**Понимание эмоций другого человека**

Понимание эмоций другого человека является важным для процесса общения между людьми как вбыту, так и в профессиях типа “человек—человек”. Кроме того, визуальное слежение за эмоциональным состоянием человека в процессе осуществления импрофессиональной деятельности позволяет вовремя принимать меры по регуляции его состояния, что снижает травматизм на производстве, повышает производительностьтруда (Зинченко, 1983).

#### 9.1.Понимание эмоций другого и эмоциональные способности

Вопрос о генезисе способности (или целого ряда способностей) понимания эмоций другого вомногом дискуссионный. Имеются данные, что уже через девять минут после рождения ребенок может опознавать стимулы, схематически напоминающее лицо (Freedman,1974). С другой стороны, показано, что чем больше матери обсуждают с трехлетними детьми возникающие у них эмоциональные состояния, тем лучше они,достигнув шестилетнего возраста, распознают эмоциональные проявления незнакомых взрослых (Dunn et al., 1991).

Как отмечает Н.Н.Данилова (2000), с эволюционной точки зрения внешняяэкспрессия эмоций была бы бесполезной, если бы люди не могли декодировать эти сигналы и, следовательно, понимать и адекватно реагировать на них.Следовательно, у человека должен быть специальный механизм их декодирования. Механизм декодирования экспрессивной информации должен обладать способностьюдифференцировать паттерны лицевой экспрессии, а также идентифицировать их как сигналы определенных эмоциональных состояний.

Этот механизм был исследован шведским ученым У.Димбергом (Dimberg, 1988). Он установил, что лицевая экспрессия в зависимости от знака эмоции по-разномувлияет на эмоциональное состояние и условнорефлекторные реакции страха у партнеров. Важно, что лицевая экспрессия может воздействовать на уровнеподсознания, когда человек не отдает себе отчета в событии и фактеего воздействия.

Димберг доказал, что влияние лицевой экспрессии на величину условной вегетативнойоборонительной реакции осуществляется автоматически и не зависит от процессов сознания.

Лицевые паттерны особенно сильно действуют на людей, проявляющих социальный страх. Привосприятии фотографий они усиливают признаки отрицательных эмоций и ослабляют признаки положительных эмоций.

Очевидно, что пониманию лицевых паттернов различных эмоций способствует то, что реакцияна лицевую экспрессию партнера связана с воспроизведением его мимики, т.е. в непроизвольном изменении активности мышц своего лица. Этот процессподобен “эмоциональному заражению, или резонансу”. Таким образом, для распознавания и идентификации паттернов лицевой экспрессии человек используетдва канала— зрительный, который производит опознание с помощью гностических нейронов нижневисочной коры, и проприорецептивный, оценивающий паттернысобственной лицевой экспрессии и служащий обратной связью (подкреплением) реакции на информацию со зрительного канала.

Поскольку доказать наличие у человека врожденных механизмов распознавания эмоций частобывает трудно, ученые обращаются к изучению этой способности у животных. В ряде исследований показано, что распознавание эмоционального состояния своихсородичей осуществляется животными инстинктивно. Когда самка млекопитающего впервые родит, она “знает” смысл криков, выражающих у ее потомства какое-либострадание. Н.Тинберген (Tinbergen, 1951) исследовал реакции нескольких видов птиц, воспитанных в изоляции, на силуэт, который изображен на рисунке.Когда силуэт двигался влево, так, что был похож на ястреба с короткой шеей и длинным хвостом, он стимулировал реакцию страха и бегство подопытных птиц. Придвижении в правую сторону силуэт был похож на безвредного для птиц гуся с длинной шеей и не вызывал никакого страха. В состоянии неподвижности этотсилуэт не вызывал у птиц никакой реакции. Тот факт, что подопытные птицы никогда не сталкивались ни с ястребом, ни с гусем, свидетельствует о врожденноммеханизме распознавания эмоционально значимого для них зрительного стимула.

Несмотря на эти данные некоторые ученые считают, что способность распознавать эмоциидаже по лицевой экспрессии не дана человеку от рождения. Известно, что маленькие дети неадекватно воспринимают эмоции других. Эта способностьразвивается в процессе формирования личности, но не одинаково в отношении разных эмоций. Легче всего распознается ужас, затем по степени убыванияотвращение и удивление. Следовательно, пониманию эмоций надо учиться. Это наталкивает ряд ученых на мысль, что существует специальный видинтеллекта— эмоциональный.

#### Эмоциональный интеллект

Г. Г. Гарскова (1999) пишет, что понятие “эмоциональный интеллект” было введено внаучный обиход недавно, Майером и П.Сэловей (Mayer, Salovey, 1990) и получило широкое распространение в англоязычной литературе благодаря работамД.Големана. Для введения этого понятия было использовано два основания: неоднородность понятия “интеллект” и совершение интеллектуальных операций сэмоциями.

По П.Сэловею, “эмоциональный интеллект” включает в себя ряд способностей:распознавание собственных эмоций, владение эмоциями, понимание эмоций других людей и даже самомотивацию.

Критика этой концепции основывается на том, что в представлениях об эмоциональноминтеллекте эмоции подменяются интеллектом. Как полагает Г. Г. Горскова (1999), эта критика не правомерна. Она ссылается на то, что эмоции отражают отношениечеловека к различным сферам жизни и к самому себе, а интеллект как раз и служит для понимания этих отношений. Следовательно, эмоции могут быть объектоминтеллектуальных операций. Эти операции осуществляются в форме вербализация эмоций, основанной на их осознании и дифференцировке. Таким образом, поГорсковой, эмоциональный интеллект— это способность понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой наоснове интеллектуального анализа и синтеза.

Необходимым условием эмоционального интеллекта, как пишет далее автор, является пониманиеэмоций субъектом. Конечным продуктом эмоционального интеллекта является принятие решений на основе отражения и осмысления эмоций, которые являютсядифференцированной оценкой событий, имеющих личностный смысл. Эмоциональный интеллект продуцирует неочевидные способы активности для достижения целей иудовлетворения потребностей. В отличие от абстрактного и конкретного интеллекта, которые отражают закономерности внешнего мира, эмоциональныйинтеллект отражает внутренний мир и его связи с поведением личности и взаимодействием с реальностью.

Мне представляется, что под эмоциональным интеллектом авторы имеют в виду эмоционально-интеллектуальную деятельность.

Т.Рибо посвятил эмоциональной (аффективной) памяти специальную работу (1895), вкоторой защищал ее существование, используя самые разные аргументы: психологические, физиологические, патологические идр. Приведу этиаргументы так, как они пересказаны П.П.Блонским.

“Единственный критерий, позволяющий на законном основании утверждать существованиеаффективного воспоминания, это— что оно может быть узнано, что оно носит метку уже испытанного, уже перечувствованного и что, следовательно, оно можетбыть локализовано в прошлом времени”. Но разве мы не сравниваем наши теперешние чувства с прошлыми? Говорят, что любовь не испытывается дважды одинаково, но,“как могли бы это знать, если бы в памяти не оставалось аффективных следов”. ““Нет сожаления без сравнения”, но “закон контраста, господствующий в жизничувств, предполагает аффективную память”.

“Во всяком комплексе, составляющем воспоминание, аффективный элемент являетсяпервым, сначала расплывчатый, смутный, лишь с какой-то общей меткой: печальной или радостной, ужасающей или агрессивной. Понемногу он определяется появлениеминтеллектуальных образов и достигает законченной формы”. В этих воспоминаниях “аффективное прошлое воскресло и узнано раньше объективного прошлого, котороеявляется додатком”.

С физиологической точки зрения неправдоподобно, чтобы репродуцирование касалосьтолько образов, т.е. чтобы в нем участвовали только те нервные процессы, которые соответствуют репродуцированию образов, а остальные бы, в частностиимеющие отношения к чувствам, не участвовали: воспоминание стремится восстановить весь комплекс прошлого, в области памяти господствует законреинтеграции, а отрицание аффективной памяти противоречит этому закону. “Нервные процессы, когда-то принимавшие участие в сейчас возрождающемсяфизиологическом комплексе и соответствующие аффективным состояниям… стремятся также быть вовлеченными в возрождение, следовательно, возбуждают аффективнуюпамять”. Конечно, надо отдавать себе отчет в том, что “аффективный образ не то, что, например, зрительный образ” (1979, с. 160–161).

#### Эмоциональная память

Вопрос о наличии эмоциональной памяти тоже дискутируется. Начало его обсуждению положилТ.Рибо, который показал два способа воспроизведения эмоций: аффективное состояние вызывается либо через посредство интеллектуальных состояний(вспоминание ситуации, объекта, с которыми в прошлом была связана эмоция), либо при непосредственном воздействии стимула, вслед за чем в памяти актуализируетсясвязанные с эмоцией ситуации. Теоретически так и может быть. Однако, как замечает В.К.Вилюнас (1990), какой из этих вариантов встречается вкаждом конкретном случае, определить трудно, а в реальном потоке сознания по-видимому невозможно.

Кроме того, Рибо выделил “ложную” аффективную память, когда субъект чистоинтеллектуально вспоминает, что в данной ситуации он испытывал какую-то эмоцию, но саму эту эмоцию не переживает. Это наблюдается, например, при воспоминаниидавно прошедших увлечений.

После появления работы Рибо возникли многочисленные споры, вплоть до того, что вообщеставилось под сомнение существование эмоциональной памяти. Отрицающие ее указывали, что когда мы вспоминаем о приятном, интересном, ужасномит.п. событии, то воспоминание представляет собой образ или мысль, а не чувство (эмоцию), т.е. интеллектуальный процесс. И именно этоинтеллектуальное воспоминание о прошедшем вызывает у нас ту или иную эмоцию, которая, таким образом, является не воспроизведением бывшей эмоции, асовершенно новой эмоцией. Старая же эмоция не воспроизводится. При этом сторонники последней точки зрения сузили проблему до произвольноговоспроизведения эмоциональных переживаний, хотя очевидно, что возможно не только непроизвольное запоминание эмоций, но и непроизвольное ихвоспроизведение (Блонский, 1935; Громова, 1980). П.П.Блонский, например, пишет, что в своей жизни он дважды пережил уже виденное (этот эффектполучил название “дежа вю”). При этом второе переживание не было у него интеллектуальным познанием, что он уже видел эту ситуацию. Для него оно былоглубоким, грустным и приятным чувством давно и хорошо знакомого чего-то, что не мог вспомнить, но что чувствовалось, как знакомое.

Как отмечает Блонский, разница между впервые испытанной эмоцией и воспроизведеннойне только в интенсивности переживания (представляемая эмоция слабее), но и в его качестве. В ряде случаев возбуждается менее дифференцированное, болеепримитивное эмоциональное переживание. Автор не указывает конкретно, что это за переживание, однако можно полагать, что им является эмоциональный тон ощущений,поскольку опрашиваемые Блонским лица отмечали при воспроизведении возникновение приятного или неприятного переживания и не более того.

В то же время Блонский приходит к выводу, что произвольное воспроизведение чувств(эмоций) почти невозможно, по крайней, мере для многих. А возможно ли непроизвольное их воспроизведение— это экспериментами не решается. Остаетсятолько полагаться на самоанализ и рассказы других людей.

Нельзя не отметить и выделенный Блонским эффект следа от сильно пережитой эмоции: онав последующем может возбуждаться и более слабыми стимулами подобного же рода, т.е. становится для человека латентным доминантным очагом, “больноймозолью”, случайно задев которую можно вызвать новую сильную эмоциональную реакцию.

По Блонскому, из трех эмоций, которые хорошо запоминаются (страдание, страх иудивление), не все запоминаются одинаково. О запоминании удивления как чувства, пишет он, лучше вообще не говорить: запоминается удивившее впечатление, ачувство удивления по своему характеру не таково, чтобы возбуждаться при однородном стимуле, так как удивление есть эмоциональная реакция именно нановое. Боль и страдание довольно часто воспроизводятся в виде страха, что неудивительно, так как между страхом и болью имеется генетическая связь.

Наличие эмоциональной памяти подвергнуто сомнению уже в наше время П.В.Симоновым (1981). Основанием этому послужили его исследованияпо произвольному воспроизведению актерами различных эмоций. Вот что пишет Симонов по этому поводу: “Нам не раз приходилось читать о так называемой“эмоциональной памяти”. Согласно этим представлениям, эмоционально окрашенное событие не только оставляет неизгладимый след в памяти человека, но, ставвоспоминанием, неизменно вызывает сильнейшую эмоциональную реакцию каждый раз, когда какая-либо ассоциация напомнит о пережитом ранее потрясении. Доверчивоследуя этой аксиоме, мы просили своих исследуемых вспоминать о событиях их жизни, связанных с наиболее сильными эмоциональными переживаниями. Каково жебыло наше изумление, когда такого рода намеренные воспоминания только в очень ограниченном проценте случаев сопровождались выраженными сдвигами кожныхпотенциалов, частоты сердцебиений, дыхания, частотно-амплитудных характеристик электроэнцефалограммы. Вместе с тем воспоминания о лицах, встречах, жизненныхэпизодах, отнюдь не связанных в анамнезе с какими-либо из ряда вон выходящими переживаниями, подчас вызывали исключительно сильные и стойкие, не поддающиесяугашению при их повторном воспроизведении объективно регистрируемые сдвиги. Более тщательный анализ этой второй категории случаев показал, чтоэмоциональная окраска воспоминаний зависит не от силы эмоций, пережитых в момент самого события, а от актуальности этих воспоминаний для субъекта вданный момент. Как тут было не вспомнить чеховского Ионыча, который с иронической усмешкой проезжает мимо дома любимой им некогда девушки, мимобалкона, где он провел ночь в состоянии потрясения и восторга. Стало ясно, что дело не в “эмоциональной памяти” и не в эмоциях самих по себе, а в чем-тодругом, скрывающемся за фасадом эмоциональных переживаний” (с. 3–4).

Думается, что этот вывод Симонова излишне категоричен. Во-первых, он сам отмечает, что вопределенном количестве случаев вегетативное выражение эмоций при их воспоминании все же отмечалось (это, кстати, подтвердилось и в исследованиях Е.А. Громовой и др., 1980,см. рис. 9.1). Во-вторых, тот факт, что физиологическое отражение эмоций наблюдалось в основном в случаях вспоминаниязначимых событий не отрицает наличия “эмоциональной памяти”, спаянной с событийной памятью. Неудача же с воспроизведением эмоциональных реакций моглабыть связана с различной эмоциональностью исследуемых.

Не случайно в более поздней работе (Симонов, 1987) он уже не так категоричновысказывается по поводу эмоциональной памяти. Так, он пишет: “Об эмоциональной памяти в “чистом виде” мы, по-видимому, вправе говорить только в тех особыхслучаях, когда ни внешний стимул, спровоцировавший воспоминание, ни извлеченная из памяти энграмма не получают отражения в сознании и возникшая эмоциональнаяреакция кажется субъекту беспричинной (Костандов, 1983)” (с. 80).

Считается, чтопроизвольное воспроизведение эмоциональных переживаний дается человеку струдом. Однако П. П. Блонский, например, пришел к выводу, что произвольное воспроизведение эмоций почти невозможно для многих людей, однако нельзя опровергнутьтот факт, что эмоциональная память может воспроизводиться непроизвольно. Вероятно, именно непроизвольное воспроизведение эмоций имеет место в случаях, окоторых говорит У. Джемс. У.Джемс, наоборот, отметил одну характерную особенность эмоциональной памяти: “Человек может даже приходить в большуюярость, думая о нанесенном ему оскорблении, чем непосредственно испытывая его на себе, и после смерти матери может питать к ней больше нежности, чем при еежизни” (1991, с. 273).

Еще один спорный вопрос: какие эмоциональные переживания лучше запоминаются—положительные или отрицательные? Среди западных психологов в первой четверти ХХ века получила распространение точка зрения, что лучше сохраняются в памятиположительные эмоции (Ebbinghaus, 1905; Фрейд, 1925). З.Фрейд обосновывает это вытеснением из памяти всего, что вызывает тягостные ощущения.Однако эксперименты, подтверждающие это положение, были не всегда безупречными и вызывали критику многих психологов. Например, П.Янг (Young, 1933)критиковал исследования с запоминанием слов приятного и неприятного содержания, указывая на смешение действительного переживания с “холодным познавательнымпониманием” приятного и неприятного.

В противовес взглядам западных психологов П.П.Блонский (1935) доказывал, что лучше запоминаются отрицательные эмоции, и подкреплял свой тезискак рассуждениями о биологической целесообразности этого, так и рядом исследований. Так, он пишет, что животное, забывающее то, что причиняет емустрадание, обречено на быструю гибель. С этим постулатом трудно спорить. Но трудно не согласиться и с его оппонентами, которые видят в более легкомзабывании неприятного полезный для жизни эффект— охрану от болезненных переживаний.

Я полагаю, что спор этот возник по недоразумению. Спорящие стороны не учли, чтозапоминание, о котором они все время говорят, приводя жизненные примеры, по существу ими не обсуждалось. Речь и у З.Фрейда, и уП.П.Блонского шла о вспоминании приятного и неприятного. В отношении же последнего реальная картина очевидно сложнее, чем это представлялсебе Блонский. Так, он сам отмечает, что чем ближе события (например, случившиеся вчера), тем чаще вспоминается приятное, чем неприятное, а чемдальше (например, что было в детстве), тем чаще вспоминается неприятное, чем приятное. Приятное чаще вспоминают те, кто неудовлетворен теперешним своимположением (например, неудачники, старики). Отсюда может быть правым и Фрейд со своим постулатом “вытеснения” негативного, т.е. желания его забыть или, вкрайнем случае, стараться не вспоминать; ведь он имел дело именно с неудовлетворенными жизнью людьми.

Е. А. Громова (1980) отмечает, что одним из свойств эмоциональной памяти является еепостепенная эволюция во времени. Вначале воспроизведение пережитого эмоционального состояния является сильным, ярким. Однако с течением времени это переживаниестановится все слабее. Эмоционально окрашенное событие легко вспоминается, но уже без переживания эмоции, хотя и с некоторым аффективным отпечатком:недифференцированным переживанием приятного или неприятного. С моей точки зрения это означает, что эмоция редуцируется до эмоционального тонавпечатлений.

При этом наблюдается некоторая генерализация процесса. Если первоначальная эмоциябыла вызвана каким-то определенным раздражителем, то со временем память о ней распространяется на другие сходные раздражители. П. П. Блонский делаетзаключение, что при такой генерализации эмоционального переживания происходит снижение способности дифференцировки порождающих его стимулов. Например, еслиребенка в детстве напугала какая-то определенная собака, то будучи взрослым, человек боится собак вообще.

Память о пережитой боли сохраняется очень долго (кроме родовых болей). Этот страхзаставляет предпочесть людей удалить зуб, чем лечить его с помощью бормашины, знакомство с которой состоялось еще в раннем детстве (Б. М. Федоров, 1977).

П. П. Блонский приводит примеры влияния эмоциональной памяти на формированиехарактера. Ужасное наказание в детстве может сделать человека боязливым, постоянная память о пережитом несчастье— меланхоличным и т. д.

Интересные данные, свидетельствующие об эмоциональной памяти, приведены Ю.Л.Ханиным (1978) о запоминании спортсменками и спортсменами своейтревоги перед соревнованиями и во время них. В одном случае гимнасткам было предложено оценить свое состояние за час до начала соревнования и перед каждымиз четырех снарядов гимнастического многоборья. Затем через 18 дней каждая гимнастка по своим воспоминаниям ретроспективно оценила, “как она себячувствовала за час до начала соревнования и перед каждым снарядом”. Оказалось, что ретроспективные и реальные оценки ситуативной тревоги были достаточноблизки между собой. Коэффициенты корреляции были особенно велики в отношении переживаний перед теми снарядами, которых гимнастки боялись больше всего.

На основании результатов, полученных Ханиным, можно предполагать, что у женщинэмоциональная память лучше, чем у мужчин. К такому выводу склоняют следующие факты.

Группе женщин— прыгунов в воду было предложено за 20 дней до важных соревнованийоценить ретроспективно на основании своего прошлого опыта с помощью шкалы ситуативной тревожности “свое состояние перед ответственными соревнованиями”.Затем непосредственно перед соревнованиями (за два часа до начала выступления) с помощью шкалы ситуативной тревожности был измерен реально наблюдаемый уровеньтревоги. Оказалось, что между этими двумя показателями существует тесная корреляция. У мужчин же в результате проведения такого же исследованиядостоверной корреляции не было выявлено.

Правда, выявленные различия между мужчинами и женщинами в запоминании своих переживаниймогут быть объяснены худшей у мужчин, чем у женщин, рефлексией и меньшей у мужчин, чем у женщин, выраженностью, тревоги, но все это тоже нуждается вдоказательстве.

Следует отметить, что термин “эмоциональная память” не всегда используется адекватно.Например, Б. Б. Коссов (1973) говорит об эмоциональной памяти шахматистов, а на самом деле им изучалось влияние эмоции на запоминание (как эмоциональноевозбуждение влияет на запоминание позиций в партии).

#### Эмоциональный слух

Этот термин введен В.П.Морозовым (1991) и означает способность опознания эмоций по речи и пению человека. О том, что такая способность существует, можетсвидетельствовать тот факт, что между эмоциональным слухом и речевым слухом отсутствует корреляция. Поэтому “эмоциональная глухота” может встречаться и улюдей с хорошо развитым восприятием речи. Эмоциональный слух— филогенетически более древняя способность. В пользу существования этой способность,свидетельствует и то, что испытуемые разного возраста, пола и профессии показали существенные различия в правильности опознания эмоций— от 10 до95%. Было выявлено, что музыканты и вокалисты обладают более развитым эмоциональным слухом. В связи с этим эмоциональный слух стал рассматриватьсякак один из критериев художественной одаренности, который стал использоваться на приемных экзаменах в консерваторию. В контексте обсуждаемого в этомпараграфе вопроса важно не то, насколько эмоциональный слух пригоден для профотбора, а насколько он помогает опознавать эмоции человека.

А.Х.Пашина (1992) показала, что одинаковый у двух субъектов процент опознания всех эмоцийможет быть при разном количестве правильно опознанных эмоций. В связи с этим она выдвинула представление о структуре эмоционального слуха. Ею былоустановлено, что испытуемые по-разному опознают количество предъявленных эмоций: одни— все пять, другие— четыре, третьи— три ит.д. Больше всего опознают эмоций музыканты, затем учащиеся математической школы, еще меньше— работники детского дома и самое меньшеечисло правильных опознаний было у учащихся выпускного класса детского дома (рис. 9.2).

Эти данные свидетельствуют о том, что эмоциональный слух зависит от опыта, приобретаемого людьми в процессе общения. Но, с другой стороны, имеются лица,которые и без опыта способны опознать все пять эмоций, что говорит в пользу того, что эмоциональный слух может быть и врожденным.

Различия между выборками обнаружились и по виду эмоций, которые основная частьиспытуемых каждой выборки определяет с максимальной по сравнению с другими эмоциями вероятностью. Так, студенты музыкального факультета с большейточностью идентифицировали “радость” и “нейтрально”. Восемьдесят пять процентов учащихся-“математиков” лучше определяли “нейтрально”, а затем— “радость”.Сотрудники детского дома лучше идентифицировали “нейтрально” и “печаль”.

У воспитанников детского дома на первом месте были “страх” и “нейтрально”. Этонаводит на мысль, что лучше опознается то, что переживается самим испытуемым.

Пашина выявила, что лица, которые распознают только одну эмоцию, отличаются низкимуровнем эмпатии и нормальным уровнем тревожности, а те, кто распознает все пять эмоций, имеют достаточно высокий уровень эмпатии и очень высокую ситуативнуютревожность. Кроме того, имеет значение, какой в данный момент у испытуемого эмоциональный фон, т.е. какую эмоцию он переживает в данный момент (рис.9.3).

<...>

### Глава 11 Общее представление о чувствах

Житейское понимание слова “чувство” настолько широко, что теряет конкретное содержание.Это и обозначение ощущений (“чувство боли”), и возвращение сознания после обморока (“прийти в чувство”), и самооценка (чувство собственного достоинства,чувство собственной неполноценности) ит.п. Многофункциональное использование слова “чувство” выражается и в словах “чувствовать”,“предчувствовать”, “чувствительность”. Так, говорят “я почувствовал”, вместо того чтобы сказать “я ощутил”, или “я чувствую” вместо того чтобы сказать “ядумаю (полагаю, предвижу)”. Говорят также об органах чувств, хотя очевидно, что речь идет об органах ощущений, об анализаторах. С другой стороны, говорят об “острыхощущениях”, хотя ясно, что речь идет об эмоции страха.

Однако понятие “чувство” смешивается не только с ощущениями, но и с интеллектуальнымипроцессами и состояниями человека. Например, у К.Д.Ушинского (1974) в его труде “Человек как предмет воспитания” подробно рассматриваются такие“умственные чувства”, как чувство сходства и различия, чувство умственного напряжения, чувство ожидания, чувство неожиданности, чувство обмана, чувствосомнения (нерешительности), чувство уверенности, чувство непримиримого контраста, чувство успеха. К сожалению, это имеет место не только в прошлом, нои сейчас.

#### 11.1.Соотношение понятий “чувство” и “эмоция”

То, что чувства и эмоции тесно взаимосвязаны, не требует обсуждения. Вопрос не в этом,а в том, что вкладывается в эти понятия и каково соотношение между ними.

Попытки развести понятия “чувство” и “эмоция” делались давно. Еще У. Мак-Дугалл(MacDougall, 1928) писал, что “термины “эмоция” и “чувство”… употребляются с большой неопределенностью и путаницей, что соответствует неопределенности иразнообразию мнений об основах, условиях возникновения и функциях тех процессов, к которым эти термины относятся” (с. 103). Правда, и ему самомупреодолеть эту путаницу не удалось.

После многолетней систематической работы над тем, чтобы сделать свои представления поэтим вопросам более ясными, У. Мак-Дугалл пришел к выводу, что развести эти термины можно “на основе их функционального отношения к целенаправленнойактивности, которую они определяют и сопровождают, поскольку эти отношения в обоих случаях существенно различаются” (с. 104).

Он пишет, что существуют две первичные и фундаментальные формы чувства—удовольствие и страдание, или удовлетворение и неудовлетворение, которые окрашивают и определяют в некоторой, хотя бы незначительной, степени всеустремления организма. По мере своего развития организм становится способным испытывать целый ряд чувств, являющихся сочетанием, смесью удовольствия истрадания; в результате появляются такие чувства, как надежда, тревога, отчаяние, чувство безысходности, раскаяние, печаль. Такие сложные чувства вобыденной речи называют эмоциями. Мак-Дугалл полагает, что эти сложные “производные эмоции” целесообразно называть чувствами. Они возникают послетого, как успешно или неуспешно осуществлены стремления человека. Подлинные же эмоции предшествуют успеху или неуспеху и от них не зависят. Они не оказываютпрямого влияния на изменение силы устремлений. Они лишь открывают самосознающему организму природу действующих побуждений, т.е. имеющиесяпотребности.

Сложные чувства, по Мак-Дугаллу, зависят от развития познавательных функций и поотношению к этому процессу вторичны. Они присущи только человеку, хотя простейшие их формы доступны, вероятно, и высшим животным.

Подлинные же эмоции появляются на значительно более ранних этапах эволюционного развития.

Попытку У. Мак-Дугалла развести эмоции и чувства нельзя признать удачной. Даваемые имкритерии для такого разведения слишком неопределенны (что означает, например, “специфическое побуждение”, к которому он относит только эмоции?), а отнесениетого или иного эмоционального явления к чувствам или эмоциям мало обоснованы и понятны. Чем, например, “смешанная эмоция” стыда, позора отличается от таких явлений,отнесенных им к чувствам, как раскаяние, отчаяние? И те, и другие могут появляться после осуществления или неосуществления стремления.

Разведение эмоций и чувств по признаку “до и после деятельности” тоже не соответствуетистине, так как эмоции могут сопровождать деятельность и поведение и до, и во время, и после них. Остается не ясным и то, чем же в конце концов являются “двепервичные и фундаментальные формы чувства”: чувствами или эмоциями?

С точки зрения функционального подхода к психическим явлениям развести эмоции и чувствапытался и Э.Клапаред. Он задался вопросом— для чего нужны те и другие— и отвечает: чувства в нашем поведении полезны, тогда как эмоциицелесообразными не являются. С позиции того, что мы сейчас знаем об эмоциях и их функции, эту попытку отделить их от чувств тоже не назовешь удачной.

Современных ученых, рассматривающих соотношение чувств и эмоций, можно разделить на четырегруппы. Первая группа отождествляет чувства и эмоции или дает чувствам такое же определение, какое другие психологи дают эмоциям; вторая считает чувства однимиз видов эмоций (эмоциональных явлений); третья группа определяет чувства как родовое понятие, объединяющее различные виды эмоций как формы переживаниячувств (эмоции, аффекты, настроения, страсти и собственно чувства); четвертая— разделяет чувства и эмоции.

Все это приводит к тому, что возникает не только терминологическая путаница, но иполная неразбериха в описании того и другого явления. Так, в “Словаре по этике” (1983) о чувствах написано, что “по своей психологической природечувства— это устойчивые условнорефлекторные образования в сознании человека, составляющие основу его аффективно-волевых реакций в различныхситуациях (эмоций и побуждений)” (с. 400). Но почему психологическая природа чувства состоит в условнорефлекторных (т.е. физиологических) образованияхи почему эмоции являются аффективно-волевыми реакциями!?

Спорным является представление ряда психологов, что чувства присущи только человеку.Хотя у него они и являются личностным отношением к окружающей его действительности, но ряд фактов заставляет признать наличие чувств и уживотных.

Чувства как эмоции. В.Вундт, разделяя объективные и субъективные элементы ощущения, первые обозначил как просто ощущения, а вторые— как простыечувства. Однако даваемая им характеристика последних свидетельствует о том, что речь идет об эмоциональных переживаниях, эмоциях, а не чувствах. Несмотря наэто, эмоциональные переживания стали обозначать как чувства, подразделяя их на простые (низшие) и сложные (высшие). Для многих психологов (например: Шварц,1948; Иванов, 1967) понятия “эмоции” и “чувства” являются синонимичными.

В.С.Дерябин (1974), отделяя понятия “ощущение” и “чувство”, сводит последнее кэмоциональному (чувственному) тону ощущений: “Если ощущение сопровождается одним чувством, далее не разлагающимся, например чувством удовольствия от вкусасахара, то такое чувство называется простым…”— пишет он (с. 58).

В “Философском словаре” (1980) одна из статей озаглавлена “Чувства (эмоции)” иэто не случайно, так как чувства там определяются как эмоции, т.е. как переживание человеком своего отношения к окружающей действительности (к людям,их поступкам, к каким-либо явлениям) и к самому себе. Различие между эмоциями и чувствами автор данной статьи видит лишь в длительности переживания: усобственно эмоций они кратковременные, а у чувств— длительные, устойчивые. Тогда и настроение можно отнести к чувствам. Автор цитируемойстатьи практическое отождествляет эмоции и чувства, о чем свидетельствует приписывание чувствам характеристик эмоций следующая цитата: “Являясь сигналамиуспешности или неуспешности выполнения деятельности, соответствия или несоответствия предметов и явлений потребностям и интересам человека, чувстватем самым занимают существенное место в регуляции деятельности людей”. Такая позиция дает ему основание говорить о генетической детерминации чувств, которыев то же время формируются обществом.

В словаре “Психология” (1990) написано, что “чувства— одна из основных формпереживания человеком своего отношения к предметам и явлениям действительности, отличающаяся относительной устойчивостью”. Но переживание своего отношения кчему-либо— это эмоция. Следовательно, и здесь чувство понимается как устойчивая эмоция.

Иногда говорят о ситуативных эмоциях, пытаясь таким образом отделить их от высшихэмоций, называемых чувствами. Я полагаю, что это излишне, так как эмоции, в отличие от чувств, всегда ситуативны, т.е. возникают “здесь и сейчас”.

Нередко эмоции называют чувствами, и наоборот, чувства обозначают как эмоции даже теученые, которые в принципе разводят их. Не строгое использование понятий “эмоция” и “чувство” часто, например, имеет место в книге Л.В.Куликова(1997), хотя автор и пишет, что “в чувствах отражено отношение к стабильно значимым для личности вещам и явлениям в отличие от эмоций, выражающихотношение к конкретным, актуальным условиям, отдельным предметам или поступкам людей” (с. 63). В учебнике В.Н.Куницыной,Н.В.Казариновой и В.М.Погольша (2001) говорится о “чувстве ложного стыда” (с. 353), хотя на предыдущей странице сами авторыпишут, что стыд— это эмоция. Давая разные определения эмоциям и чувствам, авторы в то же время обозначают одну и ту же эмоциональную реакцию то однимтермином, то другим. Так, например, они пишут: “Эмоция как знак несет информацию о том, что этот объект обладает определенным значением для субъекта,а модальность чувства раскрывает, как именно он значим: приятен, необходим, опасен, безразличен, неприятен” (с. 231; выделено мною. Е. И.). В “Курсе общей,возрастной и педагогической психологии” (1982) написано, что в широком смысле понятия “чувство” и “эмоция”— синонимы, а в узком— они различны. Вкниге А.И.Захарова (1995) любовь, нежность, жалость, сочувствие и сострадание называются автором то чувствами, то эмоциями. Все этопримерыинерции бытового отождествления понятий “эмоция” и “чувства”.

Такая же тенденция прослеживается и в западной психологии. Так, в американском учебникеВ. Квин (2000) написано следующее: “Эмоции— это субъективное отношение человека к миру, переживаемое как удовлетворение или неудовлетворениепотребностей. Эти чувства могут быть приятными, неприятными и смешанными. Люди очень редко испытывают эмоции в чистом виде” и т.д. (с. 246). Немецкийпсихоаналитик П.Куттер (1998) употребляет слово “чувство” в самом широком значении, в том числе и для обозначения эмоций.

Чувства как вид эмоций. А.Н.Леонтьев (1971) считает чувства особым подклассом эмоциональных явлений. Он отличает чувства от эмоций их предметнымхарактером, возникающим в результате специфического обобщения эмоций, связанных с конкретным объектом. Возникновение предметных чувств выражает формированиеустойчивых эмоциональных отношений, своеобразных “эмоциональных констант” между человеком и объектом. В.М.Смирнов и А.И.Трохачев (1974)полагают, что вряд ли следует отождествлять или противопоставлять психологические понятия “эмоция” и “чувство”, их скорее нужно рассматривать какотношение частного к общему. Этой же позиции придерживаются, по существу, Л.В.Благонадежина (1956) и П.В.Симонов (1981), которыесчитают, что чувства— это эмоции, возникающие на базе социальных и духовных потребностей, т.е. потребностей, возникших в ходе историческогоразвития человечества. В словаре социально-психологических понятий “Коллектив, личность, общение” (1987) чувства отождествляются с переживаниями.А.А.Зарудная (1970) полагает, что “эмоции и чувства— это разнообразные переживания человека, вызванные удовлетворением илинеудовлетворением потребностей…” (с. 285), а различие между эмоциями и чувствами состоит лишь в том, что первые— это простые переживания, авторые— сложные. Замечу, что сложные переживания обычно связывают со смешанными (бимодальными) эмоциями, а не с чувствами.

У П.А.Рудика (1976) в состав эмоций входят настроения, аффекты и низшие и высшие чувства. Низшие чувства отражают удовлетворение илинеудовлетворение естественных потребностей, а также ощущения (чувства), связанные с самочувствием (усталость, вялость идр.). Высшие чувствавозникают в связи с удовлетворением или неудовлетворением общественных потребностей человека. Р.С.Немов (1994) к основным эмоциональнымсостояниям относит собственно эмоции, аффекты и чувства. Он пишет, что чувство— это “высшая, культурно обусловленная эмоция человека, связаннаяс некоторым социальным объектом” (с. 572).

Разведение эмоций и чувств. Наиболее четкое разделение эмоций и чувств даноА.Н.Леонтьевым (1971). Он отмечает, что эмоция имеет ситуативный характер, т.е. выражает оценочное отношение к наличной или возможной вбудущем ситуации, а также к своей деятельности в ситуации. Чувство же носит отчетливо выраженный “предметный” (объектный) характер. Чувство— этоустойчивое эмоциональное отношение. Существенно и замечание А.Н.Леонтьева, что эмоции и чувства могут не совпадать и дажепротиворечить друг другу (например, глубоко любимый человек может в определенной ситуации вызвать преходящую эмоцию неудовольствия, даже гнева).

Г.А.Фортунатов (1976) тоже считает, что не следует отождествлять понятия “чувство”” и“эмоция”. Например, нельзя чувство патриотизма, ответственность за порученное дело или чувство любви матери к детям называть эмоцией, хотя эти чувствапроявляются через эмоциональные переживания.

В.А.Крутецкий (1980), хотя и пишет вначале, что “чувствами или эмоциями называют переживаниечеловеком своего отношения к тому, что он познает и делает, к другим людям и к самому себе” (с. 186), все же отмечает, что, в сущности, эти два понятияотличаются друг от друга. Чувство— это более сложное, постоянное, устоявшееся отношение человека, черта личности. Эмоция же— более простое,непосредственное переживание в данный момент.

Разводят чувства и эмоции по их свойствам В.В.Никандров и Э.К.Сонина (1996).

К.К.Платонов (1972) полагает, что чувство— это форма отражения, возникшая из сочетанияпонятийной формы психического отражения с эмоциями. Так, чтобы y чeлoвeкa вoзниклo чyвcтвo любви к Poдинe, oн дoлжeн oвлaдeть пoнятиeм “Poдинa”,т.е. знать и пoнимaть, чтo это тaкое и кaкиe пepeживaния мoгyт быть y чeлoвeкa в cвязи с этим пoнятиeм. Проявление этой концепции видно в выделениитак называемых высших чувств, которые отражают духовный мир человека и которые связаны с анализом, осмыслением и оценкой происходящего. Человек сознает почемуон ненавидит, гордится, дружит. Но является ли это истинной сущностью чувств? Достаточно ли критерия осознанности причины проявления эмоции для того, чтобыэмоция стала чувством?

В ряде учебников (Психология, 1948; Общая психология, 1986; Психология, 1998)наблюдается обратная картина. В них имеется только глава “Чувства”, в которой говорится о различных формах переживания чувств— настроении, эмоциях,аффектах, страсти и даже о собственно чувствах. Следовательно, авторы этих глав (А.М.Шварц, А.В.Петровский идр.) идут вслед заВ.Вундтом, который говорил о чувствах как классе эмоциональных явлений. Такова же позиция и Г.А.Фортунатова, относящего к эмоциямчувственный тон, эмоциональные процессы и состояния (собственно эмоции), аффекты, настроение, которые служат для выражения чувств человека. Еслиследовать этому определению, то придется признать, что эмоций без чувств не бывает. Таким образом, чувства, с точки зрения вышеуказанных авторов, выступают какродовое понятие для эмоций.

Следует отметить, что у ряда авторов попытки развести эмоции и чувства выглядят неочень убедительными. Так, Л.В.Благонадежина пишет, что отдельные эмоции и чувства могут обозначаться одним и тем же словом, но их происхождениеи роль в жизни человека различны. Автор утверждает, что страх в условиях опасности для жизни — это эмоция. Но страх оказаться в смешном положении,потерять уважение людей— это чувство. Очевидно, что при этом разделении автор руководствовалась положением, что все эмоции, связанные с социальнымипотребностями человека, следует считать чувствами.

Р.С.Немов полагает, что эмоции не всегда осознаются, чувства же, напротив, внешне весьмазаметны. Я бы сказал, что все обстоит как раз наоборот. Часто человек не хочет признаться себе в том, что у него возникло то или иное чувство, в то время какэмоция как переживание не может не осознаваться. Немов считает чувства и эмоции личностными образованиями, которые характеризуют человекасоциально-психологически, отрицая тем самым биологическую природу эмоций.

А.Г.Маклаков (2000), рассматривая чувства как один из видов эмоциональных состояний, вкачестве дифференцирующих эмоции и чувства признаков декларирует следующие.

1. Эмоции, как правило, носят характер ориентировочной реакции, т.е. несут первичную информацию о недостатке или избытке чего-либо, поэтому они часто бывают неопределенными и недостаточно осознаваемыми (например, смутное ощущение чего-либо). Чувства, напротив, в большинстве случаев предметны и конкретны. Такое явление, как “смутное чувство” (например, “смутное терзание”), говорит о неопределенности чувств и рассматривается автором как процесс перехода от эмоциональных ощущений к чувствам.
2. Эмоции в большей степени связаны с биологическими процессами, а чувства— с социальной сферой.
3. Эмоции в большей степени связаны с областью бессознательного, а чувства максимально представлены в нашем сознании.
4. Эмоции чаще всего не имеют определенного внешнего проявления, а чувства имеют.
5. Эмоции кратковременны, а чувства длительные, отражают устойчивое отношение к каким-либо конкретным объектам.

Нельзя не отметить эклектичность этих дифференцирующих признаков. Первый и четвертыйпризнаки скорее относятся к различиям между эмоциональным тоном ощущений и эмоцией, а второй и пятый— к различиям между эмоциями и чувствами. Крометого, вряд ли можно согласиться с тем, что эмоции относятся к области бессознательного. Но самое главное— для дифференцирования двух явлений не пригодныкритерии, которые проявляются “в большей или меньшей степени”. Это значит, что в такой же степени этой критерий приложим и к дифференцируемому явлению, тольков одном случае он проявляется в меньшем числе случаев, а в другом— в большем.

Часто чувства понимаются как специфическое обобщение эмоций, испытанных человеком.Это действительно может иметь место, но только как частный случай. Вряд ли этот механизм имеет место при пробуждении у родителей чувства любви к новорожденномуребенку. Скорее здесь проявляется инстинкт. Да и любовь с первого взгляда трудно считать обобщением ранее испытывавшихся по отношению к предмету любвиэмоций, поскольку до этого этот объект просто отсутствовал.

Чувства выражаются через определенные эмоции в зависимости от того, в какой ситуацииоказывается объект, к которому данный человек испытывает чувство. Например, мать, любя своего ребенка, будет переживать во время его экзаменационной сессииразные эмоции, в зависимости от того, каков будет результат сдачи экзаменов. Когда ребенок пойдет на экзамен, у матери будет тревога, когда он сообщит обуспешно сданном экзамене— радость, а при провале его— разочарование, досада, злость. Этот и ему подобные примеры показывает, чтоэмоции и чувства— это не одно и то же.

Таким образом, прямого соответствия между чувствами и эмоциями нет: одна и та жеэмоция может выражать разные чувства, и одно и то же чувство может выражаться в разных эмоциях. Не проявляя внешне эмоций, человек скрывает от других и своичувства.

Доказательством их нетождественности является и более позднее появление в онтогенезе чувств посравнению с эмоциями.