

Оглавление

Благодарности.....	5
Введение	7
Часть 1. Эмоциональные мотивы в жизни людей.....	20
1.1. Жизненная ситуация 1.....	21
1.2. Жизненная ситуация 2.....	22
1.3. Мотивационная схема базовых эмоций.....	24
1.4. Биопсихология эмоций.....	27
1.5. Мотивация сильных и интенсивных эмоций.....	34
1.6. Связь эмоции и предмета	36
1.7. Побудительная функция эмоций.....	39
1.8. Эмоциональная оценка действительности	42
Часть 2. Мотивационный характер базовых эмоций	48
2.1. Жизненная ситуация 3.....	48
2.2. Базовые эмоции	50
2.3. Психофизиологическое содержание мотивационных эмоций	55
Часть 3. Предметные эмоции.....	61
3.1. Жизненная ситуация 4.....	61
3.2. Жизненная ситуация 5.....	63
3.3. Жизненная ситуация 6.....	66
3.4. Предметные и беспредметные эмоции.....	67
Часть 4. Мотив и мотивация в эмоциях.....	75
4.1. Жизненная ситуация 7.....	75
4.2. Понимание мотива и мотивации в психологии.....	79
4.3. Эмоция как мотив.....	88
4.4. Эмоции и потребности.....	98
Часть 5. Эмоциональное поведение.....	103
5.1. Жизненная ситуация 8.....	103
5.2. Жизненная ситуация 9.....	106
5.3. Двигательные аспекты психики.....	109
5.4. Эмоции и двигательные программы	115
5.5. Эмоция и деятельность	126
Часть 6. Нейрофизиология базовых эмоций.....	130
6.1. Жизненная ситуация 10.....	130

6.2. Нейрогуморальные основы эмоций	133
6.3. Мимическое выражение эмоций	137
Часть 7. Помрачение сознания.....	142
7.1. Жизненная ситуация 11.....	143
7.2. Эмоции и помрачение сознания.....	147
7.3. Нервная система, эмоции и суицидальный риск	150
7.4. Жизненная ситуация 12.....	152
Часть 8. Психические расстройства	162
8.1. Жизненная ситуация 13.....	164
8.2. Жизненная ситуация 14.....	167
8.3. Эмоции и стресс.....	170
8.4. Эмоции и депрессия.....	176
8.5. Неврозы и неврозоподобные состояния.....	183
Часть 9. Неосознаваемое в эмоциях и поведении.....	190
9.1. Жизненная ситуация 15.....	191
9.2. Неосознаваемое в психике человека	193
9.3. Неосознаваемое в эмоциях	201
Часть 10. Эмоциональная и когнитивная мотивация.....	206
10.1. Жизненная ситуация 16.....	206
10.2. Жизненная ситуация 17.....	212
10.3. Борьба мотивов	213
Заключение.....	224
Приложение 1	230
1. Диагностика эмоциональных мотивов в межличностных отношениях	232
2. Диагностика эмоциональной учебной мотивации.....	237
Приложение 2.....	244
Литература	245

Благодарности

*Особая благодарность моей жене
Елене Владимировне Пырьевой,
которая на протяжении многих лет
поддерживала идеи автора и была ему оппонентом*

*Благодарность преподавателям — профессорам и доцентам
института психологии РГПУ им. А. И. Герцена,
у которых учился, а также с которыми
сотрудничал автор монографии:*

**И. А. Баевой, А. А. Регуш, Е. П. Ильину,
В. Н. Панферову, Е. Ю. Коржовой, А. А. Алексееву,
П. Н. Виноградову**

Введение

Хотя снова и снова утверждается, что эмоции мотивируют, едва ли кто смог выступить и недвусмысленно объяснить, как именно это происходит.

М. Арнольд

На сегодня есть практические и теоретические исследования мотивационной функции эмоций, отраженные в работах М. Люшера (2005), У. Липера (2007), К. Изарда (1980, 2002), Р. Плутчика (Plutchik, 1994), А. И. Додонова (1978), однако слова Магды Арнольд (Arnold, 1969), к сожалению, актуальны по настоящее время. Возможно, что препятствием для построения рабочей концепции эмоциональной мотивации, стали исследования названных авторов, выполненные в рамках когнитивной психологии, когда эмоция признается продуктом сознательных интеллектуальных процессов. На этом основании эмоция как мотивационная категория, лишается самостоятельности, превращаясь: в придаток мыслительных процессов (Schachter, Singer, 1962; В. П. Симонов, 1966; А. Н. Леонтьев, 1971); в придаток потребностей (Г. Мюстенберг, 1924; Рубинштейн, 1946); сознания в целом (К. Изард, 2009; М. Люшер, 2005). Однако в психологии, психофизиологии и нейропсихологии много научных открытий, опора на которые позволяет представлять и обосновывать позицию самостоятельности побудительной функции эмоций, во всяком случае, применительно к элементарным или базовым.

Известно исследование автора теории эволюции Ч. Дарвина (2013) конца XIX века, где он предложил свой взгляд на происхождение видов животных, в котором эмоции представлены рудиментом приспособительных реакций организма; работы французского исследователя того же периода

Теодора Рибо (1898), рассматривающего базовые эмоции человека аналогом инстинктивных реакций животных; психофизиологическая теория Уильяма Джемса и Карла Ланге (1890), где эмоции являются отражением физиологических процессов, таких как мышечная тоника и мимика; таламическая теория Брэдфорда Кеннона (1927), доказывающего, что эмоциональный сигнал от восприятия попадает в таламус, а потом делится на две части: одна часть сигнала по афферентному каналу попадает в кору больших полушарий, где формируется субъективное эмоциональное чувство, а другая — в гипоталамус, отвечающий за биологическое поведение человека; лимбическая теория Джеймса Пейпеца (1937), обратившего внимание ученого мира на «средний» мозг, объединяющий в себя промежуточные структуры головного мозга, образующие субстрат для эмоций; активационная теория Дональда Хебба 1949 года (Hebb, 2002), в которой обосновывается, что эмоциональное возбуждение есть результат активности нижней части головного мозга — ретикулярной формации; эмоциональная активация головного мозга приводит к нарушению функционального равновесия, что служит источником внешнего поведения. На современном этапе в работах А. Дамасцио (20018), Э. Бахрах (2021), В. Колка (2021) и многих других набирает обороты нейрогуморальная теория природы эмоций и реализации их мотивационной функции. Природа и мотивационная функция базовых эмоций выводятся из активности лимбического мозга и химических процессов эндокринной системы организма — гормонов и нейромедиаторов.

Названные выше теории отражают биопсихологический подход, используемый в настоящей научной работе, к пониманию эмоций и выполнению ими мотивационной функции. Биопсихологический подход видится основной частью всеобъемлющей концепции физиологической психологии, созданной на заре психологической науки

В. Вундтом в 1876 году (1880). Согласно взглядам Вундта в основе психологических процессов — интеллектуальных и эмоциональных — лежат процессы биологические и общепсихологические.

В настоящей научной работе нашли отражение формы взаимоотношений человека и среды, что имеет давнюю историю изучения. Среда понимается в широком и узком смысле. В широком смысле среда охватывает общественные отношения и институты, общественное сознание и культуру; среда в узком смысле — это непосредственное окружение человека.

В начале XX века активно изучал вопросы окружающей среды во влиянии ее на человека К. Левин (2001). В своей теоретической конструкции он использует термины, раскрывающие взаимовлияние человека и среды: «психологическая среда» и «физическая среда». «Психологическая среда» в данном контексте есть процесс и результат взаимоотношений человека и физической среды. Современные исследователи для обозначения данного явления изучают социальные явления и применяют другие термины. Так, И. А. Баева (2012) использует термин «образовательная среда»; Е. Ю. Коржова — «жизненные ситуации» (2015); Л. В. Смолова — «окружающая среда» (2010). Также используются термины: «среда человека», «человеческая среда», «среда обитания» и т. д.

Взаимоотношение человека и среды обобщенно понимается в двух контекстах. В первом, когда человек создает мир, в котором живет и действует, во втором — окружающая среда оказывает влияние на человека, порождая различные психические состояния. Под влиянием эмоций человек разворачивает поведение в определенных внешних условиях. Окружающая среда «поставляет» человеку раздражители, на которые он реагирует эмоциями и движениями. В этом смысле окружающая среда служит пусковым механизмом появления эмоционального поведения, представленного двигательными реакциями.

В эмоциональном поведении человек выражает более естественно-биологическое, чем рационально-социальное отношение к условиям среды; **открывает свою биологическую сущность,** что отвечает его природе и способствует более естественной адаптации в физической и социальной средах. С другой стороны, несоответствие эмоционального поведения условиям среды, как правило, приводит к издержкам в форме внутриличностного конфликта, который заканчивается социальной дезадаптацией, ведущей к психическим расстройствам.

Научная работа «Эмоциональные мотивы в жизни человека: биопсихологический подход» открывает сложный характер побудительного механизма поведения человека. Это всегда борьба мотивов, основанных на сознательных и подсознательных процессах, на биологически обусловленных и социально сформированных поведенческих реакциях.

Побудительные силы конкретных действий человека исходят не только от эмоций, но и предметов, с которыми эмоции связаны на эмпирическом уровне. Связи базовых эмоций со случайными предметами (ситуациями) побуждают к внешним кратковременным действиям. Это видно по связям человека со случайно встреченными людьми, событиями, явлениями, которые вызвали кратковременные эмоции. Тогда как связи с предметами, обладающими разными сторонами своей сущности, приводят к устойчивым и продолжительным эмоциям, а также масштабным и продолжительным действиям, что видно на примере учебной, профессиональной или другой деятельности, которой человек посвящает много лет своей жизни.

Любая теория находит свое оправдание в конкретных ситуациях или примерах из жизни. Данные примеры помогают объяснить даже самые невероятные теоретические конструкции, делая их отражением реальности и обоснованием их жизнеспособности. Таким образом, любая теория сильна

своей практикой. В настоящей научной работе будут показаны примеры из личного опыта автора, а также ситуаций, нашедших отражение в литературных источниках, позволяющих объяснить феномен мотивационной функции эмоций.

Концептуальные термины, используемые в настоящей научной работе: «базовая эмоция», «эмоциональный мотив», «эмоциональная мотивация», «непреднамеренные действия», «предмет связи», «аффективный образ». Расшифровка этих терминов следующая:

— «базовая эмоция» — это сложное многокомпонентное явление, включающее в себя процессы нервной, гуморальной и мышечной системы, а также латентное переживание эмоционального напряжения, заканчивающегося во внешнем поведении;

— «эмоциональный мотив» — одна из базовых эмоций, выступающая побудителем внешних двигательных реакций человека;

— «предмет связи» — любое явление, с которым базовая эмоция связана эмпирически; «предметом» могут быть люди, события, ситуации, деятельность, которой занят человек;

— «эмоциональная мотивация» — это система осознаваемых и неосознаваемых базовых эмоций, связанных на биопсихологическом уровне с образом предмета и выступающих побудителем психики и поведения человека;

— «непреднамеренные действия» — это спонтанное поведение, отвечающее биологической целесообразности, разбавленное элементами импульсивности и экспрессивности, совершаемое человеком в состоянии эмоционального побуждения в адрес предмета эмпирической связи;

— «аффективный образ» — связь образа предмета с базовой эмоцией, «прописанные» в нейронных сетях головного мозга. Аффективный образ представляет собой диспозиционную предрасположенность к внешнему поведению. Активация аффективного образа происходит при встрече человека

с предметом связи по данным автовосприятия или автовоспоминания. Эмоциональная диспозиция переходит в состояние внешней активности благодаря механизму, заложенному в нейро-эмоциональной активации процессов лимбической системы, а также в нейрогуморальных процессах, в комплексе подготавливающих и реализующих эмоциональное поведение.

Известно о существовании двух форм отражения реальности: подсознательная и сознательная. Последняя форма в научных исследованиях сегодня доминирует. В частности, на современном этапе развития наук о жизни человека сознательной форме отражения посвящено много работ в биологии, психологии и психофизиологии. Вместе с тем, в современных реалиях акцент в объяснении поведения человека все больше смещается в сторону неосознаваемого. Это объясняется тем, что поведение современного человека становится все более непредсказуемым и его причины все труднее объяснить с позиции психологии сознания. Причина этого видится в **подсознательной форме отражения, где базовые эмоции играют ключевую роль.** Очевидно, что отвечая за биологию выживания базовые эмоции, выполняющие первичную отражательную функцию, запускают нейрофизиологические процессы, обеспечивающие координацию всех систем организма на уровне подсознания, осуществляя мобилизацию и побуждение внешней активности человека.

В этой связи концепция мотивационной функции базовых эмоций совершенно естественно опирается на позиции двух фундаментальных направлений в психологии и психофизиологии — бихевиоризма и психоанализа.

Психоанализ обращает внимание на физиологическую (или биологическую) подструктуру, являющуюся фундаментом сознательной надстройки психики человека. Биологическая подструктура объясняет его инстинктивное поведение, исходящее от его врожденного и индивидуального опыта, полученного в раннем детстве и юности.

Жизненный опыт человека пишется в детстве, а во взрослой жизни он его проживает в уже изменившихся социально-экономических условиях. В первую очередь человек в настоящем реагирует на предмет чем-то напоминающий из прошлого.

Опыт раннего онтогенеза в психоанализе объясняет наличие аффективного образа, состоящего из врожденных или базовых эмоций и образа предметов окружающей среды. Часто эмоции совершенно случайно связываются с предметами окружающей среды, что приводит к эмоциональному поведению, направленному в адрес этих предметов.

Бихевиористский подход объясняет автоматизированный акт поведения при внешней стимуляции, в роли которой выступает «предмет связи». Классическая бихевиоральная схема «стимул — реакция» (S — R) в настоящей научной работе приобретает форму: «стимул — базовая эмоция — реакция». Опосредствующую функцию в этой схеме играют нейровисцеральные процессы, положенные в основу базовых эмоций, их генезиса и побудительной функции.

Предметная активация нейронной схемы одной из базовых эмоций приводит к механистичности перехода стимульного раздражителя во внешнее поведение, по характеру являющегося инстинктивным, «разбавленным» социальным опытом и условиями среды.

В основе эмоционального поведения, «построенного» на базовых эмоциях, активация нервных путей лимбической системы, отвечающей за получение, обработку и перевод электрического импульса в двигательные зоны организма человека. Таким образом, **эмоциональное поведение есть результат активности лимбической системы и висцеральных процессов, подготавливающих и реализующих внешнее поведение, выступающее как эмоциональное поведение.**

Предметные базовые эмоции, рассмотренные в настоящей научной работе мотивационными, затрагивают два

ракурса, позволяющих видеть эмоциональную мотивацию целостным явлением. В первом ракурсе предметные базовые эмоции следует рассматривать как единый эмоциональный процесс, включающий в себя афферентное раздражение от предмета, а также возбуждение нейронных и висцеральных путей, отвечающих данной базовой эмоции. Второй аспект касается уровня переживания, который при эмоциональной мотивации носит подсознательный характер вплоть до совершения внешних непреднамеренных действий.

Эмоциональная мотивация, как целостное явление, включает в себя психологические (восприятие стимула и латентное переживание базовой эмоции, связанной с предметом), нейронные (пути и схемы лимбического мозга), висцеральные (активность сердечно-сосудистой, эндокринной, мышечной систем), поведенческие процессы (внешние непреднамеренные действия), отвечающие базовой эмоции.

Биопсихологический подход следует признать основным в раскрытии механизма мотивационной функции базовых эмоций и функционирования эмоциональной мотивации как целостного явления. Биологический аспект виден в нейронных и висцеральных процессах, подготавливающих активность человека к внешнему реагированию. В свою очередь, психологический аспект виден в восприятии стимула и латентном переживании базовой эмоции. К уровню психологии также следует отнести поведенческие процессы (внешние непреднамеренные действия), отвечающие предметной базовой эмоции.

Основные положения биопсихологического подхода, представленные в практике эмоциональной мотивации:

- эмоциональная мотивация принадлежит уровню «досознательной мотивации», выступающей первичной и специфической формой отношений человека к деятельности,

людям, к миру вообще. Эмоциональное отношение носит скрытый от сознания характер, обусловленный нейровисцеральными процессами;

- нейровисцеральные процессы выступают предрасположенностью человека к латентному переживанию базовых эмоций и поведению, соответствующему этим эмоциям;

- базовая эмоция закрепляется за предметом и сохраняется в психике в форме аффективного образа, который является результатом некоторого времени взаимодействия человека с предметом. Связь эмоции с предметом является результатом нескольких процессов, например, случайно, когда происходит механическое «якорение» образа предмета, когнитивных оценок значимости предмета, а также индивидуальных особенностей человека, отдающего приоритет определенным предметам окружающей среды;

- базовая эмоция появляется автоматически вслед за восприятием (или воспоминанием) предмета и является отражением состояния связи человека с этим предметом;

- многие эмоциональные реакции вовне проявляются в достаточно протяженных по времени внешних действиях, которые представляют собой «непреднамеренные действия»;

- эмоции имеют природную целесообразность, ориентированную на снятие напряжения и приведение организма и психики к гомеостазу. На уровне организма — это приведение в состояние покоя всех висцеральных систем — мышечной, эндокринной, сердечно-сосудистой... на уровне психики — приведение человека в состояние субъективного комфорта, удовлетворенности;

- эмоциональные мотивы могут противоречить рациональным формам жизнедеятельности человека, противоречить здравому смыслу, противоречить ситуации, например, человеку могут нравиться экстремальные виды спорта, в которых высока вероятность травм; человек может испытывать

страх социальных отношений; злится на себя, что мало поел или наоборот, много и т. д.;

- эмоции, имеющие кратковременную связь с предметом, в его адрес побуждают непродолжительные непреднамеренные действия. Тогда как связи устойчивые, например, с профессией или учебой, приводят к длительным и развернутым непреднамеренным действиям, отвечающим одной объединяющей базовой эмоции;

- один и тот же предмет вызывает у разных людей разные эмоции, что объясняется их личностными предпочтениями и особенностями характера, темперамента и индивидуального опыта. Поэтому на разрыв связей с предметом одни люди реагируют эмоцией печали, другие — гневом, а третьи — эмоцией страха; соответственно, наличие крепкой связи отражается для одних людей в эмоциях радости, для других — удовольствия;

- базовые эмоции определенным образом настраивают восприятие, память и мышление, участвуют в принятии решений; эмоции исподволь готовят сознательные решения. В этом смысле эмоции побуждают не только внешние непреднамеренные действия, но и участвуют в создании и реализации сознательных действий. На сознательном уровне человек рассматривает важность предмета, который для него уже выбрала эмоция радости или интереса. В свою очередь, отрицательные эмоции страха, печали, отвращения подготавливают сознательный отказ человека от активности в адрес предмета.

Эмоции и интеллект на практике являются борьбой мотивов, где при эмоциональной оценке жизненной ситуации внешние действия приобретают форму непреднамеренных, а при интеллектуальной оценке, наоборот, преднамеренных действий. Это обусловлено сознательным намерением, желанием, стремлением, а также ориентацией на построение будущего. С высокой долей вероятности можно допускать доминирование интеллектуальных мотивов над эмоциональными процессами

и мотивами в ситуации сознательно поставленной цели. Однако при **отсутствии смысловых мотивов можно наблюдать эмоциональные мотивы и эмоциональное поведение, которое возникает в следующих ситуациях:**

- когда у человека отсутствуют стратегические цели, нет личностного смысла, т. е. нет смысловых мотивов, таких как: «ради чего!», «я должен», «мне представляется это важным» и т. д.;
- когда деятельность или ситуация рассматривается с точки зрения времяпрепровождения, т. е. когда человек отдыхает;
- когда в активности отсутствует ориентация на построение перспективных жизненных и профессиональных планов;
- когда мотив общения доминирует над мотивом учебной или профессиональной деятельности;
- когда человек по природе эмоциональный. В этом случае интеллект находится под контролем эмоций, которые диктуют ему формы поведения, отвечающие эмоциональной оценке действительности, ориентированной на биологическую целесообразность активности человека, отвечающей за его выживание и созревание.

Важно отметить, что современный человек, будь то подросток и даже взрослый в большей степени находится во власти эмоций и подсознания, нежели интеллекта и сознания. Человек изначально исходит из эмоциональной оценки ситуации, вещей, событий, а только потом включается интеллект, во многом обязанный эмоциональной оценке, действующей исподволь на уровне подсознания.

В своих книгах по биологии поведения американский исследователь Десмонд Моррис сомневается в воздействии культурного воспитания на современного человека, он пишет: «Культурное развитие позволило нам достичь впечатляющих успехов в плане техники, однако всякий раз, когда сталкиваются прогресс и наши основные биологические свойства,

прогресс встречает сильное сопротивление» (2020, с. 43; 2010). Моррис делает вывод, что основы нашего поведения, заложенные в древнюю эпоху, просматриваются во всех наших поступках: в питании, в страхе, агрессивности, сексуальности, родительском попечении и многом другом. Возросшая роль интеллекта и средств культуры, не смогли побороть «древние импульсы», — человек не в силах их контролировать.

Феноменология явления «эмоция». Многие авторы сходятся на том, что эмоции — это непосредственные телесно-душевные реакции, в которых отражается оценка событий, посредством их восприятия, обработки и интерпретации (Рубинштейн, 1946; Хольшоф, 1999 (Hülshof); Липер, 2007; Ильин, 2008 и мн. другие). Так, Е. П. Ильин, написавший большое исследование по эмоциям, понимает их как психовегетативную рефлекторную реакцию на событие; такой же позиции придерживается Г. Г. Вербина (2008) и Ю. Е. Кравченко (2012). Исследователи едины в том, что появление эмоции и оценка предмета происходят на подсознательном уровне.

Многими исследователями в настоящем отмечается важная роль эмоций в управлении поведением человека. Однако управление поведением рассматривается только в аспекте его регулирования. Данный ракурс отражен в работах В. К. Виллюнаса (1976); Л. С. Выготского (1990); К. Изарда (1980); Я. Рейковского (2009); В. П. Симонова (1966) и мн. других. Также в регулятивном аспекте рассматриваются существующие на сегодня исследования побудительной функции эмоций в мелких физиологических и во внешних импульсивных реакциях типа мимики и жестов (П. Фресс, 1975; В. Д. Шадриков, 2002; Л. А. Регуш, 2008 и другие).

В настоящей научной работе раскрывается самостоятельная мотивационная функция эмоций, прежде всего — базовых, т. е. врожденных. Обращается внимание, что в обыденной жизни человек не столько рассуждает,

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

e-Univers.ru