## Лекция № 3. Классификация и характеристика эмоциональных состояний

***Цель занятия:*** знакомство с основными классификациями эмоций, критериями их выделения и характеристиками различных эмоциональных состояний – аффектом, собственно эмоциями, чувствами, настроением, а также с характеристикой различных эмоциональных реакций личности – стрессом, фрустрацией, тревогой, агрессией.

### Содержание занятия:

1. Выделение классифицирующих признаков. Классификации эмоций.
2. Аффекты, особенности проявления и характеристика. Аффекты и страсти, их соотношение.
3. Эмоции, их отличительные особенности, характеристика фундаментальных эмоций.
4. Чувства как вид эмоциональных состояний, их характеристика. Высшие чувства.
5. Настроения, особенности возникновения и переживания.

### Выделение классифицирующих признаков и классификации эмоций

Вопрос о классификации эмоциональных состояний является одним из самых актуальных в психологии эмоций. Несмотря на многочисленные попытки создания такой классификации в российской и западной психологии, ни одна из них не завершилась построением логически стройной системы, включающей в себя достаточно большое число эмоций.

О необходимости построения логически стройной классификации писали практически все ведущие психологи, занимавшиеся этим вопросом: П.В. Симонов, Г.А. Вартанян, В.К. Вилюнас, И.А. Васильев.

*В.К. Вилюнас* делит эмоции на *ведущие и ситуативные*. Ведущие сигнализируют о неудовлетворенности потребностей и побуждают к поиску целевого объекта. Ситуативные возникают в результате оценок этапов поведения и побуждают действовать либо в прежнем направлении, либо менять поведение. Ситуативные эмоции делятся на три группы:

1) констатируемый успех – неуспех; 2) предвосхищающий успех-неуспех;

3) обобщенный успех-неуспех.

*П.В*. *Симонов* классифицирует эмоции *по характеру действий*: преодоления, защиты, нападения. При этом он выделяет дополнительные

оттенки по величине потребности вызывающей эмоцию и по оценке вероятности ее удовлетворения.

*В*. *Вундт* выделял три характеристики для классификации эмоций:

1. гедонический тон или знак эмоции, положительный или отрицательный;
2. готовность к действию, расслабление-напряжение; 3) уровень активации, спокойствие-возбуждение.

*А.Н. Леонтьев* выделяет семь признаков классификации: 1) ожидаемый

* неожиданный; 2) последовательный – непоследовательный;

1. нерасположенный – желающий; 4) высокая вероятность – низкая вероятность; 5) высокий – низкий контроль; 6) характерный – нехарактерный источник проблемы; 7) связь проблемы с окружением или с личностью.

Можно выделить три бинарных признака, положенных в основу классификации:

* 1. Знак эмоции положительный или отрицательный. Под ним подразумевается гедонистический тон эмоции или субъективное ощущение

«приятное» или «неприятное».

* 1. Время возникновения эмоции относительно события. По этому признаку эмоции делятся на предвосхищающие и констатирующие. Предвосхищающие эмоции возникают до события связанного с достижением
* недостижением цели, предшествуют ему и являются результатом оценки вероятности успеха – неуспеха. Констатирующие эмоции возникают после события связанного с достижением – недостижением успеха.
  1. Направленность эмоций. По этому признаку выделяются эмоции направленные на себя и направленные на внешние объекты, на других людей.

Четвертый признак, который бинарным не является, но требует своего определения – источник происхождения.

Эмоции, связанные с удовлетворением-неудовлетворением личных потребностей человека.

Эмоции, возникающие в результате сравнения некоторого объекта, самого себя или своих действий со своими же нормами, стандартами, правилами, убеждениями.

Эмоции, возникающие в результате сравнения объекта с общественными правилами и нормами.

Эмоции, возникающие в связи с потребностями других людей.

Эмоции, возникающие в результате взаимных отношений с другим человеком.

Эмоции, возникающие на основе презрения.

Сочетанием четырех приведенных признаков можно описать 48 качественно различных эмоции.

*Б.И. Додонов* классифицирует эмоции в соответствии с потребностями, которые он чаще всего испытывает и которые придают непосредственную ценность процессу его деятельности. Таким образом, автор предлагает классификацию «ценных» эмоций:

1. Альтруистические эмоции – эти переживания возникают на основе потребности в содействии, помощи, покровительстве другим людям.
2. Коммуникативные эмоции. Эти эмоции возникают на основе потребности в общении, как реакция на удовлетворение или неудовлетворение стремления к эмоциональной близости (иметь друга, сочувствующего собеседника и т.п.).
3. Глорические эмоции (с лат. «слава») – эмоции, связанные с потребностью в самоутверждении, в славе. Выражено стремление завоевать признание, почет, взять реванш, чувство превосходства, гордости и т.д.
4. Праксические эмоции. Термин «праксические чувства» введен в употребление П.М. Якобсоном, предложившим назвать так переживания, вызываемые деятельностью, изменением ее в ходе работы, ее успешностью или неуспешностью, трудностями ее осуществления и завершения.
5. Пугнические эмоции (с лат. «борьба») – эмоции, происходящие от потребности в преодолении опасности, на основе которой возникает интерес к борьбе.
6. Романтические эмоции – стремление ко всему необыкновенному, таинственному, необычайному.
7. Гностические эмоции (с греч. «знание») – описываются как интеллектуальные чувства. Выражено стремление нечто понять, проникнуть в сущность явления, чувство удивления, догадки, близости решения и т.д.
8. Эстетические эмоции – чувства прекрасного, вызываются различными видами искусства, красотой природы и т.д.
9. Гедонистические эмоции – эмоции, связанные с удовлетворением потребности в телесном и душевном комфорте.
10. Акизитивные эмоции (с франц. «приобретение») – эмоции, возникающие в связи с интересом к накоплению, «коллекционированию» вещей, выходящему за пределы практической нужды в них.

Б.И. Додонов называет свою классификацию «открытой», подразумевая, что число выделенных эмоциональных категорий можно дополнять, не нарушая положенного в ее основу принципа.

### Аффекты, особенности проявления и характеристика Аффекты и страсти, их соотношение

*Аффект* – наиболее мощный вид эмоциональной реакции. Аффектами называют интенсивные, бурно протекающие и кратковременные эмоциональные вспышки (например, сильный гнев, ярость, ужас, бурная радость и т.д.). Эта эмоциональная реакция полностью захватывает человека и непреодолимо навязывает человеку необходимость выполнить какое-либо действие. Теряется чувство реальности, самоконтроль. Возникает сильное эмоциональное возбуждение, под действием которого человек совершает беспорядочные движения и действия. Изменяется функционирование всех психических процессов – снижается показатели внимания, меняется характер протекания процессов мышления, нарушается память.

### Эмоции, их отличительные особенности, характеристика фундаментальных эмоций.

*Эмоции* отличаются от аффектов продолжительностью. Если аффекты носят в основном кратковременный характер, то эмоции – это более длительные состояния. Эмоции представляют собой реакцию не только на текущие события, но и на вероятные или вспоминаемые. К фундаментальным эмоциям К. Изард относит: радость, интерес, удивление, страдание, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд, смущение.

### Чувства как вид эмоциональных состояний, их характеристика Высшие чувства

*Чувства* – еще один вид эмоциональных состояний. Чувства в основном предметны и конкретны, в отличие от эмоций, которые носят характер ориентировочной реакции, они бывают неопределенными. Эмоции связаны с биологическими процессами, а чувства – с социальной сферой. Эмоции связаны с бессознательным, а чувства максимально представлены в нашем сознании. Чувства имеют определенное внешнее проявление, а эмоции чаще всего не имеют. Чувства – еще более длительные, чем эмоции, имеют четко выраженный предметный характер. Они отражают устойчивое отношение к каким-либо конкретным объектам.

Чувства возникли и формировались в процессе культурно- исторического развития человека. Способы выражения чувств менялись в зависимости от исторической эпохи. В индивидуальном развитии человека чувства выступают как значимый фактор в формировании мотивационной сферы.

Чувства играют значимую роль в построении контактов с окружающими людьми. Особую форму переживаний представляют собой высшие чувства. Они подразделяются на нравственные (моральные), эстетические и интеллектуальные.

### Настроения, особенности возникновения и переживания.

*Настроения* – другая группа эмоциональных состояний. Это самое длительное, или хроническое эмоциональное состояние, открашивающее все поведение. Настроение отличает от эмоций меньшая интенсивность или меньшая предметность. Настроение не предметно, а личностно, оно не специальное переживание, а разлитое общее состояние.

Настроение существенно зависит от общего состояния здоровья, тонуса жизнедеятельности организма, органических ощущений от внутренних органов, от работы желез внутренней секреции, от тонуса нервной системы.

Устойчивость настроения зависит от многих причин – возраста человека, индивидуальных особенностей характера, темперамента, силы воли, ведущих мотивов.

### Литература

1. Бреслав Г.М. Психология эмоций. – М.: Смысл; Академия, 2006.
2. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2002.