

Когнитивные Составляющие Эмоций

Муллаганиева Медине

Магистрант

Давлятова Гульчехра Насыровна

к.п.н., доцент, Ферганский государственный университет, Республика Узбекистан

Annotation: Studying the semantic field of “ma’naviyat” and its descriptive meanings in different dictionaries written from 1981 till the present time has been analysed in this article. The works carried out on the similar topics are also discussed and their differences are analyzed.

Keywords: Lexicographic analysis, dictionary meaning, descriptive dictionary, spirituality, lexical units, semantic signs.

Эмоции играют ключевую роль в человеческом опыте, они влияют на наше мышление, поведение и качество жизни. Но каким образом происходит формирование эмоций? Этот процесс включает когнитивные составляющие, которые являются основой нашего эмоционального восприятия. В этой статье мы рассмотрим, какие когнитивные процессы лежат в основе формирования и восприятия эмоций.

Природу эмоций и механизм их действий можно рассмотреть с позиций когнитивного и биологического подходов. Согласно когнитивному подходу эмоции являются продуктом неокортекса и его интеллектуальных процессов – восприятия и мышления. Данные психические познавательные процессы отвечают за расшифровку импульсов, идущих из коры больших полушарий. Продуктом когнитивных явлений выступают эмоции, которые человек сознательно использует для решения текущих задач. Сознательными эмоциями можно управлять, а также с их помощью управлять самими физиологическими процессами.

Занимаясь много лет социальной перцепцией, известный отечественный психолог В. Н. Панфёров пришел к выводу, что в психическом отражении первым появляется не образ человека, а эмоция, связанная с его восприятием. В частности, он пишет: «Внешний облик <...> является побудителем первичной непроизвольной эмоции, соответствующей неясной психофизиологической реакции субъектов друг на друга» [1, с. 56]. Далее Панфёров указывает, что восприятие и осознание другого человека обусловлено глубинными мотивационными образованиями, исходящими от бессознательного [1].

Феномен, замеченный Панфёровым, говорит о первичности базовых эмоций в процессе отражения и вторичности образа, что противоречит когнитивным теориям происхождения эмоций. Однако надбазовые или социализированные эмоции могут быть продуктом когнитивных процессов. Это эмоции, являющиеся разновидностью базовых. С. Л. Рубинштейн приводит пример таких эмоций, сформированных на основе базовых — радости и грусти. Так, «наряду с возбужденной радостью (радостью-восторгом, ликованием), существует радость покойная (растроганная радость, радость-умиление) и напряженная радость... точно так же существует напряженная грусть. возбужденная грусть. тихая грусть.» и т. д. [2, с. 459].

Базовые эмоции вырастают из нервных процессов ретикулярной формации продолговатого мозга и в этом смысле принадлежат явлению бессознательного. Когнитивные структуры не принимают прямого участия в появлении эмоций. Наоборот, эмоция сама оказывает непроизвольное влияние на когнитивный аппарат и моторику человека. Наиболее ярко это проявляется в состоянии аффекта — эмоционального состояния, способного отключать сознание. Эмоции вырастают из

нейрофизиологических процессов, завладевают сознанием человека и проявляются во внешней моторике.

Когнитивные теории происхождения эмоций основаны на изучении деятельности коры больших полушарий, которая выступает физиологической основой всех эмоций. К числу работ на тему локализации эмоций в неокортексе можно отнести исследования И. П. Павлова, Н.Н.Даниловой, А. Л. Крыловой, Л. Р. Зенкова, Е. Д. Хомской и многих других.

Зарубежные исследователи — В. Б. Линдсли, Дж. Пейпец, Р. У. Липер, Дж. Е. Леду, В. Р. Гесс и многие другие — природу эмоций выводят из нейрофизиологических процессов продолговатого (или среднего) мозга, генетически более раннего, чем неокортекс.

Базовые эмоции, вырастающие из продолговатого мозга, выполняют мотивационную функцию как в отношении психики, так и поведения. В свою очередь, надбазовые или социализированные эмоции, являющиеся продуктом неокортекса и когнитивных структур человека, выполняют регулятивную функцию.

Когнитивному направлению представлений о природе эмоций посвящены работы как отечественных психологов, так и зарубежных. Американский исследователь Р. Лазарус когнитивный механизм происхождения эмоций изучал с 1952 года. Возникновение эмоций для него зависит от «присутствия цели и оценки ситуации». Положительные эмоции являются следствием наличия цели и оценки благоприятности ее достижения, а отрицательные эмоции появляются при оценке трудностей достижения цели [4].

Восприятие эмоций начинается с того, что мы интерпретируем внешние и внутренние стимулы как возбуждающие эмоции. Этот процесс включает в себя следующие когнитивные аспекты:

1. распознавание эмоциональных выражений. Наш мозг способен быстро распознавать эмоциональные выражения лица, тела и голоса других людей. Это позволяет нам сразу определить эмоциональное состояние окружающих и реагировать соответствующим образом;
2. интерпретация ситуации. Мы оцениваем ситуацию, в которой мы находимся, и интерпретируем ее как причину возникновения определенной эмоции. Например, если мы видим, что кто-то плачет, мы можем предположить, что они грустят из-за чего-то;
3. Оценка собственного состояния. Мы также оцениваем свои собственные физические и эмоциональные ощущения, чтобы определить, что мы чувствуем в данный момент. Например, мы можем осознать, что наше сердце бьется быстрее, и это помогает нам определить, что мы испытываем страх или волнение.

Когнитивные процессы также определяют, на что мы фокусируем свое внимание, что в свою очередь влияет на то, какие эмоции мы испытываем. Например:

- выборочное внимание. Мы обращаем внимание на определенные аспекты ситуации, которые соответствуют нашим текущим интересам или целям. Это может привести к усилению определенных эмоций. Например, если мы волнуемся за результат соревнования, мы будем сосредоточены на каждом шаге наших соперников;
- искажение восприятия. Наше восприятие ситуации может быть искажено нашими предвзятыми убеждениями и ожиданиями. Это может влиять на то, как мы интерпретируем и оцениваем ситуацию и, следовательно, какие эмоции мы испытываем.

Оценка эмоций включает в себя процесс оценки и оценки собственных эмоций и способов их регуляции. Когнитивные аспекты этого процесса включают:

1. Оценка последствий. Мы оцениваем, какие последствия могут возникнуть в результате выражения определенной эмоции и решаем, стоит ли нам ее выразить или подавить;

2. Оценка возможных стратегий регуляции. Мы анализируем различные способы регуляции своих эмоций, такие как когнитивная переоценка, дистанцирование от ситуации или изменение поведения;

3. Выбор наиболее эффективной стратегии. Мы выбираем стратегию регуляции, которая наиболее соответствует нашим целям и потребностям в данной ситуации.

Таким образом, когнитивные процессы играют ключевую роль в формировании и регуляции наших эмоций. От распознавания эмоций и интерпретации ситуаций до выбора стратегий регуляции, наша способность понимать и управлять своими эмоциями определяется когнитивными процессами. Понимание этих процессов может помочь нам лучше понять себя и других, а также улучшить качество нашей жизни.

Литература

1. Панфёров В. Н. Психологический конструкт социальной перцепции. В кн.: В. С. Белгородский, О. В. Кащеев, В. В. Зотов, И. В. Антоненко (ред.). Гуманитарные основания социального прогресса: Россия и современность. Международная научно-практическая конференция. Ч. 8. – М.: ФГБОУ ВО «МГУДТ», 2016. – С. 51-57.
2. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. 2-е изд. М.: Учпедгиз, 1946. – 698 с.
3. Симонов П. В. Что такое эмоция? – М.: Наука, 1966. – 93 с.
4. Lazarus R. S. Cognitive and coping processes in emotion. In: B. Weiner (ed.). Cognitive views of human motivation. New York: Academic Press, pp. 21-32. LeDoux, J. E. (1993) Emotional memory systems in the brain. Behavioural Brain Research, vol. 58, no. 1-2, 1974. – pp. 69-79. DOI: 10.1016/0166-4328(93)90091-4 Leeper, R. W. (1965) Some needed developments in the motivational theory of emotions. In: D. Levine (ed.).