

В.Д. Шадриков

**Введение в психологию:
эмоции и чувства**



Москва • «Логос» • 2002

УДК 159.9

ББК 88.3

Ш16

В.Д. Шадриков

Ш16 Введение в психологию: эмоции и чувства. –

М.: Логос, 2002. – 156 с.

ISBN 5-94010-159-3

Рассматриваются современные представления об эмоциях и чувствах, даются их определения как ключевых категорий психологической науки. Раскрываются нейропсихологические механизмы эмоций. Характеризуется процесс развития эмоций и чувств от простых к сложным, дается их симптоматика. Анализируются факторы развития эмоций и чувств. Излагаются основные теории эмоций. Книга завершает цикл трудов автора, посвященных основаниям психологии, куда вошли «Введение в психологию: мотивация поведения» (М.: Логос, 2001) и «Введение в психологию: способности человека» (М.: Логос, 2002).

Для ученых и специалистов в области психологии, педагогики и других наук о человеке. Представляет интерес для студентов, обучающихся по психологическим и педагогическим направлениям и специальностям высших учебных заведений.

ББК 88.3

© Шадриков В.Д., 2002

© «Логос», 2002

ВВЕДЕНИЕ

Эмоции и чувства пронизывают всю жизнь человека, выделяя наиболее важные для него события. Одно только это определяет их огромную роль во внутреннем мире каждой личности, да и во всей человеческой культуре.

Но что такое эмоции? Как они возникли в филогенезе и каков их биологический механизм? Как развиваются эмоции и чувства в процессе индивидуальной жизни? И, наконец, каково их значение для отдельного человека и всего человеческого рода? Поиск ответов на эти и многие другие близкие к ним вопросы составляет относительно самостоятельную область психологических исследований, результаты которых проливают свет на сущность психического и само его происхождение.

Особый интерес вызывают вопросы о месте эмоций в структуре психики человека, их взаимосвязи с мотивацией, психическими познавательными процессами и способностями, личностными качествами человека. Какова связь эмоций и знаний? Может ли человек познавать окружающий мир на основе его эмоционального отражения? Какова роль переживаний в формировании внутренней человеческой жизни? Эти и многие другие вопросы рассматриваются в настоящей работе.

Длительный период эмоции и чувства в психологии изучались на основе наблюдений. Это естественный путь развития любой науки. Был собран, обобщен и проанализирован огромный эмпирический материал, разработаны первые теории эмоций и чувств, которые можно отнести к классическим. Были выделены базовые (природные) эмоции, показано их функциональное

значение в выживании биологического вида и индивида, установлена симптоматика переживаний.

Новый этап в изучении эмоций и чувств связан с разработкой современных приемов нейропсихологических исследований. Используя методы электрической стимуляции определенных мозговых структур, самостимуляции, разрушения некоторых отделов мозга или их выключения из системной деятельности мозга, а также метод психофармакологического анализа, ученые получили данные, позволяющие ответить на принципиальный вопрос, как возникает переживание.

Приведенные в работе теории эмоций дают читателю системное представление об основных этапах изучения такого сложного явления, как переживания человека. Они отражают эволюцию взглядов по психологии эмоций и чувств за последнее столетие.

Автор выражает благодарность Е.В. Смирновой за подготовку рукописи к изданию.

СОДЕРЖАТЕЛЬНОЕ МНОГООБРАЗИЕ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ

Жизнь человека насыщена переживаниями: удовольствие и неудовольствие, любовь и ненависть, надежда и разочарование, уверенность и отчаяние, веселость и подавленность, гордость и стыд, тоска, ярость, ревность и др. Эмоции проявляются как процессы и состояния, в устойчивых формах реагирования они могут переходить в свойства личности. На эмоциях «лежит печать чего-то особенно близкого субъекту, их испытывающему»¹.

Как отмечает С.Л. Рубинштейн, эмоции можно предварительно охарактеризовать несколькими признаками: *во-первых*, в отличие от восприятий, которые обозначают содержание объекта, эмоции выражают состояние субъекта и его отношение к объекту; *во-вторых*, эмоции обычно отличаются полярностью, в сложных человеческих чувствах они, взаимодействуя, образуют сложное противоречивое единство (амбивалентность чувств); *в-третьих*, эмоции всегда имеют характер, захватывающий всего человека, они связаны с личностным «я»².

Между эмоциями и чувствами трудно провести границу. Обычно под эмоциями понимают более эле-

¹ Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — М.: Учпедгиз, 1946. С. 5.

² Рубинштейн С.Л. Основы психологии. — М.: Учпедгиз, 1935. С. 393.

ментарные переживания, а под чувствами — сложные целостные образования. Но кто оценит, какое переживание можно отнести к простым. Одним из подходов к разделению эмоций и чувств является соотношение их с потребностями человека. Эмоции связаны с удовлетворением или неудовлетворением биологических потребностей, а чувства — социальных потребностей личности.

По интенсивности, длительности протекания, степени волевой регуляции эмоций выделяют: настроение, страсти и аффекты.

Настроение — эмоциональное состояние, характеризующееся длительностью и устойчивостью, положительными или отрицательными переживаниями, выступающими фоном для всех остальных элементов психической деятельности (радость, тоска).

Страсть — это эмоциональное состояние, характеризующееся стойкостью и длительностью, определяющее поведение человека, составляющее сущность внутренней жизни человека на ее определенном этапе. С точки зрения пользы для человека страсти бывают положительными, возвышающими человека, и губительными для него (любовь, стяжательство).

Аффект — это эмоциональное состояние, стремительно развивающееся и непродолжительное, характеризующееся действиями и поступками, не поддающимися волевому контролю (ярость, отчаяние, оцепенение).

Между отдельными видами чувств нет непроходимой границы: удивление может переходить в изумление, гнев — в ярость, радость — в восторг, горе — в отчаяние, страх — в ужас и т.д.

Длительный период психологи занимались описанием и классификацией эмоций. Как бы подводя итог данному направлению исследований, У. Джемс (1901) писал:

«Разнообразие эмоций бесконечно велико. Гнев, страх, любовь, ненависть, радость, печаль, стыд, гордость и различные оттенки этих эмоций могут быть названы наиболее грубыми формами эмоций, будучи тесно связаны с относительно сильным телесным возбуждением. Более утонченными эмоциями являются моральные, интеллектуальные и эстетические чувствования, с которыми обыкновенно бывают связаны значительно менее сильные телесные возбуждения. Объекты эмоций, обстоятельства, связанные с ними, и разнообразные виды эмоций можно описывать без конца. Бесчисленные оттенки каждой из них незаметно переходят один в другой и отчасти отмечаются в языке синонимов, как, например, ненависть, апатия, вражда, злоба, нерасположение, отвращение, мстительность, неприятие, омерзение... Результатом множества работ в таком направлении является то, что чисто описательная литература по данному вопросу, начиная с Декарта и до наших дней, представляет собой самый скучный отдел психологии»¹.

В более поздний период подобную точку зрения высказал Л.С. Выготский: «...путь определений и классификаций, который проделала психология на протяжении нескольких столетий, привел к тому, что психология чувств оказалась самой бесплодной и скучной из всех глав этой науки»².

А.Н. Лук приводит перечень из 70 определений эмоций и чувств³, Каннер (цит. по Вальдману, 1972) приводит 365 английских слов, связанных с обозначением разных эмоциональных состояний. Нельзя ска-

¹ *Джемс У.* Психология. — С.-Петербург, 1901. С. 307.

² *Выготский Л.С.* Спиноза и его учение об эмоциях в свете современной психоневрологии//Вопросы философии. 1970. № 6. С. 127.

³ *Лук А.Н.* Эмоции и чувства. — М., 1972. С. 73—77.

зать, что такие описания и определения бесполезны. С одной стороны, они указывают на значение эмоций и чувств в жизни человека, ибо в языке закрепляются наиболее важные понятия. С другой стороны, они привели к постановке проблемы исходных, базовых эмоций, из которых порождается все остальное многообразие эмоций и чувств.

Базовые эмоции. В качестве базовых эмоций Б. Спиноза выделил три: удовольствие, неудовольствие и желание¹. В. Вундт² в качестве основных форм чувств выделял три пары различных противоположностей: удовольствие—неудовольствие, возбуждение—успокоение, напряжение—разряжение. У. Макдауголл писал, 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 все устремления организма. Удовольствие является следствием успеха как полного, так и частичного, страдание — следствием и знаком неуспеха и фрустрации»³.

М. Грот писал, что «чувствованиями всего правильнее называть те состояния сознания, которые вытекают из субъективной оценки ощущений. Такая оценка выражается в противоположных состояниях удовольствия и страдания, которые служат первоначально единственными источниками для образования стремлений и движений, т.е. для ответной реакции организма в направлении к внешнему миру»⁴.

¹ Спиноза Б. Избранные произведения. — М., 1957. Т. 1.

² Вундт В. Основы физиологической психологии. Очерки психологии. — М., 1912. Т. 2.

³ Экспериментальная нейрофизиология эмоций/Под ред. А.В.Вальдмана. — Л.: Наука, 1972.

⁴ Психология эмоции. Тексты/Под ред. В.К.Вилюнаса и Ю.Б.Гиппенрейтер. — М.: МГУ, 1984.

Рассматривая проблему развития эмоций, Уотсон утверждает наличие у ребенка трех врожденных эмоций: страха, гнева и любви.

Плутчик [Plutchik, 1962] выделил 8 первичных эмоций, связанных с основными адаптивными биологическими процессами. Путем соединения первичных эмоций могут формироваться более сложные (вторичные) эмоции: 8 первичных эмоций дают 28 парных комбинаций и 56 тройных комбинаций. Например, он 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 (табл. 1).

Каждая из эмоций может различаться по интенсивности, что также выражается в итоговой эмоции.

К. Изард в качестве первичных выделяет 10 фундаментальных эмоций, образующих основную мотивационную систему человеческого существования: 1) интерес-волнение; 2) радость; 3) удивление; 4) горе-страдание; 5) гнев; 6) отвращение; 7) презрение; 8) страх; 9) стыд; 10) вина.

Эмоции являются фундаментальными, поскольку «каждая из них имеет:

а) специфический внутренне детерминированный нервный субстрат;

б) характерные мнемические или нервно-мышечные комплексы;

в) отличающееся субъективное переживание или феноменологическое качество»¹.

¹ Изард К. Эмоции человека. — М.: МГУ, 1980. С. 83.

Таблица 1

Основные прототипы адаптивного поведения и эмоций,
по Плутчику (Plutchik, 1962)

№ п/п	Адаптивное поведение (адаптивный комплекс)	Первичная эмоция
1	Объединение — поглощение пищи и воды	Принятие
2	Непринятие — реакция устранения, выделения, 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	Лишение — потеря объекта, приносящего удовольствие	Горе
7	Ориентировка — ответ на контакт с новым незнакомым объектом	Испуг
8	Исследование — более или менее случайные действия в изучаемой окружающей среде	Ожидание или любопытство

С.Л. Рубинштейн выделял три уровня эмоциональных переживаний. *Первый* — это уровень органической аффективно-эмоциональной чувствительности (физические чувствования удовольствия и неудовольствия). Ко *второму* уровню он относит предметные чувства, соответствующие предметному восприятию и предметному действию. «На этом втором уровне чувство является уже не чем иным, как выражением в осознанном переживании отношения человека к миру...».

Опредмеченность чувств находит свое высшее выражение в том, что сами чувства дифференцируются в зависимости от предметной сферы, к которой они относятся. Эти чувства подразделяются на интеллектуальные, эстетические и моральные (любовь или ненависть к определенному лицу, возмущение поступком и др.).

На *третьем уровне* находятся обобщенные чувства (иронии, возвышенного, трагического и т.п.), выражающие мировоззренческие установки личности¹.

Фактически в своей классификации Рубинштейн дает картину развития эмоций, закладывая в ее основание первичные органические чувства удовольствия—неудовольствия.

На основании проведенного анализа можно сделать вывод, что эмоции связаны с удовлетворением или неудовлетворением потребностей личности. Это позволяет дать следующее определение: э м о ц и и — это переживания личности, связанные с удовлетворением или неудовлетворением ее потребностей. Но появляется вопрос: «Как возникают эти переживания?»

¹ Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — М.: Учпедгиз, 1946. С. 490—495. Макдауголл У. Различие эмоции и чувства//Технология эмоций/Под ред. В.К.Вилюнаса и Ю.Б.Гиппенрейтер. — М.: МГУ, 1984. С. 104.

БИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ЭМОЦИЙ

Современные исследования в области нейропсихологии и нейрофизиологии позволяют подойти к пониманию и определению существа, механизмов и процессов возникновения эмоций. С помощью методов электрической стимуляции определенных структур мозга, самостимуляции и разрушения определенных отделов мозга, а также метода психофармакологического анализа в экспериментальной нейрофизиологии были получены данные, которые свидетельствуют о том, что существуют отдельные структуры мозга, раздражение которых приводит к выраженным эмоциональным состояниям (удовлетворение—неудовлетворение) и эмоциональным реакциям (ярость, страх, нападение, избегание и др.). К таковым структурам, в частности, оказались причастными определенные отделы гипоталамуса, таламуса, неокортекса.

Обобщив экспериментальные данные, П.В. Симонов приводит следующую таблицу распределения в мозге человека структур, раздражение которых сопровождается определенным эмоциональным состоянием (табл. 2)¹.

Прямое раздражение мозга, отмечает Симонов, способно вызвать «...только четыре эмоциональных состо-

¹ Экспериментальная нейрофизиология. — Л.: Наука, 1972. С. 29. Симонов П.В. Высшая нервная деятельность человека. Мотивационно-эмоциональный аспект. — М.: Наука, 1975. С. 85.

**Эмоциональные состояния, вызванные
раздражением структур головного мозга**

Эмоциональное состояние	Стимулируемые структуры	Автор
Тревога	Передний гипоталамус Миндалины	Bovard, 1962 Гис, 1963
Страх	Медиальные ядра таламуса Передняя часть островка Задний гипоталамус Покрышка Миндалины	Delgado, 1969 Feindel, Penfield, 1954 Bovard, 1962 Bovard, 1962 Heath, 1963 Delgado, 1969
Гнев, ярость	Срединный центр таламуса Миндалины	Heath, 1963 Delgado, 1969
Удовольствие, эйфория	Вентромедиальная фронтальная область Перегородка	Bovard, 1962 Heath, 1943
Склонность к общению	Височная кора	Delgado, 1969

яния: гнев, страх, удовольствие и его противоположность — отвращение и дискомфорт.

Вполне вероятно, что именно эти четыре эмоции составляют базисный фонд бесконечно разнообразной и усложненной эмоциональной жизни человека»¹.

Более широкие исследования субстрата эмоций показали, что одни и те же эмоциональные реакции были

¹ *Симонов П.В.* Высшая нервная деятельность человека. Мотивационно-эмоциональный аспект. — М.: Наука, 1975. С. 87.

достигнуты разными авторами путем стимулирования различных структур мозга, входящих в эмоциональный круг Пейпеца [Papez, 1937], и разные эмоциональные реакции получались при стимулировании одних и тех же нервных образований. Эти данные заставляют осторожно подходить к проблеме локализации эмоций и, как отмечает А.В. Вальдман и др., «...вопрос о «субстрате эмоций» в настоящее время может быть решен определенно только в отношении топографии интегративных центров (зон) эмоционально-выразительных проявлений»¹.

Для нас важно подчеркнуть, что существует вполне определенный нервный субстрат, раздражение которого приводит к определенному переживанию и эмоционально-выразительной реакции.

Приведенные данные проливают свет на порождение переживания — фундаментального психологического феномена. Рассмотрим появление переживания как психологической реальности на примере пищевой мотивации.

Недостаток определенных питательных веществ в организме активирует биологические механизмы, формирующие мотивационное состояние². Одновременно этой же информацией избирательно активируется нервный субстрат эмоций (отдельные нервные клетки или группы клеток), отвечающий на раздражение, связанное с актуализацией потребности или ее удовлетворением, специфической реакцией, заключающейся в возникновении ощущения (чувства) удовольствия-неудовольствия. *Нервный субстрат эмоций выступает как*

¹ Экспериментальная нейрофизиология эмоций. — Л.: Наука, 1972. С. 15.

² Шадриков В.Д. Введение в психологию: мотивация поведения. — М.: Логос, 2001.

система биологических детекторов, переводящая сигнал о потребности в ощущение (чувство) удовольствия—неудовольствия. Таким образом, возникающая биологическая потребность переживается как психологический факт. Аналогично тому, как в зрительной системе палочковые и колбочковые клетки сетчатки преобразуют внешнее световое раздражение через механизм фотохимической реакции в нервное возбуждение, на основе которого опять же с помощью специализированных клеток проекционных зон формируется образ, так раздражение специализированных нейронов эмоций приводит к возникновению при их активации ощущения (чувства) удовольствия—неудовольствия, т.е. переживания. Последнее может осознаваться или не осознаваться. Очевидно, как и при любом ощущении, существует определенная пороговая величина, при которой переживание начинает осознаваться.

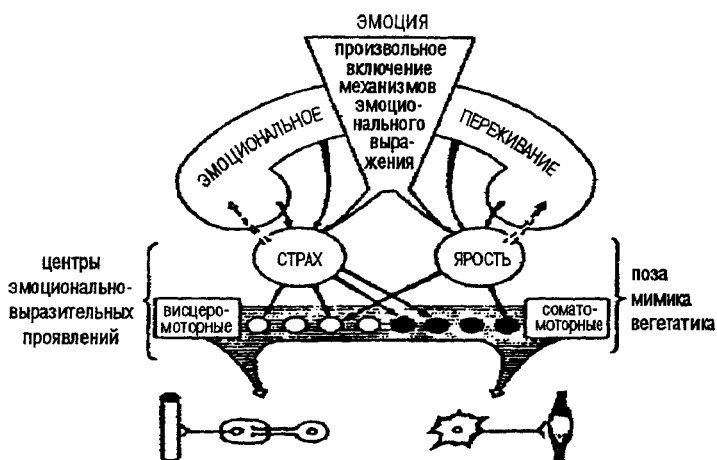


Рис. 1. Общая схема организации эмоций (по А.В.Вальдману)

С учетом сказанного о эмоциональных реакциях и переживаниях процесс возникновения эмоций можно отразить в виде схемы, представленной на рис. 1.

При естественном возникновении эмоций эмоциональные переживания и выражение эмоций развиваются параллельно. Степень внешнего выражения и сила переживаний при этом могут не совпадать. В определенной мере человек может управлять соматическими выражениями эмоций, практически не поддаются управлению изменениями в висцеральной сфере. (На этом основана работа детекторов лжи.)

СТРЕСС И ЭМОЦИИ

В начале XX века американский физиолог Уолтер Б. Кеннон сформировал теорию гомеостаза, согласно которой организм сохраняет постоянство внутренней среды при любых колебаниях внешней среды. Для поддержания нормальной жизнедеятельности внутренние параметры организма не должны сколь-нибудь значительно отличаться от нормы. Как показал Ганс Селье, одним из механизмов адаптации организма к внешним воздействиям является стресс. Экспериментальные исследования показали, что независимо от характера ситуации, с которой сталкивается человек, его организм отвечает неспецифической реакцией, стереотипным набором одновременных изменений в органах. «Этот набор (синдром) включает в себя увеличение и повышение активности коры надпочечников, сморщивание (или атрофию) вилочковой железы и лимфатических узлов, появление язвочек желудочно-кишечного тракта»¹.

Кора надпочечников выделяет гормоны, именуемые кортикоидами; мозговое вещество надпочечников продуцирует адреналин и родственные ему гормоны, играющие важную роль в реакции на стресс. Вилочковая железа, или тимус, и лимфатические узлы влияют на иммунитет организма. Неспецифический ответ орга-

¹ Селье Г. Стресс без дистресса. — М.: Прогресс, 1982. С. 33.

низма на любое предъявленное ему требование Г. Селье назвал стрессом. «Факторы, вызывающие стресс, — стрессоры, — различны, но они пускают в ход одинаковую в сущности биологическую реакцию стресса»¹.

Стресс может порождаться как приятными, так и неприятными факторами. Любая нормальная жизнедеятельность — учебная задача, встреча с любимым человеком, просмотр кинофильма может вызвать значительный стресс. Вредоносный, или неприятный, стресс называют дистрессом. Деятельность, связанная со стрессом, может быть приятной или неприятной. Дистресс всегда неприятен. У человека самым частым стрессором являются эмоциональные раздражители. Эмоции порождают стресс (адаптационный синдром) или дистресс. В свою очередь стресс порождает эмоции.

Трудности на пути к достижению цели приводят к стрессу, который сопровождается биологическим стрессовым синдромом. Эксперименты показывают, что стрессор возбуждает гипоталамус, а гипоталамус, как мы уже рассмотрели, содержит центры эмоций. Таким образом, действие стрессора, наряду с адаптационным синдромом, сопровождается различными эмоциями (положительными или отрицательными).

Как показал Г. Селье, развитие общего синдрома биологического стресса проходит три фазы:

- реакция тревоги;
- фаза сопротивления;
- фаза истощения (рис. 2).

На первой фазе организм меняет свои характеристики, мобилизуются адаптационные возможности организма. На второй фазе начинают проявляться мобилизованные ресурсы организма, формируется новая

¹ Селье Г. Стресс без дистресса. — М.: Прогресс, 1982. С. 26.

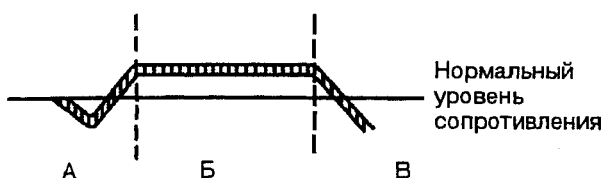


Рис. 2. Три фазы общего адаптационного синдрома (по Г. Селье)¹:
 А — реакция тревоги; Б — фаза сопротивления;
 В — фаза истощения

«функциональная системность». На этой основе делается попытка разрешения задачи адаптации организма к новым условиям. Если адаптация идет успешно, признаки реакции тревоги исчезают. На третьей фазе, если действие стрессора не прекращается, происходит истощение адаптационных возможностей, вновь появляются признаки тревоги.

С определенным основанием можно говорить о душевном гомеостазисе (душевном благополучии) личности. Такое состояние может наблюдаться, когда уровень притязаний личности соответствует реальным возможностям и ей ничего не угрожает. Душевный гомеостазис характеризуется ровным настроением удовлетворенности, отсутствием тревоги, положительным отношением к окружающим людям, хорошим состоянием здоровья.

В отличие от биологического гомеостазиса, который задан генетической программой, душевный гомеостазис формируется в процессе жизнедеятельности человека, характеризует его как личность. Нарушение душевного гомеостазиса сопровождается сильными эмоциями, мобилизуя все качества личности на интеллектуальный и нравственный анализ ситуации и разработку стратегии поведения.

¹ Селье Г. Стресс без дистресса. — М.: Прогресс, 1982. С. 35.

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ

Еще Эдуард Клапаред (1928) писал, что, для того чтобы изучить какое-либо психологическое явление, в том числе эмоции и чувства, необходимо понять, какое функциональное значение оно имеет в поведении индивида — например ответить на вопрос, для чего в повседневной жизни служат эмоции и чувства. Проведенный выше анализ биологических механизмов эмоций и психологических работ, посвященных данной проблеме, позволяет выделить несколько основных функций эмоций и чувств.

Подкрепляющая и закрепляющая функции эмоций. С общебиологической точки зрения полезность эмоций заключается в том, что они представляют собой механизм, «удерживающий жизненный процесс в его оптимальных границах и предупреждающий разрушительный характер недостатка или избытка каких-либо факторов жизни данного организма». Будучи тесно связанной с удовлетворением или неудовлетворением актуальной потребности, эмоция выступает как подкрепляющий фактор, который толкает организм на устранение исходной потребности¹. Положительная эмоция закрепляет приспособительный эффект. Отсюда можно заключить, что в общебиологическом плане функция эмоций заключается в выполнении ими роли фактора, *подкреп-*

¹ Анохин П.К. Эмоции. БМЭ. Т. 35. С.354—357.

ляющего и закрепляющего полезное действие. Из сказанного вытекает и значение эмоций в научении и обучении. В научении эмоция выступает как закрепляющий фактор, а в обучении положительные эмоции стимулируют учебную деятельность ученика. Без положительных эмоций не может быть эффективного обучения.

Активационно-мобилизационная функция эмоций. Данная функция проявляется в активизации деятельности всего организма, всех его систем в условиях удовлетворения актуальной потребности. Эмоции переводят весь организм на другой уровень функционирования, активизируют все психические процессы, мобилизуют прошлый опыт.

Гиперкомпенсаторная функция. Она проявляется в том, что эмоции приводят к избыточной мобилизации энергетических ресурсов организма. «По-видимому, — пишет Симонов, — эволюция многократно подтвердила преимущества энергетической расточительности по сравнению с угрозой недостатка метаболического обеспечения предстоящей деятельности, когда отсутствуют точные сведения о ее действительном объеме»¹. Механизмом, запускающим в этом случае эмоции, является отсутствие полных сведений для построения адаптивного поведения.

Информационная функция эмоций. Анализируя ситуацию информационного обеспечения деятельности и поведения, Симонов сформулировал информационную теорию эмоций. Суть ее заключается в утверждении, что «...эмоции высших животных и человека представляют собой специальный мозговой аппарат, отражающий ве-

¹ Симонов П.В. Высшая нервная деятельность человека. Мотивационно-эмоциональные аспекты. — М.: Наука, 1975. С. 95.

личину потребности и вероятность ее удовлетворения в данный момент. При этом степень эмоционального напряжения количественно зависит от силы потребности, а также от разницы между информацией, прогностически необходимой для удовлетворения потребности, и информацией, имеющейся у субъекта или полученной им»¹.

$$\mathcal{E} = f[\Pi, (I_n - I_c), \dots],$$

где \mathcal{E} — эмоция, ее степень, качество и знак; Π — сила и качество актуальной потребности; $(I_n - I_c)$ — оценка вероятности (возможности) удовлетворения потребности на основе врожденного и онтогенетического опыта; I_n — информация о средствах, прогностически необходимых для удовлетворения потребности; I_c — информация о средствах, которыми располагает субъект в данный момент.

Помимо потребности и дефицита информации для организации деятельности по ее удовлетворению эмоция зависит и от других факторов: индивидуальных особенностей субъекта, фактора времени, вида потребности (биологических, интеллектуальных, нравственных). При дефиците прагматической информации ($I_n < I_c$) возникают отрицательные эмоции, активно минимизируемые субъектом, а ее избыток ($I_c > I_n$) приводит к положительным эмоциям, максимизируемым субъектом.

Таким образом, мы видим, что эмоции реализуют познавательную и оценочную функции. Эмоции могут приводить к другим принципам оценки сигналов, переводить построение поведения на ориентацию по генерализованным сигналам. В этом случае за

¹ *Симонов П.В.* Эмоциональный мозг. — М., 1981. С. 88–89.

счет снижения точности реагирования достигается общий адаптационный эффект. «Чем сильнее становится потребность, тем менее специфичен объект, вызывающий соответствующую реакцию», — пишет Ж. Ньюттен¹.

Интегральная функция эмоций. Характерная особенность эмоций состоит в том, что своим действием они охватывают весь организм, «производя почти моментальную интеграцию (объединение в единое целое) всех функций организма». Эмоции сами по себе могут быть в первую очередь абсолютным сигналом полезного или вредного воздействия на организм². Переживания явились универсальным механизмом, обеспечивающим выживание организма (животного и человека).

В заключение остановимся на двух взаимосвязанных функциях эмоций, на которых практически не акцентируется внимание в работах по психологии и физиологии эмоций. Одна — функция эмоций как механизма формирования сознания, другая — функция эмоций как механизма формирования внутренней реальной человеческой жизни.

Функция формирования сознания. Сознание, как известно, вторичная, субъективная форма существования психического. Это отражение психического в себе, отражение своих ощущений, восприятий, представлений, мыслей, переживаний. Процесс осознания явлений психики связан с осознанием их предметности. Возможность же осознания предмета восприятия заключается в механизме самого психического процесса восприятия. Как показал Л.М. Веккер, «...механизм любого

¹ Ньюттен Ж. Экспериментальная психология. Вып.5. — М., 1975. С. 89.

² Анохин П.К. Эмоции. БМЭ, 1964. Т. 35. С. 339–341.

психического процесса в принципе описывается в той же системе физиологических понятий и на том же общепсихологическом языке, что и механизм любого физического акта жизнедеятельности. Однако в отличие от всякого другого, собственно физиологического акта... конечные, итоговые характеристики любого психического процесса в общем случае могут быть описаны только в терминах свойств и отношений внешних объектов, физическое существование которых с органом этого психического процесса совершенно не связано и которое составляет его содержание»¹. Таким образом, процессуальная динамика механизма и интегральная характеристика результата в психическом акте отнесены к разным предметам: первая — к органу, вторая — к объекту.

Это парадоксальное воплощение свойств внешнего объекта в состояниях другого объекта — органа психического акта, или наоборот, «перевоплощения» собственного «нутра» носителя психики в свойства другого, внешнего по отношению к нему физического тела, составляет подлинную исконную специфичность психического процесса»². Уникальность и таинственность отмеченного свойства проекции определяется тем, что здесь в одном объекте—органе воспроизводится место, занимаемое другим объектом. Конечные характеристики психического акта всегда отнесены к характеристикам внешнего объекта — в этом заключается сущность предметности психического процесса. Человек не воспринимает своих восприятий, но ему непосредственно открывается предметная картина их объектов.

¹ Веккер Л.М. Психические процессы. — Л.: ЛГУ. Т. 1. С. 11.

² Там же.

В отличие от восприятия внешних объектов, в случае эмоций человек воспринимает свои переживания. В этих переживаниях субъект раскрывает сам себя. В переживаниях он сам выступает для себя объектом познания. И если процесс осознания явлений психики связан с осознанием их предметности, то в переживаниях субъект осознает себя. Таким образом, можно предположить, что сознание начинает формироваться с осознанием самого себя, а это осознание базируется на переживаниях субъекта. Другими словами, сознание начинается с переживания.

В определенной мере высказанную гипотезу подтверждает факт природной эгоцентричности ребенка. Окружающая среда, в том числе социальная, имеет для него значение только в той мере, в какой она связана с удовлетворением его естественных потребностей. А удовлетворение потребностей сопряжено с переживаниями. Переживания же ведут к осознанию себя, к тому, что в центре мира оказывается осознающий себя через свои переживания ребенок.

Функция формирования внутренней реальной человеческой жизни. Понимание эмоций как переживаний позволяет определить их место в структуре психических явлений. Человек проживает жизнь, переживая ее. Каждое событие жизни сопровождается эмоциями (переживаниями).

В сознании индивида любое переживание связано с мотивами и целями его жизни и деятельности. Оно является обычно переживанием чего-то, казалось бы, самого незначительного события, которое, однако, как определяющий момент вошло в жизнь человека. Особо важные переживания, связанные с занимаемой ролью того или иного события в жизни человека, становятся событием его личной жизни.

«Понятие переживания выражает особый специфический аспект сознания; он может быть в нем более или менее выражен, но он всегда наличен в каждом реальном, конкретном психическом явлении; он всегда дан во взаимопроникновении и единстве с другим моментом — знания, особенно существенного для сознания»¹. Переоценить эту представленность переживания в каждом конкретном психическом явлении невозможно, ибо переживание превращает сознание в живое явление. Сознание — это не осознанное знание о предметном мире, а живое знание — знание, проникнутое переживанием. Понимая огромную важность этого факта, Рубинштейн поставил принцип единства переживания и знания на первое место среди других принципов познания природы психического. Как отмечалось выше, с общебиологической точки зрения полезность эмоций заключается в их подкрепляющей и закрепляющей функции. С общепсихологической точки зрения роль эмоций заключается в формировании всей внутренней психической жизни субъекта.

Переживания интимно входят, как было показано, в любой психический процесс. Ощущения, восприятия, представления, мысли субъекта всегда несут в себе и компонент переживаний. Именно поэтому переживания могут стать основой для объединения всех психических процессов, всей внутренней психической жизни. Переживания выступают системным фактором внутренней психической жизни, основой для ее проявления в личностном «я». По всей вероятности, именно поэтому патологические нарушения прежде всего обнаруживаются в нарушениях эмоционально-чувственной сферы личности.

¹ Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — М.: Учпедгиз, 1946. С. 7.

5

СЛОЖНЫЕ ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА (РАЗВИТИЕ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ)

Как уже отмечалось выше, В. Вундт выделял три пары простых чувств:

- удовольствие–неудовольствие,
- возбуждение–успокоение,
- напряжение–разряжение (рис. 3).

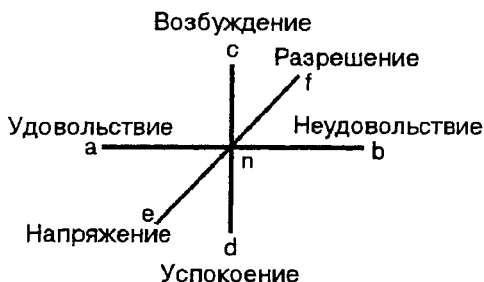


Рис. 3. Трехмерные представления системы чувств (по Вундту)

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.

Таким образом, все многообразие чувств заполняет геометрическое пространство, разделенное векторами простых чувств.

Каждая точка на отрезках ap , bp , cp , dp , fp , ep отражает лишь одно мгновенное состояние чувства (рис. 4).

Сложное чувство будет формироваться из мгновенных значений изменения простых чувств. Причем эти изменения могут носить или непрерывный, или внезапный характер. Таким образом, в трехкомпонентную систему чувств Вундт вводит четвертое измерение — время (R).

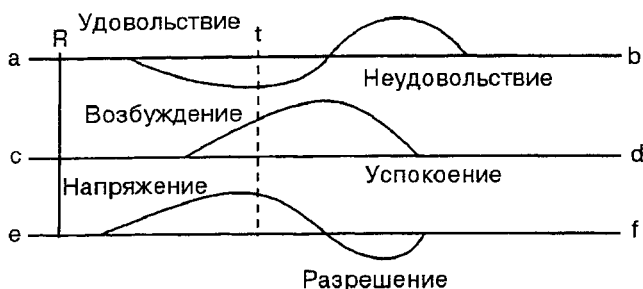


Рис. 4. Символическое изображение течения чувства (по В. Вундту)

Определенный интерес при изучении процессов порождения сложных чувств (счастья, удивления, страха, гнева, отвращения, презрения) представляет разработанная Вудвортсом и Шлосбергом (1954) круговая шкала эмоций, базирующаяся на двух осях: «удовольствие–неудовольствие» и «принятие–отталкивание» (рис. 5).

Позднее Шлосберг к предложенной схеме добавил третье измерение: «сон–напряжение». Однако последующие исследования показали, что оценки «принятие–отталкивание» и «сон–напряжение» высоко корректируют друг с другом и не являются независимыми.

Помимо отмеченных выше процессов порождения сложных чувств на основе интеграции простых, каждое чувство будет характеризоваться определенным содержанием (качеством) и интенсивностью, которые будут

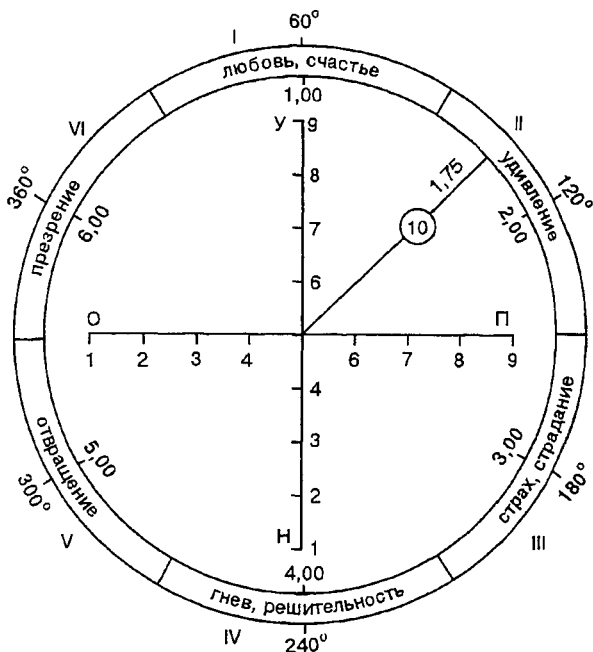


Рис. 5. Предсказание категории эмоций с помощью оценок удовольствия—неудовольствия и принятия—отталкивания [Woodworth, Schlosberg, 1954]

определяться потребностью, ее качественной специфической и интенсивностью. Таким образом, многообразие потребностей личности порождает качественное многообразие ее эмоций и чувств.

К этому надо добавить, что представленная выше (по В.Вундту) картина течения чувств относится к описанию одного простого чувства на разных стадиях. В реальности человек одновременно может находиться под воздействием многих потребностей (ситуация борьбы мотивов) и, соответственно, одновременно может испытывать разные чувства. Борьба мотивов сочетается с борьбой чувств.

Очевидно, если борьба мотивов разрешается по принципу доминанты с выделением ведущего мотива, то и борьба чувств будет во многом определяться этим механизмом. При этом одни чувства могут усиливать другие, складываясь в нечто целостное, характеризующее эмоциональную сферу человека в конкретный момент времени.

Будучи осознанными переживаниями, развивающимися на основе определенных физиологических механизмов, чувства могут отделяться от потребностей, их породивших, и жить самостоятельно. В данном случае они становятся фактором внутренней реальной человеческой жизни, субъективным элементом душевной жизни.

Хотя переживания всегда относятся к субъекту, они постоянно находятся в тесной взаимосвязи с потребностями и через эти потребности опредмечиваются, т.е. субъект осознает, какие предметы порождают у него те или иные чувства. Другими словами, в этом случае эти предметы сами могут стать источником определенных чувств. Здесь очень важно подчеркнуть, что восприятие указанных предметов становится чувственным, т.е. информация о предметах и ситуациях насыщается эмоциями, информация о внешнем мире одновременно переживается. В дальнейшем, при представлении тех или иных предметов, это представление будет сопровождаться переживаниями. То же можно сказать и о других психических явлениях, таких как, например, воображение, память, мышление и т.д. Переживания вплетены во все психические процессы. При этом они не всегда могут осознаваться, для осознания переживаний их интенсивность должна достичь некоторой пороговой величины. Иногда переживания проявляются в виде эмоционального (чувствен-

ного) тона, на фоне которого разворачивается психическая деятельность.

Обычными следует признать и те случаи, когда восприятие содержания, связанного с предметным отражением, опережает чувственные переживания, сопряженные с этим содержанием. При этом нет однозначной связи между воспринятым содержанием и интенсивностью переживания. Иногда, казалось бы, мало значимый предмет вызывает бурную эмоциональную реакцию. Дело в том, что информация о каждом предмете включена в целостную внутреннюю жизнь субъекта.

Проведенный выше анализ показывает, что чувства могут интегрироваться: во-первых, с другими чувствами; во-вторых, с потребностями, желаниями, мотивами; в-третьих, с предметами внешнего мира; наконец, в-четвертых, будучи явлениями сознания, с понятиями, мыслями и идеями.

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ



(продолжение)

6.1. Эмоции и потребности

Взаимосвязь эмоций и потребностей отмечается практически всеми исследователями. В простейших случаях констатируется зависимость эмоций от удовлетворения или неудовлетворения потребностей, в первую очередь органических. В более сложных формах уже говорят не о зависимости эмоций от потребностей, а о взаимосвязи эмоций и потребностей. Так, Рубинштейн отмечает, что «взаимоотношение эмоций с потребностями может проявляться двояко — в соответствии с двойственностью самой потребности, которая, будучи испытываемой индивидом нуждой его в чем-то ему противостоящем, означает одновременно и зависимость его от чего-то и стремление к нему»¹.

Эмоция в этом случае отражает и удовлетворение/неудовлетворение потребности, с одной стороны, и стремление, влечение к тому, что заключает в себе опредмеченную потребность, с другой.

Исходя из общего положения, высказанного выше, можно утверждать, что развитие эмоций и чувств отражает как развитие потребностей индивида, так и сами эмоции, которые, выступая в роли источника стремлений и влечений, начинают выражать активную сторону

¹ Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — М.: Учпедгиз, 1946. С. 460.

потребности и ведут к многообразию предметной реализации конкретной потребности.

Развитие самих потребностей и многообразия предметной реализации конкретных потребностей ведет к развитию эмоций и чувств. Окружающий мир становится для субъекта чувственно значимым, а восприятие им такого мира сопровождается переживаниями. Человек с богатыми потребностями и широкой определенностью этих потребностей живет богатой эмоциональной (чувственной) жизнью.

Таким образом, с одной стороны, потребности являются условием возникновения эмоций и чувств, а с другой стороны, сами эмоции и чувства могут выступать в роли потребностей и мотивов, определяющих поведение человека.

6.2. Развитие эмоций и чувств в семье

Первые эмоции ребенка вызваны удовлетворением его органических потребностей. Источником этих эмоций в первую очередь является мать, которая становится и объектом влечений ребенка. Ребенок бессознательно стремится к матери, с которой связаны все его положительные эмоции. Удовлетворение потребностей ребенка происходит в определенных условиях: прежде всего это частота кормления, длительность кормления, положение при кормлении¹. С первых дней на основе удовлетворения первичных потребностей начинают формироваться отношения ребенка с матерью. Ребенок активен не только в потреблении пищи, но и в стремлении воздействовать на мать. Инструментом этого воздействия становится детский плач, который выра-

¹ Шадриков В.Д. Введение в психологию: мотивация поведения. — М.: Логос, 2001.

жает конкретное желание, боль, горе, стремление привлечь внимание, конкретное требование, недовольство, неудобство, дискомфорт, каприз, неудовлетворение пространственным положением, желание свободы.

У каждого плача свой оттенок, своя интонация, модуляция, эмоциональная экспрессия, семантическая насыщенность. Плач — есть язык ребенка¹. Он развивает мелкую моторику лица. На этой основе появляется улыбка. Формируется голосовой аппарат, ребенок учится смеяться. Как мы уже отмечали, от природы ребенок нарциссичен и эгоцентричен. Он ощущает себя в центре мира, от которого получает удовольствие.

Как отмечает Фрейд, плод в утробе матери полностью сосредоточен сам на себе, ему абсолютно никто не нужен. Проходят месяцы после рождения, прежде чем ребенок научится воспринимать предметы вне самого себя, как принадлежащие к «не Я».

Внешний мир не существует для новорожденного, новорожденный не имеет интереса к внешнему миру и единственная реальность для него — это он сам: его тело, его физические ощущения тепла и холода, пищи и жажды, потребности в сне и в физическом контакте.

Пройдут месяцы, годы — интерес к себе начнет перемещаться на объекты внешнего мира, и в этом мире он найдет объект своей любви. Развитие индивида, по Фрейду, можно рассматривать как развитие от абсолютного нарциссизма к объективному мышлению и объектной любви. При этом ядро нарциссизма остается у каждого взрослого человека, но оно ограничено социально признанным минимумом.

Постепенно ребенок вступает в отношения с другими членами семьи: отцом, бабушкой, бабушкой, братья-

¹ Шадриков В.Д. Происхождение человечности. Этуод о детском плаче. — М.: Логос, 2001.

ми, сестрами. Как правило, эти отношения также связаны с удовлетворением потребностей ребенка, и близкие люди (круг семьи) приобретают для ребенка положительное эмоциональное значение. Положительные эмоции ребенка опредмечиваются на конкретных членах семьи. Кто больше дает, тот эмоционально более близок, желанен. Положительные чувства вызывают тактильные раздражения, эмоциональное общение.

Однако младенцу доступны не только положительные эмоции. Внезапные звуки, перемещения тела вызывают страх, жесткое пеленание, ограничение свободы — неудовольствие, гнев. Такое же чувство вызывает длительное неудовлетворение основных биологических потребностей.

Таким образом, уже в младенческом возрасте закладываются ростки будущей агрессивности, гнева, ярости, комплекса эмоционально-сексуальных эмоций, чувства любви, страдания и сострадания.

С возрастом ребенок осознает, что любовь отца и окружающих надо заслужить, на этой основе развивается честолюбие. На базе первичных сексуальных влечений к родителям противоположного пола формируется зависть и появляются ростки ненависти, сочетаемые с любовью. На этой основе зарождается чувство ревности, подкрепляемое успехами и неудачами.

Столкновения с интересами других детей могут породить трусость, а помощь от других — признательность и благодарность. На основе усвоения морали, в частности религиозной, формируются благородство, снисхождение к недостаткам другого.

Как видим, на базе биологических эмоций начинают формироваться сложные социальные чувства, и прежде всего — нравственные.

Большое влияние на эмоциональное воспитание ребенка оказывает общий эмоциональный тон семейной

жизни. Можно выделить семьи с эмоционально-депрессивным тоном, где царит атмосфера постоянно пониженного настроения, где от будущего не ожидают ничего хорошего, радостные события воспринимают через призму предстоящих бед и несчастий. Общее настроение отражается в поведении каждого конкретного члена семьи. Дети в таких семьях воспитываются боязливыми, плаксивыми, капризными, вечно недовольными, малоразговорчивыми.

Противоположностью описанному типу являются семьи с эмоционально-возбужденным тоном семейной жизни. В этих семьях господствует атмосфера оптимистического настроения, стремление к увеселению, предприимчивости, радужных планов на будущее, приветливости, вседозволенности в поведении, изворотливости, легкого отношения к требованиям морали, стремления к риску, общению с другими, гостеприимству и т.д. Дети в подобных семьях растут жизнерадостными, активными, легкомысленными, общительными, склонными к обещаниям, легко берущимися за новые дела, но недостаточно упорными, недисциплинированными и т.д.

Огромное влияние на эмоциональное развитие ребенка оказывает эмоциональный стиль поведения родителей. Усвоенный от родителей — в результате подражания — стиль поведения превращается в черту характера ребенка.

6.3. Половое созревание и эмоциональное развитие

Важнейшим фактором в отроческий период является половое созревание. В этот период снижается продуктивность основных психических функций, в ярких формах проявляется негативизм и критицизм по отношению к окружающим, особенно взрослым. Происхо-

дит оформление вторичных половых признаков, у девочек начинаются менструации, на некоторое время приостанавливается обычный рост различных органов тела. Но самые значительные перемены происходят в духовной жизни подростка. Новая сила — пол — выступает на первый план. Ярko и глубоко этот период описывает В. Зеньковский. У подростка рушится устоявшийся порядок мира, меняются сложившиеся вкусы и привычки. Духовный мир подростка снова становится эгоцентричным, все вращается вокруг его личности. Вся жизнь подростка освещается мечтательностью.

«Лишь в этот период начинается настоящее самосознание, вкус и влечение к своему внутреннему миру, острое самоподчинение своих желаний и порывов. Внутренний мир, оказывающийся бесконечным и бездонным, иррациональным и непостижимым для самого же подростка, выдвигает различные «мечты»-чувства, желания, планы, совершенно не считаясь с тем, насколько они реализуемы. Острый и упорный иррационализм, нежелание считаться с реальностью, уверенность в праве жить своим миром и придает всем замыслам и желаниям характер мечты, которая изолирует подростка от социального мира. Этот период ...имеет большой вкус к асоциальности — к уединению и одиночеству, непонятости и ненужности никому, вообще оторванности от всего и от всех»¹.

Подросток переживает действие в себе мощной, темной, неясной силы, которая несет стремление к самопожертвованию и зачатки грубого, неприкрашенного эгоизма, несет свои императивы, которые подросток не может объяснить, но которым он не может не отдаться

¹ Зеньковский В. Проблемы воспитания в свете христианской антропологии. — М.: Изд-во Свято-Владимирского Братства, 1993. С. 118–119.

со сладостной и стыдливой страстностью. Отсюда конфликты с традиционной моралью и отрицание ее.

«Если к этому времени — под влиянием ядовитой среды — воображение подростка уже занято сексуальными сюжетами, то в его сознании с этим могут быть связаны только различные телесные сексуальные движения, — чем намечается болезненный, но почти неизбежный, можно даже сказать нормальный (для юношей) разрыв сексуальности и эротики, обычно, впрочем, преодолеваемый в явлениях «влюбленности». Вот почему так благотворна всякая влюбленность в этот период, ибо влюбленность, фиксирующая «объект» половых исканий, имеет огромное значение, как преодоление дурной субъективности. На этом объекте может сгущенно вмещаться для подростка вся реальность, все может окрашиваться из этой точки, и это должны учитывать воспитатели и родители»¹.

Важно подчеркнуть еще раз, что именно в этот период человек начинает в полной мере ощущать свой внутренний мир, его безграничность, иррациональность, эмоциональную активность и моральную конфликтность, свою противопоставленность социальному миру. И это имеет важнейшее значение для формирования его духовности.

В период полового созревания часто наблюдаются резкие сдвиги в настроении подростка: до этого живые, веселые, общительные, они начинают ощущать тяжелый внутренний разлад, появляются мысли о бесцельности существования, тоскливое настроение. Перестройки эти столь глубоки, что могут стать источником формирования патологической личности².

¹ Зеньковский В. Цит. соч. С. 119.

² Ганнушкин П.Б. Клиника психопатий. Их статика, динамика, систематика. М., 1933.

Юношеский период — это период укрощенной любви, в отличие от любви отроческой. Юность — это период жизненного определения и самоопределения, пора завершения учебы и вступления в самостоятельную жизнь. Это время творческих планов, героических решений, время увлечений и вдохновения, энтузиазма и доверчивого отношения к миру и людям.

Юность характеризуется сложившимся характером, моральной чистотой, определенным мировоззрением, в большинстве случаев школьным, не прошедшим через столкновение с эмпирической действительностью. Духовная жизнь в юности во многом идеализирована. Это в значительной мере определяет развитие эмоций и чувств в данный период. Как правило, время юности характеризуется формированием моральных чувств, стремлением делать добро, жертвенностью, эмпатией, острой эмоциональной реакцией на несправедливость, подлость, трусость.

Через любовь, которая в этот период, как правило, находит свой объект, юноша познает красоту тела и души. Любовь насыщена эмоциями, она одухотворяет человека. Любовь — это самая интимная точка соединения природы и разума (И.Г. Фихте). Любовь толкает человека на свершения и подвиги. Эмоционально-чувственный комплекс, связанный с любовью к конкретному человеку, сопровождает нас всю жизнь, задавая определенный эмоционально-чувственный тон всей жизни человека.

6.4. Освоение значений и смыслов

Важнейшим фактором формирования эмоций и чувств человека является проникновение в сферу смыслов. В игре, общении, предметной деятельности человек узнает смысл и значение предметов внешнего

мира, ценность человеческого общения, значение и смысл межличностных отношений.

Познание смысла, предназначения, ценности предметов и явлений мира и себя в нем начинается в детстве и продолжается всю жизнь. При этом смысл предметов может меняться, и в зависимости от этого восприятие предметов сопровождается различными чувствами. В свою очередь значением и смыслом наделяются сами эмоции и чувства.

Одновременно с раскрытием сферы значений и смыслов, их эмоционального осмысления начинает формироваться моральное мироощущение, моральные чувства. Человек начинает понимать, что такое добро и что такое зло. В нем пробуждается вкус к добру и злу. Развитие морального сознания приводит к пониманию наказания за дурной поступок и поощрения за хороший, чувства ответственности за поступок, формирует чувство стыда, которое в свою очередь влияет на все нравственное поведение. Интересным в этом плане представляется отрывок из повести Л.Толстого «Хаджи-Мурат». Рассказывая историю своей жизни, Хаджи-Мурат признается, что в юности в одной из схваток он испугался и убежал. С тех пор Хаджи-Мурат всегда вспоминал этот стыд, и когда вспоминал, уже ничего не боялся. Стыд оказывался сильнее страха. Подобного рода сложные отношения характерны для нравственных чувств человека, им принадлежит огромная роль в формировании нравственных качеств личности.

6.5. Совесть как выражение нравственного чувства

В процессе воспитания ребенок усваивает нормы морали. При этом нравственные нормы, мораль определяют поведение человека, выступая или как стимул, или, если они стали личностно значимыми, как мотив. В первом случае человек «сверяет», сопоставляет свое

поведение с моральными нормами и старается их выполнять из страха наказания. Во втором случае нравственные нормы служат мотивом поведения. Нам важно отметить, что и в том и в другом случае присутствует акт соотнесения поведения и моральных норм и что моральная норма побуждает и направляет поведение — в первом случае опосредованно, во втором случае прямо.

Но мы знаем, что деятельность и поведение не только мотивируются, но и корректируются на основе самоконтроля. Личность производит самооценку совершаемых поступков. Этот нравственный самоконтроль происходит путем соотнесения нравственных параметров поведения с моральными нормами. В том случае, когда моральные нормы стали лично значимыми, человек самостоятельно формирует для себя нравственные обязанности и требует от себя их выполнения.

Заметим, что моральные нормы становятся лично значимыми у незначительной части общества, для большинства это внешний стимул, определяющий характер поведения. В этих условиях природа должна была позаботиться о дополнительных гарантиях морального поведения. Таковым гарантом стала совесть.

Моральный самоконтроль часто констатирует расхождение реального поведения с моральными нормами, но не приводит или в большинстве случаев не может привести к изменению уже совершенного акта поведения. Тогда наше сознание констатирует факт расхождения поведения и нравственной нормы, и, таким образом, формируется негативный градиент оценки собственного поведения. При этом характерно для обеих ипостасей моральной нормы — стимула и мотива. Негативный градиент оценки начинает проявляться как некоторая оценочная мотивация в отношении самого себя. Любая мотивация порождает соответ-

ствующее мотивационное состояние, которое субъективно проявляется в особом чувстве неудовлетворенности или удовлетворенности собой — в совести. Учитывая это, можно предположить, что физиологическая основа совести близка к физиологической основе биологической мотивации. Нейропсихологические и нейрофизиологические данные о воздействии сознания на подкорковые процессы позволяют высказать эту гипотезу.

Совесть характеризует способность личности осуществлять нравственный самоконтроль, самостоятельно формулировать для себя нравственные обязанности и требовать от себя их выполнения, производить самооценку совершаемых поступков¹. Совесть выступает в форме внутреннего императива, определяющего поведение человека при достижении самых различных целей. И если в моральных нормах отражаются потребности человека и общества на основе исторического опыта многих поколений, то совесть всегда индивидуальна; она лежит в основе не только рационального осознания нравственного значения совершаемых действий. Именно чувственная составляющая совести выступает в роли мотивации. В совести морально должное и фактически принятое совпадают далеко не всегда и не полностью.

Поступок «по совести» позволяет человеку пережить изумительное и таинственное душевное состояние, раскрывает перед ним истинную духовную свободу. В этот момент человек начинает постигать духовную свободу не с чужих слов, не отвлеченным рассудком, но собственным опытом. «Человек, верно переживший совестный акт, завоевывает себе доступ в сферу, где долг не тягостен, где дисциплина слагается

¹ Ильин И.А. Путь к очевидности. — М.: Республика, 1993. С. 179.

сама собой, где инстинкт примиряется с духом, где живут любовь и религиозность»¹.

Совесть живет в каждом человеке, даже в самом мрачном и ожесточенном, и она приводит человека к покаянию, но для этого надо отдаться совести, подчиниться ее действию в совестном акте.

«Беда современного человека в том, что он «научился относиться критически» к освященной, иррациональной глубине совести, ограждая себя от ее голоса. В среде современной интеллигенции царит не высказываемое, но молчаливо подразумевающееся и все более укореняющееся воззрение, будто «умному» человеку, собственно говоря, решительно нечего делать с совестью, у него много дел поважнее: ему надо приспособиться к сложным законам общественности, хозяйственности и политики для того, чтобы научиться комбинировать эти законы в свою собственную пользу и на этом построить свое благополучие. Такому дельцу невдомек, что совесть нужна каждому человеку, и не только в важные, поворотные минуты его жизни, но и в ежедневных делах и в обыденных отношениях; и то, что не тронута ее лучом, — оказывается не только недоброкачественным в смысле духовной ценности, но и жизненно непрочным, некрепким, в высшей степени подверженным распаду и в личной, и в общественной жизни... Там, где совесть вытравливается из жизни, ослабеваает чувство долга, расшатывается дисциплина, гаснет чувство верности, исчезает из жизни начало служения; повсюду воцаряется продажность, взяточничество, измена и дезертирство; все превращается в бесстыдное торжище и жизнь становится невозможной»².

¹ Ильин И.А. Путь к очевидности. — М.: Республика, 1993. С. 180.

² Ильин И.А. Цит. соч. С. 180–181.

Нельзя рассматривать совесть только с позиции «укора совести». Доведенная до крайности, такая позиция может привести к подавлению совести, а вместе с ней и самой идеи добра, доброты и добродетели. Душа в этом случае становится циничной, черствой, холодной. Человек, которому не удастся поднять себя до совести, начинает опускать ее до себя.

Таким образом, переживание совести как укора может привести или к вытеснению совестного акта или к снижению совестного акта до себя¹. Весьма опасен путь интеллектуализации совестного акта, заключающийся в попытках его логического обоснования. Ум может заслонить совесть, закрыть ее моральной казуистикой, увести от совершения совестного акта.

Как мы уже отмечали, совестный акт должен осуществляться свободно. И если человек обращается к своей совести, то он должен это делать в качестве не исследователя, а деятеля. Человек должен жить совестно, он должен предстать перед своей совестью, увидеть в ней себя и для себя, для совершения дела. Человек должен обращаться к совести с вопросами о своей личной жизни и деятельности, совесть подсказывает нравственно лучшее в данном жизненном положении. Совершение совестных поступков может постепенно привести к тому, что утратится грань между совестью и самим человеком, человек перестанет противопоставлять совесть своему «я», а «я» — своей совести, зовы совести станут желаниями человека.

Совестливый акт выступает как сильнейшая мотивация конкретного нравственного поступка и переживается как сильнейшее чувство.

¹ Ильин И.А. Цит. соч. С. 181.

6.6. Разрушение эгоцентрической позиции

Как уже отмечалось, ребенок от природы эгоцентричен. Его мировосприятие обостряется в период подросткового полового созревания. Однако в процессе жизни многие позиции его постепенно разрушаются. Так, на смену безусловной материнской любви, любви только потому, что ты есть, приходят другие отношения. Уже в отношении с отцом ребенок сталкивается с ситуацией, когда любовь можно и должно заслужить. Для этого надо что-то сделать или совершить поступок. Постепенно в общении с другими детьми и взрослыми ребенок осознает общий характер данного положения. Он начинает понимать, что мир не только для него, что сам он должен делать добро для других, что он только часть мира, при том, может быть, не самая главная. Разрушение эгоцентрической позиции сопровождается целой гаммой негативных чувств: разочарованием, тоской по прежним временам, чувством неуверенности, страха, агрессивности по отношению к окружающим. И от родителей и педагогов требуются большой такт и педагогическое мастерство, чтобы подвести ребенка к другому мироощущению. Самое главное — при этом необходимо обеспечить ребенку успех в различных сферах жизнедеятельности, на этой основе вселить уверенность в свои силы, в то, что он очень многое может сделать не хуже, а может быть и лучше, чем другие.

Подобная ситуация складывается и в период полового созревания. Но здесь формируется комплекс чувств, в основе которых лежит убеждение, что подросток недостаточно красив, недостаточно привлекателен, что его (ее) никто не полюбит. Не упрощая ситуации, необходимо добиться осознания подростком того, что любят не только за красоту тела, но и души, за жизненный успех. Нужно добиться сублимации эротичес-

ких побуждений в активную деятельность, направленную на совершенствование самого себя, развитие своих способностей и достижение на их основе успехов в учебе, спорте, танцах, труде и т.д.

6.7. Обычаи и эмоции

Как было сказано выше, чувства человека определяются не только потребностями, но и всей системой отношений его с окружающей средой, системой его ценностных ориентаций, среди которых важную роль играют традиции, обычаи, предания, выступающие как проявление исторической памяти этноса.

Истоки традиций и обычаев восходят к мифологическому мышлению. Интересные данные по этому вопросу приводит М. Элиаде.

Так как миф рассказывает о деяниях сверхъестественных существ и о проявлении их могущества, он становится моделью для подражания при любом сколько-нибудь значительном проявлении человеческой активности. Когда миссионер и этнограф Штрелов спрашивал представителей австралийского племени арунта, почему они совершают тот или иной ритуал, ему отвечали однозначно: «Потому что так нам повелели наши предки». Члены племени кай (Новая Гвинея) отказывались как-либо менять свой образ жизни и особенности своей трудовой деятельности, объясняя это: «Так поступали немусы (мифические предки), и мы делаем так же». Когда у певца племени навахо поинтересовались о причине возникновения одной из деталей обряда, он ответил: «Потому что наши Святые Предки поступили так в первый раз». Мы находим точно такое же оправдание в молитве, которая сопровождает тибетский древний ритуал: «Как нам было завещано от начала сотворения мира, так мы и должны совершать жертвоприношения... Как наши предки поступали во времена

прошедшие, так и мы должны поступать сегодня». Такое же оправдание приводится и индусскими теологами: «Мы должны делать так, как боги делали во времена «начала всех начал» [Satapatha Brahmana, VII.2,1,4]. «Так поступали Боги, так теперь поступают люди» [Taittiriya Brahmana, 1.5,9,4]¹.

Обычай и традиция формируются на ранних этапах развития социального сообщества. Обычай так же императивен, как и инстинкт. Он содержит в себе и способ поведения, и источники активности, и нравственную норму в скрытой (имплицитной) форме. Обычай изначально социален. Он несет в себе нравственную основу, но она неотрефлексирована.

Поступая согласно обычаю, человек поступает нравственно, следовательно, человечно. По силе воздействия обычай сравним с инстинктом. Обычай онтологичен. Это акт, совершенствующийся в людях. Обычай — прежде всего действие, способ поведения, являющийся, с одной стороны, обязательным для отдельных членов группы, а с другой — привычным для его членов. В обычае передается действие. Обычай тесно связан с преданием как образом жизни. Предание — сама жизнь, воплощенная в поступках этнических героев.

Человек, будучи членом закрытой группы, совершая какое-либо действие согласно обычаю, поступает человечно. Сделав обычай привычным для себя, он приобретает качество человечности. Сила обычая в формировании человечности заключается в том, что человек усваивает не нравственную норму, а способ действия, который нравствен по отношению к членам закрытого сообщества. В обычае человек живет. Научить обычаю значит научить жить. Без обычая нравственность не

¹ Элиаде М. Аспекты мифа. — М.: Инвест-ППП, 1995. С. 17.

входит интимно в сущность человеческого бытия. В обычае сокрыта одна из сторон тайны человечности.

Нравственность обычая конкретна и причастна к своему объекту. Действующий в обычае поступает в соответствии с моралью закрытой группы. Через обычай человек идентифицирует себя со своим народом, вводится в свой род, ибо обычай — дух народа, его дела.

В основании обычая лежат поступки реальных людей в наиболее важных для рода жизненных ситуациях. Именно духовность этих поступков составляет человечность обычаев. Такие поступки являются не только нравственной основой обычаев, но и содержанием преданий, в которых рассказывается о важнейших событиях в жизни народа и подвигах отдельных героев. Существовая в форме устного рассказа, предание передается из поколения в поколение. В народном предании образы постепенно идеализируются и обобщаются. Со временем предания могут отражаться в народных эпосах, в том числе и в литературной форме. На образах преданий (Микулы Селяниновича, Ильи Муромца, князя Владимира и др.) воспитывается молодое поколение, впитывая нравственные правила героев в процессе переживания событий, отраженных в предании. Именно присутствие в предании реального поступка конкретных людей наделяет его нравственной силой и чувствами, заставляет вслушиваться в него и размышлять. Предание — это опыт общения с предками, это усвоение каждым человеком духовного наследия предков. Предание — это Святослав с его благородным «Иду на Вы», это мужественный и отважный Евпатий Коловрат, это Сергей Радонежский, воплощающий духовность Руси. Постичь предание — значит постичь душу народа, и наоборот, чтобы постичь душу народа, надо постичь его предания. Предания раскрывают смысл истории в поступках людей. Онтологическая суть предания — воплощать в конкретном человеке

то, что для рода (народа) было совершено героями. Дух предков наследуется в человечности новых поколений.

Свою духовность мы получаем от предков, она заключена в обычаях и предании. (Сегодня мы уходим и от того и от другого.) Герои преданий не завещают нам мораль, они оставляют нам поступки. И в этом — непреходящая ценность преданий для формирования человечности. Человечность — это не слова, а поступки, которые мы интерпретируем в категориях морали.

Поступая в соответствии с традицией и преданиями, человек испытывает глубокое эмоциональное удовлетворение, чувство гордости. Предания интимно входят в совесть человека. А совесть определяет нравственную оценку всех поступков человека, сопровождая ее соответствующими эмоциями и чувствами.

Предания сами по себе эмоционально насыщены. Усваивая предания, человек присваивает и огромную массу чувств, чувств патриотических, соединяющих личность с родом, со своим народом.

6.8. Религия и чувства

Огромное влияние на формирование эмоционально-чувственной сферы личности играет вера. Жизнь в церковной традиции, вера в Господа Бога связана с постоянной работой над самим собой в соответствии с заповедями Иисуса Христа, с постоянным, ежедневным и ежеминутным трудом по ограничению своих желаний, в которых проявляются себялюбие и эгоизм, ибо от них исходят злые помыслы, зависть, гордыня, богохульство. В конечном счете духовное очищение связано с искоренением желания жить в довольстве и наслаждении и с научением любить бедствия, скорбь и трудности. Пока мы угождаем себе, мы не можем угождать ближнему, любить ближнего. А раз мы не можем любить ближнего, мы не можем любить и Господа Бога.

Путь, ведущий к ограничению своих желаний, начинается с выполнения установленных церковью постов. С них начинается послушание. В послушании смиряются гордыня, дух противоречия, самоуверенности, упрямства и открывается простор для любви.

Для освобождения от соблазнов огромное значение имеет молитва. Молитва питает душу и просвещает ум, это активное действие верующего, направленное на борьбу с соблазном. Молитва порождает внутреннее спокойствие, терпение в скорби, любовь и благодаренье. В акте молитвы суть религии, понимаемой как связь с Богом.

Огромное значение для проникновения в духовные ценности и смысл религии играет процедура Евхаристии (покаяния и причастия).

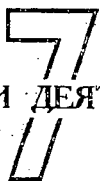
Догмат церкви утверждает, что «лишь непосредственное, евхаристическое, харизматическое соединение со Христом, буквально — причастие Ему, делает возможным исполнение Его новых заповедей»¹.

Молитва, пост, покаяние и причастие несут в себе огромное эмоциональное напряжение. Верующий живет богатой эмоциональной жизнью, которая воплощена в реальных действиях.

Из сказанного ясно неопределимое значение веры в формировании эмоционально-чувственной сферы внутренней жизни человека. Вера делает чувства человека не только эмоционально-насыщенными, яркими, но и перестраивает всю его внутреннюю жизнь, его эмоции и чувства, придавая им новое качество.

¹ Кураев А., диакон. Традиция. Догмат. Обряд. Апологетические очерки. — М.-Клин: Изд-во Братства Святого Тихона, 1996. С. 103.

ЭМОЦИИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ



Практически каждый человек в процессе своей деятельности оказывался в ситуации, когда он испытывал эмоции. Типичная ситуация, с которой сталкивается каждый школьник или студент — контрольная работа. Эмоции проявляются, если при ее выполнении возникают трудности, либо для решения поставленных задач не хватает времени. Сила эмоциональных переживаний зависит от личностной значимости выполняемой деятельности. Этим же фактором определяется и качественная специфика переживаний. Таким образом, развитие эмоций в деятельности происходит прежде всего за счет обогащения эмоционального опыта, качественных характеристик переживаемых эмоций и чувств.

Рассмотрим проявление эмоций в соответствии с принятым подразделением деятельности на игровую, учебную и трудовую.

7.1. Эмоции и игра

Игра, как известно, выступает в качестве ведущего фактора развития ребенка. Объект для игры частично берется из реального мира, а частично (в различной степени) творится воображением ребенка. В игре ребенок свободен, действительность не подавляет его, он достаточно произвольно обращается с предметами внешнего мира, наделяя их субъективным смыслом. Игра есть свободное творчество, в котором ребенок

творит мир и социальные отношения, познавая этот мир и одновременно усваивая эти отношения.

Для игры характерны постоянный взаимопереход реального и воображаемого, переход от произвольности к непроизвольности, от детерминированности к свободе поведения. В игре закладываются истоки творчества. Свобода, творчество и игра неразделимы. Вместе с тем игра имеет большое социальное звучание. Каковы бы ни были ее цели, как правило, их достижение высоко оценивается социальным окружением и в первую очередь участниками игры. Статус личности ребенка прежде всего закладывается его игровыми успехами. Поэтому результаты игровой деятельности переживаются как лично значимые. Игру сопровождает вся гамма чувств: радость победы, горечь поражения, признание сверстников, гордость за себя и команду, уверенность в своих возможностях, разочарование и торжество. Благодаря успехам в игре ребенок входит в реферантную группу и занимает в ней определенное положение. Игра учит взаимодействию с другими людьми.

Сам процесс игры насыщен эмоциональными переживаниями. Напряжение физических сил и разрядка сопровождаются непроизвольными эмоциями, отмеченные выше творческие моменты игры, — эмоциями достижений. А свобода, характерная для игры, насыщается положительными переживаниями. Свобода обретает чувственность. Проявление свободы доставляет удовлетворение человеку. Свобода становится желанной. Кто не играл — тот не был свободен.

Во многих случаях игра, с ее эмоциональными и социальными последствиями, становится единственным фундаментальным фактором формирования конструктивных черт личности, компенсируя школьные неудачи.

Но игра является достоянием не только детства, взрослые также стремятся к игре. В определенной мере

вся «наша жизнь — игра». Эмоциями захвачены не только играющие, но и наблюдающие за игрой. Отождествляя себя с игроками любимой команды, зритель переживает все этапы и моменты игры. На эмоциях строится зрелищный спорт. Игра насыщена стрессом (без дистресса, по Селье). Спортивная игра, как и детская, полна творчества, импровизации. Спортивная игра — это игра человеческих возможностей и интеллектуальных способностей, но одновременно и игра страстей.

7.2. Эмоции и учебная деятельность

Ребенок играет, потому что хочет играть. Заниматься учебной деятельностью он еще должен захотеть, особенно когда эта деятельность начинает требовать от него больших усилий. Учебная деятельность предполагает систематическую умственную работу, связанную с произвольной регуляцией усилий, концентрацией внимания. Интерес к учебе у ребенка во многом зависит от педагогического мастерства учителя, от подготовленности ребенка к учебе в школе¹, от семейной обстановки и требований к нему. Учебная деятельность прямо или косвенно не связана с удовлетворением первичных биологических потребностей, а следовательно, нет природных механизмов мотивации учения. Величайшей иллюзией человечества является мысль о том, что человек хочет работать. Человек не хочет работать, но может захотеть при определенных условиях. Педагогически более рационально исходить из того, что и ученик не хочет учиться, но может захотеть. И задача педагога прежде всего заключается в том, чтобы ученик захотел учиться.

¹ *Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д.* Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. — М.: Владос, 2001.

Что для этого необходимо сделать? Обеспечить успех ученика в достижении целей учебной деятельности. Успех порождает положительную мотивацию учения. Успех меняет социальный статус ученика. Успех позволяет самоутвердиться, порождает комплекс положительных эмоций, близких к тем, что описаны выше при рассмотрении игры. Положительные эмоции в свою очередь начинают выступать мотивом учения, перестраивая систему личностных отношений с учителями и учениками.

В учебной деятельности эмоции тесно переплетаются с успехом, а успех определяется способностями ученика. Таким образом, способности оказываются взаимосвязаны с мотивацией и эмоциями.

Следует обратить внимание на один очень важный фактор современного обучения. Школьная ситуация характеризуется наличием задач двух типов: эмпирических и абстрактно-формальных. Задачи второго типа предъявляют высокие требования к отвлеченному мышлению, осознанности и произвольности, к навыкам саморефлексии своих (умственных) действий. «Овладение такой регуляцией, — писала М. Дональдсон, — означает выход мышления из примитивной неосознанной исключительности в непосредственную жизнь и во взаимодействие с другими человеческими существами. Оно означает умение выходить за пределы конкретики. На этом построено движение к более высоким интеллектуальным навыкам.

Выход за пределы конкретики, неестествен в том смысле, что не происходит спонтанно. Сама возможность подобного выхода является продуктом многовековой культуры, и эта возможность не реализуется в жизни отдельного ребенка, если средства культуры не подкрепляют усилия, направленные на овладение отвлеченным мышлением. Но в определенном смысле

этот процесс не так уж и неестествен, поскольку представляет собой простое воспитание скрытых возможностей»¹.

Именно в отмеченном моменте учения большинство детей испытывают трудности, трудности объективные, обусловленные неподготовленностью мышления ребенка к школьным задачам. И прав был В.В. Давыдов, акцентируя внимание на необходимости целенаправленного развития теоретического мышления школьников. Однако при этом надо помнить, что в школу дети приходят, владея практическим мышлением. Неподготовленный переход к задачам абстрактно-формального типа является причиной школьной неуспеваемости и связанных с этим комплексом отрицательных эмоций. Отметим также, что задачи абстрактного типа не вызывают у школьника эмоционального отклика, они не связываются с предметным миром, который на этом возрастном этапе прежде всего сопряжен с переживаниями. А без положительных эмоций нет не только научного поиска истины, но и решения школьных задач.

В процессе школьного обучения под влиянием достигнутых успехов наблюдается сдвиг мотивов и на саму деятельность. Особо следует отметить завершающий период обучения (обучение в старших классах), когда определяются интересы и способности школьника и выбор дальнейшего жизненного пути. На данном этапе формируется избирательный интерес к отдельным предметам, определяется личностный смысл всего школьного обучения и соответственно этому учебная деятельность сопровождается избирательными переживаниями.

¹ Дональдсон М. Мыслительная деятельность детей. — М.: Педагогика, 1985. С. 150.

В заключение отметим, что постоянные школьные неудачи (если ученик не нашел замещающей деятельности, в том числе и в асоциальном поведении) приводят к развитию пессимистического настроения, развитию печали и меланхолии, формированию патологических аффектов¹.

Систематическое воздействие негативных эмоций во время обучения может стать источником психосоматических заболеваний (гипертонии, гастритов, язвы желудка и др.), обострить течение всех других заболеваний, снизить иммунитет к заболеваниям в целом.

7.3. Эмоции и трудовая деятельность

В формировании человека как биологического вида трудовая деятельность играла особую роль. В определенном значении можно сказать, что труд создал человека. Можно утверждать, что на ранних стадиях развития человека трудовая деятельность и поведение совпадали. Деятельность обеспечивала выживание человека, и вся его природная организация, в том числе и механизмы эмоций, формировалась и развивалась под влиянием требований деятельности. Поэтому все, что мы до этого говорили об эмоциях и чувствах: механизмы, функции, проявления — все связано с трудовой деятельностью человека (и деятельностью в целом). Эмоции пронизывают деятельность. Деятельность всегда имеет ярко выраженный смысл, как непосредственно, так и опосредованно (прямые результаты деятельности крестьянина обеспечивают его продуктами питания, заработная плата рабочего дает источник существования

¹ *Патологические аффекты* — состояния, возникающие у человека в результате неожиданного унижения, оскорбления, сильных волнений и гнева.

— деньги, занятие высокой должности обеспечивает высокий социальный статус, то же — творческая деятельность и т.д.).

Если рассмотреть психологические механизмы деятельности с современных позиций, то можно видеть, что она реализуется психологической системой деятельности¹, включающей в себя механизмы ее мотивации и формирования личностного смысла, механизмы формирования и функционирования цели, информационного обеспечения, принятия решений и программирования, способности субъекта деятельности.

Выделенные подсистемы (блоки) вовсе не означают их онтологическую автономность. Все блоки психологической системы деятельности теснейшим образом взаимосвязаны, и выделить их можно только в исследовательских целях. При анализе структуры реальных межблоковых связей психологической системы деятельности обнаруживается, что каждый блок находится в теснейшей взаимосвязи с другими блоками, что блоки фактически взаимопроникают друг в друга. Вероятно, справедливо предположение, что отмеченная невозможность расчленения есть следствие системной, неадактивной природы деятельности. Так, например, процессы принятия решения, информационного обеспечения деятельности представлены в процессах мотивации и определения личностного смысла деятельности, программирования и регулирования деятельности; мотивация в свою очередь представлена в механизмах принятия решения и отборе информации для деятельности. Эмоции же пронизывают все подсистемы деятельности. В силу этого они выступают одним из мощных факторов формирования самой психологической

¹ *Шадриков В.Д.* Проблемы системогенеза профессиональной деятельности. — М.: Наука, 1982.

функциональной системы деятельности фактора интеграции системы.

7.4. Эмоции и психические процессы

Любую деятельность можно разложить до отдельных психических функций и процессов. В процессе каждой деятельности надо что-то воспринимать, запоминать, принимать решения, производить определенные действия. Психические функции и процессы представляют собой наиболее общие родовые формы деятельности. Обычно они составляют компоненты некоторой предметной деятельности и входят в состав психологической функциональной системы деятельности, но могут выступать и самостоятельно.

Предложенный подход рассмотрения психических функций и процессов как родовых форм деятельности достаточно плодотворен в общепсихологическом плане. С одной стороны, он позволяет посмотреть на психические процессы с позиции деятельности, с другой — на деятельность с позиции психических процессов.

Весьма удачным оказывается подход к изучению взаимосвязи эмоций и психических процессов с позиций роли ретикулярной формации в организации психической деятельности. Открытие специфической структуры в стволовой части мозга¹ позволило объяснить многие явления. Было показано, что ретикулярная формация обеспечивает стимулирование всей психической деятельности. Процессы активации проявляются во всех структурах головного мозга, в частности тех, которые реализуют определенные психические функции: восприятия, представления, памяти, вообра-

¹ Мэгуи Г. Бодрствующий мозг. — М.: Мир, 1965.

жения, мышления. В свою очередь ретикулярная формация находится под воздействием эмоций.

Из сказанного следует такая системная картина: мотивация побуждает к деятельности; стрессоры, связанные с достижением цели деятельности, порождают определенные эмоции; эмоции воздействуют на ретикулярную формацию, которая обеспечивает активацию структур головного мозга, в том числе реализующих психические процессы. Таким образом, эмоции определяют результативную сторону психических функций и процессов.

Но эмоции не только влияют на активацию психических процессов, они определяют и эмоциональный фон, эмоциональную окрашенность психических процессов. Поэтому при характеристике психических процессов часто выделяют эмоциональное восприятие, эмоциональную память, эмоциональное мышление. К сожалению, данный аспект психических процессов разработан крайне недостаточно. Наиболее часто он встречается в работах по психологии искусства. Однако эмоциональность психических процессов значима и в различных видах деятельности и в жизни. Достаточно привести характеристику эмоциональной памяти, данную А.А. Ухтомским.

«Пережитые и переживаемые нами эмоции помогают точно запомнить и запечатлеть до деталей среду, в которой протекала... жизнь. В порядке самонаблюдения мы замечаем, что пройденная жизнь вспоминается нам по этапам от одного более яркого пятна до другого, причем эти более ярко закрепившиеся в нашей памяти пятна связаны с радостями, горем, приподнятыми интересами, успехами и несчастьями прошлого. Физиологически это значит, что наиболее детально, отчетливо и прочно отпечатано и закрепилось в наших центрах в особенности

то, что пережито с эмоциями радости, горя, интереса, гнева и т.д.»¹.

Есть определенные основания говорить и об эмоциональном мышлении. Действие ума, особенно в социальном поведении, мотивируется и контролируется моралью. Мораль и совесть взаимосвязаны с эмоциями. В этом случае эмоции по отношению к умственным действиям выступают как причина, а не как следствие. Эмоции могут порождать новые идеи.

Особо следует сказать о психомоторных действиях. Под психомоторикой, отмечал К.К. Платонов (1972), как правило, понимается объективизация всех форм психического отражения определяемыми ими движениями. И если мы говорим об эмоциональности психических процессов, то есть все основания говорить о эмоциональной насыщенности психомоторных действий. Имеются также отдельные утверждения о связи интенсивных мышечных движений и сексуальных эмоций. Если это так, то можно объяснить, почему молодежь любит танцы и спорт.

В психологической литературе в наибольшей степени изучено влияние функциональных состояний, напряженности и эмоций на производительность, качество и надежность деятельности². Эмоциональная напряженность определяется способностями субъекта деятельности, уровнем его профессиональной подготовленности, информационным обеспечением деятельности на каждом уровне профессионализации, требованиями к качеству, производительности и надежности, временными параметрами осуществления деятельности, личностной значимостью результатов. Субъект должен

¹ Ухтомский А.А. Собр. соч. — Л., 1940. Т. 4.

² Более подробно в кн.: Шадриков В.Д. Введение в психологию (способности человека). — М., 2002.

строить свою деятельность в многофакторном пространстве. В этом случае фактор эмоциональной напряженности может выступать в качестве интеграционного по отношению ко всем другим параметрам, определяя субъективную «цену» деятельности.

7.5. Эмоции и искусство

Традиционно искусство рассматривалось в двух смыслах: первый — как мера мастерства в любой сфере деятельности. Искусен мог быть и гончар, и оружейник, и музыкант, и пахарь, и пекарь, и фортификатор, и архитектор. К сожалению, в данном смысле искусство истолковывается все реже. Второй смысл понятия искусства связывается с отдельными видами человеческой деятельности, целью которых является отражение жизни в художественных образах. Способ такого отражения определяется особенностями конкретного вида искусства: в литературе — через слово, в живописи — через зрительный образ, в скульптуре — через пространственно-объемные формы, сочетающиеся с практическим назначением, в музыке — через звукоинтонации, в танце — через пластические движения.

И в первом, и во втором смыслах искусство требует высочайшей техники (технологическое искусство, отточенные умения) и напряжения всех духовных сил. Следовательно, искусство невозможно без глубоких переживаний исполнителем (творцом) того, что он творит, отображает и изображает. В искусстве проявляются духовные способности творца¹, который должен понять, оценить и изобразить других людей, отношения людей друг с другом. А эти отношения прежде всего проявля-

¹ *Шадриков В.Д.* Духовные способности. — М.: Магистр, 1998.

ются в переживании людей. Но чтобы понять переживания других, творец должен сам пережить нечто подобное. Чтобы понять человека, надо иметь сходство с его духовным миром. Как отмечает О. Вейнинггер, «...понять человека — значит быть этим человеком и вместе с тем быть самим собой»¹. Чем больше людей включает человек в свое понимание, тем богаче его духовный мир, и наоборот, чем более духовно богат человек, тем большее число людей он может понять. Через богатство, ясность и интенсивность своего внутреннего мира человек познает других. Из сказанного следует, что не может быть искусства без глубоких переживаний исполнителя (творца), в которых он отражает переживания других людей и делает их понятными и доступными для тех, кто обращается к искусству, побуждая их к сопереживанию.

Отметим, что через сопереживание искусство выполняет глубокую познавательную функцию. В определенном плане познать отношения людей невозможно без обращения к искусству, без сопереживания познаваемых событий. (На этом основаны многие психотерапевтические практики.)

7.6. Эмоции и поведение

Под поведением мы понимаем целенаправленную активность, в которой ведущее значение приобретает отношение человека к другим людям. Если в деятельности единицей психологического анализа является действие, то в поведении такой единицей выступает поступок. Через изучение поступков мы глубже всего проникаем в психологию человеческой личности [Рубинштейн, 1946]. В деятельности человек выступает

¹ Вейнинггер О. Пол и характер. — М.: Терра-Тегга, 1992. С. 111.

как сила, сознательно изменяющая и преобразующая предметный мир; в поведении один человек воздействует на других людей. Между деятельностью и поведением трудно провести границу. В деятельности и поведении человек исходит из определенных мотивов, стремится к достижению конкретной цели, учитывая условия, при которых она достигается. Но в поведении человек имеет дело с другими людьми, которые в свою очередь имеют свои жизненные цели. В этих условиях поведение субъекта будет всегда реализовывать или сотрудничать, или конфликтующую политику. Вся человеческая нравственность является порождением этих политик. Именно в человеческом поведении ярче всего проявляются эмоции и чувства во всем их многообразии.

Каждый человек испытывает определенный комплекс эмоций и чувств по отношению к любому своему знакомому или близкому человеку, к любому сослуживцу. Эти эмоции и чувства в значительной степени, а иногда в решающей, определяют их отношения: личные и служебные. Ваши просьбы будут выполняться в той мере, в какой вы понравились или не понравились. Ваши замечания будут восприниматься в зависимости от сложившихся отношений: при эмоционально-позитивных они будут учитываться в поведении, при эмоционально-отрицательных замечания будут восприниматься как придирки, а советы, идущие на пользу тому, кому адресованы, отвергаться и даже усиливать негативные отношения. Именно в системе межличностных эмоциональных отношений формируется эмоциональный тип личности, внутренний строй реальной жизни человека.

ЭМОЦИИ И КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ

Как мы уже отмечали, с общебиологической точки зрения эмоции сформировались как один из механизмов, обеспечивающих выживаемость организма. Адаптация субъекта к условиям существования обеспечивается целенаправленным поведением. Эмоции и чувства вплетены в поведение и в сходных условиях определяют фиксированные формы поведения: избегание, агрессию и др.

Закрепленные в формах поведения эмоции и чувства переходят в черты характера, в качества личности. К типовым можно отнести: трусость, агрессивность, смелость, храбрость, обидчивость, тревожность, гневность (вспыльчивость), завистливость, разочарованность, эмпатию.

Симптомокомплексы поведенческих эмоций и чувств входят практически во все типологии личности: экстраверты—интроверты (по Г. Айзенку), циклоиды—шизоиды (по Э. Кречмеру); психопатические типы (по П.Б. Ганнушкину); нарциссисты (по Э. Фромму); эмоциональные психологические типы (по К.Г. Юнгу). Рассмотрим в качестве примера проявления нарциссизма (по Э. Фромму).

В общем плане нарциссизм есть самовлюбленность. Греческая легенда повествует о прекрасном юноше Нарциссе, который пренебрег любовью нимфы Эхо, за что был наказан: влюбился в собственное зеркальное отражение в воде озера. Терзаемый неутолимой стра-

тью, умер и был превращен в цветок, названный его именем¹. Греческая легенда показывает, что подобного рода «самовлюбленность» губительна для личности.

В психоанализе нарциссизм рассматривается как психическая сила, побуждающая и направляющая поведение человека. Он выступает в роли психической энергии, мотивирующей поведение.

В каких динамических аспектах и каком внешнем облике проявляется нарциссизм? Наиболее элементарная его форма проявляется у среднего человека в его отношении к своему телу. Большинству людей нравится свое тело, лицо, фигура. Именно поэтому не так много людей, желающих их изменить и сделать пластическую операцию. Нравиться может не только лицо, но и отдельные его части: глаза, нос, уши и т.д. Нарциссичный человек не в состоянии правильно воспринять ситуацию, принять аргументацию собеседника, если она идет в разрез с его желаниями. Он не способен встать на позицию другого.

Любование и гипероценка могут относиться не только к физическому облику, но и к идеям, которые высказывает нарциссическая личность. Свои мысли, высказывания, изобретения он считает бесценными, а свою деятельность — работу — самой нужной. Это позволяет держать жизненную позицию.

Проявлением нарциссизма может служить повышенный интерес к состоянию своего здоровья. В случаях с моральной ипохондрией человек боится провиниться. Такой человек постоянно размышляет над тем, в чем он виноват, что он сделал не так, какие грехи он совершил. В глазах других такой человек производит впечатление совестливого и морального, в то время как на самом деле он занят лишь самим собой, своей со-

¹ Словарь античности. — М.: Прогресс, 1989. С. 373.

вестью, его волнует лишь то, что могут сказать о нем другие. Сами же люди его не интересуют.

При встречах «нарцисс» будет много говорить о себе, о своих делах, самочувствии. Все сказанное им он высоко ценит и дает об этом знать окружающим — речью, паузами, интонацией.

Нарциссичный человек очень чувствителен к критике. Он ее оспаривает и гневно реагирует. Во многих случаях нарциссичный человек может характеризоваться скромным и безропотным поведением, за которым скрывается покорность, ставшая предметом самолюбования. Предметом нарциссического обожания могут стать качества, которыми нормальный человек не стал бы гордиться, например боязливость.

Какие бы формы ни имел нарциссизм, за ним скрывается отсутствие подлинного интереса к внешнему миру.

Для нарциссичного человека предметом любования может быть не только его собственная личность, но и все, что с ней связано, в том числе и люди, входящие в сферу его интересов. В качестве яркого примера здесь может выступать отношение родителей к своим детям. Многим родителям кажется, что их дети умнее, красивее, интеллигентнее, более одаренные, чем дети других людей. Чем меньше дети, тем интенсивнее это нарциссическое предубеждение.

Часто любовь мужчины и женщины окрашивается нарциссической ориентацией. Женщина (или мужчина) превращается в носителей необычайных качеств лишь постольку, поскольку она (он) превратилась в часть его лица. Нарциссичный человек считает, что все, чем он обладает, прекрасно. Опасным последствием нарциссической привязанности является потеря рационального суждения.

В чем значение нарциссизма?

«Нарциссизм является пристрастием такой интенсивности, которая у многих людей сравнима с половым инстинктом и инстинктом самосохранения. Иногда оно проявляется даже сильнее, чем оба эти инстинкта. Даже у среднего человека, у которого нарциссизм не достиг такой интенсивности, продолжает существовать нарциссическое ядро, которое, как кажется, почти невозможно уничтожить. Если это утверждение справедливо, то мы можем предположить, что нарциссическое пристрастие, так же как половой инстинкт и инстинкт самосохранения, имеет важную биологическую функцию. Как только поставлен этот вопрос, сам собой напрашивается ответ. Каким образом мог бы выжить отдельный человек, если бы его физические потребности, интересы, желания не были заряжены сильной энергией? Биологически, с точки зрения выживания, человек должен воспринимать себя как нечто гораздо более важное, чем все его окружающее. Если он этого не будет делать, откуда он возьмет энергию и желание защищаться от других, работать для поддержания своего существования, бороться за свою жизнь и добиваться успеха в борьбе с окружающей средой? Без нарциссизма он, вероятно, был бы святым, но велик ли шанс на выживание у святых? То, что было бы очень желательно с духовно-религиозной точки зрения — чтобы вообще не было нарциссизма, — было бы в высшей степени опасно со светской точки зрения, согласно которой необходимо сохранить жизнь. Теологически это означает, что природа человека в значительной мере должна быть снабжена нарциссизмом, чтобы дать ему возможность выжить. Это тем более имеет значение, поскольку, в отличие от животного, природа не обеспечила человека хорошо развитыми инстинктами. Животное не имеет «проблем» с выживанием, потому что врожденные инстинкты избавляют его от необходимости размышлять и принимать решение относительно

того, хочет ли он употребить свои силы или нет. У людей функционирование аппарата инстинктов в значительной мере утратило свою действенность, вследствие чего нарциссизм перенимает на себя весьма необходимую биологическую функцию.

Если мы допустим, что нарциссизм выполняет важную биологическую функцию, перед нами встает новый вопрос. Разве экстремальный нарциссизм не делает человека равнодушным по отношению к окружающим, разве он не приводит к ситуации, когда человек не в состоянии поступиться собственными потребностями, хотя бы это и было необходимо для сотрудничества с другими людьми? Разве нарциссизм не делает человека асоциальным и в экстремальных случаях действительно душевнобольным? Вне всяких сомнений, экстремальный индивидуальный нарциссизм был бы тяжелым препятствием для любой социальной жизни. Если же это справедливо, то нарциссизм должен находиться в конфликте с принципом сохранения жизни, поскольку отдельный человек может выжить лишь в том случае, если он организуется в группы; едва ли кто-либо будет в состоянии в одиночку защититься от опасностей природы; он не сможет выполнять и различные работы, которые могут быть осуществлены только в группах.

Так мы пришли к парадоксальному выводу, что нарциссизм необходим для сохранения жизни и одновременно представляет собой угрозу ее сохранению. Решение этого парадокса представляется двояким. С одной стороны, выживанию служит оптимальный, а не максимальный нарциссизм. То есть в биологически необходимой степени нарциссизм может быть совместим с социальным сотрудничеством. С другой стороны, индивидуальный нарциссизм может превращаться в групповой, и тогда род, нация, религия, раса и тому подобное заступают на место индивида и становятся объектами на-

рциссической страсти. Таким образом, нарциссическая энергия остается, но она применяется в интересах сохранения группы вместо сохранения жизни отдельного индивида»¹.

В чем опасность нарциссизма?

Нарциссически ориентированный человек всегда в конфликте с внешним миром. С одной стороны, он для него не существует, с другой — он может утвердиться, только возвеличивая себя в этом мире. Это стремление к возвеличиванию порождает самые различные коллизии в отношениях его с другими людьми и определяет индивидуальную линию поведения.

С точки зрения ценностей нарциссизм находится в противоречии с разумом и любовью. Он мешает видеть действительность такой, какая она есть, он ограничивает способности разума. То же самое можно сказать и о любви. Нарциссическая личность держится в любви за свой нарциссизм, а не за подлинный интерес к партнеру, он существует лишь как тень своего раздутого «Я».

«Становится ясно, какое значение имеет феномен нарциссизма с духовно-этической точки зрения, если вспомнить, что главные учения всех значительных гуманистических религий могут быть сформулированы в одном предложении: цель человека — преодоление его нарциссизма. Вероятно, нигде этот принцип не выражен столь радикально, как в буддизме. Учение Будды исходит из того, что человек сможет освободиться от своих страданий лишь тогда, когда он очнется от собственных иллюзий и осознает свою действительность, реальность болезни, возраста, смерти и невозможность когда-либо достичь целей своих страстей. В буддийском понимании «очнувшийся» человек — это человек, который преодолел свой нарциссизм и потому

¹ *Фромм Э.* Душа человека. — М.: Республика, 1992. С. 53–54.

способен быть полностью живым. Эту же мысль можно выразить иначе: лишь когда человек освободится от иллюзии своего несокрушимого «Я», лишь когда он откажется от нее и от всех других объектов своей алчности, он сможет открыть себя миру и полностью вступить в отношение с ним. Психологически этот процесс полного бодрствования идентичен замене нарциссизма на соотнесенность с миром.

В иудаистском и христианском преданиях эта же цель, сводимая к преодолению нарциссизма, формируется по-разному. В Ветхом Завете говорится: «...люби ближнего твоего, как самого себя» [Левит, 19:18]. Заповедь гласит о необходимости преодолеть свой нарциссизм хотя бы настолько, чтобы наш сосед был для нас так же важен, как и собственная личность. Но Ветхий Завет идет гораздо дальше и требует любить «пришельца». «Люби его, как себя; ибо и вы были пришельцами в земле Египетской» [Левит, 19:34]. Пришелец это как раз тот, кто не принадлежит к моему роду, моей семье, моему народу; он не является частью группы, с которой я нарциссически связан. Он является просто человеком. В пришельце открывается человеческое существо, как это представлено у Германа Когена. В любви к пришельцу исчезает нарциссическая любовь, ибо она означает, что я люблю человеческое существо в его бытие как таковом, в его другом, нежели мое бытие, а не потому что оно такое, как я. Когда в Новом Завете говорится: «Любите врагов своих», то тем самым выражена та же мысль, только несколько заостренное. Если пришелец является для тебя абсолютно человеком, то он больше не враг тебе, поскольку ты сам становишься истинно человеческим. Лишь тот, кто преодолел свой нарциссизм и может сказать: «Я есть ты», способен любить пришельца и врага.

Борьба с идолопоклонством — центральная тема в учении пророков — это одновременно борьба с нарциссизмом. При идолопоклонстве частная способность человека становится абсолютной и превращается в идола. В отчужденной форме человек почитает самого себя. Идол, в котором он растворяется, становится объектом его нарциссической страсти. Идея Бога является, напротив, отрицанием нарциссизма, ибо только Бог, но не человек, всезнающ и всемогущ. Однако в то время как представление о неопределимом и не поддающемся описанию Боге было отрицанием идолопоклонства и нарциссизма, Бог вскоре снова превратился в идола; человек нарциссически идентифицировал себя с Богом, и в полном противоречии с первоначальной функцией представления о Боге религия стала выражением группового нарциссизма.

Человек достигнет своей полной зрелости, когда он полностью освободится как от индивидуального, так и от общественного нарциссизма. Эта цель духовного развития, сформулированная здесь в понятиях психологии, по существу, идентична той, которая была выражена великими религиозными вождями человечества в религиозно-спиритуалистических понятиях. Хотя эти понятия и различны, однако они относятся к одному и тому же содержанию и к одному и тому же опыту»¹.

«Чувства человека, — писал С.Л. Рубинштейн, — отражают строение его личности, выявляя ее направленность, ее установки; *что* оставляет человека равнодушным и что затрагивает его чувства, *что* его радует и *что* печалит, обычно ярче всего выявляет, а иногда выдает истинное его существо»².

¹ Фромм Э. Душа человека. — М.: Республика, 1992. С. 65–66.

² Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — М.: Учпедгиз, 1946. С. 461.

ПРОЯВЛЕНИЕ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ (СИМПТОМАТИКА ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ)

Все возможные проявления эмоций и чувств можно условно разделить на две группы: соматические и психологические.

То, что выразительные движения, проявляющиеся в мимике и пантомимике, способны отразить эмоциональные состояния и переживания, факт, не требующий доказательств. Каждый из нас сталкивается с этим постоянно. Вопрос заключается в том, насколько точно, с учетом качественной специфики эмоций и чувств, мы можем судить о переживаниях субъекта по выразительным движениям. Какие условия определяют точность этих суждений?

Попытки экспериментально установить истинную взаимосвязь выражения лица с конкретной эмоцией не дали положительных результатов (так же как попытки установить однозначную связь способностей с конкретными участками мозга). Вместе с тем выявились некоторые общие тенденции в выразительных движениях у различных лиц при одних и тех же эмоциях. Анализируя данную ситуацию, С.Л. Рубинштейн отмечал, что лишь с позиций общей теории эмоций можно рассматривать ту или иную концепцию выразительных движений. «Для того чтобы понять выразительные движения, так же как и самое переживание, надо перейти от фиктивного индивида, только переживающего, к реальному индивиду. В отличие от точки зрения имманентно-пси-

хологической (феноменологической) и физиологической, эта точка зрения биологическая и социальная¹.

Именно так, с биологической точки зрения, пробовал объяснить эмоции Ч. Дарвин², рассматривая выразительные движения как рудиментарные проявления прежде целесообразных действий (дополняя это основное положение двумя другими: выразительные движения являются проявлением разряда нервной системы и некоторые выразительные движения могли возникнуть в силу контраста; жесты, противоположные тем, которые выражают известные чувства, начинают употребляться как выразительные движения противоположных чувств). Связь эмоций с инстинктами не подлежит сомнению. Но даже на уровне инстинкта эмоции выполняют целый ряд функций, о которых мы говорили ранее, прежде всего мобилизационную и информационную. Вся система выразительных движений направлена на передачу определенной информации другой особи — это поза угрозы, ярости, агрессии и поза покорности, избегания. Именно данную функцию выразительных движений подчеркивает Рубинштейн. Как бы выразительные движения ни возникли, — пишет он, — они «не просто рудиментарные образования, потому что они выполняют определенную актуальную функцию, а именно — функцию общения; они средство сообщения и воздействия, они речь, лишенная слова, но исполненная экспрессии»³.

¹ Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — М.: Учпедгиз, 1946. С. 483.

² Дарвин Ч. Происхождение эмоций. На русском языке издано под названием «О выражении ощущений у человека и животных»/Под ред. А. Ковалевского, 1899.

³ Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — М.: Учпедгиз, 1946. С. 486.

Эта информационная функция выразительных движений не только сохраняется у человека, но и приобретает первостепенное значение.

Но если у животного выразительные движения естественны и произвольны, то человек может сознательно регулировать мимику и пантомимику: радость встречи, приветливая улыбка, угроза, сексуальная поза и многое другое человек отражает через выразительные движения. В определенной мере эти движения регулируются социальной нормой.

Наряду с мимикой большое значение, может быть не до конца оцененное, в выражении эмоций играет общий тонус скелетной мускулатуры (гордая поза, унылая походка и т.д.). В силу возможности произвольной регуляции выразительных движений последние часто служат у человека для маскировки истинных чувств, для провокации поведения других людей в желаемом для себя направлении. Иногда это просто безобидная приветливая улыбка, но часто и глубокая маскировка агрессивных намерений. Вместе с тем исследования показывают, что когда человек не контролирует свое поведение, выразительные движения могут многое сказать о его чувствах и отношениях.

Одним из первых успешную систему для классификации мимических выражений отдельных эмоций предложил Вудвортс (Woodworth, 1938). Он показал, что по мимическим выражениям могут быть достаточно успешно категоризованы следующие шесть чувств: 1) любовь, счастье; 2) удивление; 3) страх, страдание; 4) гнев, решительность; 5) отвращение; 6) презрение¹.

Особый класс выразительных движений составляют жесты. В определенной мере их можно рассматривать

¹ Woodworth. Experimental psychology. — New York: Holt, 1938.

как развитие мимики и пантомимики. Жесты являются экспрессивным сопровождением речи. В силу сказанного, они тесно связаны с конкретными эмоциями, наделены определенной семантикой и могут служить индикаторами каких-то чувств и переживаний. При этом мы часто используем жесты неосознанно, поэтому они нас выдают. Существует целое направление в психологии, которое разрабатывает данную проблематику и ее практическое применение.

Заметим, что для понимания выразительных движений большое значение имеет опыт личных переживаний и самоанализа. Несомненно, что пониманию выразительных движений способствует и специальное обучение.

Развитие выразительных движений у человека происходит в процессе общения — субъект, воспринимая выразительные движения других и раскрывая их символическое значение, формирует и свои выразительные действия. Форма и способ использования выразительных движений во многом определяются социальной средой в целом и национальными особенностями. Нетрудно заметить, что жестикуляция русского отличается от жестикуляции грузина, грека от финна, индейца от испанца. В выразительных движениях слито природное и социальное.

Мощным индикатором эмоционального состояния является речь человека¹. Сравните речь, полученную на электронном синтезаторе, и естественную речь человека. Они не похожи друг на друга, хотя и могут передавать одну и ту же информацию. Но речь человека тем и отличается, что она живая, т.е. насыщенная пережива-

¹ Рубинштейн рассматривает эмоциональные характеристики речи в разделе выразительных движений, так называемая вокальная мимика (выражение эмоций в интонации и тембре голоса).

ниями. В силу этого живая речь несет намного больше информации, чем составляющие ее слова. Эмоции и чувства проявляются в речи в виде интонаций, тембра, ритма, темпа, в виде повышения и понижения голоса, пауз. От волнения голос начинает дрожать, речь становится прерывистой, меняются гармонические характеристики, общий «рисунок» речи, ее построение.

Исследования, связанные с изучением психологии труда, показали, что характеристики речи служат надежным показателем напряженности труда, его эмоциональной насыщенности¹. В голосе проявляется вся гамма отношений между людьми. Голос может быть ласковый и суровый, радостный и печальный, успокаивающий и угрожающий, пугающий и привлекающий и т.д.

Если учесть, что речь реализуется высшими отделами мозга и насыщена эмоциями, можно сделать вывод, что эмоции находятся под управляющим воздействием высших отделов головного мозга.

Эмоции проявляются не только в выразительных движениях и речи, но и в симптомокомплексах личностных характеристик. В этом случае отдельные эмоциональные характеристики индивида объединяются в целостные эмоциональные образования, характеризующие человека как субъекта деятельности и как личность.

В качестве примера могут выступать экстравертивный и интровертивный эмоциональные типы (по К. Юнгу)². Преимущественно они характерны для лиц женского пола.

Экстравертивный эмоциональный тип живет под руководством своих эмоций, которые развились в при-

¹ Носенко Н.И. Психическая напряженность. — М.: МГУ, 1976.

² Юнг К.Г. Психологические типы. — М., 1924.

способленную и подвергнутую контролю сознания функцию. Эмоции данного типа соответствуют объективным положениям и общепринятым ценностям. Женщины этого типа любят «подходящего человека», который по своему званию, возрасту, состоянию, почтенности своей семьи соответствует всем разумным требованиям. Такие жены — верные подруги своих мужей и хорошие матери. Поскольку «правильно» чувствовать можно только тогда, когда ничто не мешает, а мешает прежде всего мышление, то оно у данного типа подавляется. Такая женщина может думать очень много и умно, но поступать будет в соответствии со своими эмоциями. Мышление выступает добавкой к эмоциям. Любое логическое заключение, которое может помещать чувствованию, изгоняется. Поэтому бессознательным содержанием данного типа женщин является прежде всего своеобразное мышление. Это мышление инфантильно, архаично и негативно.

В крайних степенях выражения для рассматриваемого типа характерно, что как раз вокруг наиболее ценного объекта собираются бессознательные мысли, которые безжалостной критикой лишают этот объект ценности.

Интровертивный эмоциональный тип характеризуется преобладанием интровертивного чувствования. Женщины этого типа по большей части молчаливы, труднодоступны, непонятны. Они не блистают и не выдвигаются вперед. Истинные мотивы их поведения остаются по большей части скрытыми. Они приятно спокойны, не стремятся принуждать другого к чему-нибудь, характеризуются легким оттенком инфантилизма и холодностью, которая может усилиться до равнодушия к благополучию и несчастью другого. Иногда начинают чувствовать ненужность собственного существования. К объекту, который вызывает симпатию, проявляют благожелательный нейтралитет, иногда с

легким оттенком превосходства и критики, которые действуют расхолаживающе. Агрессивную эмоцию в свой адрес отражают с убийственной холодностью.

Внешняя холодность может быть обманчива, эмоции данного типа могут быть интенсивны, но они развиваются вглубь. Положительное отношение к другим выражается чаще не эмоционально, а словами и поступками. Внутренние эмоциональные переживания, сострадание к другим может внезапно вылиться в героический поступок.

Личная скрытность приводит к подозрению, что и другие все скрывают, это порождает подозрительность, подверженность к влиянию слухов, склонность к интриге и соперничеству. Такой тип характеризуется мнительным честолюбием и злобной жестокостью.

Приведенные выше показатели выраженности эмоции можно объединить в группу психологических показателей. Вторая группа относится к соматическим показателям.

Во второй группе выделим прежде всего электрофизиологическое выражение эмоций: в показателях электроэнцефалограммы (ЭЭГ), кожно-гальванической реакции (КГР), электрокардиограммы (ЭКГ).

Отдельные эмоции и степень их выраженности находят на ЭЭГ отражения в процессах активации или депрессии различных частот. Обобщая экспериментальные данные, Броун [Brown, 1971] приводит следующие данные по репрезентации различных эмоций в частотах ЭЭГ (табл. 3).

В экспериментах школы М.Н. Ливанова (1972)¹ установлено, что при умственном и эмоциональном напряжении происходит изменение пространственной

¹ Ливанов М.Н. Пространственная организация процессов головного мозга. — М.: Наука, 1972.

Таблица 3

Состояния, наиболее характерные для преобладания в ЭЭГ субъекта различных частот [по Brown, 1971]¹

Бета	Альфа	Тета
Удивление	Расслабление	Неопределенность
Возбуждение	Покой	Планы
Любовь	Ясность мыслей	Изменение темы размышления
Голод	Удовольствие	—
Забота	—	Решение технических и житейских проблем
Напряжение	—	—
Бдительность	—	«Сон наяву»
Страх	—	—
Гнев	—	—

синхронизации электрической активности коры головного мозга.

Определенным показателем эмоциональной напряженности, пока еще недостаточно изученным, может служить изменение в асимметрии биологической активности правого и левого полушарий. Экспериментальные данные показывают [Л.П. Павлова и Т.И. Кривова, 1973; и др.], что при нарастании умственного переутомления наблюдается устойчивая правосторонняя асимметрия.

Достаточно выражено эмоциональные состояния представлены в показателях КГР и изменениях сопро-

¹ Цит. по Симонова П.В. Высшая нервная деятельность человека. Мотивационно-эмоциональные аспекты. — М.: Наука, 1975. С. 132.

тивления кожи внешнему электрическому току. Экспериментально наблюдается падение сопротивления при страхе, гневе и ориентировочной реакции и возрастание при утомлении и дремоте.

Эмоции находят отражение в показателях деятельности сердечно-сосудистой системы. Происходят системные изменения в ЭКГ (в частности, хорошим показателем эмоциональной напряженности является изменение амплитуды зубца Т и Р), объемного пульса (плетизмограмма), кровяного давления, частоты и амплитуды дыхания. Сильное волнение проявляется в торможении слюноотделения (пересыхает во рту) и повышенном выделении пота, в замедлении речевых и сомоторных реакций.

Отдельную группу составляют показатели гормональной деятельности. Еще в экспериментах У.Кеннона (1932) было установлено, что сильные эмоции (ярость и страх) вызывают усиленное выделение адреналина («экстренная секреция адреналина»), под воздействием которого в крови выделяется повышенное количество сахара. Позднее, как известно, данный фактор вошел в синдром стресса (по Селье). Эмоции оказывают мобилизующее действие на все системы организма, освобождают запасы организма для экстренных действий, обеспечивают приток крови к рабочим органам, обогащенной сахаром и кислородом. Эмоции стимулируют процесс свертывания крови, что очень важно при ранениях.

Как установлено Г. Селье, стрессор воздействует также на ось гипоталамус–гипофиз–кора надпочечников, которая участвует в развитии многих болезненных явлений. Эти болезненные явления также могут служить индикаторами эмоциональных переживаний. (Возможна и обратная диагностика: наличие постоянных эмоциональных переживаний отрицательного ха-

рактера дает основание предполагать наличие у субъекта определенных болезней.)

Многочисленными экспериментами, проведенными в последние 30 лет, установлено, что под влиянием стресс-факторов в крови изменяется уровень катехоламинов.

Таким образом, можно комментировать, что эмоции находят выражение во всех органических системах организма, при этом каждая из систем выступает как часть целого, всего организма, т.е. на воздействие факторов, порождающих эмоции (потребностей, стресс-факторов), организм реагирует системно. Следовательно, адекватный вывод о характере эмоций и их воздействии на деятельность и поведение человека можно сделать только (как и в случае психологических показателей) с позиций синдромологической оценки.

В заключение отметим, что все проявления эмоций в показателях деятельности организма и в психической деятельности можно использовать (и они используются) при изучении эмоций и чувств.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

(теории эмоций и чувств)

Как известно, термин «теория» происходит от греческого слова *theoria*, которое означает наблюдение, рассматривание, исследование. И действительно, первые теории, объясняющие явления внешнего мира, строились на основе наблюдений, которые проводились иногда десятилетиями и столетиями и передавались из поколения в поколение. На основе этих наблюдений, их систематизации и обобщения предлагались определенные объяснения, знамения, предсказания. Эти теории были знанием «посвященных». В истоках современных наук лежит также наблюдение, а в ряде наук оно и сейчас является основным методом.

В современном науковедении в качестве теории рассматривают систему обобщенного, достоверного знания, которое описывает, объясняет и предсказывает явление действительности. В психологии теория должна объяснить поведение человека, раскрывая специфические психологические закономерности.

Нас в данном случае интересуют теории, описывающие, объясняющие и предсказывающие эмоциональное поведение человека, раскрывающие механизмы эмоций и их конкретное содержание.

1. Первые психологические теории эмоций (классические) объясняли поведение человека, исходя из наблюдений. Каждый из нас, обучаясь в школе, на работе, в семье, многократно наблюдал переживания других. Переживания эти были следствием ситуаций, в которых оказывался человек, отношений, в которые он вступал с

другими людьми. Из подобного рода наблюдений и складывались первые психологические теории эмоций. Система основных идей данных теорий сводилась к следующему:

- эмоции являются следствием воздействия на человека внешних факторов (природных и социальных);
- эмоции характеризуют внутреннее состояние человека;
- перечень базовых эмоций ограничен;
- на базе первичных эмоций развивается индивидуальное многообразие переживаний, именуемых чувствами;
- эмоции порождают желания, а следовательно, могут служить источником активности человека;
- эмоции могут увеличивать или уменьшать способности человека к действию;
- человек не всегда в состоянии управлять своими эмоциями (страстями, аффектами);
- человек может как осознавать, так и не осознавать свои эмоции и чувства;
- эмоции являются проявлением общих законов эволюции.

К ученым, внесшим вклад в развитие этой группы теорий эмоций, можно отнести Б. Спинозу (1632–1677), В. Вундта (1832–1920), Н. Грота (1852–1899) и др.

2. Ограниченность классических теорий была впервые четко показана У. Джемсом¹, который, стремясь преодолеть эту ограниченность, сформулировал свою периферическую теорию эмоций. При этом Джемс не стремился опровергнуть классические теории, как иногда утверждают в психологической литературе. Он стре-

¹ Джемс У. Психология (Text Book of Psychology). — СПб., 1901.

мился подняться над уровнем конкретных описаний и указать на одну из причин эмоций. Лучше всего изложить теорию эмоций Джемса его же словами. «Обыкновенно принято думать, — писал он, — что в грубых формах эмоции психическое впечатление, воспринятое от данного объекта, вызывает в нас душевное состояние, называемое эмоцией, а последняя влечет за собой известное телесное проявление. Согласно моей теории, наоборот, телесное возбуждение следует непосредственно за восприятием вызвавшего его факта, и сознание нами этого возбуждения в то время, как оно совершается, и есть эмоция. Обыкновенно принято выражаться следующим образом: мы потеряли состояние, огорчены и плачем, мы встретились с медведем, испуганы и обращаемся в бегство, мы оскорблены врагом, приведены в ярость и наносим ему удар. Согласно защищаемой мною гипотезе, порядок этих событий должен быть несколько иным; именно первое душевное состояние не сменяется немедленно вторым: между ними должны находиться телесные проявления, и потому наиболее рационально выражаться следующим образом: мы опечалены, потому что плачем, приведены в ярость, потому что бьем другого, боимся, потому что дрожим, а не говорить: мы плачем, бьем, дрожим, потому что опечалены, приведены в ярость, испуганы. Если бы телесные проявления не следовали немедленно за восприятием, то последнее было бы по форме своей чисто познавательным актом, бледным, лишенным колорита и эмоциональной «теплоты». Мы в таком случае могли бы видеть медведя и решить, что всего лучше обратиться в бегство, могли бы нанести оскорбление и найти справедливым отразить удар, но мы не ощущали бы при этом страха и негодования».

Джемс утверждал, что каждое восприятие путем известного рода физического воздействия оказывает на наш организм широко распространенное действие, предшествующее возникновению в нас эмоций или эмоционального образа¹.

Если учесть, что свою теорию Джемс высказал в конце XIX века, то приходится отдать дань восхищения его прозорливости. Работы в области гомеостазиса и психофизиологии стресса убедительно подтвердили точку зрения Джемса, достаточно сослаться на адаптационный синдром стресса, по Г. Селье, который мы рассматривали ранее. Аргументируя свою точку зрения, Джемс писал:

«Если мы представим себе какую-нибудь сильную эмоцию и попытаемся мысленно вычитать из этого состояние нашего сознания одно за другим все ощущения связанных с ним телесных симптомов, то в конце-концов от данной эмоции ничего не останется, никакого «психического материала», из которого могла бы образоваться данная эмоция, в результате же получится холодное, безразличное состояние чисто интеллектуального восприятия... Я совершенно не могу представить себе, что за эмоция страха останется в нашем сознании, если устранить из него чувства, связанные с усиленным сердцебиением, с коротким дыханием, дрожанием губ, с расслаблением членов, с «гусиной» кожей и с бурчанием в животе... Человеческая эмоция, лишенная всякой телесной подкладки, есть один пустой звук»².

При эмоциях мы испытываем различные ощущения, приходящие от различных частей тела. Эмоция является порождением состояния всего организма (отсюда и интегрирующая функция эмоций), от каждой

¹ Джемс У. Психология (Text Book of Psychology). — СПб., 1901. С. 308–309.

² Там же. С. 311–312.

части организма в сознание проникают различные чувственные впечатления, слабые и сильные, приятные и неприятные, определенные и неопределенные, из которых складывается чувство личности, постоянно сознаваемое каждым человеком.

Каким путем объекты, вызывающие эмоции, порождают в нас телесные возбуждения? Отвечая на данный вопрос, Джемс отмечает, что здесь еще нет ясной картины и в качестве возможного происхождения эмоциональных реакций приводит объяснения, прежде всего Спенсера и Дарвина.

Некоторые из видов телесных выражений можно рассматривать как повторение в слабой форме движений, которые были полезны для индивида или являлись необходимыми физиологическими дополнениями полезных движений. Примером подобных эмоциональных реакций может служить прерываемость дыхания при гневe или страхе, которое представляет органический отголосок, неполное воспроизведение того состояния, когда человеку приходилось действительно тяжело дышать в борьбе с врагом или спастись бегством. Эмоции, связанные с уничтожением кого-то (врага), выражаются в общем напряжении мышечной системы, в скрежете зубов, выпускании когтей, в расширении глаз и фыркании, что является условием успешной борьбы. Такая черта, как оскаливание зубов, обнажение верхних зубов скашиванием рта на сторону, рассматривается Дарвиным, как нечто унаследованное нами от наших предков, которые имели большие глазные зубы (клыки) и при нападении на врага оскаливали их. Поднимание бровей при направлении внимания на что-нибудь внешнее, раскрытие рта при изумлении обусловлены полезностью этих реакций в крайних случаях. Поднимание бровей связано с открыванием глаз, чтобы лучше видеть, раскрытие рта — с напря-

женнейшим слушанием и быстрым выдыханием воздуха, обыкновенно предшествующим мышечным напряжениям. Расширение ноздрей при гневе, по Спенсеру, есть остаток тех действий, к которым прибегали наши предки, вдыхая носом воздух во время борьбы, когда рот их был занят захватом тела противника.

Выражение отвращения есть начало движений, связанных со рвотой, выражение довольства аналогично улыбке человека, сосущего что-нибудь сладкое или пробующего что-нибудь губами, жест отрицания (вращение головы из стороны в сторону) есть остаток движения, которое производят дети, чтобы воспрепятствовать проникновению в рот чего-либо неприятного для них (отворачиваются от пищи). Утвердительное кивание представляет аналогию с нагибанием головы для приема пищи. Приводя отмеченные выше примеры для объяснения происхождения эмоциональных реакций, Джемс одновременно заявляет, что предложенные причины не объясняют всех эмоциональных телесных проявлений. К ним он относит: своеобразные явления, происходящие во внутренностях и внутренних железах, сухость, понос и рвота при сильных страхах, обильное выделение мочи при возбуждении крови, ощущение «куска в горле» при сильной печали, сердечная тоска при боязни, холодное и горячее местное и общее выпотение и др.

В заключение отметим, что из периферической теории эмоций можно сделать вывод о том, как управлять своими эмоциями. Подавите в себе внешнее проявление страсти, и она замрет в вас. Прежде чем отдалиться вспышке гнева, попробуйте сосчитать до десяти — и повод к гневу покажется вам ничтожным. Если мы хотим подавить в себе нежелательное эмоциональное влечение, мы должны терпеливо воспроизводить на себе внешние движения, соответствующие противополо-

ложным желательным для нас душевным настроениям [Джемс, 1901].

Таким образом, можно отметить, что теория Джемса отражает целый ряд существенных явлений, объясняющих, что такое эмоции и как они развиваются и выражаются. Периферическая теория эмоций хорошо дополняется научными данными по гомеостазису (Кеннон) и эмоциональному стрессу (Г. Селье).

Почти в одно время с Джемсом (1884) сходные взгляды на природу эмоций высказал Ланге (1885), в своей «сосудисто-двигательной теории эмоций». Согласно теории Ланге, эмоции являются результатом осознания сосудисто-двигательных изменений, происходящих в организме. Анализируя, например, грусть, Ланге пишет: «Устраните усталость и вялость мускулов, пусть кровь прильет к коже и мозгу, появится легкость в членах, и от грусти ничего не останется».

Теория Ланге исходит из тех же посылок, что и теория Джемса, но на более ограниченной физиологической основе. Поэтому в определенной мере ее можно считать частным случаем теории Джемса. В историческом же аспекте это две теории, появившиеся практически одновременно, поэтому обычно их объединяют и говорят о теории эмоций Джемса–Ланге.

3. Нейропсихологические теории эмоций (центральные теории эмоций). Уже Эдуард Клапаред (1873–1940) — сторонник теории Джемса, отмечал, что его теория сталкивается с большими затруднениями.

«Если эмоция — это только сознание периферических изменений организма, то почему она воспринимается как эмоция», а не как «органическое ощущение»? Почему, испугавшись, я сознаю в себе «присутствие страха», а не просто некоторые органические впечатления, дрожание, биение сердца и т.д.?» Сам Клапаред отвечает на этот вопрос так:

«Эмоции — это сознание глобальной установки организма... Известно, что в случае эмоционального восприятия более полезно знать общую установку тела, чем отдельные, объединяющиеся в целое, элементарные ощущения. Восприятие деталей внутренних ощущений не должно представлять для индивида большого интереса. Организму важнее всего действие... То, что сознание схватывает в эмоции, есть, так сказать, форма самого организма, или его установка»¹.

В силу сказанного, эмоция непосредственно, безусловно «понимается» тем, кто ее испытывает. Эмоция содержит свою значимость в себе.

Серьезный шаг в объяснении возникновения эмоций можно сделать на основе физиологических и нейрофизиологических исследований эмоций. Исследования эти начались с начала XX века — Бехтерев, 1887, 1909; Гольц [Goltz, 1892]; Морuzzi и Мэгун [Morozzi, Magoun, 1949]; Пейпез [Papez, 1937]; Линдсли [Lindsley, 1951, 1970].

Но особенно активно стали проводиться с 30–40-х годов по настоящее время. Цель этих исследований заключалась в поиске мозгового «субстрата» эмоций, в изучении роли тех или иных отделов головного мозга в возникновении эмоций и в организации эмоционально-поведенческих актов.

Выделим несколько работ, наиболее важных для нас. Это работы Кеннона [Gennon, 1931], Олдза [Olds, 1960], Хуншпергера [Hunsperger, 1962], Пенфильда [Penfield, 1966].

Кенноном и Бардом, в противовес господствующей тогда теории Джемса–Ланге, была сформулирована таламическая теория эмоций, согласно которой ведущую

¹ *Кларед Э.* Эмоции и чувства//Психология эмоций. Тексты. — М.: МГУ, 1984. С. 95–96.

роль в формировании эмоций играют таламические структуры головного мозга. Именно эти структуры ответственны за эмоциональные процессы и эмоциональное оформление ощущений. Кеннон полагал, что в развитии эмоциональных состояний большое значение играет воздействие со стороны таламуса на кору головного мозга, в результате которого снижается тормозное влияние коры на таламус, что способствует развитию эмоциональных реакций.

Дельгадо, используя метод электрических раздражений структур мозга, с одной стороны, подтвердил определенную топологию эмоциональных реакций, с другой, установил, что эмоциональная реакция зависит не только от активации конкретной «точки» мозга, но и от окружающих условий.

Олдз, одним из первых применивший метод самостимуляции, установил ряд зон в структуре головного мозга, ответственных за базовые эмоции. Работы в этом направлении позволили обнаружить мозговой субстрат трех эмоций: страха, гнева, удовольствия — базовых, как было показано ранее, эмоций человека.

Хуншпергер, обобщив работы целого ряда исследователей, построил топографические схемы зон центрально расположенных структур, связанных с эмоциональными реакциями конкретного типа.

Однако дальнейшие работы в этой области показали, что трудно говорить об определенных субстратах, связанных с определенными типами эмоций и эмоциональных реакций. На характер эмоций, как уже отмечалось, влияют окружающая среда и индивидуальный опыт субъекта [А.В. Вальдман и др., 1972].

Важно отметить также работы Пенфилда [Penfield, 1966], в которых была показана многофункциональность отдельных структур мозга. В частности, многофункциональность височных областей неокортекса:

они осуществляют не только слуховые, но и активационные и интегральные функции.

Таким образом, экспериментальные работы в области нейрофизиологии эмоций убедительно показывают ведущую роль центральных механизмов головного мозга в формировании эмоций человека. Однако в последние годы вновь пересматривается роль перцепции организменных сдвигов в детерминации эмоций. Шахтер и Зингер [Schachter, Singer, 1962], например, показали, что «висцеральные реакции могут облегчать наступление состояния гнева или эйфории, вызываемых соответствующей обстановкой или словами. Но адреналин сам по себе не ведет к появлению эмоциональных состояний, хотя и вызывает свойственные ему висцеральные реакции»¹.

Серьезным экспериментальным подтверждением теории Джемса–Ланги являются и исследования по эмоциональному стрессу.

Попробуем теперь на основе современных нейрофизиологических данных высказать гипотезу, отвечающую на вопрос, поставленный Клапаредом.

Любой раздражитель, воздействующий на организм, обладает двойным действием: специфическим, отражающим качественную природу раздражителя, и неспецифическим. Именно неспецифическое действие выступает в роли стрессора, воздействующего на ось «гипоталамуса — гипофиз — кора надпочечников» и вызывающего приспособительную реакцию организма (по Селье), запускающую висцеральные реакции организма (описанные Джемсом). Одновременно, в силу того, что именно структуры гипоталамуса-таламуса включают в себя зоны базисных эмоций (гнева, страха, удо-

¹ Цит. по: Экспериментальная нейрофизиология. Л., 1972. С. 28.

вольствия), происходит избирательная активизация этих зон и субъект переживает удовольствие, гнев, страх и их комбинации. В результате человек осознает одновременно и специфический характер раздражителя, и его эмоциональную окраску (и его переживания). Определенным основанием к такому заключению дают работы Пенфилда, показавшие многофункциональность отдельных подструктур мозга.

Процесс осознания периферических изменений как «эмоций», а не как «органического ощущения» происходит потому, что существуют специализированные нейроны (или их сети), раздражение которых приводит к переживанию, связанному прежде всего с базовыми эмоциями, т.е. в принципе так же, как происходит восприятие внешнего предметного мира. В эмоциях осуществляется восприятие внутреннего состояния организма, результатом этого восприятия являются переживания. Как восприятие внешнего мира (образы) осуществляется функциональной системой (зрительной), так и восприятие внутреннего состояния (переживание) осуществляется функциональной системой эмоций. Таким образом, можно сказать, что эмоции (переживания) являются свойством функциональной системы головного мозга, реализующей функции отражения внутреннего состояния организма.

Приложения

В приложениях даны диагностики эмоциональных состояний человека¹. Приводимые методики служат прежде всего иллюстрацией возможности диагностики эмоциональной сферы индивида. Выдержки из работы² основоположника отечественной психиатрии П.Б. Ганнушкина представляют самостоятельный интерес и дают представления об эмоциональных состояниях личности при психопатиях.

¹ Практическая психодиагностика. Методики и тесты/Ред.-состав. Д.Я. Райгородский. — Самара: Бахрах, 1998.

² Ганнушкин П.Б. Клиника психопатий. Их статика, динамика, систематика. — М.: МГУ, 1984.

**Методика диагностики самооценки
Ч.Д. Спилберга, Ю.Л. Ханина**

Данный тест является надежным и информативным способом самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивная тревожность как состояние) и личностной тревожности (как устойчивая характеристика человека).

Личностная тревожность характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью. Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушения внимания, иногда нарушение тонкой координации. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями.

Но тревожность не является изначально негативной чертой. Определенный уровень тревожности — естественная и обязательная особенность активной личности. При этом существует оптимальный индивидуальный уровень «полезной тревоги».

Шкала самооценки состоит из двух частей, отдельно оценивающих реактивную (РТ, высказывания № 1–20) и личностную (ЛТ, высказывания № 21–40) тревожность.

Показатели РТ и ЛТ подсчитываются по формулам:

$$РТ = \Sigma_1 - \Sigma_2 + 35,$$

где Σ_1 — сумма зачеркнутых цифр на бланке по пунктам шкалы 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18; Σ_2 — сумма остальных зачеркнутых цифр по пунктам 1, 2, 5, 8, 10, 15, 16, 19, 20;

$$ЛГ = \Sigma_1 - \Sigma_2 + 35,$$

где Σ_1 — сумма зачеркнутых цифр на бланке по пунктам шкалы 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40; Σ_2 — сумма остальных зачеркнутых цифр по пунктам 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39.

При интерпретации результат можно оценивать так: до 30 — *низкая* тревожность; от 31 до 45 — *умеренная* тревожность; 46 и более — *высокая* тревожность.

Значительные отклонения от уровня умеренной тревожности требуют особого внимания, высокая тревожность предполагает склонность к появлению состояния тревоги у человека в ситуациях оценки его компетентности. В этом случае следует снизить субъективную значимость ситуации и задач и перенести акцент на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в успехе.

Низкая тревожность, наоборот, требует повышения внимания к мотивам деятельности и повышения чувства ответственности. Но иногда очень низкая тревожность в показателях теста является результатом активного вытеснения личностью высокой тревоги с целью показать себя в «лучшем свете».

Шкалу можно успешно использовать для саморегуляции в целях руководства и психокоррекционной деятельности.

Для оценки динамики состояния тревоги (например, для занятий аутотренингом и после курса аутотренинга) можно использовать первую половину шкалы (высказывания №1–20) и укороченный вариант шкалы, на заполнение которого уходят 10–15 с:

Показатель РТ высчитывается по формуле

$$РТ = \Sigma_1 - \Sigma_2 + 15,$$

где Σ_1 — сумма вычеркнутых цифр по пунктам 2, 5; Σ_2 — сумма по пунктам 1, 3, 4.

Величина показателя меняется от 5 до 20.

БЛАНК ДЛЯ ОТВЕТОВ

Шкала самооценки (Ч.Д. Спилберг, Ю.Л. Ханин)

Фамилия _____ Дата _____

Инструкция: «Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет».

	Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1. Я спокоен	1	2	3	4
2. Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3. Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4. Я испытываю сожаление	1	2	3	4
5. Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6. Я расстроен	1	2	3	4
7. Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8. Я чувствую себя отдохнувшим	1	2	3	4
9. Я встревожен	1	2	3	4
10. Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11. Я уверен в себе	1	2	3	4
12. Я нервничаю	1	2	3	4
13. Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14. Я взвинчен	1	2	3	4
15. Я не чувствую скованности, напряженности	1	2	3	4
16. Я доволен	1	2	3	4
17. Я озабочен	1	2	3	4
18. Я слишком возбужден и мне не по себе	1	2	3	4
19. Мне радостно	1	2	3	4
20. Мне приятно	1	2	3	4

Лицевая сторона бланка

БЛАНК ДЛЯ ОТВЕТОВ

Шкала самооценки

Фамилия _____ Дата _____

Инструкция: «Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет».

	Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
21. Я испытываю удовольствие	1	2	3	4
22. Я очень быстро устаю	1	2	3	4
23. Я легко могу заплакать	1	2	3	4
24. Я хотел бы быть таким же счастливым, как и другие	1	2	3	4
25. Нередко я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решения	1	2	3	4
26. Обычно я чувствую себя бодрым	1	2	3	4
27. Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
28. Ожидаемые трудности обычно очень тревожат меня	1	2	3	4
29. Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
30. Я вполне счастлив	1	2	3	4
31. Я принимаю все слишком близко к сердцу	1	2	3	4
32. Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
33. Обычно я чувствую себя в безопасности	1	2	3	4
34. Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
35. У меня бывает хандра	1	2	3	4
36. Я доволен	1	2	3	4
37. Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
38. Я так сильно переживаю свои разочарования, что потом долго не могу о них забыть	1	2	3	4
39. Я уравновешенный человек	1	2	3	4

Оборотная сторона бланка

БЛАНК ДЛЯ ОТВЕТОВ

Шкала самооценки

Фамилия _____ Дата _____

Инструкция: «Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет».

	Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1. Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
2. Я нервничаю	1	2	3	4
3. Я не чувствую скованности	1	2	3	4
4. Я доволен	1	2	3	4
5. Я озабочен	1	2	3	4

Методика измерения уровня тревожности, по Тейлору

Адаптация Т.А. Немчинова

Опросник состоит из 50 утверждений. Для удобства пользования каждое утверждение предлагается обследуемому на отдельной карточке. Согласно инструкции, обследуемый откладывает карточки вправо или влево в зависимости от того, согласен он или не согласен с содержащимися в них утверждениями. Тестирование продолжается 15–30 мин.

Тестовый материал

1. Обычно я спокоен и вывести меня из себя нелегко.
2. Мои нервы расстроены не более, чем у других людей.
3. У меня редко бывают запоры.
4. У меня редко бывают головные боли.
5. Я редко устаю.
6. Я почти всегда чувствую себя вполне счастливым.
7. Я уверен в себе.
8. Практически я никогда не краснею.
9. По сравнению со своими друзьями я считаю себя вполне смелым человеком.
10. Я краснею не чаще, чем другие.
11. У меня редко бывает сердцебиение.
12. Обычно мои руки достаточно теплые.
13. Я застенчив не более, чем другие.
14. Мне не хватает уверенности в себе.
15. Порой мне кажется, что я ни на что не годен.
16. У меня бывают периоды такого беспокойства, что я не могу усидеть на месте.
17. Мой желудок сильно беспокоит меня.
18. У меня не хватает духа вынести все предстоящие трудности.

19. Я хотел бы быть таким же счастливым, как другие.
20. Мне кажется порой, что передо мной нагромождены такие трудности, которые мне не преодолеть.
21. Мне нередко снятся кошмарные сны.
22. Я замечаю, что мои руки начинают дрожать, когда пытаюсь что-либо сделать.
23. У меня чрезвычайно беспокойный и прерывистый сон.
24. Меня весьма тревожат возможные неудачи.
25. Мне приходилось испытывать страх в тех случаях, когда я точно знал, что мне ничто не угрожает.
26. Мне трудно сосредоточиться на работе или на каком-либо задании.
27. Я работаю с большим напряжением.
28. Я легко прихожу в замешательство.
29. Почти все время испытываю тревогу из-за кого-либо или из-за чего-либо.
30. Я склонен принимать все слишком всерьез.
31. Я часто плачу.
32. Меня нередко мучают приступы рвоты и тошноты.
33. Раз в месяц или чаще у меня бывает расстройство желудка.
34. Я часто боюсь, что вот-вот покраснею.
35. Мне очень трудно сосредоточиться на чем-либо.
36. Мое материальное положение весьма беспокоит меня.
37. Нередко я думаю о таких вещах, о которых ни с кем не хотелось бы говорить.
38. У меня бывали периоды, когда тревога лишала меня сна.
39. Временами, когда я нахожусь в замешательстве, у меня появляется сильная потливость, что очень смущает меня.
40. Даже в холодные дни я легко потею.
41. Временами я становлюсь таким возбужденным, что мне трудно заснуть.
42. Я — человек легко возбудимый.

43. Временами я чувствую себя совершенно бесполезным.

44. Порой мне кажется, что мои нервы сильно расшатаны, и я вот-вот выйду из себя.

45. Я часто ловлю себя на том, что меня что-то тревожит.

46. Я гораздо чувствительнее, чем большинство других людей.

47. Я почти все время испытываю чувство голода.

48. Иногда я расстраиваюсь из-за пустяков.

49. Жизнь для меня связана с необычным напряжением.

50. Ожидание всегда нервирует меня.

Оценка результатов исследования по опроснику производится путем подсчета числа ответов обследуемого, свидетельствующих о тревожности.

Каждый ответ «да» на высказывания 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50 и ответ «нет» на высказывания 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13 оценивается в 1 балл.

Суммарная оценка 40–50 баллов рассматривается как *показатель очень высокого уровня тревоги*; 25–40 баллов *свидетельствует о высоком уровне тревоги*; 15–25 баллов — *о среднем (с тенденцией к высокому) уровню*; 5–15 баллов — *о среднем (с тенденцией к низкому) уровне* и 0–5 баллов — *о низком уровне тревоги*.

В 1975 г. В.Г. Норакидзе дополнил опросник шкалой лжи, которая позволяет судить о демонстративности, неискренности в ответах.

Вариант этого опросника приведен ниже.

Шкала тревоги

1. Я могу долго работать не уставая.

2. Я всегда выполняю свои обещания, не считаясь с тем, удобно мне это или нет.

3. Обычно руки и ноги у меня теплые.
4. У меня редко болит голова.
5. Я уверен в своих силах.
6. Ожидание меня нервирует.
7. Порой мне кажется, что я ни на что не годен.
8. Обычно я чувствую себя вполне счастливым.
9. Я не могу сосредоточиться на чем-либо одном.
10. В детстве я всегда немедленно и безропотно выполнял все то, что мне поручали.
11. Раз в месяц или чаще у меня бывает расстройство желудка.
12. Я часто ловлю себя на том, что меня что-то тревожит.
13. Я думаю, что я не более нервный, чем большинство других людей.
14. Я не слишком застенчив.
15. Жизнь для меня почти всегда связана с большим напряжением.
16. Иногда бывает, что я говорю о вещах, в которых не разбираюсь.
17. Я краснею не чаще, чем другие.
18. Я часто расстраиваюсь из-за пустяков.
19. Я редко замечаю у себя сердцебиение или одышку.
20. Не все люди, которых я знаю, мне нравятся.
21. Я не могу уснуть, если меня что-то тревожит.
22. Обычно я спокоен и меня нелегко расстроить.
23. Меня часто мучают ночные кошмары.
24. Я склонен все принимать слишком всерьез.
25. Когда я нервничаю, у меня усиливается потливость.
26. У меня беспокойный и прерывистый сон.
27. В играх я предпочитаю скорее выигрывать, чем проигрывать.
28. Я более чувствителен, чем большинство других людей.
29. Бывает, что нескромные шутки и остроты вызывают у меня смех.

30. Я хотел бы быть так же доволен своей жизнью, как, вероятно, довольны другие.

31. Мой желудок сильно беспокоит меня.

32. Я постоянно озабочен своими материальными и служебными делами.

33. Я настороженно отношусь к некоторым людям, хотя знаю, что они не могут причинить мне вреда.

34. Мне порой кажется, что передо мной нагромождены такие трудности, которых мне не преодолеть.

35. Я легко прихожу в замешательство.

36. Временами я становлюсь настолько возбужденным, что это мешает мне заснуть.

37. Я предпочитаю уклоняться от конфликтов и затруднительных положений.

38. У меня бывают приступы тошноты и рвоты.

39. Я никогда не опаздывал на свидания или работу.

40. Временами я определенно чувствую себя бесполезным.

41. Иногда мне хочется выругаться.

42. Почти всегда я испытываю тревогу в связи с кем-либо или с кем-либо.

43. Меня беспокоят возможные неудачи.

44. Я часто боюсь, что вот-вот покраснею.

45. Меня нередко охватывает отчаяние.

46. Я — человек нервный и легко возбудимый.

47. Я часто замечаю, что мои руки дрожат, когда я пытаюсь что-нибудь сделать.

48. Я почти всегда испытываю чувство голода.

49. Мне не хватает уверенности в себе.

50. Я легко потею даже в прохладные дни.

51. Я часто мечтаю о таких вещах, о которых лучше никому не рассказывать.

52. У меня очень редко болит живот.

53. Я считаю, что мне очень трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.

54. У меня бывают периоды такого сильного беспокойства, что я не могу долго усидеть на одном месте.

55. Я всегда отвечаю на письма сразу же после прочтения.

56. Я легко расстраиваюсь.

57. Практически я никогда не краснею.

58. У меня гораздо меньше различных опасений и страхов, чем у моих друзей и знакомых.

59. Бывает, что я откладываю на завтра то, что следует сделать сегодня.

60. Обычно я работаю с большим напряжением.

Баллом 1 оцениваются ответы «да» к высказываниям 6, 7, 9, 11, 12, 13, 15, 18, 21, 23, 24, 25, 26, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 42, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 53, 54, 56, 60 и ответы «нет» к высказываниям 1, 3, 4, 5, 8, 14, 17, 19, 22, 39, 43, 52, 57, 58. Лживыми считаются ответы «да» к пунктам 2, 10, 55 и «нет» к пунктам 16, 20, 27, 29, 41, 51, 59.

Оба варианта опросника используются при индивидуальном и групповом обследовании, способны решать как теоретические, так и практические задачи и могут быть включены в батарею других тестов.

Методика диагностики уровня школьной тревожности, по Филлипсу

Изучение уровня и характера тревожности, связанной со школой, у детей младшего и среднего школьного возраста.

Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет».

Инструкция

«Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

На листе для ответов сверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если вы согласны с ним, или «-», если не согласны».

Текст опросника

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?

5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?

6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?

7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?

8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?

9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?

10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?

11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?

12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?

13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?

14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?

15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?

16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?

17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?

18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?

19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?

20. Похож ли ты на своих одноклассников?

21. Выполнив задание, успокоился ли ты о том, хорошо ли с ним справился?

22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?

23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?

24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?

25. Работает ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?

26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?

27. Боишься ли ты временами вступать в спор?

28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?

29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?

30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?

31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?

32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебкой?

33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?

34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?

35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?

36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?

37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?

38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?

39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу также хорошо, как и твои одноклассники?

40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?

41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?

42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?

43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?

44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?

45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?

46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?

47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?

48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?

49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?

50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?

51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?

52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?

53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?

54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?

55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?

56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?

57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?

58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

Обработка и интерпретация результатов

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «-», т.е. ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом, — это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50%, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% общего числа вопросов теста — о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из восьми факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их числом.

Фактор	№ вопросов
1. Общая тревожность в школе	2, 3, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58 $\Sigma = 22$
2. Переживание социального стресса	5, 10, 15, 20, 24, 30, 33, 36, 39, 42, 44 $\Sigma = 11$
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	1, 3, 6, 11, 17, 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43 $\Sigma = 13$
4. Страх самовыражения	27, 31, 34, 37, 40, 45 $\Sigma = 6$
5. Страх ситуации проверки знаний	2, 7, 12, 16, 21, 26 $\Sigma = 6$
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3, 8, 13, 17, 22 $\Sigma = 5$
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9, 14, 18, 23, 28 $\Sigma = 5$
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2, 6, 11, 32, 35, 41, 44, 47 $\Sigma = 8$

Ключ к вопросам
«+» — «да», «-» — «нет»

1	-	16	-	31	-	46	-
2	-	17	-	32	-	47	-
3	-	18	-	33	-	48	-
4	-	19	-	34	-	49	-
5	-	20	+	35	+	50	-
6	-	21	-	36	+	51	-
7	-	22	+	37	-	52	-
8	-	23	-	38	+	53	-
9	-	24	+	39	+	54	-
10	-	25	+	40	-	55	-
11	+	26	-	41	+	56	-
12	-	27	-	42	-	57	-
13	-	28	-	43	+	58	-
14	-	29	-	44	+		
15	-	30	+	45	-		

Результаты

1. Число несовпадений знаков («+» — «да», «-» — «нет») по каждому фактору (абсолютное число несовпадений в процентах: $< 2\%$; $\geq 50\%$; $\geq 75\%$) для каждого респондента.

2. Представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.

3. Число несовпадений по каждому измерению для всего класса: абсолютное значение $< 50\%$; $\geq 50\%$; $\geq 75\%$.

4. Представление этих данных в виде диаграммы.

5. Число учащихся, имеющих несовпадения по определенному фактору $\geq 50\%$ и $\geq 75\%$ (для всех факторов).

6. Представление сравнительных результатов при полных замерах.

7. Полная информация о каждом учащемся (по результатам теста).

Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора)

1. Общая тревожность в школе — общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.
2. Переживания социального стресса — эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего — со сверстниками).
3. Фрустрация потребности в достижении успеха — неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т.д.
4. Страх самовыражения — негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.
5. Страх ситуации проверки знаний — негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно публичной) знаний, достижений, возможностей.
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих — ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающими, ожидание негативных оценок.
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу — особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями — общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

П.Б. Ганнушкин

Особенности эмоционально-волевой сферы при психопатиях¹

Группа циклоидов

Конституционально-депрессивные. В чистом виде эта группа немногочисленна. Речь идет о лицах с постоянно пониженным настроением. Картина мира как будто покрыта для них траурным флером, жизнь кажется бессмысленной, во всем они отыскивают только мрачные стороны. Это прирожденные пессимисты. Всякое радостное событие сейчас же отравляется для них мыслью о непрочности радости, от будущего они не ждут ничего, кроме несчастья и трудностей, прошлое же доставляет только угрызения совести по поводу действительных или мнимых ошибок, сделанных ими. Они чрезвычайно чувствительны ко всяким неприятностям, иной раз очень остро реагируют на них, а кроме того, какое-то неопределенное чувство тяжести на сердце, сопровождаемое тревожным ожиданием несчастья, преследует постоянно многих из них.

Другие никак не могут отделаться от уверенности в своей собственной виновности, окрашивающей для них чрезвычайно тяжелым чувством воспоминания о самых обычных поступках юности. Соответственно тому им часто кажется, что окружающие относятся к ним с презрением, смотрят на них свысока. Это заставляет их сторониться других людей, замыкаться в себе. Иной раз они настолько погружаются в свои самобичевания, что совсем перестают интересоваться окружающей действительностью, делаются к ней равнодушными и безразличными.

¹ Ганнушкин П.Б. Клиника психопатий. Их статика, динамика, систематика. — М., 1933. С. 15–50. Цит. по «Психология эмоций. Тексты» — М.: МГУ, 1988. С. 252–278.

Вечно угрюмые, мрачные, недовольные и малоразговорчивые, они невольно отталкивают от себя даже сочувствующих им лиц.

Однако за этой угрюмой оболочкой обычно теплится большая доброта, отзывчивость и способность понимать душевные движения других людей; в тесном кругу близких, окруженные атмосферой сочувствия и любви, они проясняются: делаются веселыми, приветливыми, разговорчивыми, даже шутниками и юмористами, для того, однако, чтобы, едва проводив своих гостей или оставив веселое общество, снова приняться за мучительное копание в своих душевных ранах. Во внешних их проявлениях, в движениях, в мимике большей частью видны следы какого-то заторможения: опущенные черты лица, бессильно повисшие руки, медленная походка, скупые, вялые жесты — от всего этого так и веет безнадежным унынием. Какая бы то ни была работа, деятельность по большей части им неприятна, и они скоро от нее утомляются. Кроме того, в сделанном они замечают преимущественно ошибки, а в том, что предстоит, — столько трудностей, что в предвидении их невольно опускаются руки. К тому же большинство из них обычно неспособно к продолжительному волевому напряжению и легко впадает в отчаяние. Все это делает их крайне нерешительными и неспособными ни к какой действенной инициативе. (...)

У некоторых из описываемых нами людей внутренняя угнетенность и заторможение до некоторой степени компенсируются вовне волевым напряжением, чрезвычайно трудно, однако, им дающимся: нередко можно видеть, как в минуту усталости или ослабления воли у них спадает надетая на их действительное «я» маска, обнажая подлинное их лицо, — и место веселого балагура занимает полный безнадежного внутреннего отчаяния вялый меланхолик.

Часто такого рода лица уже в детстве обращают на себя внимание своей задумчивостью, боязливостью, плаксивостью и капризностью. Чаше, однако, периодом, когда

выявляются особенно ярко черты конституциональной депрессии, бывает возраст полового созревания, когда у казавшихся раньше совершенно нормальными подростков начинается сдвиг в настроении: до того — веселые, общительные, живые, они начинают ощущать тяжелый внутренний разлад, появляются мысли о бессмысленности существования, тоскливое настроение и все другие перечисленные выше особенности, чтобы с тех пор, то усиливаясь, то ослабевая, сопровождать больного уже до старости, когда они или постепенно смягчаются или же, наоборот, усиливаются до того, что принимают явно психотические формы. Нередко жизненный путь этих психопатов преждевременно обрывается самоубийством, к которому они словно готовы в любую минуту жизни. Наконец, в ряде случаев на описанном основном фоне время от времени развиваются психотические вспышки: или маниакальные, или депрессивные. (...)

Конституционально-возбужденные. Эта группа психопатов представляет полярную противоположность только что описанной. Одной из самых интересных ее особенностей является то обстоятельство, что представители ее в нерезко выраженных случаях практически считаются вполне здоровыми и действительно вряд ли могут быть причислены к людям, доставляющим страдания себе или обществу. Крепелин описывает их как блестящих, но большей частью неравномерно одаренных субъектов, которые изумляют окружающих гибкостью и многосторонностью своей психики, богатством мыслей, часто художественной одаренностью, душевной добротой и отзывчивостью, а главное, всегда веселым настроением. Это люди, быстро откликающиеся на все новое, энергичные и предприимчивые. Однако при более близком знакомстве с ними наряду с перечисленными положительными чертами в их духовном облике обращают на себя внимание и особенности другого порядка: внешний блеск иной раз соединяется с большой поверхностностью и неустойчивостью интересов, которые не позволяют вниманию надолго

задерживаться на одном и том же предмете, общительность переходит в чрезмерную болтливость и постоянную потребность в увеселениях, в работе не хватает выдержки, а предприимчивость ведёт к построению воздушных замков и грандиозных планов, кладущих начало широковещательным, но редко доводимым до конца начинаниям.

С такими людьми очень приятно встречаться в обществе, где они очаровывают своим остроумием, приветливостью и открытым характером, но не всегда легко поддерживать деловые отношения: помимо того, что их обещаниям нельзя верить, многие из них чрезвычайно высокого мнения о себе и поэтому с большим неудовольствием выслушивают возражения против высказываемых ими мыслей или критические замечания по поводу развиваемых ими проектов, позволяя между тем себе насмешки и остроты, иногда чрезвычайно меткие, но очень больно задающие собеседника.

В более резко выраженных случаях мы встречаемся уже с несомненными психопатическими особенностями, кладущими определенный отпечаток на весь жизненный путь таких людей. Уже в школе они обращают на себя внимание тем, что, обладая в общем хорошими способностями, учатся обыкновенно плохо. (...) Кроме того, они легко распускаются и выходят из повиновения, делаясь вожаками товарищей во всех коллективных шалостях. (...) С большим трудом переносят они при своих наклонностях и военную службу, часто нарушая дисциплину и подвергаясь всевозможным взысканиям. Рано пробуждающееся интенсивное половое влечение ведет за собой многочисленные эротические эксцессы, которые непоправимо калечат их физическое здоровье. Часто подобного рода пациенты оказываются, кроме того, малоустойчивыми по отношению к употреблению алкоголя...

При всем том они вовсе не часто опускаются на дно: предприимчивые и находчивые, такие субъекты обыкновенно выпутываются из самых затруднительных положений, проявляя при этом поистине изумительную ловкость

и изворотливость. И в зрелые годы их жизненный путь не идет прямой линией, а все время совершает большие зигзаги от крутых подъемов до молниеносных падений. Многие из них знают чрезвычайно большие достижения и удачи: остроумные изобретатели, удачливые политики, ловкие аферисты, они иногда шутя взбираются на самую вершину общественной лестницы, но редко долго на ней удерживаются — для этого у них не хватает серьезности и постоянства. Нельзя не отметить, что в своей практической деятельности они далеко не всегда отличаются моральной щепетильностью: по свойственному им легкомыслию они просто проглядывают границу между дозволенным и запретным, а, самое главное, их бурный темперамент просто не позволяет им все время удерживаться в узких рамках законности и морали.

Мы иногда видим представителей этого типа запутавшимися в крупных мошенничествах, в которые их увлекает не находящая в обычных условиях достаточного применения кипучая энергия, развивающая у них неутолимую жажду приключений и страсть к рискованным предприятиям. Чаще, однако, мы встречаемся с более невинной склонностью ко лжи и хвастовству, связывающейся обыкновенно с чрезмерно развитым воображением и проявляющейся в фантастических измышлениях о своем высоком положении и о никогда в действительности не совершавшихся подвигах, а иной раз — просто в рассчитанных на создание сенсации выдумках о каких-нибудь небывало грандиозных событиях (близость к патологическим лгунам).

Группа сравнительно невинных болтунов при наличии более резко выраженного самомнения и некоторой раздражительности образует естественный переход к другой, значительно более неприятной разновидности описываемого типа, к так называемым несносным спорщикам. Это люди, которые все знают лучше других, чрезвычайно не любят слушать и особенно не терпят возражений, вызывающих у некоторых из них неудержимые гнев-

ные вспышки. Переоценивая свое значение, они склонны предъявлять совершенно неосуществимые притязания, а встречая непризнание и противодействие, легко вступают на путь упорной борьбы за свои мнимые права. В этой борьбе они обыкновенно не останавливаются ни перед чем. Выведенные из себя, они совершенно не считаются с правилами общежития, дисциплиной и требованиями закона, ведут себя вызывающе грубо с окружающими, осыпают своих противников всевозможными оскорблениями и бранными словами, искренно не замечая всей непопозволительности своего поведения. Часто они начинают совершенно неосновательные судебные процессы, которые иной раз чрезвычайно упорно проводят до самых последних инстанций, постоянно подстегиваемые испытываемым ими противодействием. От настоящих паранойяльных сутяг такие «псевдокверулянты» отличаются все-таки меньшим постоянством, большей мягкостью характера и способностью под влиянием изменившегося настроения время от времени приходить к пониманию нелепости своих выходов, а иногда и склонностью к примирению. (...)

Циклотимики. Гораздо чаще, чем конституционально-депрессивные и конституционально-возбужденные психопаты, встречаются личности с многократной волнообразной сменой состояний возбуждения и депрессии. Эти колебания обыкновенно берут начало в возрасте полового созревания, который и в нормальных условиях часто вызывает более или менее значительное нарушение душевного равновесия. Как уже выше было отмечено, часто именно в этом возрасте веселые, живые и жизнерадостные подростки превращаются в меланхолических, угнетенных и пессимистически настроенных юношей и девушек. Бывает и наоборот: половое созревание вызывает неожиданный расцвет личности, и до того вялый, нелюдимый, неуклюжий и застенчивый ребенок вдруг разворачивается в блестящего, энергичного, остроумного и находчивого юношу, обнаруживающего массу, ранее скрытых талантов, кружа-

щего головы женщинам и полного самых розовых надежд и широких планов. Далее начинается периодическая смена одних состояний другими, иногда связанная как будто с определенными временами года, чаще всего — с весной или осенью. При этом состоянии возбуждения обыкновенно субъективно воспринимаются как периоды полного здоровья и расцвета сил, тогда как приступы депрессии, даже если они слабо выражены, переживаются тяжело и болезненно: сопровождающие их соматические расстройства, а также понижение работоспособности, чувство связанности и безотчетно тоскливое настроение нередко заставляют искать облегчения у врачей. В конце концов, однако, и состояния подъема иной раз теряют свою безоблачно радостную окраску, частые нарушения душевного равновесия утомляют, вызывая чувство внутреннего напряжения и постоянного ожидания новой противоположной фазы; веселое, приподнятое настроение в более позднем возрасте сменяется раздражительно-гневливым, предприимчивость приобретает оттенок агрессивности и т.д. (...)

Именно у циклотимиков нередко удается наблюдать одновременное сосуществование элементов противоположных настроений: так, например, во время состояния возбуждения в настроении больного можно открыть несомненную примесь грусти, и, наоборот, у депрессивных субъектов — налет юмора, — обстоятельство, побудившее Кречмера выставить положение о так называемой диатетической пропорции настроения, заключающейся в том, что в каждом отдельном случае гипоманиакальная и меланхолическая половины циклоидного темперамента смешаны между собой только в различных пропорциях. Мысль о наличии подобного сосуществования и одной личности полярных противоположностей того или иного рода высказывается как Кречмером, так и другими исследователями и по отношению к другим группам психопатов, именно к шизоидам и эпилептоидам.

Эмотивно-лабильные (реактивно-лабильные) психопаты.

У некоторых циклотимиков колебания их состояния совершаются чрезвычайно часто, иногда прямо по дням. Такие субъекты больше всего поражают капризной изменчивостью их настроения, как бы без всякой причины переходящего из одной крайности в другую. Близкое к ним положение занимает группа психопатов, у которых эмоциональная неустойчивость, как таковая, имеет более самостоятельное значение и занимает более выдающееся место. Эта неустойчивость часто придает их характеру отпечаток чего-то нежного, хрупкого, отчасти детского и наивного, чему способствует также и их большая внушаемость. По существу это большей частью люди веселые, открытые и даже простодушные, однако на окружающих часто производящие впечатление капризных недотрог: малейшая неприятность омрачает их душевное расположение и приводит их в глубокое уныние, хотя обыкновенно ненадолго; стоит такому субъекту сообщить какую-нибудь интересную новость или немного польстить его самолюбию, как он уже расцветает, делается снова жизнерадостным, бодрым, энергичным. Почти никогда их настроение не меняется беспричинно, однако поводы для его изменений обыкновенно настолько незначительны, что со стороны эти изменения кажутся совершенно беспричинными: на эмотивно-лабильных может действовать и дурная погода, и резко сказанное слово, и воспоминание о каком-нибудь печальном событии, и мысль о предстоящем неприятном свидании, и, словом, такая масса совершенно неучитываемых мелочей, что иной раз даже сам больной не в состоянии понять, почему ему стало тоскливо и какая неприятность заставила его удалиться из веселого общества, в котором он только что беззаботно смеялся.

Надо добавить, что большей частью у них есть все-таки свои хорошие и дурные дни, причем в хорошие они иной раз очень спокойно переносят даже крупные огорчения и неприятности, тогда как в плохие — почти не выходят из тоскливого угнетения или гневной раздражитель-

ности; в некоторых случаях эта раздражительность является даже основной чертой характера такого рода психопатов. Несмотря на известный оттенок легкомыслия и поверхностности, это — люди, способные к глубоким чувствам и привязанностям: они чрезвычайно тяжело — иногда и на долгий срок — переживают всякие сильные душевные потрясения, особенно утрату близких лиц; но и по отношению к другим психическим травмам (катастрофам, переживаниям войны, тюремному заключению) порог их выносливости очень невысок — именно они чаще всего дают так называемые патологические реакции и реактивные психозы. Срок, на который меняется настроение у этой группы личностей, может быть очень различен: наряду со случаями, где настроение меняется несколько раз в течение дня от беззаботного веселья до приступов полного отчаяния, у них же наблюдается и длительное состояние и радости, и тоски, развивающееся всегда, конечно, по тому или другому поводу, при этом длительность эффекта до известной степени оказывается адекватной тому фактору, который вызвал и родил изменение настроения.

Надо добавить, что кроме описанных есть эмотивно-лабильные личности и несколько иного склада. Мы имеем в виду людей, при обычных условиях ровных и спокойных, может быть, только несколько чересчур мягких, боязливых и тревожных. Они обыкновенно прекрасно уживаются в размеренных рамках хорошо налаженной жизни, но зато чрезвычайно быстро теряются в условиях, требующих находчивости и решительности, очень легко давая патологические реакции на неприятные переживания, хотя сколько-нибудь выводящие их из душевного равновесия.

Группа астеников

(...) В наиболее чистом и простом виде симптоматология конституциональной астении представлена у так называемых неврастеников — субъектов, наиболее отличительными чертами которых именно и являются чрезмер-

ная нервно-психическая возбудимость, раздражительность, с одной стороны, и истощаемость, утомляемость — с другой. Помимо того, в симптоматологии этих случаев большую роль играют явления как бы соматического порядка: ощущения в различных частях тела, функциональные нарушения деятельности сердца, желудочно-кишечного аппарата и пр.; больные жалуются на головные боли, сердцебиение, бессонницу ночью и сонливость днем, плохой аппетит, поносы, сменяющиеся запорами, половую слабость. Некоторые из них отличаются, кроме того, общей вялостью, отсутствием инициативы, нерешительностью, мнительностью или апатичным, или чаще равномерно угнетенным настроением. Подобного рода субъекты неспособны к длительному усилию и усидчивой работе: последняя быстро начинает им надоедать, появляется чувство усталости, слабости, даже сонливости. Часто страх перед чрезмерностью требующегося от них трудового напряжения уже заранее парализует их волю и делает их неспособными даже приняться за дело. При попытке преодолеть неохоту и отвращение развиваются всякие неприятные ощущения: чувство тяжести в голове, тянущие боли в спине, частые позывы на мочеиспускание и пр., а иногда и какое-то особое состояние возбуждения, не позволяющее субъекту долго сидеть на одном месте. (...)

От описанного типа вялого неврастеника-ипохондрика несколько отличаются субъекты, у которых наряду с той же, а может быть, и еще большей истощаемостью резко выявляется склонность к увлечению той или иной работой, теми или другими интересами; эти свойства проистекают из второй основной, характеризующей их организацию черты — возбудимости, раздражимости. Эти люди легко усваивают все новое, но, как и только что описанные, совершенно не выдерживают длительного напряжения. В их работе нередко поражает бросающееся в глаза противоречие между удачным началом и очень незначительным объемом общего эффекта — результат наступающего уже через очень короткое время быстрого падения

продуктивности. (...) До полной неработоспособности дело, впрочем, почти никогда не доходит: больные работают неправильно, нерегулярно, скачками и вспышками, однако все-таки сохраняют способность давать достаточно полноценные результаты и оставаться полезными членами общества. Такого рода людей часто обвиняют в «лени», называют лентяями, но это слишком простое и ничего не говорящее объяснение.

Более сложную группу психопатов астенического склада образуют лица, главными чертами которых являются чрезмерная впечатлительность, с одной стороны, и резко выраженное чувство собственной недостаточности — с другой, в большей или меньшей степени присущее, впрочем, всем вообще астеникам. Их нервная слабость проявляется в крайней ранимости к переживаниям, хотя сколько-нибудь выходящим из ряда обычных житейских происшествий. Они падают в обморок при виде крови, не в состоянии присутствовать при самой ничтожной операции, не выносят сколько-нибудь горячих споров и до крайности травмируются видом необычайных уличных происшествий: несчастных случаев, драк, скандалов и пр. Робкие, малодушные, застенчивые, это обыкновенно нежные, тонко чувствующие натуры, страдающие от всякого грубого прикосновения. Многие из них вздрагивают при малейшем шорохе и всякой неожиданности, страдают паническим страхом перед темнотой, боятся некоторых животных, насекомых, не могут выносить резких звуков, не могут видеть без отвращения ряда вещей, не выносят совершенно прикосновения к себе и т.д. Толпа и вообще людское общество их часто утомляет и заставляет искать одиночества. Их мимозоподобность, однако, не является результатом аутистического ухода от жизни, а лишь проявлением чрезмерной чувствительности. Благодаря постоянному травмированию жизненными впечатлениями преобладающий оттенок настроения у них большей частью пониженный.

Так как это обыкновенно люди очень самолюбивые, то особенно их угнетает прежде всего сознание, что они не как все, а затем и вытекающая отсюда крайняя неуверенность в себе. Это создает в них чувство внутренней напряженности и тревоги. Если у больных к тому же есть какие-нибудь телесные дефекты, неуклюжая моторика, недостаточно красивое лицо и др. или если они неожиданно попадают в среду, социально выше их стоящую, то их застенчивость легко переходит всякие границы, и у одних развивается крайняя робость и подозрительность (кажется, что окружающие следят за ним, говорят о нем, критикуют его и смеются над ним), усиливается неловкость, появляется заикание, при ничтожнейшем поводе выступает краска смущения на лице и т.д., другие же, стремясь преодолеть крайне мучительное для них чувство своей слабости и недостаточности, надевают на себя не всегда удающуюся им личину внешней развязности и даже заносчивости, под которой, однако, нетрудно разглядеть того же самого внутренне смущенного и робкого неврастеника.

Бичом для подобного рода субъектов являются всякие ответственные выступления перед другими людьми: смущение и страх на экзамене даже хорошо подготовленного юношу иногда приводит в такое замешательство, что развивается полная неспособность вспомнить и связно рассказать то, что требуется (экзаменационный ступор); у ораторов, преподавателей, артистов такого типа каждое выступление на кафедре, трибуне или сцене вызывает тяжелое нервное потрясение, от которого иной раз приходится оправляться в течение нескольких дней. Очень болезненно действуют на таких людей служебные неудачи, как раз именно у них нередкие: при их болезненном самолюбии такие неудачи ведут к резким и несоразмерным вспышкам угнетения и отчаяния. Чрезмерная нервная возбудимость расстраивает обыкновенно у представителей описываемой группы и соматические функции: сон у них чаще всего тревожный, полный кошмарных сновид-

дений, прерываемый острыми приступами, страха; нередко кратковременные функциональные расстройства различных органов под влиянием аффективных переживаний (чаще всего страха или замешательства), непорядки в мочеиспускании, нервные рвоты и поносы, резкая потливость и т.д.

На почве несоответствия между теми требованиями, которые эти люди предъявляют к себе и к жизни, и тем положением в последней, которое им на самом деле достается, у них иной раз развиваются длительные депрессивные состояния, дающие иногда повод к смещению с циклотимическими депрессиями. Отличием является исключительная зависимость депрессий у конституционально-нервных от внешних влияний, с изменением которых меняется и настроение. Последнее обстоятельство и вообще их эмоциональная неустойчивость, склонность к эмоциональным реакциям сближают этих психопатов также и с эмотивно-лабильными психопатами, от которых их действительно далеко не всегда легко и можно на первый взгляд отграничить. Однако в своей основе это совсем разные люди. В то время как эмотивно-лабильные отличаются чрезвычайным богатством эмоциональных оттенков, причем подвижность их чувств — основное свойство их натуры, эмоции астеников, концентрируясь почти всегда вокруг их личных неудач, их ущемленного самолюбия и их чувства недостаточности, гораздо беднее; их эмоциональная неустойчивость есть лишь частичное проявление их нервной слабости.

Общим свойством всех астеников является раздражительность. Редко кто из них, к какой бы группе он ни относился, не жалуется на приступы гневных вспышек, особенно частых при утомлении, вспышек, иногда ведущих к довольно бурным взрывам, хотя обыкновенно и быстро истощающихся. В некоторых случаях эта особенность настолько выдвигается на первый план, что оказывается самой яркой, характерной и в то же время тяжелой чертой в картине психопатических проявлений астеников. При-

мером могут служить люди, с одной стороны, самолюбивые, с другой — не обладающие силой воли, выдержкой и работоспособностью, чтобы добиться более или менее видного положения и завоевать себе право на уважение окружающих. Благодаря этому им приходится обыкновенно оказываться в подчиненном положении, терпеть невнимание, обиды, даже унижения от лиц, выше их стоящих, в результате чего у них образуется громадный запас неизжитых мелких психических травм, создающий общий напряженный и окрашенный недовольством тон настроения. Сохраняя внешнюю сдержанность там, где вспышка раздражения могла бы повредить ему самому, такой субъект тем охотнее разряжает накопившееся у него внутреннее недовольство на лицах, от него зависящих, например на своих домашних: робкий и малозаметный в обществе, он иной раз дома оказывается настоящим тираном, хотя и неспособным к проявлению действительной силы даже в гневе и переходящим от приступов неудержимой ярости к плачу и самообвинениям. (...)

Последнюю и наиболее сложную группу описываемой психопатии образуют так называемые психастеники. Основными их чертами являются крайняя нерешительность, боязливость и постоянная склонность к сомнениям. Они чрезвычайно впечатлительны и притом не только к тому, что кругом них в данную минуту происходит, но и еще более к тому, что, по их мнению, может случиться, ко всем тем неприятностям, которые, как они полагают, ожидают их в ближайшем будущем. Таким образом, эмоциональная окраска у психастеников сопровождает мир представлений о будущем еще в большей степени, чем мир непосредственных переживаний и воспоминаний. Только еще возможная опасность или неприятность не менее, а может быть, и более страшна психастенику, чем непосредственно существующая. Всякая мелочь, всякий пустяк, который психастеник замечает в окружающей жизни, заставляют его думать; целый ряд обыкновенно неприятных ассоциаций возникает в его уме по таким ни-

чтожным поводам, на которые другой человек не обратит никакого внимания.

Психастеник очень боязлив и робок, он боится всего, он отступает не только перед действительной опасностью, но и существующей только в его воображении; он боится не только того, чего следует опасаться, нет, он боится даже и того, чего он просто не знает; всякое новое, незнакомое дело, всякая инициатива является для него источниками мучений; если нет крайности или давления извне, психастеник никогда не решится начать что-нибудь такое, чего он боится или просто не знает. Вообще, принять то или другое решение психастенику крайне трудно, даже в том случае, когда дело касается самого ничтожного обстоятельства. Даже решившись на что-нибудь, начавши уже действовать, психастеник все время сомневается, так ли он поступает, то ли он сделал, что хотел, и эти вечные сомнения, этот всегдашний контроль самого себя делают эту работу и медленной, и мучительной. Сомнения в правильности сделанного им заставляют психастеника вновь переделывать то, что он только что сделал; недоверие к самому себе, к своим силам заставляет его обращаться к другим или за помощью, или хотя бы за тем, чтобы его успокоили, чтобы ему сказали, что беспокоиться, волноваться нет решительно никаких оснований. Эта склонность искать поддержки у других, это неумение обходиться без посторонней помощи являются также одной из отличительных черт психастенического характера.

Прежде всего, конечно, психастеник боится за себя самого, за то будущее, которое его ожидает и которое он рисует себе мрачными красками, боится за свое физическое и психическое здоровье. Не менее сильно боится он за участь своих близких и родных; постоянные тревоги, опасения, беспокойство — вот что наполняет его жизнь; ждать чего-нибудь — а это что-нибудь рисуется ему обыкновенно в черном свете — он положительно не может; всякое ожидание становится ему невыносимо мучительно: вот почему, несмотря на всю свою обычную нерешитель-

ность, психастеник оказывается иногда настойчивым и даже нетерпеливым. Он долго не решается, но если уже на что-нибудь решился, то больше не может быть спокоен до тех пор, пока это не будет сделано; беспокоясь сам, он не дает покоя и тем из окружающих, от кого зависит приведение в исполнение задуманного им решения.

Психастеник ни на минуту не забывает, что на пути к выполнению его цели может встретиться какая-нибудь помеха, он с трудом переносит назначение срока — в таких случаях он начинает бояться, что не успеет к назначенному времени; он не будет, например, спокойно спать, если знает, что наутро должен рано встать, хотя, если бы такой необходимости не было, он, вероятно, встал бы так же рано, а спал бы спокойно и крепко. Будучи вообще человеком очень деликатным и чутким, психастеник тем не менее может причинить много неприятностей окружающим; он обыкновенно большой педант, формалист и требует от других того же самого; всякий пустяк, всякое отступление от формы, от раз навсегда принятого порядка тревожит его, и он не только беспокоится, но и сердится, особенно если дело идет о подчиненных ему лицах, а в домашней обстановке самое мелочное нарушение его привычек выводит его из равновесия и раздражает.

Как и все психопаты астенического склада, психастеники обыкновенно люди конфузливые и застенчивые; сознание, что они являются предметом внимания, для них чрезвычайно мучительно. Благодаря своей стеснительности, психастеник часто боится сделать то, что считает необходимым: ему сделали что-нибудь хорошее — он не решается поблагодарить; ему делают неподходящее предложение — он не решается его отклонить; ему должны заплатить деньги — он боится их потребовать. «Я часто лгу из боязливости, — говорил один больной Гартенберга, — потому, что не смею сказать то, что я думаю». Психастеник всегда не энергичен, не активен, бездеятелен, это не человек дела, а мечтатель и фантазер. Большею частью он

не любит физического труда, очень неловок и с большим трудом привыкает к ручной работе. Вообще, психастеник является человеком, неприспособленным к жизни, непригодным для борьбы за существование, ему нужна упрощенная жизнь, тепличная обстановка.

Одной из чрезвычайно характерных черт психастеника является склонность его к самоанализу — собственная психика является для него как бы театром, где разыгрывается сцена какой-то идеологической комедии, на представлении которой он сам присутствует в качестве далеко не безучастного зрителя. Непосредственное чувство малодоступно психастенику, и беззаботное веселье редко является его уделом. Он часто предается всевозможным размышлениям чисто отвлеченного характера, часто ставит себе те или иные вопросы общего свойства, не имеющие к нему прямого отношения, и непременно старается найти на них ответы. Мысленно в своих мечтах психастеник способен пережить многое, но от участия в реальной действительности он всячески старается уклониться. «Любить, мечтать, чувствовать, учиться и понимать — я могу все, лишь бы меня только освободили от необходимости действовать», — говорит психастеник Амиэль, оставивший после себя чрезвычайно ценный документ в виде громадного дневника всей своей жизни. Своеобразной особенностью психастеников является, по-видимому, представляющая результат их неуверенности в себе потребность все снова и снова вызывать в сознании отдельные более всего тревожащие их мысли и образы с целью проверки, не сделано ли каких-нибудь упущений и не грозит ли какая-нибудь беда и неприятность. В дальнейшем это часто ведет к застреванию таких представлений в сознании уже против воли психастеника и к образованию так называемых навязчивых представлений и страхов. (...)

Группа шизоидов

(...) Больше всего шизоидов характеризуют следующие особенности: аутистическая оторванность от внешнего,

реального мира, отсутствие внутреннего единства и последовательности во всей сумме психики и причудливая парадоксальность эмоциональной жизни и поведения. Они обыкновенно импонируют как люди странные и непонятные, от которых не знаешь, чего ждать. (...)

О содержании шизоидной психики говорить вообще очень трудно, во всяком случае поведение шизоидов не дает о нем никакого представления. Вспомним слова Кречмера, что «многие шизоидные люди подобны лишенным украшений римским домам, виллам, ставни которых закрыты от яркого солнца; однако в сумерках их внутренних покоев справляются пиры». (...)

Особенно трудно шизоиду проникнуть в душевный мир других людей, гораздо труднее, чем наоборот, — быть понятым ими: это зависит между прочим от отсутствия у большинства шизоидов того, что Кречмер называет «аффективным резонансом» к чужим переживаниям. У них часто можно обнаружить тонкое эстетическое чувство, большой пафос и способность к самопожертвованию в вопросах принципиальных и общечеловеческих, они, наконец, могут проявлять много чувствительности и по отношению к людям ими воображаемым, но понять горе и радость людей реальных, их окружающих, им труднее всего. Их эмоциональная жизнь вообще имеет очень сложное строение: аффективные разряды протекают у них не по наиболее обычным и естественным путям, а должны преодолевать целый ряд внутренних противодействий, причем самые простые душевные движения, вступая в чрезвычайно запутанные и причудливые ассоциативные сочетания со следами прежних переживаний, могут подвергнуться совершенно непонятым на первый взгляд извращениям. Благодаря этому шизоид, будучи отчужден от действительности, в то же время находится в постоянном и непримиримом внутреннем конфликте с самим собой. Может быть, это и служит причиной того, что непрерывно накапливающееся, но большей частью сдерживаемое шизоидом внутреннее напряжение, время от времени на-

ходит себе исход в совершенно неожиданных аффективных разрядах.

Таким образом, раздражительность некоторых шизоидов оказывается в противоречии к их эмоциональной жизни, противоречии, всегда держащем их в состоянии неприятного напряжения.

Принято говорить о душевной холодности шизоидов. Как видно из изложенного, это положение нельзя принимать без оговорок. Кречмер считает, что у большинства шизоидов, только в разных сочетаниях, имеются, несмотря на взаимную полярную противоположность, и *гиперэстетические* и *анэстетические* элементы¹; отношение, в котором эти последние смешаны у того или другого лица, Кречмер называет по аналогии с диатетической пропорцией настроений у циклоидов — психэстетической пропорцией. Таким образом, по Кречмеру, у мимозоподобных гиперэстетиков чувствительность соединяется с известной отчужденностью от людей, в эмоциональной тупости холодных анестетиков почти всегда заметен какой-то налет раздражительности и ранимости. (...)

Хотя, вообще говоря, шизоиды не внушаемы, даже более — упрямы и негативистичны, однако в отдельных случаях они, подобии шизофреникам, обнаруживают поразительно легкую подчиняемость и легковерие; непонятное соединение упрямства и податливости иногда характеризует их поведение. Воля их большею частью развита и направлена крайне неравномерно и односторонне. Шизоид может целые годы проводить в безразличной пассивной бездеятельности, оставляя в пренебрежении насущнейшие задачи, а, с другой стороны, ничтожнейшие цели, как, например, собирание негодных к употреблению почтовых марок, могут поглощать всю его энергию, не оставляя у него времени ни на что другое.

¹ Повышенная и пониженная чувствительность соответственно. — *Прим. ред.*

В поведении шизоидов вообще обращает на себя внимание непоследовательность и недостаточность связи между отдельными импульсами. Значительную их группу характеризует склонность к чудачествам, неожиданным поступкам и эксцентричным, иной раз кажущимся совершенно нелепыми выходкам. Редко, однако, шизоид чудачит, чтобы обратить на себя внимание, гораздо чаще его странное поведение диктуется ему непосредственными импульсами его не похожей на других природы.

Так как у шизоидов обыкновенно отсутствует непосредственное чутье действительности, то и в поступках их нередко можно обнаружить недостаток такта и полное неумение считаться с чужими интересами. В работе они редко следуют чужим указаниям, упрямо делая все так, как им нравится, руководствуясь иной раз чрезвычайно темными и малопонятными соображениями. Некоторые из них вообще оказываются неспособными к регулярной профессиональной деятельности, особенно к службе под чужим началом. Они часто по ничтожным поводам внезапно отказываются от работы, переходят от одной профессии к другой и т.д. Все это чрезвычайно мешает их жизненному успеху и, озлобляя их, еще более усиливает обычно свойственные им замкнутость и подозрительность. (...)

Несколько слов об аутизме шизоидов. Он вытекает не только из отсутствия у них «аффективного резонанса» к чужим переживаниям, но и из их внутренней противоречивости и парадоксальности, особенностей, которые делают их совершенно неспособными передать другим то, что они сами чувствуют. Время от времени и у них, конечно, возникает потребность облегчить себя признанием, поделиться с близким человеком радостью или горем, однако испытываемая ими при этом неспособность высказаться до конца и встречаемое непонимание обыкновенно вызывают еще большую потребность уйти в себя, мимозоподобная замкнутость не от чрезмерной ранимости, а от неспособности найти адекватный способ общения. «Аристо-

кратическая» сдержанность, а то и просто чопорность и сухость некоторых шизоидов не всегда является их исконным свойством, в некоторых случаях это выработанное опытом жизни средство держать других людей на расстоянии во избежание разочарований, которые неизбежны при близком соприкосновении с ними. Отличаясь вообще недоверчивостью и подозрительностью, шизоиды далеко не ко всем людям относятся одинаково: будучи вообще людьми крайностей, не знающими середины, склонными к преувеличениям, они и в своих симпатиях и антипатиях большей частью проявляют капризную избирательность и чрезмерную пристрастность. По-настоящему шизоиды любят все-таки только себя: будучи эгоистами *par excellence*¹, они почти всегда держатся чрезвычайно высокого мнения о себе, о своих способностях и редко умеют ценить по-настоящему других людей, даже тех, к кому относятся хорошо. (...)

Отрицательную социальную роль играют эмоционально-тупые шизоиды. Выше уже было отмечено, что большая или меньшая эмоциональная холодность — общее свойство всех шизоидов; однако можно выделить одну их группу, у которой это свойство выступает на первый план и затемняет все остальные их особенности. Чаще всего это ленивые, вялые, безразличные люди, с отсутствием всякого интереса к человеческому обществу, которое вызывает у них скуку или отвращение. Но есть среди них и люди, отличающиеся большой активностью. Эти холодные энергичные натуры иной раз способны к чрезвычайной жестокости не из стремления к причинению мучений, а из безразличия к чужому страданию. Но здесь мы стоим уже на границе, отделяющей шизоидов, с одной стороны, от антисоциальных психопатов, а с другой — от фанатиков. (...)

¹ В высшей степени (*фр.*). — *Прим. ред.*

Заканчивая описание шизоидных психопатов, мы считаем необходимым отметить, что многие из них представляют кроме специфических для них особенностей еще и разнообразные астенические черты (Кречмер считает «нервность» одной из характерных черт шизоидов). Особенно много родственного можно, при внимательном анализе, обнаружить между погруженными в свой внутренний мир тонко чувствующими шизоидами и некоторыми психастениками.

Мечтатели. Это обыкновенно тонко чувствующие, легко ранимые субъекты, со слабой волей, в силу нежности своей психической организации плохо переносящие грубое прикосновение действительной жизни; столкновения с последней заставляют их съеживаться и уходить в себя, они погружаются в свои мечты, и в этих мечтах словно компенсируют себя за испытываемые ими неприятности в реальной жизни. Хрупкость нервной организации роднит мечтателей с астениками, а отрешенность от действительности и аутистическое погружение в мечты не дает возможности провести сколько-нибудь резкую границу между ними и шизоидами. Сплошь и рядом это люди с повышенной самооценкой, недовольные тем положением, которое они заняли в жизни, но неспособные бороться за лучшее. Вялые, «ленивые», бездеятельные — они как бы свысока смотрят на окружающую их действительность и с отвращением выполняют обязанности, возлагаемые на них необходимостью заботиться о материальном существовании. Свободное время заполняют они фантазированием. Главное содержание фантазии — это исполнение их желаний. (...)

Группа параноиков

(...) Самым характерным свойством параноиков является их склонность к образованию так называемых сверхценных идей, во власти которых они потом и оказываются; эти идеи заполняют психику параноика и оказывают доминирующее влияние на все его поведение. Самой важ-

ной такой сверхценной идеей параноика обычно является мысль об особом значении его собственной личности. Соответственно этому основными чертами психики людей с параноическим характером являются очень большой эгоизм, постоянное самодовольство и чрезмерное самомнение. Это люди крайне узкие и односторонние: вся окружающая действительность имеет для них значение и интерес лишь постольку, поскольку она касается их личности; все, что не имеет близкого, интимного отношения к его «я», кажется параноику мало заслуживающим внимания, мало интересным. Всех людей, с которыми ему приходится входить в соприкосновение, он оценивает исключительно по тому отношению, которое они обнаруживают к его деятельности, к его словам; он не прощает ни равнодушия, ни несогласия. Кто не согласен с параноиком, кто думает не так, как он, тот в лучшем случае — просто глупый человек, а в худшем — его личный враг. Параноика не занимает ни наука, ни искусство, ни политика, если он сам не принимает ближайшего участия в разработке соответствующих вопросов, если он сам не является деятелем в этих областях; и наоборот, как бы ни был узок и мало значащ сам по себе тот или иной вопрос, раз им занят параноик, этого уже должно быть достаточно, чтобы этот вопрос получил важность и общее значение. (...)

Что касается эмоциональной жизни параноиков, то уже из всего предыдущего изложения со всей ясностью вытекает, что это люди односторонних, но сильных аффектов: не только мышление, но все их поступки, вся их деятельность определяются каким-то огромным аффективным напряжением, всегда существующим вокруг переживаний параноика, вокруг его «комплексов», его «сверхценных идей»; лишнее добавлять, что в центре всех этих переживаний всегда находится собственная личность параноика. Односторонность параноиков делает их малопонятными и ставит их по отношению к окружающей среде первоначально в состояние отчуждения, а затем и враждебности. Крайний эгоизм и самомнение не оставля-

ют места в их личности для чувств симпатии, для хорошего отношения к людям, активность побуждает их к бесцеремонному отношению к окружающим людям, которыми они пользуются как средством для достижения своих целей; сопротивление, несогласие, борьба, на которые они иногда наталкиваются, вызывают у них и без этого присущее им по самой их натуре чувство недоверия, обидчивости, подозрительности.

Они неуживчивы и агрессивны: обороняясь, они всегда переходят в нападение, и, отражая воображаемые ими обиды, сами, в свою очередь, наносят окружающим гораздо более крупные; таким образом, параноики всегда выходят обидчиками, сами выдавая себя за обиженных. Всякий, кто входит с параноиком в столкновение, кто позволит себе поступать не так, как он хочет этого и требует, тот становится его врагом; другой причиной враждебных отношений является факт непризнаний со стороны окружающих дарований и превосходства параноика. В каждой мелочи, в каждом поступке они видят оскорбление их личности, нарушение их прав.

Таким образом, очень скоро у них оказывается большое количество «врагов», иногда действительных, а большей частью только воображаемых. Все это делает параноика по существу несчастным человеком, не имеющим интимно близких людей, терпящим в жизни одни разочарования. Видя причину своих несчастий в тех или других определенных личностях, параноик считает необходимым, считает долгом своей совести — мстить; он — злопамятен, не прощает, не забывает ни одной мелочи. Нельзя позабывать человеку, которого обстоятельства вовлекают в борьбу с параноиком, этого рода психопаты отличаются способностью к чрезвычайному и длительному волевому напряжению, они упрямы, настойчивы и сосредоточены в своей деятельности; если параноик приходит к какому-нибудь решению, то он ни перед чем не останавливается для того, чтобы привести его в исполнение; жестокость подчас принятого решения не смущает его, на него не

действуют ни просьба его ближних, ни даже угрозы власть имеющих, да к тому же, будучи убежден в своей правоте, параноик никогда и не спрашивает советов, не поддается убеждению и не слушает возражений. В борьбе за свои воображаемые права параноик часто проявляет большую находчивость: очень умело отыскивает он себе сторонников, убеждает всех в своей правоте, бескорыстности, справедливости и иной раз, даже вопреки здравому смыслу, выходит победителем из явно безнадежного столкновения, именно благодаря своему упорству и мелочности. Но и потерпев поражение, он не отчаивается, не унывает, не сознает, что он не прав, наоборот, из неудач он черпает силы для дальнейшей борьбы.

Надо добавить, что, пока параноик не пришел в стадию открытой вражды с окружающими, он может быть очень полезным работником; на избранном им узком поприще деятельности он будет работать со свойственным ему упорством, систематичностью, аккуратностью и педантизмом, не отвлекаясь никакими посторонними соображениями и интересами. (...)

Фанатики. Этим термином, согласно обычной речи, обозначаются люди, с исключительной страстностью посвящающие всю свою жизнь служению одному делу, одной идее, служению, совершенно не оставляющему в их личности мест ни для каких других интересов. Таким образом, фанатики, как и параноики, люди «сверхценных идей», как и те, крайне односторонние и субъективные. Отличает их от параноиков то, что они обыкновенно не выдвигают так, как последние, на передний план свою личность, а более или менее бескорыстно подчиняют свою деятельность тем или другим идеям общего характера. Центр тяжести их интересов лежит не в самих идеях, а в претворении их в жизнь — результат того, что деятельность интеллекта чаще всего отстывает у них на второй план по сравнению с движимой глубоким, неистощимым аффектом волей. (...)

Аффекты фанатиков также, как их идеи, не отличаются богатством. Это люди не только одной идеи, но и одной страсти. Будучи большей частью лишенными грубой корысти и такого неприкрытого и всепоглощающего эгоизма, как это мы видели у параноиков, фанатики, однако, редко оказываются способными проявлять душевную теплоту по отношению к отдельным людям. Последние обыкновенно являются для них лишь орудием, при помощи которого они стремятся достигнуть поставленных ими себе целей. Поэтому в личных отношениях они чаще всего или безразлично холодны, или требовательно строги. Человеческое горе их не трогает, и бездушная жестокость составляет нередко их свойство. *Fiat Justitia, pereat mundus*¹ — вот основной принцип их жизненной установки. Главная сила фанатиков заключается в их несокрушимой воле, которая помогает им без колебания проводить то, что они считают нужным. К голосу убеждения они глухи, вся их страстная, но несложная аффективность находится целиком на службе их веры, а сопротивление и преследования только закаливают их. Железная воля и делает фанатиков опасными для общества. Психиатрам приходится встречаться с ними главным образом как с вождями религиозных течений и сект. Нередко под их руководством совершались изуверские дела и чудовищные преступления: самоистязание, пытки, мучительства, убийства. Русская действительность знала людские жертвоприношения, коллективное самосожжение и самопогребение и другие не менее страшные дела. Жизненный путь фанатика определяется его внутренним существом: это человек борьбы, редко обходящийся без столкновений с действительностью. Отсутствие у него гибкости и приспособляемости легко приводит его к конфликту с законом и общественным порядком, поэтому одним из этапов его карье-

¹ Пусть свершится правосудие, хотя бы погиб мир (*лат.*). — *Прим ред.*

ры часто оказывается пребывание в тюрьме или в психиатрической больнице. (...)

Здесь же, быть может, следует упомянуть и о довольно многочисленной группе, если только можно так выразиться, фанатиков чувства. К ним чаще всего относятся восторженные приверженцы религиозных сект, служащие фанатикам-вождям слепым орудием для осуществления их задач. Тщательное изучение таких легко внушаемых и быстро попадающих в беспрекословное подчинение людям с сильной волей лиц показывает, что они часто почти не имеют представления о том, за что борются и к чему стремятся. Сверхценная идея превращается у них целиком в экстатическое переживание преданности вождю и самопожертвования во имя часто им совершенно непонятого дела. Подобная замена (отодвигание на задний план) сверхценной идеи соответствующим ей аффектом наблюдается не только в области фанатизма и религиозного изуверства, но является также характерной особенностью, например, некоторых ревнивцев, ревнующих не благодаря наличию мысли о возможности измены, а исключительно вследствие наличности неотступно владеющего ими беспредметного чувства ревности. Подобное же положение мы имеем у некоторых конституционально-нервных и психастеников, для которых таким «сверхценным аффектом» без определенной проекции является присоединяющееся решительно ко всему происходящему кругом чувство страха. Этих находящихся в исключительной власти одного аффекта людей, по аналогии с терминологией Циена, можно называть экноиками.

Группа эпилептоидов

(...) Самыми характерными свойствами этого типа психопатов мы считаем: во-первых, крайнюю раздражительность, доходящую до приступов неудержимой ярости, во-вторых, приступы расстройства настроения (с характером тоски, страха, гнева) и, в-третьих, определенно выраженные так называемые моральные дефекты (антисоци-

альные установки). Обычно это люди очень активные, односторонние, напряженно-деятельные, страстные, любители сильных ощущений, очень настойчивые и даже упрямые. Та или другая мысль надолго застревает в их сознании; можно определенно говорить о склонности эпилептоидов к сверхценным идеям. Их аффективная установка почти всегда имеет несколько неприятный, окрашенный плохо скрываемой злобностью оттенок, на общем фоне которого от времени до времени иной раз по ничтожному поводу развиваются бурные вспышки неудержимого гнева, ведущие к опасным насильственным действиям.

Обыкновенно подобного рода психопаты очень нетерпеливы, крайне нетерпимы к мнению окружающих и совершенно не выносят противоречий. Если к этому прибавить большое себялюбие и эгоизм, чрезвычайную требовательность и нежелание считаться с чьими бы то ни было интересами, кроме своих собственных, то станет понятно, что поводов для столкновений с окружающими у эпилептоидов всегда много. Даже тогда, когда их нет вовсе, эпилептоиду ничего не стоит их выдумать только для того, чтобы разрядить неудержимо накапливающее у него временами чувство беспредметного раздражения. Он подозрителен, обидчив, мелочно придирчив. Все он готов критиковать, всюду видит неполадки, исправления которых ему обязательно надо добиться.

В семейной жизни эпилептоиды обыкновенно несносные тираны, устраивающие скандалы из-за опоздавшего на несколько минут обеда, подгоревшего кушанья, плохой отметки у сына или дочери, позднего их возвращения домой, сделанной женой без их спроса покупки и т.д. Постоянно делают они домашним всевозможные замечания, мельчайшую провинность возводят в крупную вину и ни одного проступка не оставляют без наказания. Они всегда требуют покорности и подчинения себе и, наоборот, сами не выносят совершенно повелительного тона у других,

пренебрежительного к себе отношения, замечаний и выговора.

С детства непослушные, они часто всю жизнь проводят в борьбе против кажущегося им ограничения их самостоятельности, борьбе, которая им кажется борьбой за справедливость. Неуживчивость эпилептоидов доходит до того, что многие из них принуждены всю жизнь проводить в скитаниях, с одной стороны, благодаря их страсти во все вмешиваться, а с другой — и больше всего — из-за абсолютной неспособности сколько-нибудь продолжительное время сохранять мирные отношения с сослуживцами, с начальством, с соседями.

Очень важно подчеркнуть чрезвычайно характерную для эпилептоидов склонность к эпизодически развивающимся расстройствам настроения, расстройствам, могущим возникать как спонтанно, как бы без всякой видимой причины, так и реактивно — под влиянием тех или других неприятных переживаний. То, что отличает подобные расстройства от депрессивных состояний всякого другого рода, это почти постоянная наличность в них трех основных компонентов: злобности, тоски и страха. Подобные расстройства настроения могут продолжаться недолго, но могут и затягиваться на день или даже на несколько дней, и именно на эти-то дни и падают наиболее бурные и безрассудные вспышки эпилептоидов.

Несмотря на свою необузданность, эпилептоиды всегда остаются людьми очень узкими, односторонними и не способными хотя бы на мгновение отрешиться от своих эгоистических интересов, полностью определяющих их в общем всегда очень напряженную деятельность. Их аффективность лишена богатства оттенков и определяется преимущественно постоянно имеющейся у них в наличии агрессивностью по отношению к окружающим людям. Чувство симпатии и сострадания, способность вчувствоваться в чужие переживания им недоступны. Отсутствие этих чувств в соединении с крайним эгоизмом и злобностью делает их морально неполноценными и способными

на действия, далеко выходящие не только за рамки приемлемого в нормальных условиях общежития, но и за границы, определяемые уголовным законом. Особенно часто они сталкиваются с последним из-за склонности их к насильственным актам, попадая под суд по обвинению в убийстве или нанесении тяжелых ран. Более невинное значение имеет их склонность к скандалам, особенно часто проявляемая ими под влиянием алкоголя, который, как правило, они обыкновенно плохо переносят, вспыхивая так называемого патологического опьянения.

Эпилептоиды, как достаточно ясно из предыдущего, люди инстинктов и примитивных влечений. Страстные и неуправляемые, они ни в чем не знают меры: ни в безумной храбрости, ни в актах жестокости, ни в проявлениях любовной страсти. (...)

Группа истерических характеров

(...) Главными особенностями психики истеричных являются: 1) стремление во что бы то ни стало обратить на себя внимание окружающих и 2) отсутствие объективной правды как по отношению к другим, так и к самому себе (искажение реальных соотношений). Ясперс, объединяя оба эти признака, дает очень короткое и меткое определение той основы, из которой вырастает поведение и характер истеричных, — «стремление казаться больше, чем это на самом деле есть». Исходя из этого определения, Шнейдер предложил заменить самое название «истеричные» термином *Geltungsbedürftige* — «требующие признания». Во внешнем облике большинства представителей группы, объединяемой этими свойствами, особенно обращают на себя внимание ходульность, театральность и лживость. Им необходимо, чтобы о них говорили, и для достижения этого они не брезгают никакими средствами. В благоприятной обстановке, если ему представится соответствующая роль, истерик может и на самом деле «отличиться»: он может произносить блестящие, зажигающие речи, совершать красивые и не требующие длительного напряже-

ния подвиги, часто увлекая за собой толпу; он способен и к актам подлинного самопожертвования, если только убежден, что им любят и восторгаются. Горе истерической личности в том, что у нее обыкновенно не хватает глубины и содержания для того, чтобы на более или менее продолжительное время привлечь к себе достаточное число поклонников. Их эмоциональная жизнь капризно неустойчива, чувства поверхностны, привязанности непрочны и интересы неглубоки; воля их не способна к длительному напряжению во имя целей, не обещающих им немедленных лавров и восхищения со стороны окружающих. Часто это субъекты, не достигшие еще, несмотря иной раз на пожилой возраст, действительно духовной зрелости. (...)

При первом знакомстве многие истерики кажутся обворожительными: они могут быть мягки и вкрадчивы, капризная изменчивость их образа мыслей и настроения производит впечатление подкупающей детски простодушной непосредственности, а отсутствие у них прочных убеждений обуславливает легкую их уступчивость в вопросах принципиальных. Обыкновенно только постепенно вскрываются их отрицательные черты, и прежде всего неестественность и фальшивость. Каждый поступок, каждый жест, каждое движение рассчитаны на зрителя, на эффект; дома в своей семье они держат себя иначе, чем при посторонних; всякий раз, как меняется окружающая обстановка, меняется их нравственный и умственный облик. Они непременно хотят быть оригинальными, и так как это редко удается им в области положительной, творческой деятельности, то они хватаются за любое средство, подвертывающееся под руку, будь то даже возможность привлечь к себе внимание необычными явлениями какой-нибудь болезни. (...)

Боясь быть опереженными кем-нибудь в задуманном ими эффекте, истеричные обычно завистливы и ревнивы. Если в какой-нибудь области истерику приходится столкнуться с соперником, то он не пропустит самого ничтож-

ного повода, чтобы унижить последнего и показать ему свое превосходство. Своих ошибок истерики не признают никогда; если что и происходит не так, как бы нужно было, то всегда не по их вине. Чего они не выносят, эти равнодушия или пренебрежения, — им они всегда предпочтут неприязнь и даже ненависть. По отношению к тем, кто возбудил их неудовольствие, они злопамятны и мстительны. Будучи неистощимы и неразборчивы в средствах, они лучше всего чувствуют себя в атмосфере скандалов, сплетен и дразг. В общем они ищут легкой привольной жизни, и если иногда проявляют упорство, то только для того, чтобы обратить на себя внимание.

Духовная незрелость истерической личности, не давая ей возможности добиться осуществления своих притязаний путем воспитания и развертывания действительно имеющихся у нее способностей, толкает ее на путь неразборчивого использования всех средств воздействия на окружающих людей, лишь бы какой угодно ценой добиться привилегированного положения. Некоторые авторы особенно подчеркивают инфантильное строение эмоциональной жизни истериков, считая его причиной не только крайней поверхностности их эмоций, но и часто недостаточной их выносливости по отношению к травмирующим переживаниям. Надо только отметить, что и в области реакции на психические травмы нарочитое и выдуманное часто заслоняет у истериков непосредственные следствия душевного потрясения. (...)

В балансе психической жизни людей с истерическим характером внешние впечатления — разумея это слово в самом широком смысле — играют очень большую, быть может первенствующую роль: человек с истерическим складом психики не углублен в свои внутренние переживания (как это делает хотя бы психастеник), он ни на одну минуту не забывает происходящего кругом, но его реакция на окружающее является крайне своеобразной и прежде всего избирательной. В то время как одни вещи воспринимаются чрезвычайно отчетливо, чрезвычайно

тонко и остро, кроме того фиксируются даже надолго в сознании в виде очень ярких образов и представлений, другие совершенно игнорируются, не оставляя решительно никакого следа в психике и позднее совершенно не вспоминаются. Внешний, реальный мир для человека с истерической психикой приобретает своеобразные, причудливые очертания; объективный критерий для него утрачен, и это часто дает повод окружающим обвинять истеричного в лучшем случае во лжи и притворстве. Границы, которые устанавливаются для человека с нормальной психикой пространством, с одной стороны, и временем, с другой, не существуют для истеричного; он не связан ими. То, что было вчера или нынче, может казаться ему бывшим десять лет назад, и наоборот. И не только относительно внешнего мира осведомлен неправильно истеричный; точно так же осведомлен он относительно всех тех процессов, которые происходят в его собственном организме, в его собственной психике. В то время как одни из его переживаний совершенно ускользают от него самого, другие, напротив, оцениваются чрезвычайно тонко.

Благодаря яркости одних образов и представлений и бледности других, человек с истерическим складом психики сплошь и рядом не делает различия, или, вернее говоря, не в состоянии сделать таковой между фантазией и действительностью, между виденным и только что пришедшим ему в голову, между имевшим место наяву и виденным во сне; некоторые мысленные образы настолько ярки, что превращаются в ощущения, другие же, напротив, только с большим трудом возникают в сознании. Лица с истерическим характером, так сказать, эмансипируются от фактов. Крайне тонко и остро воспринимаемая одно, истерик оказывается совершенно нечувствительным к другому; добрый, мягкий, даже любящий в одном случае, он обнаруживает полнейшее равнодушие, крайний эгоизм, а иногда и жестокость — в другом; гордый и высокомерный, он подчас готов на всевозможные унижения; неуступчивый, упрямый вплоть до негативизма, он стано-

вится в иных случаях согласным на все, послушным, готовым подчиниться чему угодно; бессильный и слабый, он проявляет энергию, настойчивость, выносливость в том случае, когда это потребуют от него законы, господствующие в его психике. Эти законы все же существуют, хотя мы их и не знаем, иначе проявления психики истеричных были бы так разнообразны и калейдоскопичны, что было бы правильнее думать не о закономерности явлений, а о полной анархии.

Патологические лгуны. Если потребность привлекать к себе внимание и ослеплять других людей блеском своей личности соединяется, с одной стороны, с чрезмерно возбудимой, богатой и незрелой фантазией, а с другой — с более резко, чем у истериков, выраженными моральными дефектами, то возникает картина той психопатии, которую Дельбрюк называл *pseudologia phantastica*, Дюпре — мифоманией, и представителей которой Крепелин грубее и правильнее обозначает как «лгунов и плутов». Чаще всего это люди, которым нельзя отказать в способностях. Они сообразительны, находчивы, быстро усваивают все новое, владеют даром речи и умеют использовать для своих целей всякое знание и всякую способность, какими только обладают. Они могут казаться широко образованными, даже учеными, обладая только поверхностным запасом сведений, нахвачанных из энциклопедических словарей и популярных брошюр. Некоторые из них обладают кое-какими художественными и поэтическими склонностями, пишут стихи, рисуют, занимаются музыкой, питают страсть к театру. Быстро завязывая знакомства, они хорошо приспособляются к людям и легко приобретают их доверие. Они умеют держаться с достоинством, ловки, часто изящны, очень заботятся о своей внешности и о впечатлении, ими производимом на окружающих; нередко щегольской костюм представляет единственную собственность подобного психопата.

Важно то, что обладая недурными способностями, эти люди редко обнаруживают подлинный интерес к чему-ни-

будь, кроме своей личности, и страдают полным отсутствием прилежания и выдержки. Они поверхностны, не могут принудить себя к длительному напряжению, легко отвлекаются, разбрасываются. Их духовные интересы мелки, а работа, которая требует упорства, аккуратности и тщательности, тем самым производит на них отталкивающее действие. «Их мышлению, — говорит Крепелин, — не хватает планомерности, порядка и связности, суждениям — зрелости и обстоятельности, а всему их восприятию жизни — глубины и серьезности». Конечно, нельзя ожидать от них и моральной устойчивости: будучи людьми легкомысленными, они не способны к глубоким переживаниям, капризны в своих привязанностях и обыкновенно не завязывают прочных отношений с людьми. Им чуждо чувство долга, и любят они только самих себя.

Самой роковой их особенностью является неспособность держать в узде свое воображение. При их страсти к рисовке, к пусканию пыли в глаза, они совершенно не в состоянии бороться с искушением использовать для этой цели легко у них возникающие богатые деталями и пышно разукрашенные образы фантазии. Отсюда их непреодолимая и часто приносящая им колоссальный вред страсть ко лжи. Лгут они художественно, мастерски, сами увлекаясь своей ложью и почти забывая, что это ложь. Часто они лгут совершенно бессмысленно, без всякого повода, только бы чем-нибудь блеснуть, чем-нибудь поразить воображение собеседника. Чаще всего, конечно, их выдумки касаются их собственной личности: они охотно рассказывают о своем высоком происхождении, своих связях в «сферах», о значительных должностях, которые они занимали и занимают, о своем колоссальном богатстве. Про их богатом воображении им ничего не стоит с мельчайшими деталями расписать обстановку несуществующей виллы, им будто бы принадлежащей, даже больше — поехать с сомневающимися и показать им в доказательство истины своих слов под видом своей чью-нибудь чужую виллу и т.д. Но они не всегда ограничиваются только ложью: лишь часть их лгут

наивно и невинно как дети, подстегиваемые желанием порисоваться, все новыми и новыми возникающими в воображении образами. Большинство извлекают из своей лжи и осязательную пользу.

Таковы многочисленные аферисты, выдающие себя за путешествующих инкогнито значительных людей, таковы шарлатаны, присваивающие себе звание врачей, инженеров и пр., и часто успевающие на некоторое время держать окружающих под гипнозом своего обмана, таковы шулеры и поддельватели документов, таковы, наконец, даже многие мелкие уличные жулики, выманивающие у доверчивых людей деньги рассказами о случившемся с ними несчастье, обещаниями при помощи знакомств оказать какую-нибудь важную услугу и пр., и пр. Их самообладание при этом бывает часто поразительным: они лгут так самоуверенно, не смущаясь ничем, так легко вывертываются, даже когда их припирают к стене, что невольно вызывают восхищение. Многие не унывают и будучи пойманы. Крепелин рассказывает об одном таком мошеннике, который лежал в клинике на испытании, и, возвращаясь по окончании срока последнего в тюрьму, так импонировал своим гордым барским видом присланному за ним для сопровождения его полицейскому, что заставил последнего услужливо нести свои вещи. Однако, в конце концов, они отличаются все-таки пониженной устойчивостью по отношению к действию «ударов судьбы»: будучи уличены и не видя уже никакого выхода, они легко приходят в полное отчаяние и тогда совершенно теряют свое достоинство.

Ряд черт роднит психопатов описанного типа с предыдущей группой истериков. Главное отличие в том, что лживость у них заслоняет собой все остальные черты личности. Кроме того, истерики в своих выходках редко переходят границы, определяемые уголовным законом, тогда как с псевдологами часто приходится встречаться и судебным, и тюремным психиатрам. Гораздо более резкая граница отделяет псевдологов от мечтателей, с которыми

они имеют лишь одну общую черту — чрезмерную возбудимость воображения: по очень остроумному определению Кронфельда, в то время как мечтатель обманывает себя относительно внешнего мира, псевдолог обманывает окружающих относительно себя. То, что последний иногда начинает и сам поддаваться своему обману, представляет только побочный эффект, не лежащий в существе основной тенденции его поведения.

Группа неустойчивых психопатов

Этот термин недостаточно точен и разными психиатрами употребляется не в одинаковом объеме. Мы предпочитаем не расширять чрезмерно его значения и границ и обозначить им только тех душевно неглубоких, слабохарактерных людей, которые легко поддаются под влияние среды, особенно дурной, и, увлекаемые примерами товарищей или нравами, господствующими в их профессиональном окружении (военная среда прежнего времени, литературная богема и пр.), спиваются, делаются картежниками, растратчиками, а то так и мелкими мошенниками, для того чтобы в конце концов очутиться «на дне». Большею частью это люди «не холодные» и «не горячие», без больших интересов, без глубоких привязанностей, недурные товарищи, часто очень милые собеседники, люди компанейские, скучающие в одиночестве и обыкновенно берущие пример со своих более ярких приятелей (Miliemenschen) В среде, где не в обычае употребление спиртных напитков, а систематический труд является общей привычкой, они идут в ногу с другими и в общем оказываются несколько не хуже средних людей, ни в какую сторону не выделяясь из них ни своим умственным уровнем, ни своими интересами и нравственными качествами. Может быть, время от времени они вызывают неудовольствие окружающих своей беспорядочностью, неаккуратностью, а особенно ленью. Над ними, как говорится, надо вечно стоять с палкой, их надо понукать, бранить или ободрять, смотря по обстоятельствам. Легко вдохнов-

ляющиеся, они легко и остывают, далеко не всегда оканчивая начатое ими дело, особенно если их предоставили себе.

Их несчастье — наркотические средства, особенно вино, под влиянием которого они часто делаются неузнаваемыми, как будто кто-то подменил того милого человека, с которым так приятно было иметь дело, когда он был трезв: из доброго, услужливого и уступчивого он делается грубым, дерзким, эгоистичным, даже больше — бесщедным, способным в один день пропить все свое жалование, на которое семья должна была бы существовать целый месяц, унести из дома и продать последнюю одежду жены и детей и т.д. Протрезвившись, он будет горько раскаиваться в своих поступках, перейдет всякую границу в самообвинениях, но не преминет пожаловаться на случайно сложившиеся обстоятельства, на то, что его, человека с запросами и способностями, «заела среда».

Такие люди невольно вызывают сочувствие и желание им помочь, но оказываемое содействие редко идет впрок: стоит на короткое время предоставить такого человека самому себе, как он уже, оказывается, все спустил, все пропил, проиграл в карты, попал к тому же в какой-нибудь крупный скандал, заразился венерической болезнью и т.д. Только в условиях постоянной опеки, в условиях организованной среды, находясь под давлением сурового жизненного уклада или в руках человека с сильной волей, не спускающего с него глаз, может подобного рода психопат существовать благополучно и быть полезным членом общества. (...)

Группа антисоциальных психопатов

(...) Существуют психопаты, главной бросающейся в глаза особенностью которых являются резко выраженные моральные дефекты. Это люди, страдающие частичной эмоциональной тупостью, именно отсутствием социальных эмоций: чувство симпатии к окружающим и сознание долга по отношению к обществу у них обыкновенно пол-

ностью отсутствует; у них нет ни чести, ни стыда, они равнодушны к похвале и порицанию, они не могут приспособиться к правилам общежития. Почти всегда это — субъекты, во-первых, лживые — не из потребности порисоваться и пофантазировать, а исключительно для маскировки инстинктов и намерений, а во-вторых — ленивые и неспособные ни к какому регулярному труду. Искать у них сколько-нибудь выраженных духовных интересов не приходится, зато они отличаются большой любовью к чувственным наслаждениям: почти всегда это лакомки, сластолюбцы, развратники. Чаще всего они не просто «холодны», а и жестоки. Грубые и злые, они очень рано, с детства обнаруживают себя сначала своей склонностью к мучительству животных и поразительным отсутствием привязанности к самым близким людям (даже к матери), а затем своим как бы умышленно бесцеремонным нежеланием считаться с самыми минимальными неудобствами окружающих. Они способны из-за пустяка плюнуть матери в лицо, начать за столом громко браниться площадной бранью, бить окна, посуду, мебель при самой незначительной ссоре, и все это не столько вследствие чрезмерного гневного возбуждения, сколько из желания досадить окружающим. Иногда они питают тяжелую злобную ненависть и жажду мести по отношению к тем из близких (чаще всего к отцу), которые стремятся держать их в определенных рамках и проявляют по отношению к ним строгость; в таких случаях дело может дойти и до убийства. Стеснение своей свободы они вообще переносят плохо и поэтому как правило рано оставляют дом и семью; при отсутствии привязанностей жизнь в домашней обстановке означает для них только ряд несносных ограничений и невозможность развернуть в полной мере свои своеобразные наклонности. (...)

Надо сказать, что описываемая психопатия охватывает очень широкую группу лиц во многом различного склада. Кроме основного типа, отличающегося чертами, близкими к эпилептоидам (люди грубые, жестокие и злобные), среди них встречаются и «холодные», бездушные резоне-

ры, родственные шизоидам субъекты, у которых хорошо действующий рассудок всегда наготове для того, чтобы оправдывать, объяснять их «дурные» поступки. (...)

Группа конституционально-глухих

(...) Подобного рода люди иногда хорошо учатся (у них сплошь и рядом хорошая память) не только в средней, но даже и в высшей школе: когда же они вступают в жизнь, когда им приходится применять их знания к действительности, проявлять известную инициативу, они оказываются совершенно бесплодными. Они умеют себя «держат в обществе», говорить о погоде, говорить шаблонные, банальные вещи, но не проявляют никакой оригинальности (отсюда выражение «Salon blodsinn» — салонное слабоумие)... Они хорошо справляются с жизнью лишь в определенных, узких, давно установленных рамках домашнего обихода и материального благополучия. С другой стороны, сюда относятся и элементарно простые, примитивные люди, лишенные духовных запросов, но хорошо справляющиеся с несложными требованиями какого-нибудь ремесла, иногда даже без больших недоразумений работающие в торговле, даже в администрации.

Одной из отличительных черт конституционально-ограниченных является их большая внушаемость, их постоянная готовность подчиняться голосу большинства, «общественному мнению» («что станет говорить княгиня Марья Алексеевна!»); это — люди шаблона, банальности, моды, это тоже люди среды, но не совсем в том смысле, как неустойчивые психопаты, там люди идут за ярким примером этой среды, за «пороком», а здесь, напротив, — за благонаравием. Конституционально-ограниченные психопаты всегда консерваторы; из естественного чувства самозащиты они держатся за старое, к которому привыкли и к которому приспособились, и боятся всего нового. Это — те «нормальные» люди, о которых Кюльер говорил, что в тот самый день, когда больше не будет полунормальных людей (*demi-fous*), цивилизованный мир погиб-

нет, погибнет не от избытка мудрости, а от избытка посредственности. Это те «нормальные» люди, которых Ферри сравнивает с готовым платьем из больших магазинов; здесь действует только закон подражания. (...)

К конституционально-глупым надо отнести также и тех своеобразных субъектов, которые отличаются большим самомнением и которые с высокопарным торжественным видом изрекают общие места или не имеющие никакого смысла витиеватые фразы, представляющие набор пышных слов без содержания (хороший образец — изречения Козьмы Пруtkова). Может быть, здесь же надо упомянуть и о некоторых резонерах, стремление которых иметь о всем свое суждение ведет к грубейшим ошибкам, к высказыванию в качестве истин нелепых сентенций, имеющих в основе игнорирование элементарных логических требований. Не лишнее подчеркнуть, что по отношению ко многим видам конституциональной глупости подтверждается изречение знаменитого немецкого психиатра, что они могут, умеют больше, чем знают... в результате чего в грубо элементарной жизни они часто оказываются даже более приспособленными, чем так называемые умные люди.

* * *

Наконец, нельзя не упомянуть здесь также и об отношении, существующем между психопатией и гениальностью (или высокой одаренностью). Здесь надо исходить из того факта, что в нерезко выраженной форме те или другие психопатические особенности присущи почти всем нормальным людям. Как правило, чем резче выражена индивидуальность, тем ярче становятся и свойственные ей психопатические черты. Немудрено, что среди людей высокоодаренных, с богато развитой эмоциональной жизнью и легко возбудимой фантазией количество несомненных

психопатов оказывается довольно значительным. Чтобы правильно оценить это обстоятельство, надо еще помнить, что в создании гениального произведения принимают участие два фактора: среда (эпоха) и творческая личность. Что многие психопаты именно благодаря своим психопатическим особенностям должны быть гораздо более чуткими к запросам эпохи, чем так называемые нормальные люди, после сказанного понятно само собой. Историю интересует только творение и, главным образом, те его элементы, которые имеют не личный, индивидуальный, а общий, непреходящий характер. Творческая личность, отступая перед историей на задний план, по своей биологической ценности вовсе не должна обязательно иметь то же положительное значение, какое объективно принадлежит в соответствующей области ее творению. Спор о том, представляет ли гениальная личность явление дегенерации или прогенерации по существу бесплоден и является в значительной мере результатом незакономерного смещения биологической и социологической точек зрения.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	3
1. Содержательное многообразие эмоций и чувств	5
2. Биологические механизмы эмоций	12
3. Стресс и эмоции	17
4. Функциональный анализ эмоций и чувств	20
5. Сложные эмоции и чувства (развитие эмоций и чувств)	27
6. Развитие эмоций и чувств (продолжение)	32
6.1. Эмоции и потребности	32
6.2. Развитие эмоций и чувств в семье	33
6.3. Половое созревание и эмоциональное развитие	36
6.4. Освоение значений и смыслов	40
6.5. Совесть как выражение нравственного чувства	41
6.6. Разрушение эгоцентрической позиции	45
6.7. Обычай и эмоции	46
6.8. Религия и чувства	49
7. Эмоции и деятельность	51
7.1. Эмоции и игра	51
7.2. Эмоции и учебная деятельность	53
7.3. Эмоции и трудовая деятельность	56
7.4. Эмоции и психические процессы	58
7.5. Эмоции и искусство	61
7.6. Эмоции и поведение	62
8. Эмоции и качества личности	64
9. Проявление эмоций и чувств (симптоматика эмоций и чувств)	72
Заключение (теории эмоций и чувств)	82
Приложения	93

Научное издание

Шадриков Владимир Дмитриевич

**ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ:
ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА**

Редактор *Е.В. Комарова*
Переплет *Д.Ю. Коночкина*
Компьютерная верстка *О.Г. Лавровой*

Изд. лиц. ИД № 01670 от 24.04.2000

Подписано в печать 11.04.2002. Формат 70x108/32
Печать офсетная. Бумага офсетная. Печ. л. 4,9
Тираж 2000 экз. Заказ 1153

Издательско-книготорговый дом «Логос»
105318, Москва, Измайловское ш., 4

Отпечатано с готовых диапозитивов
во ФГУП ИПК «Ульяновский Дом печати»
432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14

**По вопросам приобретения литературы
обращаться по адресу:**

105318, Москва, Измайловское ш., 4

Эл. почта: universitas@mail.ru

Тел./факс: /095/ 369-5819, 369-5668, 369-7727

ISBN 5-94010-159-3



9 785940 1101598