**Развитие представлений об эмоциях и их роль в формировании личности**

Карпухина Е.А.

МБДОУ «Детский сад № 70»

г. Тамбов

**Эмоции -** состояния организма, имеющие ярко выраженную субъективную окраску на те или иные события. Чаще всего эмоции определяются как переживание человеком в данный момент своего отношения к чему - или кому-либо (к наличной или будущей ситуации, к другим людям, к самому себе и т.д.). (**Психологический словарь под редакцией А.В. Петровского).**

Трудно переоценить роль эмоций в управлении поведением человека. Не случайно практически все авторы, исследовавшие эмоции, отмечают их мотивирующую роль, связывают эмоции с потребностями и их удовлетворением (З. Фрейд, В.К. Вилюпас, Б.И. Додонов, К. Изард и др.). Некоторые даже отдают эмоциям приоритет в обыденной жизни человека (А.М. Эткинд).

Термин “эмоции” был предложен Макклейном в 1852 г. для обозначения психических процессов переживания человеком отношения к тем или иным явлениям окружающей действительности.

**Эмоции** - это то, что делает нас людьми. Живыми людьми. Сознавайте свои чувства и используйте их и мысли на благо себе, а не во вред. (***Роберт Кийосаки)***

**Эмоция** - это нечто, что переживается как чувство, которое мотивирует, организует и направляет восприятие, мышление и действия. **(К.Изард)**

**Эмоции -** особый класс психологических состояний, состояний отражающих в форме непосредственных переживании ощущений приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям, процесс и результаты его практической деятельности. **( Р.С. Немов).**

**Виды эмоций**

- чувственный тон;

- собственно эмоции;

- аффект;

- страсть;

- настроение;

- критические эмоциональные состояния.

***Чувственный, или эмоциональный, тон ощущений*** -“элементарное чувствование, проявление органической чувствительности” **(С.Л. Рубинштейн).** Простейшая форма эмоций, непосредственные переживания, сопровождающие отдельные жизненно важные воздействия и побуждающие субъекта к их устранению или сохранению. Осознается как эмоциональная окраска, своеобразный качественный оттенок психического процесса, как свойство воспринимаемого, представляемого предмета, явления, действия и т.п.: например, “приятный собеседник”, “скучная книга”.

***Собственно эмоции*** -психическое отражение в форме непосредственного пристрастного переживания жизненного смысла явлений и ситуаций, обусловленного отношением их объективных свойств к потребностям субъекта. Это предметные специфические психические процессы и состояния, возникающие в конкретной обстановке и имеющие узко направленный характер. Эмоции возникают при избыточной мотивации по отношению к реальным приспособительным возможностям индивида.

***Аффект*** - “стремительно и бурно протекающий эмоциональный процесс взрывного характера, который может дать не подчиненную сознательному волевому контролю разрядку в действии” (С.Л. Рубинштейн). Основное в аффекте - это неожиданно наступающее, резко испытываемое человеком потрясение, характеризующееся изменениями сознания, нарушением волевого контроля за действиями, обобщенность, большая интенсивность и малая продолжительность переживания.

***Страсть -*** интенсивное,обобщенное и продолжительноепереживание, доминирующее над другими побуждениями человека и приводящее к сосредоточению на предмете страсти. Она может быть принята, санкционирована личностью, а может переживаться как нечто нежелательное, навязчивое. Основным признаком страсти является ее действенность, слияние волевых и эмоциональных компонентов психического состояния индивида.

***Настроение*** -сравнительно продолжительное,устойчивоепсихическое состояние умеренной или слабой интенсивности. В отличие от ситуативных эмоций и аффектов настроение является эмоциональной реакцией не на непосредственно события и их последствия, а на их значение для человека в контексте его общих жизненных планов, интересов и ожиданий. Настроение имеет субъективную направленность, по сравнению с чувственным тоном осознается не как свойство объекта, но как свойство субъекта.

***Критические эмоциональные состояния*** -психическиесостояния, вызываемые чрезмерной психофизиологической мобилизацией организма: фрустрация, стресс, конфликт и кризис (по Ф.Е. Василюку).

*Фрустрация* -психическое состояние дезорганизации сознания и деятельности, возникающее, когда вследствие каких-либо препятствий и (или) противодействий мотив остается неудовлетворенным или его удовлетворение тормозится.

*Стресс* -психическое состояние,вызываемое ситуациейнервно-психического напряжения - стрессовой ситуацией, в которой возникает необходимость принимать быстрые и ответственные решения при разного рода умственных и физических перегрузках. В соответствии с причинами, вызывающими данное состояние (стрессорами), выделяют физиологический стресс (“общий адаптационный синдром” Г. Селье) и психологический стресс, который может быть информационным (вследствие недостаточности или избытка информации при высокой ответственности за принятие решения) и эмоциональным (угрозы, опасности, обиды и т.п.).

*Конфликт* -столкновение противоположно направленныхцелей, интересов, позиций, мнений или взглядов субъектов взаимодействия. В качестве субъекта взаимодействия в конфликте может выступать как отдельное лицо (внутриличностный конфликт), так и два или несколько лиц (межличностный конфликт). Внутриличностные конфликты, как правило, бывают порождением амбивалентных стремлений субъекта: например, в теории психоанализа З. Фрейда это противоречие между желаниями “Оно” (Ид) и “Сверх-Я” (Супер-эго). В теории поля К. Левина это конфликт между желаемым и возможным, “ситуация, в которой на субъекта одновременно действуют противоположно направленные силы примерно одинаковой величины”.

*Кризис* - “жизненная ситуация,создающая потенциальнуюили актуальную угрозу удовлетворению фундаментальных потребностей индивида и при этом ставящая перед ним проблему, от решения которой он не может уйти и не может разрешить в короткое время и привычным способом” (Э. Линдеманн).

Кризисные ситуации, подобно конфликтным, в зависимости от особенностей их протекания могут носить как негативный (непродуктивный), так и позитивный (продуктивный) характер. В последнем случае они позитивно влияют на структуру, динамику и результативность социально-психологических процессов и служат источником самосовершенствования и саморазвития личности.

**Теории эмоций**

1. Трехкомпонентная теория чувств В. Вундта.
2. Эволюционная теория Ч. Дарвина.
3. Периферическая теория У. Джемса - К. Ланге.
4. Таламическая теория В. Кеннона - Ф. Барда.
5. Двухфакторная теория Э. Шехтера - Д. Сингера.
6. Теория влечений З. Фрейда.
7. Потребностно-информационная теория П.В. Симонова.
8. Ценностная теория Б.И. Додонова
9. Теория когнитивного диссонанса Л. Фестингера

|  |
| --- |
| **Классификации эмоций**  1. Самая простая из существующих классификация эмоций предлагает разделить их на два вида: переживаемые индивидом как отрицательные и переживаемые индивидом как положительные.  2. Немецкий философ И. Кант делил эмоции на стенические (активизирующие человека, повышающие его готовность к деятельности) и астенические (расслабляющие, утомляющие человека, вызывающие заторможенность).  3. Классификация, предложенная В. Вундтом, предлагает характеризовать эмоции по трем направлениям:  - удовольствие-неудовольствие;  - напряжение-разряжение;  - возбуждение-торможение. |
| 4. **Американский психолог К. Изард выделяет следующие базовые эмоции**:  **Интерес -** положительное эмоциональное состояние, способствующее развитию навыков и умений приобретению знаний, мотивирующее обучение.  **Радость -** положительное эмоциональное состояние с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность, вероятность чего до этого момента была невелика.  **Удивление** - эмоциональная реакция на внезапно возникающие обстоятельства. Тормозит все предыдущие эмоции, направляя внимание на объект его вызывающий и может, переходить в интерес.  **Страдание -** отрицательное эмоциональное состояние с получением достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших потребностей.  **Гнев -** отрицательное эмоциональное состояние, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия при удовлетворении потребности.  **Отвращение -** отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами, взаимодействие с которыми вступает в резкое противоречие с принципами и установками субъекта.  **Презрение -** отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных отношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов, поведения субъекта и объекта.  **Страх** - отрицательное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или мнимой опасности.  **Стыд -** отрицательное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных качеств не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям.  Все остальные эмоциональные реакции индивидов, по мнению Изарда, являются производными и комплексными, т.е. возникают на основе нескольких фундаментальных. |
| 5. Отечественный психолог Б.Додонов предлагает еще более сложную  классификацию эмоций:  - альтруистические эмоции (желание помогать другим людям);  - коммуникативные эмоции (возникающие при общении);  - глорические эмоции (связанные с потребностью в самоутверждении);  - праксические эмоции (связанные с успешностью деятельности);  - пугнические эмоции (связанные с ситуациями опасности, с потребностью рисковать);  - романтические эмоции (стремление к необычайному, новому); гностические эмоции (возникающие в познании);  - эстетические эмоции (связанные с восприятием произведений искусства);  - гедонистические эмоции (связанные с потребностью в удовольствии, удобствах);  - акизитивные эмоции (связанные с интересом к накоплению, коллекционированию). |

**Эмоциональные показатели формирования личности**

Как известно, наблюдения над эмоциональными особенностями собственного ребенка хотя и удивили Ч.Дарвина, но не слишком изменили его представления об инволюции эмоций в отличие от духовной природы разума. Влияние дарвиновских идей прослеживается до наших дней в представлениях об инволюции эмоциональной жизни как филогенезе, так и в онтогенезе. Так, по мнению В.К.Вилюнаса, эмоции особенно необходимы при отсутствии приобретенного опыта, то есть чем ближе к рождению, тем больше. «В этом случае, - отмечает он, - поведение контролируется производными эмоциями значительно более жестко, вплоть до того, что реакция на ситуацию целиком имеет эмоциональный характер».

Обратимся к экспериментальным данным, касающимся онтогенеза эмоционально сферы. Пионером в этой области стал основатель бихевиоризма Д.Уотсон. Он рассматривал эмоцию как наследственную стереотипную реакцию организма, которую в чистом виде можно найти только на самых ранних стадиях онтогенеза. Д.Уотсон выделяет в качестве базальных биологических реакций страх, ярость и любовь, которые можно полностью выразить в терминах ситуации и реакции на нее. Например, страх выражается в следующих реакциях: 1) внезапная приостановка дыхания; 2) беспорядочное хватание руками; 3) внезапное закрытие век; 4) вытягивание губ, потом плачь; у некоторых детей бегство и прятание. Вызывается же страх следующими стимулами: 1) внезапным лишением опоры; 2) громкими звуками; 3) легким сотрясением в дремотном состоянии; 4) стягиванием одеяла в дремотном состоянии, при засыпании. Подобным же образом описывались и две другие «врожденные эмоции».

Однако дальнейшие исследования опровергли мнение Д.Уотсона. Уже в 1927 году М.Шерман с помощью киносъемки реакции младенца на четыре стимула (падение с небольшой высоты, укол булавкой, ограничение движения головкой, состояние голода) показал такую не дифференцированность этих реакций, что три независимые группы наблюдателей смогли описать конкретную реакцию только на основе знания стимульной ситуации. Практически все реакции новорожденного являются беспорядочными и не поддаются классификации. Голоден ли ребенок, мокрый ли он, затруднены ли его движения - все эти состояния характеризуются диффузным возбуждением, проявляющимся в двигательном оживлении, которое при усилении или продолжительности возбуждения становится конвульсивным: ребенок плачет и кричит.

Американские психологи Р.Спитц и К.Вуф показали постепенность развития улыбки в онтогенезе не только в плане большой экспрессии, но и в плане развития избирательности и опосредованности. Так, выделяясь из ситуационного и интонационного контекста, слово еще долгое время неотделимо от индивидуального специфического тембра и других паралингвистических составляющих. В то же время уже во втором полугодии голос матери, воспроизводимый магнитофоном, не вызывает, как раньше, улыбку ребенка.

Классические исследования В.Штерна и К.Бюлера обнаружили специфическую динамику эмоциональной сферы в раннем детстве. Было выделено три основных свойства эмоционального процесса на самых ранних этапах развития ребенка: 1) сила, связанная с немедленным и непосредственным реагированием организма на неудовлетворение (или удовлетворение) витальных потребностей; 2) кратковременность реакций; 3) парадоксальный и неопределенный характер эмоционального реагирования, т.е. своеобразная «эмоциональная неоднозначность».

В отечественной психологии накоплены данные, позволяющие рассматривать развитие эмоциональной сферы в контексте процесса формирования личности. От работ А.Ф.Лазурского и Г.Я.Трошина до работ современных исследователей мы можем проследить достаточно глубокие взаимосвязи между появлением личностных новообразований и особенностями эмоциональной сферы.

Так, А.В.Запорожец и Я.З.Неверович показали, что при переходе от раннего к дошкольному возрасту по мере возникновения простейших видов продуктивной деятельности (полезной не только для самого ребенка, но и для окружающих детей и взрослых) происходят изменения эмоциональных процессов, осуществляющих регуляцию такой деятельности.

Авторы подчеркивают, что именно «по мере того, как побудительная сила формирующихся у детей социальных мотивов возрастает, происходит переход от относительно примитивной, «запаздывающей» в более совершенной, «опережающей» эмоциональной коррекции действий». Такое предвосхищение, соответствующее более общему свойству эмоций - пространственно-временному смещению, позволяет не только заранее представить, но и буквально пережить возможные последствия предпринимаемых действий как для себя, так и для окружающих. В результате этого уже дошкольник может резко активизировать свои действия в случае несомненной социальной полезности его деятельности, эмоционально представленной им в форме негативных или позитивных ее последствий.

**Список используемых источников**

1. Костенкова Н.В. Психология индивидуальности (эмоции). Ярославль, 1999.
2. Немов Р.С. Общая психология. СПб.: Питер, 2008.
3. Психологический словарь / Под ред. А.В. Петровского. Ростов-на-Дону, 1999.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2007.