

В.А.Кудин

## МИР ЭМОЦИЙ В НАШЕЙ ЖИЗНИ

Над разгадкой загадочного проявления эмоций, причинами силы и неожиданности их проявления задумывались мудрецы глубокой древности. Они стремились разгадать природу их развития, совершенствования, попытались найти объяснения неожиданности их появления и не менее быстротечного исчезновения.

В наше время исследований, непосредственно посвященных анализу эмоций, не так уж много как в отечественной, так и в зарубежной литературе. Среди них “Что такое эмоция?”, “Система К. Станиславского и физиология эмоций” талантливого советского психолога П. Симонова, труды выдающегося психолога А.Н. Леонтьева, особенно его исследование “Проблемы развития психики”, экспериментальные и теоретические исследования Б.М. Теплова и др.

Роли эмоций в профессиональном развитии актера посвящена работа К. Станиславского “Работа актера над ролью” и в определенной мере многие страницы книги “Моя жизнь в искусстве”.

Интересные мысли об эстетическом и эмоциональном находим у Ч. Дарвина в “Автобиографии”, в его работах “Возникновение человека и половой отбор”, “Развитие эмоций у человека и животных”.

Более обширная литература, где так или иначе рассматриваются эмоции, – это работы психологов, философов, эстетиков, особенно в их размышлениях о красоте.

К проблеме места и роли эмоций в физическом, духовном развитии людей, их влияния на творчество все чаще начали обращаться в последние годы психофизиологи, медики, практикующие врачи.

В той или иной мере, как драгоценные россыпи, вопрос об эмоциях упоминается у В. Вернадского, в исследованиях В. Бехтерева, И. Сеченова, И. Павлова, А. Чижевского.

Значительное место эстетике эмоций уделено в работах по обучению и воспитанию детей и практической деятельности у Я.А. Коменского, Ж.-Ж. Руссо, И. Песталоцци, К. Ушинского, А. Макаренко, С. Шацкого, В. Сухомлинского, особенно с его идеалом создания “Школы радости”.

И все же утвердившиеся в предыдущие годы взгляды на эмоциональное, как соподчиненное чувственному, сказались на недостаточном его освещении в научной литературе. В основном эмоции рассматривают в контексте анализа психологии чувств, их роли в жизни. Нередко чувства и эмоции отождествляют, не различая присущих эмоциям особенностей, их своеобразного проявления в жизни, в поступках и действиях людей. Не обращается внимание на то, что недостатки в развитии и воспитании культуры восприятия эмоций, в конечном счете весьма ощутимо сказываются на поступках и поведении, делах и свершениях людей.

Практика жизни убеждает, что многие несовершенства и недостатки людей в поведении, труде, во взаимоотношениях обусловлены бедностью и недоразвитостью эмоциональной культуры. Грубость, неуравновешенность во взаимоотношениях, неуклюжесть в труде – не просто причина бедности эмоций, а результат неосознанного их подавления в себе в силу разных причин и обстоятельств. Особенно ущербна их недоразвитость в детском возрасте, восполнить недостаток которых не могут все последующие годы жизни человека. Когда с детских лет не привито чувство подлинной красоты, тонкость эмоционального отклика на ее восприятие, не развито умение

подмечать и восхищаться ее прелестями, в конечном счете это приводит к огрубленному, тупому восприятию всего, с чем сталкивается потом в жизни уже взрослый человек.

Эмоциональная недоразвитость и ограниченность пагубно сказываются в процессе обучения и воспитания, в овладении знаниями, в негативном, а подчас и недопустимом проявлении всего, что делает человек.

Знаменательно в этом отношении высказывание нашего выдающегося педагога В.А. Сухомлинского, который заметил, что, если бы ему пришлось начинать работать в другой школе, в первую очередь он бы поинтересовался не тем, что знают и чего не знают дети, а **как научили детей чувствовать**, насколько развита культура их эмоций. Если школьник чего-то не знает, отмечал В. Сухомлинский, он все равно выучит и будет знать, но если детей не научили чувствовать, не воспитали культуры восприятия эмоций, этому не только трудно потом научить, более того – возможна невосполнимая потеря.

Талантливый педагог, каким был Василий Александрович Сухомлинский, тонко уловил, что наиболее благоприятный мир эмоций, их воспитание и развитие относятся к раннему периоду жизни человека. Впоследствии происходит их совершенствование, углубление, но если они не развиты в детские и юношеские годы, восполнить эту потерю трудно.

Мир эмоций и чувств неисчерпаемо многообразен по своему проявлению в жизни. То, что по своему содержанию эмоции и чувства при всей их взаимосвязанности различны, можно подтвердить обыденным, всем понятным примером: есть чувство голода, но нет эмоций голода, есть чувство беды, но нет эмоций беды, есть чувство горя, но нет эмоций горя, даже есть чувство любви, но нет эмоций любви. Хотя любовь порождает целую гамму эмоций.

Традиционно чувства подразделяют на три большие группы: позитивные, негативные и нейтральные. Каждая из них включает десятки разнообразных по своему содержанию оттенков чувств (особенно это относится к группам позитивных и негативных чувств). Лишь нейтральных всего несколько: безразличие, равнодушие, нейтральная созерцательность окружающего. (Детально о группах чувств изложено в психологической литературе. Здесь же упоминается общеизвестное для более четкого представления особенностей проявления в жизни эмоционального мира).

Если говорить по аналогии с делением на группы чувств об эмоциях, то их можно отнести к тем, которые включают в себе позитивный (восторженный), настораживающий, предупреждающий, тревожный смутным предчувствием чего-то характер, сосредотачиваясь на выраженных творческих, созидательных импульсах. Все они в той или иной мере способствуют мобилизации духовной, интеллектуальной, физической энергии, пробуждению творческих сил в решении конкретных жизненных проблем. В то же время многообразно проявление таких эмоций, как страх, ужас, гнев, негодование и им подобные, которые угнетают, подавляют действия человека в жизни, направляя их на негативное, разрушительное. Их преобладание в современных средствах массовой информации пагубно воздействует на психику человека, приводит к патологическим действиям и поступкам в жизни, особенно молодежи.

Возникновение нашей эмоциональной реакции на окружающее неповторимо. Эмоциональный отклик по своему содержанию подчас является неожиданным в своем проявлении. В отличие от чувственного восприятия, возникновение эмоций переплетено с реакцией сложных глубин молекулярно-атомного сцепления вещества нашего мозга, тящегося в непознанных глубинах подсознания.

Наиболее очевидно то, что эмоции имеют в своем содержании громадный заряд положительной, созидательной и настораживающе-предупредительной энергии, способствующей мобилизации всех духовных и физических сил в решении возникших

проблем. Но могут быть и подавляюще-разрушительными. При проявлениях положительных созидательных эмоций реализуется творческий замысел, происходит возвышенное, восторженное восхищение творимым, включающее мобилизацию энергии созидания, пробуждающее поиски наиболее совершенной формы реализации замысла. “Над вымыслом слезами обольюсь” (А. Пушкин). “В моем научном творчестве всегда преобладал элемент эстетического восторга” (В. Вернадский).

О пагубности притупления эмоций интересно рассказал Ч. Дарвин в своей “Автобиографии”: “До тридцати лет и даже немного позднее я находил большое удовольствие в чтении поэтов..., живопись доставляла мне значительное, а музыка – высокое наслаждение. Но вот уже несколько лет, как я не могу выносить ни одной строчки поэзии. Я почти потерял и прежний вкус к живописи и музыке... Это удивительная и достойная сожаления утрата высших эстетических вкусов... Ум мой превратился в какой-то механизм, перемалывающий большие коллекции фактов в общие законы, но почему эта способность вызвала атрофирование только той части мозга, от которой зависят высшие эстетические вкусы, я не могу понять... Утрата этих вкусов представляет утрату известной доли счастья и может вредно отражаться на умственных способностях, а еще вероятнее – на нравственном характере, **так как ослабляет эмоциональную сторону нашей природы**”.

Переживание эстетического восторга, сопровождаемое силой эмоций, происходит в отношении восприятия как людей, так и явлений природы, произведений искусства, научных открытий и изобретений.

В отношении к людям возникают эмоции восторга от созерцания их красоты, ее неповторимости; от совершенства, созданного талантом, или эмоция брезгливости перед всем негативным в поступках человека. (Характерно, что, восхищаясь внешне красивым человеком, наша эмоциональная реакция в корне меняется, когда мы узнаем, что человек лжив, подл, нечистоплотен в своих поступках. Эмоция восторга и восхищения превращается в пренебрежительную, меняется на горечь разочарования).

Подобное изменение, хотя с другим содержанием, происходит и с эмоциями в процессе восприятия природы. В их основе – огромная любовь и восторг перед неповторимой красотой и безмерным богатством проявлений окружающего нас мира.

Восходы и закаты Солнца, весеннее цветение, красота осеннего увядания, ураганы и снежные метели неизменно вызывают у нас возвышенные переживания, любование величием природы. Этот эмоциональный отклик, осознаем мы его или нет, напоминает нам, что мы сами – частичка мира этой красоты, воспринимая которую становимся лучшими.

Однако этот эмоциональный отклик происходит лишь тогда, когда грозные явления природы не угрожают нашей жизни. Одно дело, стоя на берегу, восхищаться могучими громадами волн бушующего моря, любоваться ими, и совсем другое – оказаться беспомощными среди стихии. Тогда возникает одна из сильных эмоций – эмоция страха, угрозы нашей жизни, противостоящая тем положительным эмоциям, которые содержат могучий эликсир жизненных сил.

По-видимому, насилие в любых его формах и видах растаптывает наши положительные эмоции, а жажда корысти, стяжательства, зависти губит их и подавляет. Подавляет тот нежный и хрупкий мир эмоций, который может быть навсегда задавлен в человеке нуждой, угнетением, жестокостью, скряжничеством, скупостью.

Справедливо замечал Ф. Энгельс, что “духовно опустошенный буржуа поработен своим собственным капиталом и своей собственной страстью к прибыли”. Продолжая эту мысль, К. Маркс подчеркивал, что торговец минералами не способен ощущать их

красоту, ибо ценит в них только меркантильную стоимость, возможность собственного обогащения.

Утрату людьми способности восторгаться и любоваться миром несложно заметить у тех, для кого жажда богатства, насилие над другими, жестокость вытесняют из жизни и подавляют одно из бесценных свойств человека – видеть полноту окружающего мира, восхищаться им, творить красоту жизни.

Будучи растоптанными или своевременно не развитыми, реакции эмоционального восприятия мира приобретают уродливые искажения, оставаясь такими до конца жизни человека. Жажда власти ради господства над другими, стремление к роскоши, неограниченное никакими разумными потребностями, превращает человека в обездушенного, безжалостного дельца ради ложно понимаемого личного благополучия. Эмоции у таких людей приобретают форму своеобразной патологии.

Эмоция всегда возникает между потребностью и действием для ее удовлетворения.

При всей важности различных потребностей в нашей жизни, которые по своему проявлению глубоко индивидуальны и неповторимы, для человека существуют критерии меры их разумности и соотнесенности с жизнью других людей.

Хотя многие потребности имеют врожденный характер, что обусловлено самой природой живого, к ним никак не относятся многие искусственно возникшие в жизни людей под влиянием ряда социально-общественных причин и факторов: употребление наркотиков, курение, пьянство, жажда власти, наживы, накопление богатств и т.п.. Более того, масштабы и размеры потребностей природой развития живого не обусловлены.

Попытки некоторых авторов, как за рубежом, так и у нас, отождествлять эмоции с потребностями определенного характера не обоснованы. Обратим внимание на то, что одна и та же потребность при изменившейся ситуации способна пробудить различного рода эмоции.

Вспомним пример подобного из рассказа Джека Лондона о покорении Дикого Запада, где он описывает замерзающих от холода золотоискателей, которые увидели в снежной мгле хижину и дымок из дымохода. Их обуяла буря радости и восторга при мысли о близком спасении. Это эмоциональное состояние сменилось гневом и яростью, когда их долго не впускали в дом.

Безусловно, эмоции, потребности, желания и стремления тесно переплетены и взаимосвязаны. Их переплетение в этой взаимосвязи весьма своеобразно и состоит в том, что потребности и желания обусловлены влиянием внешних причин для удовлетворения возникающих потребностей человека. Эмоции же, будучи составной частью сути природы человека, пробуждаются уже под влиянием появившихся у нас желаний, потребностей, стремлений и характером их реализации.

Именно поэтому эмоции – это **сокровенная глубина духовной и физической полноты жизни человека, его расцвета; проявление в нем творческих созидательных сил, выражение тех положительных глубинных импульсов, опираясь на которые человек творит и создает.** Эмоции добавляют энергию, поскольку они неразрывно связаны с внутренними физиологическими процессами. Благодаря им создается волшебство музыки; диво поэзии и художественных произведений; воспроизводится красота природы и человека в живописи; увековечивается образ героического в мраморе; изобретаются новые машины и механизмы, облегчающие людям труд, бытовые условия жизни.

Однако при невозможности удовлетворения потребностей и желаний, наличии резких препятствий в реализации наших стремлений может проявляться гамма отрицательных эмоций – в виде гнева, ненависти, презрения, разочарования, что приводит к угнетающему состоянию в жизни. Но к какой бы группе проявлений не относились

емоции, они всегда заключают в себе мобилизацию и концентрацию всех сил, стимулирующих организм. Появляется огромная сосредоточенность сил эмоционального, которая в высшей степени “спрессованности” способна помочь человеку совершить то, что в обыденных ситуациях он никогда сделать не может, более того, даже не подозревает, какие силы заложены в нем от природы.

Безусловно, рассматривать проявление эмоциональных сил в нашей жизни в отрыве от конкретных социально-экономических условий и определенных жизненных обстоятельств значит не только допускать ошибку, но и исключать подчас нечто весьма важное, что их определяет.

А в жизни, к сожалению, все очевиднее начала утверждаться та линия в поведении и действиях людей, которая выражает их безраздельное стремление к власти для возможности распоряжения продуктами, создаваемыми миллионами тружеников.

Трагизм подобного состояния, продолжающегося тысячелетия, лишь в последние десятилетия человеческой истории приобретал ужасающие для всего живого формы.

Достаточно вспомнить варварства фашизма нацистской Германии, унесшего миллионы жизней, оставившего города в руинах, породившего страдания сотен миллионов и разгул жестокости и человеконенавистничества. Фашизм вошел в историю как мрачная страница умопомешательства принявших его идеи, во многом превзошедши мрачные столетия европейского средневековья.

Прошедшее в середине XX столетия появление идеологии фашизма и его навязывание не только немецкому народу можно рассматривать как своеобразную социальную патологию, трагически отразившуюся на многих людях, как тотальное эмоциональное их отупение в сторону самых мрачных эмоциональных состояний, преодоление которого не завершилось и до нашего времени. Об этом свидетельствует все происходящее в разрушениях Югославии, против стран арабского мира, цинично прикрываемое словами защиты демократии и прав человека.

И все же, как бы то ни было, но разум сильнее безумия, а сила могучих истоков жизни, в которые входят светлые эмоции, была и остается преобладающей в развитии человека, в неудержимости его поисков и открытий, в утверждении не на словах, а в действительности принципов свободы, демократии, социальной справедливости для каждого народа, каждого человека.

**Список литературы:** 1. *Дарвин Ч.* Автобиография. – М.: Изд-во Академии Наук СССР, 1957. – 60 с. 2. *Дарвин Ч.* Возникновение человека и половой отбор. – М.: Изд-во Академии наук СССР, – 1981. - 568 с. 3. *Леонтьев А.Н.* Проблемы развития психики. – М.: Изд-во МГУ, 1959. – 584 с. 4. *Симонов П.В.* Метод К.С. Станиславского и физиология эмоций. – М.: Изд-во АН СССР, 1962. - 86 с. 5. *Станиславский К.С.* Работа актера над ролью. – М.: Искусство, 1989. - 214 с. 6. *Сухомлинский В.А.* О воспитании. – М., 1982. – 270 с. 7. *Теплов Б.М.* Избр. труды в 2-х т. – М., 1985.

**Bibliography (transliterated):** 1. *Darvin Ch.* Avtobiografija. – M.: Izd-vo Akademii Nauk SSSR, 1957. – 60 s. 2. *Darvin Ch.* Vozniknovenie cheloveka i polovoj otbor. – M.: Izd-vo Akademii nauk SSSR, – 1981. - 568 s. 3. *Leont'ev A.N.* Problemy razvitija psihiki. – M.: Izd-vo MGU, 1959. – 584 s. 4. *Simonov P.V.* Metod K.S. Stanislavskogo i fiziologija jemocij. – M.: Izd-vo AN SSSR, 1962. - 86 s. 5. *Stanislavskij K.S.* Rabota aktera nad rol'ju. – M.: Iskusstvo, 1989. - 214 s. 6. *Suhomlinskij V.A.* O vospitanii. – M., 1982. – 270 s. 7. *Teplov B.M.* Izbr. trudy v 2-h t. – M., 1985.

В.О. Кудін

## **СВІТ ЕМОЦІЙ У НАШОМУ ЖИТТІ**

У статті проаналізовано проблему емоцій в життєдіяльності людини. Виявлено взаємозв'язок між емоційною сферою особистоті та світосприйняттям. Окрім цього, визначена чітка взаємообумовленність між чуттєвим, емоційним у житті людини та успішністю в усіх сферах діяльності.

V. Kudin

## **THE WORLD OF EMOTIONS IS IN OUR LIFE**

In the article the problem of emotions is analysed in the vital functions of man. Found out intercommunication between the emotional sphere of osobistoti and perception of the world. Except for it, certain clear vzaemoobumovlennist' between perceptible, emotional in life of man and by progress in all spheres of activity.

*Стаття надійшла до редакційної колегії 20.10.2011*