висловлена і протилежна точка зору, що під натиском прогресуючого інтелекту деградують емоції (Т. Рібо).

Ця позиція ряду англійських і французьких вчених була відкинута. Участь емоцій в управлінні поведінкою і діяльністю людини було визнано більшістю психологів, що знайшло відображення в «мотиваційної» теорії емоцій, яка відстоює функціональну єдність емоційних і мотиваційних процесів. З вітчизняних вчених ще на початку ХХ століття цієї позиції дотримувався Л. І. Петражицький (1904, 1908). У другій половині ХХ століття ця теорія остаточно оформилася і отримала широке поширення серед західних психологів (Leeper, 1948, 1965, 1970; Arnold, Gasson, 1954; Young, 1961; Bindra, 1969; Tomkins, 1970). Зізнається вона і вітчизняними вченими, притому часто навіть є надто категоричним. Так, С. Л. Рубінштейн (1946) писав, що емоції є суб'єктивної формою існування мотивації (потреб): «Виступаючи в якості прояви потреби, - як конкретної психічної форми її існування, емоція виражає активну сторону потреби ... З'являючись .. в діяльності індивіда, емоції чи потреби, пережиті у вигляді емоцій, є разом з тим спонуканнями до діяльності »(с. 460). Те ж пише і Г. Х. Шингаров (1974): «... Емоції можна розглядати в якості конкретної психологічної форми існування потреб» (с. 220). В. К. Вілюнас (1986), говорячи про біологічну мотивації, доводить близькість понять «мотивація» і «емоції» і мало не ототожнює їх. Слідом за С. Л. Рубінштейном він визначає емоції як

суб'єктивну форму існування мотивації. Практично, ототожнення емоційних і мотиваційних феноменів має місце у Г. М. Бреслава (1984), коли він пише про «емоційної децентрації», розуміючи під нею здатність уявити бажання іншої людини. У словнику «Психологія» (1990, с. 461) говориться, що «емоції - суб'єктивна форма вираження потреб», які передують діяльності щодо їх задоволення, спонукаючи і направляючи її. Близька до цього і позиція В. В. Бойко (1986), який вважає, що «емоції - це генетичні програми поведінки, що володіють енергетичними властивостями - здатністю відтворення, трансформації, динамікою, інтенсивністю, що спонукає впливом» (с. 33). Емоції в якості первинної рушійної сили - мотиваційної системи, що лежить в основі структуризації інстинктивних потягів, розглядаються Г. Ловальдом (Loewald, 1978) і О. Кернберг (Kernberg, 1982). Звичайно, не можна заперечувати зв'язок емоцій з потребами і мотивацією, але не можна їх і ототожнювати і пов'язувати нерозривними узами. По-перше, суб'єктивною формою біологічних потреб є емоційний тон відчуттів, а не емоції. По-друге, не кожен мотиваційний процес супроводжується виникненням емоції (наприклад, в стереотипних ситуаціях).

Почуття теж пов'язують з потребами і мотивами. Так, Р. С. Немов (1990) вважає, що кількість і якість потреб людини, в цілому, відповідає числу і розмаїтості емоційних переживань і почуттів, причому чим вище потреба по своїй соціальній і моральній значимості, тим розвиненіші відповідне почуття. Виходить, що до кожної потреби «прикріплена» специфічна емоція або будь-яка з почуттів. У словнику «Психологія» (1990) про почуття йдеться, що вони відкривають особистості предмети, що відповідають її потребам, і спонукають до діяльності щодо їх задоволення, і що «почуття являють собою конкретно-суб'єктивну форму існування» потреб (с. 445). І далі: «самого по собі знання мотивів, ідеалів, норм поведінки недостатньо для того, щоб людина їм керувався; тільки ставши предметом стійких почуттів, ці знання стають реальними спонуканнями до діяльності».

Зв'язки мотивації з емоціями приділяли увагу багато психологів. Даючи загальний огляд їх робіт В. К. Вілюнас (1984) зазначає, що рішення цього питання багато в чому залежить від того, що включають автори в клас емоційних явищ, чи входять в нього специфічні переживання, які мають спонукає характер - потягу, бажання, прагнення і т. п. Вілюнас вказує на наявність мотиваційної теорії емоцій, початок якій поклав ще Б. Спіноза. Відповідно до однієї з розглянутих позицій, бажання є різновидом емоцій, а емоції виконують побуджуючу поведінку функцію. Вілюнас вважає, що така позиція сформувалася тому, що людині важко розпізнати справжні причини своєї поведінки, в той час як емоції, що супроводжують процес мотивації, чітко переживаються і саме ними людина реально керується в житті. Ця позиція єдиної інтерпретації емоційних і мотиваційних процесів була визначальною аж до кінця XIX - початку XX століття (Петражицький, 1908), але не втратила своїх прихильників і по теперішній час (Ліпер, 1948; Duffy, 1948; Arnold, Gasson, 1954; Young, 1961; Bindra, 1969; Tomkins, 1970).

Дійсно, часом буває досить важко виділити емоційний в мотиві. Тому одне й те саме явище різні автори розглядають то як прояв волі, то як мотивацію, то як емоцію. Таке сталося, наприклад, з вивченням впливу змагального мотиву (особистої та командної) на успішність діяльності людини. Для Ю. Ю. Палайма (1968) змагальний мотив є силою волі, а для А. В. Ільїна (1960) - емоційним станом. І обидва вони мають рацію. Змагальний мотив посилює емоційні переживання людини, а останні посилюють енергетику мотиву і вольового зусилля.

Інші психологи, слідом за Н. Гротом (1879-1880) і В. Вундтом (1912), відокремлюють спонукають переживання від емоційних. В результаті мотивація і емоції розглядаються сучасної класичної психологією як дві самостійні проблеми, зв'язку між якими, як вважає В. К. Вілюнас, можна порівняти, наприклад, зі зв'язками між сприйняттям і увагою або пам'яттю і мисленням.

Р. Лазарус (Lazarus, 1968) виступив з критикою теорій, котрі тлумачать емоцію як мотивацію, мотиватор або спонукування (драйв). Він вважає, що з цими теоріями властивий ряд загальних недоліків.

Емоції не розглядаються як реально існуючі явища зі своєю якісною специфікою. Досліджуються пристосувальні наслідки емоцій, а самі вони трактуються як швидко зникає проміжна мотиваційна змінна.

Чи не досліджуються попередні причини і умови виникнення емоцій. Цей недолік виникає з першого, оскільки недооцінка емоцій як самостійних реакцій робить необов'язковим з'ясування причин їх появи.

Ці теорії включають обмежене коло емоцій - тривогу, страх, рідше - гнів. У той же час включення в них інших негативних емоцій, не кажучи вже про позитивні, викликає великі труднощі.

У критикованих теоріях емоції ізолюються від пристосувальних форм поведінки, що настають за ними і ними спонукаються. Р. Лазарус же вважає цю поведінку фундаментальним компонентом цілісної емоційної події.

Теорії, що розглядають емоцію як мотивацію, є, на думку Р. Лазаруса, не "передбачуваними", а описовими. Емоція і поведінкова реакція пов'язані між собою в цих теоріях випадковим чином, в залежності від тієї чи іншої історії навчання і підкріплення індивіда, а так як ця історія не підконтрольна досліднику, то передбачити різні форми поведінки стає неможливим.

М. Арнольд (Arnold, 1969), підводячи підсумок обговорення питання про мотивуючу функцію емоцій в зарубіжній психологічній літературі, пише, що «відношення між емоціями і мотивацією, зображуване в теоретичній літературі, залишається абсолютно незрозумілим. Хоча знову і знову стверджується, що емоції мотивують, навряд чи хто-небудь зміг виступити і недвозначно пояснити, як саме це відбувається »(р. 104-1). В. К. Вілюнас вважає це звинувачення психологів в нездатності дати таке пояснення несправедливим. При цьому він посиляється на висловлювання С. Л. Рубінштейна, що емоції є суб'єктивної формою існування потреб (мотивації).

«Це означає, - пише Вилюнас, - що мотивація відкривається суб'єкту у вигляді емоційних явищ, які сигналізують йому про значимість об'єктів і спонукають направити на них діяльність. Емоції і мотиваційні процеси при цьому не ототожнюються: будучи суб'єктивною формою існування мотивації, емоційні переживання являють собою лише підсумкову, результативну форму її існування, що не відбиває всіх тих процесів, які готують і визначають появу емоційних оцінок і мотивів».

Це тільки ілюзія пояснення. По-перше, не можна погодитися з твердженням, що емоція є підсумковою формою мотиваційного процесу. Незадоволення потреби через усвідомлення неможливості зробити це зараз теж викликає емоції, хоча мотиваційний процес так і не розвернувся. По-друге, не кожен мотиваційний процес пробуджує до життя емоційні переживання (хоча переживання стану потреби як відчуття потреби теж є суб'єктивною формою існування потреби).

В. К. Вилюнас (1976) приписує емоціям також і функцію організатора нестереотипної цілеспрямованої поведінки. На думку автора, емоція має здатність до координації і поєднання ряду одиничних процесів чутливості в цілеспрямований акт поведінки.

Тому, очевидно, не випадково останнім часом все частіше в психологічній літературі використовується термін «емоційна регуляція». Н.В. Вітт (1981,1986) приділила цьому поняттю пильну увагу, особливо щодо регуляції мовномисленнєвих процесів. Емоційну регуляцію вона розглядає в двох планах - усвідомленому і неусвідомленому. Перший є результатом прояву стабільного емоційного ставлення людини до об'єктів і відображає індивідуальні особливості управління «зверху» (тобто самим суб'єктом) зовнішньої виразності цього відношення і його флуктуації, що викликаються і раніше пережитими, і актуальними емоційними станами. Другий (неусвідомлений) план емоційної регуляції, обумовлений первинною упередженістю людини і її актуальними емоційними станами, отримує безпосередню вираженість в емоційному забарвленні процесу і результатів діяльності.

Навряд чи варто говорити про емоційну регуляцію як самостійний вигляд регуляції (управління). Як справедливо зазначає К. Ізард, емоційна система рідко функціонує незалежно від інших систем. Деякі емоції або комплекси емоцій практично завжди виявляються у взаємодії з перцептивною, когнітивною та руховою системами. І ефективне функціонування особистості залежить від того, наскільки збалансована і інтегрована діяльність різних систем.

Очевидно, що емоційні реакції є супутником і порадиником як мотиваційного процесу, так і всього процесу довільного управління. Однак для того, аби зрозуміти, яке місце займають емоційні явища в управлінні поведінкою і діяльністю людини, потрібно, по-перше, враховувати, якою своєю стороною (суб'єктивною, фізіологічною або експресивною) вони беруть участь в цьому управлінні і, по-друге, на якій стадії управління (на стадії

мотивації, ініціації, мобілізації, оцінці результату) відбувається їх втручання. Цим визначається і різна роль емоційного реагування в управлінні: відбиваючо-оціночною (сигнальною), спонукальною і енергетичною.

### **Відбиваючо-оцінчна роль емоцій**

Ще Ч. Дарвін писав, що емоції виникли в процесі еволюції як засіб, за допомогою якого живі істоти встановлюють значимість тих чи інших умов для задоволення своїх потреб. Ця роль емоцій виявляється за рахунок суб'єктивного компонента емоційного реагування (переживання) і в основному на початковому етапі довільного управління (при виникненні потреби і розгортанні на її основі мотиваційного процесу) і на кінцевому етапі (при оцінці досягнутого результату: задоволенні потреби, реалізації наміру).

Відбивна функція емоцій визнається не всіма вченими. В. К. Вілюнас (1979) вважає, що «емоції виконують функції не відображення об'єктивних явищ, а вираження суб'єктивних до них відносин». І він, мабуть, має рацію. Для відображення реальності у тварин і людини є аналізатори та мислення. Вони виконують роль дзеркала, яке відображає те, що є. Подобається людині те, що вона бачить у дзеркалі чи ні - це не залежить від дзеркала, воно не дає оцінку відбиваному. Оцінка (відношення) залежить від суб'єктивного сприйняття видимого, яке зіставляється з еталонами, бажаннями, смаками людини.

Слід зазначити, що з приводу співвідношення переживання і оцінки (що є первинним, а що вдруге) серед вчених існують різні думки. В. С. Магун (1983) вважає, що переживання передують оцінці; М. Арнольд (Arnold, 1960), навпаки, вважає, що оцінка передують виникненню емоції, а В. В. Брожик (1982) пише про те, що емоція може заміщати оцінку або ж супроводжувати її.

Ця розбіжність викликана тим, що автори мають на увазі різні класи емоційних явищ. При емоційному тоні відчуттів спочатку з'являється переживання приємного або неприємного, а потім його оцінка як корисного чи шкідливого. Очевидно, те ж має місце і при безусловнорефлекторних емоціях (наприклад, переляку). У разі ж виникнення емоцій спочатку слід оцінити ситуацію, а потім може з'явитися і переживання (емоція). Наприклад, коли людина підходить до вікна своєї квартири, розташованій на третьому поверсі або вище, і дивиться вниз, думаючи: «А що, якщо зістрибнути вниз?», - то у неї виникає оцінка цієї ситуації як небезпечної, але без переживання страху. Але ось сталася пожежа і тепер їй доводиться стрибати з вікна. В цьому випадку оцінка ситуації буде явно бути причиною виниклого у цієї людини страху. Первинність такої оцінки експериментально показала Е. Ю. Артем'єва (1980).

**Емоційна оцінка як процес.** Говорячи про результативно-оцінюючу ролі емоцій, Б. І. Додонов зазначає, що психологи розуміють цю роль дуже вузько, тому що традиційно емоції розглядаються не як процес, а як кінцевий продукт - «афективні хвилювання» і супроводжуючі їх «тілесні» (фізіологічні) зміни. Це вже винесені «оцінки-вироки». У зв'язку з цим Додонов пише: «Розмірковуючи про механізм виникнення емоцій, більшість фізіологів, як

правило, визначають емоцію з точки зору ефекту, виробленого зіставленням, неправомірно виносячи саме зіставлення за дужки емоційного процесу». Насправді ж, вважає вчений, емоції - це і процес, який є не що інше, як діяльність оцінки інформації, що надходить в мозок про зовнішній і внутрішній світ, яку відчуття і сприйняття кодують у формі його суб'єктивних образів. Тому Додонов говорить про емоційну діяльність, яка полягає в тому, що відображена мозком дійсність зіставляється з відображеними в ньому ж постійними або тимчасовими програмами життєдіяльності організму і особистості.

Згідно з цим автором, емоції в своїх порівняннях нерідко спираються на продукти свого колишнього функціонування, в якості яких виступають емоційні узагальнення як результат пережитих раніше емоцій. «У дітей і так званих "первісних народів", - пише Додонов, - ці узагальнення ще погано розмежовані з поняттями і часто змішуються з ними. Коли маленький хлопчик, побачивши п'яного, з переляком біжить до матері, кричачи їй: "бик!" (Бик), то він користується саме таким узагальненням». Емоції, за Додоновим, відображають відповідність або невідповідність дійсності нашим потребам, установкам, прогнозами.

Така постановка питання правомірна, проте пропоноване рішення спірно. Очевидно, що процес свідомого зіставлення того, що виходить, з тим, що повинно бути, може протікати у людини без участі емоцій. Вони як механізм зіставлення не потрібні. Інша справа - оцінка того, що вийшло. Вона дійсно може бути не тільки раціональною, а й емоційною, якщо результат діяльності або очікувана ситуація є глибоко значущими для суб'єкта. Однак при цьому не треба забувати, що емоція - це реакція на якусь подію, а будь-яка реакція - це відповідь постфактум, тобто на те, що вже впливає або вже пройшло, закінчилося, в тому числі і на завершене зіставлення інформації. Звичайно, емоційна оцінка може підключатися до процесу раціонального (словесно-логічного) зіставлення інформації, фарбуючи в позитивні або негативні тони ту чи іншу парадигму і тим самим надаючи їм більшу або меншу вагу, але чи можна це приймати як емоційне зіставлення, що розуміється Додоновим як емоційна діяльність пізнання?

Взагалі, зробивши оцінку головною характеристикою емоцій (на думку автора, заради цього емоції і виникли в процесі еволюції), Додонов на цій підставі зараховує в емоційне переживання і бажання як оцінку ступеня відповідності будь-якого об'єкта нашим потребам. Призначення цих оцінок він бачить в презентації в психіці мотиву діяльності. І хоча в бажанні і присутній емоційний компонент, звести бажання тільки до нього неправомірно хоча б тому, що поняття «бажання» може позначати не тільки потребу, а й цілком мотив як складне мотиваційне утворення. До речі, і сам Додонов пише, що хоча емоційні явища «безсумнівно, включені в мотивацію нашої поведінки, але самі по собі мотивами не є, як не визначають одноосібно прийняття рішення про розгортання тієї чи іншої діяльності»

Оціночна роль емоційного реагування разом з розвитком нервової системи та психіки живих істот видозмінювалася й удосконалювалася. Якщо на перших етапах вона обмежувалася повідомленням організму про приємне або неприємне, то наступним етапом розвитку стала, очевидно, сигналізація про корисне і шкідливе, а потім - про безпечне і небезпечне і, нарешті, більш широко - про значне і незначне. Якщо перший і частково другий ступінь могли забезпечуватися тільки таким механізмом емоційного реагування, як емоційний тон відчуттів, то третій ступінь вимагав іншого механізму - емоції, а четверта - почуттів (емоційних установок). Крім того, якщо емоційний тон відчуттів здатний давати тільки грубе диференціювання подразників і пов'язаних з ними відчуттів (приємні - неприємні), то емоція забезпечує більш тонке, а головне - психологічне диференціювання ситуацій, подій, явищ, показуючи їх значимість для організму і людини як особистості.

Важливим виявилась і те обставина, що емоція виникає условнорефлекторно і тим самим дає можливість тварині і людині завчасно відреагувати на дистантні подразники, на ситуацію, що складається. Лють вже побачивши ворога, здалеку, при звуках, запаху противника дає можливість тварині вступити в сутичку з ворогом з максимальним використанням усіх силових ресурсів, а страх - врятуватися втечею.

Однак для цього емоції повинні володіти ще однією функцією: змушувати організм екстрено мобілізувати свої можливості, енергію, чого емоційний тон відчуттів зробити не може.

### **Мотиваційна роль емоцій**

Емоції відіграють помітну роль на всіх етапах мотиваційного процесу: при оцінці значущості зовнішнього подразника, при сигналізації про виниклу потребу і оцінці її значущості, при прогнозуванні можливості задоволення потреби, при виборі мети.

### **Емоції як оцінка значущості зовнішнього подразника.**

На першому (мотиваційному) етапі головне призначення емоцій - сигналізувати про користь чи шкоду для організму того чи іншого стимулу, явища, які відмічаються певним знаком (позитивним або негативним) ще перед тим, як вони будуть піддані усвідомленої, логічної оцінки. З цього приводу П. К. Анохін писав: «Виконуючи майже моментальну інтеграцію всіх функцій організму, емоції самі по собі і в першу чергу можуть бути абсолютним сигналом корисного чи шкідливого впливу на організм, часто навіть раніше, ніж визначені локалізація впливів і конкретний механізм відповідної реакції організму» («Психологія Емоцій», 1984, с. 173).

Емоції відображають не тільки біологічну, але і особистісну значимість зовнішніх стимулів, ситуацій, подій для людини, тобто того, що її хвилює. Про це пише А. В. Вальдман: «Емоція - це така форма відбивної психічної діяльності, де на перший план виступає ставлення до навколишньої інформації ...» (1978, с. 132). А. В. Запорожець і Я. З. Неверович (1974) вважають, що емоції випереджають усвідомлення людиною ситуації, сигналізуючи про можливе приємне чи неприємне її закінчення, і в зв'язку з

цим говорять про передбачувану функцію емоцій. Виконуючи цю відбиваючо-оціночну роль, визначаючи, що для людини значимо, а що ні, емоції тим самим сприяють орієнтуванню людини в різних ситуаціях, тобто виконують орієнтовну функцію.

**Емоції як сигнал про потребу, що виникла.** Відбиваючо-оціночна роль емоцій виявляється і в їх зв'язку з потребами, які виступають в якості внутрішніх стимулів. Тісний зв'язок емоцій з потребами очевидний, і не дивно, що П. В. Симонов розробив теорію емоцій, яка багато в чому базується на обумовленості емоцій потребами і ймовірністю задоволення останніх, а Б. І. Додонов створив класифікацію емоцій, що базується на видах потреб.

В. К. Вілюнас (1986) вказує, що «суб'єктивне відображення потреб неодмінно повинно здійснюватися особливими психічними явищами, принципово відмінними від тих, які відображають об'єктивні властивості дійсності. Хоча актуалізація потреби теж є об'єктивною подією, але воно повинно відбиватися в психіці не так, як інші події, оскільки для суб'єкта вона повинна стати не одною з багатьох, а центральною, всепоглинаючою подією, що приковує увагу, що мобілізує пристосувальні ресурси і т. п. ».

**Емоції як спосіб маркування значущих цілей.**

В. К. Вілюнас пише: «... Справа не тільки в необхідності акцентованого відображення потреб. Для їх задоволення суб'єкт повинен діяти не з самими потребами, а з тими предметами, які їм відповідають. Це означає, що потреба повинна відображатися не тільки сама по собі поряд з іншими відбиваними предметами (наприклад, у вигляді переживання голоду, спраги і т. п.), але ще спроектовану в образ дійсності і таку, що виділяє в ньому необхідні умови і предмети, які в наслідок такого виділення стають цілями.

Відбиватися тільки пізнавальними процесами мета не може. Як предмет, що відображається, мета - один з багатьох елементів середовища, що діє, як і інші, на аналізатори, що викликає відповідні затримані рухові реакції і в силу цього сприймається в образі. В цьому відношенні мета ніяк не виділяється ні серед інших об'єктів дійсності, ні в що відбиває її образі. Об'єктивні властивості речі, що відображаються суб'єктом у вигляді можливих з нею дій, не містять ознак, що вказують на її необхідність для організму в даний момент... Тому в будові образу має бути щось таке, що, відображаючи стан потреб організму, приєднувалося б до окремих відбивних елементів середовища, тим самим виділяючи їх серед інших саме в якості цілей і спонукаючи індивіда до їх досягнення. Інакше кажучи, для того, щоб психічний образ, як поле потенційних дій, міг служити основою для побудови і регуляції діяльності, він обов'язково повинен бути "оснащений" спеціальним механізмом, який порушував би рівновагу між однаково можливими діями і направляв би індивіда до вибору і перевазі деяких з них»).

Цю роль виділення в образі потребово-значущих явищ та спонукування до них людини і виконують численні різновиди упередженого, емоційного переживання.



**Емоції як механізм, що допомагає прийняттю рішення.** Емоції, вказуючи на предмети і дії з ними, що здатні привести до задоволення потреби, тим самим сприяють прийняттю рішення. Дуже часто, однак, досягнення бажаного не забезпечується інформацією, необхідною для прийняття рішення. Тоді виявляється компенсаторна функція емоцій, яка, по П. В. Симонову, полягає в заміщенні інформації, якої бракує для прийняття рішення або винесення судження про що-небудь. Емоція, що виникає при зіткненні з незнайомим об'єктом, надає цьому об'єктові відповідне забарвлення (подобається він чи ні, поганий він чи хороший), зокрема, у зв'язку з його схожістю з об'єктами, що раніше зустрічалися. Хоча за допомогою емоції людина виносить узагальнену і не завжди обґрунтовану оцінку об'єкта і ситуації, вона все ж допомагає їй вийти з глухого кута, коли вона не знає, що їй робити в даній ситуації.

Симонов підкреслює, що «емоції аж ніяк не поповнюють відомостей щодо реальних ознак загрози і можливостей її усунення. Ліквідація дефіциту інформації відбувається в процесі пошукових дій і навчання. Роль емоцій полягає в екстремому заміщенні, компенсації відсутніх в даний момент знань».

Все це стосується випадків, пов'язаних з дефіцитом інформації і, отже, негативних емоцій. Симонов вважає, що компенсаторна функція властива і позитивним емоціям (хоча що ж тут заміщати, якщо і так є надлишок інформації?). Однак автор вважає, що в цьому випадку компенсаторна функція проявляється не в момент виникнення емоції, а на більш тривалих відрізках пристосувальної поведінки, додаючи в якості пояснення цієї тези, що навіть невеликий і приватний успіх здатний надихнути людей на подолання труднощів (тобто позитивна емоція посилює потребу досягнення мети). Дійсно, підсилює, але де тут прояв компенсаторної функції емоцій? Скоріше мова повинна йти про стимулюючу функцію.

Погоджуючись з наявністю компенсаторної функції емоцій, слід все ж з жалем відзначити слабкість прикладів, наведених Симоновим для розкриття прояви цієї функції в реальному житті. Важко, наприклад, погодитися з тим, що наслідувальне реагування, наприклад паніка, пов'язана саме з компенсаторною функцією емоцій. Адже сам автор, кажучи про паніку, пише: «Коли суб'єкт не має даних або часом для самостійного і цілком обґрунтованого рішення, йому залишається покластися на приклад інших членів суспільства, які своєчасно помітили насування загрози». Також незрозумілий і приклад з сумнівом людини: «Сумнів, - пише Симонов, - спонукає знову і знову аналізувати ситуацію, що склалася, шукати додаткову інформацію, переглядати раніше накопичений досвід». Але як же тоді розуміти його твердження, що компенсаторна функція емоцій не полягає в поповненні відомостей в процесі пошукових дій?

Симонов бачить прояв компенсаторної функції емоцій і в їх здатності служити додатковим засобом комунікації між членами спільноти. Наприклад, коли людина не може переконати співрозмовника логічними доводами, вона

починає підвищувати голос, тобто посилювати експресивний вплив. Слід, однак, зауважити, що підвищення голосу - це спосіб розрядки виниклого емоційного напруження, яке може бути наслідком досади, роздратування, злості людини з приводу «глухості» партнера по спілкуванню до аргументів і доводів. Підвищення гучності голосу, безумовно, підсилює вплив на партнера по спілкуванню, але воно заміщає для нього інформацію, якої бракує?

Таким чином, включаючись в процес імовірнісного прогнозування, емоції допомагають оцінювати майбутні події (передчуття задоволення, коли людина йде в театр, або очікування неприємних переживань після іспиту, коли студент не встиг до нього як слід підготуватися), тобто виконують прогностичну функцію. О. К. Тихомиров та Ю. Є. Виноградов (1969), по суті, пишуть про те ж: емоції полегшують пошук правильного виходу із ситуації, в зв'язку з чим вони говорять про їх евристичну функцію. Отже, емоції беруть участь не тільки на першому етапі мотиваційного процесу, коли визначається значимість того чи іншого зовнішнього або внутрішнього стимулу, а й на етапі прийняття рішення.

Ухвалення людиною рішення пов'язане і з санкціонуючою (в тому числі, перемикаючою напрямок і інтенсивність активності) функцією емоцій (йти на контакт з об'єктом чи ні, максимізувати свої зусилля або перервати стан, що виник). П. В. Симонов (1981) пише, що «перемикаюча» функція емоцій виявляється як у сфері вроджених форм поведінки, так і при здійсненні умовно-рефлекторної діяльності, включаючи її найбільш складні прояви. Він вважає, що найбільш яскраво ця функція емоцій виявляється при конкуренції мотивів, при виділенні домінуючої потреби, яка стає вектором цілеспрямованої поведінки.

З приводу необхідності цієї функції емоцій Симонов пише наступне: «Здавалося б, орієнтація поведінки на першочергове задоволення тієї або іншої потреби могла здійснитися шляхом безпосереднього зіставлення сили (величини) цих потреб. Але в такому разі конкуренція мотивів виявилася б ізольованою від умов навколишнього середовища суб'єкта. Ось чому конкурують не потреби, а породжувані цими потребами емоції... ». Так, в бойових обставинах боротьба між природним для людини інстинктом самозбереження і почуттям обов'язку переживається суб'єктом у вигляді боротьби страху з соромом.

Здається, що немає потреби замінювати боротьбу потреб боротьбою емоцій, так як в реальності прояв цих двох феноменів нероздільний. Тому більш правильною видається думка, що міститься в наступному вислові Симонова: «Питання стоїть зовсім в іншій площині: які саме потреби, які мотиви вступають в конкурентну боротьбу» в обладунках "позитивних і негативних емоцій». Борються все-таки потреби, але одягнені в «обладунки» емоцій. Емоції допомагають цій боротьбі, так як позначають значимість тієї чи іншої потреби в даний момент.

Залежність емоцій від імовірності задоволення потреби, пише Симонов, «надзвичайно ускладнює конкуренцію відповідних мотивів, в результаті чого поведінка нерідко виявляється переорієнтованою на менш важливу, але легко досяжну мету: "синиця в руках "перемагає" журавля в небі"».

Здійснення емоціями санкціонуючої функції може базуватися на захисній функції емоції страху. Він попереджає людину про реальну (або про уявну) небезпеку, сприяючи тим самим кращому продумуванню ситуації, що виникла, більш ретельному визначенню ймовірності досягнення успіху або невдачі. Тим самим страх захищає людину від неприємних для нього наслідків, а можливо, і від загибелі.

**Спонукальна роль емоцій.** На думку С. Л. Рубінштейна, «... емоція в собі самій укладає потяг, бажання, прагнення, спрямоване до предмета або від нього, так само як потяг, бажання, прагнення завжди є більш-менш емоційним». Взагалі, питання про те, звідки в спонуканні береться заряд енергії, досить складне і дискусійне. Виключати присутність в спонуканні до дії енергії емоцій не можна, але вважати, що емоції самі по собі викликають спонукання до дії, теж навряд чи можливо.

**Роль емоцій в оцінці досягнутих результатів.** А. Н. Леонтьєв (1971) пише: «Особливість емоцій полягає в тому, що вони безпосередньо відбивають відносини між мотивами і реалізацією, що відповідає цим мотивам діяльності».

Оцінюючи хід і результат діяльності, емоції дають суб'єктивне забарвлення, що відбувається навколо нас і в нас самих. Це означає, що на одну і ту ж подію різні люди можуть реагувати емоційно по-різному. Наприклад, у вболівальників програш їх улюбленої команди буде викликати розчарування, засмучення, у вболівальників ж команди-суперника - радість. Люди по-різному сприймають і твори мистецтва. Недарма в народі кажуть, що на смак і на колір товариша немає і що про смаки не сперечаються.

### **Емоція як цінність і потреба**

Хоча емоції самі по собі не є мотивами (які можливо розглядати як складне утворення, що включає в себе потребу, ідеальну (подану) мету і мотиватори, тобто чинники, що вплинули на прийняття рішення і формування намірів), вони можуть виступати в мотиваційному процесі не тільки в якості «порадника» або енергетичного підсилювача спонукань, що виникають в процесі мотивації, а й самого спонукача, щоправда, не дій по задоволенню потреби, а мотиваційного процесу. Це відбувається в тому випадку, коли у людини виникає потреба в емоційних відчуттях і переживаннях і коли людина усвідомлює їх як цінність.

**Емоції як цінність.** У 70-х роках XX століття розгорнулася дискусія між Б. І. Додоновим і П. В. Симоновим щодо того, чи є емоції цінністю. На перший погляд суперечка ця не має відношення до розгляду мотиваційної ролі емоцій. Однак в дійсності розуміння емоції як цінності означає не що інше, як здійснення емоціями функції спонукання, привабливості для людини.

Додонов справедливо вважає, що емоції необхідні для існування людини і тварин, для їх орієнтування в світі, для організації їх поведінки. «І тому про емоції-оцінки можна сказати, що вони мають для нас велику цінність, але цінність ця службова. Це цінність засобу, а не цілі ». Однак емоції, по Додонову, володіють і самостійною цінністю. «Цей факт, - пише він, - досить добре усвідомлений і вицленований життєвою психологічною інтуїцією, що чітко розмежує випадки, коли людина щось робить із задоволенням і коли вона чимось займається заради задоволення». Вчений зазначає, що з теоретичним осмисленням цього факту явно не пощастило. З самого початку на нього лягла тінь деяких помилкових філософських і психологічних концепцій, критика з боку яких «виплеснула разом з брудною водою і саму дитину». До сих пір «вельми поширена думка, ніби будь-яке визнання емоції як цінності або мотиву діяльності повинно бути апіорно відкинуто як давно викрита філософська помилка». При цьому Додонов посилається на багато художніх творів, в яких письменники і поети відбили мотиваційне значення емоцій, представивши емоцію як мотив поведінки.

**Потреба в емоційному насиченні.** Розуміння емоції як цінності призводить Б. І. Додонova (1978) до уявлення про те, що у людини є потреба в «емоційному насиченні», тобто емоційних переживаннях. Дійсно, ще знаменитий математик Б. Паскаль говорив, що ми думаємо, що шукаємо спокою, а насправді шукаємо хвилювань. Це означає, що емоційний голод може прямо обумовлювати мотиваційний процес.

Для обґрунтування цієї потреби Додонов посилається на відомі наслідки відриву дитини від матері та на феномен сенсорної депривації. Перший доказ ґрунтується на тому, що відсутність інтимного контакту немовляти з матір'ю призводить до поганого її розвитку, до частих хвороб, ущербної емоційності, «холодності», низької здатності до співпереживання і співчуття. З цим доводом можна погодитися, хоча цей приклад швидше свідчить про те, що для розвитку емоційної сфери дитини потрібне тренування цієї сфери, яке і забезпечується контактом з матір'ю і пов'язаними з ним почуттями, переживаннями. З другим же прикладом погодитися важко. Адже при сенсорній депривації йдеться про обмеження припливу подразників, які впливають на органи чуття (аналізатори), але аж ніяк не про почуття й емоції. Виникаючи при сенсорній депривації психічні порушення, як стверджує сам Додонов, дають лише підставу підозрювати, що серед причин, які викликають ці порушення, може бути і відсутність різноманітності емоційних переживань. Тому він говорить про емоційну депривацію, вважаючи, що вона є наслідком сенсорної депривації. З цього приводу автор пише: «... якщо доведено важливість чисто сенсорного насичення для нормального розвитку і функціонування мозку, то не природно припустити, що насичення емоціями ... є для нього ще більш необхідним? А раз справа йде саме таким чином, то це означає, що емоційне насичення організму є його важливою вродженою потребою, що прижиттєво розвивається ».

Додонов вважає, що потреба в емоційному насиченні є фізіологічною, незважаючи на те, що самі емоції несуть в собі психологічний зміст. Він обґрунтовує це тим, що всякий орган повинен функціонувати, в іншому випадку відбудеться його інволюція, деградація. Отже, центри емоцій потребують функціонування, тобто в прояві емоцій для того, щоб зберегти свою реактивність.

П. В. Симонов не згоден з трактуванням емоцій як цінності, так як в цьому випадку вони самі є мотивом, «притягуючи» суб'єкта до діяльності. Він посиляється на А. Н. Леонтьєва (1971), який стверджував, що емоції не є мотивами, і на філософа С. Штрессера (Strasser, 1970), який не ототожнює емоції з потягами і потребами. За Симоновим, самостійна цінність емоцій, їх здатність мотивувати поведінку в будь-якому випадку виявляються ілюзією. Прагнення до переживання позитивних емоцій не в змозі пояснити, чому дана людина прагне саме до такого, а не іншого джерела задоволення.

З останнім твердженням можна погодитися. Однак не можна при цьому не відзначити обмеженість розуміння Симоновим (і не тільки їм) мотиву. Справа в тому, що емоція-потреба, по-перше, ще не весь мотив, і по-друге, як будь-яка потреба, вона може задовольнятися різними способами і засобами. Тому не можна вимагати від потреби відповіді на всі питання: чому, для чого і як. Але це не усуває у потреби в емоційному переживанні функції спонукання. Просто треба розуміти, що це спонукання ні до діяльності, а лише до розгортання мотиваційного процесу, формування мотиву. Крім того, посиляючись на А. Н. Леонтьєва, П. В. Симонов не враховує, що він говорив про «зсув мотиву на мету», коли діяльність починає виконуватися просто тому, що приносить людині задоволення.

Про потребу людини в позитивних емоціях пише Е. Фромм. Дійсно, людина робить багато речей заради отримання задоволення, насолоди: слухає музику, читає що подобається йому і не раз вже читану їм книгу, катається на американських гірках, щоб випробувати «гострі відчуття» і т. д. Тому емоція виступає у вигляді мети (людина робить щось заради отримання бажаного переживання). Усвідомлювана ж мета є для людини цінністю або, по Б. І. Додонову, мотивом поведінки.

Характерно, що людина відчуває потребу не тільки в позитивних емоціях, а й в негативних. Згадаймо «Мцирі» М. Ю. Лермонтова: Таких две жизни за одну, Но только полную тревог, Я променял бы, если б мог... Або у Ф. І. Тютчева: О Господи, дай жгучего страданья И мертвенность души моей рассей...

Повнота задоволення емоційної потреби залежить від якості предмета задоволення. Це чітко проявилось в дослідженні В. Д. Баліна і А. А. Меклер (1998), які показали, що прослуховування музики при її відтворенні на апаратурі вищої якості з пластинки викликає емоції більшої інтенсивності і в більшій кількості, ніж з касетного магнітофона третього класу. За аналогією можна сказати, що глибина і інтенсивність емоційного переживання при прослуховуванні музики на стерео програвачі буде більше, ніж на

монофонічному, а присутність на концерті доставить більше емоційну насолоду, ніж прослуховування того ж музичного твору вдома. Точно так же більше емоційне враження принесе відвідування картинної галереї, ніж переглядання вдома альбомів, слайдів і листівок.

### **Активаційно - енергетична роль емоцій**

Вплив емоцій на фізичні можливості людини і тварин було відомо давно. Ще Б. Спіноза писав, що емоції збільшують або зменшують «здатність тіла до дії».

Активаційно-енергетична роль емоційного реагування проявляється в основному за рахунок його фізіологічного компонента: зміни вегетативних функцій і рівня збудження кіркових відділів мозку. За впливом на поведінку і діяльність людини німецький філософ І. Кант (1964) розділив емоційні реакції (емоції) на стенічні ( «стіна» по-грецьки - сила), що підсилюють життєдіяльність організму, і астенічні - ослаблюють її. Стенічний страх може сприяти мобілізації резервів людини за рахунок викиду в кров додаткової кількості адреналіну, наприклад при активно-оборонній його формі (втечу від небезпеки). Саме він змусив лермонтовського Гаруна бігти швидше лані. Сприяє мобілізації сил організму і наснагу, радість ( «окрилений успіхом», кажуть в таких випадках).

Активаційна функція емоцій відзначається багатьма авторами. Е. Гельгорн (1948) вважає, наприклад, що прискорення і посилення реакцій, що підтримують індивідуальне і видове існування живих систем, представляє одну з найяскравіших рис емоційного реагування. Вона полягає в тому, що при виникненні емоцій відбувається активація нервових центрів, що здійснюється неспецифічними структурами стовбура мозку і передана неспецифічними шляхами збудження (Линдсли, 1960; Арнольд, 1967). Згідно «активаційним» теоріям, емоції забезпечують оптимальний рівень збудження центральної нервової системи і її окремих підструктур. Активація нервової системи і, перш за все, її вегетативного відділу призводить до змін у внутрішніх органах і організму в цілому, приводячи або до мобілізації енергоресурсів, або до їх демобілізації. Звідси можна говорити про мобілізаційну функцію емоцій.

П. К. Анохін говорив про «мотиваційний тонус», завдяки якому всі життєві процеси підтримуються на оптимальному рівні.

Про це ж пише П. В. Симонов (1987): «Будучи активним станом системи спеціалізованих мозкових структур, емоції впливають на інші церебральні системи, які регулюють поведінку, процеси сприйняття зовнішніх сигналів і вилучення енграм цих сигналів з пам'яті, вегетативні функції організму ...».

При цьому він зазначає, що «при виникненні емоційної напруги обсяг вегетативних зрушень (почастішання серцебиття, підйом кров'яного тиску, викид у кров'яне русло гормонів і т. д.), як правило, перевищує реальні потреби організму. Мабуть, процес природного відбору закріпив доцільність цієї надмірної мобілізації ресурсів. У ситуації прагматичної невизначеності (а

саме вона так характерна для виникнення емоцій), коли невідомо, скільки і чого буде потрібно в найближчі хвилини, краще піти на зайві енергетичні витрати, ніж в розпал напруженої діяльності - боротьби або втечі - залишається без достатнього забезпечення киснем та метаболічною "сировиною"».

Це зауваження дійсно вірно, незрозуміло тільки, чому надмірність мобілізації ресурсів Симонов розглядає як прояв компенсаторної функції емоцій.

До речі, про надмірності емоційного реагування писав ще Г.Мюнстерберг: «Звичайно, напруженість цієї енергетичної реакції має наслідком величезний надлишок енергії, і тому виходить багато зайвих побічних результатів. Але вони неминучі в інтересах великого завдання - зосередження всього організму на реакції певного роду ».

Показано (Дорфман, 1986), що фізична працездатність у осіб з сильною нервовою системою більше при емоції радості, ніж при емоції страждання, а в осіб зі слабкою нервовою системою - при емоції страждання, ніж при емоції радості (правда, на рівні достовірності тільки за показником потужності роботи) (табл. 4.2).

### **Деструктивна роль емоцій**

Емоції можуть грати в житті людини не тільки позитивну, а й негативну (руйнівну) роль. Вони можуть призводити до дезорганізації поведінки та діяльності людини.

Ця роль емоцій в першій третині XX століття визнавалася чи не єдиною. Ряд французьких психологів (Клапаред, 1928; Janet, 1928; Pieron, 1928 і ін.) Одночасно висловили думку, що емоції можуть порушувати цілеспрямовану діяльність. Так, Е. Клапаред писав: «Марність і навіть шкідливість емоцій відома кожному. Уявімо, наприклад, людину, яка повинна перетнути вулицю; якщо вона боїться автомобілів, вона втратить холонокровність і побіжить. Смуток, радість, гнів, послаблюючи увагу і здоровий глузд, часто змушують нас робити небажані дії. Коротше кажучи, індивід, який опинився у владі емоцій, "втрачає голову" ».

П. Жане вказував, що емоція - це дезорганізуюча сила. Емоція викликає порушення пам'яті, навичок, призводить до заміни важких дій простішими. Про дезорганізуючі ролі деяких емоцій психологи говорили і пізніше (Фортунатов, 1976; Young, 1961). Виявлено негативний вплив переживань, пов'язаних з попереднім неуспіхом, на швидкість і якість інтелектуальної навчальної діяльності підлітків.

У багатьох випадках дезорганізуюча роль емоцій, очевидно, пов'язана не стільки з їх модальністю, скільки з силою емоційного збудження. Тут проявляється «закон сили» І. П. Павлова (при дуже сильних подразниках збудження переходить в позамежне гальмування) або що те саме - закон Йеркса-Додсона. Слабка і середня інтенсивність емоційного збудження

сприяють підвищенню ефективності перцептивної, інтелектуальної та рухової діяльності, а потужна і надпотужна - знижують її.

Однак має значення і модальність емоції. Страх, наприклад, може порушити поведінку людини, пов'язану з досягненням якої-небудь мети, викликаючи у неї пасивно-оборонну реакцію (ступор при сильному страху, відмова від виконання завдання). Це призводить або до відмови від діяльності, або до уповільнення темпів оволодіння будь-якою діяльністю, що вважалася людині небезпечною, наприклад при навчанні плавання (Дашкевич, 1969; Шувалов, 1988). Дезорганізуючу роль емоцій видно і при злості, коли людина прагне досягти мети будь-що-будь, повторюючи одні й ті ж дії, що не приводять до успіху. При сильному хвилюванні людині буває важко зосередитися на завданні, вона може забути, що їй треба робити. Один курсант льотного училища при першому самостійному польоті забув, як садити літак, і зміг зробити це тільки під диктовку свого командира з землі. В іншому випадку через сильне хвилювання гімнаст - чемпіон країни - забув, вийшовши до снаряду, початок вправи і отримав нульову оцінку. Негативний вплив сильних емоційних реакцій на поведінку виявляється і в дослідях на тваринах. У дослідях Е. Л. Щелкунова (1960) щурів навчали знаходити вихід з лабіринту, а потім поступово прибирали частину перегородок. Виявилося, що при сильному больовому покаранні вони переходили до стереотипного повторення одного разу виробленого досвіду, замість того щоб шукати короткий шлях, як це спостерігалось при харчовому підкріпленні.

Однак у міру вивчення ролі емоцій ставлення до них стало змінюватися, і в даний час дезорганізуюча роль емоцій береться під сумнів. Так, В. К. Вілюнас (1984) вважає, що дезорганізуючу роль емоцій можна прийняти лише із застереженнями. Він вважає, що дезорганізація діяльності пов'язана з тим, що емоції організовують іншу діяльність, яка відволікає сили і увагу від основної діяльності, яка ведеться в той же момент. Сама ж по собі емоція дезорганізуючої функції не несе. «Навіть така груба біологічна реакція, як афект, - пише Вілюнас, - зазвичай дезорганізуюча діяльність людини, за певних умов може виявитися корисною, наприклад, коли від серйозної небезпеки їй доводиться рятуватися, покладаючись виключно на фізичну силу і витривалість. Це означає, що порушення діяльності є не прямим, а побічним проявом емоцій, інакше кажучи, що в положенні про дезорганізуючі функції емоцій стільки ж правди, скільки, наприклад, в твердженні, що святкова демонстрація виконує функцію затримки автотранспорту ».

З цим можна погодитися. Такої функції, запрограмованої природою, у емоцій дійсно немає. Було б дивно, якби емоції з'явилися в еволюційному розвитку живих істот для того, щоб дезорганізовувати управління поведінкою. А ось дезорганізуючу роль емоції, «мимоволі», грати можуть. Сенс поділу ролі і функції емоцій як раз і полягає в тому, щоб не плутати те, що визначено природою як ознака прогресуючого розвитку, з тим, що виходить як побічний ефект, в супереч визначеній функції.



## **Прикладна роль емоцій**

### **Комунікативна роль емоцій**

Емоції за рахунок свого експресивного компонента (головним чином - експресії особи) беруть участь у встановленні контакту з іншими людьми в процесі спілкування з ними, у впливі на них. Важливість цієї ролі емоцій видно з того, що на Заході багато керівників беруть на роботу співробітників за коефіцієнтом інтелекту (IQ), а підвищують на посаді - з емоційного коефіцієнту (EQ), що характеризує здатність людини до емоційного спілкування.

Роль емоційного реагування в процесі спілкування різноманітна. Це і створення першого враження про людину, яке часто виявляється вірним саме через наявність в ньому «емоційних крапель». Це і надання певного впливу на того, хто є суб'єктом сприйняття емоцій, що пов'язано з сигнальною функцією емоцій. Роль цієї функції емоцій чітко видно батькам, діти яких страждають на хворобу Дауна. Батьків пригнічує та обставина, що діти не можуть повідомляти їм про свої переживання за допомогою міміки та інших способів емоційної комунікації (Emde et al., 1978).

Регулююча функція емоцій в процесі спілкування складається в координації черговості висловлювань. Часто при цьому спостерігається поєднаний прояв різних функцій емоцій. Наприклад, сигнальна функція емоцій часто поєднується з її захисною функцією: страхітливий вигляд в хвилину небезпеки сприяє залякуванню іншої людини або тварини.

Емоція, як правило, має зовнішнє вираження (експресію), за допомогою якої людина або тварина повідомляє іншому про свій стан, що їм подобається, а що ні і т. д. Це допомагає взаєморозумінню при спілкуванні, попередженню агресії з боку іншої людини або тварини, розпізнаванню потреб і станів, що є в даний момент в іншого суб'єкта.

### **Роль гендерних емоційних установок у процесі спілкування дітей.**

Відомо, що вже у дітей дошкільного віку є статева емоційна диференціація. Як зазначає В. Е. Каган (2000), діти обох статей 4-6 років вважають, що дівчатка краще хлопчиків, з тією різницею, що у хлопчиків емоційна установка «хлопчики гірше дівчаток і я поганий», а у дівчаток - «дівчатка краще хлопчиків і я гарна».

У дітей шкільного віку ця тенденція залишається. У дослідженні Н. А. Васильєва та ін. (1979) на великій вибірці школярів було виявлено, що емоційно-особистісна оцінка представників своєї і протилежної статі істотно різниться у хлопчиків і дівчаток. У всіх класах (з 1-го по 10-й) дівчинки в абсолютній більшості випадків вище оцінювали дівчаток, ніж хлопчиків. У хлопчиків вікова динаміка оцінок була складніше. У молодших класах вони приблизно однаково часто емоційно-позитивно оцінювали як хлопчиків, так і дівчаток. У середніх класах симпатії хлопчиків явно були на боці представників своєї статі. У старших класах картина різко міняється: симпатія до представників своєї статі зустрічалася рідко, а частота прояву симпатій до

дівчаток навіть перевищувала кількість симпатій, що в рівній мірі відносилися до представників і тієї і іншої статі.

Характерно, що статус школярів в класі не впливав на виявлення емоційного відношення: у «відторгнутих» були виявлені ті ж закономірності, що й в усьому класі.

Широке коло спілкування є характерним для осіб, схильних до позитивних емоцій, а вузький - для осіб, схильних до негативних переживань.

**Використання емоцій як засобу маніпулювання іншими людьми.** В рамках комунікативної ролі емоції можуть використовуватися для маніпулювання іншими людьми. Часто ми свідомо або за звичкою демонструємо ті чи інші емоційні прояви не тому, що вони виникли у нас природним чином, а тому, що вони бажаним чином впливають на інших людей. А. Шопенгауер писав з цього приводу: «Як замість срібла і золота ходять паперові гроші, так замість справжньої поваги і справжньої дружби в світі звертаються зовнішні їх докази і якомога природніше підроблені мімічні гримаси і рухи тіла ... У всякому разі, я більше покладаюся на виляння хвостом чесної собаки, ніж на сотню таких проявів поваги і дружби ».

Про цю функцію емоцій знає вже малюк, який використовує її для досягнення своїх цілей: адже плач, крик, страждальницька міміка дитини викликає у батьків і дорослих співчуття. Таким чином, емоції допомагають людині домагатися задоволення своїх потреб через зміни в поведінку інших людей.

Як засоби маніпулювання використовуються посмішка, сміх, загроза, крик, плач, показна байдужість, показне страждання і т. п.

При маніпулюванні відтворюється «емоційна заготовка» - енграма. Пам'ять запам'ятовує ситуації, при яких «емоційна заготовка» дає потрібний ефект, і в подальшому людина використовує їх в аналогічних ситуаціях. Енграми становлять маніпулятивний досвід людини. Вони можуть мати позитивну і негативну властивості, якщо їх розглядати з точки зору впливу на інших людей. Перші покликані викликати позитивне ставлення до себе (довіру, визнання, любов). В цьому випадку в хід йдуть такі мімічні засоби, як посмішка, сміх, голосові інтонації ліричного і миролюбного спектру, жести, які символізують вітання, прийняття партнера, радість від спілкування з ним, рухи голови, які виражають згоду, рухи тулуба, що свідчать про довіру до партнера і т. д. Другі наповнені символікою агресії, ворожнечі, гніву, відчуження, дистанціювання, загрози, невдоволення. Наприклад, батько робить грізний вираз обличчя, підвищує голос і вживає лайливі слова на адресу дитини. Але це не означає, що він в цей момент ненавидить дитину, він лише домагається від неї бажаної поведінки.

Е. Шостром (1994) описав роль емоцій в маніпулюванні іншими людьми з боку так званих «маніпуляторів». При цьому їх тактика може бути різною. В одному випадку «маніпулятори», як, наприклад, істеричні жінки, обрушують на оточуючих мішанину почуттів, доводячи їх до повної розгубленості. Від істеричних жінок почуття відлітають, як іскри, але жодне з них не

затримується настільки, щоб повністю сформуватися і висловитися. Ледве виникнувши, вони лопаються, як мильні бульбашки. В іншому випадку «маніпулятори» приберігають свої емоції про запас, щоб скористатися ними в зручний момент. «Я образився на тебе минулого тижня», - може сказати маніпулятор. Чому він це не сказав минулого тижня? - запитує Шостром. Тому що тоді йому було не вигідно заявляти про свою образу, а зараз він може щось виторгувати.

«Маніпулятор» може відчувати багато почуття цілком щиро, але він неодмінно спробує використовувати їх «на щось корисне». Тобто, як пише Шостром, в навантаження до щирих сліз дається якась маніпулятивна мета.

### **Роль емоцій в когнітивних процесах і творчості**

Наявність емоційних явищ в процесі пізнання зазначалося ще давньогрецькими філософами (Платон, Арістотель).

Однак початок обговорення питання про роль емоцій в когнітивному процесі поклали П. Жане і Т. Рібо. На думку П. Жане, емоції, будучи «вторинними діями», реакцією суб'єкта на свою власну дію, регулюють «первинні дії», в тому числі і інтелектуальні. Т. Рібо, навпаки, вважав, що в інтелектуальному мисленні не повинно бути ніякої «емоційної домішки», так як саме афективна природа людини і є найчастіше причиною нелогічності.

Він поділяв інтелектуальне мислення і емоційне.

Зв'язкам мислення з афектами велике значення надавав Л. С. Виготський. Він писав: «Хто відірвав мислення з самого початку від афекту, той назавжди закрив собі дорогу до пояснення причин самого мислення, тому що детерміністський аналіз мислення неодмінно передбачає розтин рушійних мотивів думки, потреб і інтересів, спонукань і тенденцій, які направляють рух думки в ту або іншу сторону».

С. Л. Рубінштейн також наголошував на необхідності пов'язувати мислення з афективною сферою людини. «Психічні процеси, взяті в їх конкретної цілісності, - це процеси не тільки пізнавальні, а й "афективні", емоційно-вольові. Вони висловлюють не тільки знання про явища, а й ставлення до них» (1957, с. 264). В іншій роботі він загострює ще більше це питання: «Мова ... йде не про те тільки, що емоція знаходиться в єдності і взаємозв'язку з інтелектом або мислення з емоцією, а про те, що саме мислення як реальний психічний процес вже саме є єдністю інтелектуального і емоційного, а емоція - єдність емоційного та інтелектуального».

В даний час більшість психологів, що займаються вивченням інтелектуальної діяльності, визнають роль емоцій в мисленні. Більше того, висловлюється думка, що емоції не просто впливають на мислення, але є обов'язковим його компонентом, або що більшість людських емоцій інтелектуально обумовлено. Виділяють навіть інтелектуальні емоції, відмінні від базових.

Правда, думки авторів про конкретну роль емоцій в управлінні мисленням не збігаються. З точки зору О. К. Тихомирова, емоції є

каталізатором інтелектуального процесу; вони покращують або погіршують розумову діяльність, прискорюють або уповільнюють її. В іншій роботі (Тихомиров, Клочко, 1980) він йде ще далі, вважаючи емоції координатором розумової діяльності, забезпечуючи її гнучкість, перебудову, корекцію, відхід від стереотипу, зміну актуальних установок. На думку ж П. В. Симонова, емоції є лише пусковим механізмом мислення. Л. В. Путляева вважає гіперболізованими обидві ці точки зору і виділяє, в свою чергу, три функції емоцій в розумовому процесі: 1) емоції як складова частина пізнавальних потреб, які є джерелом розумової діяльності; 2) емоції як регулятор самого пізнавального процесу на певних його етапах; 3) емоції як компонент оцінки досягнутого результату, тобто як зворотний зв'язок.

Роль емоцій в інтелектуальному творчому процесі різноманітна. Це і муки творчості, і радість відкриття. «Гаряче бажання знання, - писав К. Бернар, - є єдиним двигуном, що привертає і підтримує дослідника в його зусиллях, і це знання, так би мовити, постійно вислизає з його рук, становить його єдине щастя і муку.

Хто не знав мук невідомого, той не зрозуміє насолоду відкриття, які, звичайно, сильніше за всіх, які людина може відчувати ».

З мемуарної літератури також впливає, що емоція, ліричний настрій або натхнення сприяють творчій уяві, фантазії, так як в свідомості легко виникають яскраві численні образи, думки, асоціації.

Але ось що характерно: це натхнення, радість з приводу творчого успіху не довготривалі. К. Бернар писав з цього приводу: «По якомусь капризу нашої натури, це насолода, якої ми так жадібно шукали, проходить, як скоро відкриття зроблено. Це схоже на блискавку, що осяяла нам далекий горизонт, до якої наша ненаситна цікавість спрямовується ще з більшим запалом. З цієї причини в самій науці відоме втрачає свою привабливість, а невідоме завжди повно принад ».

Обговорюючи зв'язок мислення з емоціями, деякі психологи доходять до крайності. Так, А. Елліс (Ellis, 1958) стверджує, що мислення і емоції так тісно пов'язані один з одним, що зазвичай супроводжують один одного, діючи в круговороті відносин «причина і слідства», і в деяких (хоча чи не у всіх) відносинах є, по суті, одним і тим же, так що мислення перетворюється в емоцію, а емоція стає думкою. Мислення і емоції, згідно з цим автору, мають тенденцію приймати форму саморозмови або внутрішніх пропозицій; пропозиції, які люди промовляють про себе, є або стають їх думками і емоціями.

Що стосується перетворення думки в емоцію і навпаки, то це досить спірне твердження. Інша справа, що, як пише Елліс, чи можливо розмежувати і виділити в чистому вигляді думку і емоцію. Тут з автором можна погодитися.

Особлива роль належить емоціям в різних видах мистецтва. К. С. Станіславський (1953) говорив, що з усіх трьох психічних сфер людини - розуму, волі і почуттів - останнє є самою «важковиховуваною дитиною».

Розширення і розвиток розуму набагато легше піддається волі актора, ніж розвиток і розширення емоційної сфери. Почуття, зазначав Станіславський, можна культивувати, підпорядковувати волі, розумно використовувати, але воно дуже туго зростає. Альтернатива «є чи ні» більш за все відноситься до нього. Тому воно для актора найдорожче. Учні з рухомими емоціями, здатністю глибоко переживати - це золотий фонд театральної школи. Їх розвиток йде швидко. У той же час Станіславський нарікав на те, що занадто багато розумових акторів і сценічних робіт, що йдуть від розуму.

Важливі переживання емоцій і для художника в процесі образотворчого акту. В. С. Кузин (1974) зазначає, що якщо натура (об'єкт зображення) залишила художника байдужим, не викликала ніяких емоцій, процес зображення буде пасивний. Необхідність схвилюваності своєю темою, «відчування природи», передачі настрою підкреслювали багато видатних художників: Е. Мане, А. К. Саврасов, І. І. Левітан, В. Д. Поленов і ін. І. І. Левітан говорив, що картина - це шматок природи, профільтрованої через темперамент художника, а О. Роден вважав, що, перш ніж копія того, що бачить художник, пройде через його руку, вона повинна пройти через його серце. Саме тому В. В. Верещагін якось вигукнув: «... Більше батальних картин писати не буду - баста! Я занадто близько до серця приймаю те, що пишу, виплакував (буквально) горе кожного пораненого і убитого ».

### **Роль емоцій в педагогічному процесі**

Загальновідомо положення, що процес навчання і виховання протікає успішніше, якщо педагог робить його емоційним. Ще Я. А. Коменський, великий чеський педагог, писав у другій половині XVII століття в своїй «Пампедії»: «Проблема XVI. Досягти, щоб люди вчилися всьому із задоволенням. Дай людині зрозуміти, 1) що вона за своєю природою хоче того, прагнення до чого ти їй вселяєш, - і їй відразу буде радісно хотітися цього; 2) що вона від природи може мати те, чого бажає, - і вона відразу зрадіє цій своїй здатності; 3) що вона знає те, що вважає себе не знаючою, - і вона відразу зрадіє своєму незнанню ».

Про це ж писали і російські просвітителі і педагоги. «Через почуття необхідно вселяти у душу дитини перші приємні знання і уявлення і зберігати їх в ній», - писав російський просвітитель другої половини XVIII століття Н. І. Новіков (1985, с. 333), «... бо немає жодної з потреб наших, задоволення якої не мало б в собі приємності »(Там же, с. 335).

Важливе значення емоцій для розвитку і виховання людини підкреслював у своїх працях К. Д. Ушинський: «... Виховання, не надаючи абсолютного значення почуттям дитини, проте в напрямку їх повинно бачити своє головне завдання». Проаналізувавши різні педагогічні системи і виявивши в них, крім бенеківської, відсутність будь-якої спроби аналізу почуттів і пристрастей, він розробив вчення про відчування, багато положень якого є актуальними і сьогодні. У розділі «Відчування» своєї основної праці «Людина як предмет виховання» він виділяє розділ, присвячений

педагогічним додаткам аналізу почуттів (Ушинський, 1974). Критично оцінюючи ефективність порад, що даються педагогами для виховання дітей, Ушинський писав: «Не розуміючи взагалі освіти і життя пристрастей в душі людській, не розуміючи психічної підстави даної пристрасті і її ставлення до інших, практик-педагог мало може отримати користі з цих педагогічних рецептів. .. »(1974, с. 446).

Ушинський, кажучи про роль заохочення і покарання у вихованні, по суті підкреслював підкріплювальну функцію емоцій. З цього приводу він писав: «Сама природа вказує нам на це ставлення: якщо не завжди, то дуже часто вона вживає насолоду, щоб змусити людину до необхідної для неї і для природи діяльності, і вживає страждання, щоб утримати її від діяльності шкідливою. У такий саме відношення має стати і вихователь до цих явищ людської душі: насолода і страждання повинні бути для неї не метою, а засобом вивести душу вихованця на шлях прогресивної вільної праці, в якій виявляється все доступне людині на землі щастя ».

На жаль, цей чуттєвий (афективний) напрямок у формуванні особистості дитини, вказаний К. Д. Ушинським та іншими великими педагогами минулого, в даний час забуто. Як зазначає німецький психоаналітик П. Куттер, зараз проповідується виховання, позбавлене почуттів і емпатії у відносинах з дитиною. Сучасна освіта зводиться до пізнання, але не є афективною. З самого раннього віку людину привчають до раціоналізму, вона не отримує жодного уроку чуттєвого життя. А людина, що не одержала уроку сердечності - істота бездушна, підкреслює Куттер.

Англійський педагог і психолог А. Бен вважав, що предмети, що вселяють страх, сильно вриваються в пам'ять людини. Саме тому хлопчиків сікли на межі, щоб вони твердіше запам'ятовували межі полів. Але, як зазначає К. Д. Ушинський, краще запам'ятовування - це властивість всіх афективних образів, а не тільки страху. Правда, при цьому виникає питання: які емоції - позитивні чи негативні сильніше впливають на запам'ятовування, збереження і відтворення інформації.

Вплив емоцій на розумову діяльність відзначав і А. Ф. Лазурський, однак його думка суттєво розходиться з думкою інших вчених. Перебуваючи в бадьорому, веселому настрої, - писав він, - ми відчуваємо, що стаємо кмітливішими, винахідливішими, думки наші течуть жвавіше і продуктивність розумової роботи підвищується. Однак в значній більшості випадків почуття впливають на розумову сферу несприятливим чином: протягом уявлень сповільнюється або навіть зовсім припиняється, сприйняття і спогади спотворюються, судження робляться упередженими ».

С. Л. Рубінштейн (1946) писав, що ефективність включення учня в роботу визначається не тільки тим, що стоять зрозумілі йому завдання, а й тим, як вони внутрішньо прийняті ним, тобто який вони знайшли «відгук і опорну точку в його переживанні ». Таким чином, емоції, включаючись в пізнавальну діяльність, стають її регулятором (Елфимова, 1987, і ін.).

П. К. Анохін підкреслював, що емоції важливі для закріплення, стабілізації раціональної поведінки тварин і людини. Позитивні емоції, що виникають при досягненні мети, запам'ятовуються і при відповідній ситуації можуть вилучатись з пам'яті для отримання такого ж корисного результату. Негативні емоції, які добувають із пам'яті, навпаки, попереджають від повторного вчинення помилок, блокують утворення умовного рефлексу. Показовими в цьому плані експерименти на щурах. Коли їм вводили морфін прямо в шлунок, що швидко викликало у них позитивний емоційний стан, умовний рефлекс вироблявся; коли ж морфін вводили через рот, то завдяки своєму гіркому смаку він перестав бути підкріпленням умовного сигналу, і рефлекс не вироблявся.

Н. А. Леонт'єв позначав цю функцію емоцій як слідоутворення, що призводить до появи «знаних» цілей (засобів і шляхів задоволення потреб), тобто цілей, які приводили раніше до успішного задоволення потреб. Особливо яскраво ця функція проявляється у випадках екстремальних емоційних станів людини. Таким чином, емоції беруть участь у формуванні особистого досвіду людини.

Механізм, задіяний в здійсненні емоціями підкріплюючої функції, в сучасній психології називається *мотиваційним обумовлюванням*. Про значимість цього механізму писав ще Б. Спіноза: «Внаслідок одного того, що ми бачили якусь річ в афекті ... ми можемо її любити або ненавидіти» (1957, с. 469). У наш час про це ж пише Я. Рейковський: «... Нейтральні подразники, які передують появі емоціогенних подразників або їх супроводжують, самі набувають здатність викликати емоції» (1979, с. 90). А це значить, що вони стають значущими, починають враховуватися при мотивації дій і вчинків.

Велику увагу приділив мотиваційному (емоційному) обумовленню В. К. Вілюнас. «З психологічного боку, а саме при врахуванні того, що вироблення умовного зв'язку означає зміну суб'єктивного ставлення до умовного подразника, цей механізм може бути зображений у вигляді передачі емоційного (мотиваційного) значення ... нового змісту», - пише він (1990, с. 50). Головним «вихователем» в разі обумовлення, на думку Вілюнаса, є конкретна і реально сприймаєма ситуація.

У цьому випадку від вихователя може не знадобитися навіть ніяких роз'яснень, настанов, нотацій. Наприклад, «коли дитина обпікає собі палець або влаштовує пожежу, то біль і страх як реальні підкріплення без додаткових роз'яснень надають нове мотиваційне значення сірників і грі з ними, що призвела до цих подій».

Відносно навчання і виховання дітей це означає, що, для того щоб вплив вихователя або педагога став значущим для дитини, його потрібно поєднувати з випробовуваною дитиною в даний момент емоцією, викликаною тією чи іншою ситуацією. Тоді цей вплив, слова вихователя отримають у виховуваного емоційне забарвлення, а їх зміст придбає для його майбутньої поведінки мотивуючу значимість. Але це означає, що педагог може

розраховувати лише на випадок, на те, що потрібна йому емоціогенна ситуація виникне сама собою і тоді він її використовує у виховних цілях.

Вілљонас зазначає, що емоційно-мотиваційне обумовлення іноді приймає характер латентного (відставленого) виховання. Цей феномен проявляється в тому, що якщо раніше не прийняте людиною всерйоз повчання при безпосередніх емоціогенних впливах вперше отримує підкріплення (людина усвідомлює правоту цього повчання: «школа, що не послухався ...»).

Говорячи про важливість і необхідність емоційно-мотиваційного обумовлення в процесі виховання дитини, В. К. Вілљонас розуміє обмеженість його використання і в зв'язку з цим наводить вислів К. Д. Ушинського: «Якщо б всяке шкідливе для тілесного здоров'я дія людини супроводжувалася негайно ж тілесним стражданням, а будь-яке корисне тілесним задоволенням, і якби те ж відношення існувало завжди між душевними насолодами і стражданнями, то тоді б вихованню нічого не залишалося робити в цьому відношенні і людина могла би йти по прямій дорозі, про яку йдеться йому його природою, так само вірно і неухильно, як магнітна стрілка звертається на північ ». Однак, зазначає Вілљонас, «оскільки природної зумовленості до розвитку власне людських мотивацій немає, вони можуть, виникати лише внаслідок цілеспрямованого їх формування. Очевидно, це завдання є одним з головних, що вирішуються в практиці виховання ».

Оскільки емоційно-мотиваційне обумовлення найчастіше педагогам здійснювати не вдається, вони змушені своїми впливами не тільки передавати дітям той чи інший зміст, а й одночасно намагаються викликати у дітей шляхом створення образів, уявлень емоційний відгук (цей спосіб мотивування Вілљонас називає *мотиваційним опосередкуванням*). Дорослий змушений спеціально організовувати це опосередкування, намагаючись домогтися того ж ефекту, що і при емоційно-мотиваційному обумовлюванні «довго і з вражаючими деталями розповідаючи про жахи, до яких може привести гра з сірниками» (с. 74). Емоційний відгук виникає в тому випадку, коли словесний мотиваційний вплив зачіпає якісь струни в душі дитини, його цінності. Правда, у дітей це зробити набагато важче, ніж у дорослих. Як пише Вілљонас, емоція через відсутність безпосередніх емоціогенних впливів перестає бути неминучою і виникає в залежності від мистецтва вихователя, готовності виховуваного вслухатися в його слова (дитина, потай очікує закінчення обридливих йому повчань, навряд чи буде відчувати ті емоції, які дорослий передбачає у нього викликати) та інших умов. Саме труднощі актуалізації емоцій таким шляхом, на думку Вілљонаса, є головною причиною малої ефективності повсякденних виховних впливів і спроб компенсувати її наполегливістю і кількістю цих впливів - і з цим не можна не погодитися.

Крім того, викликаний таким чином емоційний відгук за своєю інтенсивністю поступається спонтанно виникаючій емоції, так як ні страшних опіків, ні горя постраждалих від пожежі, тобто того, що служило б безвідмовним підкріпленням, при такому виховному впливі немає, а тільки має бути представлено дитиною.



Декларуючи необхідність наявності в процесі навчання позитивного емоційного фону, психологи і педагоги мало приділяють уваги вивченню питання, що насправді має місце в навчальному процесі. Тим часом дослідження свідчать про явне емоційне неблагополуччя навчального процесу. Н. П. Фетіскін (1993) виявив стан монотонії (нудьги) у студентів на лекціях багатьох викладачів, у школярів на уроках, у учнів ПТУ в процесі їх виробничого навчання. І. А. Шуригін (1984) виявив розвиток нудьги на заняттях в дитячих музичних школах. А. Я. Чебикін показав, що емоції, які студенти хотіли б відчувати на заняттях, не збігаються з емоціями, які вони відчують реально (замість захоплення, радості, цікавості часто відзначаються байдужість, нудьга, страх). Він також розглянув питання про те, які емоції супроводжують різні етапи засвоєння навчального матеріалу.