## *Концепция когнитивного диссонанса Фестингера*

## Согласно этой теории, положительное эмоциональное переживание возникает у человека тогда, когда его ожидания подтверждаются, представления воплощаются в жизнь, а планы выполняются, т.е. тогда, когда реальные результаты деятельности соответствуют намеченным или ожидаемым, согласуются, находятся в консонансе. Отрицательные эмоции возникают и усиливаются в тех условиях, когда между ожидаемыми и реальными результатами деятельности имеется несоответствие - диссонанс.

## Субъективное состояние когнитивного диссонанса переживается человеком как дискомфорт, и он стремится, во что бы то ни стало как можно скорее избавиться от него. Выход из состояния когнитивного диссонанса может быть двояким: или изменить ожидания и планы таким образом, чтобы они соответствовали реально полученному результату, или попытаться получить новый результат, который согласовывался бы с прежними ожиданиями.

## В современной социальной психологии теория когнитивного диссонанса Л. Фестингера используется для того, чтобы объяснить поступки человека, его действия в различных социальных ситуациях. Эмоции же рассматриваются в качестве основного мотива соответствующих действий и поступков. Лежащим в их основе когнитивным факторам придается в детерминации поведения человека гораздо большая роль, чем органическим изменениям.

## *Функциональные теории эмоций*

## Впервые функции эмоций рассматривал Чарльз Дарвин. В 1872 году он опубликовал книгу "Выражение эмоций у человека и животных", в которой сформулировал три принципа выражения эмоций:

## принцип полезности ассоциированных привычек (полезные, т.е. удовлетворяющие определенные потребности, действия могут воспроизводиться по привычке или ассоциации при сходном возбуждении);

## принцип антитезиса (при возбуждении состояния, прямо противоположного исходно полезному, появляется непроизвольное стремление к прямо противоположному действию);

## принцип порождения действий свойствами нервной системы (предполагается прямое действие нервной системы на выражение эмоций, независимо от воли и, до известной степени, от привычки).

## Как известно, основное внимание Чарльза Дарвина было направлено на изменение эмоций в процессе филогенеза (в основном при переходе от высших животных к человеку), который понимался им как процесс эволюции в результате естественного отбора. Хотя Дарвин и не дал сколь-нибудь связанного представления о природе эмоций, его указания на роль специфических форм мимики и пантомимики, а также на участие нервной системы в порождении эмоций оказали заметное влияние на будущих исследователей эмоций как в конце XIX, так и в XX веке. В последующем Крюгер, Даффи, Бартлетт, Янг и Липер дали своё объяснение функций эмоции.

## *Комплексная концепция эмоций Крюгера*

## Ещё до появления эмпирических и теоретических работ представителей гештальтпсихологии, *Феликс Крюгер*формулирует принципы целостности психической жизни. Опираясь на введенный в австрийской школе психологии термин "гештальт-качество", отнесенное Корнелиусом к области эмоций, Крюгер вводит более широкий термин "комплекс-качество".

## Согласно Крюгеру, эмоциональные явления представляют собой переживаемые качества целостной психической жизни, которые в потоке непрерывного опыта могут выделяться на фоне других явлений в такие последовательные целостности, как аффекты и другие эмоциональные явления типа *удовольствие - неудовольствие, возбуждение, напряжение (по В. Вундту).*

## Выделяются три основных свойства эмоциональных явлений:

## *Универсальность (постоянная включенность эмоциональных явлений в психическую жизнь),*

## *Качественное богатство,*

## *Изменчивость и лабильность.*

## К сожалению, Крюгер в своих работах не только не отошел от философских традиций чисто феноменологического (неэмпирического) рассмотрения эмоциональных явлений в интроспективной "описательной" психологии, но даже и усилил эти традиции, что способствовало забвению его идей в современной психологии эмоций*.*

## *Активационная концепция эмоций Даффи*

## Дискуссии о специфичности физиологического проявления эмоций в 1920-е годы приводят многих психологов и физиологов к описанию эмоций в контексте энергетических и фоновых процессов. Тем самым под вопрос ставился сам статус эмоциональных явлений как качественно своеобразных "сущностей", занимающих свое, особое, отдельное место в процессах жизнедеятельности. Под этим понимается, что для психологии пропадает явление эмоций самих по себе, к чему психология пришла уже к середине XX века [*3; 40].*

## Наиболее радикальной в отрицании эмоциональных явлений как качественно специфического класса психических явлений была *Элизабет Даффи*, которая в 1962 году утверждала, что физиологическое проявление эмоций настолько генерализовано, что опознать по физиологическим характеристикам конкретное эмоциональное состояние невозможно, и в принципе существование описания даже самых сильных эмоций не отличаются от описаний поведения в целом [1; 180].*"*Изменения в уровне энергии, в степени организации ответов и в состояниях сознания происходят в континууме. И в этом континууме нет точки, где "неэмоциональный" уровень энергии неожиданно переходит в "эмоциональный" уровень энергии; на нем нет и точки, где "неэмоциональный" уровень дезорганизации ответов внезапно переходит в "эмоциональный" уровень дезорганизации, так же как и на нем нет точки, где "неэмоциональное" состояние сознания переходит в "эмоциональное", - пишет Даффи. Человек, по её мнению, либо "отдается ситуации", либо избегает её, в зависимости от её смысла - привлекательного или угрожающего.

## По мнению Даффи, все так называемые эмоциональные характеристики можно свести к трем переменным:

## энергетический уровень поведения,

## степень целенаправленности поведения,

## природа реакции на взаимоотношения в ситуации.

## Однако и другие формы поведения, не относимые обычно к "эмоциональным", также варьируют по этим переменным. Отсюда делается радикальный вывод о том, что эмоций как отдельных и специфических явлений в реальности не существует, а есть лишь дань философской традиции, выделяющей эмоции в отдельную группу явлений *.*

## *Мотивационные концепции эмоций Бартлетта, Янга и Липера*

## Идея о том, что эмоции являются основными мотивами человеческого поведения, известна, по крайней мере, со времен античности.

## В научной психологи также неоднократно высказывались идеи о роли эмоций в мотивации поведения. Так, *Фредерик Бартлетт*в 1962 году отмечает, что эмоции обеспечивают побуждение неспецифического характера для выполнения необходимого действия. Возникновение эмоции, по Бартлетту, означает указание организму на столкновение несовместимых тенденций к действию (отрицательные эмоции) или на происходящую или возможную интеграцию этих тенденций (положительные эмоции).

## Другой сторонник мотивационной трактовки эмоций *Пол Янг* в 1943 году предложил рассматривать эмоцию не столько как мотив, сколько как знак того, что мотив актуализирован, заблокирован или реализован. Только в случае развития эмоций в стабильные отношения, они могут становиться мотивирующим фактором. При этом Янг выдвинул чисто гедонистическую трактовку мотивационной природы эмоций: регулирующая и направляющая функция эмоций реализуется благодаря максимизации положительных переживаний и минимизации отрицательных, что и ведет к развитию старых и формированию новых мотивов.

## Дискуссия конца 1940-х годов между *Дональдом Хеббом*, сторонником идеи о дезорганизующей роли эмоций, и *Робертом Липером*сторонником идеи об интегрирующей роли эмоций, приводит последнего к формулировке мотивационной теории эмоций, которую горячо поддерживают и представители смежных наук.

## В своей программной статье Роберт Липер категорически отвергает представление о дезорганизующей роли эмоций, считая такого рода идеи результатом влияния философии рационализма и неправомерного обобщения эмпирических данных. Липер различает две, на его взгляд принципиально различные, группы мотивационных процессов: витальные потребности и соответствующие им ощущения жажды и голода, тепла или холода, боли или духоты; эмоции и соответствующие им переживания, не ограниченные исходными потребностями.

## В одной из своих последних работ Липер подчеркивает роль эмоций в восприятии ситуаций, ибо именно эмоции, по его мнению, выражают наиболее значимые для человека аспекты ситуации. В частности, он ссылается на исследование восприятия проективных тестов Роршаха и ТАТ, где богатство индивидуальной интерпретации ставит в тупик традиционный для психологов восприятия анализ, или приводит ещё более известные феномены "фигуры-фона" в знаменитой вазе Рубина или в рисунке Боринга "Жена или тёща". В заключение работы он даже говорит о *мотивационно-перцептивной теории эмоций.*

## Несмотря на обилие общих тезисов о положительной роли эмоций, интерес в рамках мотивационной теории скорее представляют конкретные эмпирические работы, направленные на описание включенности эмоций в процессы регуляции, как познания, так и работы организма.

##  *Дифференциальные теории базовых эмоций*

## *Теория дифференциальных эмоций восходит к богатому наследию зарубежных теоретиков, которые внесли немалый вклад вопределение базовых эмоций.*

## *В число таких ученых по базовым эмоциям вошли концепции Уильяма Мак-Дугалла, Вудвортса, Гарольда Шлоссберга, РобертаПлутчика, Силвана Токинса и Кэррола Изарда. Все эти ученые, представляя различные дисциплины и точки зрения, в целом склонныпризнавать центральную роль эмоций в мотивации, социальной коммуникации, познании и поведении.*

## *Так что же представляет собой теория дифференциальных эмоций? Она называется так оттого, что объектом её изученияявляются частные эмоции, каждая из которых рассматривается отдельно от других, как самостоятельныйпереживательно-мотивационный процесс, влияющий на когнитивную сферу и на поведение человека в целом.*

## *В теориях базовых эмоций лежат следующие ключевые положения, на основе которых можно определить, является ли та или инаяэмоция базовой:*

## *определенное количество фундаментальных эмоции, которые образуют основную мотивационную систему человеческогосуществования;*

## *базовая эмоция проявляет себя при помощи выразительной и специфической конфигурации мышечных движений лица (мимики);*

## *базовая эмоция влечет за собой отчетливое и специфическое переживание, которое осознается человеком;*

## *базовые эмоции возникли в результате эволюционно-биологических процессов;*

## *базовая эмоция оказывает организующее и мотивирующее влияние на человека, служит его адаптации;*

## *базовые эмоции имеют отчетливые и специфические нервные субстраты.*

## *Исследователи выделяют и ряд других характеристик, которые необходимо учитывать при решении вопроса об универсальноститой или иной эмоции. Все вышеназванные характеристики должны учитываться, и могут, дополнятся, но ни в коем случае недолжны заменять и не отменять вышеперечисленные.*

## *Дифференциальная концепция Вудвортста - Шлоссберга*

## В основном все дифференциальные теории основываются на трехмерном представлении системы чувств Вундта, в которой выделяются три пары простых чувств:

## удовольствие - неудовольствие,

## возбуждение - успокоение,

## напряжение - разрешение.

## Чувства, располагающиеся по одной прямой, исключают друг друга, т.е. одновременно они существовать не могут. Чувства, расположенные на отрезках от пересечения осей, могут сосуществовать с двумя другими измерениями, к которым они сами не принадлежат. Следовательно, всё многообразие чувств заполняет геометрическое пространство, разделенное векторами простых чувств. Сложное чувство будет формироваться из мгновенных значений изменения простых чувств .

## На основе этой трехмерной схемы в 1938 году *Вудвортс*предложил свою двухмерную классификацию мимических выражений эмоций в виде круга с двумя осмии: "*удовольствие - неудовольствие"*и "*принятие* *- отталкивание".*Затем в 1941 году *Гарольд Шлоссберг*добавил третье измерение "*сон - напряжение"*.Однако последующие исследования показали, что оценки "принятие - отталкивание" и "сон - напряжение" высоко корректируют друг с другом и не является независимыми.

## В результате была создана шкала Шлоссберга - Вудвортса для предсказания категории эмоций с помощью оценок удовольствия - неудовольствия и принятие - отталкивания. Шкала является круговой и включает шесть основных категорий:

## любовь, счастье, радость;

## удивление;

## страх, страдание;

## гнев, решительность;

## отвращение;

## презрение.

## Чем больше расстояние между отдельными позициями на шкале, тем менее сходны соответствующие мимические выражения. Любое предъявленное мимическое выражение может быть представлено как точка в пространстве, ограниченном окружностью. Прочертив отрезок из точки пересечения шкал через эту эмпирически полученную точку к ближайшей дуге окружности, можно определить содержание переживаемой эмоции*.*

## *Дифференциальная концепция Мак-Дугалла*

## В 1910 году в Бостоне выходит книга *Уильяма Мак-Дугалла* "Введение в социальную психологию", которая привлекла внимание ученых во многих странах, в том числе и в России, и уже в 1916 году в Москве издается русский перевод книги.

## В книге Мак-Дугалл пытается расширить один из центральных в то время терминов - "инстинкт". Он полагал, что инстинкты так же присущи человеку, как и животным. Согласно его теории каждому животному инстинкту в человеческом поведении соответствует вполне определенная эмоция [*4; 26],* которая подобно любому душевному процессу:

## *Может возникать на основе представлений;*

## *Имеет три аспекта - познавательный, эмоциональный и волевой;*

## *Формы его проявления могут бесконечно видоизменяться и усложняться.*

## Таким образом, Мак-Дугалл выявил 7 базовых эмоций на основе следующих инстинктов:

## *1) Инстинкт бегства и эмоция страха, которая, по его мнению, служит фактором социальной дисциплины, ибо научает людейконтролировать свои эгоистические импульсы;*

## *2) Инстинкт отталкивания и эмоция отвращения;*

## *3) Инстинкт любопытства и эмоция удивления;*

## *4) Инстинкт драчливости и эмоция гнева;*

## *5) Инстинкт самоуничижения (или покорности) и эмоция покорности;*

## *6) Инстинкт самоуверенности и эмоция самовосхваления;*

## *7) Родительский инстинкт и эмоция нежности.*

## Уильям Мак-Дугалл не отрицает важного значения полового, пищевого и стадного инстинктов. Однако он не находит соответствующих для них первичных эмоций, а все связанные с ними переживания относит к так называемым сложным и вторичным эмоциям. В качестве трех базовых типов эмоций он называет - *любовь, ненависть и уважение.*В свою очередь внутри каждого типа дифференцируются чувства по степени конкретности или обобщенности их предмета: *чувство любви к конкретному ребенку, чувстволюбви к детям вообще, чувство любви к справедливости.*При этом эмоции различаются по силе и влиянию на поведение. В качестве двух первичных и фундаментальных модальностей чувств называются удовольствие и страдание или удовлетворение - неудовлетворение, которые окрашивают и характеризуют все побуждения. Удовольствие является следствием и знаком полного или частичного успеха, а страдание - следствием и знаком полной или частичной неудачи*.*

## *Дифференциальная концепция Плутчика*

## *Роберт Плутчик*один из наиболее известных теоретиков по базовым эмоциям, также придавал особое значение тому, какие эмоциональные явления являются первичными, а какие производными. И выделил общие свойства "первичных эмоций": *онирелевантные базовым биологическим адаптивным процессам; могут быть найдены в той или иной форме на всех эволюционныхуровнях; не зависят в своем определении от конкретных нейрофизиологических структур или частей тела; не зависят в своемопределении от интроспекции (хотя она и может использоваться); могут быть определены первично в поведенческих ("стимульно-реактивных") терминах .*

## Плутчик определял саму эмоцию как комплексный ответ организма, соответствующий одному из адаптивных биологических процессов, которые являются общими для всех животных организмов. Таким образом, он выделил 8 основных прототипов эмоционального поведения и 8 соответствующих им видов первичных эмоций, которые представлены в этой таблице:

|  |
| --- |
|  |
| №п / п | Адаптивное поведение(адаптивный комплекс) | Первичная эмоция |  |
| 1 | Объединение - поглощение пищи и воды | Принятие |  |
| 2 | Отвержение - реакция устранения, выделение, рвота | Отвращение |  |
| 3 | Разрушение - устранение препятствия на пути удовлетворения потребности | Гнев |  |
| 4 | Защита - ответ на боль или угрозу боли | Страх |  |
| 5 | Воспроизведение - ответы, связанные с сексуальным поведением | Радость |  |
| 6 | Депривация - потеря объекта, приносящего удовлетворение потребности | Горе |  |
| 7 | Ориентировка - ответ на контакт с новым незнакомым объектом | Испуг |  |
| 8 | Исследование - случайные действия в изучаемой окружающей среде | Любопытство |  |
|  |  |  |  |

Соответственно, поведенческим полярным парам ставятся в соответствие пары базовых эмоций:

разрушение (гнев) защита (страх),

объединение (принятие, одобрение) отвержение (отвращение),

воспроизведение (радость) депривация (горе, уныние),

исследование (любопытство) ориентировка (испуг).

В свою очередь каждое из этих измерений включает целый спектр сходных эмоций. Так, отвержение включает скуку, нежелание, антипатию, отвращение, омерзение и ненависть, а депривация - задумчивость, меланхолию, печаль и скорбь. Все эти измерения представляют полярные пары: объединение - отвержение, воспроизведение - депривация, защита - разрушение, исследование - ориентировка. Такие представления позволяют Плутчику строить трехмерную структурную модель эмоциональной сферы .

Каждая долька перевернутого конуса (показанного вверху) представляет базовую эмоцию, а вертикальная ось - параметр интенсивности.

Поперечный разрез этого конуса (показанного внизу) и дает восемь базовых эмоций образованных 4-мя противоположными парами (секторы круга, противоположные друг другу), в то время как соседние по кругу эмоции образуют чувства .

*Любовь.*

*Угрызение совести*

Путем соединения первичных эмоций могут формироваться более сложные (вторичные) эмоции: 8 первичных эмоций дают 28 парных комбинаций и 56 тройных комбинаций. Следовательно, Плутчик предлагает следующие формулы:

гордость = гнев + радость;

любовь = радость + принятие;

любопытство = удивление + принятие;

скромность = страх + принятие;

ненависть = гнев + удивление;

вина = страх + радость или удовольствие;

сентиментальность = принятие + горе.

По мнению Плутчика каждой первичной и каждой вторичной эмоции, под которой подразумевается комбинация двух или нескольких первичных эмоций, соответствует определенный физиологический и экспрессивно-поведенческий комплекс.

В другом исследование эмоций Роберта Плутчика на макаках с применением электростимуляции мозга с помощью микроэлектродов показало, что можно перевести язык эмоции на более простой язык поведения и приспособительных функций.

В результате он построил таблицу из трех языков для описания эмоциональных .Таблица "Языки описания эмоций по Плутчику"

|  |
| --- |
|  |
| Субъективный язык | Язык поведения | Язык функций |  |
| Страх, ужас | Избегание | Защита |  |
| Гнев, ярость | Атака | Разрушение |  |
| Радость, экстаз | Спаривание, владение | Воспроизведение |  |
| Печаль, скорбь | Потеря контакта | Депривация |  |
| Принятие, жадность | Еда | Объединение |  |
| Отвращение | Рвота, дефекация | Отрицание |  |
| Ожидание | Поиск ощущений | Исследование |  |
| Удивление | Остановка | Ориентация |  |
|  |  |  |  |

По представлению Плутчика, его теория эмоций может оказаться полезной в сфере изучения личности и в психотерапии, т.к при ряде его исследований им было установлено, что при постоянной блокировки адекватных моторных реакций в конфликтных или фрустрирующих ситуациях вызывает хроническое напряжение в мышцах, которое может служить показателем плохой адаптации. А также на основании модели Плутчика была разработана методика *EPI (Emotions Profile Index)*для оценки относительной силы каждой из 8 базовых эмоций у любого индивида на основе выраженности соответствующего поведения. Следовательно, теория Плутчика может быть использована, как мотивационно-поведенческая концепция эмоций .