Учреждение образования

«Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

Факультет психологии

Кафедра общей и педагогической психологии

(рег. № УМ 34-03-[illegible]-2014)

СОГЛАСОВАНО
Заведующий кафедрой
_____
18 ноября 2014 г.

СОГЛАСОВАНО
Декан факультета
_____
__ _____ 2014 г.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

«Психология эмоций»

для специальности 1-23 01 04 Психология

Составители:

Л.Н. Ложина, доктор психологических наук, профессор

Л.М. Гончарик, преподаватель кафедры общей и педагогической психологии

Рассмотрено и утверждено

На заседании Совета БГПУ 24 12 2014г. протокол № 3

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	
РАЗДЕЛ 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ	
1	**Психология эмоций в науке и искусстве**
1.1.	Предмет психологии эмоций. Проблемы. Задачи.
1.2.	Системный подход в исследовании переживаний человека
1.3.	Теории эмоций
1.4.	Функции эмоций в науке и искусстве
1.5.	Принципы психологии эмоций. Их художественный эквивалент.
1.6.	Классификация эмоций
2	**Экспрессивный компонент эмоций**
2.1.	Экспрессивный компонент эмоций
2.2.	Восприятие и понимание эмоций других людей
3	**Эмоциональное реагирование как самостоятельный феномен**
3.1.	Характеристика различных видов эмоционального реагирования в науке и искусстве
3.2.	Эмоциональные состояния личности. Их художественный эквивалент
3.3.	Эмоциональные особенности личности
4	**Чувства человека в науке и искусстве**
4.1.	Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми
5	**Методики изучения и развития эмоций и чувств**
5.1.	Методики изучения эмоций и чувств
5.2.	Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности
	РАЗДЕЛ 2. ПРАКТИЧЕСКИЙ
	Планы семинарских, лабораторных занятий и материалы к ним
	РАЗДЕЛ 3. КОНТРОЛЬ ЗНАНИЙ
	Вопросы и задания к зачету
	РАЗДЕЛ 4. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ
	Учебная программа дисциплины «Психология эмоций»

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ КОМПЛЕКСУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ»

Подготовка профессионального компетентного психолога предполагает овладение им разноплановыми знаниями об эмоциях и чувствах человека. Учебно-методический комплекс «Психология эмоций» направлен на рассмотрение широкого диапазона научных точек зрения на природу и значение эмоций в жизни человека, сложность и многоаспектность эмоциональной сферы личности, обеспечивающей полноту связей между человеком и человеком, человеком и природой, человеком и обществом, влияющей на ход и результат когнитивных процессов и в целом – на деятельность человека. Электронный учебно-методический комплекс по учебной дисциплине «Психология эмоций» предназначен для студентов специальности 1-23 01 04 Психология.

Междисциплинарные связи. Содержание учебно-методического комплекса связано с такими дисциплинами учебного плана, как «Общая психология», «Психология развития», «Коррекция эмоционального развития личности».

Учебно-методический комплекс обеспечивает реализацию цели учебной дисциплины и ее задач. В соответствие с **целью учебной дисциплины** «Психология эмоций» позволяет представить систематизированный взгляд на эмоции, их роль в сознании, процессах познания мира и человека, место эмоций в жизни отдельной личности и в формировании человеческих отношений.

Образовательная цель: раскрытие сложности и многогранности эмоциональной сферы человека, ее диагностики, регуляции и саморегуляции; реализация идеи систематизации знаний, основанных на интеграции научного и художественного познания эмоций и чувств; развитие личности «художественно и умыслительно» (И. Ильин) постигающей сущность эмоционального мира человека.

Воспитательная цель: создание предпосылок для становления специалиста понимающего и осмысливающего незавершенность человеческого развития и самосовершенствования (Э. Фромм), способного выходить за пределы самого себя (В. Франкл), готового снова начать от себя, «ставшего» (М. Мамардашвили).

Цели развития:

– развитие понимания эмоционального смысла воспринимаемых объектов;

– достижение более высокого уровня осознания студентами своего эмоционального потенциала и личностного эмоционального опыта других людей;

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

– развитие форм эмоционального поведения и расширение возможностей эмоциональной коммуникации;

– достижение единства аффекта и интеллекта, включенность переживаний в сферу познания;

– развитие эмоциональной креативности;

– развитие личности, осознающей, что образование никогда не достигает точки насыщения.

Учебно-методический комплекс позволяет решать **задачи учебной дисциплины:**

1. Обеспечить усвоение студентами основных направлений исследования эмоций в трудах отечественных и зарубежных психологов.
2. Способствовать овладению умениями и навыками психологической диагностики особенностей эмоциональной сферы человека.
3. Развивать способности самопознания собственного мира эмоций и чувств и личностного эмоционального опыта других людей.

В результате изучения дисциплины студенты должны

знать:

– статус проблемы эмоций и чувств человека в отечественной и зарубежной психологии;

– характеристики различных видов эмоционального реагирования;

– функции эмоций и принципы психологии эмоций;

уметь:

– раскрывать эмоциональный смысл происходящих событий, взаимодействия людей, использовать возможности эмоциональной коммуникации;

– анализировать эмоциональные смыслы художественных текстов;

– использовать соответствующие методы и методики изучения эмоциональной сферы личности;

– составлять коррекционно–развивающие программы, обеспечивающие обогащение мира эмоций и чувств, осознавать свой эмоциональный потенциал,

владеть:

- навыками эмоционального реагирования и саморегуляции.

Учебно-методический комплекс по дисциплине «Психология эмоций» включает **рекомендуемые формы и методы обучения**: методы проблемного и интерактивного обучения, подготовка научных сообщений, дискуссий, творческих проектов, презентаций.

Учебно-методический комплекс включает в себя разделы: теоретический, практический, контроля знаний.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

РАЗДЕЛ 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ

1. ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ В НАУКЕ И ИСКУССТВЕ

ТЕМА 1.1 Предмет психологии эмоций. Проблемы. Задачи

Определение эмоций в современной психологии (П.К. Анохин, Л.М Веккер, Б.И. Додонов, К. Изард, А.Н. Леонтьев, В.Н. Мясищев, Я. Рейковский, С.Л. Рубинштейн, П.А. Рудик, П.В. Симонов). Свойства эмоций (В.К. Васильев, В.К. Вилюнас, В. Витвицкий, А.Ф. Лазурский, Н.Н. Ланге, У. Мак–Дугалл). Причины эмоций (Б. Вейнер, В. Вундт, К. Изард, Р. Лазарус, Л.Н. Рожина, С.Л. Рубинштейн, П. Фресс). Многоаспектность художественного анализа причин эмоций. Системный подход в исследовании переживаний человека. Теории эмоций. Функции эмоций в науке и искусстве. Принципы психологии эмоций. Их художественный эквивалент. Классификация эмоций.

ЛЕКЦИЯ 1. Предмет психологии эмоций. Проблемы. Задачи **(6 часов)**

План

1. Многоаспектность определения эмоций в отечественной и зарубежной психологии.
2. Проблемы психологии эмоций.
3. Задачи курса «Психология эмоций».
4. Причины эмоций: организмическое возбуждение, нейронная активация; когнитивные процессы, когнитивная оценка; социальные регуляторы; разность между имеющейся и необходимой информацией для удовлетворения потребности; эффект новизны; взаимодействие потребности и возможности достижения цели.

Основная литература:

1. Бреслав Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: «Смысл», Издательский центр «Академия», 2004. – 544 с.
2. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
3. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.

Дополнительная литература:

1. Анохин, П.К. Эмоции / П.К. Анохин // Большая медицинская энциклопедия. Т. 35. – М., 1964. – С. 339.
2. Бреслав, Г.М. Предметность эмоциональных явлений / Г.М. Бреслав // Вестник Московского университета. – 1977. – № 4. – С. 3–11.
3. Васильев, И.А. Место и роль эмоций в психологической системе / И.А. Васильев // Вестн. Моск. Ун-та. Сер. 14. Психология. – 2008. – №2. – С. 113 – 127.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

4. Выготский, Л.С. Учение об эмоциях / Л.С. Выготский // Собр. соч.: в 6 т. – М.: Педагогика, 1984. – Т.4. – С. 90–318.
5. Ильин, И.А. Путь к очевидности / И.А. Ильин. – М.: Эксмо–пресс, 1998. – С. 114–130, 152–183, 617–626, 650–656, 665–669.
6. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы и эмоции: Конспект лекций / А.Н. Леонтьев. – М., 1971.

Значение проблемы эмоций едва ли нуждается в обосновании. Какие условия и детерминанты ни определяли бы жизнь и деятельность человека внутренне, психологически действенными они становятся лишь в том случае, если им удается проникнуть в сферу его эмоциональных отношений, преломиться и закрепиться в ней. Конституируя в человеке пристрастность, без которой немыслим ни один активный его шаг, эмоции со всей очевидностью обнаруживают свое влияние в различных ситуациях жизнедеятельности.

Терминологические расхождения в психологии эмоций в какой-то мере заложены уже в повседневном языке, позволяющем нам называть, например, страх эмоцией, аффектом, чувством или даже ощущением или объединять под общим названием чувств такие различные явления, как боль и иронию, красоту и уверенность, прикосновение и справедливость. Но это свидетельствует о том, что феноменологический материал, объяснить который призвана теория эмоций, не обладает отчетливо различимыми признаками, способными обеспечить некоторую единую, изначальную его группировку и упорядочение. При решении этой задачи в психологической теории влияние неизбежно оказывают концептуальные традиции и представления, которые порой за неопределенными житейскими понятиями закрепляют различное содержание. На запутанность реального соотношения того, что в разных концепциях обсуждается под одними и теми же названиями эмоций, страстей или чувств, оказало влияние еще то обстоятельство, что они создавались на разных языках и в разные эпохи, имеющие свои традиции в употреблении таких понятий.

В психологической науке накопился ряд противоречий относительно операционализации понятия «эмоция», тождественности/различий эмоции, переживания и чувства, оснований выделения базовых эмоций и их количества, врожденного/развивающегося характера эмоции, наличия/отсутствия связи «аффекта и интеллекта» (Л.С. Выготский), роли эмоций в деятельности и др. Помимо данных противоречий, необходимо отметить также доминирующую на протяжении многих лет естественнонаучную парадигму в исследованиях эмоций. Такой исследовательский подход, как мы полагаем, связан с пониманием психологами различных научных школ эмоции как специфического вида физиологических процессов (В. Вундт, Ч. Дарвин и др.)

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

[41; 42]. Данная исследовательская парадигма, по мнению И.А. Васильева, Л.Н. Рожиной ограничена, поскольку не дает возможности в отличие от гуманитарного подхода увидеть «портрет индивидуальности» (Л.Н. Рожина), выявить феноменологию эмоциональных явлений.

В отечественной психологии эмоции традиционно рассматриваются в контексте теории отражения. Однако, существуют расхождения относительно объекта такого отражения, которым может выступать *действительность (Б.К. Вилюнас, В.С. Дерябин, А.В. Запорожец); отношение человека к действительности (Л.И. Божович, С.Л. Рубинштейн); потребность (Симонов); внечувственные системные психологические (значения, смыслы, ценности) качества предмета (И.А. Васильев)*. Такой подход к психологической природе эмоций приводит некоторых ученых к выделению двухкомпонентной структуры эмоций, включающей переживание и отражаемое содержание.

В ряде работ зарубежных авторов эмоция рассматривается как многокомпонентное явление (N.H. Frijda), сложный процесс (К. Изард), имеющий свою структуру, обязательным компонентом которой выступает чувство как осознанное переживание. В отечественной психологии разводятся понятия «эмоция» и «чувство», понимая под последними отношения человека к миру в форме непосредственного переживания, а также акцентируя внимание на их устойчивости в отличие от эмоций (А.Г. Ковалев, Н.Д. Левитов, А.Н. Лук, С.Л. Рубинштейн, П.М. Якобсон и др.)

Признаки эмоций: 1)эмоции выражают состояния субъекта и его отношение к объекту; 2) эмоции отличаются полярностью, т.е. обладают положительным или отрицательным знаком (оба полюса не являются обязательно взаимоисключающими, часто образуется сложное противоречие.

Исходный момент, определяющий природу и функцию эмоций, состоит в том, что с одной стороны, устанавливается связь, взаимоотношение между ходом событий, совершающихся в соответствии или вразрез с потребностями индивида, ходом деятельности, направленной на удовлетворение этих потребностей, а с другой стороны, с течением внутренних органических процессов, захватывающих основные витальные функции, от которых зависит жизнь организма в целом. В результате индивид настраивается для соответствующего действия или противодействия.

Основные свойства эмоций

Среди основных свойств, характеризующих эмоции, выделяют следующие.

1. Универсальность - независимость эмоций от вида потребности и специфики деятельности, в процессе которой они возникают. Надежда, тревога,

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

радость, гнев могут возникнуть при удовлетворении любой потребности. Это значит, что механизмы возникновения эмоций являются специфичными и независимыми от механизмов возникновения конкретных потребностей. Так, удовольствие можно испытывать от различных ощущений, образов восприятия и представления (хорошая книга, кинофильм, собеседник, воспоминание и др.).

2. Динамичность эмоций проявляется в фазовом характере их протекания, т. е. в нарастании напряжения и его разрешении. Эмоциональное напряжение значимо нарастает в ситуации ожидания, чем ближе предстоящее событие, тем сильнее нарастает напряжение. То же самое отмечается при продолжающемся воздействии на человека негативного раздражителя. Разрешение возникшего напряжения происходит при осуществлении события, при этом оно переживается человеком как облегчение, умиротворение или полная обессиленность.

3. Суммация проявляется тем, что наиболее сильное удовольствие или неудовольствие человек испытывает не при первом, а при последующих воздействиях эмоциогенного фактора. Эмоции, связанные с одним и тем же объектом, суммируются в течение жизни, что приводит к увеличению их интенсивности, упрочению чувств, в результате чего их переживание в виде эмоций становится сильнее. Характерным для суммации эмоций является скрытость, незаметность этого процесса, когда человек не отдает себе отчета в его причинах.

4. Адаптация выражается в притуплении, снижение остроты эмоциональных переживаний при длительном повторении одних и тех же впечатлений.

5. Пристрастность или субъективность выступает как личностное свойство эмоциональных проявлений. В зависимости от особенностей личности (вкусы, интересы, установки, опыт) и темперамента, от ситуации, в которой находятся люди, одна и та же причина может вызывать у них разные эмоции, например опасность у одних вызывает страх, а у других - приподнятое настроение.

6. Заразительность проявляется в том, что человек, испытывающий ту или иную эмоцию, может невольно передавать свое настроение, переживание другим людям, которые с ним контактируют. Именно из-за этого возникают такие явления, как всеобщее веселье, паника.

7. Пластичность, подвижность эмоциональных переживаний наблюдается, когда одна и та же по модальности эмоция переживается с различными оттенками и даже как эмоция различного знака (приятная или неприятная). Например, страх может переживаться не только негативно, при определенных условиях люди могут получать от него удовольствие, испытывая "острые ощущения".

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

8. Удержание в памяти эмоций связано с особым видом памяти - эмоциональной.

9. Иррадиация означает возможность распространения настроения (эмоционального фона) с обстоятельств, его первоначально вызвавших, на все последующие события, воспринимаемые человеком. Счастливому все кажется приятным и радостным, тогда как обозленного человека все раздражает.

10. Перенос является свойством, близким к иррадиации, когда чувства переносятся на другие объекты. Например, влюбленный человек испытывает выраженные эмоциональные переживания не только при виде любимого человека, но и при восприятии предметов, связанных с ним (письмо, записка, вещи т.д.).

11. Амбивалентность - двойственность эмоций, которая проявляется в том, что человек в связи с каким-либо объектом может одновременно испытывать и положительные и отрицательные эмоциональные переживания (любовь и ненависть).

12. Переключаемость означает, что объектом одной эмоции становится другая эмоция (человек испытывает стыд от своей радости, упивается своей грустью и т. п.).

ТЕМА 2. СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД В ИССЛЕДОВАНИИ ПЕРЕЖИВАНИЙ ЧЕЛОВЕКА

Основные тенденции в определении места, роли, функций переживания в психике человека (Ф.Е. Василюк, Л.С. Выготский, Е.П. Ильин, А.Н. Леонтьев, К.К. Платонов, С.Л. Рубинштейн, В.П. Симонов). Рефлексивность природы переживания (Ф.Е. Василюк, В.К. Вилюнас, В. Дильтей). Художественное изображение переживаний человека (литература, живопись, музыка).

ЛЕКЦИЯ 2. Системный подход в исследовании переживаний человека **(2 часа)**

План

1. Понятие переживания, его связь с сознанием.
2. Переживание как категория эмоциональных явлений.
3. Рефлексивность природы переживания.
4. Переживание как комплексное явление

Основная литература

1. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.
3. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Дополнительная литература:

1. Василюк, Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф.Е. Василюк. – М: Изд–во МГУ, 1984. – 200 с.
2. Симонов, П.В. Адаптивные функции эмоций / П.В. Симонов // Физиология человека. – 1996. –№ 2. – С. 5–9.

Понятие *«переживание»* образовано от существительного «жить» и приставкой «пере-».Слово *переживание* имеет ряд значений: а) действие по значению глагола переживать - испытать волнение, беспокойство по поводу чего-либо, б) душевное состояние, вызванное какими-либо сильными ощущениями, впечатлениями.

Пережить, как результативное выражение переживания, означает:

- не утратить своей силы, своего значения после прекращения существования чего-либо или после смерти кого-либо;

- утратить при жизни какие-либо свойства (чувства);

- остаться в живых, выжить, преодолев какие-либо трудности; найти силы вытерпеть, вынести что-либо;

- подвергнуться чему-либо, испытать что-либо (кризис или подъем); узнать, испытать, изведать что-либо (ощущение, чувство);

- проникнуться чувствами и мыслями кого-либо; содержанием чего-либо.

Переживание как психологический феномен представляет собой комплекс относительно независимых и самостоятельных процессов: это отражение, проживание, деятельность, отношение, эмоциональное состояние; оно может являться следствием деятельности; событием внутренней жизни, «призмой», через которую преломляется ситуация; в нем кристаллизована прошлая деятельность человека; кроме того, переживание является неустойчивым и трансформирующимся под влиянием обстоятельств.

Процесс переживания носит динамичный характер; оно всегда интенционально, что определяет ориентацию и направленность отношений человека к самим собой и с миром в целом. Интенциональность переживания связана с познавательной активностью (ориентацией) человека либо на себя самого, либо на окружающий мир. В связи с этим переживание имеет как минимум три вектора: ориентация на человека - витальные переживания, ориентация на окружение (на других людей) - социальное переживание, и ориентация на жизнь как целое - экзистенциальное переживание.

Переживание связано со смысловой сферой человека. В процессе переживания происходит изменение, трансформация, порождение смысла. Но может происходить и утрата смысла, порождающая у человека новую задачу - «задачу» переживания.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Истоки анализа проблематики переживания восходят к интроспективной психологии, классической психологии сознания, где под переживанием понималось любое испытываемое субъектом эмоционально окрашенное состояние и явление действительности, непосредственно представленное в сознании и выступающее как событие его собственной жизни.

По **Дильтею,** психолог призван не объяснять наблюдаемые факты в общих понятиях, а интерпретировать ценности, намерения и чувства людей как исторических личностей. Феноменам сознания (какими их представляла интроспективно-экспериментальная психология) были противопоставлены переживания.

В.Франкл указывал на то, что «наивысший смысл каждого данного момента человеческого существования определяется простой интенсивностью его переживания и не зависит от какого бы то ни было действия».

А. Маслоу в характеристике самоактуализирующегося человека в качестве одной из характеристик выделяет *вершинные или мистические, переживания* (peak experience) - состояние сильного возбуждения или, напротив, умиротворения. Такое состояние часто сопровождается ощущением силы и уверенности, чувством, что нет ничего такого, что нельзя выполнить.

К проблеме переживания первым в советской психологии обратился **Л.С.Выготский**. Он отмечал, что «со стороны субъективной всякий психический процесс есть переживание». Он писал: «Переживание вводится как единица сознания, где все основные свойства сознания даны как таковые, в то время как во внимании, в мышлении не дано связи сознания». И далее: «Действительной динамической единицей сознания, то есть полной единицей, из которой складывается сознание, будет переживание».

В работе Л.С. Выготского *переживание* выступает как единица изучения личности и среды в их единстве. "В переживании, – указывал Выготский, – дана, с одной стороны, среда в ее отношении ко мне, с другой – особенность моей личности".

С.Л. Рубинштейн считал, что всякое психическое явление нам дано в виде переживания. По его мнению, сознание человека состоит из двух аспектов: знания и переживания. Причем «переживание это первично, прежде всего, психический факт как кусок собственной жизни индивида в плоти и крови его, специфическое проявление его индивидуальной жизни. Переживанием в более узком, специфическом смысле слова оно становится по мере того, как индивид становится личностью и его переживания приобретают личностный характер». Именно признак первичности придает понятию о переживании категориальный смысл, ибо не из каких других реалий оно не может быть выведено.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Ф. Е. Василюком переживание определяется как любое испытываемое субъектом эмоционально окрашенное состояние и явление действительности, непосредственно представленное в его сознании и выступающее для него как событие его собственной жизни (это определение переживания дается в словарях по психологии). В то же время Ф.Е. Василюк применил деятельностный подход в исследовании проблемы переживания и рассматривал переживание как один из режимов сознания и как процесс деятельности по производству смысла в критических ситуациях, ситуациях разрыва смысла бытия; как особую форму активности, позволяющую человеку в критической жизненной ситуации перенести тяжелые события, обрести благодаря переоценке ценностей осмысленность существования. Исследования переживания-деятельности «осуществляются в теориях психологической защиты, психологической компенсации, совладающего поведения...». «Переживание в психологии понимается как непосредственная внутренняя субъективная данность психического явления в отличие от его содержания «модальности».

М. И. Дьяченко и **Л. А. Кандыбович** определяют переживание как осмысленное эмоциональное состояние, вызванное значимым объективным событием или воспоминаниями этого события предшествующей жизни.

Переживания **А.Н. Леонтьев** определял как форму данности психического (в данном случае – эмоционального) явления субъекту. Он отмечал, что то, как я переживаю данный предмет в действительности, определено содержанием моего отношения к этому предмету - содержанием моей деятельности, осуществляющей это отношение. Реальная функция переживаний состоит в том, что они сигнализируют о личностном смысле события.

По **Л.М. Веккеру**, переживание - это непосредственное отражение самим субъектом своих собственных состояний, а не отражение свойств и соотношений внешних эмоциогенных объектов. Последнее есть знание.

По **В.К. Вилюнасу,** переживание есть осознание отношения человека к окружающему миру, которое он выражает через свои эмоции.

А.Ф. Корниенко представляет переживание «как отражение значимости осознаваемого». По его мнению, результатом эмоционального процесса является возникновение в психике образа, но в отличие от когнитивных процессов, содержанием этого образа будет не объективное свойство объекта или явления действительности, а его субъективная значимость.

К.К. Платонов определяет переживание как «атрибут акта сознания, не содержащий образ отражаемого и проявляющийся в форме удовольствия или неудовольствия (страдания), напряжения или разрешения, возбуждения или успокоения». Определение К.К. Платонова содержит вторую сторону

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

понимания категории переживания, а именно как имения, относящегося к категории эмоциональных явлений.

По знаку эмоциональные переживания делятся на ***положительные*** и ***отрицательные,*** т. е. приятные и неприятные.

Можно говорить об эмоциональных переживаниях различной **длительности:** ***мимолетные*** или ***оперативные*** (появляющиеся при однократном воздействии), ***длительные*** или ***текущие*** (продолжающиеся несколько минут, часов и даже дней), ***хронические*** или ***перманентные*** (длящиеся недели и месяцы). Однако такое деление является условным, т.к. эмоциональная реакция (тревожность, страх и др.) при определенных условиях может быть и оперативной, и текущей, и перманентной.

При дифференцировании эмоциональных переживаний по параметру **интенсивности** чаще всего используется линейный подход: на одном конце ряда находятся эмоции ***низкой интенсивности*** (настроение), на другом - эмоции ***высокой интенсивности*** (аффекты). Подобный линейный подход к классификации эмоциональных переживаний осуществил Д. Линдсли.

Ф. Крюгер счел необходимым, помимо интенсивности эмоционального переживания, говорить и о его **глубине**, которая, по его представлениям, существенно отличается от простой интенсивности и ситуативной силы переживания.

Функции переживания

а) *Организационная функция* - благодаря переживанию происходит определенным образом организация бытия и «тогда что-то случается», т.е. осуществляется как событие в жизни человека. В процессе переживания посредством состояний происходит организация психических процессов. Психические состояния в процессе переживания обеспечивают фон психических процессов и влияют на их протекание.

б)*Интегрирующая функция* переживания.

в)*Функция дифференциации* переживания.

г) *Регуляторная функция* переживания.

д) *Интегрирующая функция* переживания.

Как отмечает Я. Рейковский, эмоции выполняют функцию не отражения объективных явлений, а выражения субъективных к ним отношении. Объект или событие может вызвать эмоцию, быть ее поводом, но не может служить образцом для ее анализа и описания. Поэтому данные о том или ином переживании мы можем сравнивать лишь с данными о других эмоциональных переживаниях у одного и того же человека или у других людей, а не с некоторым объективным «эталоном».

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Рефлексивность природы переживания отмечается многими авторами: Г. Гегелем, И Дильтеем, Х.-Г. Гадамером, Ф.Е. Василюком и др. Рефлексивная функция переживания осуществляется в четырех основных аспектах: кооперативном, коммуникативном, личностном и интеллектуальном (С.Ю. Степанов, И.Н. Семенов, 1985). При этом первые два аспекта выделяются в исследованиях коллективных форм деятельности и опосредствующих их процессах общения, а два другие - в индивидуальных формах проявления мышления и сознания.

ТЕМА 3. ТЕОРИИ ЭМОЦИЙ

Эволюционная теория эмоций Ч. Дарвина. «Ассоциативная» теория В. Вундта. «Периферическая» теория У. Джемса – Г. Ланге. Теория У. Кеннона – П. Барда. Психоаналитическая теория эмоций. Биологическая теория эмоций П.К. Анохина. Фрустрационные теории эмоций. Когнитивистские теории эмоций. Информационная теория эмоций П.В. Симонова. Теория дифференциальных эмоций К. Изарда.

ТЕМА 4. ФУНКЦИИ ЭМОЦИЙ В НАУКЕ И ИСКУССТВЕ

Регуляторная (Аристотель, Р. Декарт, И.А. Васильев, В. Вундт, И.Я. Грот, Д. Джеймс, Г. Ланге, Т. Рибо, К.Н. Платонов, Я. Рейковский); сигнально–отражательная (П.К. Анохин, Б.И. Додонов, В.К. Вилюнас, А.Н. Леонтьев); предвосхищающая (А.В. Запорожец, К.К. Платонов, Г.Х. Шингаров, П.В. Симонов, О.К. Тихомиров); энергетическая (П.К. Анохин, А.Ф. Лазурский, П.В. Симонов); побудительная (В.К. Вилюнас, О.В. Дашкевич, А.В. Запорожец, О.К. Тихомиров); оценочно-отражательная (В.К. Вилюнас, Б.И. Додонов, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, П.В. Симонов, О.А. Черникова); смысловая (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, О.К. Тихомиров, И.А. Васильев); функция направления внимания (В.К. Вилюнас, А.Ф. Лазурский, А.Н. Леонтьев, А.Р. Лурия, Ю.А. Макаренко, О.К. Тихомиров, О.А. Черникова).

ЛЕКЦИЯ 3. Функции эмоций в науке и искусстве (2 часа)

План

1. Регуляторная и побудительная функции эмоций.
2. Сигнально-отражательная и оценочно-отражательная функции эмоций.
3. Предвосхищающая и функция направления внимания.
4. Активизирующая (энергетическая) и смысловая функции эмоций.
5. Значение эмоций в науке, искусстве, творчестве.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Основная литература

1. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.

2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.

3. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.

Дополнительная литература:

1. Анохин, П.К. Эмоции / П.К. Анохин // Большая медицинская энциклопедия. Т. 35. – М., 1964. – С. 339.

2. Бреслав, Г. М. О месте эмоциональных процессов в структуре мыслительной деятельности / Г.М. Бреслав // Психологические исследования интеллектуальной деятельности / Под ред. О. К. Тихомирова. – М., 1979. – С. 62–67.

3. Васильев, И.А. Место и роль эмоций в психологической системе / И.А. Васильев // Вестн. Моск. Ун-та. Сер. 14. Психология. – 2008. – №2. – С. 113 – 127.

4. Васильев, И.А. Роль интеллектуальных эмоций в регуляции мыслительной деятельности / И.А. Васильев // Психологический журнал. – 1998. – Т.19. – № 4. – С.49–59.

5. Витт, Н.В. Эмоциональная регуляция в речемыслительных процессах / Н.В. Витт // Психологический журнал. – 1986. – № 3. – С. 52–61.

6. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы и эмоции: Конспект лекций / А.Н. Леонтьев. – М., 1971.

7. Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу. – СПб, 2002. – С. 189–191.

8. Симонов, П.В. Адаптивные функции эмоций / П.В. Симонов // Физиология человека. – 1996. –№ 2. – С. 5–9.

Тихомиров, О.К. Эмоциональная регуляция мыслительной деятельности / О.К. Тихомиров, В.Е. Клочко // Вопросы психологии. – 1980. – № 5. – С. 23 – 31.

Функции эмоций:

- оценка;
- побуждение;
- регуляция деятельности;
- следообразование;
- предвосхищение;

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

- синтезирующая функция;
- активация;
- экспрессивная функция;
- символизирующая;
- переключающая;
- подкрепляющая;
- компенсаторная (замещающая).

Эмоции многими исследователями признаются выполняющими **функцию оценки**. Эмоции являются тем языком, той системой сигналов, посредством которой субъект узнает о значимости происходящего.

Существуют продолжительные и продолжающиеся споры вокруг вопроса о мотивирующей роли эмоций - о выполняемой ими **функции побуждения**. Побуждение как функция эмоций – одно из функциональных проявлений особого эмоционального состояния – аффекта, заключающегося в навязывании субъекту стереотипных действий для адекватного "аварийного" разрешения опасных, травмирующих, чаще всего неожиданно сложившихся наиболее часто встречающихся биологических затруднений. О способности эмоций побуждать действия говорят другие, более специфические их функции. Так, в критических условиях, при неспособности субъекта найти адекватный выход из опасных, травмирующих, чаще всего неожиданно сложившихся ситуаций, развивается особый вид эмоциональных процессов - так называемые аффекты. Одно из функциональных проявлений аффекта заключается в том, что он навязывает субъекту стереотипные действия, представляющие собой определенный закрепившийся в эволюции способ «аварийного» разрешения ситуации: бегство, оцепенение, агрессию и т.п. Известно, что и другие ситуативные эмоции, такие, как возмущение, гордость, обида, ревность, тоже способны «навязать» человеку определенные поступки, причем даже когда они для него нежелательны.

Однако одни и те же стереотипные действия не могут быть одинаково пригодными для всех ситуаций, поэтому аффективные реакции, сложившиеся в эволюции для разрешения наиболее часто встречающихся затруднений, оправдывают себя лишь в типичных биологических условиях. Именно этим объясняется часто наблюдаемая бессмысленность или даже вредность действий, управляемых аффектом. Так, бессмысленными являются усилия птицы, бьющейся в помещении об оконное стекло, но в естественных условиях именно свет означал бы для нее свободу.

Способность эмоций нарушать целенаправленную деятельность легла в основу теорий, подчеркивающих дезорганизационную функцию эмоций (Э.Клапаред, Пьерон). Однако данная характеристика эмоций может быть

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

принята лишь с определенными оговорками. Эмоции прежде всего выполняют **организующую функцию**, создавая некоторую деятельность, отвлекая на нее силы и внимание, что, естественно, может помешать нормальному протеканию проводимой в тот же момент другой деятельности. Организация как функция эмоций – способность эмоций переориентировать основные силы, ресурсы и внимание организма на организацию некоторой деятельности сосредоточивать эти процессы на предметном содержании. Сама по себе эмоция дезорганизующей функции не несет, все зависит от условий, в которых она проявляется. Даже такая грубая биологическая реакция, как аффект, обычно дезорганизующая деятельность человека, при определенных условиях может оказаться полезной, например, когда от серьезной опасности ему приходится спасаться, полагаясь исключительно на физическую силу и выносливость. Это значит, что нарушение деятельности является не прямым, а побочным проявлением эмоций, иначе говоря, что в положении о дезорганизующей функции эмоций столько же правды, сколько, например, в утверждении, что праздничная демонстрация выполняет функцию задержки автотранспорта. Таким образом, дезорганизация как функция эмоций – способность эмоций нарушать нормальное протекание целенаправленной деятельности вследствие отвлечения основных сил и внимания на организацию другой деятельности.

Выше, при обсуждении отношений эмоций к процессам познания, мы познакомились с общим регулирующим влиянием эмоций**,** заключающимся в сосредоточении этих процессов на предметном содержании, имеющем эмоциональную окраску. **Регуляция как функция эмоций** – способность эмоций регулировать действительность. В литературе особо выделяются две взаимодополняющие функции, выполняемые эмоциями по отношению к определенным психическим процессам, т.е. представляющие собой частные случаи общего регулирующего их влияния. Речь идет о влиянии эмоций на накопление и актуализацию индивидуального опыта. Первая функция, обсуждаемая под разными названиями: **закрепления - торможения** (П.К.Анохин), **аффективного следообразования** (А.Н.Леонтьев), **подкрепления** (П.В.Симонов), указывает на способность эмоций оставлять следы в опыте индивида, закрепляя в нем и удавшиеся-неудавшиеся действия и те воздействия, которые их возбудили.

На самом деле процессы следообразования не имели бы смысла, если не было бы возможности использовать их в будущем. В актуализации закрепленного опыта эмоции тоже играют значительную роль, и это подчеркивает следующая из выделяемых функций, поскольку актуализация следов обычно опережает развитие событий, а возникающие при этом эмоции сигнализируют о возможном приятном или неприятном их исходе. Это

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

функция - **предвосхищающая** (Запорожец, Неверович). **Предвосхищение как функция эмоций** – способность эмоций актуализировать закрепленный опыт в будущем, опережая развитие событий сигналом о возможном приятном или неприятном исходе. Поскольку предвосхищение событий существенно сокращает поиск правильного выхода из ситуации, выделяют **эвристическую функцию** (О.К. Тихомиров, 1969). Эта функция позволяет субъекту неожиданно найти решение в трудной ситуации.

Большой теоретический интерес представляет функция эмоций, отчетливо намеченная в работах В.Вундта и выявляющая роль эмоциональных переживаний в становлении и организации субъективного образа. Согласно Вундту, эмоциональный тон ощущений, воспринимаемых одновременно или непосредственно друг за другом, сливается по определенным законам во все более и более общие равнодействующие переживания. Только в силу такого слияния чувств мы воспринимаем не набор пятен или звуков, а пейзаж и мелодию, не множество интроцептивных впечатлений, а свое тело. Таким образом, эмоциональные переживания выступают синтезирующей основой образа, обеспечивающей возможность целостного и структурированного отражения мозаичного разнообразия отдельно действующих раздражителей.

Ярким примером синтеза эмоций, проявляющихся на уровне более сложных когнитивных образований, служат так называемые аффективные комплексы. Экспериментальное исследование которых, начатое К.Г.Юнгом, в отечественной психологии было развито А.Р.Лурия. Эти исследования показали, что совокупность образов, прямо или случайно связанных с ситуацией, породившей сильное эмоциональное переживание, образует в памяти прочный комплекс. Актуализация одного или нескольких элементов данного комплекса влечет, даже против воли человека, немедленное «введение» в сознание других его элементов.

Разностороннее влияние эмоций на тело тоже получило отражение в выделении ряда их функциональных характеристик. Эмоциональные состояния вызывают либо *мобилизацию* органов действия, энергетических ресурсов и защитных процессов организма, либо, в благоприятных ситуациях, его *демобилизацию*, настройку на внутренние процессы и накопление энергии (Кэннон).

Наряду с общей подготовкой организма к действию, отдельные эмоциональные состояния сопровождаются изменениями в пантомимике, мимике звуковыми реакциями. Каково бы ни было изначальное происхождение и назначение этих реакций (Ч. Дарвин), в эволюции они развивались и закреплялись и как средства оповещения об эмоциональном состоянии индивида во внутривидовом и межвидовом общении. С повышением роли

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

общения у высших животных выразительные движения становятся тонко дифференцированным языком, с помощью которого индивиды обмениваются информацией как о своем состоянии, так и о том, что происходит в среде (сигналы опасности, пищи и т. п.). **Экспрессивная** функция эмоции не потеряла своего значения и после того, как в историческом развитии человека сформировалась более совершенная форма обмена информацией - членораздельная речь. Эмоциональная экспрессия усовершенствовалась благодаря тому, что грубые врожденные формы выражения стали дополняться более тонкими нормами, усваиваемыми в онтогенезе. **Экспрессия как функция эмоций** – способность эмоций выступать в качестве тонко дифференцированного языка по обмену информацией во внутри- и межвидовом общении через пантомимику, мимику, звуковые реакции.

ТЕМА 5. ПРИНЦИПЫ ПСИХОЛОГИИ ЭМОЦИЙ. ИХ ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ЭКВИВАЛЕНТ

Принципы детерминизма; рефлекторности; дифференцированности; динамики; адаптивности.

Принципы образования эмоциональных комплексов; взаимодействия компонентов эмоций; эмоциональной коммуникации; взаимодействия систем; эмоционального заражения; облегчения личностного развития и принцип саморегуляции (Ч. Дарвин, К. Изард, Р. Лазарус, О.Г. Маурер, Р. Плутчик, Л.Н. Рожина, С.С. Томкинс, П. Экман).

ЛЕКЦИЯ 4. Принципы психологии эмоций. Их художественный эквивалент (2 часа)

План

1. Принципы детерминизма; рефлекторности; дифференцированности; динамики; адаптивности.
2. Принципы образования эмоциональных комплексов; взаимодействия компонентов эмоций; взаимодействия систем.
3. Эмоциональной коммуникации; эмоционального заражения; облегчения личностного развития; саморегуляции.

Основная литература

1. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
2. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.

Дополнительная литература

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

1. Анохин, П.К. Эмоции / П.К. Анохин // Большая медицинская энциклопедия. Т. 35. – М., 1964. – С. 339.

2. Дарвин, Ч. О выражении эмоций у человека и животных / Ч. Дарвин. – СПб.: Питер, 2001.

3. Рожина, Л.Н. Психология человека в художественных образах / Л.Н. Рожина. – Минск, 1997. – 152 с.

Принцип детерминизма рассматривает причинность не только как совокупность обстоятельств, предшествующих следствию и вызывающих ее, но и как зависимость эмоциональных реакций на отдельные компоненты системы от свойств этого целого.

Принцип рефлекторности: эмоция может возникать в ситуации повторного воздействия раздражителя, некогда вызвавшего определенные чувства.

Принцип дифференцированности: разные эмоции связаны с различными переживательными, двигательными, когнитивными ответами. Мысли и действия человека, восприятием окружающего мира, его экспрессивное поведение различны в зависимости от переживаемой эмоции.

Принцип динамики, текучести, изменяемости эмоциональных состояний характеризует одну из сторон эмоциональной жизни, постоянно наполняемой новыми переживаниями, даже если речь идет о незначительном отрезке времени.

Принцип образования эмоциональных комплексов характеризуется как признание того факта, что различные жизненные ситуации или объекты внешнего мира часто вызывают не одну, а несколько эмоций.

Принцип взаимодействия эмоциональных комплексов: любая эмоция имеет более одного компонента (нервный, выразительный, переживательный).

Принцип эмоциональной коммуникации: мимические комплексы эмоций человека социальны, хотя переживание каждой эмоции совершенно индивидуально.

Принцип взаимодействия систем: деятельность эмоциональной системы влияет на функции гомеостатической системы, системы побуждений, перцептивной, когнитивной и двигательной систем индивида.

Принцип адаптивности: эмоции выполняют адаптивную функцию**.**

Принцип эмоционального заражения.

Принцип облегчения личностного развития.

Принцип саморегуляции.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

ТЕМА 6. КЛАССИФИКАЦИЯ ЭМОЦИЙ

Различные подходы к классификации эмоций (В. Вундт, Р. Декарт, Р. Лазарус, Р. Плутчик, П.В. Симонов, Г. Спенсер, Б. Спиноза, Э. Титченер). Классификация эмоций Б.И. Додонова, В.К. Вилюнаса, Л.В. Куликова. Художественно–психологическое измерение классификации эмоций.

ЛЕКЦИЯ 5. Классификация эмоций (4 часа)

План

1. Классификация эмоций в философских и биологических исследованиях (Аристотель, Б. Спиноза, Р. Декарт, И. Кант, Ч. Дарвин, Г. Спенсер).
2. Различие позиций ученых относительно числа базисных и вторичных эмоций (В. Вундт, Э. Титченер, У. Джемс, Р. Плутчик, Р. Лазарус, К. Изард, Я. Рейковский).
3. Ведущие и ситуативные эмоции; стенические и астенические эмоции; направленные на себя – на других.
4. Ценностные эмоции (классификация Б.И. Додонова).
5. Активационные, тензионные и самосветящиеся эмоции в теории Л.В. Куликова.

Основная литература

1. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.
3. Рейковский, Я. Экспериментальная психология эмоций / Я. Рейковский. – М.: «Прогресс»,1979. – 391 с.

Дополнительная литература:

1. Витт, Н.В. Личностно–эмоциональная опосредованность выражения эмоций / Н.В. Витт // Вопросы психологии. – 1991. – № 1. – С. 95–107.
2. Диагностика эмоционально–нравственного развития / Ред. и сост. И.Б. Дерманова. – СПб.: Изд–во «Речь», 2002. – 176 с.
3. Додонов, Б.И. Эмоция как ценность / Б.И. Додонов. – М.: Политиздат, 1978. – 272 с.
4. Спиноза, Б. Избранные произведения / Б. Спиноза. – Т. 1. – М., 1957.

Классификация эмоций в философских и биологических исследованиях (Аристотель, Б. Спиноза, Р. Декарт, И. Кант, Ч. Дарвин, Г. Спенсер)

Многогранность эмоций, их проявление на различных уровнях отражения и деятельности, сложные отношения с предметным содержанием, способность к слиянию и образованию сочетаний исключают возможность

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

простой линейной их классификации. Эмоции различаются по модальности (качеству), в частности— знаку, по интенсивности, продолжительности, глубине, осознанности, генетическому происхождению, сложности, условиям возникновения, выполняемым функциям, воздействию на организм (стенические-астенические), форме своего развития, по уровням проявления в строении психического (высшие-низшие), по психическим процессам, с которыми они связаны, потребностям (инстинктам), по предметному содержанию и направленности, например, на себя и других, на прошлое, настоящее и будущее, по особенностям их выражения, нервному субстрату и др. Существующие классификационные схемы различаются соотношением своей теоретической и эмпирической обоснованности, и от этого прежде всего зависит возможность их принятия и оценки. Эмпирические классификационные схемы иногда не имеют единого основания, заменяя его перечислением специфических отличий выделяемых классов или состояний.

С недостаточно четким различением «внутренних» и «внешних» оснований для классификации эмоций связано, пожалуй, больше всего затруднений и недоразумений в истории этой проблемы.

Аристотель. Вопрос о количестве и видах эмоциональных реакций обсуждается давно. Еще Аристотель выделял любовь и ненависть, желание и отвращение, надежду и отчаяние, робость и смелость, радость и печаль, гнев.

Представители древнегреческой философской школы стоицизма утверждали, что эмоции, имея в своем основании два блага и два зла, должны подразделяться на четыре основные страсти: желание и радость, печаль и страх. Далее они подразделяли их на 32 второстепенные страсти.

Б. Спиноза считал, что существует столько видов удовольствия, неудовольствия и желания, сколько имеется видов тех объектов, со стороны которых мы подвергаемся аффектам.

Итак, мы видим, что душа может претерпевать большие изменения и переходить то к большему совершенству, то к меньшему, и эти пассивные состояния объясняют нам, что такое аффекты удовольствия и неудовольствия. «Под *удовольствием* (радостью), следовательно, я буду разуметь в дальнейшем *такое пассивное состояние, через которое душа переходит к. большему совершенству,* под *неудовольствием* (печалью) *же такое, через которое она переходит к меньшему совершенству.* Далее, *аффект удовольствия, относящийся -вместе и к душе и к телу, я* называю *приятностью или веселостью; такой же аффект неудовольствия — болью или меланхолией».* Но должно заметить, что приятность и боль относятся к человеку тогда, когда аффекту подвергается одна его часть преимущественно перед другими; веселость же и меланхолия — тогда, когда подвергаются аффекту все части

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

одинаково. «*Кроме этих трех я не признаю никаких других основных аффектов* и покажу далее, что остальные аффекты берут свое начало от этих трех».

Из этого мы ясно можем понять, что такое любовь и что такое ненависть. А именно *любовь* есть не что иное, как *удовольствие (радость), сопровождаемое идеей внешней причины,* а *ненависть* — не что иное, как *неудовольствие (печаль), сопровождаемое идеей внешней причины.*

Р. Декарт признавал шесть главных страстей: удивление, любовь, ненависть, желание, радость и печаль. Как видим, отделение мотивационных образований (желаний) от чувств и эмоций в этих представлениях отсутствует, как и разделение чувств и эмоций.

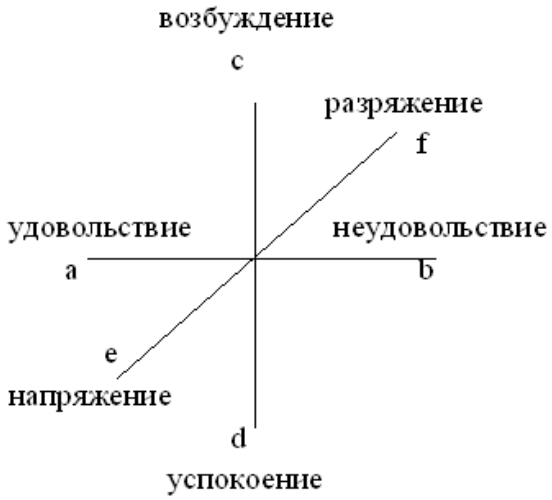
Кант И. сводил все эмоции к двум группам, в основе которых лежала причина возникновения эмоций: эмоции сенсуальные и интеллектуальные. При этом аффекты и страсти он относил к волевой сфере.

Г. Спенсер предлагал разделять чувства по признаку их возникновения и воспроизведения на четыре класса. К первому он отнес презентативные чувства (ощущения), возникающие непосредственно при действии внешних раздражителей. Ко второму классу – презентативно-репрезентативные, или простые, эмоции, например страх. К третьему классу он отнес репрезентативные эмоции, вызываемые поэзией как раздражителем, не имеющим конкретного предметного воплощения. Наконец, к четвертому классу Спенсер отнес высшие, отвлеченные, эмоции, образующиеся без помощи внешнего раздражителя абстрактным путем (например, чувство справедливости).

Различие позиций ученых относительно числа базисных и вторичных эмоций (В. Вундт, Э. Титченер, У. Джемс, Р. Плутчик, Р. Лазарус, К. Изард, Я. Рейковский).

В. Вундт считал, что число эмоций (точнее было бы сказать - оттенков эмоционального тона ощущений) настолько велико (значительно больше 50 000), что язык не располагает достаточным количеством слов для их обозначения. В.Вундт выделял три простых чувства и всю систему чувств определял как многообразие трех измерений: удовольствие-неудовольствие, возбуждение-успокоение, напряжение-разряжение.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ



Чувства, располагающиеся по одной прямой, исключают друг друга и одновременно существовать не могут. Чувства, расположенные на отрезках от пересечения осей, могут существовать с двумя другими измерениями, к которым они сами не принадлежат.

Противоположную позицию занимал американский психолог **Э. Титченер** (Titchener, 1899). Он полагал, что существует только два вида эмоционального тона ощущений: удовольствие и неудовольствие. По его мнению, В. Вундт смешивал два различных явления: чувства и чувствование. Чувствование, по представлению Титченера, это сложный процесс, состоящий из ощущения и чувства удовольствия или неудовольствия (в современном понимании - эмоционального тона). Видимость существования большого количества эмоций (чувств), по мнению Титченера, создается тем, что эмоциональный тон может сопровождать неисчислимые комбинации ощущений, образуя соответствующее число чувствований.

У. Джемс, исходя из своего понимания механизма возникновения эмоций, видел причину разнообразия эмоциональных реакций в бесчисленности рефлекторных актов, возникающих под влиянием внешних объектов и немедленно осознаваемых нами. Поскольку в рефлекторном акте нет ничего неизменного, абсолютного, и рефлекторные действия могут варьировать до бесконечности, то варьируют до бесконечности и психические отражения этих физиологических изменений, т. е. эмоции.

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

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

бывают связаны значительно менее сильные телесные возбуждения. Объекты эмоций можно описывать без конца.

Р. Плутчиквыделяет восемь базисных эмоций, деля их на четыре пары, каждая из которых связана с определенным действием:

1) разрушение (гнев) - защита (страх);
2) принятие (одобрение) - отвержение (отвращение);
3) воспроизведение (радость) - лишение (уныние);
4) исследование (ожидание) - ориентация (удивление).

Плутчик (Plutchik, 1962, 1980) рассмотрел эмоции как средство адаптации, игравшее важную роль в выживании на всех эволюционных уровнях. Ниже приводятся базовые прототипы адаптивного поведения и соответствующие им эмоции (аф-фективно-когнитивные структуры).

Плутчик определяет эмоцию как комплексную соматическую реакцию, сопряженную с конкретным адаптивным биологическим процессом, общим для всех живых организмов. Первичная эмоция по Плутчику, ограничена во времени и инициируется внешним стимулом. Каждой первичной эмоции и каждой вторичной эмоции (под которой подразумевается комбинация двух или нескольких первичных эмоций) соответствует определенный физиологический и экспрессивно-поведенческий комплекс. По мнению Плутчика (1954), постоянная блокировка адекватных моторных реакций в конфликтных или фрустрирующих ситуациях вызывает хроническое напряжение в мышцах, которое может служить показателем плохой адаптации, он приводит ряд экспериментальных данных в подтверждение этого тезиса.

Р. Лазарус выделил базовые эмоции со знаком «+» (счастье, гордость, облегчение, любовь, надежда, сострадание) и со знаком «-» (гнев, беспокойство, испуг, стыд, печаль, зависть, ревность, отвращение).

В его когнитивно-мотивационной теории эмоций положительные и отрицательные эмоции формируются посредством двух когнитивных медиаторов – первичных и вторичных оценок. Первичная оценка – оценка сигналов от окружающей среды, выраженности угрозы, вторичная оценка – оценка действий человека и его ресурсов, необходимых, чтобы справиться с ситуацией и ее последствиями.

К. Изард называет 10 основных эмоций: гнев, презрение, отвращение, дистресс (горе-страдание), страх, вину, интерес, радость, стыд, удивление.

С его точки зрения, базовые эмоции должны обладать следующими обязательными характеристиками:

1) имеют отчетливые и специфические нервные субстраты;

2) проявляются при помощи выразительной и специфической конфигурации мышечных движений лица (мимики);

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

3) влекут за собой отчетливое и специфическое переживание, которое осознается человеком;

4) возникли в результате эволюционно-биологических процессов;

5) оказывают организующее и мотивирующее влияние на человека, служат его адаптации.

Теория дифференциальных эмоций названа так оттого, что объектом ее изучения являются частные эмоции, каждая из которых рассматривается отдельно от других, как самостоятельный переживательно-мотивационный процесс, влияющий на когнитивную сферу и на поведение человека. В основе теории лежат пять ключевых тезисов: 1) десять фундаментальных эмоций образуют основную мотивационную систему человеческого существования; 2) каждая фундаментальная эмоция обладает уникальными мотивационными и подразумевает специфическую форму переживания; 3) фундаментальные эмоции, такие как радость, печаль, гнев или стыд, переживаются по-разному и по-разному влияют на когнитивную сферу и на поведение человека; 4) эмоциональные процессы взаимодействуют с драйвами, с гомеостатическими, перцептивными, когнитивными и моторными процессами и оказывают на них влияние; 5) в свою очередь, драйвы, гомеостатические, перцептивно-когнитивные и моторные процессы влияют на протекание эмоционального процесса.

Ведущие и ситуативные эмоции; стенические и астенические эмоции; направленные на себя – на других.

В. К. Вилюнас делит эмоции на две фундаментальные группы: ***ведущие и ситуативные*** (производные от первых).

Первую группу составляют переживания, порождаемые специфическими механизмами потребностей и окрашивающие *непосредственно* относящиеся к ним предметы. Эти переживания возникают обычно при обострении некоторой потребности и отражении отвечающего ей предмета. Они предшествуют соответствующей деятельности, побуждают к ней и отвечают за общую ее направленность. Они в значительной степени определяют направленность других эмоций, поэтому они и названы автором ведущими.

Ко второй группе относятся ситуативные эмоциональные явления, порождаемые универсальными механизмами мотивации и направленные на обстоятельства, *опосредующие* удовлетворение потребностей. Они возникают уже при наличии ведущей эмоции, т. е. в процессе деятельности (внутренней или внешней), и выражают мотивационную значимость условий, благоприятствующих ее осуществлению или затрудняющих его (страх, гнев), конкретных достижений в ней (радость, огорчение), сложившихся или возможных ситуаций и др. Производные эмоции объединяет их

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

обусловленность ситуацией и деятельностью субъекта, зависимость от ведущих эмоциональных явлений.

Если ведущие переживания открывают субъекту значимость самого предмета потребности, то производными эмоциями эта же функция выполняется по отношению к ситуации, условиям удовлетворения потребности. В производных эмоциях потребность как бы объективируется вторично и уже более широко - по отношению к условиям, окружающим ее предмет.

Анализируя ситуативные эмоции у человека, Вилюнас выделяет класс эмоций успеха-неуспеха с тремя подгруппами:

1) констатируемый успех-неуспех;
2) предвосхищающий успех-неуспех;
3) обобщенный успех-неуспех.

Эмоции, констатирующие успех-неуспех, отвечают *за смену стратегий поведения;* обобщенная эмоция успеха-неуспеха возникает в результате оценки деятельности в целом; предвосхищающие эмоции успеха-неуспеха формируются на основе констатирующих в результате ассоциации их с деталями ситуации. При повторном возникновении ситуации эти эмоции позволяют предвосхищать события и побуждают человека действовать в определенном направлении.

Эмоции направленные на себя – на других

Для классификации более пригодным основанием является не время, а объективное обстоятельство, в связи с которым возникает чувство. В этом смысле заслуживает внимания классификация Курта Шнайдера. Как справедливо отмечает Шнайдер, всякая эмоция непременно касается чего-то, имея характер реакции. Это нечто может быть трех видов: состояние, сам субъект или некто другой. Отсюда три вида эмоций:

А. Эмоции состояния:

а) приятные — радость, удовольствие, веселье, счастье, спокойствие, уверенность, довольство;

б) неприятные — печаль, тоска, страх, апатия, грусть, огорчение, беспомощность, ностальгия по Родине, отчаяние, тревога, содрогание, обида, гнев, злость, зависть, ревность, недовольство, пустота.

Б. Эмоции, направленные на себя:

а) приятные — сила, гордость, самолюбование, защита собственного достоинства, упрямство, чувство собственного превосходства;

б) неприятные — смущение, чувство вины, сожаление, стыд, сдержанность, скромность.

В. Эмоции, направленные на других:

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

а) приятные — любовь, симпатия, доверие, сочувствие, уважение, интерес, одобрение, благодарность, благорасположение, преклонение, восторг;

б) неприятные — ненависть, отвращение, недоверие, игнорирование, вражда, унижение, недовольство, возмущение.

Кроме этих чувств, существуют эмоциональные переживания, включающие в себя как приятные, так и неприятные элементы: например, грусть, отказ и др.

Стенические и астенические эмоции

По тому влиянию, которое оказывают эмоции на жизненные процессы в организме и на деятельность человека, различают активные, или стенические, и пассивные, или астенические эмоции.

Стенические эмоции повышают жизнедеятельность организма; астенические эмоции, наоборот, угнетают и подавляют все жизненные процессы в организме.

Примером стенических эмоций может быть чувство радости. У человека, испытывающего радость, происходит значительное расширение мелких кровеносных сосудов, в связи с чем улучшается и усиливается питание всех жизненно важных органов, особенно мозга. Такой человек не чувствует утомления, наоборот, испытывает сильную потребность в действиях и движениях. В состоянии радости человек обычно много жестикулирует, прыгает, пляшет, бьет в ладоши, издает радостные крики, громко смеется, совершает другие быстрые и энергичные движения. Повышенная двигательная активность связана у него с ощущением силы, он чувствует себя легко, бодро. Приток крови к мозгу облегчает его умственную и физическую деятельность: он много и оживленно говорит, быстро соображает, продуктивно работает, в его сознании возникают оригинальные мысли и яркие образы. Усиливается приток крови и к периферическим органам — кожа краснеет, становится гладкой и блестящей, повышается температура тела, глаза блестят, лицо становится оживленным, сияющим: одновременно повышается деятельность органов внешней секреции — на глазах появляются слезы, во рту увеличивается выделение слюны. Значительно улучшается деятельность органов питания: систематически испытывающий чувство радости человек полнеет, становится упитанным, приобретает энергичный, юный, цветущий вид.

Примером астенической эмоции может быть противоположное радости чувство печали. В состоянии печали, благодаря деятельности вазомоторного аппарата, кровеносные сосуды сокращаются и возникает известная анемия кожи, внутренних органов и, главное, мозга. Лицо становится бледным, удлиняется, вытягивается, теряет свою полноту, приобретает резко выраженные

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

заостренные черты, снижается температура кожи, появляется ощущение холода и даже озноба. В связи с замедлением кровообращения возникает затрудненное дыхание, одышка. Пониженное питание мозга вызывает снижение деятельности произвольного двигательного аппарата: движения становятся медленными, вялыми, совершаются с трудом и неохотно, вследствие чего уменьшается продуктивность работы; походка становится медленной, человек не идет, а как бы «плетется». Резко снижается мышечный тонус: человек чувствует себя вялым, расслабленным, спина у него согнута, голова и руки опущены, нижняя челюсть иногда отвисает; голос становится слабым, беззвучным; появляется чувство сильной усталости, невозможности удержаться на ногах, стремление обо что-нибудь опереться. Анемия мозга приводит к снижению умственной работоспособности, мышление становится вялым, заторможенным («неподвижным»), человек испытывает сильное нерасположение к умственной деятельности. Длительное, систематическое чувство печали приводит к снижению всех жизненных процессов в организме, к нарушению питания внутренних органов и кожи: человек худеет, кожа его сморщивается, волосы быстро седеют, он выглядит не по возрасту рано постаревшим.

Ценностные эмоции (классификация Б.И. Додонова).

И. Додонов предложил свою классификацию эмоций, притом не для всех, а только для тех из них, в которых человек чаще всего испытывает потребность и которые приобретают непосредственную ценность самому процессу его деятельности, приобретающей благодаря этому качество интересной работы или учебы, «сладостных» мечтаний, отрадных воспоминаний и т. д. По этой причине в его классификацию вошла грусть (так как есть люди, любящие слегка погрустить) и не вошла зависть (так как даже о завистниках нельзя сказать, что им нравится завидовать). Таким образом, предложенная Додоновым классификация касается только «ценных», по его терминологии, эмоций. По существу,,основой этой классификации являются потребности и цели, т. е. мотивы, которым служат те или иные эмоции. Нельзя не отметить, что в разряд «эмоционального инструментария», т. е. признаков выделения данной группы эмоций, у автора нередко попадают желания и стремления, что создает путаницу.

1. Альтруистические эмоции.

Эти переживания возникают на основе *потребности в содействии,* помощи, покровительстве *другим людям.*

2. Коммуникативные эмоции.

Эти эмоции возникают на основе *потребности в общении.*

3. Глорические эмоции (от лат. *gloria* — слава).

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Эти эмоции связаны с *потребностью в самоутверждении,* в славе.

4. Праксические эмоции.

Термин “праксические чувства” введен в употребление П. М. Якобсоном, предложившим назвать так переживания, “вызываемые деятельностью, изменением ее в ходе работы, успешностью или неуспешностью ее, трудностями ее осуществления и завершения” .

5. Пугнические эмоции (от лат. *pugna* — борьба).

Эмоции происходят от *потребности в преодолении опасности,* на основе которой позднее возникает *интерес к борьбе.*

6. Романтические эмоции.

В работе Б.И. Додонова под романтизмом понимается стремление ко всему необычайному, необыкновенному, таинственному.

7. Гностические эмоции.

Гностические (от греч, *gnosis* — знание) эмоции издавна описываются в учебниках психологии под рубрикой интеллектуальных чувств.

8. Эстетические эмоции.

Эстетическая эмоция есть отражение потребности человека в гармонии с окружающим, которая представляет собой “соответствие, совпадение мер человека и мер предметов”. Соответствие это отражается в чувстве красоты.

9. Гедонистические эмоции.

К указанной категории мы относим *эмоции, связанные с удовлетворением потребности в телесном и душевном комфорте.*

10. Акизитивные эмоции (от франц. *acquisition* — приобретение).

Эти эмоции возникают в связи с *интересом к накоплению,* “коллекционированию” вещей, выходящему за пределы практической нужды в них.

Активационные, тензионные и самооценочные эмоции в теории Л.В. Куликова.

Л. В. Куликов делит эмоции («чувства») на *активационные,* к которым относят бодрость, радость, азарт, *тензионные* (эмоции напряжения) - гнев, страх, тревога, и *самооценочные* - печаль, вина, стыд, растерянность.

Очевидно, что речь может идти не о какой-то *всеобъемлющей единой классификации* эмоциональных явлений, а об их *классификациях,* каждая из которых подчеркивает какой-нибудь признак, по которому эти явления объединяются в группы и в то же время отделяются от других групп. Такими признаками могут быть механизмы появления, причины, вызывающие эмоциональные реакции, знак переживаний, их интенсивность и устойчивость, влияние эмоций на поведение и деятельность человека.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

ТЕМА 7. ЭКСПРЕССИВНЫЙ КОМПОНЕНТ ЭМОЦИЙ

Мимические средства экспрессии (А.А. Бодалев, К. Изард, В.А. Лабунская, Л.Н. Рожина, П. Экман). Психомоторные средства экспрессии (выразительные движения) (Т.В. Курбатова, Л.Н. Рожина, К.Д. Шафранская). Звуковые и речевые средства экспрессии (Е.Ф. Бажин, Н.В. Витт, А.А. Леонтьев, А.Е. Ольшанникова, Л.Н. Рожина). Возможности многостороннего вербального описания экспрессивного компонента эмоций, их отражение в литературе, музыке и изобразительном искусстве (Р. Вакенродер, Б. Бейнер, Р. Лазарус, П. Фресс).

ЛЕКЦИЯ 6. Экспрессивный компонент эмоций (2 часа)

План

1. Мимические средства экспрессии (лицо человека, глаза, веки, взгляд, улыбка, брови, нижняя часть лица, щеки, подбородок).Мимические признаки базовых и вторичных эмоций.
2. Психомоторные средства экспрессии: жесты, походка, телодвижения, поза, эмоциональные действия.
3. Звуковые и речевые средства экспрессии: богатство интонационных оттенков, логические ударения, звучность голоса, темп речи, лексические особенности, свободное и точное выражение мыслей и эмоций. Взаимодействие разных видов информации об эмоциях в системе речевого общения.

Основная литература

1. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
2. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.

Дополнительная литература

1. Рожина, Л.Н. Использование литературных произведений в курсе общей психологии: Метод. пособие / Л.Н. Рожина. – Минск: Изд–во МГПИ, 1984. – 96 с.
2. Рожина, Л.Н. Психологический анализ в литературном произведении / Л.Н. Рожина. – Минск: МГПИ, 1991. – Ч.2. – 46 с.
3. Рожина, Л.Н. Психология человека в художественных образах / Л.Н. Рожина. – Минск, 1997. – 152 с.

Внимание к проблеме экспрессии связано с особой ролью выразительных движений в коммуникативном процессе. Через выразительные движения раскрывается внутренний мир человека, потому что именно экспрессия

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

является одним из основных источников информации о психических, в том числе и эмоциональных, состояниях и свойствах человека.

Термин ***«экспрессия»*** переводится на русский язык как выразительность, яркое проявление чувств, настроений. Экспрессия толкуется также как предъявление вовне (другому человеку, группе лиц) скрытых для непосредственного наблюдения психологических особенностей личности, эмоций человека. Экспрессивность означает степень выраженности того или иного чувства, настроения, состояния, отношения и т. д.

Мимические средства экспрессии.

Наибольшей способностью выражать различные эмоциональные оттенки обладает лицо человека.

Я. Рейковский отмечает, что на формирование мимического выражения эмоций оказывают влияние три фактора:

1. врожденные видотипичные мимические схемы, соответствующие определенным эмоциональным состояниям;

2. приобретенные, заученные, социализированные способы проявления эмоций, произвольно контролируемые;

3. индивидуальные экспрессивные особенности, придающие видовым и социальным формам мимического выражения специфические черты, свойственные только данному индивиду.

Мимические средства экспрессии изучались А. А. Бодалевым, К. Изардом, В. А. Лабунской, П. Экманом и др.

П. Экман и К. Изард описали мимические признаки первичных, или базовых, эмоций (радость, горе, отвращение-презрение, удивление, гнев, страх) и выделили три автономные зоны лица: область лба и бровей, область глаз (глаза, веки, основание носа) и нижняя часть лица (нос, щеки, рот, челюсти, подбородок). Проведенные исследования позволили разработать своеобразные «формулы» мимических выражений, фиксирующих характерные изменения в каждой из трех зон лица, а также сконструировать фотоэталоны мимических выражений ряда эмоций.

Рассмотрим различные средства экспрессии, ссылаясь на работы Л.Н. Рожиной.

Выражение лица может быть *дерзким и грубым; гордым и суровым; являть смесь смелости и робости; доброты, лени и беспечности*. Лицо может дышать дерзкой надменностью; иметь отпечаток постоянного неудовольствия. Черты лица могут выражать *искренность чувств и твердость; доверчивость, добродушие и кротость; благородство; честность; угрюмое упрямство; невозмутимое спокойствие; терпеливое недоумение и постоянную кротость смирения.*

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Термины, содержащие личностные характеристики персонажей: *«...его лицо выражало какую-то тупую, болезненную заботливость; лицо его ...горело смелой удалью и твердой решимостью; ...борода до половины закрывала, его суровое и мужественное лицо; ...все его лицо изобличало человека впечатлительного и страстного; лицо, выражавшее самоуверенность и торжество успеха; лицо его, румяное, свежее, нахальное; все черты его лица выражали своенравную страсть и беззаботную удаль; лицо его выражало застенчивость, добродушие и кроткое смирение»* (И.С. Тургенев).

Особую группу составляют так называемые оценочные термины, включающие описание лица с точки зрения его соответствия или несоответствия эстетическому идеалу, общепринятому эталону или характеризующее эмоциональное отношение, возникающее у воспринимающего. Использование ***метафор*** позволяет отметить в характере персонажа новые качества и свойства. Наиболее часто проявляемыми мимическими паттернами являются улыбка (при удовольствии) и «кислая мина» (при отвращении).

Функции описания улыбок многообразны. **Улыбка** может выступать как средство невербального общения, выявляя отношения между субъектами общения, их воздействие друг на друга, возникающие в процессе общения чувства. Значительную группу составляют понятия, содержащие личностные, эмоциональные характеристики, проявляющиеся в улыбке.

Самое существенное средство изображения невербального общения, в котором раскрывается внутренний мир человека, его личностные качества, сложность характера – описание **взглядов**. Многосмысловость и эмоциональная напряженность придают описаниям взглядов разнообразное эмоциональное содержание. Еще более широк словарь описания **глаз**, в которых мы можем прочитать самые разнообразные, нередко противоречивые чувства, их переходы, изменения. Выражение глаз может содержать своеобразную характеристику личностных особенностей.

Психомоторные средства экспрессии (выразительные движения).

Духовный облик персонажей, переживаемые ими чувства, отношение к другим и к самому себе мы можем узнать по таким элементам внешней экспрессии, как **жест, телодвижение, походка, поза**.

В определенных ситуациях, описывая жест или позу, движение или походку автор сам раскрывает психологический смысл данного описания: *«Он поправил волосы жестом беспредельной усталости», «тревога и ожидание сквозили в каждом его движении»; «во всех движениях Егора замечалась какая-то скромная важность»; «в движениях девушки было что-то очаровательное, повелительное, ласкающее и насмешливое»; «каждое*

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

движение его было налито твердой уверенностью, зрелой силой»; «...было что-то трогательно беспомощное в ее робкой неподвижности» (И. Тургенев).

Походка может быть сигналом разнообразных психических состояний, например, тревоги, безысходности. Походка человека может служить своеобразным «проявителем» присущих ему свойств и качеств

Помимо жестикуляции при сильно выраженных эмоциях наблюдаются целостные двигательные акты - **эмоциональные действия**. К ним относятся подпрыгивания при радости и сильном переживании за кого-то, обнимание, поглаживание и целование того, к кому человек испытывает нежные чувства или чувство благодарности, закрывание лица руками при неожиданной радости, плаче или испытываемом стыде. Очевидно, что эти психомоторные средства используются для разрядки возникающего эмоционального напряжения, на что указывал еще Ч. Дарвин. Многие выразительные движения также используются для того, чтобы показать свое отношение, чувства к тому или иному человеку или животному, выразить свою эмоциональную оценку происходящего.

Звуковые и речевые средства экспрессии.

Важнейшей формой выражения эмоций у человека является речь. Эмоции могут быть выражены словами посредством коротких восклицаний («Как это страшно!», «Где же оно, черт возьми!» и т. п.) и более развернутых высказываний (признание в любви, выражение своих жалоб и обид, изумления, восторга и т. п.). Эмоции можно выразить также письменно, например, в форме записей в дневнике, стихов, писем.

Слова выполняют двойную функцию: они обозначают и выражают, иначе говоря, имеют предметный и аффективный характер (Thonless, 1950, с. 507). Слова с одним и тем же предметным содержанием могут передавать различные эмоции (например, «лицо» — «личико» — «морда»). Язык ученых и дипломатов, как правило, эмоционально сдержан, тогда как язык репортеров сенсационных газет, критиков, напротив, изобилует эмоционально насыщенными словами.

Выражение эмоций при помощи слов может принять две различные формы. Так, оно может проявляться в эмоциональной окраске речи. В этом случае речь пестрит выражениями, оборотами, фразами, имеющими так называемую эмоциональную нагрузку. Под ***эмоциональной нагрузкой*** понимаются те свойства слов, благодаря которым они выражают и вызывают эмоции. Эти слова могут быть высказаны как под влиянием переживаемых эмоций, так и с целью вызвать эмоции у других или у себя. Такими словами умело пользуются журналисты, поэты, драматурги.

Словесное выражение эмоций может представлять собой также описание эмоций как таковых. Так, человек, желающий выразить свое эмоциональное

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

состояние или сообщить о нем другому, может сделать это просто посредством тщательного описания своих переживаний. Такое подробное описание представляет собой самую непосредственную и распространенную форму передачи эмоций, особенно часто используемую в литературе. Из звуковых средств экспрессии наиболее характерными являются смех и плач.

ТЕМА 8. ВОСПРИЯТИЕ И ПОНИМАНИЕ ЭМОЦИЙ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ

Эмоциональный интеллект как способность распознавать собственные эмоции, владеть ими и понимать эмоции других людей (И.Н. Андреева, Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Д. Карузо, Д.В. Люсин, Дж. Майер, П. Сэловей). Эмоциональная память как способность запоминать и воспроизводить эмоции и чувства (П.П. Блонский, Е.А. Громова, У. Джемс, О.А. Черникова). Эмоциональный слух как способность опознавать эмоции по речи и пению (Е.П. Гусева, И.А. Левочкина, В.П. Морозов, Е.Е. Пономаренков, И.В. Тихомирова). Роль аффективно–когнитивных структур в опознании эмоций. Идентификации эмоций по мимике и пантомимике, речи (Е.Ф. Бажин, К. Изард, В.А. Лабунская, Л.Н. Рожина, С.Л. Рубинштейн, П. Экман). Вербальные эталоны восприятия экспрессии различных эмоций (А.А. Бодалев, В.А. Лабунская, Л.Н. Рожина).

ТЕМА 9. ХАРАКТЕРИСТИКА РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РЕАГИРОВАНИЯ В НАУКЕ И ИСКУССТВЕ

Предметность, качество, интенсивность, длительность протекания, знак, реактивность, степень произвольного контроля эмоционального реагирования. Виды и уровни эмоционального реагирования. Многокомпонентность эмоций (В.К. Вилюнас, К. Изард, В.М. Смирнов, С.Л. Рубинштейн, А.И. Трохачев, Е.Д. Хомская). Психофизиологические компоненты эмоций (У.Джемс, Л.Я. Дорфман, Р. Лазарус, Д. Лайкен, Г. Ланге, Р. Левинсон, А.К. Попов, Н.М. Трунова).

ЛЕКЦИЯ 7. Характеристика различных видов эмоционального реагирования в науке и искусстве (4 часа)

План

1. Эмоциональное реагирование и его характеристики, их представленность в художественных текстах.
2. Виды и уровни эмоционального реагирования в науке и художественных описаниях.
3. Многокомпонентность эмоций.
4. Психофизиологические компоненты эмоций.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

5. Эмоциональный тон ощущений.

Основная литература

1. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.
2. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.

Эмоциональное реагирование и его характеристики, их представленность в художественных текстах.

Эмоция обычно понимается как переживание, душевное волнение. Еще в первой половине XX века говорили об аффектах как эмоциональных реакциях, направленных на разрядку возникшего эмоционального возбуждения. Например, С. Л. Рубинштейн (1957) использовал термины «эмоциональные» и «аффективные» как равнозначные: *«...трехчленное деление психических явлений на интеллектуальные, эмоциональные и волевые* не может быть удержано. Первичным, основным является *двухчленное деление психических процессов на интеллектуальные и аффективные...»* (с. 259).

Характеристики эмоционального реагирования. Эмоциональное реагирование характеризуется:

1. *знаком* (положительные или отрицательные переживания);
2. *влиянием на поведение и деятельность* (стимулирующее или тормозящее);
3. *интенсивностью* (глубина переживаний и величина физиологических сдвигов);
4. *длительностью протекания* (кратковременные или длительные);
5. *предметностью* (степень осознанности и связи с конкретным объектом).

Виды и уровни эмоционального реагирования в науке и художественных описаниях.

Уровни эмоционального реагирования по С. Л. Рубинштейну

С. Л. Рубинштейн в многообразных проявлениях эмоциональной сферы личности выделяет три уровня (ступени развития):

1. уровень *органической аффективно-эмоциональной чувствительности.* Он связан с физическими чувствованиями удовольствия - неудовольствия, которые обусловлены органическими потребностями. Они могут быть, по Рубинштейну, как специализированными, местного характера, отражая в качестве эмоциональной окраски или тона отдельное ощущение, так и более общего, разлитого характера, отражая более или менее общее самочувствие человека, не связанное в сознании с конкретным предметом (беспредметные тоска, тревога или радость).

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

2. более высокий уровень эмоциональных проявлений, по Рубинштейну, составляют *предметные чувства* (эмоции). На смену беспредметной тревоги приходит страх перед чем-нибудь. Человек осознает причину эмоционального переживания. Опредмеченность чувств находит свое высшее выражение в том, что сами чувства дифференцируются, в зависимости от предметной сферы, к которой относятся, на интеллектуальные, эстетические и моральные. С этим уровнем связано восхищение одним предметом и отвращение к другому, любовь или ненависть к определенному лицу, возмущение каким-либо человеком или событием и т. п.

3. уровень связан с более обобщенными чувствами, аналогичными по уровню обобщенности отвлеченному мышлению. Это чувство юмора, иронии, чувство возвышенного, трагического и т. п. Они тоже могут иногда выступать как более или менее частные состояния, приуроченные к определенному случаю, однако чаще всего они выражают общие устойчивые мировоззренческие установки личности. Рубинштейн *называет их мировоззренческими чувствами.*

Виды эмоционального реагирования

До сих пор имеются большие трудности в выделении разных видов эмоционального реагирования. **В.К. Вилюнас** отмечает, что можно выделить два основных подхода во взглядах на эмоциональное реагирование. В одном случае оно не является чем-то специфичным и, сопутствуя всякому психическому процессу, выполняет универсальную роль. В другом случае эмоциональное реагирование рассматривается как самостоятельный феномен, частный механизм реагирования и регуляции, означающий, что в нормальном протекании существования животного и человека произошли какие-то отклонения. С учетом приведенных выше характеристик эмоциональных реакций в отечественной психологии традиционно выделяют **следующие их классы: *эмоциональный тон ощущений, эмоции (включая аффекты), настроения.***

Эмоциональные реакции (гнев, радость, тоска, страх) подразделяются на **эмоциональный отклик, эмоциональную вспышку и эмоциональный взрыв** (аффект). *Эмоциональный отклик* является, по мнению авторов, самым динамичным и постоянным явлением эмоциональной жизни человека, отражая быстрые и неглубокие переключения в системах отношений человека к рутинным изменениям ситуаций обыденной жизни. Интенсивность и продолжительность эмоционального отклика не велики, и он не способен существенно изменить эмоциональное состояние человека.

Более выраженной интенсивностью, напряженностью и продолжительностью переживания характеризуется *эмоциональная вспышка,*

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

которая способна изменить эмоциональное состояние, но не связана с утратой самообладания. *Эмоциональный взрыв* характеризуется бурно развивающейся эмоциональной реакцией большой интенсивности с ослаблением волевого контроля над поведением и облегченным переходом в действие. Это кратковременное явление, после которого наступает упадок сил или даже полное безразличие, сонливость.

Многокомпонентность эмоций.

Еще П. Жане (Janet, 1928) писал о том, что эмоция не сводится к внутреннему переживанию или к физиологическим нарушениям. Эмоция - это реакция всей личности (включая и организм) на те ситуации, к которым она не может адаптироваться, это поведение. Конечно, сведение эмоции к поведению не оправдано. Но в принципе, Жане прав. О том же пишет и К. Изард: поскольку влияние любой эмоции генерализовано, то физиологические системы и органы в большей или меньшей степени задействованы в эмоции. **Таким образом, эмоция в своем проявлении многокомпонентна.**

1. Импрессивный компонент эмоционального реагирования
2. Физиологический компонент эмоционального реагирования
3. Экспрессивный компонент эмоционального реагирования

Психофизиологические компоненты эмоций

Эмоциональное реагирование человека представляет сложную реакцию, в которой задействованы разные системы организма и личности. **Психофизиологическое состояние -** *целостная реакция человека на внешние и внутренние стимулы, направленная на достижение полезного результата. О*пределение психофизиологического состояния предполагает, что оно причинно обусловленное явление, реакция не отдельной системы или органа, *а личности в целом* с включением в реагирование как физиологических, так и психических уровней (субсистем) управления и регулирования, относящихся к подструктурам и сторонам личности. Вследствие этого, как правильно указывал Н. Д. Левитов (1964), всякое состояние является как переживанием субъекта, так и деятельностью различных его функциональных систем. Оно имеет внешнее выражение не только по ряду психофизиологических показателей, но и в поведении человека.

В общих чертах *функциональную систему, отражением реакции которой являются психофизиологические состояния, можно представить как многоуровневую, включающую:*

1. психический уровень (в том числе переживания человека),
2. физиологический (центральная нервная система, вегетативная система)

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

3. поведенческий уровень (психомоторные реакции, мимика, пантомимика).

Эмоциональный тон ощущений

Эмоциональный тон ощущений является филогенетически наиболее древней эмоциональной реакцией. Он связан с *переживанием удовольствия* или *неудовольствия* в процессе ощущения. Поэтому Н. Н. Ланге относил их к элементарным физическим чувствам. Для эмоционального тона ощущений характерно реагирование на отдельные свойства объектов или явлений: приятный или неприятный запах химических веществ или вкус продуктов; приятный или неприятный звук, раздражающее или радующее глаз сочетание цветов и т. д.

Сравнительные характеристики ощущения и эмоционального тона (По Н. Н. Ланге)

Ощущение	Эмоциональный тон
Нейтрально, безразлично	Эмоционально окрашен: приятно-неприятно
Зависит от строения периферического органа ощущения	Однороден, независим от строения органа ощущения
Имеет объективный характер (сладкое для любого человека сладкое)	Имеет субъективный характер: то что одному приятно, другому противно
Является первичным и самостоятельным феноменом	Не возникает самостоятельно, а в его основе лежит ощущение, представление, вспоминание
Становится отчетливее и яснее, когда на него обращают внимание	Присуща неясность и расплывчатость, а при обращении на него внимания делается не яснее, а слабее и даже совсем исчезает

Функции эмоционального тона ощущений.

Первая функция эмоционального тона ощущений, на которую в основном указывают многие авторы - *ориентировочная,* которая состоит в *сообщении организму, опасно или нет то или иное воздействие, желательно ли оно или от него надо избавиться.*

Второй функцией эмоционального тона ощущений является *обеспечение обратной связи,* задача которой - *сообщать человеку и животным, что имевшаяся биологическая потребность удовлетворена* (и тогда *возникает*

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

положительный эмоциональный тон - удовольствие) *или не удовлетворена* (и тогда возникает отрицательный эмоциональный тон - неудовольствие).

Третья функция эмоционального тона ощущений, на которую обычно не обращают внимания и которая вытекает из второй функции, связана с *необходимостью проявлять определенные виды поведения до тех пор, пока не будет достигнут нужный организму результат.*

ТЕМА 10. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ. ИХ ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ЭКВИВАЛЕНТ

Эмоциональные состояния как целостная реакция человека на внешние и внутренние стимулы, направленная на достижение полезного результата (Е.П. Ильин). Состояние как переживание субъекта и как деятельность различных его функциональных систем (К. Изард, Н.В. Левитов). Настроение как общее эмоциональное состояние, его чувственная основа, мотивация и личностный характер. Основные характеристики настроения, его структура, многообразие причин и форм проявления (Л.М. Веккер, К. Изард, Л.В. Куликов, Н.Д. Левитов, А.Г. Маклаков, К. Прибрам, С.Л. Рубинштейн). Аффективные состояния. Страсть как сильное, стойкое, длительное эмоциональное состояние (Л.С. Выготский, Р. Декарт, К. Изард, Е.П. Ильин, С.Л. Рубинштейн, Б. Спиноза).

ЛЕКЦИЯ 8. Эмоциональные состояния личности. Их художественный эквивалент (2 часа)

План

1. Эмоциональные состояния как целостная реакция человека на внешние и внутренние стимулы как переживание субъекта и как деятельность различных его функциональных систем.
2. Настроение как общее эмоциональное состояние, его чувственная основа, мотивация и личностный характер.
3. Основные характеристики настроения, его структура, многообразие причин и форм проявления.
4. Аффективные состояния.
5. Страсть как сильное, стойкое, длительное эмоциональное состояние.

Основная литература

1. Бреслав, Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: «Смысл», Издательский центр «Академия», 2004. – 544 с.
2. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
3. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

4. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. — М.: Изд–во Моск. ун–та, 1984. – 288 с.

5. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.

6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.

Дополнительная литература

1. Выготский, Л.С. Учение об эмоциях / Л.С. Выготский // Собр. соч.: в 6 т. – М.: Педагогика, 1984. – Т.4. – С. 90–318.
2. Декарт, Р. Страсти души / Р. Декарт. – М.: Мысль, 1989. – Т. 1. – С. 481–572.
3. Куликов, Л.В. Психология настроения / Л.В. Куликов. – СПб., 1997.
4. Левитов, Н.Д. О психических состояниях человека / Н.Д. Левитов. – М., 1964.
5. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы и эмоции: Конспект лекций / А.Н. Леонтьев. – М., 1971.
6. Рожина, Л.Н. Психологический анализ в литературном произведении / Л.Н. Рожина. – Минск: МГПИ, 1991. – Ч.2. – 46 с.
7. Рожина, Л.Н. Психология человека в художественных образах / Л.Н. Рожина. – Минск, 1997. – 152 с.
8. Спиноза, Б. Избранные произведения / Б. Спиноза. – Т. 1. – М., 1957.

Эмоциональные состояния, согласно В. М. Смирнову и А.И. Трохачеву, являются эмоциональной составляющей психических состояний. Эмоциональная составляющая близка к эмоциональному тонусу (настроению).

Многие физиологи, занимающиеся изучением эмоций животных, говорят об эмоциональном поведении как о комплексе целенаправленных, сложных поведенческих проявлений определенного биологического содержания (например, Вальдман и др., 1976). В качестве примера приводится агрессивно-оборонительное поведение, сексуальное поведение и др.

Аффект по С.Л. Рубинштейну - стремительно и бурно протекающий эмоциональный процесс взрывного характера, который может дать неподчиненную сознательному волевому контролю разрядку в действии. Аффективное состояние выражается в заторможенности сознательной деятельности.

Аффект – сильное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств и сопровождаемое резко выраженными двигательными

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

проявлениями и изменениями в функциях внутренних органов. Аффект может возникать на уже происшедшее событие и являться как бы сдвинутым к его концу. В основе аффекта лежит переживаемое человеком состояние внутреннего конфликта, которое порождается либо противоречиями между влечениями, стремлениями, желаниями, либо противоречиями между требованиями, которые предъявляются человеку (или он сам себе их предъявляет). Аффект развивается в критических условиях при неспособности субъекта найти выход (адекватный) из опасных неожиданно сложившихся ситуаций. А.Н.Леонтьев: аффект возникает тогда, когда нужно что-то сделать, а сделать ничего нельзя, т.е. в безвыходных ситуациях. **Критерии определения аффекта по А.Н.Леонтьеву**: 1) явно выраженные вегетативные изменения; 2) расстройство сознания; 3) импульсивность поведения, отсутствие планирования; 4) несовпадение аффективного поведения с личностью.

Я.М. Калашник рассматривает патологический аффект и выделяет в его развитии три фазы: подготовительную, фазу взрыва и заключительную фазу.

Подготовительная фаза. Сознание сохраняется. Появляется напряжение эмоций, нарушается способность к рефлексии. Душевная деятельность становится односторонней из-за единственного стремления осуществить свое намерение.

Фаза взрыва. С биологической точки зрения этот процесс отражает утрату самообладания. Для этой фазы характерна беспорядочная смена представлений. Сознание нарушается: утрачивается ясность поля сознания, снижается его порог. Происходят агрессивные действия – нападения, разрушения, борьба. В некоторых случаях вместо агрессивных действий поведение приобретает пассивный характер и выражается в растерянности, бесцельной хлопотливости, неосмысленности ситуации.

Заключительная фаза. Заключительная фаза характеризуется истощением психических и физиологических сил, выраженным в равнодушии, безучастии к окружающим, склонности ко сну.

Можно выделить две **функции аффекта:**

1. Обладая свойством доминанты, аффект тормозит не связанные с ним психические процессы и навязывает личности способ «аварийного» разрешения ситуации (оцепенение, бегство, агрессия), сложившийся в процессе биологической эволюции.

2. Регулирующая функция аффекта состоит в образовании аффективных следов, дающих себя знать при столкновении с отдельными элементами породившей аффект ситуации и предупреждающих о возможности ее повторения.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Страсти по С.Л. Рубинштейну – сильное, стойкое, длительное чувство, которое, пустив корни в человеке, захватывает его и владеет им. Страсть всегда выражается в сосредоточенности, собранности помыслов и сил, их направленности на единую цель. В страсти ярко выражен волевой момент стремления; страсть представляет собой единство эмоциональных и волевых моментов; стремления в нем преобладают над чувствованиями.

Настроение – общее эмоциональное состояние личности, выражающееся в строе всех ее проявлений. Настроение не предметно, а личностно (ему радостно!). это разлитое общее состояние. Бессознательная, эмоциональная оценка личностью того, как на данный момент складываются для нее обстоятельства (не знает причины).

По А.Н.Леонтьеву, эмоциональные процессы – процессы внутренней регуляции деятельности. Они отражают смысл, который имеют объекты и ситуация, воздействующие на субъекта, их значение для осуществления его жизни.

К эмоциональным процессам принято относить аффекты, собственно эмоции и чувства.

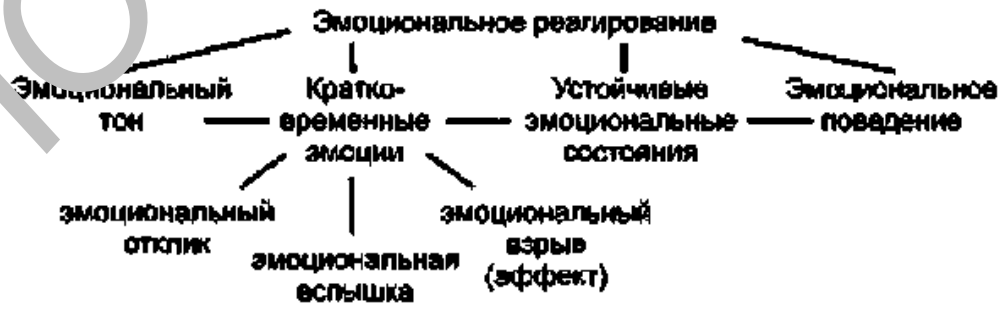
Аффекты – сильные и относительно кратковременные эмоциональные переживания, сопровождающиеся резко выраженными двигательными и висцеральными проявлениями. Они возникают в ответ на уже фактически наступившую ситуацию и в этом смысле являются как бы сдвинутыми к концу события. Регулирующая функция состоит в образовании специфического опыта – аффективных следов, определяющих избирательность последующего поведения по отношению к ситуациям и их элементам, которые прежде вызывали аффект.

Собственно эмоции, по **А.Н. Леонтьеву,** – более длительные состояния, проявляющиеся во внешнем поведении. Они носят отчетливо выраженный ситуационный характер, т.е. выражают оценочное личностное отношение к складывающимся или возможным ситуациям, к своей деятельности и своим проявлениям в них. Они также носят идеаторный характер – т.е. способны предвосхищать ситуации и события, которые реально еще не наступили, и возникают в связи с представлениями о пережитых или воображаемых ситуациях.

Чувства, по А.Н.Леонтьеву, имеют предметный характер, возникающий в результате специфического обобщения эмоций, связывающегося с представлением или идеей о некотором объекте. Несовпадение чувств и эмоций – это несовпадение устойчивого эмоционального отношения к объекту и эмоциональной реакции на сложившуюся преходящую ситуацию.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Общепринятым считается, что **эмоции** (от лат.emoveo – потрясаю, волную) – психическое отражение в форме непосредственного пристрастного переживания жизненного смысла явлений и ситуаций, обусловленного отношением их объективных свойств к потребностям субъекта. В процессе эволюции эмоции возникли как средства, позволяющее живым существам определять биологическую значимость состояний организма и внешних воздействий. Простейшая форма эмоций – так называемый эмоциональный тон ощущений – непосредственные переживания, сопровождающие отдельные жизненноважные воздействия (например, вкусовые, температурные) и побуждающие субъекта к их сохранению или устранению. Эмоции по происхождению представляют собой форму видового опыта, ориентируясь на нее, индивид совершает необходимые действия, целесообразность которых остается для него скрытой. Эмоции важны и для приобретения индивидуального опыта. В этом случае эмоции вызываются ситуациями и сигналами, предшествующими прямым вызывающим эмоции воздействиям, что позволяет субъекту заблаговременно к ним приготовиться. Уровень энергетической мобилизации (активации) организма, необходимый для осуществляемых эмоциональных функций, обеспечивается вегетативной нервной системой в ее взаимодействии со структурами головного мозга, составляющими центральный нервный субстрат эмоций. При эмоциях происходят изменения в деятельности органов дыхания, пищеварения, сердечно-сосудистой системы, желез внутренней секреции, скелетной и гладкой мускулатуры и др. Эмоции человека являются продуктом общественно-исторического развития. Они относятся к процессам внутренней регуляции поведения. Являясь субъективной формой выражения потребностей, эмоции предшествуют деятельности по их удовлетворению, побуждая и направляя ее.



Виды эмоционального реагирования

Целесообразно объединить традиционную классификацию видов эмоционального реагирования с классификацией Смирнова и Трохачева, так

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

как они не противоречат, а дополняют друг друга (рис. 1.1). В связи с этим встает вопрос о том, что *теория дифференциальных эмоций,* разработанная С. Томкинсом и К. Изардом и говорящая о том, что существует ряд частных эмоций, каждая из которых рассматривается отдельно от другой как самостоятельный переживательно-мотивационный процесс, должна трансформироваться в *концепцию дифференциальных эмоциональных реакций,* в которую первая теория войдет составной частью, касающейся только одного вида пристрастного реагирования - эмоций.

ТЕМА 11. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ

Эмоциональная возбудимость, глубина, ригидность, лабильность. Эмоциональная устойчивость, экспрессивность. Эмоциональность как интегральное свойство человека. Эмоциональные типы. Модальностные профили эмоциональности. Оптимисты – пессимисты. Застенчивые, сентиментальные, эмпатийные, тревожные, совестливые (Л.М. Аболин, В.В. Бойко, М.И. Дьяченко и В.А. Пономаренко, П.Б. Зильберман, Ф. Зимбардо, Е.П. Ильин, Р. Кеттел, А.Ф. Лазурский, В.С. Мерлин, В.Д. Небылицын, К.К. Платонов, Я. Рейковский, Б.М. Теплов, Р. Фресс).

ТЕМА 12. ЧУВСТВА ЧЕЛОВЕКА КАК ФОРМА ПЕРЕЖИВАНИЯ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ЧЕЛОВЕКА С МИРОМ И ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ

Различие понятий эмоции и чувства. Чувства человека как сложные целостные образования. Опредмеченность чувств, устойчивость, глубина, широта, противоречивость. Нравственные, интеллектуальные, коммуникативные, праксические, эстетические, мировоззренческие чувства. Индикаторы проявления чувств, их детерминанты и последствия (Л.В. Благонадежина, В.Вундт, Е.П. Ильин, А.Н. Леонтьев, В.Н. Мясищев, К.К. Платонов, С.Л. Рубинштейн, П.В. Симонов, П.М. Якобсон).

Дружба как избирательная привязанность. Причины дружеских отношений. Критерии выбора друзей. Правила поведения друзей. Любовь как высшее чувство человека. Понятие любви в философских и психологических учениях (М. Аргайл, К. Изард, И. Кон, Ф. Ницше, Платон, К.К. Платонов, Б. Спиноза, Р. Стернберг, Д.И. Фельдштейн, З. Фрейд, Э. Фромм, А. Шопенгауэр).

ЛЕКЦИЯ 9. Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми (6 часов)

План

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

1. Различие понятий эмоции и чувства.

2. Чувства человека как сложные целостные образования. Нравственные, интеллектуальные, коммуникативные, праксические, эстетические, мировоззренческие чувства.

3. Индикаторы проявления чувств, их детерминанты и последствия.

4. Дружба как избирательная привязанность. Причины дружеских отношений. Критерии выбора друзей. Правила поведения друзей.

5. Любовь как высшее чувство человека. Понятие любви в философских и психологических учениях.

Основная литература

1. Бреслав Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: «Смысл», Издательский центр «Академия», 2004. – 544 с.

2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.

3. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. — М.: Изд–во Моск. ун–та, 1984. – 238 с.

4. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.

5. Якобсон, П.М. Психология чувств / П.М. Якобсон. – М.: АПНРСФСР, 1958. – 382 с.

Дополнительная литература

1. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб: Питер, 2003. – 271 с.

2. Благонадежина Л.В. Эмоции и чувства / Л.В. Благонадежина // Психология: Учебник. - М., 1956.

3. Васильев, И.А. К анализу условий возникновения интеллектуальных эмоций / И.А. Васильев // Психологические исследования интеллектуальной деятельности. – М., 1979.

4. Васильев, И.А. Роль интеллектуальных эмоций в регуляции мыслительной деятельности / И.А. Васильев // Психологический журнал. – 1998. – Т.19. – № 4. – С.49–59.

5. Ильин, И.А. Путь к очевидности / И.А. Ильин. – М.: Эксмо–пресс, 1998. – С. 114–130, 152–183, 617–626, 650–656, 665–669.

6. Кон, И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.

7. Куттер, П. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей / П. Куттер. – СПб., 1998.

8. Лук, А.Н. Эмоции и чувства / А.Н. Лук. – М.: «Знание», 1972. – 80 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

9. Любовь в письмах великих влюбленных. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. – 512 с.

10. Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу. – СПб, 2002. – С. 180–191.

11. Рюриков, Ю.Б. Три влечения: Любовь, ее вчера и завтра / Ю.Б. Рюриков. – Минск: Изд–во «Университетское», 1986. – 271 с.

12. Фромм, Э. Искусство любить / Э. Фромм. – СПб: «Азбука классика», 2004. – 224 с.

Великим человек может быть и благодаря
своим чувствам – не только уму
Т.Драйзер «Сестра Кэрри»

Проблема соотношения эмоций и чувств постоянно находилась в поле зрения отечественных и западных ученых и практиков и не потеряла своей актуальности, теоретической и практической значимости и в наши дни.

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

Чувства выражаются через определенные эмоции в зависимости от того, в какой ситуации оказывается объект, к которому данный человек испытывает чувство.

Прямого соответствия между чувствами и эмоциями нет: одна и та же эмоция может выражать разные чувства, и одно и то же чувство может выражаться в разных эмоциях. Не проявляя внешне эмоций, человек скрывает от других свои чувства.

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

Соотношение эмоций и чувств

Критерий сравнения	эмоции	чувства
1. по включенности в психические процессы и состояния	эмоции и чувства тесно взаимосвязаны, включены во все психические процессы. Любой психический процесс имеет эмоциональную окраску	
2. по очередности возникновения	в процессе развития человека чувства появляются позже, чем собственно эмоции	

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

3. по соотношению	чувства формируются и развиваются на основе эмоций	
4. по происхождению и принадлежности	носят врожденный характер, присущи и человеку, и животным	социальны, присущи только человеку
5. по связи с потребностями и мотивами	преимущественно связаны с удовлетворением биологических потребностей, чаще беспредметны	связаны с удовлетворением сложных социальных потребностей, всегда предметны
6. по связи с индивидом и личностью	скорее индивидные образования. Более присущи индивиду, более неизменны, т.к. сохраняются в течение его жизни	скорее личностные образования. Более присущи личности. Чувства более поздние, личностные образования могут исчезать
7. по связи с поведением и деятельностью	тесно связаны с деятельностью человека, отражают успех либо неуспех в ней	преимущественно содержательно окрашивают поведение человека, направляют его, связаны с мировоззрением
8. по характеру протекания	эмоции - это более кратковременные и динамичные процессы, имеющие ситуативный характер	чувства более устойчивы и постоянны, продолжительны
9. по характеру проявления	непосредственные, внешние проявления переживания (протекания) какого-либо чувства	отражают устойчивое, внутреннее, проявление отношения к кому-то или чему-то. Чувство может проявляться в разных эмоциях
10. по характеру влияния на людей	эмоции более заразительны - то, что испытывает один человек, передается другому	чувства более субъективны - то, что испытывает один человек, другой испытывает по-другому
11. по степени осознанности и контроля	преимущественно неосознанны, как и чувства плохо поддаются волевому контролю	хорошо осознанны, но их легче направлять и регулировать в силу их более продолжительной представленности в переживаниях человека и устойчивости

Чувства человека как сложные целостные образования. Нравственные, интеллектуальные, коммуникативные, праксические, эстетические, мировоззренческие чувства.

Чувства не представляют собой простую сумму или агрегат чувственных возбуждений, исходящих от отдельных висцеральных реакций. Чувства человека – это сложные целостные образования, которые организуются вокруг определенных объектов, лиц или даже предметных областей и определенных

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

сфер деятельности. Отдельные чувственные компоненты эмоций возникают внутри целостных чувств, обусловленные и опосредованные ими, а значит и тем отношением к объектам, которое выражается в чувстве. Таким образом, даже элементарные компоненты чувства у человека представляют собой нечто большее и нечто иное, чем простое выражение происходящих в индивиде органических процессов (С.Л.Рубинштейн). По мнению А.Г.Ковалева, чувство как отношение – сложное образование, формирующееся на протяжении всего развития личности, живущей в определенных условиях. Поэтому оно отражает не только настоящие воздействия, но и прошлые влияния, в нем выражается личность в целом, склад ее духовной жизни. Эмоция – это процесс, через который чувство проявляется.

Чувства как эмоциональные отношения характеризуются с различных сторон.

- *Знак отношений.*
- *Интенсивность эмоциональных отношений.*
- *Устойчивость эмоциональных отношений.*
- *Широта эмоциональных отношений.*
- *Генерализованность и дифференцированность отношений. Обобщенность эмоциональных*
- *Субъективность эмоциональных отношений.*
- *Глубина чувств.*

Исходя из того, какая сфера социальных явлений становится объектом высших чувств, их делят на три группы: нравственные, интеллектуальные и эстетические.

Нравственными называют чувства, которые переживает человек в связи с осознанием соответствия или несоответствия своего поведения требованиям общественной морали. Интеллектуальными называют чувства, связанные с познавательной деятельностью человека. Эстетическими называют чувства, вызываемые восприятием природы, произведения искусства. К. К. Платонов выделяет еще и *практические (праксические) чувства*.Термин “праксические чувства” введен в употребление П.М. Якобсоном, предложившим назвать так переживания, “вызываемые деятельностью, изменением ее в ходе работы, успешностью или неуспешностью ее, трудностями ее осуществления и завершения

Над предметными чувствами поднимаются более обобщенные чувства (аналогичные по уровню обобщенности отвлеченному мышлению), как то чувство юмора, иронии, чувство возвышенного, трагического и т. п. (С.Л.Рубинштейн) Эти чувства тоже могут иногда выступать как более или менее частные состояния, приуроченные к определенному случаю, но по

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

большей части они выражают более или менее устойчивые мировоззренческие установки личности. С.Л. Рубинштейн назвал их **мировоззренческими чувствами**: чувство комического, чувство юмора, ирония, чувство возвышенного, трагическое чувство.

Индикаторы эмоциональных состояний и чувств включают в себя многообразные формы проявления ЭС и чувств человека. К ним относятся:

- поступки;
- мысли;
- внешне экспрессивное поведение;
- речевые характеристики (интонационные и содержательные);
- отношение к себе;
- отношение к другим;
- восприятие произведений искусства и отношение к ним (музыка, живопись, скульптура, литература и т.д.);
- восприятие природы и отношение к ней;
- восприятие и оценка исторических и политических событий (см.

Индикаторы чувств позволяют определить, в каких формах ходят свое выражение ЭС человека и его чувства.

Диапазон детерминант эмоций и чувств отражает то, насколько индивид "видит" возможное многообразие имеющихся детерминант, их структурированность, соподчиненность, ситуативность, индивидуализированность эмоциональной реакции в ответ на один и тот же раздражитель или, наоборот, однозначность эмоциональной реакций на различные воздействия.

Категории, по которым можно классифицировать детерминанты ЭС и чувств, могут быть объединены в следующие классы:

- успех - неуспех в деятельности;
- общение с другими;
- общение с собой;
- общение с искусством;
- общение с природой;
- поступки людей и их личностные качества;
- собственные поступки;
- внешний облик (экспрессия);
- ЭС как детерминанта другого ЭС;
- чувства другого человека;
- размышления (свои и чужие);
- наглядные образы (представления, воображение, мечты); воспоминания;

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

- жизненные события личного характера;
- проблемы (свои и других людей);
- события общественной и политической жизни;
- потребности, интересы;
- ценности;
- секс;
- физическое состояние

Дружба как избирательная привязанность. Причины дружеских отношений. Критерии выбора друзей. Правила поведения друзей.

Дружба - вид устойчивых, индивидуально-избирательных межличностных отношений, характеризующийся взаимной привязанностью участников, усилением процессов быть в обществе других, взаимными ожиданиями ответных чувств и предпочтительности.

К. К. Платонов рассматривает дружбу как сложное моральное чувство, в структуру которого входят: потребность в общении с субъектом дружбы, усиленная привычкой, вызывающей эмоцию удовлетворения при общении; воспоминания о совместной с ним деятельности и ее результатах; совместные сопереживания, бывшие, существующие и возможные; эмоциональная память; чувство долга; страх потери; престижная (обычно идеализированная) его оценка. По К.К. Платонову, чувство дружбы к объекту другого пола входит в чувство половой любви, но может и не быть с ней связано.

Следует подчеркнуть, что как один из видов аттракции дружба обладает специфичностью. Она предполагает *межличностную аттракцию,* т. е. проявление дружеских чувств с обеих сторон. Только в этом случае дружба может выполнять функции удовлетворения эмоциональных потребностей, взаимного познания, социального взаимодействия и диалога личностей, принимающего характер *личных (интимно-доверительных) отношений.* Кроме того, дружба по сравнению с симпатией, влечением, любовью имеет более осознанный, прагматичный характер.

Причины дружбы. М. Аргайл отмечает три причины, по которым устанавливаются дружеские отношения:

1) нужда в материальной помощи и информации, хотя друзья обеспечивают ее в меньшей степени, чем семья или сослуживцы;

2) нужда в социальной поддержке в форме совета, сочувствия, доверительного общения (для некоторых замужних женщин друзья в этом отношении более важны, чем мужья);

3) совместные занятия, общие игры, общность интересов.

И. С. Кон (1987) в качестве таких причин называет: *потребности* субъекта, побуждающие его выбирать того или иного партнера; *свойства*

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

партнера, стимулирующие интерес или симпатию к нему; *особенности процесса взаимодействия,* благоприятствующие возникновению и развитию парных отношений; *объективные условия* такого взаимодействия (например, принадлежность к общему кругу общения, групповая солидарность).

Критерии выбора друзей. Во многих работах обсуждается вопрос о том, по каким признакам (по сходству или по различию) выбираются друзья. И. С. Кон (1987) считает, что, прежде чем решать этот вопрос, нужно уточнить ряд обстоятельств.

Во-первых, о каком классе сходств идет речь (пол, возраст, темперамент и т. д.). Во-вторых, степень предполагаемого сходства (полное или ограниченное). В-третьих, значение и смысл данного сходства для самой личности. В-четвертых, объем, широта диапазона сходств. Сходство друзей может ограничиться одной какой-либо характеристикой, а может проявиться по многим. Определение сходства или несходства во многом зависит также от того, каким представляет человек самого себя, друзей и какие они есть на самом деле.

Правила поведения друзей. М. Аргайл и М. Хендерсон путем опроса установили общие правила поведения, которые считаются наиболее важными для продолжения дружеских отношений и несоблюдение которых приводит к их разрыву. Из 27 правил дружбы они выделили 13 наиболее важных и распределили их на четыре группы.

Обмен:

- делиться новостями о своих успехах;
- выказывать эмоциональную поддержку;
- добровольно помогать в случае нужды;
- стараться, чтобы другу было приятно в твоем обществе;
- возвращать долги и оказанные услуги.

Интимность:

- уверенность в другом и доверие к нему.

Отношение к третьим лицам:

- защищать друга в его отсутствии;
- быть терпимым к остальным его друзьям;
- не критиковать друга публично;
- сохранять доверенные тайны;
- не ревновать и не критиковать прочие личные отношения другого.

Координация:

- не быть назойливым, не поучать;
- уважать внутренний мир и автономию друга.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Любовь как высшее чувство человека. Понятие любви в философских и психологических учениях.

В древних философских учениях любовь выступает как космическая сила, подобная силе тяготения. Было создано учение о всемирной «симпатии» вещей и природных сил. Этот взгляд существовал вплоть до времен **Гете**.

Другая линия разрабатывалась **Платоном**. В диалоге «Пир» он истолковал любовь как чувственную влюбленность и эстетический восторг перед прекрасным телом (отсюда - платоническая любовь) - с одной стороны (это низшая ступень лестницы духовного восхождения по Платону), и как абсолютное благо и абсолютная красота-с другой стороны (это высшая ступень лестницы духовного восхождения человека).

Одно из основательных рассмотрений аффекта любви можно найти у голландского философа-материалиста XVII века **Б. Спинозы**. Согласно его представлениям, любовь к кому-либо возникает вследствие того, что человек, совершивший добрый поступок, доставляет другому удовольствие. Таким образом, любовь у Спинозы - это не обязательно сильное чувство, а просто положительное отношение к другому, благожелательность. Он показал зависимость эмоций любящего от эмоций любимого человека.

Пессимистическая философия XIX века, ярким представителем которой является **А. Шопенгауэр,** стремилась разоблачить любовь. Так, Шопенгауэр утверждал, что любовь между полами есть обман, иллюзия, при помощи которой иррациональная мировая воля заставляет обманутых индивидов быть слепыми орудиями продолжения рода.

Э. Фромм: подлинная любовь коренится в плодотворности, и поэтому собственно может быть названа "плодотворной любовью". Сущность ее одна и та же, будь это любовь матери к ребенку, любовь к людям или эротическая любовь между двумя индивидами... Это - забота, ответственность, уважение и знание» Забота и ответственность означают, что любовь - это деятельность, а не страсть, кого-то обуявшая, и не аффект, кого-то «захвативший» (1990, с. 82-83).

К. Изард: «В некотором смысле, любовь может быть определена как паттерн эмоций, драйвов и когнитивных процессов. Любовь включает в себя как чувственный, так и мыслительный компонент, и кроме того, дополнительно к основным эмоциональным переживаниям, некоторые разновидности любви включают сексуальное влечение, то есть биологический драйв. Весь этот комплекс мы называем любовью, и потому говорим о ее сложности и даже загадочности». Любовь как паттерн эмоций. Очевидно, что любовь складывается из таких эмоций как интерес-возбуждение и удовольствие-

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

радость. Эти базовые эмоции могут оказаться важнейшими компонентами мотивации, определяющей наше поведение в любви.

Выделяют несколько **разновидностей любви**. Так, говорят об активной и пассивной формах любви; в первом случае любят, а во втором - позволяют себя любить. Подразделяют кратковременную любовь - влюбленность и длительную - страстную любовь. Э. Фромм, К. Изард и другие говорят о любви родителей к своим детям (родительская, материнская и отцовская любовь), детей к своим родителям (сыновняя, дочерняя), между братьями и сестрами (сиблинговая любовь), между мужчиной и женщиной (романтическая любовь), ко всем людям (христианская любовь), любовь к Богу. Говорят также о взаимной и неразделенной любви.

- Сексуальная любовь.
- Любовь родителей к детям.
- Сиблинговая любовь.
- Любовь к Родине.

ТЕМА 13. МЕТОДИКИ ИЗУЧЕНИЯ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ

Психологические методики изучения дифференциальных эмоций. Методики изучения эмоциональных состояний. Методики изучения эмоциональных свойств личности. Методики изучения эмоциональных типов. Методики изучения эмоциональной экспрессии (Г. Айзенк, Е.В. Богина, В.В. Бойко, Т. Дембо, Ф. Зимбардо, К. Изард, Е.П. Ильин, В. Коулман, А.Е. Ольшанникова, Л.А. Рубинович, Д. Рассел, Л.Н. Рожина, В.М. Русалов, Н. Холл, И.М. Юсупов).

ЛЕКЦИЯ 10. Методики изучения эмоций и чувств (4 часа)

План

1. Общие требования к отбору методик изучения эмоций человека.
2. Процедура сбора экспериментального материала, его первичная обработка.
3. Стандартизированные и нестандартизированные методы изучения эмоций и чувств человека.

Основная литература

1. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

3. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.

Дополнительная литература:

1. Диагностика эмоционально–нравственного развития / Ред. и сост. И.Б. Дерманова. – СПб.: Изд–во «Речь», 2002. – 176 с.

2. Додонов, Б.И. Эмоция как ценность / Б.И. Додонов. – М.: Политиздат, 1978. – 272 с.

3. Люсин, Д. В. Эмпирический анализ категоризации эмоций / Д.В. Люсин // Вопросы психологии. – 1999. – № 2. – С. 50–61.

4. Макеева, А.И. Изучение смысловых полей эмоциональных категорий / А.И. Макеева // Новые исследования в психологии. – 1980. – № 1. – С. 70 – 75.

5. Ольшанникова, А.Е. Оценка методик, диагностирующих эмоциональность / А.Е. Ольшанникова, В.В. Семенов, Л.М.Смирнов // Вопросы психологии. – 1976. – № 5. – С. 108 – 113.

Психолог-практик, учитель или преподаватель, изучающий своего клиента (ученика, студента), всегда имеет в виду, что выбор методик должен отвечать определенным требованиям, среди которых наиболее часто называются следующие:

- соответствие отобранной методики возрастным особенностям диагностируемых;
- адекватность поставленной самими субъектами задачи (проблемы);
- понимание ограниченности определенных методик в той или иной ситуации исследования;
- выбор адекватной теоретической позиции, в контексте которой интерпретируется эмпирический материал;
- рефлексирование психологом степени соответствия выбранных способов интерпретации диагностических данных;
- осознание многовариантной детерминации тех или иных выявленных феноменов: чувство страха, например, может возникнуть в связи с внезапным изменением ситуации, наличием чего-то угрожающего, отсутствием того, что обеспечивает безопасность, но оно может быть детерминировано не только внешними, но и внутренними причинами: влечениями и потребностями, другими эмоциями (чувством одиночества, ощущением собственной неадекватности определенным требованиям или, наоборот, высоким чувством самоуважения), когнитивными процессами (мыслями о печальном, о неудаче,

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

неприятностях, об опасностях), уровнем самооценки, ценностями индивида и т.д.;

- понимание обусловленности одинаковых психических проявлений разными механизмами и, наоборот, вариативности диагностических значений однозначных механизмов (на пример, низкая самооценка может инициировать переживание чувства неудовлетворенности собой или зависти и неприязни к другим; высокий уровень рефлексии, приводящий к осознанию своих недостатков, порождает чувство страха оказаться не на высоте у одних и чувство неуверенности, тревожности - у других. У третьих он вызовет желание использовать психологическую защиту, прибегнуть к различным формам проявления компенсации, например в виде хвастовства, пренебрежения, замещения, проекции, "играния" ролей и т.д.).
- Как известно из специальных исследований, субъект, занимающийся развитием и психологической коррекцией внутреннего мира другого человека, работает по схеме: а) что есть? б) что должно быть? в) что надо сделать, чтобы стало должное?
- Получение психологической информации, отражающей определенную психическую реальность, изучение и изменение которой есть задача не только психолога, но и социального педагога (учителя, преподавателя, воспитателя), - обязательное условие психоразвивающей и психокоррекционной работы.

Выбор методов диагностики и их организация определяются соответствующими научными подходами в объяснении и понимании человека. Подход, ориентированный исключительно на естественнонаучную методологию, тяготеет к нивелированию особенного в понимании психической реальности, направлен на ее полное "приведение" к объективным детерминантам, на ее "растворение" в "вещественном" (в поведении, физиологических характеристиках, внешней экспрессии, в продуктах деятельности, во взаимодействии с другими). Этот подход предполагает единую меру, единую систему измерения, обеспечивающую стандартизацию исследуемого феномена.

При таком подходе человек рассматривается как равный другим. Его специфические особенности, индивидуальное своеобразие как бы выносятся за скобки. Естественнонаучная методология позволяет выявить повторяемое, общее, не зависящее от индивидуально-специфичного мироощущения отдельной личности, от ее видения смысловой картины мира и себя в нем, со своим прошлым, настоящим и будущим. Но человек неоднозначен, многомерен; он, как считал М. Бахтин, никогда не совпадает с самим собой. Человек не существует "вообще", утверждал Э. Фромм. Обладая набором свойств, общих для всех членов человеческого рода, он всегда

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

индивидуальность, уникальное существо, отличное от кого бы то ни было. Его отличает особое сочетание характера, темперамента, Талантов, склонностей. Он может утверждать свои возможности, только реализуя свою индивидуальность. Учитывая всю сложность личности, психолог для измерения Ве различных проявлений использует подходы не только естественнонаучной, но и гуманитарной парадигмы, обеспечивающей проникновение в смысловую специфичность внутреннего мира личности, воссоздание "портрета индивидуальности", и "В человеке должно видеть человека", - писал В.Г. Белинский. Эта же мысль предельно четко выражена в специальных философских и психологических трудах, авторы которых особо подчеркивают необходимость различать познание абстрактного человека в специальных науках и понимание его духовной сути, его человеческой индивидуальности. Если для естественнонаучной парадигмы существенно важна ценность объективно-научного знания, выявление законов жизни изучаемого объекта в данный момент, рассмотрение человека как объекта в ряду других объектов, то для гуманитарной парадигмы важно изучение человеческой субъективности. В такой ситуации исследование принимает форму диалога двух суверенных субъектов, что обеспечивает их обоюдное изменение и развитие. Возрастание роли гуманистического подхода в психологии связано с провозглашением самоценности индивидуального опыта и подчеркиванием значимости актуальных переживаний, так как для гуманитарной психологии, как пишут В. Слободчиков и Е.Исаев, изучение конкретного человека, отдельных случаев не менее ценно, чем изучение типов людей или обобщение многих случаев и ситуаций. Методы описательной (понимающей) психологии предполагают сопереживание, эмпатию, элементы идентификации исследователя с тем, кто принимает участие в его изысканиях и несет в себе нужную для него информацию. Внимание психолога в этом случае фокусируется не столько на актах поведения и ответах, сколько на личностных смыслах, которые стоят за этими внешними проявлениями.

ТЕМА 14. РАЗВИТИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ

Основные принципы организации коррекционно–развивающей работы: принцип нормативности, принцип коррекции «сверху–вниз», деятельностный принцип. Основные категории, являющиеся основой в разработке коррекционно–развивающих процедур, – категории образа, действия, мотивации, общения, категория индивид–личность, категория индивидуальности. Произведения искусства, – философские, мемуарные, эпистолярные тексты – в структуре коррекционно–развивающих программ.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

ЛЕКЦИЯ 11. Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности (4 часа)

План

1. Основные принципы организации коррекционно-развивающей работы: принцип нормативности, принцип коррекции «сверху–вниз», деятельностный принцип.

2. Основные категории коррекционно-развивающих техник.

3. Философские, художественные тексты, афоризмы, «мудрые мысли» мыслителей разных времен и народов, пословицы и поговорки в структуре коррекционно-развивающих занятий.

4. Вербальные техники кодирования и декодирования умолчаний человека.

5. Технологии создания коррекционно-развивающих заданий и упражнений.

Основная литература

1 Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – с.651-663

2. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – с. 131-217.

Принцип нормативности развития. Нормативность развития следует понимать как последовательность сменяющих друг друга возрастов, возрастных стадий онтогенетического развития.

Понятие *"психологический возраст"* было введено Л.С. Выготским. Это "тот новый тип строения личности, ее деятельности, те психические и социальные изменения, которые в самом главном и основном определяют сознание ребенка, его отношения к среде, его внутреннюю и внешнюю жизнь, весь ход развития в данный период" (*Л. С. Выготский*).

Таким образом, при оценке соответствия уровня развития ребенка возрастной норме и формулировании целей коррекции необходимо учитывать следующие характеристики:

1) Особенности социальной ситуации развития (например, изменение типа образовательного или воспитательного учреждения, круга общения ребенка, включая сверстников, взрослых, семейное окружение и т.д.).

2) Уровень сформированности психологических новообразований на данном этапе возрастного развития.

3) Уровень развития ведущей деятельности ребенка, ее оптимизация.

Кроме понятия *"возрастная норма"* психологу приходится встречаться с понятием "индивидуальная норма", которая позволяет наметить в пределах возрастной нормы развития программу оптимизации развития для каждого

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

конкретного клиента с учетом его индивидуальности и самостоятельного пути развития.

Принцип коррекции "сверху вниз". Данный принцип, выдвинутый Л.С. Выготским, раскрывает направленность коррекционной работы. В центре внимания психолога стоит завтрашний день развития, а основным содержанием коррекционной деятельности является *создание "зоны ближайшего развития" для* клиента (у Л.С. Выготского такими клиентами выступали дети). Коррекция по принципу "сверху вниз" носит опережающий характер и строится как психологическая деятельность, нацеленная на своевременное формирование психологических новообразований.).

Деятельностный принцип коррекции. Деятельностный принцип коррекции: во-первых, определяет сам предмет приложения коррекционных усилий, а во-вторых, задает способы коррекционной работы через организацию соответствующих видов деятельности путем формирования обобщенных способов ориентировки). Данный принцип определяет сам предмет приложения коррекционных усилий, выбор средств и способов достижения цели, тактику проведения коррекционной работы, пути и способы реализации поставленных целей. Суть его заключается в том, что генеральным способом коррекционно-развивающего воздействия является организация активной деятельности клиента, в ходе реализации которой создаются условия для ориентировки в трудных, конфликтных ситуациях, организуется необходимая основа для позитивных сдвигов в развитии личности. Коррекционное воздействие всегда осуществляется в контексте той или иной деятельности, являясь средством, ориентирующим активность. Согласно данному принципу основным направлением коррекционной работы является *целенаправленное формирование обобщенных способов ориентировки клиента в различных сферах предметной деятельности, межличностных взаимодействий, в конечном счёте в социальной ситуации развития.* Сама коррекционная работа строится не как простая тренировка навыков и умений, а как целостная осмысленная деятельность, естественно и органически вписывающаяся в систему повседневных жизненных отношений клиента.

В практической работе психолога этап диагностического обследования (который, кстати сказать, нередко включает изучение не только эмоциональной сферы личности, но и других ее аспектов) является промежуточным. Вслед за ним следует этап коррекционно-развивающей работы, отвечающий потребностям пациентов и возможностям психолога (психотерапевта). Понимая всю сложность работы с таким тонким материалом, как эмоции и чувства, специалисты создают и совершенствуют различные психотехнические средства, направленные на активизацию эмоциональной сферы, ее

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

своеобразное "закаливание" и тонизирование и обеспечивающие протекание эмоциональных реакций в заданном русле.

Л.Н. Рожина предлагает сценарии специальных занятий, целью которых является развитие и саморазвитие эмоциональной сферы учащихся и студентов, начиная от общения и расширения тезауруса понятий, обозначающих эмоциональные состояния человека, и заканчивая специальными упражнениями, имеющими своим результатом расширение эмоционального поля личности, развитие умений эмоциональной саморегуляции.

Здесь имеют место и групповая коррекционно-развивающая работа, и цикл упражнений, которые могут быть использованы в целях саморазвития, самоизменения.

Значительный интерес представляют предлагаемые приемы и способы библиотерапии. Специально подобранные художественные тексты (проза и поэзия) предсталяют богатейшую информацию для развития и корректирования Я-концепции, обогащения внутреннего мира человека понимания его сложности, уникальности, неповторимости и вместе с тем общности переживаний, детерминированных обстоятельствами жизни. Они дают возможность познания бесконечного разнообразия человеческих чувств, их необычайно красочной палитры, многозначности их внешних проявлений. Они формируют социально-перцептивные умения и способности, развивают психологическую наблюдательность, способствуют освоению экспрессивных форм поведения.

Восприятие художественных текстов:

- *восполняет недостаток собственных образов и представлений;*
- *расширяет эмоцлональное поле личности;*
- *заменяет нежелательные чувства, нормализует или уравновешивает болезненные психические состояния и процессы;*
- *открывает в мире и в человеке неизвестные нам по собственному опыту желания, чувства, мысли, влечения, стремления;*
- *приобщает к миру новых ценностей.*

Неоценима роль художественных произведений в развитии эмпатии и рефлексии. Библиотерапия используется также в целях релаксации, стимуляции процессов удовольствия, успокоения, умиротворения, уверенности, снятия напряженности, страха, облегчения страдания, общего укрепления психики человека.

Не менее эффективны фрагменты из философских произведений, а также документальные материалы (биографии, воспоминания и т.п.), позволяющие более тонко и глубоко понять себя и других, способствующие духовному росту человека.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Материалы развивающей и коррекционной работы, разрабатываемые Л.Н. Рожиной, позволяют убедиться в правомерности высказанных в психотерапевтической литературе утверждений, основной смысл которых можно выразить в нескольких принципах.

1. *Развитие личности непрерывно и бесконечно.*

2. *Оно возможно лишь при условии активности самой личности, способной исцелить и укрепить свою психику.*

3. *Психотерапевтические приемы служат цели развития и саморазвития человека, являются средством самосовершенствования и самоизменения.*

4. *Применение психотерапевтических методов должно строиться с учетом определенного контекста (они различны в (работе с клиентами разного возраста, общего развития, профессиональной направленности и индивидуальных возможностей психолога-психотерапевта).*

5. *В процессе психотерапевтической работы решается задача эффективной интеграции заимствованных и самостоятельно изобретенных средств.*

6. *Выбор определенных упражнений зависит от уровня работоспособности группы, этапов ее развития, эмоциональных особенностей, подлежащих коррекции.*

7. *Отбор упражнений (приемов) с целью индивидуального эмоционального саморазвития и саморегуляции желательно проводить под руководством дипломированного психолога.*

Предлагаемые Л.Н. Рожиной упражнения представляют собой интеграцию заимствованных, модифицированных и разработанных автором приемов. Совершенно очевидно, что если одни из них могут быть с успехом использованы в различных возрастных группах (от подростка и старше) и безотносительно к профессиональной направленности участников тренинга, то другие ориентированы на определенный возраст (школьники, студенты, взрослые) и могут быть предложены главным образом тем, кто сам готовится в будущем стать практическим психологом.

Выбор методов (приемов), несомненно, определяется потенциалом личностных возможностей конкретного психолога, зоной его собственного развития. Он ориентирован также на индивидуальные особенности клиентов.

В процессе коррекционно-развивающей работы могут быть решены следующие задачи:

- развитие понимания эмоционального смысла происходящего вокруг (значения предметов, явлений, событий, их причин и последствий);

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

- усиление и закрепление внимания к внутреннему миру - своему и других людей;
- достижение более высокого уровня осознания членами группы своего эмоционального потенциала и личностного эмоционального опыта других людей;
- достижение эмоционального катарсиса;
- развитие эмоционального сопереживания и, в конечном итоге, эмпатии;
- развитие социально-перцептивных способностей, обеспечивающих возможность "прочтения" эмоционального содержания внешне экспрессивного поведения;
- расширение возможностей эмоциональной коммуникации;
- развитие форм эмоционального поведения;
- формирование умений саморегуляции и саморазвития эмоциональной сферы личности;
- создание условий для наиболее полного личностного роста;
- формирование позитивного отношения к себе.

Конечным результатом коррекционно-развивающей работы являются изменения в содержании и структуре эмоциональной сферы личности, овладение ею приемами эмоциональной саморегуляции.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

РАЗДЕЛ 2. ПРАКТИЧЕСКИЙ

Планы практических, семинарских занятий и материалы к ним

Семинарское занятие 1.

Тема: Предмет психологии эмоций. Проблемы. Задачи (2 часа)

Вопросы для обсуждения

1. Свойства эмоций: универсальность, доминантность, суммация и «упрочение», пристрастность, пластичность, иррадиация, перелом, амбивалентность, заражение, переключаемость.
2. Многоаспектность художественного анализа причин эмоций: успех – неуспех в деятельности; удовлетворение – неудовлетворение потребностей; общение с другими, общение с собой, образ Я, общение с природой, художественная коммуникация; поступки людей и их личностные качества, собственные поступки; чувства и эмоции других людей; размышления; наглядные образы (представление, воображение, мечты); воспоминания; жизненные события личного характера; проблемы (свои и других людей); события общественной и политической жизни; ценности, интересы, физические состояния.
3. Причины эмоций по К. Изарду.

Задание. *Обсуждение научных сообщений студентов по тематике занятия.*

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): документальные и художественные тексты; мемуарная, эпистолярная литература.

Основная литература: 1, 2, 7

1. Бреслав Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: «Смысл», Издательский центр «Академия», 2004. – 544 с.
2. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
3. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.

Дополнительная литература: 1, 8, 13, 19, 28, 35

1. Анохин, П.К. Эмоции / П.К. Анохин // Большая медицинская энциклопедия. Т. 35. – М., 1964. – С. 339.
2. Бреслав, Г.М. Предметность эмоциональных явлений / Г.М. Бреслав // Вестник Московского университета. – 1977. – № 4. – С. 3–11.
3. Васильев, И.А. Место и роль эмоций в психологической системе / И.А. Васильев // Вестн. Моск. Ун-та. Сер. 14. Психология. – 2008. – №2. – С. 113 – 127.
4. Выготский, Л.С. Учение об эмоциях / Л.С. Выготский // Собр. соч.: в 6 т. – М.: Педагогика, 1984. – Т.4. – С. 90–318.
5. Ильин, И.А. Путь к очевидности / И.А. Ильин. – М.: Эксмо–пресс, 1998. – С. 114–130, 152–183, 617–626, 650–656, 665–669.
6. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы и эмоции: Конспект лекций / А.Н. Леонтьев. – М., 1971.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Семинарское занятие 2.

Тема: Теории эмоций (2 часа)

Вопросы для обсуждения

1. Эволюционная теория эмоций Ч. Дарвина. «Ассоциативная» теория В. Вундта.
2. «Периферическая» теория У. Джемса – Г. Ланге. Теория У. Кеннона – П. Барда.
3. Психоаналитическая теория эмоций.
4. Биологическая теория эмоций П.К. Анохина.
5. Когнитивистские и фрустрационные теории эмоций.
6. Информационная теория эмоций П.В. Симонова.
7. Теория дифференциальных эмоций К.Изарда.

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): научные тексты.

Задание. *Обсуждение тезисов соответствующих текстов.*

Основная литература 1, 3

1. Бреслав Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: «Смысл», Издательский центр «Академия», 2004. – 544 с.
2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.

Дополнительная литература 19, 56

1. Выготский, Л.С. Учение об эмоциях / Л.С. Выготский // Собр. соч.: в 6 т. – М.: Педагогика, 1984. – Т.4. – С. 90–318.
2. Симонов, П.В. Эмоциональный мозг / П.В. Симонов. – М., 1981.

Практическое занятие 1.

Тема: Функции эмоций в науке и искусстве (2 часа)

Вопросы для обсуждения

1. Подготовить научное сообщение по теме.
2. Составить соответствующие таблицы.
3. Подобрать примеры, иллюстрирующие функции эмоций

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): философские, документальные, художественные тексты, фонограммы.

Основная литература 2, 3, 6

1. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.
3. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Дополнительная литература 1, 9, 13, 14, 17, 35, 41, 55, 61

1. Анохин, П.К. Эмоции / П.К. Анохин // Большая медицинская энциклопедия. Т. 35. – М., 1964. – С. 339.
2. Бреслав, Г. М. О месте эмоциональных процессов в структуре мыслительной деятельности / Г.М. Бреслав // Психологические исследования интеллектуальной деятельности / Под ред. О. К. Тихомирова. – М., 1979. – С. 62–67.
3. Васильев, И.А. Место и роль эмоций в психологической системе / И.А. Васильев // Вестн. Моск. Ун-та. Сер. 14. Психология. – 2008. – №2. – С. 113 – 127.
4. Васильев, И.А. Роль интеллектуальных эмоций в регуляции мыслительной деятельности / И.А. Васильев // Психологический журнал. – 1998. – Т.19. – № 4. – С.49–59.
5. Витт, Н.В. Эмоциональная регуляция в речемыслительных процессах / Н.В. Витт // Психологический журнал. – 1981. – № 3. – С. 52–61.
6. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы и эмоции. Конспект лекций / А.Н. Леонтьев. – М., 1971
7. Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу. – СПб, 2002. – С. 180–191.
8. Симонов, П.В. Адаптивные функции эмоций / П.В. Симонов // Физиология человека. – 1996. – № 2. – С. 5–9.
9. Тихомиров, О.К. Эмоциональная регуляция мыслительной деятельности / О.К. Тихомиров, В.Е. Клочко // Вопросы психологии. – 1980. – № 5. – С. 29 – 31.

Семинарское занятие 3.

Тема: Принципы психологии эмоций. Их художественный эквивалент (2 часа)

Вопросы для обсуждения

1. Подбор литературных, художественных и музыкальных примеров, иллюстрирующих проявление принципов психологии эмоций.

2. Составление эвристических заданий, предполагающих самостоятельный вывод относительно связи эмоций с перцептивными, выразительными, когнитивными и двигательными ответами.

3. Предложить 3-5 жизненных примеров, доказывающих возникновение одной и той же эмоции в ответ на разные раздражители и наоборот.

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): художественные тексты, фонограммы, репродукции картин, слайды, фотографии.

Основная литература 2, 6

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

1. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
2. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.

Дополнительная литература 1, 21, 51

1. Анохин, П.К. Эмоции / П.К. Анохин // Большая медицинская энциклопедия. Т. 35. – М., 1964. – С. 339.
2. Дарвин, Ч. О выражении эмоций у человека и животных / Ч. Дарвин. – СПб.: Питер, 2001.
3. Рожина, Л.Н. Психология человека в художественных образах / Л.Н. Рожина. – Минск, 1997. – 152 с.

Практическое занятие 2.

Тема: Экспрессивный компонент эмоций (2 часа)

Вопросы для обсуждения

Психологический анализ художественного изображения экспрессивного компонента эмоций.

- Отбор литературно-художественных текстов и произведений портретной живописи с целью их использования в выполнении практических заданий.
- Составление психологического диктанта, включающего атрибутивные характеристики голоса человека.
- Составление психологической партитуры художественного описания выражения глаз, взгляда, улыбки, лица как индикаторов эмоций.
- Разработка заданий, направленных на выявление эмоциональных смыслов художественного изображения психомоторных средств экспрессии.

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): документальные и художественные тексты, репродукции картин, фотограммы, слайды, фотографии.

Основная литература 2, 6

1. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
2. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.

Дополнительная литература 49, 50, 51

1. Рожина, Л.Н. Использование литературных произведений в курсе общей психологии: Метод. пособие / Л.Н. Рожина. – Минск: Изд–во МГПИ, 1984. – 96 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

2. Рожина, Л.Н. Психологический анализ в литературном произведении / Л.Н. Рожина. – Минск: МГПИ, 1991. – Ч.2. – 46 с.
3. Рожина, Л.Н. Психология человека в художественных образах / Л.Н. Рожина. – Минск, 1997. – 152 с.

Практическое занятие 3.

Тема: Восприятие и понимание эмоций других людей (2 часа)

Вопросы для обсуждения

1. Эмоциональный интеллект как способность распознавать собственные эмоции, владеть ими и понимать эмоции других людей.
2. Эмоциональная память и эмоциональный слух.
3. Идентификация эмоций по мимике, пантомимике.
4. Идентификация эмоций по речи.

Задание. Обзор журнальных публикаций по теме занятия.

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): документальные и художественные тексты, репродукции картин, фонограммы, слайды, фотографии

Основная литература 3

1. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.

Дополнительная литература 2, 38, 42

1. Громова, Е.А. Эмоциональная память и ее механизмы / Е.А. Громова. – М.: Наука, 1980.
2. Робертс, Р.Д. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике / Р.Д. Робертс, Дж. Мэтьюс, М. Зайднер, Д.В. Люсин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2004. – Том 1. – № 4. – С. 3-24.
3. Морозов, В.П. Художественный тип личности: новые критерии в системе комплексного подхода к разработке проблемы / В.П. Морозов // Художественный тип человека. Комплексные исследования. – М., 1994.

Семинарское занятие 4.

Тема: Характеристика различных видов эмоционального реагирования в науке и искусстве (2 часа)

Вопросы для обсуждения

1. Анализ типичных характеристик эмоционального реагирования. Примеры художественных текстов.
2. Психологические компоненты эмоций.
3. Виды и уровни эмоционального реагирования. Эмоциональные реакции как один из видов эмоционального реагирования. Многозначность эмоциональных реакций, представленных в художественных текстах

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Задание. Представить самоотчеты эмоционального реагирования в ситуации просмотра художественного фильма (по выбору студента) или прослушивания живого выступления симфонического оркестра (по выбору студента).

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): документальные и художественные тексты.

Основная литература 3, 7

1. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 752 с.
2. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.

Практическое занятие 4.

Тема: Эмоциональные состояния личности. Их художественный эквивалент (2 часа)

Вопросы для обсуждения

1. Настроение, его основные характеристики, структура, чувственная основа.
2. Многообразие причин настроения.
3. Формы внешнего проявления настроения.
4. Сложность и экспрессивность литературного описания настроения человека, его дифференциация и тонкая нюансировка.

Задание. Составить резюме по теме «Эмоциональные состояния личности».

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): документальные и художественные тексты.

Основная литература 1, 2, 3, 4, 6, 7

1. Бреслав, Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: «Смысл», Издательский центр «Академия», 2004. – 544 с.
2. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
3. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.
4. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. — М.: Изд–во Моск. ун–та, 1984. – 288 с.
5. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.
6. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.

Дополнительная литература 19, 22, 30, 34, 35, 50, 51, 57

1. Выготский, Л.С. Учение об эмоциях / Л.С. Выготский // Собр. соч.: в 6 т. – М.: Педагогика, 1984. – Т.4. – С. 90–318.
2. Декарт, Р. Страсти души / Р. Декарт. – М.: Мысль, 1989. – Т. 1. – С. 481– 572.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

3. Куликов, Л.В. Психология настроения / Л.В. Куликов. – СПб., 1997.
4. Левитов, Н.Д. О психических состояниях человека / Н.Д. Левитов. – М., 1964.
5. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы и эмоции: Конспект лекций / А.Н. Леонтьев. – М., 1971.
6. Рожина, Л.Н. Психологический анализ в литературном произведении / Л.Н. Рожина. – Минск: МГПИ, 1991. – Ч.2. – 46 с.
7. Рожина, Л.Н. Психология человека в художественных образах / Л.Н. Рожина. – Минск, 1997. – 152 с.
8. Спиноза, Б. Избранные произведения / Б. Спиноза. – Т.1. – М., 1957.

Семинарское занятие 5.

Тема: Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми (2 часа)

Вопросы для обсуждения

1. Основные характеристики чувств человека. Их художественное изображение и описание.
2. Классификация чувств.
3. Чувства как устойчивые эмоциональные отношения к значимым объектам.
4. Чувства человека как «эмоциональные контакты» (А.Н. Леонтьев).
5. Дружба как сложное моральное чувство. Межличностная аттракция как условие жизни.

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): художественная, мемуарная, автобиографическая, эпистолярная литература, художественные фильмы, театральные постановки.

Основная литература 1, 3, 4, 7, 8

1. Бреслав Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: «Смысл», Издательский центр «Академия», 2004. – 544 с.
2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.
3. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд–во Моск. ун–та, 1984. – 288 с.
4. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.
5. Якобсон, П.М. Психология чувств / П.М. Якобсон. – М.: АПНРСФСР, 1958. – 382 с.

Дополнительная литература 2, 4, 12, 14, 28, 29, 31, 36, 37, 41, 48, 54, 64

1. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб: Питер, 2003. – 271 с.
2. Благонадежина, Л.В. Эмоции и чувства / Л.В. Благонадежина // Психология: Учебник. – М., 1956.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

3. Васильев, И.А. К анализу условий возникновения интеллектуальных эмоций / И.А. Васильев // Психологические исследования интеллектуальной деятельности. – М., 1979.
4. Васильев, И.А. Роль интеллектуальных эмоций в регуляции мыслительной деятельности / И.А. Васильев // Психологический журнал. – 1998. – Т.19. – № 4. – С.49–59.
5. Ильин, И.А. Путь к очевидности / И.А. Ильин. – М.: Эксмо–Пресс, 1998. – С. 114–130, 152–183, 617–626, 650–656, 665–669.
6. Кон, И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.
7. Куттер, П. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей / П. Куттер. – СПб., 1998.
8. Лук, А.Н. Эмоции и чувства / А.Н. Лук. – М.: «Знание», 1972. – 80 с.
9. Любовь в письмах великих влюбленных. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. – 512 с.
10. Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу. – СПб, 2002. – С. 180–191.
11. Рюриков, Ю.Б. Три влечения: Любовь, ее вчера и завтра / Ю.Б. Рюриков. – Минск: Изд–во «Университетское», 1986. – 271 с.
12. Фромм, Э. Искусство любить / Э. Фромм. – СПб.: «Азбука классика», 2004. – 224 с.

Практическое занятие 5.

Тема: Методики изучения эмоций и чувств (2 часа)

Вопросы для обсуждения

1. Шкала дифференциальных эмоций.
2. Самооценка эмоциональных состояний.
3. Методика изучения доминирующих эмоций.
4. Методика изучения ценностных эмоций.

Задание. *Представить психологический портрет по результатам выполнения методик изучения эмоций и чувств.*

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): художественные тексты, репродукции портретной живописи, слайды.

Основная литература 2, 3

1. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.

Дополнительная литература 25

1. Додонов, Б.И. Эмоция как ценность / Б.И. Додонов. – М.: Политиздат, 1978. – 272 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Практическое занятие 6.

Тема: Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности (2 часа)

Вопросы для обсуждения

1. Составить триады эмоциональных смыслов.
2. Выполнение упражнений «Алфавит», «Ассоциации», «Цепочка эпитетов», «Синестезия», «Оценка», «Россыпи слов».
3. Оценочная шкала эмоций.
4. Дифференциация эмоций.
5. Богатство языка.

Задание. *Представить результаты выполненных упражнений (триады эмоциональных смыслов, «Алфавит», «Ассоциации», «Цепочка эпитетов», «Синестезия», «Оценка», «Россыпи слов», «Оценочная шкала эмоций», «Дифференциация эмоций», «Богатство языка»).*

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): фонограммы музыкальных фрагментов, художественные тексты, репродукции живописи.

Основная литература 6.

1. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Управляемая самостоятельная работа студентов (УСРС)

УСРС 1.

Тема 2.2.2 Восприятие и понимание эмоций других людей (2 часа)

Вопросы для изучения

1. Эмоциональный интеллект как способность распознавать собственные эмоции, владеть ими и понимать эмоции других людей.
2. Эмоциональная память и эмоциональный слух.
3. Идентификация эмоций по мимике, пантомимике.
4. Идентификация эмоций по речи.

Задание. Обзор журнальных публикаций по теме.

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): документальные и художественные тексты, репродукции картин, фонограммы, слайды, фотографии.

Основная литература 3

1. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.

Дополнительная литература 20, 38, 42

2. Громова, Е.А. Эмоциональная память и ее механизмы / Е.А. Громова. – М.: Наука, 1980.
3. Робертс, Р.Д. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике / Р.Д. Робертс, Дж. Мэтьюс, М. Зайднер, Д.В. Люсин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2004. – Том 1. – № 4. – С. 3–24.
4. Морозов, В.П. Художественный тип личности: новые критерии в системе комплексного подхода к разработке проблемы / В.П. Морозов // Художественный тип человека. Комплексные исследования. – М., 1994.

УСРС 2.

Тема 3.1.2 Эмоциональные особенности личности (2 часа)

Вопросы для изучения

1. Эмоциональные свойства человека: возбудимость, глубина, устойчивость.
2. Эмоциональная лабильность – ригидность.
3. Экспрессивность как эмоциональное свойство человека.
4. Эмоциональность как интегральное свойство человека.

Задание. Составить психологический портрет эмоциональных свойств личности и эмоциональных типов великих белорусов (по выбору студента).

Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.): документальная, историческая, художественная литература.

Основная литература 1, 3, 7

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

1. Бреслав Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: «Смысл», Издательский центр «Академия», 2004. – 544 с.
2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.
3. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.

Дополнительная литература 24, 26, 63

1. Дорфман, Л.Я. Индивидуальный эмоциональный стиль / Л.Я. Дорфман // Вопросы психологии. – 1989. – № 5.
2. Зимбардо, Ф. Застенчивый ребенок / Ф. Зимбардо, Ш. Радл. – М.: АСТ: Астрель, 2005. – 294 с.
3. Фресс, П. Эмоции / П. Фресс // Экспериментальная психология / Ред. П. Фресс, Ж. Пиаже. Вып. 5. Пер. с франц. – М.: Изд–во «Прогресс», 1975. – С. 111 – 195.

УСРС 3.

Тема 4.1.3 Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми (2 часа)

Вопросы для изучения

1. Основные характеристики чувств человека. Их художественное изображение и описание.
2. Классификация чувств.
3. Чувства как устойчивые эмоциональные отношения к значимым объектам.
4. Чувства человека как «эмоциональные контакты» (А.Н. Леонтьев).
5. Дружба как сложное моральное чувство. Межличностная аттракция как условие жизни.

Задание. Составить резюме по одной из выбранных книг.

Основная литература 1, 3, 4, 7, 8

1. Бреслав Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: «Смысл», Издательский центр «Академия», 2004. – 544 с.
2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.
3. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. — М.: Изд–во Моск. ун–та, 1984. – 288 с.
4. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.
5. Якобсон, П.М. Психология чувств / П.М. Якобсон. – М.: АПНРСФСР, 1958. – 382 с.

Дополнительная литература 2, 4, 12, 14, 28, 29, 31, 36, 37, 41, 48, 54, 64

6. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб: Питер, 2003. – 271 с.
7. Благонадежина, Л.В. Эмоции и чувства / Л.В. Благонадежина // Психология: Учебник. – М., 1956.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

8. Васильев, И.А. К анализу условий возникновения интеллектуальных эмоций / И.А. Васильев // Психологические исследования интеллектуальной деятельности. – М., 1979.
9. Васильев, И.А. Роль интеллектуальных эмоций в регуляции мыслительной деятельности / И.А. Васильев // Психологический журнал – 1998. – Т.19. – № 4. – С.49–59.
10. Ильин, И.А. Путь к очевидности / И.А. Ильин. – М.: Эксмо–пресс, 1998. – С. 114–130, 152–183, 617–626, 650–656, 665–669.
11. Кон, И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.
12. Куттер, П. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей / П. Куттер. – СПб., 1998.
13. Лук, А.Н. Эмоции и чувства / А.Н. Лук. – М.: «Знание», 1972. – 80 с.
14. Любовь в письмах великих влюбленных. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. – 512 с.
15. Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу. – СПб, 2002. – С. 180–191.
16. Рюриков, Ю.Б. Три влечения: Любовь, ее вчера и завтра / Ю.Б. Рюриков. – Минск: Изд–во «Университетское», 1988. – 271 с.
17. Фромм, Э. Искусство любить / Э. Фромм. – СПб.: «Азбука классика», 2004. – 224 с.

УСРС 4.

Тема 5.1.3 Методики изучения эмоций и чувств (2 часа).

Вопросы для изучения

1. Шкала дифференциальных эмоций.
2. Самооценка эмоциональных состояний.
3. Методика изучения доминирующих эмоций.
4. Методика изучения ценностных эмоций

Задания.

1. Письменные самоотчеты собственных переживаний, вызванных кинофильмом «Брестская крепость». Анализ переживаний героев кинофильма.
2. Составление партитуры переживаний персонажей предложенных художественных текстов.
3. Режиссерские ремарки к специально подобранным художественным текстам.
4. Психологические комментарии эмоциональных состояний и эмоциональных свойств личности по результатам анализа портретной живописи.

Основная литература 2, 3

1. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
2. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Дополнительная литература 25

1. Додонов, Б.И. Эмоция как ценность / Б.И. Додонов. – М.: Политиздат, 1978. – 272 с.

УСРС 5.

Тема 5.2.3 Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности (2 часа).

Вопросы для изучения

1. Основные принципы организации коррекционно-развивающей работы: принцип нормативности, принцип коррекции «сверху–вниз», деятельностный принцип.
2. Основные категории коррекционно-развивающих техник.
3. Философские, художественные тексты, афоризмы, «мудрые мысли» мыслителей разных времен и народов, пословицы и поговорки в структуре коррекционно-развивающих занятий.
4. Вербальные техники кодирования и декодирования эмоций человека.
5. Технологии создания коррекционно-развивающих заданий и упражнений.

Задания.

1. Интерпретировать эмоциональные характеристики личности по предложенным преподавателем (или отобранным самим студентом) фрагментам художественных текстов или репродукций картин.
2. Составить словарь эпитетов, раскрывающих эмоциональные смыслы состояний человека в заданных ситуациях.
3. Разработать собственные упражнения, включающие метафору как средство обозначения эмоций и эмоциональных состояний человека.

Основная литература

1. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

РАЗДЕЛ 3. КОНТРОЛЬ ЗНАНИЙ

Вопросы и задания к зачету

1 Многоаспектность определения эмоций в отечественной и зарубежной психологии. Роль положительных и отрицательных эмоций.
2 Причины эмоций. Многоаспектность художественного анализа причин эмоций человека.
3 Свойства эмоций, их художественный эквивалент.
4 Системный подход в исследовании переживаний человека.
5 Отечественные и зарубежные теории эмоций.
6 Функции эмоций в науке и искусстве: регуляторная, сигнально-отражательная, предвосхищающая, энергетическая (активизирующая). Литературно-художественные примеры.
7 Функции эмоций: побудительная, оценочно-отражательная, функция направления внимания, смысловая. Литературно-художественные примеры.
8 Базальная система эмоциональной регуляции.
9 Принципы психологии эмоций: принцип детерминизма, рефлекторности, динамики, адаптивности, дифференцированности. Подбор литературно-художественных текстов, иллюстрирующих проявление перечисленных принципов.
10 Принципы психологии эмоций: принципы образования эмоциональных комплексов, взаимодействия компонентов эмоций, взаимодействия систем, эмоциональной коммуникации, эмоционального заражения, облегчения личностного развития, саморегуляции.
11 Составление эвристических заданий, предполагающих самостоятельный вывод относительно связи эмоций с перцептивными, выразительными, когнитивными и двигательными ответами. Предложить 3-5 жизненных примеров, доказывающих возникновение одной и той же эмоции в ответ на разные раздражители и наоборот.
12 Классификация эмоций в философских и биологических исследованиях.
13 Классификация эмоций. Различие позиций ученых относительно числа базисных и вторичных эмоций (В. Вундт, Э. Титченер, У. Джемс, Р. Плутчик, Р. Лазарус, К. Изард, Я. Рейковский).
14 Классификация эмоций. Ведущие и ситуативные эмоции; стенические и астенические эмоции; направленные на себя – на других. Ценностные эмоции (классификация Б.И. Додонова). Активационные, тензионные и самооценочные эмоции в теории Л.В. Куликова.
15 Экспрессивный компонент эмоций. Мимические средства экспрессии (лицо человека, глаза, веки, взгляд, улыбка, брови, нижняя часть лица,

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

щеки, подбородок). Мимические признаки базовых и вторичных эмоций. Психомоторные средства экспрессии: жесты, походка, телодвижения, поза, эмоциональные действия. Звуковые и речевые средства экспрессии.

16 Восприятие и понимание эмоций других людей. Эмоциональный интеллект как способность распознавать собственные эмоции, владеть ими и понимать эмоции других людей. Эмоциональная память и эмоциональный слух.

17 Саморегуляция эмоций и чувств.

18 Эмоциональные состояния личности.

19 Настроение как общее эмоциональное состояние, его чувственная основа, мотивация и личностный характер. Основные характеристики настроения, его структура, многообразие причин и форм проявления.

20 Аффективные состояния. Страсть как сильное, стойкое, длительное эмоциональное состояние.

21 Многообразие причин настроения.

22 Сложность и экспрессивность литературного описания настроения человека, его дифференциация и тонкая нюансировка (примеры – по выбору студента).

23 Эмоциональные особенности личности. Эмоциональность как тип темперамента. Модальностные типы эмоциональности. Оптимисты – пессимисты.

24 Эмоциональные особенности личности. Совестливые. Застенчивые, тревожные, обидчивые. Сентиментальные и эмпатийные.

25 Эмоциональные процессы в структуре мыслительной деятельности (см. дополнительный список литературы – 9, 12, 13, 14, 54).

26 Эмоциональная регуляция в речемыслительных процессах и общении (см. дополнительный список литературы – 5, 6, 7, 15).

27 Анализ интернет-ресурсов по проблеме «Психология эмоций» (тема – по выбору студента).

28 Аналитический обзор 2–3 журнальных статей по проблеме «Психология эмоций» (конкретная тема – по выбору студента).

29 Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми. Различие понятий эмоции и чувства. Чувства человека как сложные целостные образования. Нравственные, интеллектуальные, коммуникативные, праксические, эстетические, мировоззренческие чувства.

30 Индикаторы проявления чувств, их детерминанты и последствия.

31 Дружба как избирательная привязанность. Причины дружеских отношений. Критерии выбора друзей. Правила поведения друзей.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

32 Любовь как высшее чувство человека. Понятие любви в философских и психологических учениях.

33 Основные характеристики чувств человека. Их художественное изображение и описание. Классификация чувств.

34 Практическое задание №8 (РЭМ, с. 153-154).

35 Аналитический обзор одной из книг по проблеме психологии любви.

36 Отобрать стихотворения для сборника о счастливой любви.

37 Отобрать стихотворения для сборника о трагической и несчастливой любви.

38 Методики изучения эмоций и чувств. Процедура сбора экспериментального материала, его первичная обработка. Стандартизированные и нестандартизированные методы изучения эмоций и чувств человека.

39 Методики изучения эмоций и чувств. Шкала дифференциальных эмоций. Самооценка эмоциональных состояний.

40 Письменные самоотчеты собственных переживаний, вызванных кинофильмом «Брестская крепость» (или «Утомленные солнцем 2»). Анализ переживаний героев кинофильма.

41 Режиссерские ремарки к специально подобранным художественным текстам (Л.Н. Рожина «Развитие эмоционального мира личности», с. 242–245).

42 Психологические комментарии к эмоциональным состояниям и эмоциональным свойствам личности по результатам анализа портретной живописи (портреты – по выбору студента).

43 Основные принципы организации коррекционно-развивающей работы: принцип нормативности, принцип коррекции «сверху–вниз», деятельностный принцип.

44 Основные категории коррекционно-развивающих техник. Вербальные техники кодирования и декодирования эмоций человека.

45 Философские, художественные тексты, афоризмы, «мудрые мысли» мыслителей разных времен и народов, пословицы и поговорки в структуре коррекционно-развивающих занятий.

46 Технологии создания коррекционно-развивающих заданий и упражнений (на конкретных примерах).

47 Интерпретировать эмоциональные характеристики личности по отобранным самим студентом фрагментам художественных текстов или репродукций картин.

48 Составить словарь эпитетов, раскрывающих эмоциональные смыслы состояний человека в определенных ситуациях. Разработать собственные

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

упражнения, включающие эпитет и метафору как средство обозначения эмоций и эмоциональных состояний человека.

49 Составить терминологический словарь понятий, раскрывающих эмоциональные смыслы концепта «Беларусь».

50 Составить терминологический словарь понятий, раскрывающих эмоциональные смыслы концепта «Победа».

51 Практическое задание № 3 (РЭМ, с. 137)

52 Практическое задание № 3 (РЭМ, с. 147)

53 Практическое задание № 4 (РЭМ, с. 151)

54 Практическое задание № 5 (РЭМ, с. 151)

55 Практическое задание № 9 (РЭМ, с. 154)

56 Практическое задание № 10 (РЭМ, с. 154)

57 Практическое задание № 5 (РЭМ, с. 165)

58 Практическое задание № 1 (РЭМ, с. 193)

59 Практическое задание № 2 (РЭМ, с. 194)

60 Практическое задание № 4 (РЭМ, с. 199)

РЭМ - Л.Н. Рожина «Развитие эмоционального мира личности

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной, воспитательной и
социальной работе
_____ С.И. Коптева
«27» июня _____ 2010 год
Регистрационный № УД-34-04/108/баз.

ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ

(дисциплина по выбору студентов)

Учебная программа по специальности:

1-23 01 04 Психология

2010г.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

СОСТАВИТЕЛИ:

Л.Н. Рожина, доктор психологических наук, профессор

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Т.М. Савельева, заведующая сектором психологии развивающего образования Научно-методического учреждения «Национальный институт образования», доктор психологических наук, профессор

Т.П. Березовская, кандидат психологических наук, доцент

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой общей и дифференциальной психологии
(протокол № 12 от 20 мая 2010 г.);

Научно-методическим советом БГПУ
(протокол № 6 от 23 июня 2010 г.)

Ответственный за редакцию: Л.Н. Рожина

Ответственный за выпуск: Л.Н. Рожина

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Подготовка профессионального компетентного психолога предполагает овладение им разноплановыми знаниями об эмоциях и чувствах человека. Дисциплина «Психология эмоций» направлена на рассмотрение широкого диапазона научных точек зрения на природу и значение эмоций в жизни человека, сложность и многоаспектность эмоциональной сферы личности, обеспечивающей полноту связей между человеком и человеком, человеком и природой, человеком и обществом, влияющей на ход и результаты когнитивных процессов и в целом – на деятельность человека.

Цели и задачи дисциплины, ее место в учебном процессе

Цель – представить систематизированный взгляд на эмоции, их роль в сознании, процессах познания мира и человека, место эмоций в жизни отдельной личности и в формировании человеческих отношений.

Образовательная цель: раскрытие сложности и многогранности эмоциональной сферы человека, ее диагностики, регуляции и саморегуляции; реализация идеи систематизации знаний, основанных на интеграции научного и художественного познания эмоций и чувств; развитие личности «художественно и мыслительно» (И. Ильин) постигающей сущность эмоционального мира человека.

Воспитательная цель: создание предпосылок для становления специалиста, понимающего и осмысливающего незавершенность человеческого развития и самосовершенствования (Э. Фромм), способного выходить за пределы самого себя (В. Франкл), готового снова начать от себя, «ставшего» (М. Мамардашвили).

Цели развития.

– развитие понимания эмоционального смысла воспринимаемых объектов;

– достижение более высокого уровня осознания студентами своего эмоционального потенциала и личностного эмоционального опыта других людей;

– развитие форм эмоционального поведения и расширение возможностей эмоциональной коммуникации;

– достижение единства аффекта и интеллекта, включенность переживаний в сферу познания;

– развитие эмоциональной креативности;

– развитие личности, осознающей, что образование никогда не достигает точки насыщения.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Задачи:

4. Обеспечить усвоение студентами основных направлений исследования эмоций в трудах отечественных и зарубежных психологов.

5. Способствовать овладению умениями и навыками психологической диагностики особенностей эмоциональной сферы человека.

6. Развивать способности самопознания собственного мира эмоций и чувств и личностного эмоционального опыта других людей.

В результате изучения дисциплины студенты должны

знать:

– статус проблемы эмоций и чувств человека в отечественной и зарубежной психологии;

– характеристики различных видов эмоционального регулирования;

– функции эмоций и принципы психологии эмоций;

уметь:

– раскрывать эмоциональный смысл происходящих событий, взаимодействия людей, использовать возможности эмоциональной коммуникации;

– анализировать эмоциональные смыслы художественных текстов;

– использовать соответствующие методы и методики изучения эмоциональной сферы личности;

– составлять коррекционно–развивающие программы, обеспечивающие обогащение мира эмоций и чувств, осознавать свой эмоциональный потенциал, владеть навыками эмоционального реагирования и саморегуляции.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

ТЕМА 1. ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГИИ ЭМОЦИЙ

Определение эмоций в современной психологии (П.К. Анохин, Л.М. Веккер, Б.И. Додонов, К. Изард, А.Н. Леонтьев, В.Н. Мясищев, Я. Рейковский, С.Л. Рубинштейн, П.А. Рудик, П.В. Симонов). Свойства эмоций (В.К. Васильев, В.К. Вилюнас, В. Витвицкий, А.Ф. Лазурский, Н.Н. Ланге, У. Мак–Дугалл). Причины эмоций (Б. Вейнер, В. Вундт, К. Изард, Р. Лазарус, Л.Н. Рожина, С.Л. Рубинштейн, П. Фресс). Многоаспектность художественного анализа причин эмоций.

ТЕМА 2. СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД В ИССЛЕДОВАНИИ ПЕРЕЖИВАНИЙ ЧЕЛОВЕКА

Основные тенденции в определении места, роли функций переживания в психике человека (Ф.Е. Василюк, Л.С. Выготский, Е.П. Ильин, А.Н. Леонтьев, К.К. Платонов, С.Л. Рубинштейн, В.П. Симонов). Рефлексивность природы переживания (Ф.Е. Василюк, В.К. Вилюнас, В. Дильтей). Художественное изображение переживаний человека (литература, живопись, музыка).

ТЕМА 3. ТЕОРИИ ЭМОЦИЙ

Эволюционная теория эмоций Ч. Дарвина. «Ассоциативная» теория В. Вундта. «Периферическая» теория У. Джемса – Г. Ланге. Теория У. Кеннона – П. Барда. Психоаналитическая теория эмоций. Биологическая теория эмоций П.К. Анохина. Фрустрационные теории эмоций. Когнитивистские теории эмоций. Информационная теория эмоций П.В. Симонова. Теория дифференциальных эмоций К. Изарда.

ТЕМА 4. ФУНКЦИИ ЭМОЦИЙ В НАУКЕ И ИСКУССТВЕ

Регуляторная (Аристотель, Р. Декарт, И.А. Васильев, В. Вундт, И.Я. Грот, Д. Джеймс, Г. Ланге, Т. Рибо, К.К. Платонов, Я. Рейковский); сигнально–отражательная (П.К. Анохин, Б.И. Додонов, В.К. Вилюнас, А.Н. Леонтьев); предвосхищающая (А.В. Запорожец, К.К. Платонов, Г.Х. Шингаров, П.В. Симонов, О.К. Тихомиров); энергетическая (П.К. Анохин, А.Ф. Лазурский, П.В. Симонов); побудительная (В.К. Вилюнас, О.В. Дашкевич, А.В. Запорожец, О.К. Тихомиров); оценочно–отражательная (В.К. Вилюнас, Б.И. Додонов, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, П.В. Симонов, О.А. Черникова); смысловая (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, О.К. Тихомиров, И.А. Васильев); функция направления внимания (В.К. Вилюнас, А.Ф. Лазурский, А.Н. Леонтьев, А.Р. Лурия, Ю.А. Макаренко, О.К. Тихомиров, О.А. Черникова).

ТЕМА 5. ПРИНЦИПЫ ПСИХОЛОГИИ ЭМОЦИЙ. ИХ ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ЭКВИВАЛЕНТ

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Принципы детерминизма; рефлекторности; дифференцированности; динамики; адаптивности.

Принципы образования эмоциональных комплексов; взаимодействия компонентов эмоций; эмоциональной коммуникации; взаимодействия систем эмоционального заражения; облегчения личностного развития и принцип саморегуляции (Ч. Дарвин, К. Изард, Р. Лазарус, О.Г. Маурер, Р. Плутчик, Л.Н. Рожина, С.С. Томкинс, П. Экман).

ТЕМА 6. КЛАССИФИКАЦИЯ ЭМОЦИЙ

Различные подходы к классификации эмоций (В. Вундт, Р. Декарт, Р. Лазарус, Р. Плутчик, П.В. Симонов, Г. Спенсер, Б. Спиноза, Э. Титченер). Классификация эмоций Б.И. Додонова, В.К. Вилюнаса, Л.В. Куликова. Художественно–психологическое измерение классификации эмоций.

ТЕМА 7. ЭКСПРЕССИВНЫЙ КОМПОНЕНТ ЭМОЦИЙ

Мимические средства экспрессии (А.А. Бодалев, К. Изард, В.А. Лабунская, Л.Н. Рожина, П. Экман). Психомоторные средства экспрессии (выразительные движения) (Т.В. Курбатова, Л.Н. Рожина, К.Д. Шафранская). Звуковые и речевые средства экспрессии (Т.Ф. Бажин, Н.В. Витт, А.А. Леонтьев, А.Е. Ольшанникова, Л.Н. Рожина). Возможности многообразного вербального описания экспрессивного компонента эмоций, их отражение в литературе, музыке и изобразительном искусстве (Р. Вакенродер, Б. Вейнер, Р. Лазарус, П. Фресс).

ТЕМА 8. ХАРАКТЕРИСТИКА РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РЕАГИРОВАНИЯ В НАУКЕ И ИСКУССТВЕ

Предметность, качество, интенсивность, длительность протекания, знак, реактивность, степень произвольного контроля эмоционального реагирования. Виды и уровни эмоционального реагирования. Многокомпонентность эмоций (В.К. Вилюнас, К. Изард, В.М. Смирнов, С.Л. Рубинштейн, А.И. Трохачев, Е.Д. Хомская). Психофизиологические компоненты эмоций (У.Джемс, Л.Я. Дорфман, Р. Лазарус, Д. Лайкен, Г. Ланге, Р. Левинсон, А.К. Попов, Н.М. Тринова).

ТЕМА 9. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ. ИХ ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ЭКВИВАЛЕНТ

Эмоциональные состояния как целостная реакция человека на внешние и внутренние стимулы, направленная на достижение полезного результата (Е.П. Ильин). Состояние как переживание субъекта и как деятельность различных его функциональных систем (К. Изард, Н.В. Левитов). Настроение как общее эмоциональное состояние, его чувственная основа, мотивация и личностный характер. Основные характеристики настроения, его структура, многообразие причин и форм проявления (Л.М. Веккер, К. Изард, Л.В. Куликов, Н.Д.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Левитов, А.Г. Маклаков, К. Прибрам, С.Л. Рубинштейн). Аффективные состояния. Страсть как сильное, стойкое, длительное эмоциональное состояние (Л.С. Выготский, Р. Декарт, К. Изард, Е.П. Ильин, С.Л. Рубинштейн, Б. Спиноза).

ТЕМА 10. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ

Эмоциональная возбудимость, глубина, ригидность – лабильность. Эмоциональная устойчивость, экспрессивность. Эмоциональность как интегральное свойство человека. Эмоциональные типы. Модальностные профили эмоциональности. Оптимисты – пессимисты. Застенчивые, сентиментальные, эмпатийные, тревожные, совестливые (Л.М. Аболин, В.В. Бойко, М.И. Дьяченко и В.А. Пономаренко, П.Б. Зильберман, Ф. Зимбардо, Е.П. Ильин, Р. Кеттел, А.Ф. Лазурский, В.С. Мерлин, В.Д. Небылицын, К.К. Платонов, Я. Рейковский, Б.М. Теплов, П. Фресс).

ТЕМА 11. ВОСПРИЯТИЕ И ПОНИМАНИЕ ЭМОЦИЙ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ

Эмоциональный интеллект как способность распознавать собственные эмоции, владеть ими и понимать эмоции других людей (И.Н. Андреева, Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Д. Карузо, Д.В. Люсин, Дж. Майер, П. Сэловей). Эмоциональная память как способность запоминать и воспроизводить эмоции и чувства (П.П. Блонский, Е.А. Громова, У. Джемс, О.А. Черникова). Эмоциональный слух как способность опознавать эмоции по речи и пению (Е.П. Гусева, И.А. Левочкина, В.П. Морозов, В.В. Печенков, И.В. Тихомирова). Роль аффективно–когнитивных структур в опознании эмоций. Идентификации эмоций по мимике и пантомимике, речи (Е.Ф. Бажин, К. Изард, В.А. Лабунская, Л.Н. Рожина, С.Л. Рубинштейн, П. Экман). Вербальные эталоны восприятия экспрессии различных эмоций (А.А. Бодалев, В.А. Лабунская, Л.Н. Рожина).

ТЕМА 12. ЧУВСТВА ЧЕЛОВЕКА КАК ФОРМА ПЕРЕЖИВАНИЯ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ЧЕЛОВЕКА С МИРОМ И ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ

Различие понятий эмоции и чувства. Чувства человека как сложные ценностные образования. Опредмеченность чувств, устойчивость, глубина, широта, противоречивость. Нравственные, интеллектуальные, коммуникативные, праксические, эстетические, мировоззренческие чувства. Индикаторы проявления чувств, их детерминанты и последствия (Л.В. Благонадежина, В.Вундт, Е.П. Ильин, А.Н. Леонтьев, В.Н. Мясищев, К.К. Платонов, С.Л. Рубинштейн, П.В. Симонов, П.М. Якобсон).

Дружба как избирательная привязанность. Причины дружеских отношений. Критерии выбора друзей. Правила поведения друзей. Любовь как высшее чувство человека. Понятие любви в философских и психологических

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

учениях (М. Аргайл, К. Изард, И. Кон, Ф. Ницше, Платон, К.К. Платонов, Б. Спиноза, Р. Стернберг, Д.И. Фельдштейн, З. Фрейд, Э. Фромм, А. Шопенгауэр).

ТЕМА 13. МЕТОДИКИ ИЗУЧЕНИЯ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ

Психологические методики изучения дифференциальных эмоций. Методики изучения эмоциональных состояний. Методики изучения эмоциональных свойств личности. Методики изучения эмоциональных типов. Методики изучения эмоциональной экспрессии (Г. Айзенк, Е.В. Бутина, Е.В. Бойко, Т. Дембо, Ф. Зимбардо, К Изард, Е.П. Ильин, В. Кноульмич, А.Е. Ольшанникова, Л.А. Рабинович, Д. Рассел, Л.Н. Рожина, В.М. Русалов, Н. Холл, И.М. Юсупов).

ТЕМА 14. РАЗВИТИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ

Основные принципы организации коррекционно–развивающей работы: принцип нормативности, принцип коррекции «сверху–вниз», деятельностный принцип. Основные категории, являющиеся основой в разработке коррекционно–развивающих процедур, – категории образа, действия, мотивации, общения, категория индивид–личность, категория индивидуальности. Произведения искусства, – философские, мемуарные, эпистолярные тексты – в структуре коррекционно–развивающих программ.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА

прохождения дисциплины на дневной форме получения образования

Номер раздела, темы, занятия	Название темы, занятия, перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля знаний
		Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Управляемая самостоятельная работа студента			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ В НАУКЕ И ИСКУССТВЕ							
1.1. 1	Предмет психологии эмоций. Проблемы. Задачи. 1. Многоаспектность определения эмоций в отечественной и зарубежной психологии. 2. Проблемы психологии эмоций. 3. Задачи курса «Психология эмоций». 4. Причины эмоций: организмическое возбуждение, нейронная активация; когнитивные процессы, когнитивная оценка; социальные регуляторы; разность между имеющейся и необходимой информацией для удовлетворения потребности; эффект новизны; взаимодействие потребности и	4				Документальные и художественные тексты	1 2 3 4 7 [4] [10] [19] [39]	Проверка конспектов и тезисов

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	возможности достижения цели.							
1.1. 2	Предмет психологии эмоций. Проблемы. Задачи. 1. Свойства эмоций: универсальность, доминантность, суммация и «упрочение», пристрастность, пластичность, иррадиация, перенос, амбивалентность, заражение, переключаемость. 2. Многоаспектность художественного анализа причин эмоций: успех – неупех в деятельности; удовлетворение – неудовлетворение потребностей; общение с другими, общение с собой, образ Я, общение с природой, художественная коммуникация; поступки людей и их личностные качества, собственные поступки; чувства и эмоции других людей; размышления; наглядные образы (представление, воображение, мечты), воспоминания; жизненные события личного характера; проблемы (свои и других людей); события общественной и политической жизни; ценности, интересы, физические состояния. 3. Причины эмоций по К. Изарду.		2			Документальные и художественные тексты. Мемуарная, эпистолярная литература	1 2 7 [1] [8] [13] [19] [28] [35]	Научные сообщения
1.2. 1	Системный подход в исследовании переживаний человека. 1. Понятие переживания, его связь с сознанием. 2. Переживание как категория	2					2 3 7 [15]	Обзор журнальных публикаций по теме

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	эмоциональных явлений. 3. Рефлексивность природы переживания. 4. Переживание как комплексное явление.						[55]	
1.3. 1	Теории эмоций. 1. Эволюционная теория эмоций Ч. Дарвина. «Ассоциативная» теория В. Вундта. 2.«Периферическая» теория У. Джемса – Г. Ланге. Теория У. Кеннона – П. Барда. 3. Психоаналитическая теория эмоций. 4. Биологическая теория эмоций П.К. Анохина. 5. Когнитивистские и фрустрационные теории эмоций. 6. Информационная теория эмоций П.В. Симонова. 7. Теория дифференциальных эмоций К. Изарда.		2				1 3 [19] [56]	Тези[illegible] соответствующих [illegible]кстов
1.4. 1	Функции эмоций в науке и искусстве. 1. Регуляторная и побудительная функции эмоций. 2. Сигнально-отражательная и оценочно-отражательная функции эмоций. 3. Предвосхищающая и функция направления внимания. 4. Активизирующая (энергетическая) и смысловая функции эмоций. 5. Значение эмоций в науке, искусстве, творчестве.	2				Философские, документальные, художественные тексты. Фонограммы.	2 3 6 [1] [9] [13] [14] [17] [35] [41]	
1.4. 2	Функции эмоций в науке и искусстве. 1. Подготовить научное сообщение по теме.			2			[55] [61]	Проверка выполненных

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	2. Составить соответствующие таблицы. 3. Подобрать примеры, иллюстрирующие функции эмоций.							заданий
1.5. 1	Принципы психологии эмоций. Их художественный эквивалент. 1. Принципы детерминизма; рефлекторности; дифференцированности; динамики; адаптивности. 2. Принципы образования эмоциональных комплексов; взаимодействия компонентов эмоций; взаимодействия систем. 3. Эмоциональной коммуникации; эмоционального заражения; облегчения личностного развития; саморегуляции.	2					2 6 [1] [21] [51]	
1.5. 2	Принципы психологии эмоций. Их художественный эквивалент. 1. Подбор литературных, художественных и музыкальных примеров, иллюстрирующих проявление принципов психологии эмоций. 2. Составление эвристических заданий, предполагающих самостоятельный вывод относительно связи эмоций с перцептивными, выразительными, когнитивными и двигательными ответами. 3. Предложить 3-5 жизненных примеров, доказывающих возникновение одной и той же эмоции в ответ на разные раздражители и наоборот.		2			Художественные тексты. Фонограммы. Репродукции картин. Слайды. Фотографии.		Проверка письменно выполненных заданий
1.6. 1.	Классификация эмоций. 1. Классификация эмоций в философских и	4					2 3	Проверка конспектов,

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	биологических исследованиях (Аристотель, Б. Спиноза, Р. Декарт, И. Кант, Ч. Дарвин, Г. Спенсер). 2. Различие позиций ученых относительно числа базисных и вторичных эмоций (В. Вундт, Э. Титченер, У. Джемс, Р. Плутчик, Р. Лазарус, К. Изард, Я. Рейковский). 3. Ведущие и ситуативные эмоции; стенические и астенические эмоции; направленные на себя – на других. 4. Ценностные эмоции (классификация Б.И. Додонова). 5. Активационные, тензионные и самооценочные эмоции в теории Л.В. Куликова.						5 [18] [23] [25] [57]	тезисов, развернутых или тезисных планов
2	ЭКСПРЕССИВНЫЙ КОМПОНЕНТ ЭМОЦИЙ							
2.1.1	Экспрессивный компонент эмоций 1. Мимические средства экспрессии (лицо человека, глаза, взгляд, улыбка, брови, нижняя часть лица, щеки, подбородок). Мимические признаки базовых и вторичных эмоций. 2. Психомоторные средства экспрессии: жесты, походка, телодвижения, поза, эмоциональные действия. 3. Звуковые и речевые средства экспрессии: богатство интонационных оттенков, логические ударения, тональность голоса, темп речи, лексические особенности,	2					2 6 [49] [50] [51]	Проверка научных докладов, творческих работ

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	свободное и точное выражение мыслей и эмоций. Взаимодействие разных видов информации об эмоциях в системе речевого общения.							
2.1. 2	Экспрессивный компонент эмоций. 1.Психологический анализ художественного изображения экспрессивного компонента эмоций. ➢ Отбор литературно-художественных текстов и произведений портретной живописи с целью их использования в выполнении практических заданий. ➢ Составление психологического диктанта, включающего атрибутивные характеристики голоса человека. ➢ Составление психологической партитуры художественного описания выражения глаз, взгляда, улыбки, лица как индикаторов эмоций. ➢ Разработка заданий, направленных на выявление эмоциональных смыслов художественного изображения психомоторных средств экспрессии.			2		Документальные и художественные тексты. Репродукции картин. Фонограммы. Слайды. Фотографии.		Проверка письменно выполненных заданий
2.2. 1	Восприятие и понимание эмоций других людей. 1. Эмоциональный интеллект как способность распознавать собственные эмоции, владеть ими и понимать эмоции других людей. 2. Эмоциональная память и эмоциональный			2			3 [20] [38] [42]	Обзор журнальных публикаций

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	слух. 3. Идентификация эмоций по мимике, пантомимике. 4. Идентификация эмоций по речи.							
2.2. 2	Восприятие и понимание эмоций других людей. 1.Вербальные эталоны восприятия экспрессии различных эмоций: – восприятие положительных эмоций; – восприятие отрицательных эмоций; – восприятие амбивалентных эмоций. 2. Декодирование художественного изображения эмоций человека.				2		По выбору студента	Научные сообщения по теме
3	ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РЕАГИРОВАНИЕ КАК САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ ФЕНОМЕН							
3.1. 1	Характеристика различных видов эмоционального реагирования в науке и искусстве. 1. Эмоциональное реагирование и его характеристики, их представленность в художественных текстах. 2. Виды и уровни эмоционального реагирования в науке и художественных описаниях. 3. Многокомпонентность эмоций. 4. Психофизиологические компоненты эмоций. 5. Эмоциональный тон ощущений.	4				Документальные и художественные тексты.	2 3 7 [16] [33] [50]	Подбор и анализ Интернет ресурсов по изучаемой теме

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

3.1. 2	Характеристика различных видов эмоционального реагирования в науке и искусстве. 1. Анализ типичных характеристик эмоционального реагирования. Примеры художественных текстов. 2. Психологические компоненты эмоций. 3. Виды и уровни эмоционального реагирования. Эмоциональные реакции как один из видов эмоционального реагирования. Многозначность эмоциональных реакций, представленных в художественных текстах.		2				3 7	Самоотчеты эмоционального реагирования в ситуации просмотра художественного фильма (по выбору студента) или прослушивания живого выступления симфонического оркестра (по выбору студента)
3.2. 1	Эмоциональные состояния личности. Их художественный эквивалент. 1. Эмоциональные состояния как целостная реакция человека на внешние и внутренние стимулы, как переживание субъекта и как деятельность различных его функциональных систем. 2. Настроение как общее эмоциональное состояние, его чувственная основа, мотивация и личностный характер. 3. Основные характеристики настроения, его структура, многообразие причин и форм проявления. 4. Аффективные состояния. 5. Страсть как сильное, стойкое, длительное	2				Документальные и художественные тексты. Фонограмма.	1 2 3 4 6 7 [19] [22] [30] [34] [35] [50] [51] [57]	Устные сообщения

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	эмоциональное состояние.							
3.2. 2	Эмоциональные состояния личности. Их художественный эквивалент. 1. Настроение, его основные характеристики, структура, чувственная основа. 2. Многообразие причин настроения. 3. Формы внешнего проявления настроения. 4. Сложность и экспрессивность литературного описания настроения человека, его дифференциация и тонкая нюансировка.			2				Резюме по теме
3.3. 1	Эмоциональные особенности личности. 1. Эмоциональные свойства человека: возбудимость, глубина, устойчивость. 2. Эмоциональная лабильность – ригидность. 3. Экспрессивность как эмоциональное свойство человека. 4. Эмоциональность как интегральное свойство человека.	2					1 3 7 [26] [24] [63]	
3.3. 2	Эмоциональные особенности личности. 1. Эмоциональность как тип темперамента. 2. Модальностные типы эмоциональности. 3. Оптимисты – пессимисты. 4. Сластолюбивые. 5. Застенчивые, тревожные, обидчивые. 6. Сентиментальные и эмпатийные.				2	Документальная, историческая, художественная литература	4 [47]	Психологический портрет эмоциональных свойств личности и эмоциональных типов великих белорусов (по выбору студента)
4	ЧУВСТВА ЧЕЛОВЕКА В НАУКЕ И ИСКУССТВЕ							

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

4.1.1	Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми. 1. Различие понятий эмоции и чувства. 2. Чувства человека как сложные целостные образования. Нравственные, интеллектуальные, коммуникативные, праксические, эстетические, мировоззренческие чувства. 3. Индикаторы проявления чувств, их детерминанты и последствия. 4. Дружба как избирательная привязанность. Причины дружеских отношений. Критерии выбора друзей. Правила поведения друзей. 5. Любовь как высшее чувство человека. Понятие любви в философских и психологических учениях.	6					1 3 4 7 8 [2] [4] [12] [14] [28] [29] [31] [36] [37] [41] [48] [54] [64]	
4.1.2	Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми. 1. Основные характеристики чувств человека. Их художественное изображение и описание. 2. Классификация чувств. 3. Чувства как устойчивые эмоциональные отношения к значимым объектам. 4. Чувства человека как «эмоциональные контакты» (А.Н. Леонтьев). 5. Дружба как сложное моральное чувство. Межличностная аттракция как условие жизни.		2			Художественная, мемуарная, автобиографическая, эпистолярная литература, художественные фильмы, театральные постановки		Научные сообщения

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

4.1.3	Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми. 1.Составить резюме по одной из выбранных книг.				2			Проверка и анализ составленных резюме
5	МЕТОДИКИ ИЗУЧЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ							
5.1.1	Методики изучения эмоций и чувств. 1. Общие требования к отбору методик изучения эмоций человека. 2. Процедура сбора экспериментального материала, его первичная обработка. 3. Стандартизированные и нестандартизированные методы изучения эмоций и чувств человека.	4					2 3 6 [23] [25] [39] [40] [43]	
5.1.2	Методики изучения эмоций и чувств 1. Шкала дифференциальных эмоций. 2. Самооценка эмоциональных состояний. 3. Методика изучения доминирующих эмоций. 4. Методика изучения ценностных эмоций.			2			2 3 [25]	
5.1.3	Методики изучения эмоций и чувств. 1. Письменные самоотчеты собственных переживаний, вызванных кинофильмом «Брестская крепость». Анализ переживаний героев кинофильма. 2. Составление партитуры переживаний персонажей предложенных художественных текстов.				2	Художественные тексты, репродукции портретной живописи, слайды		Проверка выполненных заданий

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	3. Режиссерские ремарки к специально подобранным художественным текстам. 4. Психологические комментарии эмоциональных состояний и эмоциональных свойств личности по результатам анализа портретной живописи.							
5.2.1	Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности. 1. Основные принципы организации коррекционно-развивающей работы: принцип нормативности, принцип коррекции «сверху–вниз», деятельностный принцип. 2. Основные категории коррекционно-развивающих техник. 3. Философские, художественные тексты, афоризмы, «мудрые мысли» мыслителей разных времен и народов, пословицы и поговорки в структуре коррекционно-развивающих занятий. 4. Вербальные техники кодирования и декодирования эмоций человека. 5. Технологии создания коррекционно-развивающих заданий и упражнений.	4				Философские, художественные тексты, пословицы и поговорки народов мира	3, стр. 651-663 6, стр. 131-217	Подбор и анализ Интернет ресурсов по теме
5.2.2	Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности. 1. Составить триады эмоциональных смыслов. 2. Выполнение упражнений «Алфавит», «Ассоциации», «Цепочка эпитетов», «Синестезия», «Оценка», «Россыпи слов».			2		Фонограммы музыкальных фрагментов, художественные тексты, репродукции живописи	6	Проверка выполненных заданий на занятии

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	3. Оценочная шкала эмоций. 4. Дифференциация эмоций. 5. Богатство языка.							
5.2.3	Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности. 1. Интерпретировать эмоциональные характеристики личности по предложенным преподавателем (или отобранным самим студентом) фрагментам художественных текстов или репродукций картин. 2. Составить словарь эпитетов, раскрывающих эмоциональные смыслы состояний человека в заданных ситуациях. 3. Разработать собственные упражнения, включающие метафору как средство обозначения эмоций и эмоциональных состояний человека.				2			Проверка письменных заданий

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА

прохождения дисциплины на заочной форме получения образования

Номер раздела, темы, занятия	Название темы, занятия, перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Формы контроля знаний
		Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ В НАУКЕ И ИСКУССТВЕ							
1.1. 1	Предмет психологии эмоций. Проблемы. Задачи. 1. Многоаспектность определения эмоции отечественной и зарубежной психологии. 2. Проблемы психологии эмоции. 3. Задачи курса «Психология эмоций». 4. Причины эмоций: организмическое возбуждение, нейронная активация; когнитивные процессы, когнитивная оценка; социальные регуляторы; разность между имеющейся и необходимой информацией для удовлетворения потребности; эффект новизны; взаимодействие потребности и возможности достижения цели.	2			2 (лекционные)	Документальные и художественные тексты	1 2 3 4 7 [4] [10] [19] [39]	Проверка конспектов и тезисов

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

1.1. 2	Предмет психологии эмоций. Проблемы. Задачи. 1. Свойства эмоций: универсальность, доминантность, суммация и «упрочение», пристрастность, пластичность, иррадиация, перенос, амбивалентность, заражение, переключаемость. 2. Многоаспектность художественного анализа причин эмоций: успех – неупех в деятельности; удовлетворение – неудовлетворение потребностей; общение с другими, общение с собой, образ Я, общение с природой, художественная коммуникация; поступки людей и их личностные качества, собственные поступки; чувства и эмоции других людей; размышления; наглядные образы (представление, воображение, мечты); воспоминания; жизненные события личного характера; проблемы (свои и других людей); события общественной и политической жизни; ценности, интересы, физические состояния. 3. Признаки эмоций по К. Изарду.				2 (семинарские)	Документальные и художественные тексты. Мемуарная, эпистолярная литература	1 2 7 [1] [8] [13] [19] [28] [35]	Научные сообщения
1.2. 1	Системный подход в исследовании переживаний человека. 1. Понятие переживания, его связь с сознанием. 2. Переживание как категория эмоциональных явлений. 3. Рефлексивность природы переживания. 4. Переживание как комплексное явление.				2 (лекционные)		2 3 7 [15] [55]	Обзор журнальных публикаций по теме

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

1.3. 1	Теории эмоций. 1. Эволюционная теория эмоций Ч. Дарвина. «Ассоциативная» теория В. Вундта. 2.«Периферическая» теория У. Джемса – Г. Ланге. Теория У. Кеннона – П. Барда. 3. Психоаналитическая теория эмоций. 4. Биологическая теория эмоций П.К. Анохина. 5. Когнитивистские и фрустрационные теории эмоций. 6. Информационная теория эмоций П.В. Симонова. 7. Теория дифференциальных эмоций К. Изарда.				2 (семинарские)		1 3 [19] [6]	Тезисы соответствующих текстов
1.4. 1	Функции эмоций в науке и искусстве. 1. Регуляторная и побудительная функции эмоций. 2. Сигнально-отражательная и оценочно- отражательная функции эмоций. 3. Предвосхищающая и функция направления внимания. 4. Активизирующая (энергетическая) и смысловая функции эмоций. 5. Знач[illegible]ие эмоций в науке, искусстве, творчестве.				2 (лекционные)	Философские, документальные, художественные тексты. Фонограммы.	2 3 6 [1] [9] [13] [14] [17] [35] [41]	
1.4. 2	Функции эмоций в науке и искусстве. 1. Подготовить научное сообщение по теме. 2. Составить соответствующие таблицы. 3. Подобрать примеры, иллюстрирующие функции эмоций.				2 (практические)		[55] [61]	Проверка выполненных заданий
1.5. 1	Принципы психологии эмоций. Их художественный эквивалент.				2 (лекционные)		2 6	

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	1. Принципы детерминизма; рефлекторности; дифференцированности; динамики; адаптивности. 2. Принципы образования эмоциональных комплексов; взаимодействия компонентов эмоций; взаимодействия систем. 3. Эмоциональной коммуникации; эмоционального заражения; облегчения личностного развития; саморегуляции.						[1] [21] [51]	
1.5. 2	Принципы психологии эмоций. Их художественный эквивалент. 1. Подбор литературных, художественных и музыкальных примеров, иллюстрирующих проявление принципов психологии эмоций. 2. Составление эвристических заданий, предполагающих самостоятельный вывод относительно связи эмоций с перцептивными, выразительными, когнитивными и двигательными ответами. 3. Предложить 3-5 жизненных примеров, доказывающих возникновение одной и той же эмоции в ответ на разные раздражители и наоборот.				2 (практические	Художественные тексты. Фонограммы. Репродукции картин. Слайды. Фотографии.		Проверка письменно выполненных заданий
1.6. 1.	Классификация эмоций. 1. Классификация эмоций в философских и биологических исследованиях (Аристотель, Б. Спиноза, Р. Декарт, И. Кант, Ч. Дарвин, Г. Спенсер). 2. Различие позиций ученых относительно числа базисных и вторичных эмоций (В. Вундт, Э. Титченер, У. Джемс, Р. Плутчик, Р. Лазарус, К. Изард, Я. Рейковский).	2			2 (лекционные)		2 3 5 [18] [23] [25] [57]	Проверка конспектов, тезисов, развернутых или цитатных планов

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	3. Ведущие и ситуативные эмоции; стенические и астенические эмоции; направленные на себя – на других. 4. Ценностные эмоции (классификация Б.И. Додонова). 5. Активационные, тензионные и самооценочные эмоции в теории Л.В. Куликова.							
2	ЭКСПРЕССИВНЫЙ КОМПОНЕНТ ЭМОЦИЙ							
2.1.1	Экспрессивный компонент эмоций. 1. Мимические средства экспрессии (лицо человека, глаза, веки, взгляд, улыбка, брови, нижняя часть лица, щеки, подбородок). Мимические признаки базовых и вторичных эмоций. 2. Психомоторные средства экспрессии: жесты, походка, телодвижения, поза, эмоциональные действия. 3. Звуковые и речевые средства экспрессии: богатство интонационных оттенков, логические ударения, тональность голоса, темп речи, лексические особенности, свободное и точное выражение мыслей и эмоций. Взаимодействие разных видов информации об эмоциях в системе речевого общения.	2					2 6 [49] [50] [51]	Проверка научных докладов, творческих работ
2.1.2	Экспрессивный компонент эмоций. 1.Психологический анализ художественного изображения экспрессивного компонента эмоций. ➢ Отбор литературно-художественных				2 (практические)	Документальные и художественные тексты. Репродукции картин. Фонограммы.		Проверка письменно выполненных заданий

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	текстов и произведений портретной живописи с целью их использования в выполнении практических заданий. ➢ Составление психологического диктанта, включающего атрибутивные характеристики голоса человека. ➢ Составление психологической партитуры художественного описания выражения глаз, взгляда, улыбки, лица как индикаторов эмоций. ➢ Разработка заданий, направленных на выявление эмоциональных смыслов художественного изображения психомоторных средств экспрессии.					Слайды. Фотографии.		
2.2.1	Восприятие и понимание эмоций других людей. 1. Эмоциональный интеллект как способность распознавать собственные эмоции, владеть ими и понимать эмоции других людей. 2. Эмоциональная памят[illegible]и эмо[illegible]альны[illegible] слух. 3. Идентифи[illegible]ция эмоций [illegible] мимике, панто[illegible]ике. 4. Идентифик[illegible]ия эмоций по речи.				2 [illegible]лекционные)		3 [20] [38] [42]	Обзор журнальных публикаций
2.2.2	Восприятие и понимание эмоций других людей. 1.В[illegible]роальные эталоны восприятия экспрессии различных эмоций: – восприятие положительных эмоций; – восприятие отрицательных эмоций; – восприятие амбивалентных эмоций.				2 (семинарские)		По выбору студента	Научные сообщения по теме

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	2. Декодирование художественного изображения эмоций человека.							
3	ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РЕАГИРОВАНИЕ КАК САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ ФЕНОМЕН							
3.1.1	Характеристика различных видов эмоционального реагирования в науке и искусстве. 1. Эмоциональное реагирование и его характеристики, их представленность в художественных текстах. 2. Виды и уровни эмоционального реагирования в науке и художественных описаниях. 3. Многокомпонентность эмоций. 4. Психофизиологические компоненты эмоций. 5. Эмоциональный тон ощущений.	2			2 (лекционные)	Документальные и художественные тексты	2 3 7 [16] [33] [50]	Подбор и анализ Интернет ресурсов по изучаемой теме
3.1.2	Характеристика различных видов эмоционального реагирования в науке и искусстве. 1. Анализ типичных характеристик эмоционального реагирования. Примеры художественных текстов. 2. Психологические компоненты эмоций. 3. Виды и уровни эмоционального реагирования. Эмоциональные реакции как один из видов эмоционального реагирования. Многозначность эмоциональных реакций, представленных в художественных текстах.				2 (семинарские)		3 7	Самоотчеты эмоционального реагирования в ситуации просмотра художественного фильма (по выбору студента) или прослушивания живого выступления симфонического оркестра (по выбору студента)

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

3.2. 1	Эмоциональные состояния личности. Их художественный эквивалент. 1. Эмоциональные состояния как целостная реакция человека на внешние и внутренние стимулы, как переживание субъекта и как деятельность различных его функциональных систем. 2. Настроение как общее эмоциональное состояние, его чувственная основа, мотивация и личностный характер. 3. Основные характеристики настроения, его структура, многообразие причин и форм проявления. 4. Аффективные состояния. 5. Страсть как сильное, стойкое, длительное эмоциональное состояние.				2 (лекционные)	Документальные и художественные тексты. Фонограмма.	1 2 3 4 5 7 [18] [22] [30] [34] [35] [50] [51] [57]	Устные сообщения
3.2. 2	Эмоциональные состояния личности. Их художественный эквивалент. 1. Настроение, его основные характеристики, структура, чувственная основа. 2. Многообразие причин настроения. 3. Формы внешнего проявления настроения. 4. Сложность и экспрессивность литературного описания настроения человека, его дифференциация и тонкая нюансировка.				2 (практические)			Резюме по теме
3.3. 1	Эмоциональные особенности личности. 1. Эмоциональные свойства человека: возбудимость, глубина, устойчивость. 2. Эмоциональная лабильность – ригидность.				2 (лекционные)		1 3 7 [26]	

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	3. Экспрессивность как эмоциональное свойство человека. 4. Эмоциональность как интегральное свойство человека.						[24] [63]	
3.3. 2	Эмоциональные особенности личности. 1. Эмоциональность как тип темперамента. 2. Модальностные типы эмоциональности. 3. Оптимисты – пессимисты. 4. Совестливые. 5. Застенчивые, тревожные, обидчивые. 6. Сентиментальные и эмпатийные.				2 (семинарские)	Документальная, историческая, художественная литература	[47]	Психологический портрет эмоциональных свойств личности и эмоциональных типов великих белорусов (по выбору студента)
4	ЧУВСТВА ЧЕЛОВЕКА В НАУКЕ И ИСКУССТВЕ							
4.1. 1	Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми. 1. Различие понятий эмоции и чувства. 2. Чувства человека как сложные целостные образования. Нравственные, интеллектуальные, коммуникативные праксические, эстетические, мировоззренческие чувства. 3. Индикаторы проявления чувств, их детерминанты и последствия. 4. Дружба как избирательная привязанность. Причины дружеских отношений. Критерии выбора друзей. Правила поведения друзей. 5. Любовь как высшее чувство человека. Понятие любви в философских и психологических учениях.	2			2 (лекционные)		1 3 4 7 8 [2] [4] [12] [14] [28] [29] [31] [36] [37] [41] [48] [54]	

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

4.1.2	Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми. 1. Основные характеристики чувств человека. Их художественное изображение и описание. 2. Классификация чувств. 3. Чувства как устойчивые эмоциональные отношения к значимым объектам. 4. Чувства человека как «эмоциональные контакты» (А.Н. Леонтьев). 5. Дружба как сложное моральное чувство. Межличностная аттракция как условие жизни.				2 (семинарские)	Художественная, мемуарная, автобиографическая, эпистолярная литература, художественные фильмы, театральные постановки	[64]	Научные сообщения
4.1.3	Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми. 1.Составить резюме по одной из выбранных книг.				2 (практические)			Проверка и анализ составленных резюме
5	МЕТОДИКИ ИЗУЧЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ							
5.1.1	Методики изучения эмоций и чувств. 1. Общие требования к отбору методик изучения эмоций человека. 2. Процедура сбора экспериментального материала, его первичная обработка. 3. Стандартизированные и нестандартизированные методы изучения эмоций и чувств человека.				2 (лекционные)		2 3 6 [23] [25] [39] [40] [43]	
5.1.2	Методики изучения эмоций и чувств. 1. Шкала дифференциальных эмоций.				2 (лекционные)		2 3	

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	2. Самооценка эмоциональных состояний. 3. Методика изучения доминирующих эмоций. 4. Методика изучения ценностных эмоций.						[25]	
5.1.3	Методики изучения эмоций и чувств. 1. Письменные самоотчеты собственных переживаний, вызванных кинофильмом «Брестская крепость». Анализ переживаний героев кинофильма. 2. Составление партитуры переживаний персонажей предложенных художественных текстов. 3. Режиссерские ремарки к специально подобранным художественным текстам. 4. Психологические комментарии эмоциональных состояний и эмоциональных свойств личности по результатам анализа портретной живописи.				2 (практические)	Художественные тексты, репродукции портретной живописи, слайды		Проверка выполненных заданий
5.2.1	Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности. 1. Основные принципы организации коррекционно-развивающей работы: принцип нормативности, принцип коррекции «сверху–вниз», деятельностный принцип. 2. Основные категории коррекционно-развивающих техник. 3. Философские, художественные тексты, афоризмы, «мудрые мысли» мыслителей разных времен и народов, пословицы и поговорки в структуре коррекционно-развивающих занятий.				2 (лекционные)	Философские, художественные тексты, пословицы и поговорки народов мира	3, стр. 651-663 6, стр. 131-217	Подбор и анализ Интернет ресурсов по теме

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

	4. Вербальные техники кодирования и декодирования эмоций человека. 5. Технологии создания коррекционно-развивающих заданий и упражнений.							
5.2.2	Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности. 1. Составить триады эмоциональных смыслов. 2. Выполнение упражнений «Алфавит», «Ассоциации», «Цепочка эпитетов», «Синестезия», «Оценка», «Россыпи слов». 3. Оценочная шкала эмоций. 4. Дифференциация эмоций. 5. Богатство языка.				2 (лекционные)	Фонограммы музыкальных фрагментов, художественные тексты, репродукции живописи		Проверка выполненных заданий на занятии
5.2.3	Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности. 1. Интерпретировать эмоциональные характеристики личности по предложенным преподавателем (или отобранным самим студентом) фрагментам художественных текстов или репродукции картин. 2. Составить словарь эпитетов, раскрывающих эмоциональные смыслы состояний человека в заданных ситуациях. 3. Разработать собственные упражнения, включающие метафору как средство обозначения эмоций и эмоциональных состояний человека.				2 (практические)			Проверка письменных заданий

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

1) СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Бреслав Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: «Смысл» Издательский центр «Академия», 2004. – 544 с.
2. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Питер, 2007. – 464 с.
3. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 752 с.
4. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. — М.: Изд–во Моск. ун–та, 1984. – 288 с.
5. Рейковский, Я. Экспериментальная психология эмоций / Я. Рейковский. – М.: «Прогресс»,1979. – 391 с.
6. Рожина, Л.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов / Л.Н. Рожина. – Минск: Вышэйшая школа, 2003. – 272 с.
7. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – С.551–586.
8. Якобсон, П.М. Психология чувств / П.М. Якобсон. – М.: АПНРСФСР, 1958. – 382 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Анохин, П.К. Эмоции / П.К. Анохин // Большая медицинская энциклопедия. Т. 35. – М., 1964. – С. 339.
2. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб: Питер, 2003. – 271 с.
3. Барабанщиков, В.А. Исследование восприятия эмоционального состояния человека по выражению лица / В.А. Барабанщиков, Т.Н. Малкова // Проблема общения в психологии. – М., 1981. – С. 121– 132.
4. Благонадежкина, Л.В. Эмоции и чувства / Л.В. Благонадежина // Психология: Учебник. – М., 1956.
5. Бодалев, А.А. Личность и общение / А.А. Бодалев. – СПб.
6. Бойко, В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и других / В.В. Бойко. – М: Информационно–издательский дом "Филинъ", 1996. – 472 с.
7. Борисова, А.А. Восприятие эмоционального состояния человека по интонационному рисунку речи / А.А. Борисова // Вопросы психологии. – 1989. – № 1.
8. Бреслав, Г.М. Предметность эмоциональных явлений / Г.М. Бреслав // Вестник Московского университета. – 1977. – № 4. – С. 3–11.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

9. Бреслав, Г. М. О месте эмоциональных процессов в структуре мыслительной деятельности / Г.М. Бреслав // Психологические исследования интеллектуальной деятельности / Под ред. О. К. Тихомирова. – М., 1979. – С. 62–67.

10. Бреслав, Г. М. Эмоциональные процессы / Г.М. Бреслав. – Рига, 1984.

11. Васильев, И.А. К вопросу об индикаторах эмоциональных состояний / И.А. Васильев // Психологические исследования. – М.: Изд–во МГУ, 197[illegible] – Вып. 4. – С. 35–40.

12. Васильев, И.А. К анализу условий возникновения интеллектуальных эмоций / И.А. Васильев // Психологические исследования интеллектуальной деятельности. – М., 1979.

13. Васильев, И.А. Место и роль эмоций в психологической системе / И.А. Васильев // Вестн. Моск. Ун-та. Сер. 14. Психология. – 2008. – №2. – С. 113 – 127.

14. Васильев, И.А. Роль интеллектуальных эмоций в регуляции мыслительной деятельности / И.А. Васильев // Психологический журнал. – 1998. – Т.19. – № 4. – С.49–59.

15. Василюк, Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф.Е. Василюк. – М: Изд–во МГУ, 1984. – 200 с.

16. Вилюнас, В.К. Психология эмоций. Хрестоматия по психологии / В.К. Вилюнас. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.

17. Витт, Н.В. Эмоциональная регуляция в речемыслительных процессах / Н.В. Витт // Психологический журнал. – 1986. – № 3. – С. 52–61.

18. Витт, Н.В. Личностно–эмоциональная опосредованность выражения эмоций / Н.В. Витт // Вопросы психологии. – 1991. – № 1. – С. 95–107.

19. Выготский, Л.С. Учение об эмоциях / Л.С. Выготский // Собр. соч.: в 6 т. – М.: Педагогика, 1984. – Т.4. – С. 90–318.

20. Громова, Е.А. Эмоциональная память и ее механизмы / Е.А. Громова. – М.: Наука, 1980

21. Дарвин, Ч. О выражении эмоций у человека и животных / Ч. Дарвин. – СПб.: Питер, 2001.

22. Декарт, Р. Страсти души / Р. Декарт. – М.: Мысль, 1989. – Т. 1. – С. 481–572.

23. Диагностика эмоционально–нравственного развития / Ред. и сост. И.Б. Дерманова. – СПб.: Изд–во «Речь», 2002. – 176 с.

24. Дорфман, Л.Я. Индивидуальный эмоциональный стиль / Л.Я. Дорфман // Вопросы психологии. – 1989. – № 5.

25. Додонов, Б.И. Эмоция как ценность / Б.И. Додонов. – М.: Политиздат, 1978. – 272 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

26. Зимбардо, Ф. Застенчивый ребенок / Ф. Зимбардо, Ш. Рэдл. – М.: АСТ: Астрель, 2005. – 294 с.

27. Злобин, А.Т. К классификации эмоций / А.Т. Злобин // Вопросы психологии. – 1991. – № 4. –С. 96–99.

28. Ильин, И.А. Путь к очевидности / И.А. Ильин. – М.: Эксмо–пресс. 1998. – С. 114–130, 152–183, 617–626, 650–656, 665–669.

29. Кон, И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.

30. Куликов, Л.В. Психология настроения / Л.В. Куликов. – СПб., 1997.

31. Куттер, П. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей / П. Куттер. – СПб., 1998.

32. Лабунская, В.А. Экспрессия человека: общение и межличностное познание / В.А. Лабунская. – Ростов-на-Дону, 1999.

33. Ланге, Н.Н. Эмоции. Психологический этюд / Н.Н. Ланге. – М., 1896.

34. Левитов, Н.Д. О психических состояниях человека / Н.Д. Левитов. – М., 1964.

35. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы и эмоции: Конспект лекций / А.Н. Леонтьев. – М., 1971.

36. Лук, А.Н. Эмоции и чувства / А.Н. Лук. – М.: «Знание», 1972. – 80 с.

37. Любовь в письмах великих влюбленных. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. – 512 с.

38. Робертс, Р.Д. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике / Р.Д. Робертс, Дж. Мэтьюс, М. Зайднер, Д.В. Люсин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2004. – Том 1. – № 4. – С. 3–24.

39. Люсин, Д. В. Эмпирический анализ категоризации эмоций / Д.В. Люсин // Вопросы психологии. – 1999. – № 2. – С. 50–61.

40. Макеева, А.И. Изучение смысловых полей эмоциональных категорий / А.И. Макеева // Новые исследования в психологии. – 1980. – № 1. – С. 70 – 75.

41. Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу. – СПб, 2002. – С. 180–191.

42. Морозов, В.П. Художественный тип личности: новые критерии в системе комплексного подхода к разработке проблемы / В.П. Морозов // Художественный тип человека. Комплексные исследования. – М., 1994.

43. Ольшанникова, А.Е. Оценка методик, диагностирующих эмоциональность / А.Е. Ольшанникова, В.В. Семенов, Л.М.Смирнов // Вопросы психологии. – 1976. – № 5. – С. 103 – 113.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

44. Пашина, А.Х. Художественный и мыслительный типы личности: особенности эмоциональной сферы / А.Х. Пашина // Психологический журнал. – 1994. – Том 15. – № 3. – С.89 – 98.

45. Песнь любви. Лирика зарубежных поэтов. – М.: Молодая гвардия,1981. – 495 с.

46. Повести о любви. – Минск: Мастацкая литература, 1975. – Т.1 – 326 с.; Т.2 – 475 с.

47. Психология мотивации и эмоций / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер и М.В. Фаликман. – М.: ЧеРо, 2002. – 752 с.

48. Рибо, Т. Психология чувств / Т. Рибо. – Киев, 1897.

49. Рожина, Л.Н. Использование литературных произведений в курсе общей психологии: Метод. пособие / Л.Н. Рожина. – Минск: Изд–во МГПИ, 1984. – 96 с.

50. Рожина, Л.Н. Психологический анализ в литературном произведении / Л.Н. Рожина. – Минск: МГПИ, 1991. – Ч.2. – 46 с.

51. Рожина, Л.Н. Психология человека в художественных образах / Л.Н. Рожина. – Минск, 1997. – 152 с.

52. Рожина, Л.Н. Эмотивный компонент обучения как средство развития творческой личности в процессе преподавания психологических дисциплин / Л.Н. Рожина // История психологии в Беларуси: Хрестоматия / Авт.–сост. Л.А. Кандыбович, Я.Л. Коломинский. – Мн.: Тесей, 2004. – С. 134 – 141.

53. Рюриков, Ю.Б. Меч и яд любви: Любовь и семья на сломе времен / Ю.Б. Рюриков. – М.: Мол. Гвардия, 2002. – 437 с.

54. Рюриков, Ю.Б. Три влечения: Любовь, ее вчера и завтра / Ю.Б. Рюриков. – Минск: Изд–во «Университетское», 1986. – 271 с.

55. Симонов, П.В. Адаптивные функции эмоций / П.В. Симонов // Физиология человека. – 1996. –№ 2. – С. 5–9.

56. Симонов, П.В. Эмоциональный мозг / П.В. Симонов. – М., 1981.

57. Спиноза, Б. Избранные произведения / Б. Спиноза. – Т. 1. – М., 1957.

58. Стендаль. Собрание сочинений в 12 томах / Стендаль. – Т.7. – М.: Изд-во «Правда», 1978. – 400 с.

59. Столин, В.В. Исследование эмоционально–ценностного отношения к себе с помощью методики управляемой проекции / В.В. Столин // Психологический журнал. – 1981. – № 3. – С. 104–112.

60. Столин, В.В. Факторная структура эмоционального отношения человека к человеку / В.В. Столин, Н.И. Голосова // Психологический журнал. – 1982. – № 2.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

61. Тихомиров, О.К. Эмоциональная регуляция мыслительной деятельности / О.К. Тихомиров, В.Е. Клочко // Вопросы психологии. – 1980. – № 5. – С. 23 – 31.

62. Фахрутдинова, Л.Р. О субъектности переживаний / Л.Р. Фахрутдинова // Мир психологии. – 2008. – №4. – С.35– 45.

63. Фресс, П. Эмоции / П. Фресс // Экспериментальная психология / Под. П. Фресс, Ж. Пиаже. Вып. 5. Пер. с франц. – М.: Изд–во «Прогресс», 1975. – С. 111 – 195.

64. Фромм, Э. Искусство любить / Э. Фромм. – СПб.: «Азбука классика», 2004. – 224 с.

65. Чебыкин, А.Я. Эмоциональная регуляция учебно–познавательной деятельности / А.Я. Чебыкин. – Одесса, 1992.

66. Шадриков, В.Д. Введение в психологию: эмоции и чувства / В.Д.Шадриков. – М.: Логос, 2002. – 153 с.

67. Яковлева, Е.Л. Эмоциональные механизмы личностного и творческого развития / Е.Л. Яковлева // Вопросы психологии. – 1997. – № 4. – С. 20–27.

2) КРИТЕРИИ ОЦЕНОК РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Зачет

Критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале:

1 балл – один, НЕЗАЧТЕНО:

Отсутствие знаний и компетенций в рамках учебной программы дисциплины «Психология одаренности» или отказ от ответа.

2 балла – два, НЕЗАЧТЕНО:

фрагментарные знания в рамках учебной программы дисциплины «Психология одаренности»;

знание отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой дисциплины;

неумение использовать научную терминологию дисциплины;

наличие в ответе грубых стилистических и логических ошибок;

пассивность на практических и лабораторных занятиях;

низкий уровень культуры исполнения заданий.

3 балла – три, НЕЗАЧТЕНО:

недостаточно полный объем знаний в рамках учебной программы дисциплины «Психология одаренности»;

знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

использование научной терминологии;

изложение ответа на вопросы с существенными лингвистическими и логическими ошибками;

слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач;

неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой дисциплины;

пассивность на практических и лабораторных занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий.

4 балла – четыре, ЗАЧТЕНО:

достаточный объем знаний в рамках в рамках учебной программы дисциплины «Психология одаренности»;

усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;

использование научной терминологии;

стилистическое и логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач;

умение под руководством преподавателя решать стандартнее (типовые) задачи;

умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им оценку;

работа под руководством преподавателя на практических, лабораторных занятиях;

допустимый уровень культуры исполнения заданий.

5 баллов – пять:

достаточные знания в объеме учебной программы дисциплины «Психология одаренности»;

использование научной терминологии;

стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;

способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы;

усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку;

самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, участие в групповых обсуждениях;

высокий уровень культуры исполнения заданий.

6 баллов – шесть:

достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы дисциплины «Психология одаренности»;

использование необходимой научной терминологии;

стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы,

умение делать обоснованные выводы;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;

способность самостоятельно применять типовые решение в рамках учебной программы;

усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;

умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку;

активная самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях;

высокий уровень культуры исполнения заданий.

7 баллов – семь:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы дисциплины «Психология одаренности»;

использование научной терминологии, в том числе на иностранном языке,

лингвистически и логически правильное изложение ответа на вопросы;

умение делать обоснованные выводы;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;

умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку;

самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, участие в групповых обсуждениях;

высокий уровень культуры исполнения заданий.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

8 баллов – восемь:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем поставленным вопросам в объеме учебной программы дисциплины «Психология одаренности»;

использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;

владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы;

усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;

умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку с позиций государственной идеологии (по дисциплинам социально-гуманитарного цикла);

активная самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях;

высокий уровень культуры исполнения заданий.

9 баллов – девять:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы дисциплины «Психология одаренности»;

точное использование научной терминологии, в том числе на иностранном языке;

стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;

владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы;

полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;

умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку;

самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях,

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

высокий уровень культуры исполнения заданий.

10 баллов – десять:

систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы дисциплины «Психология одаренности», а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы;

точное использование научной терминологии, в том числе на иностранном языке, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;

безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;

выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации;

полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы,

рекомендованной учебной программой дисциплины;

умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин;

творческая самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

3) ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ

Проверка конспектов и тезисов, выполненных заданий, развернутых или цитатных планов, научных докладов, творческих работ, самоотчетов, резюме по темам.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
для студентов дневной формы получения образования

№ раздела, темы	Название разделов и тем	Всего	Лекции	Семинарские/ практические
1	2	3	4	5
	Психология эмоций	**68**	**40**	**28**
	Раздел 1. Психология эмоций в науке и искусстве	**22**	**14**	**8**
1.1.	Предмет психологии эмоций. Проблемы. Задачи.	6	4	2
1.2.	Системный подход в исследовании переживаний человека	2	2	
1.3.	Теории эмоций	2		2
1.4.	Функции эмоций в науке и искусстве	4	2	2
1.5.	Принципы психологии эмоций. Их художественный эквивалент.	4	2	2
1.6.	Классификация эмоций	4	4	
	Раздел 2. Экспрессивный компонент эмоций	**8**	**4**	**4**
2.1.	Экспрессивный компонент эмоций	4	2	2
2.2.	Восприятие и понимание эмоций других людей	4	2	2
	Раздел 3. Эмоциональное реагирование как самостоятельный феномен	**14**	**8**	**6**
3.1.	Характеристика различных видов эмоционального реагирования в науке и искусстве	6	4	2
3.2.	Эмоциональные состояния личности. Их художественный эквивалент	4	2	2
3.3.	Эмоциональные особенности личности	4	2	2
	Раздел 4. Чувства человека в науке и искусстве	**8**	**6**	**2**
4.1.	Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми	8	6	2
	Раздел 5. Методики изучения и развития эмоций и чувств	**16**	**8**	**8**
5.1.	Методики изучения эмоций и чувств	8	4	4
5.2.	Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности	8	4	4

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

УЧЕБНО–ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

прохождения учебной дисциплины на заочной форме обучения

№	Наименование раздела, темы	Количество часов	
		Лекции	Семинарские / практические
1	2	3	4
	Раздел 1. Психология эмоций в науке и искусстве	**4(10*)**	**8***
1.1.	Предмет психологии эмоций. Проблемы. Задачи.	2(2*)	2*
1.2.	Системный подход в исследовании переживаний человека	2*	–
1.3.	Теории эмоций	–	2*
1.4.	Функции эмоций в науке и искусстве	2	2*
1.5.	Принципы психологии эмоций. Их художественный эквивалент.	2*	2*
1.6.	Классификация эмоций	2(2*)	–
	Раздел 2. Экспрессивный компонент эмоций	**2(2*)**	**4***
2.1.	Экспрессивный компонент эмоций	2	2*
2.2.	Восприятие и понимание эмоций других людей	2*	2*
	Раздел 3. Эмоциональное реагирование как самостоятельный феномен	**2(6*)**	**6***
3.1.	Характеристика различных видов эмоционального реагирования в науке и искусстве	2(2*)	2*
3.2.	Эмоциональные состояния личности. Их художественный эквивалент	2*	2*
3.3.	Эмоциональные особенности личности	2*	2*
	Раздел 4. Чувства человека в науке и искусстве	**2(2*)**	**4***
4.1.	Чувства человека как форма переживания взаимоотношений человека с миром и другими людьми	2(2*)	4*
	Раздел 5. Методики изучения и развития эмоций и чувств	**8***	**4**
5.1.	Методики изучения эмоций и чувств	4*	2
5.2.	Развитие и психологическая коррекция эмоциональной сферы личности	4*	2
Итого по курсу:		**10(28*)**	**4(22*)**

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

* Управляемая (контролируемая) самостоятельная работа студентов (указаны часы из общего количества аудиторных часов)

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ