

Интегративный взгляд на изучение эмоций

Заячковская Ольга Олеговна, кандидат филологических наук
Балтийский Федеральный Университет им. И. Канта

Проявление эмоций это одно из основополагающих процессов человеческого существования. Эмоции оказывают огромное влияние на наши мысли и действия. Эмоции определяют качество нашей жизни.

Анализ специализированной литературы обнаруживает множество научных концепций, которые объясняют сущность эмоций, описывают их роль в процессе функционирования человеческого организма, и всей человеческой жизнедеятельности в целом, выявляют источники их возникновения, формы их протекания. В современной науке также ведутся разработки по созданию эмоционального искусственного интеллекта. Но именно из-за самой природы эмоции мы до конца не знаем, как влияют на нас эмоции и как распознать их признаки в себе и в других людях. Трудно переоценить то значение, которое имеют для нас наши эмоции. Во всем множестве теорий и определений важно то, что эмоции – это физиолого-душевные состояния человека, где важную роль играют субъективный опыт, нейрофизиологическая реакция, когнитивный компонент оценивания и межличностное общение.

В статье предлагается выборочный обзор некоторых направлений в изучении эмоций имеющие междисциплинарный характер. Выборочно рассматриваются некоторые популярные подходы к пониманию, описанию и выражению положительных эмоций. Причина, по которой в данной статье делается акцент на положительные эмоции заключается в том, что положительные эмоции, эмоции удовольствия играют ключевую мотивирующую роль во многих важных областях нашей жизни – в современном мире мотивация, личная эффективность, саморазвитие играет ведущую роль, и ведутся многочисленные исследования как теоретического, так и прикладного характера в разных направлениях от психологии, педагогики, языкознания до менеджмента и управления.

Цель статьи состоит в том, чтобы еще раз обозначить сложность сущности эмоций, указать на разнообразие подходов к изучению эмоций на разных уровнях в разных областях науки и сферы деятельности человека.

Среди основополагающих исследований в изучении эмоций, их кросс-культурной универсальности выражения и распознавания следует выделить исследование Пола Экмана [3].

Во введении к книге «Психология эмоций» автор утверждает: «Я изучал эмоции более сорока лет, уделяя основное внимание выражению эмоций, а в последнее время и физиологии эмоций. Я обследовал пациентов психиатрических клиник, нормальных, здоровых взрослых и детей в США и во многих других странах, наблюдая, как эти люди проявляют чрезмерную, недостаточную или неадекватную эмоциональную реакцию, как они лгут и как говорят правду» [3, с. 3]. В книге приводятся результаты исследований в

разных культурах, которые легли в основу его дальнейших рассуждений о том, почему люди становятся эмоционально возбужденными, что служит триггером для эмоций, как выявить и изменить триггер и его последствия; анализируются способы организации эмоциональных реакций – выражения лица, действия и мысли; автор объясняет можно ли контролировать эмоциональное раздражение настолько, чтобы оно не проявлялось в нашем голосе или на нашем лице. Также отдельные главы посвящены некоторым основным и по мнению автора универсальным эмоциям и их проявлениям.

Говоря о положительных эмоциях, Пол Экман выделяет сенсорные удовольствия, которые различаются по субъективным ощущениям, по сигналам подаваемым другим людям, и по характерным для них физиологическим изменениям. Сенсорные удовольствия обеспечивают разные пути к достижению того же самого эмоционального опыта и рассматриваются пять разных эмоций – визуальное, тактильное, обонятельное, слуховое и вкусовое удовольствия. Экман подробно описывает следующие эмоции удовольствия: веселье, удовлетворенность, возбуждение, облегчение, изумление, экстаз, благодарность, а также такие эмоции для которых в английском языке синонимов нет: *fiero* (итал.) – в этой эмоции содержится ощущение того, что человек сумел достичь какой-то трудной цели, и это ощущение достигнутого результата оказывается очень приятным и неповторимым; *naches* (идиш) – сильное ощущение удовольствия и гордости, которое может принести родителям только их ребенок; *schadenfreude* (нем.) – злорадство, в отличие от других приятных эмоций *schadenfreude* не одобряется в некоторых западных обществах.

«Все эти приятные эмоции мотивируют нашу жизнь, в общем и целом они заставляют нас делать то, что идет нам на пользу. Они поощряют нас к осуществлению деятельности, необходимой для выживания человеческого рода, – сексуальным отношениям и воспитанию детей. Все это очень отличается от гедонизма, так как альтруистические поступки, добрые дела и достижение удивительных результатов может стать усвоенными источниками *fiero*, возбуждения, веселья, сенсорных удовольствий... и практически всех приятных эмоций. Стремление к наслаждению не должно быть единственным или эгоистичным. Я уверен, что все должно быть совсем наоборот, что без дружбы, без совместных достижений, без контактов с другими людьми, вызывающими сенсорные удовольствия, наша жизнь была бы сухой и бесцветной» [3, с. 140].

В качестве примера того, насколько могут быть разнообразны положительные эмоции, Экман анализирует фотографию и ее описание фоторепортером, который ее сделал. На фотографии женщина и ее дети терпеливо ждут на взлетном поле базы ВВС в Тревисе, пока группа военных летчиков выходит из

самолета, доставившего их домой, в США. Фоторепортер описал эту фотографию так: «Закончив свою речь, он посмотрел вокруг и увидел свою семью, бегущую ему навстречу с распростертыми объятиями и улыбками, выражающими бурную радость» [3, с. 171]. Но можно ли описать эту ситуацию только одним словом «радость»? Экман предлагает определить, какие приятные эмоции испытывает дочь, бегущая с разведенными в стороны руками навстречу своему отцу, чтобы броситься ему на шею? Здесь, безусловно, присутствует возбуждение, а также предчувствие получения сенсорных удовольствий от возможности обнять дорогого человека, заново почувствовать прикосновение его рук и ощутить его запах. Возможно, несколькими мгновениями ранее она испытала облегчение, когда увидела, что ее отец вернулся с войны живым и невредимым. Здесь также может присутствовать момент изумления, вызванный почти что невероятным фактом возвращения отца домой после пятилетнего отсутствия, так как пять лет в жизни этой девушки — довольно большой срок. Экман согласен с фоторепортером в том, что «радость» может оказаться более подходящим словом для описания этой ситуации, чем «удовольствие» или «счастье», так как оно говорит о более высокой интенсивности испытываемой эмоции. Однако и оно не выражает в точности то, какие именно эмоции удовольствия испытывают люди.

На протяжении своей карьеры Экман разработал множество теорий и методов работы с эмоциями. Особенно полезной оказалась адаптация и популяризация системы кодирования лицевых движений (СКЛиД). Система позволяла разбить изображения выражений человеческого лица на единицы, пригодные для компьютерной обработки, чтобы далее проанализировать движения отдельных лицевых мышц и подразделить их на категории, которые больше соответствуют машинной логике. Такая структурированная система оказалась крайне полезна для зарождающейся области эмоционального программирования. Позже Экман разработал несколько инструментов для анализа выражения лица, которые могли распознавать произвольные движения, возникающие даже тогда, когда человек пытается тщательно подавлять эмоции. Эти инструменты легли в основу систематизации выражения лиц. Далее в систему были добавлены пространственные и временные информационные структуры, что позволило распознавать не только статические, но и сменяющиеся выражения лица [2, с. 94–96]. Благодаря интеграции информационных технологий и подробного описания мимического выражения эмоций, зародилась и развивается эмоциональное программирование. Эмоциональное программирование занимается разработкой систем и устройств, взаимодействующих с чувствами, то включает в себя распознавание, интерпретацию и воспроизведение человеческих эмоций [2, с. 23]. В настоящее время технологии эмоционального программирования набирают обороты и могут найти применение для решения проблем в разных сферах деятельности: в образовании, в медицине и социальной работе, в экономической и управленческой деятельности.

В этой связи также следует обратить внимание, на изучение способов выражения и описания эмоций в языкознании, что предполагает решение множества проблем на всех уровнях языка от фонетического до синтаксического. Однако, основа для реализации эмотивных высказываний и ключ к пониманию вербализации эмоций лежит в сфере когнитивной лингвистики. Именно когнитивный подход является одним из перспективных методологических инструментов, который позволяет выявить особенности функционирования человеческого разума посредством языковых форм. Структурирование и репрезентация знания происходит посредством концептов, которые не являются закрытыми единицами, но постоянно взаимодействуют друг с другом, отражая динамику процессов, в современном мире в целом и в отдельной социокультурной среде.

В процессе концептуализации и категоризации эмоций происходит концептуальная перестройка, реорганизация категории с помощью метафорических и метонимических механизмов. Концептуальная метафора и метонимия активно вовлечены в процесс освоения и отражения внутреннего мира человека и в, особенности, его эмоционального состояния. Заимствование новых элементов информации из источниковой зоны, наследование и перераспределение информации в целевой зоне дает возможность более точно описать эмоциональное состояние и выявить основные его параметры. В этом контексте следует упомянуть наше исследование, где описаны способы концептуализации положительных эмоциональных состояний «радость» и «надежда» в английском языке с опорой на корпусный анализ [1].

Так, в результате анализа концептуальных структур, лежащих в основе эмоциональных состояний «радость» и «надежда» была выявлена тесная корреляция между содержанием источниковых доменов и концептуальными признаками целевых доменов, например, такие как, констатация присутствия\отсутствия переживания эмоции или осознание и принятие эмоции, возможность контролировать эмоции или неконтролируемость эмоционального переживания, казуальный характер эмоции, различная степень интенсивности эмоциональных состояний, ценность и важность переживания положительных эмоций, жизненная энергия оптимизм, вера, гедонистический образ жизни и отношения, наслаждение, искренность, смешение эмоций при сильном возбуждении, протяженность эмоций во времени, агрессия и злорадство, напряжение и боль при сильном возбуждении, ожидание, уверенность, призрачность, мимолетность, неуверенность.

Следует обратить внимание на то, что существует корреляция между утверждениями Экмана в отношении опыта переживания положительных эмоций, их функциональности в жизни человека и концептуальными признаками, выявленными в ходе исследования языкового материала и способами их вербализации, а также прослеживается подтверждение универсальности некоторых концептуальных признаков.

Таким образом, несмотря на множество теорий эмоций, самого сложного человеческого состояния, о котором мы не имеем полного и исчерпывающего

представления, интеграция знаний поможет расширить знания о них, как с точки зрения теории, так и в прикладных исследованиях. Однако, важно понимать глубину и сложность эмоций и не пытаться

чрезмерно упростить их механизмы формирования, функционирования и выражения.

Литература:

1. Заячковская О.О. Концептуализация положительных эмоциональных состояний «радость» (joy) и «надежда» (hope) в современном английском языке: автореферат дис. ...кандидата филологических наук. М., 2008.
2. Йонк Р. Сердце машины. Наше будущее в эру эмоционального искусственного интеллекта. – Москва: Эксмо, 2019.
3. Экман П. Психология эмоций. – Санкт-Петербург: Изд-во «Питер», 2010.