

Изард И. "Эмоции человека" М., 1980. С. 52-71.

Теория дифференциальных эмоций восходит к богатому интеллектуальному наследию и претендует на родство с классическими работами Дьюшена, Дарвина, Спенсера, Кьеркегора, Вундта, Джемса, Кэннона, Мак-Даугала, Дьюмаса, Фрейда, Радо и Вудвортса, а также с более современными работами Якобсона, Пиннота, Маурера, Гельгорна, Боулби, Симонова, Экмана, Холта, Сингера и многих других.

Все эти ученые, представляя различные дисциплины и точки зрения, склонны в целом верить в центральное значение эмоций для мотивации, социальной коммуникации, познания и действия. Однако за идеологическое обоснование теории более ответствен современный автор — Силван Томкинс, чья блестящая двухтомная работа «Аффект, воображение, сознание» будет часто цитироваться по ходу этой книги. Теория дифференциальных эмоций получила свое название из-за центрации на отдельных эмоциях, которые понимаются как отличающиеся переживательно-мотивационные процессы. Эта теория имеет в своей основе пять ключевых допущений:

1. Девять фундаментальных эмоций образуют основную мотивационную систему человеческого существования.
2. Каждая фундаментальная эмоция обладает уникальными мотивационными и феноменологическими свойствами.
3. Фундаментальные эмоции, такие, как радость, печаль, гнев и стыд, ведут к различным внутренним переживаниям и различным внешним выражениям этих переживаний.
4. Эмоции взаимодействуют между собой — одна эмоция может активировать, усиливать или ослаблять другую.
5. Эмоциональные процессы взаимодействуют с побуждениями и с гомеостатическими, перцептивными, когнитивными и моторными процессами и оказывают на них влияние.

Эмоции как основная мотивационная система

Теория дифференциальных эмоций признает за эмоциями функции детерминант поведения в широчайшем диапазоне от насилия и неумышленного убийства, с одной стороны, и самопожертвования — с другой. Эмоции рассматриваются не только как основная мотивирующая система, но и как личностные процессы, которые придают

смысл и значение человеческому существованию.

Шесть систем в организации личности

Личность — это сложная организация шести систем: гомеостатической, эмоциональной, перцептивной, когнитивной, моторной и системы побуждений. Каждая система имеет определенную степень автономности или независимости, но все они соотношены между собой. Гомеостатическая система является сетью взаимосвязанных систем, которые действуют автоматизированно и бессознательно. Основными среди них являются эндокринная и сердечно-сосудистая системы, которые, взаимодействуя с системой эмоций, влияют на личность. Гомеостатические механизмы рассматриваются как вспомогательные по отношению к эмоциональной системе, некоторые регуляторы метаболизма, такие, как гормоны, важны и для регуляции и для возникновения.

Система побуждений основана на тканевых изменениях и обеспечивает информацию о потребностях тела. Наиболее общие побуждения — голод, жажда, секс, поиск комфорта и избегание боли. Побуждения важны как основа выживания, но при обычных обстоятельствах (после того как потребности выживания и комфорта удовлетворены) побуждения (за исключением секса и боли) психологически значимы лишь в той мере, в какой они влияют на эмоции.

Наиболее важны для функционирования личности и для социального взаимодействия четыре системы: эмоциональная, перцептивная, когнитивная и моторная. Эти четыре системы совместно формируют основу уникального человеческого поведения. Продуктивность человека является производной гармоничного взаимодействия этих четырех систем. Неэффективное же поведение и дезадаптации — результат нарушения или неправильного осуществления системного взаимодействия.

Четыре типа мотивационных феноменов

Согласно теории дифференциальных эмоций шесть систем личности создают четыре основных вида мотивации: побуждения, эмоции, аффективно-когнитивное взаимодействие и аффективно-когнитивные структуры. Побуждения являются результатом изменения в тканях, происходящего обычно циклично. Эмоции рассматриваются как переживательно-мотивационные феномены, имеющие адаптивные функции. Аффективно-когнитивное взаимодействие — это мотивационное состояние, возникающее из-за взаимодействия между аффектом или комплексом аффектов и когнитивными процессами. Такие взаимодействия многочисленны и меняются в зависимости от конкретных отношений субъекта с

окружающей средой. Аффективно-когнитивные структуры являются результатом повторяющегося взаимодействия отдельного аффекта или комплекса аффектов с некоторым набором или конфигурацией знаний. Сложная аффективно-когнитивная структура может образовывать аффективно-когнитивную ориентацию, более глобальную личностную черту, комплекс черт или диспозицию, например интроверсию. Любой из этих четырех основных типов мотивации может являться в течение некоторого времени основной детерминантой поведения. Таксономия аффектов и их взаимодействия представлена в таблице 1.

Из этой таблицы можно видеть, что, когда есть взаимодействие аффектов и добавляются аффективно-когнитивные структуры и ориентации, схема человеческой мотивации и переживаемых феноменов становится максимально сложной.

Понятие аффективно-когнитивной структуры очень похоже на «идеоаффективную организацию» Томкинса (Tomkins, 1962). Оно подобно также установке в понимании Катц и Стотланда (Katz, Stotland, 1959), имеющей трехчленную структуру и содержащей аффективный, когнитивный и поведенческий компоненты, причем аффективный компонент интерпретируется как «центральный аспект установки, так как он наиболее близок к оценке объекта» (p. 429).

В теории дифференциальных эмоций, а также в эмпирических исследованиях, ведущихся с позиций той теории, считается необходимым концептуально разграничить эмоции, побуждения и феномены, описываемые как аффективно-когнитивные структуры. Эти аффективно-когнитивные структуры состоят из динамических и относительно стабильных отношений между аффектом (эмоцией, побуждением, с одной стороны, и определенными когнитивными процессами, с другой).

Таксономия аффектов и взаимодействий аффектов

I. Фундаментальные эмоции	II. Побуждения- телесные феномены	III. Аффективно-когнитивные структуры
1. Интерес-возбуждение	1. Голод	1. Интроверсия-экстраверсия
2. Удовольствие-радость	2. Жажда	2. Скептицизм
3. Удивление	3. Усталость-сонливость	3. Эгоизм (самомнение)
4. Горе-страдание	4. Боль	4. Решительность
5. Гнев-ярость	5. Секс	5. Невозмутимость
6. Отвращение-омерзение		
7. Презрение-пренебрежение		
8. Страх-ужас		
9. Стыд-застенчивость		
10. Вина-раскаяние		

А. Эмоция-эмоция	IV. Взаимодействия		
Б. Эмоция-побуждение	В. Эмоция-аффективно-когнитивные	структуры	
Диады:	Диады:	Диады:	
1. Интерес-удовольствие	1. Интерес-секс	1. Интерес-интроверсия	
2. Горе-гнев	2. Интерес-удовольствие	2. Интерес-удовольствие-интроверсия	
3. Страх-стыд (из 10 ф)	(к каждой фундамента	(к каждой фундамента	каждой ф
Триады:	Триады эмоций и драйв	Триады эмоций и аффективно-когнитивная	эмоций
1. Удивление-интерес-у	1. Боль-страх-стыд-гне	1. Удивление-интерес-удовольствие	могут
2. Горе-гнев-отвращение			до
3. Страх-стыд-вина(из 10 фундаментальных			эмоций можно образовать 120 триад)

К каждому из этих взаимодействий, представленных в колонках А-В можно добавить гомеостатические функции, познавательные и моторные действия. Это образует эмоционально-когнитивное взаимодействия:

Г. Примеры эмоционально-когнитивных взаимодействий:

1. интерес-экстраверсия-мышление

2. интерес-удовольствие-интроверсия-воображение

3. гнев-отвращение-презрение-экстраверсия-« недружелюбные мысли»

а) Почти для всех фундаментальных эмоций дано 2 термина. Это сделано для того, чтобы показать изменчивость фундаментальных эмоций по интенсивности.

б) Это не исчерпывающий список.

в) Имеются некоторые основания для разделения стыда и застенчивости, но эмпирической основы пока нет.

г) Любое взаимодействие, представленное в колонках А-Г может быть либо гармоничным, либо конфликтным.

Ряд эмпирических исследований основных типов мотиваций был проведен с помощью шкалы дифференциальных эмоций (Izard, Dougherty, Bloxom, Kotsch, 1974). Эта методика надежно измеряет десять эмоций и некоторые побуждения и аффективно-когнитивные ориентации. (В качестве примеров исследований с использованием этих шкал см. Izard, 1972; Marshall, Izard, 1972a; Izard, Caplan, 1974; Schultz, 1976; Schwartz et al., 1976.)

Эмоции и эмоциональная система

Важным допущением теории дифференциальных эмоций является признание особой роли отдельных эмоций в жизни человека. Исследователи, занимающиеся прикладной психологией — инженерной, педагогической или клинической, — так или иначе приходят к пониманию специфичности отдельных эмоций. Люди, с которыми они работают, испытывают именно счастье, гнев, страх, печаль или отвращение, а не просто «эмоцию». Современная практика отходит от использования таких общих терминов, как «эмоциональная проблема», «эмоциональное нарушение» и «эмоциональное расстройство». Психологи пытаются анализировать отдельные аффекты и аффективные комплексы и воздействовать на них как на различные мотивационные феномены в жизни индивида.

Определение эмоции.

Теория дифференциальных эмоций определяет эмоцию как сложный процесс, имеющий нейрофизиологический, нервно-мышечный и феноменологический аспекты. На нейрофизиологическом уровне эмоция определяется по электрохимической активности нервной системы, в частности, коры, гипоталамуса, базальных ганглиев, лимбической системы, лицевого и тройничного нервов. На нервно-мышечном уровне эмоция — это прежде всего мимическая деятельность, а вторично — пантомимические, висцерально-эндокринные и иногда голосовые реакции. На феноменологическом уровне эмоция проявляется либо как сильно мотивированное переживание, либо как переживание которое имеет непосредственную значимость для субъекта. Переживание эмоции может создавать в сознании процесс совершенно независимый от познавательных процессов.

Когда нейрохимические процессы через врожденные программы вызывают комплексные мимические и соматические проявления, а с помощью обратной связи эти проявления становятся осознанными, появляется отдельная фундаментальная эмоция, которая одновременно является и мотивирующим и смыслообразующим переживанием. Феноменологически положительные эмоции имеют врожденные характеристики, которые склонны усиливать чувство благополучия, поддерживать его и побуждать к нему. Они облегчают взаимодействие с людьми, а также понимание ситуаций и связей между объектами. Отрицательные эмоции ощущаются как вредные и трудно переносимые и не способствуют взаимодействию. Как уже указывалось, хотя определенные эмоции склонны быть положительными, а другие — отрицательными, эти термины не могут применяться жестко к каким-либо эмоциональным переживаниям без рассмотрения их в жизненной ситуации.

Эмоции как система.

Теория дифференциальных эмоций представляет эмоциональные элементы как систему, так как они взаимосвязаны и динамическими, и относительно стабильными способами. Некоторые эмоции в силу природы лежащих в их основе врожденных механизмов организованы иерархически. Дарвин (Darwin, 1872) заметил, что внимание может постепенно изменяться, переходя в удивление, а удивление — «в леденящее изумление», напоминающее страх. Подобно этому, Томкинс (Tomkins, 1962) доказал, что градиенты стимуляции, вызывающей интерес, страх и ужас, представляют иерархию, где градиент, необходимый для появления интереса, наименьший, а для ужаса — наибольший. Например, новый звук заинтересовывает ребенка. Если при первом предъявлении незнакомый звук будет достаточно громким, он может напугать. Если звук очень громкий и неожиданный, он может вызвать ужас. Другая характеристика эмоций, которая входит в их организацию как системы, — очевидная, полярность, между некоторыми парами эмоций. Исследователи от Дарвина (Darwin, 1872) до Плутчика (Plutchik, 1962) наблюдали полярность и приводили доказательства в пользу ее существования. Радость и печаль, гнев и страх часто рассматриваются как противоположности. Другие возможные полярные эмоции — интерес и отвращение, стыд и презрение. Подобно понятиям положительных и отрицательных эмоций, понятие полярности не должно рассматриваться как жестко определяющее взаимоотношения между эмоциями.

Противопоставление не всегда означает отношение взаимного исключения — «либо-либо». Противоположности иногда связаны друг с другом, или одна из них вызывается с помощью другой (например, «слезы радости»). Определенные эмоции, иные, чем пары полярных противоположностей, могут также при определенных обстоятельствах иметь взаимосвязи. Интерес может сменяться страхом, презрение может переходить в радость и возбуждение, вызывая «воинственный энтузиазм» (Lorenz, 1966). Две или несколько фундаментальных эмоций, взаимодействуя с

некоторым набором когний, могут образовывать аффективно-когнитивную структуру или ориентацию. Описательный термин «аффективно-когнитивная ориентация» представляется полезным для анализа определенных личностных черт. Например, комбинация интерес — страх, связанная с пониманием того, что избегание опасности и риск сами по себе могут быть развлечением, приводит к аффективно-когнитивной ориентации поиска переживаний. Однако комбинация интерес — страх может быть связана с риском как компонентом исследовательской деятельности, и в этом случае аффективно-когнитивная ориентация будет представлять собой любознательность.

Есть и другие факторы, которые помогают определить эмоции как систему. Так, все эмоции имеют некоторые общие характеристики. Все эмоции, отличаясь от побуждений, не цикличны: ничто не вызывает интерес, отвращение или стыд два-три раза в день соответственно пищеварению или метаболическим процессам. Все эмоции воздействуют на побуждение и другие системы личности, усиливая или уменьшая различные мотивации. Например, эмоции отвращения, страха или горя могут редуцировать или совершенно подавлять сексуальное влечение. Даже поведение, мотивированное гомеостатическими механизмами, постоянно подвергается влиянию таких эмоций, как радость, страх, горе» гнев.

Ограничения эмоциональной системы.

Томкинс (Tomkins, 1962) обнаружил, что существуют определенные врожденные ограничения эмоциональной системы и они, в свою очередь» влияют на степень детерминированности поведения человека. В то же самое время свобода присуща самой природе эмоций и эмоциональной системы. Более полное обсуждение материалов этого и следующего абзацев см. у Томкинса (Tomkins, 1962, p. 108—149).

(а) Эмоциональную систему по сравнению с двигательной человеку трудно контролировать. Эмоциональный контроль, возможно, успешнее достигается с помощью мимики и двигательного компонента эмоции в сочетании с такими когнитивными процессами, как воображение и фантазия.

(б) Эмоции, привязанные к влечениям и возникающие лишь благодаря им, ограничены в свободе, например, как в случае, когда радость вызывается только едой.

(в) Существуют ограничения эмоциональной системы благодаря синдромному характеру ее неврологической и биохимической организации. Когда возникает эмоция, вовлекаются все компоненты эмоциональной системы, причем с очень большой скоростью.

(г) Память о прошлой эмоциональном опыте накладывает другое ограничение на эмоциональную свободу. Яркие эмоциональные переживания прошлого, представленные в памяти и в мыслях, могут сдерживать или, наоборот, побуждать человека.

(д) Другое ограничение свободы эмоций может налагаться природой объекта эмоции, как, например, в случае безответной любви. (е) Эмоциональное общение ограничено своего рода запретом смотреть в лицо, особенно в глаза, друг другу.

(ж) Другой фактор, ограничивающий эмоциональное общение, — сложные взаимоотношения между языком и эмоциональной системой. Мы не научены точно выражать свои эмоциональные переживания.

Степени свободы эмоциональной системы.

Описывая роль эмоций, Томкинс заключает: «Причина без эмоции бессильна, эмоция без причины слепа. Сочетание эмоции и причины гарантирует высокую степень человеческой свободы» (Tomkins, 1962, p. 112.). Хотя большинство людей не достигает точности в осознании своих эмоций, сложность эмоциональной системы тем не менее способствует увеличению компетентности человека. Эмоциональная система обладает десятью типами свободы, не присущими системе побуждений.

1. Прежде всего, это свобода во времени: не существует основного ритма или цикла, как у побуждений.

2. Эмоции обладают свободой интенсивности, тогда как побуждения характеризуются повышением интенсивности до тех пор, пока они не будут удовлетворены.

3. Эмоция имеет значительную свободу плотности, с которой она действует (плотность эмоции — продукт ее интенсивности и продолжительности).

4. Свобода эмоциональной системы такова, что эмоция может возникать из-за «вероятности события». Благодаря этому эмоция гарантирует предвосхищение, являющееся центральным процессом при обучении. Например, эмоция страха заставляет избегать огня ребенка, который когда-то обжигался. Эмоция может

также предвосхищать благоприятные события.

5. Эмоциональная система обладает свободой объекта. Хотя эмоции, возбуждающиеся влечениями, обладают ограниченным набором объектов, которые могут эти влечения удовлетворить, соединение эмоций с объектами через знание чрезвычайно расширяет набор объектов положительных и отрицательных эмоций.

6. Эмоция может быть связана с конкретным видом опыта— мышлением, ощущением (сенсорикой), действием и т. д.

7. Эмоции свободны для комбинации с другими эмоциями и для их модуляции и подавления.

8. Существует большая свобода. В способе возбуждения и угашения эмоций, как правило, большинство людей стараются сделать максимальными положительные эмоции и минимальными — отрицательные, но даже различные аспекты одной и той же деятельности могут вызывать или гасить и отрицательные и положительные эмоции.

9. Эмоции относительно свободны в возможности замещения объектов привязанности. (Именно трансформация эмоций, а не влечений, связывается с фрейдовским понятием сублимации.)

10. Эмоции обладают огромной свободой с точки зрения целевой ориентации или возможных альтернатив реакций. Согласно Томкинсу, «то, что вызывает положительные эмоции, обычно имеет самоподкрепляющее действие; и ситуации и объекты, которые вызывают положительные эмоции, широко распределены в пространстве» (Tomkins, 1962, p. 139).

Вспомогательные системы.

Две другие биологические системы функционируют как вспомогательные по отношению к эмоциональной системе. Это — ретикулярная система ствола мозга, которая регулирует изменения уровня нейронной активности, и автономно иннервируемая висцерально-эндокринная система, контролирующая такие акты, как гормональная секреция, сердечный ритм, частота дыхания и т. д. Висцерально-эндокринная система помогает организму подготовиться к направленному действию, обусловленному эмоцией, и помогает поддерживать и эмоцию и это действие.

Эмоциональная система редко функционирует в полной независимости от других систем. Некоторые эмоции или комплексы эмоций фактически всегда появляются и взаимодействуют с перцептивной, когнитивной и двигательной системами, и эффективное функционирование личности зависит от баланса в деятельности различных систем и их интеграции. В частности, так как эмоция любой интенсивности имеет тенденцию организовать действие организма как целого, все физиологические системы и органы до некоторой степени включаются в эмоцию.

Активация эмоций нервной системой.

Активация представляет собой изменения в нервной системе, которые порождают эмоциональный процесс, сопровождающийся в своей кульминации субъективным переживанием специфической эмоции. Эти изменения отличаются от тех внутренних и внешних феноменов, которые их обуславливают и которые рассматриваются обычно как «причины» или «детерминанты» эмоции.

Томкинс (Tomkins, 1962) доказал, что нервная активация всех эмоций может быть описана с помощью принципа плотности нервного возбуждения. Он показал, что некоторые эмоции постоянно проявляются при повышении нейронной стимуляции, некоторые — при ее уменьшении, а некоторые — при достижении ею устойчивого уровня. Сингер (Singer, 1974) предложил операционализировать принцип Томкинса, переведя его в термины относительной способности усваивать информацию, перерабатываемую индивидом.

Кроме того, нейронные механизмы, относящиеся к специфическим эмоциям, могут быть генетически запрограммированы к избирательному восприятию определенных воздействий. Предполагается, что избирательное восприятие действует по-разному в различном возрасте и на различных стадиях развития, зависит от зрелости эмоциональных механизмов индивида и способности субъекта преобразовывать условия, вызывающие эмоцию. Нейрофизиологические феномены, сопровождающие нервную активацию и ведущие к переживанию эмоции, будут обсуждены далее.

Причины эмоции.

В дополнение к проблеме активации встает вопрос о причинности эмоций в более общем смысле: что же детерминирует эмоцию? Какие внутренние и внешние явления и условия вызывают изменения в нервной системе, ведущие к возникновению эмоции? Эмоции обладают бесчисленным множеством детерминант. Поскольку они будут более подробно обсуждены в главах, связанных с определенными фундаментальными эмоциями, здесь они будут затронуты лишь в общем виде. Три типа взаимоотношений субъекта и окружающей среды и пять типов индивидуальных процессов, влияющих на нейронную активацию эмоции, представлены в следующем списке.

А. Взаимоотношения субъекта с окружающей средой, которые вызывают эмоцию:

1. Восприятие, следующее за стимуляцией, являющееся производным от избирательной активности рецептора или чувственного органа.
2. Восприятие окружающей среды (прежде всего, ориентировочный рефлекс).
3. Спонтанное восприятие, или активность, присущая воспринимающей системе.

Б. Индивидуальные процессы, которые могут вызывать эмоции:

Память (как активная, так и испытанная).

1. Воображение.
2. Образное и предвосхищающее мышление.
3. Проприоцептивные импульсы от пантомимической или другой двигательной активности.
4. Эндокринная деятельность, воздействующая на нервный или мышечный механизм эмоции.

В теории дифференциальных эмоций мимика и обратная связь от мимической активности играют чрезвычайно важную роль в эмоциональном процессе и в эмоциональной регуляции. Однако люди, описывая сильные эмоции, обращаются, скорее, к изменениям в висцерально-эндокринной системе (например, говорят «внутреннее чувство»), нежели к проприоцептивным и кожным импульсам, возникающим при мимической деятельности. На это существует ряд причин.

Лицо как источник испытываемых в эмоциях чувств.

Больше ста лет тому назад Ч. Дарвин (Darwin, 1872) заложил основу исследования роли мимических комплексов в эмоциях. На основе его наблюдений можно сделать вывод о том, что выразительное поведение является либо последовательностью эмоций, либо их регулятором. Рассматривая регуляторную функцию выразительного поведения, Дарвин утверждал: «Свободное выражение эмоции с помощью внешних признаков усиливает ее. С другой стороны, подавление настолько, насколько возможно, всех внешних проявлений смягчает нашу эмоцию» (р. 22). Это положение Дарвина стало шагом к гипотезе о роли обратной связи в эмоциях. Можно было бы ожидать широкого и интенсивного изучения вслед за Дарвином роли в эмоциях соматической системы и, в частности, выражения лица, однако вместо этого умами психологов завладели представления Джемса (James, 1884, 1890) и направили

внимание исследователей эмоций на автономную систему и висцеральные функции.

Гипотеза о природной обратной связи.

Джемс сформулировал в теории эмоций гипотезу об обратной связи, но не так, как это сделал Дарвин. Джемс определял эмоцию как восприятие телесных изменений (в основном висцеральной природы), производимых стимульной ситуацией. Так, он рассматривал эмоцию как индивидуальное сознание ощущений, вызываемых такими феноменами, как сердцебиение и прерывистое или быстрое дыхание. В теории Джемса (James, 1884) нашло место, однако, и действие поперечно-полосатой мускулатуры, понимаемое как телесное изменение. После описания определенных висцеральных 31 железистых реакций, включенных в эмоцию, Джемс замечает:

«И что не менее важно, но менее признано, поскольку этому факту не уделялось до сих пор специального внимания,—это непрерывное взаимодействие произвольной мускулатуры с нашими эмоциональными состояниями. Даже когда нет изменений.., ее внутреннее напряжение меняется, удовлетворяя требованиям каждого появляющегося настроения, и ощущается как разница напряжJames, 1884, p. 192.)

Однако эта идея Джемса в течение долгого времени не получала своего развития. Видимо, произошло это из-за объединения многими исследователями позиций Джемса и Ланге (Lange, 1885). Ланге же полагал, что эмоция состоит из вазомоторных изменений во внутренних и железистых органах и что секреторные, моторные, когнитивные и переживаемые феномены лишь вторичные аффекты. Если не считать нескольких оставшихся незамеченными работ (F. H. Allport, 1924; Jacobson, 1929), можно сказать, что роль соматической системы и мимической обратной связи в эмоциях игнорировалась на протяжении последующих, семи десятилетий. (Более подробно об истории гипотезы обратной связи см.: Izard, 1971, p. 114—119, 401—406).

Теория Джемса—Ланге быстро завоевала популярность. Психологи явно удовлетворились объяснением, следующим из этой теории, что субъект «печален, потому что он плачет; боится» потому, что он бежит». (Заметим, что эти примеры демонстрируют феномены широкой обратной связи.) Постепенно в теории? эмоции Джемса—Ланге (Lange, 1885; Wenger, 1950) понятие телесных изменений, сопутствующих эмоции, стало синонимичным висцеральной деятельности, иннервированной автономной нервной системой. Теория Джемса—Ланге была подвергнута критике со стороны виднейшего физиолога Кэннона (Cannon, 1927), который провел серию успешных экспериментов с денервацией висцеральных,

органов экспериментальных животных. Опыты Кэннона показали, что:

(а) отделение внутренних органов от центральной нервной системы не изменяет эмоциональное поведение;

(б) внутренние органы реагируют слишком интенсивно и слишком медленно для того, чтобы быть источником эмоционального ощущения;

(в) одни и те же висцеральные изменения возникают при различных эмоциональных состояниях и при неэмоциональных состояниях и

(г) искусственно вызванные висцеральные изменения, типичные для определенных эмоций, этих эмоций не вызывают.

Аргументы Кэннона и их обоснованность оказались достаточно убедительны, но они не являлись критическими для гипотезы обратной связи. Фактически работы Кэннона реально поддерживали и эту гипотезу и позицию теории дифференциальных эмоций, которая исключает висцеральные акты из эмоционального процесса и отводит им роль дополнительной системы. Больше того, доказательство того, что можно наблюдать возбуждение-симпатической нервной системы (висцеральной) при неэмоциональных состояниях, согласуется с понятием относительной независимости эмоции и висцерального возбуждения, принятом в теории дифференциальных эмоций.

Мандлер (Mandler, 1975) дает детальный анализ критики Кэннона, не соглашаясь с двумя первыми пунктами Кэннона, и принимая два последних. Поддерживая взгляд на эмоцию как сочетание возбуждения автономной нервной системы, с одной стороны, и когнитивных, с другой, он утверждает, что возбуждение автономной нервной системы вместе с когнитивной интерпретацией условий, вызывающих возбуждение, способствует появлению эмоции и что именно возбуждение обеспечивает «теплоту» или «окрашенность» эмоционального переживания. Аргументы Мандлера против первых двух утверждений Кэннона не имеют достаточного эмпирического подтверждения. Пытаясь опровергнуть положение Кэннона о том, что эмоциональное переживание происходит более быстро, чем возбуждение автономной нервной системы, и поэтому

ему предшествует, он пишет, что «эмоциональные стимулы — это знакомые стимулы, которые могут вызывать непосредственно некоторый аспект эмоционального ответа» (р. 99, курсив мой — Л. И.). Соглашаясь с тем, что «эмоциональные» ответы могут возникать и при отсутствии возбуждения, он считает, что «знакомые стимулы» могут способствовать «автономному воображению», которое и вызывает «эмоциональные ответы». Надо сказать, что кроме того, что представление об эмоции без возбуждения противоречит основному положению Шехтера— Мандлера, оно не представляется правдоподобным в эволюционной перспективе. Если организм должен был бы формировать связь между стимулом и автономным возбуждением, прежде чем он смог бы быстро на него среагировать в критических ситуациях, его шансы выжить должны были бы существенно снизиться.

Соматическая система, мимическая обратная связь и дифференциация эмоций.

Несмотря на убедительную критику Кэнноном гипотезы висцеральной обратной связи, большинство исследователей, занимающихся эмоциями, продолжали изучать автономную нервную систему и висцеральные процессы. Одним из исключений был Ф. Г. Олпорт, впервые рассмотревший соматическую систему и обратную связь от деятельности поперечно-полосатой мускулатуры как критический фактор в детерминации того, какая специфическая эмоция будет переживаться.

Особое значение мимики и мимической обратной связи было впервые подчеркнуто Томкинсом (Tomkins, 1962) и затем Гельгорном (Gellhorn, 1964). На языке Томкинса (Tomkins, 1962) эмоции— это в основном мимические ответы. Он утверждал, что проприоцептивная обратная связь от выражений лица, трансформируясь в осознанную форму, создает ощущение или осознание эмоции.

Поскольку нервы и мышцы лица значительно более тонко дифференцированы по сравнению с внутренними органами, выражения лица и их обратная связь являются значительно более быстрыми ответами, чем висцеральные, играющие вторичную роль в эмоции, обеспечивая лишь основу или аккомпанимент для отдельных выражений лица.

Гельгорн (Gellhorn, 1964) предложил очень подробный анализ взаимоотношений между проприоцептивными мимическими, и пантомимическими импульсами и субъективным переживанием эмоции; проприоцептивные сигналы от лица направляют в кору возбуждения через задние отделы гипоталамуса, что

сопровождает эмоцию. Таким образом, проприоцептивные импульсы «играют важную роль в сложных взаимоотношениях между стволом мозга, лимбической системой и новой корой. Они вносят вклад в разнообразие кортикальных комплексов возбуждения, которые лежат в основе специфических эмоций» (р. 466). Гельгорн не говорил о причинной роли мимических сенсорных стимулов в возникновении эмоций, но он, как Дарвин, Джемс и Олпорт, утверждал, что они являются регулятором эмоции.

Представление об эмоциональном процессе в теории дифференциальных эмоций

Основываясь на выводах Дарвина и ранних работах Джемса, Ф. Олпорта, Томкинса и Гельгорна, Изард выдвинул гипотезу о том, что мимические комплексы — один из интегральных компонентов эмоции. Хотя выражение лица — часть эмоции или эмоционального процесса, ни оно, ни какой-либо другой взятый отдельно компонент не образуют эмоции. В его теории эмоция состоит из трех взаимосвязанных компонентов:

1. нейронной активности мозга и соматической нервной системы;
2. деятельности поперечно-полосатой мускулатуры, или мимической и пантомимической экспрессии и обратной связи «лицо—мозг», и
3. субъективного переживания. Каждый компонент обладает достаточной автономностью, поэтому в некоторых необычных условиях он может быть оторван от других, но, как правило, эти три компонента взаимозависимы и взаимодействуют друг с другом в эмоциональном процессе.

Функции нервной системы в активации эмоции.

Теория дифференциальных эмоций постулирует постоянную представленность эмоции в сознании. Внутреннее или внешнее событие изменяет градиент нейронной стимуляции, а также активность лимбической системы и сенсорной коры. Импульсы от коры или от лимбических структур (возможно, таламуса) направляются гипоталамусу.

Гипоталамус играет заметную роль в дифференциации эмоций, определяя, на какое выражение лица будет произведено воздействие. От гипоталамуса импульсы следуют к базальным ганглиям, которые организуют нейронное сообщение для изменения мимического выражения. Это сообщение передается через моторную кору. При фундаментальной эмоции импульсы от моторной коры через лицевой (VII черепной) нерв определяют специфическое выражение лица. Тройничный (V черепной) нерв проводит сенсорные импульсы (возможно, через задние отделы гипоталамуса) в сенсорную кору. Наконец, корковая интеграция обратной связи от выражения лица образует субъективное переживание эмоции. Эмоциональный процесс, возможно, также включает и другие сложные взаимоотношения между новой корой и

лимбическими структурами. Функции висцеральной системы. Трехкомпонентное определение эмоции не включает в себя деятельность автономно иннервируемых висцеральных органов. Но теория дифференциальных эмоций не исключает важности гомеостатических механизмов, или автономно-висцерально-эндокринных процессов, в качестве вспомогательных систем. Эндокринно-гормональная, сердечнососудистая и дыхательная системы очень важны, в частности при поддержании и углублении эмоции

Тот факт, что эндокринно-гормональная система обычно возбуждается при эмоции, внес путаницу в понимание роли внутренних органов. Когда возникает эмоция и мимическая обратная связь обеспечивает различные данные для специфического эмоционального переживания, индивид довольно точно определяет происходящие автономно-висцеральные изменения (сердцебиение, покраснение кожи, «слабость» желудка или потливость ладоней). Такие изменения висцеральной деятельности обычно связываются с эмоцией, и, поскольку такие изменения требуют большего внимания индивида, чем импульсы, исходящие от лица, легче сделать вывод, что они-то и являются реальной «причиной» эмоции, или, по крайней мере, частью эмоционального процесса. Другая причина ошибочного понимания деятельности автономно-висцеральной системы состоит в том, что осознание изменения выражения лица или мимической обратной связи фактически совпадает во времени с осознанием субъективного переживания специфической эмоции. Переживание эмоции без мимической экспрессии. Одним из вариантов процесса активации эмоции может быть эмоциональный процесс, экспрессивное выражение которого частично или полностью подавлено. Например, в некоторых ситуациях выражение гнева является нарушением социальных норм. Тогда субъект волевым усилием подавляет все внешние проявления, которые сигнализируют о гневе. Тем не менее он все равно может испытывать гнев. Это объясняется следующим образом.

Во-первых, выражение гнева может реально возникать, но быть столь кратковременным, что не воспримется наблюдателем. Хаггард и Айсакс (Haggard, Isaacs, 1966) продемонстрировали существование таких, «микромоментных выражений». Такие выражения и дают обратную связь, требуемую для возникновения субъективного переживания. Больше того, некоторые исследования (Schwartz, Fair, Greenberg, Freedman, Klerman, 1974) показали, что субъекты, зримо представляющие ситуацию, вызывающую эмоцию, демонстрируют предсказуемые изменения в напряжении лицевых мышц (на электромиограмме), даже когда на лице не появляется никакого выражения.

Во-вторых, субъект может испытывать гнев даже тогда, когда моторные импульсы от подкорковых центров полностью блокируются, предотвращая любое движение или

изменение в мышцах. В этом случае активация эмоции происходит, видимо, потому, что эфферентное (моторное) сообщение, хотя и не воздействует на мышцы лица, тем не менее направляет сенсорные импульсы, которые стимулируют эмоционально-специфичную обратную связь, идущую обычно от мимического выражения. Таким образом, обратная афферентация, или внутренняя петля, заменяет обычную эфферентно-афферентную (внешнюю) петлю.

В-третьих, через процесс типа классического обусловливания субъект может выработать связь между отдельным проприоцептивным комплексом раздражителей, свидетельствующих о выражении гнева, и субъективным переживанием гнева. В этом случае «память» или «чувства», соответствующие гневу, могут заменять реальное выражение и эмоциональный процесс вновь будет полным за счет петли обратной афферентации.

Подавление экспрессивного выражения заставляет нервную систему проделывать огромную работу — блокировать нормальный эмоциональный процесс, осуществлять его окольным путем. Постоянное использование такого непрямого процесса активации эмоции может вести к психосоматическим или психологическим отклонениям.

Мимика без эмоционального переживания.

При некоторых условиях обратная связь от выражения отдельной эмоции может не достигнуть сознания, и поэтому не возникнет эмоциональное переживание. Процесс подавления, в силу которого экспрессия не будет репрезентирована в сознании, может сам существовать как сильная эмоция. Например, сильная эмоция интереса может поддерживать высокоинтенсивную когнитивную деятельность, мешающую конкурирующей эмоции достичь сознания. Подавление может также вести к появлению сильного побуждения. Так, голод может заставить человека есть вещи, которые обычно вызывают у него отвращение и отвергаются (будет подавлена эмоция отвращения).

Два вывода следуют из вышеизложенных рассуждений.

Во-первых, когда начальные нейронные и экспрессивные компоненты эмоции не достигают полной корковой интеграции и осознания, в нервной системе остается неизрасходованная энергия. Эта энергия может быть направлена в ретикулярную

формацию ствола мозга с повышением в результате неспецифической активации активности автономно иннервируемых органов. Хроническое повторение этих эффектов может вести к развитию психосоматических симптомов.

Во-вторых, если нейронный и экспрессивные компоненты достигают определенного уровня интеграции, появляющееся субъективное переживание может храниться в некоторой системе типа системы памяти. В этом случае субъективное переживание может проявляться спустя некоторое время:

(а) как функция стимулов, связанных с этим переживанием,

(б) через активный процесс восстановления или

(в) за счет спонтанной нервной активности.

Такая задержка эмоционального переживания подобна отсрочке эмоции в понимании Томкинса (Tomkins, 1962).

Как уже указывалось, при обычных условиях мимическое выражение, или определенный комплекс изменений напряжения соответствующих мышц лица, ведет к эмоциональному переживанию. Ситуации, в которых отдельное выражение лица не ведет непосредственно к эмоции, по-видимому, редки. Исключением из этого правила являются произвольные выражения.

Произвольные выражения и эмоция.

Произвольные выражения, проявляющиеся при социальной коммуникации, могут не активировать эмоциональный процесс по двум причинам: либо потому, что произвольные и произвольные выражения включают различные нервные структуры, либо потому, что сенсорная обратная связь может блокироваться одним из уже описанных процессов подавления. Социальная улыбка — один из примеров произвольного выражения, которое может не только не вызвать радости, но и не

соответствовать эмоциональному переживанию. Тем не менее открытое и преднамеренное использование специфического произвольного выражения для активации соответствующего субъективного переживания может быть эффективным, если индивид хочет испытывать это чувство и если подавляющие процессы не слишком сильны.

Мимическое выражение и регуляция эмоционального переживания.

Из теории эмоционального процесса следует, что выражение лица, когда оно соответствует выражению фундаментальной эмоции, может играть роль в контроле или регуляции эмоционального переживания.

Немало выдающихся теоретиков и исследователей эмоций приходили к сходным выводам. Дарвин утверждал, что свободное выражение эмоции («посредством наружных признаков») усиливает ее, тогда как подавление внешнего выражения снижает («смягчает») ее (Darwin, 1872, p. 22.). Джемс считал, что если субъект не выражает эмоцию, то «она умирает», и что субъект может «преодолеть нежелательную эмоцию», если будет последовательно использовать внешние движения противоположной желательной эмоции. Похожие мнения выражали и другие психологи (Dumas, 1948; Jacobson, 1967; Pessó, 1969; Gellhorn, 1964, 1970). Однако, несмотря на общее признание того, что изменения позы и выражения лица изменяют эмоциональное переживание, почти нет экспериментов, проверяющих это предположение (Laird, 1974). В этих исследованиях простые манипуляции лицевыми мышцами по инструкции экспериментатора не вызывали перехода от выражения к переживанию. Однако эти исследования не отвергают действенность экспрессии, проявляемой по желанию самого субъекта, или экспрессии, действующей вместе с соответствующим воображением или знанием.

Относительная независимость эмоционального процесса.

Согласно теории дискретных эмоций эмоциональный процесс может осуществляться относительно независимо от любых когнитивных процессов. Однако когнитивные процессы взаимодействуют с эмоциональными почти непрерывно. В дополнение к обычным взаимодействиям, которые влияют на аффективно-когнитивные процессы, существуют и взаимодействия, имеющие место лишь тогда, когда индивид принимает решение подавить мимическое выражение. Реализация такого решения снижает интенсивность субъективного переживания отдельной эмоции и повышает автономную активность, что может переживаться как «стресс», «напряжение» или просто как дискомфорт. Как уже говорилось, подавлению выразительного компонента эмоции может способствовать когнитивная или моторная деятельность

индивида. В то же время из-за действия подавляющих процессов субъективное переживание может не возникнуть. Таким образом, хотя когнитивные процессы могут влиять на эмоциональные, они сами не являются необходимой частью эмоций. Нейронное сообщение от изменения мимики следует по врожденным путям в кору, где интеграция этой информации способствует возникновению субъективного переживания эмоции без влияния когнитивных процессов.

Тем не менее важность знания в мотивации и в поведении трудно переоценить. Когнитивная система включается непосредственно после начала эмоционального процесса. Такие когнитивные процессы, как память и воображение, часто ведут к возникновению эмоции (Singer, 1974). Влияние эмоциональной и когнитивной систем друг на друга является реципрокными, воздействуя через баланс или через превалирование одной над другой на эффективность личностного функционирования.

Двигательная деятельность, так же как и когнитивная, может привести к активации эмоции. Существует немало способов, какими двигательная деятельность влияет на эмоции: например, усталость может снизить пороги отрицательных эмоций, расслабление — повысить их. Эффективное функционирование личности основывается на сбалансированном и гармоничном взаимодействии эмоциональной, когнитивной и двигательной систем при необходимой поддержке со стороны других жизненных систем и при оптимальном учете окружающей среды, в частности социального контекста.

Определения некоторых терминов в теории дифференциальных эмоций.

В качестве заключения и словаря теории дифференциальных эмоций далее приводятся определения некоторых ключевых терминов.

Эмоция (фундаментальная, отдельная) — это сложный феномен, включающий в себя нейрофизиологический и двигательно-выразительный компоненты и субъективное переживание. Взаимодействие этих компонентов в интраиндивидуальном процессе образует эмоцию, являющуюся эволюционно-биогенетическим явлением; у человека выражение и переживание эмоции врожденно, общекультурально и универсально.

Комплексы эмоций — это комбинация двух или нескольких фундаментальных

эмоций, которые при определенных условиях склонны появляться одновременно или в одной и той же последовательности и которые взаимодействуют таким образом, что все эмоции в комплексе имеют некоторое мотивационное воздействие на индивида и его поведение.

Побуждение — это мотивационное состояние, вызываемое изменениями в тканях организма. Примерами побуждений являются голод, жажда, усталость и т. д. Мотивационная интенсивность всех побуждений, исключая боль, по своей природе циклична. Два побуждения — боль и секс — обладают некоторыми характеристиками эмоций.

Аффект — это общий неспецифический термин, который включает все вышеперечисленные мотивационные состояния и процессы. Таким образом, аффективная сфера состоит из фундаментальных эмоций, комплексов эмоций, побуждений и их взаимодействия. Аффективная сфера также охватывает состояния или процессы, в которых один из аффектов (например, эмоция) взаимосвязан с когнитивным процессом.

Взаимодействие эмоций — расширение, ослабление или подавление одной эмоции другой.

Взаимодействие эмоции и побуждения — мотивационное состояние, характеризующее усилением, ослаблением или подавлением побуждения эмоцией или эмоцией побуждением.

Взаимодействие с аффектом. Аффект интенсифицирует, ослабляет, блокирует или изменяет качество перцептивного процесса, когнитивного процесса или деятельности.

Аффективно-когнитивная структура или ориентация представляет собой связь аффекта или комплекса аффектов с образами, словами или мыслями.

Действие или поведение. Поведение — это общий термин, который широко

использовался в разных психологических традициях. Бихевиористы применяли этот термин для обозначения наблюдаемых реакций, но многие ученые использовали его в определении любых организмических функций — аффективных, когнитивных или двигательных. Автор этой книги предпочитает избегать изолированное употребление этого термина, если есть возможность уточнить поведение как сердечно-сосудистое, перцептивное, когнитивное или двигательное. Кроме того, в книге понятию поведения предпочитается синонимичный термин — действие. Действие относится к двигательным актам (включая голосовые, т. е. речь), отличающимся от включенных в выразительный компонент эмоции. Действие отличается от аффективных состояний и процессов. Таким образом, эмоции, эмоциональные комплексы и побуждения рассматриваются не как поведение или действие, а как мотивационные феномены, лежащие в основе поведения.