

работы. В целом, суммарный коэффициент благоприятности психологического климата $K_{\text{общ}}=0,68$ свидетельствует о преобладании атмосферы взаимного внимания и уважения друг к другу. В группе отлично сложены межличностные контакты, студенты легко идут на общение и это не вызывает у них затруднений. У студентов много общих интересов, занятий и им приятно проводить время вместе не только в стенах университета.

Знание структуры неформальных взаимоотношений, того, на чем они основываются, облегчает понимание внутригрупповой атмосферы и позволяет находить наиболее рациональные пути воздействия на эффективность групповой работы. В этой связи большое значение приобретают специальные методы исследования, позволяющие выявлять структуру межличностных взаимоотношений в группе, выделять ее лидеров [1, с. 261]. Воспитание актива группы – важнейшая задача руководителя, направленная на развитие организаторских способностей актива и устранения негативных явлений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Вайнштейн, Л.А. Психология управления и основы лидерства: учебное пособие / Л.А. Вайнштейн. – Минск: Государственный институт управления и социальных технологий БГУ, 2008. – 279 с.
2. Морозов, А.В. Деловая психология. Курс лекций: учебник для высших и средних специальных учебных заведений / А.В. Морозов. – СПб.: Издательство Союз, 2000. – 576 с.

УДК 621.762.4

Чинарова Н.С., Шуляковская И.Н.

ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА

БНТУ, г. Минск

Научный руководитель: Зуенок А.Ю.

Каждый взрослый человек знает, что такое эмоции, так как неоднократно их испытывал с самого раннего детства. Однако когда просят описать какую-нибудь эмоцию, объ-

яснить, что это такое, как правило, человек испытывает большие затруднения. Переживания, ощущения, сопровождающие эмоции, с трудом поддаются формальному описанию.

По качеству переживания отличают одни эмоции и чувства от других, например радость от гнева, стыда, возмущения, любви и т.п.

Эмоциям и чувствам свойственна полярность. Она проявляется в том, что каждая эмоция, каждое чувство при разных обстоятельствах могут проявляться противоположно: «радость – горе», «любовь – ненависть», «симпатия – антипатия», «удовлетворение – недовольство». Полярные переживания представляют явно выраженный позитивный или негативный оттенок. Условия жизни и деятельности вызывают чувства разного уровня активности.

В зависимости от индивидуальных особенностей человека, его состояния и отношения к ситуации, к вызывающим переживания предметам, эмоции и чувства проявляются более или менее интенсивно и бывают продолжительными или кратковременными.

Природа эмоций и чувств органически связана с потребностями. Потребность как нужда в чем-то всегда сопровождается положительными или негативными переживаниями в разнообразных их вариациях. Характер переживаний обуславливается отношением человека к потребностям и обстоятельствам, которые способствуют или не способствуют их удовлетворению.

Потребности человека и животных отличаются по своему содержанию, интенсивности и способам удовлетворения. Это обуславливает отличие эмоций у людей и животных, даже таких, которые свойственны как людям, так и животным – гнев, страх, радость, грусть и т.п. Человеческие эмоции коренным образом изменились в процессе исторического развития, они очеловечились, приобрели своеобразные особенности.

У человека как общественного существа возникли высшие, духовные потребности, а с ними и высшие чувства – моральные, эстетические, познавательные, не свойственные животным. Эмоции животных остались на уровне инстинктивных форм жизнедеятельности. Чувство стыда, указывал Ч. Дарвин, свойственно только человеку.

Эмоции и чувства человека связаны с его деятельностью: деятельность вызывает разнообразные переживания отношения к ней и ее результатам, а эмоции и чувства, в свою очередь, стимулируют человека к деятельности, воодушевляют его, становятся внутренней движущей силой, его мотивами.

Важно отметить, что люди могут весьма существенно отличаться друг от друга не только по характеру переживаемых эмоций, по их силе, но и по способности сочувствовать, сопереживать. Эта способность получила название эмпатии. По словам американского психолога Карла Роджерса, «быть в состоянии эмпатии означает воспринимать внутренний мир другого точно, с сохранением эмоциональных и смысловых оттенков. Как будто становишься этим другим, но без потери ощущения «как будто». Так, ощущаешь радость или боль другого, как он их ощущает, и воспринимаешь их причины, как он их воспринимает... Быть эмпатичным трудно. Это означает быть ответственным, активным, сильным и в то же время – тонким и чутким».

В эмоциональной сфере человека особое место занимают высшие чувства. Они представляют собой отражение отношения к явлениям социальной действительности и их переживания. По содержанию высшие чувства подразделяют на: моральные, эстетические, интеллектуальные и практические.

Уровень духовного развития человека зависит от степени развития этих чувств. В высших чувствах ярко проявляются их интеллектуальные, эмоциональные и волевые компоненты.

Высшие чувства являются не только личными переживаниями, но и средством воспитательного влияния на других.

Рассмотрение различных эмоциональных явлений, отмечаемых в психологической литературе, дает основание говорить о том, что эмоциональная сфера человека имеет сложное многоуровневое строение и включает в себя (в порядке возрастания биологической и социальной значимости) эмоциональный тон, эмоции, эмоциональные свойства личности, чувства, в результате сочетания которых образуются эмоциональные типы людей.

Эмоциональный тон является первой и самой простой формой эмоционального реагирования. Он имеет низший и высший уровни проявления. Низший соответствует эмоциональному тону ощущений, а высший – эмоциональному тону впечатлений от воспринимаемого и представляемого. Если эмоциональный тон ощущений возникает только при непосредственном воздействии раздражителя, вызывающего ощущение, то эмоциональный тон впечатлений может возникать и как эмоциональная память на бывшие когда-то события. И для одного, и для другого вида эмоционального тона характерна дупольность (удовольствие – неудовольствие). Эмоциональный тон может проявляться как самостоятельно, так и в составе эмоций, определяя их положительную или отрицательную субъективную окраску, т.е. знак эмоции.

Эмоция является следующим эмоциональным явлением, занимающим в эволюционном развитии эмоциональной сферы значительно более высокое и важное место. Это реакция организма и личности на эмоциогенную (значимую) для человека ситуацию или событие, направленная на приспособление (адаптацию) к ним. При этом, в отличие от эмоционального тона, являющегося одинаковой реакцией на различные ощущения и впечатления (либо удовольствие, либо неудовольствие), эмоция является *специализированной реакцией на конкретную ситуацию*.

Она включает в себя оценку ситуации и регуляцию энергетического потока в соответствии с этой оценкой (его усиление или ослабление). Эмоции могут быть безусловнорефлекторными и условнорефлекторными. Существенно, что условнорефлекторная эмоция – это эмоциональная реакция на предвидимый раздражитель; она дает возможность заранее подготовиться к встрече с ним или избежать его. Используемая при появлении эмоции экспрессия выполняет две функции: сигнализации о своем состоянии другому человеку и разрядки имеющегося нервного возбуждения.

Поскольку в эмоции участвуют психический, вегетативный и психомоторный уровни реагирования, она есть не что иное, как психофизиологическое (или эмоциональное) *состояние*.

Поскольку эмоции – это специфические реакции на значимые стимулы, человек не может испытывать их постоянно. В самом деле, не все ситуации и стимулы, с которыми человек встречается на протяжении дня, расцениваются им как значимые. А раз так, то на них нет и эмоционального реагирования. Возможность отсутствия эмоций постулируется и П.В. Симоновым, когда он утверждает, что при равенстве наличной и необходимой информации эмоции равны нулю. С этим решительно не согласны В.Л. Марищук и В.И. Евдокимов, по мнению которых, «у человека такого состояния не бывает, ведь даже чувство полного безразличия – это тоже эмоция или какое-то эмоциональное расстройство. Эмоции равны нулю только у покойника». С моей точки зрения критиковать П. В. Симонова надо не за взгляд на возможность безэмоционального состояния, а за его формулу. И для того, чтобы не переживать эмоцию, вовсе не обязательно быть покойником.

Как и эмоциональный тон, эмоции характеризуются интенсивностью, длительностью, инертностью. Аффект есть та же эмоция, но носящая характер кратковременной и интенсивной вспышки. Настроение, как и аффект, не является

специфической (по модальности) формой эмоционального реагирования, а характеризует эмоциональный фон человека на рассматриваемый промежуток времени. Этот фон может быть обусловлен переживаемой эмоцией или следом от нее, эмоциональным тоном ощущений и впечатлений (воспоминанием о чем-то приятном или неприятном), а также свидетельствовать об отсутствии в данный момент эмоционального реагирования и его следов (нейтральный фон).

И эмоциональный тон, и эмоция обладают целым набором *свойств*: универсальностью, динамичностью, доминантностью, адаптацией, пристрастностью, пластичностью, удержанием в памяти, иррадиацией, переносом, амбивалентностью, переключаемостью. В то же время у эмоций есть свойство, которым эмоциональный тон не наделен: это заразительность.

Эмоциональные свойства человека. Устойчивая индивидуальная выраженность характеристик эмоций у того или иного человека дает основание говорить об эмоциональных свойствах человека: эмоциональной возбудимости, эмоциональной глубины, эмоциональной ригидности – лабильности, эмоциональной устойчивости, экспрессивности. Что же касается выделяемого в качестве интегральной эмоциональной характеристики человека и его темперамента свойства *эмоциональности*, включающей помимо экспрессивности и наличие того или иного преобладающего эмоционального фона, то вопрос этот во многом остается еще не ясным, как и само понятие эмоциональности.

Чувства являются следующим по иерархии и самым высоким уровнем эмоциональной сферы человека. Чувство – это устойчивое пристрастное отношение человека к какому-либо одушевленному или абстрактному объекту, это *эмоциональная установка*, определяющая готовность человека эмоционально реагировать на те ситуации, в которые попадает объект чувства. Таким образом, чувство

привязано к объекту, а эмоция – к ситуации; чувство – это отношение, а эмоция – реакция.

Пожалуй, самая большая сложность состоит в том, какие именно психологические явления следует отнести к чувствам. Этому до сих пор мешает вольное использование слова «чувство». С одной стороны, говорят о «чувстве локтя», «чувстве нового» и т. п., принадлежность которых к чувствам никак не доказывается и которые, исходя из сущности этих понятий, не могут принадлежать к эмоциональной сфере. С другой стороны, ряд эмоций называются чувствами: «чувство» страха, «чувство» тревоги, «чувство» злости и т.д. Существуют, однако, эмоциональные явления (такие, как ревность, зависть, гордость), которые имеют общее название как для эмоции, так и для чувства. Можно, например, постоянно ревниво относиться к партнеру (и это будет чувством), а можно проявлять к нему ревность «здесь и сейчас», и это уже будет эмоция. Можно позавидовать женщине, увидев у нее на голове красивую шляпку, а можно устойчиво завидовать женщине, счастливо живущей со своей семьей. Можно постоянно иметь чувство гордости за свою страну, за успехи своего ребенка в учебе, а можно переживать гордость в тот момент, когда их хвалят, отмечают их достоинства. К сожалению, не хватает понятий, которые позволили бы развести эти чувства и эмоции, из-за чего возникает путаница в соотнесении их с разными эмоциональными феноменами.

Эмоции и чувства вызывают различные виды *эмоционального поведения*: увеселение (развлечение), горевание, гедонизм или аскетизм, агрессию, проявление заботы, ухаживание и т.д. Речь идет именно о поведении, а не об эмоциональных реакциях (изменении вегетатики, экспрессии).

В зависимости от выраженности и доминирования эмоции и чувства той или иной модальности можно выделять *эмоциональные типы*: оптимистов и пессимистов, тревожных, застенчивых, обидчивых, мстительных (злб-

ных), эмпатичных, сентиментальных, совестливых, любознательных.

Что касается роли эмоций в управлении поведением и деятельностью человека, то она весьма многообразна. Это и сигнализация о возникшей потребности и испытываемых ощущениях от внешних раздражителей (здесь играет роль эмоциональный тон ощущений), и сигнализация об имеющейся в момент принятия решения ситуации (опасная – неопасная, и т. п.), и реакция на прогноз удовлетворения потребности и на само это удовлетворение, способствующая угашению имевшейся потребности. Эмоциональное реагирование также способствует регуляции энергетического потока, подпитывая им мотивационный процесс и способствуя подготовке организма к действию в той или иной значимой ситуации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 752 с.
2. Максименко, С.Д. Общая психология / С.Д. Максименко. – М.: Рефл-бук, 2004 – 528 с.

УДК 152.32

Шалаев А.В.

ВЛИЯНИЕ УРОВНЯ СУБЪЕКТИВНОГО КОНТРОЛЯ НА МОТИВЫ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

БНТУ, г. Минск

Научный руководитель: Данильчик О.В.

В современных условиях в высших учебных заведениях проявляется тенденция к возрастанию роли самостоятельной деятельности студентов по овладению знаниями, умениями и навыками.

Научные исследования и накопленный в ВУЗах опыт убеждают, что без систематической организованной и це-