

Жихарева Лилия Владимировна,

канд. пед. наук, доцент,

Сейтмамбетова Севиля Руиэновна,

студентка 5 курса, психолого-педагогический факультет,

ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет»,

г. Симферополь, Республика Крым, Россия

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Попытки разобраться в сущности эмоциональных явлений издавна было предметом значительного интереса ученых различных школ и направлений. Эти попытки получали в разные исторические эпохи определенное развитие и конкретизацию. По сути, все известные ученые так или иначе в своих размышлениях попутно касались проблемы человеческих страстей, волнений, переживаний, стремились разобраться в причинах их возникновения и в их природе.

Ключевые слова: психические процессы, чувства, эмоции, эмоциональные состояния.

Liliya V. Zhikhareva,

Ph.D in Psychological Sciences, Associate Professor of Psychology,

Sevilla R. Seytmambetova,

5th year student of psycho-pedagogical faculty,

GBOUVO RK «Crimean Engineering and Pedagogical University»

Simferopol, the Republic of Crimea, Russia

THE CURRENT STATE OF THE PROBLEM OF EMOTIONS AND FEELINGS IN THE DOMESTIC PSYCHOLOGY

Attempts to understand the essence of emotional phenomena has long been the subject of considerable interest of scientists from various schools and directions. These attempts received certain development and concretization in different historical epochs. In fact, all well-known scientists, in one way or another, in their reflections simultaneously dealt with the problem of human passions, anxieties, experiences, sought to understand the causes of their origin and their nature.

Keywords: mental processes, feelings, emotions, emotional states.

Способность чувствовать и передавать эмоции является, как известно, одной из важных особенностей психической организации человека. По этой причине эмоциональные процессы в жизнедеятельности человека привлекали (и привлекают) внимание исследователей. Однако ограничиваются исследования преимущественно изучением внешнего проявления эмоций, в меньшей степени – исследованием влияния отдельных эмоциональных состояний на жизнь и деятельность человека. Координации исследований эмоций на разных этапах мешали терминологические разногласия, которые создавались в разные эпохи и на разных языках. Сыграли определенную роль и традиции отдельных школ: не всегда удачно связывались определенные психические состояния с терминами «эмоции», «эмоциональность», «чувство», «аффекты», «страсти» и другие.

Существует множество определений эмоций. Эмоциями называются «психические процессы и состояния в форме непосредственного переживания действующих на индивида явлений и ситуаций» [8, с. 105]. Это – «реакция личности, организма на реальную или возможную ситуацию, которая способствует или не способствует жизнедеятельности, соответствует или не соответствует ее ценностным нормативам и установкам» [3, с. 156], «физиологическое отклонение от гомеостаза, которое субъективно переживается в форме сильных чувств (например, любви, ненависти, желания или страха) и проявляется в нервно-мышечных, респираторных, сердечно-сосудистых, гормональных и других телесных изменениях, которые готовят к внешним воздействиям, которые могут быть совершены либо не совершенные» [10]. Это – «психическое отражение в форме непосредственного страстного переживания отношение явлений и ситуаций с потребностями [1, с. 6]; «психические процессы, проходящие в форме переживаний и отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека» [7, с. 394]; «непосредственное ситуативное, временное отражение страстного переживания человеком отношения к предметам, событиям и явлениям окружающего мира, которые имеют для нее

субъективную значимость» [4], «единство специфического субъективного переживания и некоторого отображаемого содержания» [2]. Д. Майерс определял эмоцию как «реакцию всего организма, содержащую физиологическое возбуждение, экспрессивное поведение и сознательный опыт» [6, с. 532], Я. Рейковский отмечает, что эмоция, которая получила достаточную силу и организованность, приобретает способность оказывать существенное влияние на функциональное состояние различных психических механизмов, а степень эмоциональной экспрессивности влияет на характер межличностных отношений [9, с. 151]. Исходя из приведенного выше, можно сделать вывод, что эмоции – это психические процессы, которые отражают различной продолжительности и интенсивности субъективные переживания человеком ситуативного или действующего значения предметов и явлений временно-пространственного континуума, которые могут оказывать влияние на функциональное состояние различных психических механизмов, проявляясь в нервно-мышечных, респираторных, сердечно-сосудистых, гормональных и других телесных изменениях и закрепляясь в памяти человека в виде приобретенного чувственного опыта. Каждая из теорий выдвигает какой-то один аспект проблемы, тем самым рассматривая лишь частный случай возникновения эмоции или какого-то ее компонента. Проблема еще и в том, что, как отмечает Е.П. Ильин, теории, созданные в разные исторические эпохи, не обладают преемственностью [5, с. 66].

Как и все психические процессы, эмоциональные состояния, переживания чувств является результатом деятельности мозга. Возникновение эмоций связано с изменениями во внешнем мире. Эти изменения приводят к повышению или снижению жизнедеятельности, пробуждению одних потребностей и угасанию других, к изменениям в процессах, которые происходят внутри человеческого организма. Физиологические процессы, характерные для переживания чувств, связаны как со сложными безусловными, так и с условными рефлексам.

Переживания чувств является результатом совместной деятельности коры и подкорковых центров. Чем важнее для человека изменения, которые происходят с ним и вокруг него, тем глубже проявляется переживание чувств. В результате возникает серьезная перестройка система временных связей, которая вызывает процессы возбуждения, которые, в свою очередь, распространяясь по коре больших полушарий, захватывают подкорковые центры.

В Таблице 1 представлены основные психологические подходы в определении соотношения понятий «эмоции» и «чувства» отдельных авторов-учёных отечественной психологии.

Таблица 1 – Основные психологические подходы в определении соотношения понятий «эмоции» и «чувства» в отечественной психологии

№ п/п	Автор	Содержание
1.	П.В. Симонов (1962)	Эмоции появляются вследствие недостатка или избытка сведений, необходимых для удовлетворения потребности (Информационная теория эмоций П.В. Симонова). Чувство – это устоявшееся отношение человека к явлениям действительности
2.	А.А. Зарудная (1970)	Считает, что эмоции и чувства – это разнообразные переживания человека, вызванные неудовлетворением потребностей или удовлетворением
3.	П.А. Рудик (1976)	В состав эмоций входят настроения, аффекты; низшие (отражают удовлетворение или неудовлетворение естественных потребностей, а также ощущения/чувства, связанные с самочувствием) и высшие чувства (возникают в связи с удовлетворением или неудовлетворением общественных потребностей человека)
4.	А.Н. Леонтьев (1971)	Считает, что эмоции и чувства имеют четкое разделение. То есть эмоция имеет ситуативный характер, а именно выражает оценочное отношение к наличной или возможной в будущем ситуации, а также к своей деятельности в ситуации (различного

		типа). А чувство носит отчетливо выраженный предметный (объектный) характер человеческой деятельности
5.	Г.А. Fortunatov (1976)	Не отождествляет понятия чувство и эмоция. Эмоции – чувственный тон, эмоциональные процессы и состояния (собственно эмоции), аффекты, настроение, которые служат для выражения чувств человека (эмоциональные элементы). Эмоций без чувств не бывает. Чувства выступают как родовое понятие для эмоций
6.	В.А. Крутецкий (1980)	Считает, что чувствами или эмоциями называют переживание человеком своего отношения к тому, что он познает и делает, к другим людям и к самому себе; все же отмечает, что, в сущности, эти два понятия отличаются друг от друга, а именно чувство – это более сложное, постоянное, устоявшееся отношение человека, черта личности; эмоция же – более простое, непосредственное переживание в данный момент от глубоко травмирующих страданий до высоких форм радости и социального жизнеощущения
7.	В.В. Никандров (1972), Э.К. Сони́на (1996)	Считают, что чувство – это форма отражения, возникшая из сочетания понятийной формы психического отражения с эмоциями
8.	Р.С. Немов (1994)	Считает, что к основным эмоциональным состояниям относятся собственно эмоции, чувства и аффекты. Чувства понимаются как специфическое обобщение эмоций, испытанных человеком. Чувства и эмоции являются личностными образованиями, которые характеризуют человека социально-психологически, т.е. имеет место отрицание биологической природы эмоций
9.	А.Г. Маклаков (2000)	Считает, что чувство это один из видов эмоциональных состояний, в качестве дифференцирующих эмоции и чувства
10.	А.М. Шварц (1948), А.В. Петровский (1976), Е.С. Иванов (1967)	Считают, что понятия «эмоции» и «чувства» являются синонимичными. Чувства – это класс эмоциональных явлений
11.	В.С. Дерябин (1974)	Отделяет понятия «ощущение» и «чувство», сводит последнее к эмоциональному (чувственному) тону ощущений

12.	Л.В. Куликова (1997)	В чувствах отражено отношение к стабильно значимым для личности вещам и явлениям в отличие от эмоций, выражающих отношение к конкретным, актуальным условиям, отдельным предметам или поступкам людей
13.	А.И. Захарова (1995)	Любовь, нежность, жалость, сочувствие и сострадание называются то чувствами, то эмоциями (т.е. инерция бытового отождествления понятий «чувства» и «эмоция»)
14.	Е.П. Ильина (2001)	Чувство – это устоявшееся отношение человека к явлениям действительности, в отличие от эмоций, носящих кратковременный характер реагирования на ситуацию, чувство выражает долгосрочное отношение человека к тому или иному объекту

Основные положения современной концепции эмоций изложены преимущественно в теоретических трудах С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева. Однако следует отметить, что их идеи, хотя и признаются большинством психологов, но определяют только общие положения теории эмоций. Ученые Л.С. Выготский, П. Симонов, К. Вилюнас, П. Якобсон, Б. Додонов и др. разрабатывали идеи существенных особенностей эмоций как специфических явлений человеческой психики. Так, П. Симонов, автор информационной теории эмоций, выделил совокупность факторов, влияющих на возникновение и характер эмоций. Говоря о связи эмоций с познанием, П.В. Симонов связывал эмоции с творчеством, по-своему интерпретируя роль бессознательного в структуре личности. По Симонову, фактически речь идет о социальных эмоциях, формирующих адекватное эмоциональное отношение к социальным нормативам.

А.Н. Леонтьев (1971) в своей теории эмоций наиболее четко разделил эмоции и чувства. А именно отметил, что эмоция имеет ситуативный характер, т.е. выражает оценочное отношение к наличной или возможной в будущем ситуации, а также к своей деятельности в ситуации. Чувство же носит отчетливо выраженный предметный (объектный) характер. А.Н. Леонтьев дает определение понятию чувство – это устойчивое эмоциональное отношение, т.е.

обладает «эмоциональными константами». Он определил, что эмоции и чувства могут не совпадать и даже противоречат друг другу (например, глубоко любимый человек может в определенной ситуации вызвать преходящую эмоцию неудовольствия, даже гнева, что негативно воспринимается людьми). Так, А.Н. Леонтьев эмоциональные явления рассматривает в связи с мотивационной сферой личности.

Эмоции и чувства играют важную роль в осуществлении личностью конструктивной активности в жизни, и именно эмоциональная компетентность выступает одним из структурных элементов адаптации и конструктивного поведения. Эмоция обычно трактуется как переживание, душевное волнение и является характеристикой эмоциональной реакции. Эмоциональное реагирование характеризуется положительным или отрицательным переживанием, влиянием на поведение и деятельность (стимулирующие или тормозные), интенсивностью (глубина переживаний и величина физиологических сдвигов), длительностью течения (кратковременные или длительные), предметностью (степень осознанности и связи с конкретным объектом).

Согласно теории А. Леонтьева, эмоции и чувства имеют четкое разделение. Эмоция имеет ситуативный характер, то есть выражает оценочное отношение к имеющейся или возможной в будущем ситуации, а также к своей роли в этой ситуации. Четко выраженный «предметный» (объектный) характер имеет чувство. Чувства – это устойчивое эмоциональное отношение. Существенным является замечание А. Леонтьева, что эмоции и чувства могут не совпадать и даже противоречить друг другу.

Итак, эмоция – психическое отражение окружающего мира в форме кратковременных переживаний человека, выражающих его отношение к действительности, своим действиям и действиям других; реакцию на воздействие внутренних и внешних раздражителей. Благодаря эмоциям люди не только чувствуют, воспринимают, представляют окружающую действительность, но и переживают ее. Переживания всегда субъективны, они

не существуют вне психики. Эмоциональная реакция является показателем отношения человека к тому, что происходит.

Чем большее значение имеют для человека жизненные изменения, тем более глубокими являются переживания эмоций и чувств. Эмоции всегда связаны с удовольствием или неудовольствием важных потребностей человека. Часто понятие «эмоция» и «чувство» используются как синонимы, однако их значения разные. В отличие от эмоций, которые имеют кратковременный характер реагирования на ситуацию, чувства отражают долгосрочное, устойчивое и обобщенное эмоциональное отношение человека к конкретным объектам.

Эмоции являются основой психики, источником психической энергии. И хотя проблемные комплексы человека формируются вокруг эмоционального ядра, одновременно именно в эмоциях рождаются главные ценности. Трудно переоценить то значение, которое имеют для нас эмоции.

Таким образом, эмоции и чувства служат для ориентации в мире и реализации энергии, которая помогает решать жизненные задачи. Каждая из основных эмоций имеет уникальные адаптивные и мотивационные функции, но эмоция может становиться более интенсивной, чем того требует ситуация, тогда она дезорганизует и разрушает.

Нет предела совершенству человеческой души. Обидно прожить жизнь, так и не поняв себя, не научившись понимать других. Поэтому некоторые люди с возрастом черствеют и ожесточаются. А другие – приобретают мудрость и будто светятся изнутри. Развитие эмоциональной компетентности предполагает постоянную работу над собой. Жизненные ценности, таланты, мудрость находятся внутри нас. Нужно учиться жить в гармонии с собой и с окружающим миром. Работа над собой – это самостоятельный, длинный, но одновременно интересный путь.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Вербина Г.Г. Психология эмоций: учеб. пособие / Г.Г. Вербина. – Чебоксары: Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова, 2008. – 308 с.

2. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений / В.К. Вилюнас. – М.: Изд-во Московского университета, 1976. – 142 с.
3. Джидарьян И.А. О месте потребностей, эмоций и чувств в мотивации личности [Текст] / И.А. Джидарьян // Теоретические проблемы психологии личности. – М.: Наука, 1974. – С. 145-170.
4. Дранков В.Л. Природа таланта Шаляпина / В.Л. Дранков. – Л.: Музыка, 1973. – 215 с.
5. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 752 с.
6. Майерс Д. Психология / Д. Майерс: пер с англ. И.А. Карпикова, В.А. Старовойтовой. – Мн.: ООО «Попурри», 2001. – 848 с.
7. Маклаков А.Г. Общая психология: учебник для вузов / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
8. Менделевич В.Д. Клиническая и медицинская психология: учебное пособие / В.Д. Менделевич. – 5-е изд. – М.: МедПресс-информ, 2005. – 432 с.
9. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций: пер. с польского / Я. Рейковский. – М.: Прогресс, 1979. – 392с.
10. Emotion [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://slovar-vocab.com/english/websters-international-vocab/emotion-8494891.html>