

УДК 376.3-053.4-056.313:7

**ЛИСЕНКОВА Ірина Петрівна**

*кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри психології та спеціальної освіти Миколаївського міжрегіонального інституту розвитку людини ВНЗ «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»*

## **КОГНІТИВНИЙ ПІДХІД У ДОСЛІДЖЕННІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ**

*У статті проаналізовано основні когнітивні теорії та місце емоційної сфери, емоцій, почуттів у них. До когнітивних теорій емоцій і особистості можна віднести щонайменше два великі класи теорій. Це так звані теорії Я, або теорії самосвідомості, і теорії, що вважають першопричиною або компонентом емоції когнітивні процеси. Двохфакторна теорія емоцій С. Шахтера пропонує розглядати емоцію як поєднання двох компонентів: фізіологічного збудження і когнітивної інтерпретації цього збудження. В контексті теорії когнітивного дисонансу Л. Фестінгера емоція розглядається як процес, чия якість визначається узгодженістю взаємодіючих систем. Теорія диференціальних емоцій К. Ізарда полягає в тому, що емоція виникає як відгук на конкретний ментальний образ, будь то символ, поняття або думка.*

**Ключові слова:** : емоції, почуття, емоційна сфера, дитина, психологія емоційної сфери.

**Постановка проблеми.** Об'єктом інтересу прихильників когнітивних теорій, з одного боку, залишаються принципи та механізми управління процесом пізнання, в якому відбувається сприйняття, збереження, обробка, інтерпретація та набуття нових знань, з іншого – вивчення основоположних когнітивних процесів та відмінностей у сприйнятті, осмисленні. Організації й оцінці людьми свого досвіду (J. Atkinson, A. Bandura, C. Hull, J. Kuhl, E. Lowell, D. McClelland, G. Muller, H. Helmholtz, H. Heckhausen, E. Tolman та ін.). Дослідники роблять акцент на вивченні психічних процесів та свідомості, що обумовлюють поведінку чи діяльність. Такий підхід дає можливість зробити висновки, які психічні процеси включені в діяльність, і яким чином вони задіяні в процесі розвитку емоційної сфери та прояву емоцій у людини.

**Мета статті** полягає у теоретичному аналізі когнітивного підходу в дослідженні емоційної сфери.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Еволюційна теорія походження емоцій Ч. Дарвіна опублікована в книзі «Вираз емоцій у людини і тварин» в 1872 році (1972). У ній еволюційний принцип застосовується до психологічного розвитку живого організму і доводиться, що між поведінкою тварини і людини є подібні закономірності. Як показав Ч. Дарвін, в зовнішньому виразі різних емоційних станів, в експресивно-тілесних рухах багато загального в антропоїдів і сліпонароджених дітей. Ці спостереження лягли в основу його теорії. Емоції, згідно цієї теорії, з'явилися в процесі еволюції живих істот як життєво важливі механізми пристосування, що сприяли адаптації організму до умов і ситуацій його життя. Тілесні зміни, що супроводжують різні емоційні стани, зокрема, пов'язані з відповідними емоціями рухи, за Ч. Дарвіним, є не що інше, як рудименти реальних адаптивних реакцій організму (Colzato, Sellaro, Beste, 2017; Gordillo-Garcia, 2016).

Двохфакторна теорія емоцій С. Шахтера пропонує розглядати емоцію як поєднання двох компонентів: фізіологічного збудження і когнітивної інтерпретації цього збудження. Згідно теорії, продукти процесу пізнання використовуються для інтерпретації значення фізіологічних реакцій на зовнішні події». Ілюструє дану теорію наступний експеримент: «Чотири групи студентів здавали іспит. Заздалегідь із цими студентами проводили експеримент, в якому дві групи опитувалися в умовах ворожості, а дві інші в умовах дружнього ставлення. На іспиті одна з кожної пари груп отримала ін'єкцію адреналіну, а інша контрольну ін'єкцію фізіологічного розчину. Студенти зробили звіт про свої переживання. Як очікувалося, перша група відчувала переважно негативні емоції, а друга – позитивні. Вплив же адреналіну виявився несподіваним. Він підсилював як позитивні, так і негативні емоції. Який би фізіологічний стан не викликала ін'єкція, його знак визначався установкою соціального оточення студентів, а не введеною речовиною (Schachter, 1959). Емоція, з одного боку, зумовлюється енергетичним компонентом свідомості, а з іншого – її якість визначається взаємодією змісту свідомості і можливою програмою дій. Двохфакторна теорія

побічно відокремлює проблему сили і знаку емоції від її якісного змісту. Власне, на енергетичний компонент емоцій указують багато дослідників, але залишається неясним механізм його реалізації в системі інших психічних явищ. Наприклад, ідею про рівень збудливості мозку як модифікатор поведінки тварин знаходимо у Л. Крушинського. Ця гіпотеза ґрунтувалася на досліджах, в яких штучне підвищення збудливості нервової системи боязких і злобних собак введенням фармакологічних засобів приводило до значного посилення активно- і пасивнозахисних реакцій (Erdmann, Lanke, 1978; Schachter, 1959; Крушинский, 1991).

У контексті теорії когнітивного дисонансу Л. Фестингера емоція розглядається як процес, якість якого визначається узгодженістю взаємодіючих систем. Позитивне емоційне переживання з'являється тоді, коли план дій, що реалізовується, не зустрічає на своєму шляху перешкод. Негативні емоції пов'язані з незбігом між поточною діяльністю і очікуваним результатом. Дисонанс, невідповідність між очікуваними і дійсними результатами діяльності припускає існування двох основних емоційних станів, які безпосередньо пов'язані з ефективністю когнітивної діяльності, побудовою планів активності та їхньою реалізацією. Таке розуміння емоцій, обмежене поясненням їхнього позитивного або негативного компоненту, дещо односторонньо розкриває природу емоцій як сигнальної системи, що реагує на якість програм поведінки та вуяює активну, енергетичну сторону емоцій, а також їх якісне різноманіття. У той же час дана теорія підкреслює залежність знаку емоцій від якості програми дії, а не від якості емоційного відчуття (Coutinho, 2010; Fontanari, Bonniot-Cabanac et al., 2012; Izard, 1971).

Теорія диференціальних емоцій К. Ізарда (1971) полягає в тому, що емоція виникає як відгук на конкретний ментальний образ, чи то символ, поняття або думка. Можна говорити про виникнення зв'язку між відчуттям і думкою або про афектно-когнітивну структуру. У дорослої людини емоції дуже часто пов'язані з ментальними образами, і тому вбачається необхідним акцентувати увагу на цій тезі: регулярне виникнення певної емоції у відповідь на певний образ врешті-решт призводить до формування афектно-когнітивної

структури. Афектно-когнітивні структури можуть бути комбінацією драйву й когнітивного процесу або комбінацією драйву, емоції та когнітивного процесу. Афектно-когнітивна структура може виявлятися як цінність, мета або ідеал, а комплекс таких структур може стати основою світогляду або ідеології. Мотиваційна сила афектно-когнітивної структури криється в її афектній складовій, у драйві, в емоції або в їхній комбінації. Емоція – надзвичайно складний феномен, який активізує нейронні, когнітивні і моторні процеси. Емоція припускає співпрацю психічного і тілесного, що задіює всі рівні особистості.

Деякі сучасні теорії розглядають емоцію в основному як реакцію або комплекс реакцій, обумовлених когнітивними процесами. Подібний погляд на природу емоцій, вельми характерний для представників західної культури, очевидно, породжений тими уявленнями про природу людини, які йдуть своїм корінням до Аристотеля, Ф. Аквінського, Д. Дідро, І. Канта та інших філософів. Ці уявлення полягають в наступному: а) людина перш за все і найбільшою мірою – істота раціональна; б) раціональний початок корисний, благодатний для людини, емоційний - шкодить і заважає їй; в) розум (когнітивні процеси) повинен служити чинником контролю і заміщення емоцій (Вилюнас, 2008).

Найбільш розробленою з теорій емоцій і особистості, збудованою в межах вищеназваної традиції, є теорія М. Арнольда (1960). Згідно цієї теорії, емоція виникає в результаті дії якоїсь послідовності подій, що описуються в категоріях сприйняття і оцінок. Термін «сприйняття» М. Арнольд тлумачить як «елементарне розуміння». В даному випадку «сприйняти» об'єкт – означає деяким чином «зрозуміти» його, незалежно від того, як він впливає на того, хто сприймає. Для того, щоб представлений у свідомості образ отримав емоційне забарвлення, об'єкт необхідно оцінити щодо його впливу на того, хто сприймає. Емоція таким чином не є оцінкою, хоча і може нести її в собі як невід'ємну, необхідну складову. Якщо говорити точніше, емоція є неусвідомлюваним потягом до об'єкта або відторгненням його, що виникає в результаті оцінки об'єкта як хорошого або поганого для індивіда.

С. Шахтер і його колега Дж. Зінгер припустили, що емоції виникають на основі фізіологічного збудження і когнітивної оцінки ситуації, що викликала це збудження. Якась подія або ситуація викликає фізіологічне збудження, й у індивіда виникає необхідність оцінити зміст збудження, тобто ситуацію, яка його викликала. Тип або якість емоції, що переживається індивідом, залежить не від відчуття, що виникає при фізіологічному збудженні, а від того, як індивід оцінює ситуацію. Оцінка («по пам'яті або за відчуттям») ситуації дозволяє людині визначити збудження як радість або гнів, страх або огиду або як будь-яку іншу, відповідну до ситуації, емоцію. За С. Шахтером, одне і те ж саме фізіологічне збудження може переживатися і як радість, і як гнів (і як будь-яка інша емоція), залежно від трактування ситуації. О. Мандлер і О. Лазарус (1968) дотримуються подібної точки зору при поясненні процесів емоційної активації.

У експерименті С. Шахтер і Дж. Зінгер перевіряли свою теорію таким чином: одній групі випробовуваних вводили адреналін, що викликає збудження, іншій – плацебо. Кожна з груп була розбита на три підгрупи – одним респондентам давали справжню інформацію про дію препарату, іншим – помилкову, а третім нічого не розповідали про можливий вплив препарату. Після введення препарату всі помилково інформовані респонденти, частина респондентів, які мали в своєму розпорядженні точну інформацію, і частина респондентів, які не мали в своєму розпорядженні ніякої інформації, потрапляли в товариство людини, що демонструвала ейфоричну поведінку; решта респондентів же опинялася в суспільстві людини, яка зображала лють. Дослідники виявили, що дезінформовані респонденти і респонденти, що не отримали ніякої інформації, були схильні імітувати настрій і поведінку актора, як ейфоричну, так і гнівну. Респонденти, які мали в своєму розпорядженні точну інформацію про дію адреналіну, були менш схильні до стороннього впливу. В групі, яка слідувала ейфоричній моделі, дезінформована частина респондентів, що не отримала інформації, мала набагато вищі оцінки стану радості, що переживається ними, ніж респонденти, які були вірно інформовані, але ці оцінки мало чим відрізнялися від оцінок респондентів з плацебо-групи. У групі, що йшла за «гнівною» моделлю, найбільш високі оцінки стану гніву, що

переживається, дали неінформовані респонденти, але члени плацебо-групи знов не підтвердили модель С. Шахтера. Їхні оцінки за шкалою самозвіту гніву не відрізнялися від оцінок дезінформованих і не інформованих респондентів.

Роботи С. Шахтер стимулювали теоретичне і експериментальне вивчення емоцій, хоча багато дослідників критикують його методологічний підхід (Izard, 1971). Підсилює враження і те, що два експерименти, що відтворювали експеримент С. Шахтера та Дж. Зінгера, не підтвердили його результатів (Schachter, 1959). Х. Маслах продемонструвала, що нероз'яснене, гіпноотично нав'язане збудження вегетативної нервової системи викликає в людини бажання інтерпретувати свій внутрішній стан і свої відчуття негативно. Не було виявлено значущої залежності між діями актора і тим, що повідомляти респонденти про свої переживання. Г. Маршалл, услід за С. Шахтером і Дж. Зінгером, використовував у своєму експерименті техніку наркотичного збудження і отримав результати, аналогічні результатам Х. Маслах. Останні теоретичні розробки когнітивного і соціально-когнітивного напрямів схожі з біосоціальними теоріями в своєму підході до мотиваційної і адаптивної ролі емоцій, але відрізняються від них тим, що пріоритетну роль в процесі виникнення емоцій відводять когнітивним процесам. Проте і для тих, і для інших безперечним є той факт, що когнітивні процеси слугують необхідною ланкою в ланцюзі подій, що активують емоцію (Крушинский, 1991).

Головний внесок когнітивних теорій у справу вивчення емоцій полягає в описі емоційно-специфічних когнітивних процесів – особливого роду висновків, що викликають специфічну емоцію. Вони також поглибили наше розуміння взаємин між емоціями і когнітивними процесами.

К. Вайнер (цит. за: Смирнов, 1985) пояснює когнітивні antecedentes емоцій в термінах каузальної атрибуції. За К. Вайнер, причина емоції – це функція персональної атрибуції каузальної або причини активуючої події. Він пропонує три вимірювання каузальності: локус (внутрішній - зовнішній), стабільність (стійкість - нестійкість) і контроль (керованість - некерованість).

Розроблені і витонченіші схеми каузальних вимірювань різних науковців, таких, як Roseman (цит. за: Duffy, 1962), Smith та Ellsworth (цит. за: Lidsley, 1957). Так, деякі теоретики пропонують доповнити параметр контролю параметром відповідальності. Вони вважають, що атрибуція відповідальності і контролю важлива для розмежування емоцій здивування (зовнішня відповідальність / контроль) і провини (внутрішня відповідальність / контроль).

Деякі дослідники, йдучи за традиціями представників когнітивного напрямку, зробили спроби розділити процес емоційної активації на етапи. У своїх дослідженнях вони доводять, що дійсними попередниками емоції є оцінки / атрибуції. Оскільки емоція виникає протягом мілісекунд після внутрішньої або зовнішньої події, то виявлення когнітивного процесу, що передувало емоції, справа надзвичайно важка. Проте, незалежно від того, яке місце займають когнітивні процеси в каузальному ланцюжку, вони, без сумніву, беруть участь у процесі виникнення емоції і є частиною загальної феноменології, пов'язаної з емоціями. Таким чином, прихильники когнітивного напрямку, як теоретики, так і практики, продовжують робити істотний внесок у розвиток психології емоцій.

Р. Плутчик розглянув емоції як засіб адаптації, що відіграє важливу роль у виживанні на всіх еволюційних рівнях. Нижче наводяться базові прототипи адаптивної поведінки і відповідні їм емоції (афектно-когнітивні структури). Р. Плутчик визначає емоцію як комплексну соматичну реакцію, пов'язану з конкретним адаптивним біологічним процесом, загальним для всіх живих організмів.

Первинна емоція, за Р. Плутчиком, обмежена в часі та ініціюється зовнішнім стимулом. Кожній первинній та кожній вторинній емоції (під якою мається на увазі комбінація двох або декількох первинних емоцій) відповідає певним фізіологічним та експресивно-поведінковим комплексам. На думку Р. Плутчика, постійне блокування адекватних моторних реакцій у конфліктних або фруструючих ситуаціях викликає хронічну напругу в м'язах, яка може служити показником поганої адаптації; він наводить низку експериментальних даних на підтвердження цієї тези. На думку Р. Плутчика, його теорія

емоцій може виявитися корисною у сфері вивчення особистості, а також у психотерапії. Він запропонував розглядати особистісні риси як комбінацію двох або декількох первинних емоцій, навіть тих, які взаємовиключають одна одну. Такий підхід – аналіз способу змішування емоцій – може сприяти кращому розумінню багатьох важливих емоційних феноменів. Наприклад, Р. Плутчик пропонує наступні формули: гордість = гнів + радість; любов = радість + схвалення; цікавість = здивування + схвалення; скромність = страх + схвалення; ненависть = гнів + здивування; провина = страх + радість або задоволення; сентиментальність = схвалення + горе.

Соціальні регулятори (феномени суперего) можуть розумітися в системі Р. Плутчика як поєднання страху та інших емоцій, а тривожність – як поєднання страху й очікування. На його думку, аналіз ситуацій, що породжують у людині страх, і виявлення очікувань людини щодо таких ситуацій допомагає зрозуміти динаміку тривоги (цит. за: Tomkins, 1962).

Згідно Дж. Зінгера, в основі щільних взаємин між афектом і пізнавальними процесами лежать спроби пристосування дитини до нового та постійно змінюваного навколишнього середовища. Дж. Зінгер, так само як і К. Ізард (1971), вважає, що новизна навколишнього середовища активує емоцію інтересу, яка, в свою чергу, підкріплює дослідницьку активність дитини. Пізнання навколишнього середовища й успішне пристосування знижують рівень збудження та активують емоцію радості, тоді як велика кількість складного матеріалу, недоступного для асиміляції, може викликати переляк, смуток або страх.

Найважливішим результатом досліджень Дж. Зінгера стало впровадження його розробок в сфері уяви та афекту в практику психотерапії. Він підкреслює важливість використання уяви у поєднанні з дією (наприклад, у рольовій грі), за допомогою яких пацієнт навчається розбиратися в різноманітних афективних проявах, контролювати свої емоції, думки та поведінки. На думку Дж. Зінгера, робота уяви та фантазії допомагає сформувати відчуття компетентності, розвиває самоконтроль. Ця техніка набула поширення в психодинамічній терапії, яка дозволила зрозуміти механізми успіху цієї методики (цит. за: Arnold, 1960).



Теорія диференціальних емоцій сходить до багатої інтелектуальної спадщини та претендує на спорідненість із класичними роботами Дюшена, Дарвіна, Спенсера, Кьєркегора, Вундта, Джеймса, Кеннона, Макдугала, Дюма, Дьюї, Фрейда, Радо і Вудворта, а також з сучаснішими роботами Якобсона, Синнота, Маурера, Гельгорна, Харлоу, Боулбі, Симонова, Екмана, Холта, Сингера і багато інших. Усі ці вчені, представляючи різні теорії і точки зору, в цілому схильні визнавати центральну роль емоцій у мотивації, соціальній комунікації, пізнанні та поведінці.

**Висновки та перспективи подальших розвідок у даному напрямку.** Якщо звернутися до наукових досліджень, присвячених проблемі емоцій, то можна відзначити деякі традиції, що склалися в самих підходах до вивчення проблеми емоцій. Такими традиціями стали, по-перше, посилення на незначну кількість досліджень в цій області (дійсно, в нашій країні кількість наукових досліджень в області емоцій вельми поступалася числу робіт, виконаних в будь-якому іншому напрямі психології); по-друге, посилення на теоретичну неопрацьованість проблеми (порівняно, наприклад, із численними теоретичними розробками і науковими підходами в області пізнавальних процесів); по-третє, посилення на відірваність багатьох досліджень в області емоцій від запитів практики навчання, виховання, життя в цілому.

Без сумніву, ці посилення відображали ситуацію, що склалася. Але разом із тим це віддзеркалення було далеко не повним і не враховувало низки обставин. Одна з обставин, що перешкождала розгортанню психологічних досліджень емоцій на всіх етапах, полягає в самій природі емоційних процесів, що заявляють про себе суперечністю між уявною ясністю і доступністю емоційної сфери для наукового вивчення, з одного боку, та результатами такого вивчення, що розчаровують, із іншого.

#### *Список використаних джерел*

- Arnold, M. B. (1960). *Emotion and personality*. New York: Columbia University Press.
- Colzato, L.S., Sellaro, R., & Beste, C. (2017). Darwin revisited: The vagus nerve is a causal element in controlling recognition of other's emotions. *Cortex*, vol. 92, 95-102.

- Coutinho, E. (2010). Cognitive dissonance, knowledge instinct and musical emotions. In *Physics of Life Reviews*, 1(6), 30-32.
- Darvin, Ch. (1972). *Virazhenie iemocii u cheloveka i zhivvnyh* [The expressions of emotions of man and animals]. Moscow: Nauka [In Russian].
- Duffy, E. (1962). *Activation and behavior*. New York: John Wiley.
- Erdmann, G., & Janke, W. (1978). Interaction between physiological and cognitive determinants of emotions: Experimental studies on Schachter's theory of emotions. *Biological Psychology*, 1(6), 61-74.
- Fontanari J.F., Bonniot-Cabanac, M.-C., Cabanac, M., & Perlovsky, L. I. (2012). A structural model of emotions of cognitive dissonances. *Neural Networks*, 32, 57-64.
- Gordillo-Garcia, A. (2016). The challenge of instinctive behaviour and Darwin's theory of evolution. *Endeavour*, 1(40), 48-55.
- Izard, C. E. (1971). *The face of emotion*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Krushinskii, L. V. (1991). *Jevoliucionno-geneticheskie aspekty povedeniia* [The evolutionary and genetic aspects of behavior]. Moscow: Nauka [In Russian].
- Lazarus, R. S. (1968). Emotions and adaptation: Conceptual and empirical relations. In W. Arnold, (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 175-270). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Lindsley, D. B. (1957). Psychophysiology and motivation. In M.R. Jones, (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 44-105). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Schachter, S. O. (1959). *Metamorphosis*. New York: Basic Books.
- Smirnov, S. D. (1985). *Psihologija obraza: problema aktivnosti psicheskogo otrazheniia* [Psychology of image: the problem of psychic reflection's activity]. – M.: Izdatel'stvo Moskovskogo universiteta [In Russian].
- Strien T., & Ouwens, M. A. Counterregulation in female obese emotional eaters: Schachter, Goldman, and Gordon's (1968) test of psychosomatic theory revisited. *Eating Behaviors*, 3-4 (3), 329-340.
- Tomkins, S. S. (1962). *Affect, imagery, consciousness*. New York, Springer.
- Viljunas, K. (2008). *Psihologija iemocij* [Psychology of emotions]. St.-Petersburg: Piter [In Russian].

*I. Lysenkova*

### **COGNITIVE APPROACH IN THE STUDY OF EMOTIONAL SPHERE**

*For the adherents of cognitive theories, on the one hand, the principles and mechanisms of managing the process of cognition, in which the perception, conservation, processing, interpretation and acquisition of new knowledge takes place and, on the other hand, the study of fundamental cognitive processes and differences in perception and comprehension are the objects of the interest. Many researchers (J. Atkinson, A. Bandura, C. Hull, J. Kuhl, E. Lowell, D. McClelland, G. Muller, H. Helmholtz, H. Heckhausen, E. Tolman, etc.) focus on the study of mental processes and consciousness that determine behavior or activity. Such approach makes it possible to draw conclusions about which mental processes are included in the activity, and how they are involved in the development of the emotional sphere and the manifestation of human emotions.*

*Cognitive theories of emotions and personality can be divided to at least two broad classes of theories. These are the so-called self-theories, or theories of self-consciousness, and theories that consider the root cause or component of emotion to be cognitive processes.*

*The central and prevailing notion of all self-theories is the one's self- concept. Self-concept is a holistic, integrated phenomenon, consisting of the perception and knowledge of the individual himself, and it is given a huge explanatory meaning in the self-theories. Within these theories behavior is seen as a function of perception and especially of the individual's perception.*

*Schachter's two-factor theory of emotions suggests that emotion should be considered as a combination of two components: physiological excitation and a cognitive interpretation of this excitation. According to the theory, "products of the cognitive process are used to interpret the significance of physiological reactions to external events".*

*In the context of Festinger's theory of cognitive dissonance, emotion is seen as a process whose quality is determined by the coherence of the interacting systems. A positive emotional experience appears when the action plan that is being implemented does not meet obstacles in its path. Negative emotions are associated with a mismatch between the current activity and the expected result. Dissonance, discrepancy between the expected and actual results of activity, implies the existence of two main emotional states, which are directly related to the effectiveness of cognitive activity, the construction of activity plans and their implementation.*

*The theory of differential emotions of K. Izard postulates that emotion arises as a response to a specific mental image, whether a symbol, concept or thought. It is considering the emergence of a connection between feeling and thought, or about the affective-cognitive structure. In an adult, emotions are often associated with mental images, and therefore it seems necessary to focus attention on this thesis: the regular occurrence of a certain emotion in response to a certain image eventually leads to the formation of affective and cognitive structure. Affective-cognitive structures can be a combination of drive and cognitive process or a combination of drive, emotion and cognitive process.*

**Keywords:** *emotions, feelings, affects, cognitive development, emotional development, emotional sphere.*

Надійшла до редакції 3.04.2018 р.