

ЕМОЦІЙНІСТЬ ЯК ОСОБЛИВИЙ ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН І ПРЕДМЕТ СУЧАСНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Анотація

Стаття присвячена дослідженню концептуальних положень теорії емоцій і емоційності, зроблено спробу розібратися у тлумаченні специфічних особливостей емоційності. Виділено характерні структурні компоненти емоційності, її функції. Доведено, що емоційність слід розглядати як одну з важливих рис індивідуальності і тлумачити як комплекс індивідуально-стійких властивостей, що відображають особливості виникнення й перебігу емоційних переживань, для яких характерні якість і динаміка.

Ключові слова: емоцій, емоційність, емоційна сфера, емоційні переживання, індивідуальність, особистість

Аннотация

Статья посвящена исследованию концептуальных положений теории эмоций и эмоциональности, сделана попытка разобраться в толковании специфических особенностей эмоциональности. Выделены характерные структурные компоненты эмоциональности, ее функции. Доказано, что эмоциональность следует рассматривать как одну из важных черт индивидуальности и толковать как комплекс индивидуально-устойчивых свойств, отражающих особенности возникновения и течения эмоциональных переживаний, для которых характерны качество и динамика.

Ключевые слова: эмоций, эмоциональность, эмоциональная сфера, эмоциональные переживания, индивидуальность, личность

Емоційні властивості та емоційність загалом характеризують людину на різних рівнях її психічної організації й виконують важливу роль у психічній регуляції поведінки та діяльності, значною мірою обумовлюють характер взаємин людини з навколишньою дійсністю. Теоретично проблема емоцій, емоційності, їх функціональне значення як процесів внутрішньої регуляції діяльності вже достатньо вивчена, їй присвячено чимало праць як у зарубіжній, так і у вітчизняній психології (С.Л. Рубінштейн, О.М. Леонтьєв, В.К. Вілюнас, Б.І. Додонов, О.П. Саннікова, К.Ізард, П.Фресс, Р Лазарус та ін.). Однак загалом проблема далека від свого остаточного розв'язання і залишається дуже актуальною. Особливо це стосується питання емоційності у психології. Недостатньо опрацьовані питання, що стосуються загальних співвідношень між стійкими якостями емоційності та такими категоріями, як діяльність, особистість, активність, а також психологічних механізмів, від яких залежить участь емоцій в регуляції діяльності і її активності. Немає поки даних, які б розкривали регуляційну роль емоцій (емоційності) в певних (і то конкретних) видах діяльності людини, не вивчені взаємовідношення емоцій з різними виявами та видами активності тощо.

Актуальність проблематики, неповнота і суперечливість існуючих даних зумовили доцільність написання даної праці.

Розв'язання зазначених питань, на наш погляд, можна здійснити, вивчаючи взаємозв'язки між стійкими характеристиками емоційності, особливостями

психічної активності й професійно важливими якостями в процесі професійного становлення. Така схема виправдовує себе, бо тільки так отримуємо дані про дезорганізуючий чи спонукальний вплив емоцій на діяльність (і професійну зокрема).

Здійснення теоретичного аналізу концептуальних положень теорії емоцій і емоційності, спроба розібратися у тлумаченні специфічних особливостей емоційності на різних етапах становлення психологічної думки стало метою нашого дослідження.

Намагання розібратися в сутності емоційних явищ і сьогодні залишається предметом значного зацікавлення багатьох психологів.

У сучасній літературі, присвяченій проблемам емоційності, різні автори дають різні визначення поняття “емоційність”. Найчастіше у визначеннях емоційності виокремлюють такі категорії, як “відображення ставлення”, “значимість”, “особистісний зміст” ситуації [1; 6]. До найхарактерніших ознак емоційних явищ відносять зміни в перебігу фізіологічних процесів, емоційні переживання та зовнішні виразні рухи [2; 5]. Психологічний зміст емоційності визначається як здатність переживати емоції [3; 4], “чутливість до емоціогенних ситуацій” чи “особливості реагування на емоційні стимули” [5; 9].

У вітчизняній психології існує достатньо стійка традиція використання поняття «емоційність» переважно для зазначення групи стійких індивідуально-психологічних особливостей. Ми розуміємо емоційність як стійку властивість людини, що характеризується цілим рядом ознак та властивостей на різних рівнях психічної ієрархії. Такий підхід дозволяє виділяти її змістовний та особистісний рівні.

Визначення емоційності як сукупності емоційних властивостей особистості дає змогу відносити її до складу стійких характеристик емоційної сфери, які відповідають особистісному або змістовому рівневі психічної організації. До тлумаченої таким чином емоційності можуть бути віднесені особливості емоційного досвіду та емоційна спрямованість особистості, що розглядаються в працях Б.І. Додонова [12; 13], на відміну від почуттів, які деякими авторами дорівнюються до властивостей особистості [10; 17].

Теоретичний аналіз проведених нами досліджень показав, що як основний прояв емоційності розглядаються і емоційна збудженість (Г.Хейманс, Б.М. Теплов,), і емоційна чутливість (В.М. Русалова), і емоційна реактивність (Я.Стреляу), і нейротизм (Г.Айзенк) [2; 16; 18; 19].

Більшість дослідників (В.С. Мерлін, В.Д. Небиліцин, Б.М. Теплов та ін.) терміном “емоційність” позначають групу формально-динамічних властивостей темпераменту. Так, за словами В.Д. Небиліцина, емоційність є складною сукупністю якостей і властивостей, що характеризують особливості виникнення, перебігу та закінчення різноманітних почуттів, афектів, настроїв. Основними характеристиками емоційності він називає емоційну лабільність та імпульсивність [3; 4].

У свою чергу, В.С. Мерлін до емоційності відносить емоційну збудливість, швидкість і силу прояву, а також стійкість та особливості динаміки емоційних процесів [11; 15]. Так, емоційна стійкість виявляється в змінах, що виникають у діяльності під впливом емоційних чинників; емоційна збудливість визначається інтенсивністю стимулу, який викликає емоційну реакцію; а емоційна лабільність характеризується повільним і поступовим поверненням до початкового рівня після переживання емоцій, переважанням негативних емоцій.

Деякі вчені виокремлюють такі характеристики емоційності, що проявляються в різних емоціях у житті індивіда. Вони виражаються в модальності тих емоцій, що домінують, і мають назву якісних, чи модальних, властивостей емоційності. Так, у кожної людини є “репертуар” характерних для неї стійких емоцій. Саме такі індивідуально характерні емоції найлегше виникають, а отже, частіше проявляються. Структура емоційності характеризується, відтак, ступенем прояву трьох базових емоцій – гніву, страху, радості [13; 14].

Визначення емоційності як сукупності емоційних властивостей особистості дозволяє відносити до її складу стійкі характеристики емоційної сфери, які відповідають особистісному чи змістовному рівню психічної організації. До подібної емоційності можна віднести особливості емоційного досвіду та емоційної спрямованості особистості [12; 16], почуття як вищі емоції.

Емоції, як такі, завжди віддзеркалюють ставлення людини (суб’єкта) до навколишнього світу. І це незаперечна істина. В них настільки відтворюються самі предмети й явища (як, наприклад, в процесі пізнання), скільки проявляється в конкретному випадку ставлення суб’єкта до них. Дається оцінка з точки зору зацікавлення суб’єкта, а відтак цей процес спонукає його до зацікавленої дії, спрямованої на певний предмет (об’єкт). Таким чином, суб’єктивні (оціночні) сприйняття і, ясно, переживання відношення до навколишніх предметів є, власне, *психічним* в емоціях. Сутність емоційного відображення передається через його якісні характеристики (знаки і модальність переживань). Звідси *емоційні явища* являють собою *єдність* двох нероздільних складників: репрезентивного змісту і власне емоційного переживання – в цьому й специфіка переважно двоякої морфології цілісного емоційного явища.

Для таких явищ характерні не лише актуальні (ситуативні) емоції, а й постійна схильність до вияву емоцій певної модальності, тобто емоційність, яка у співвідношенні з іншими емоційними явищами виступає як перша реакція на емоціогенні (тобто – насичені подразненням. – О. Л.) ситуації (ті, які можуть викликати в суб’єкта певні емоційні переживання. – О. Л.). Очевидно, саме різницею в силі емоційності, як стійкій властивості індивідуума можна пояснити різні і за характером та й за інтенсивністю актуальні емоції, що виникають в різних людей в однорідних ситуаціях.

В науковій літературі часто можна зустріти термін “емоційна спрямованість”, який розуміється як тип емоційних переживань, що набули для особистості характеру цінності або мотиву поведінки.

На думку П.М. Якобсона, провідні почуття визначають сутність емоційного життя людини. До них найчастіше відносять моральні, естетичні, інтелектуальні та праксичні, що виникають у процесі трудової діяльності [3; 5]. Відзначимо також, що до складу емоційності в деяких працях відносяться такі характеристики як емпатійність [11; 15] та особливості фрустраційних реакцій [18; 19].

Особливої уваги, на нашу думку, заслуговує питання про функції емоційності. Хоча деякі дослідники ототожнюють їх із функціями емоцій і відзначають, що як сукупність індивідуально стійких властивостей емоційність виконує в регуляції діяльності функцію суб'єктивної оцінки зовнішньої стимуляції залежно від наявних потреб, мотивів та попереднього досвіду [2; 14].

Функції окремих властивостей емоційності як підструктури темпераменту розглядаються і в працях В.С. Мерліна. На думку автора, властивості темпераменту виконують функції регуляції динаміки психіки людини загалом. Темперамент безпосередньо визначає динаміку перебігу психічних процесів і станів, а опосередковано – динаміку властивостей особистості [15; 17].

Багатий експериментальний матеріал свідчить про значиму роль темпераменту, а відтак і емоційності як важливої його складової, в діяльності людини [1; 4; 7]. Існують навіть дані про зв'язок модальної структури емоційності з когнітивним стилем, а емоційних характеристик – з інтелектуальними здібностями [16; 18].

Психологи також вказують на значні статеві розбіжності в емоційності [13; 18], існування яких пов'язане, на їхню думку, зі специфікою самосвідомості, залежної від стереотипів щодо уявлення про чоловічі та жіночі якості. Деякі дослідження, до речі, свідчать про вищу емоційність, та сильніше виражену тривожність, схильність до переживання емоції страху в жінок [11; 13].

Якщо говорити про співвідношення індивідуальних розбіжностей в емоційності з характеристиками інших психічних властивостей і процесів, то не можна не зазначити, що різні емоційні типи володіють індивідуальною специфікою не лише на рівні формальних характеристик, а й на рівні змістових якостей. Так, схильність до переживання гніву завжди поєднується із завищеною самооцінкою, невпевненістю в собі, загостреною чутливістю, надуманим почуттям образи, заздрості. Постійна тривога також викликає у певних людей гнів і страх. У одних це пов'язано зі своєрідним поєднанням низки змістових рис особистості, у інших – із невдачами у спілкуванні, з каяттям з приводу вдіяного тощо.

Часом різниця в прояві емоційності пов'язана з функцією контролю за емоційною експресією, що залежить від віку і статі, від схильності до стійких переживань певної модальності, від виду діяльності тощо.

Визначення емоційності як сукупності емоційних властивостей особистості дає змогу відносити її до складу стійких характеристик емоційної

сфери, які відповідають особистісному або змістовому рівневі психічної організації.

Звідси значення емоційності важко переоцінити. Природно, що окремі дослідники з її індивідуальними особливостями ототожнюють поняття темпераменту людини. В структурі емоційності виділяється низка властивостей, які характеризують її формально-динамічні параметри (силу, інтенсивність, тривалість, швидкість перебігу і зміни емоційних переживань), експресію (вияв емоцій), а також якісні характеристики, що несуть інформацію про модальність і знак емоційного переживання, а також змістові характеристики емоційності, що виявляються в об'єкті переживань.

Якщо говорити про співвідношення індивідуальних розбіжностей в емоційності з характеристиками інших психічних властивостей і процесів, то не можна не зазначити, що різні емоційні типи володіють індивідуальною специфікою не лише на рівні формальних характеристик, а й на рівні змістових якостей. Так, схильність до переживання гніву завжди поєднується із завищеною самооцінкою, невпевненістю в собі, загостреною чутливістю, надуманим почуттям образи, заздрості. Постійна тривога також викликає у певних людей гнів і страх.

Часом різниця в прояві емоційності пов'язана не лише з функцією контролю за емоційною експресією, що залежить від віку і статі, від схильності до стійких переживань певної модальності, від виду діяльності тощо, а й від стану здоров'я як фізичного, так і психічного.

Природу емоційності суб'єкта вчені пояснюють по-різному: генетичними (А. Басс, Р. Пломін) чи середовищними (О. Фершнер) факторами. Правий В. Симонов, який виявляє такий різнобій теоретичними позиціями дослідників, типами використаних ними методик, своєрідним акцентуванням досліджень певних ракурсів емоцій тощо.

Досліди в галузі фізіології емоцій (із стимуляції структур мозкового апарату емоцій) і психології онтогенетичного розвитку дали можливість виділити другий вид емоційних характеристик – якість основних емоцій, і третій – їхні змістовні особливості, а також довести, що емоційність являє собою цілий комплекс властивостей: формально-динамічних параметрів – силу, інтенсивність, тривалість, швидкість пробігу і змін, експресію; якісні характеристики – інформація про модальність і переживання емоцій (задоволення – радість, невдоволення – страх, гнів); змістовні характеристики емоційності, властиві для самого об'єкту переживання (його модальність і знак). Саме ці три чинники є найважливішими в характеристиці емоційності. Вони то і є ланками зв'язку між темпераментом і особистістю.

Таким чином, емоційність слід розглядати як глобальну властивість, в межах якої протікають всі психічні процеси і стани; як плін від нижчого до вищого рівня; як підсумок генетичного й середовищного розвитку.

Однак, визнання якісних особливостей емоційності як провідної риси вимагає уточнення її структури і складу вхідних до неї емоційних модальностей. При визначенні феноменологічної різниці первісних емоцій дискретним методом виділяється їх різна кількість – вісім (Р. Плучик, С. Томкіс) чи дев'ять (К. Ізард). Коли вживають метод димензійний, то виділяють три основні виміри емоцій (задоволення-незадоволення, напруга-релаксація, збудження – спокій) В. Ноулс, користуючись чотиривимірною концепцією, вводить такі виміри емоцій, як: задоволення – незадоволення, активація – деактивація, контроль – відсутність його і т. д.

Проте названі концепції (підходи і методи) не завжди регламентують види емоцій. В одних теоріях до дискретних відносяться радість, страх та ін., а до димензійних – задоволення, спокій і т. д., що не завжди логічно.

Є люди, в життєдіяльності яких переважають позитивні емоції. Пов'язані вони, на наш погляд, з низькою ефективністю саморегуляції, з неадекватністю суб'єктивної оцінки, яка в таких людей завжди завищена, а у представників емоційно негативного типу – занижена. Якщо для перших їх критерії – вияв активності, то для інших – їх оцінка виявляє стимулюючу (щоправда, не завжди) дію.

В цілому емоційне життя характеризується неперервністю, потенційною усвідомленістю емоцій, їх виразністю та можливістю керувати ними. Однак в процесі розвитку емоції втрачають свою інстинктивну основу, набувають обумовлений характер і утворюють різноманітні види так званих вищих емоційних процесів: соціальних, інтелектуальних, естетичних, які у людини складають основний зміст його емоційного життя [4; 6].

Функції емоцій зводяться в результаті до модифікації енергетичних ресурсів організму, формуванню тенденції до підтримування чи, навпаки, усунення контакту з фактором, що так чи інакше впливає на індивіда, а також організації специфічних форм поведінки, що відповідають якісним особливостям фактора, що впливає. У випадку невдалих, небажаних, тобто негативних емоцій, що виникають в результаті незадоволення потреб людини, мозкові структури емоційної сфери перезбуджуються, утворюючи, таким чином, емоційну напругу, що нерідко призводить до порушення компенсаторних механізмів вищої нервової діяльності [7; 8].

Величезна роль емоцій у виникненні стресових станів, які викликаються ситуаціями сильної напруги – загрози життю, фізичної і розумової напруги, страху, необхідності прийняти відповідальні рішення тощо. Так, Г. Сельє вважав, що в момент дії будь-якого подразника (стрес-фактора) в організмі відбуваються певні зміни його біологічного тону, тобто виникає стрес (стан напруження реактивності організму) [2; 7]. І справа не лише в тому, що емоційні крайнощі можуть погіршити самопочуття і стан здоров'я. Неврівноваженість позитивних і негативних емоцій перешкоджає повноцінному спілкуванню і взаєморозумінню [9; 12].

Отже, емоційність є одним із важливих факторів темпераменту людини. В структурі емоційності виділяється ряд властивостей, які характеризують її формально-динамічні параметри (силу, інтенсивність, тривалість, швидкість протікання і зміни емоційних переживань) і експресію (вияв емоцій), а також якісні характеристики, що несуть інформацію про модальність і знак емоційного переживання й змістовні характеристики емоційності, що виявляються в об'єкті переживань.

Важливішими є якісні особливості емоційності, бо саме в них і втілена психологічна сутність емоцій – ставлення до відображуваного. А це дає ключ до розуміння походження різних видів психіки, детермінованих формально-динамічним, а більше – біологічно обумовленим рівнем.

Емоційність як постійна властивість індивідуума, скрізь і завжди виступає регулюючим чинником його життєдіяльності, робить людину щасливою чи нещасною.

Таким чином, емоційні властивості характеризують людину на різних рівнях її психічної організації та виконують важливу роль у психічній регуляції діяльності. Емоційність слід розглядати як глобальну властивість, у межах якої перебігають всі психічні процеси і стани, як результат генетичного й соціального розвитку, як одну з важливих рис індивідуальності, й тлумачити варто її як комплекс індивідуально стійких властивостей, що відображають особливості виникнення й перебігу психоемоційних переживань, що безпосередньо впливають на психологічне благополуччя людей, їх психічне здоров'я, що охоплює не лише медико-психологічні, а й суспільні норми.

Список використаних джерел

1. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы, эмоции: конспект лекций. – М.: Изд-во МГУ, 1971.
2. Изард К. Эмоции человека: Пер. с англ. – СПб.: Питер, 2000.
3. Небылицын В.Д. Психофизиологические исследования индивидуальных различий. – М.: Наука, 1976.
4. Ольшанникова А.Е., Рабинович Л.А. Опыт исследования некоторых индивидуальных характеристик эмоциональности // Вопросы психологии. 1974. - № 3. – С. 65 – 74.
5. Шингаров Г.Х. Эмоции и чувства как форма отражения действительности. – М., 1971.
6. Краско Т.И. Применение проективного рисунка в патопсихологическом обследовании больных невротами и психопатиями: Методические рекомендации. – Харьков, 1992.
7. Селье Г. Стресс без дистресса. - Рига: Виеда, 1992.
8. Головаха Е. И., Панина Н. В. Психология человеческого взаимопонимания. – Киев, 1989.
9. Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека. – Казань: Изд-во Казан. ун-та, 1987.
10. Васильев И.А. Гуманистическая и естественнонаучная парадигма в современных исследованиях эмоций // Психол. журнал. 1992. № 6. – С. 80.
11. Вилюнас В.К. Основные проблемы психологической теории эмоций // Психология эмоций. Тексты. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – С. 3 – 28.
12. Додонов Б.И. В мире эмоций. – М., 1987.
13. Крупнов А.И. Психологические проявления и структура темперамента. – М., 1992.

14. Лук А.Н. Эмоции и личность. – М.: Знание, 1982.
15. Мерлин В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. – М.: Педагогика, 1986.
16. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии: Пер. с польск. – М.: Прогресс, 1982.
17. Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий. – М., 1961.
18. Шафранская К.Д. Эмоциональные характеристики и их структура // Психодиагностические методы. – Л., 1976.
19. Шингаров Г.Х. Эмоции и чувства как форма отражения действительности. – М., 1971.

Summary

The article investigates the concept of the theory of emotion, an attempt to understand the interpretation of the specific characteristics of emotion. Highlight specific structural components of emotion and its functions. It is proved that emotions should be considered as one of the important features of personality and interpreted as a set of individual-resistant properties that reflect the characteristics of occurrence and course of emotional experiences, which are characterized by quality and dynamics.

Keywords: emotions, emotional sphere, emotional distress, personality, individuality.

УДК 159.923:111.

Легун О. М.

САМОВИЗНАЧЕННЯ І СЕНС ЖИТТЯ ОСОБИСТОСТІ

Анотація

В статті розглядається самовизначення як фундаментальне питання психології самодетермінації, напряду пов'язане із визначенням особистістю свого сенсу життя. В основі самовизначення, як усвідомлюваного або неусвідомлюваного вибору життєвого шляху, визначення сенсу існування, лежить співвідношення людиною своїх уявлень і намірів. Зміст особистісного самовизначення реалізується через сенсотворення – формування уявлень про сенс життя, пошук сенсу власного існування; мотивацію – спонукання до спрямованої діяльності особистості; самореалізацію і самовираження – свідоме утвердження особистістю власної позиції в певних проблемних ситуаціях.

Ключові слова: сенс життя, самовизначення, ідентичність.

Аннотация

В статье рассматривается самоопределение как фундаментальное положение психологии самодетерминации, связанное напрямую с поиском личностью смысла своей жизни. В основе самоопределения, как осознанного либо неосознанного выбора жизненного пути, определения смысла существования, лежит соотношение человеком своих представлений и намерений. Содержание личностного самоопределения реализуется через смыслообразование – формирование представлений о смысле жизни, поиск смысла бытия; мотивацию – побуждение к направленной личностной деятельности; самореализацию и самоутверждение – осознанное укрепление своей позиции в определенных проблемных ситуациях.

Ключевые слова: смысл жизни, самоопределение, идентичность.