

Нодира САИДОВА,
*Стажер-преподаватель кафедры
 Арабского языка и литературы ал-Азхар
 Международной исламской академии
 Узбекистана*

К ВОПРОСУ О ПРИРОДЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКИХ ЭМОЦИЙ

Эмоции питают жизнь каждого человека, начиная от инстинктивных порывов отдельных индивидов и до высших форм социальной деятельности. Природа эмоций человека довольно разнообразна. Палитра ощущений сопровождает наши многочисленные потребности и разные формы их удовлетворения. Все наши поступки связаны с ощущениями самих себя и своего отношения к бытию. Сейчас стало очевидным, что эмоциональные переживания являются важным аспектом поведенческого характера и от способности их контролировать зависит психологическое состояние отдельных индивидов и социума, с которым они взаимодействуют. Ислам ценит человеческие чувства и переживания и дает предписания, как с ними справляться и как их контролировать. Ведь именно от того, как мы справляемся с собственными эмоциями зависит здоровая психологическая обстановка и вокруг нас.

Эмоции позволяют каждому из нас надежно оценивать свое состояние и воздействие факторов окружающей нас среды, а также — предвидеть эти воздействия, что очень немаловажно для самооценки человека и дальнейшего его поведения в той или иной

ситуации и его взаимодействия с окружающими его людьми.

«Эмоции — по словам Анохина П.К. — объективно существующее явление природы, они сопровождают всю нашу жизнь и помогают нам наиболее быстрым образом определять полезность или вредность сложившихся в данный момент внешних или внутренних ситуаций».¹

Эмоции — это индивидуальная оценка человеком своего внутреннего состояния своих потребностей, а также действия на организм многочисленных и, прежде всего, — социальных факторов окружающего мира.

В жизни человека практически нельзя выделить ни одного состояния, которое бы не переживалось субъективно. Эмоции могут усиливаться, возрастая до аффектов, когда человек полностью теряет контроль за своими поступками, или же сводиться к минимуму, например, в условиях определенных фаз сна или наркоза. Наличие субъективных переживаний отличает живое существо от самого совершенного робота.

Все огромное разнообразие субъективных переживаний человека подразделяется на эмоции отрицательного и положительного характера. К первым относят эмоции страха, голода, гнева, тоски, разочарования, ненависти, отвращения и т.п. Положительные эмоции: радость, удовольствие, любовь, наслаждение и т. д.

Существует несколько теорий, раскрывающих биологическое значение эмоций. Здесь мы более подробно остановимся на биологической теории эмоций, предложенной представителем этой концепции П. К. Анохиным. Эта теория рассматривает эволюционный и приспособительный аспект эмоций в деятельности живых существ. Биологическая теория эмоций строится на нескольких ведущих постулатах.

Первый постулат. Согласно этому постулату эмоции возникли в ходе эволюционного развития человека и закрепились как средство оценки внутренних метаболических потребностей живых существ и их удовлетворения. Живые

¹ Анохин П. К. Предисловие к книге Э. Гельгорна и Дж. Дуфборроу «Эмоции и эмоциональные расстройства», 1966, с. 5.

организмы осознавали и давали оценку своим потребностям в зависимости от положительных или отрицательных эмоций, которые они получали в результате того или иного процесса или действия, в той или иной ситуации. Например, возникновение чувства голода или жажды, ощущение холода или, наоборот, жары вызывало у них отрицательные эмоции, в результате которых они корректировали свою деятельность и направляли ее на удовлетворение базовых потребностей в пище, воде, отдыхе, одежде и крове. «Отрицательная эмоция как общее чувство стимулирует ту или иную потребность организма к ее удовлетворению.»²

Как отмечает Анохин П.К., потребности указанные выше, базовые потребности являются источником отрицательных эмоций, но, в свою очередь, они являются факторами, стимулирующими субъекта этих эмоций поступать в направлении их удовлетворения. Удовлетворение потребности, в свою очередь, также оценивается субъективно, но уже положительной эмоцией. Положительная эмоция также позволяет быстро без оценки деталей оценить удовлетворение потребности, быстро завершить деятельность по ее удовлетворению. Положительная эмоция удовлетворения потребности выступает в роли санкционирующего фактора поведения. Она, как бы награждает субъекта за успех поиска потребных веществ. Каждому известно, что чем труднее преодоление препятствий к достижению цели, тем сильнее выражена положительная эмоция.

Эмоциональное состояние, которое возникает в процессе удовлетворения потребности, позволяет быстро оценить и закончить акт удовлетворения потребности в короткий отрезок времени. У человека, например, пищевое насыщение происходит практически за обеденным столом, когда пища поступает только в ротовую полость и желудок. Точно также удовлетворение питьевой потребности происходит, как только человек выпивает стакан или даже полстакана воды. Процесс пищевого и водного насыщения определяется, по существу, нервными импульсами, которые идут от раздражения

пищей или водой рецепторов пищеварительного тракта.

Если рассмотреть не только биологические акты потребности и ее удовлетворения, но и социальные акты человека, можно отметить, что удовлетворение любой социальной потребности также эмоционально приятно. Люди ставят перед собой цели самого различного характера и в процессе их достижения, а также по получении тех или иных результатов также испытывают различные чувства и эмоции в зависимости от итогов. Например, при разработке и осуществлении проектов, при решении различных задач технического характера, при выполнении заданий, поставленных перед ними другими лицами. Медики по завершению сложнейших хирургических операций, спортсмены при установлении мировых рекордов, математики и физики при нахождении ответа на трудноразрешимые задачи в этих областях науки испытывают эмоциональное удовлетворение, так как при этом удовлетворяются потребности индивида психологического и социального плана. Субъекту всегда приятно достижение поставленных целей, тогда как неудача в осуществлении поставленных задач и недостижении цели всегда приводит к недовольству собой, понижению самооценки и к моральному неудовлетворению. Можно сделать вывод о том, что эмоции являются мощными стимулами целенаправленной деятельности человека.

Надо также отметить, что многократное удовлетворение однотипных биологических или социальных потребностей, формирует возникновение стойких положительных эмоций у субъектов действия, которые начинают оценивать не только потребность, но уже и предвидеть те положительные чувства, которые, будут сопровождать удовлетворение данной потребности. У них появляется положительное приятное эмоциональное ощущение предвидения удовлетворения потребности.

Следовательно, эмоциональные ощущения позволяют живым существам активно строить целенаправленную деятельность по удовлетворению самых разнообразных потребностей. Живые организмы для удовлетворения своих потребностей физического, бытового и социального характера начинают осуществлять определенную

² Анохин П. К. Предисловие к книге Э. Гельгорна и Дж. Дуфборроу «Эмоции и эмоциональные расстройства», 1966, с. 15.

деятельность с намеченными целями. При этом, эмоции служат своеобразным катализатором этой деятельности. При отсутствии эмоций как таковых процесс осуществления целенаправленной деятельности значительно замедлился бы.

Второй постулат. Следующий постулат посвящен информационному смыслу эмоций, которые испытывают живые существа при общении с себе подобными. Это объясняется тем, что каждое эмоциональное состояние имеет специфическое внешнее выражение. К ним можно отнести вегетативные, мимические и поведенческие выражения эмоций. Самыми характерными в этом плане являются мимика или жесты у людей или выражения морды у животных. По оскалу пасти собаки можно распознать, например, о том каких действий, агрессивных или дружелюбных, от нее можно ожидать. Животные, находясь в стаде или стае, посылают друг другу порой очень сильные сигналы при помощи подобных средств для передачи информации, например, об опасности. Это позволяет животным оптимальному взаимодействию между собой в различных ситуациях и на различной местности. При этом, для передачи информации животные используют определенные звуки, тогда как люди пользуются словами. В основе речевой деятельности человека всегда лежат субъективные ощущения, которые даже при незнании языка позволяют общаться артикуляцией или языком жестов. Еще один представитель рассматриваемой нами биологической теории Симонов П.В.³ усматривает информационный смысл эмоций в отражении мозгом человека и животных актуальной потребности и вероятности ее удовлетворения.

Третий постулат. Этот постулат оценивает степень влияния внешних воздействий на отдельных индивидов, на то, как люди и животные приспосабливаются, как можно быстрее реагировать на эти воздействия в целях профилактики получения ущерба или вреда от них. Повреждающие внешние факторы вызывают определенные эмоциональные реакции, которые являются своеобразными пеленгаторами, предупреждающими живые организмы о степени опасности тех или иных внешних воздействий. Эмоции позволяют человеку и животным быстро оценивать

действие внешних факторов, их вредность или полезность. Одним из наиболее действенных является чувство боли, единожды испытав которое, индивид в следующий раз, оказавшись в это же ситуации или схожей, опираясь на предыдущий опыт, уже будет стараться действовать по-другому, или избежать попадания в такую же ситуацию. Например, получив ожог от костра или при укусе змеи, человек будет остерегаться встреч со змеями или разжигания огня без принятия мер предосторожности.

Таким образом, ясно, что эмоции как субъективные ощущения имеют выраженное приспособительное значение. Они обеспечивают лучшее выживание живых существ. Если эмоции отнять, то практически приспособление живых существ идет значительно хуже. Поэтому в эволюции живые существа, однажды нащупав аппарат эмоций, который позволил им надежнее приспосабливаться к окружающей среде, надежнее удовлетворять свои потребности и выжить в широком смысле слова, сохранили его и развили. Особенно пышного расцвета эмоции достигли у человека. Можно говорить, следовательно, об эволюции самих эмоций. Субъективное имеет истоки в таких элементарных свойствах живого, как раздражимость, таксисы и др.⁴

Как было отмечено выше, согласно биологической теории эмоциональные переживания являются важным аспектом поведенческого характера и от способности их контролировать зависит психологическое состояние отдельных индивидов и социума, с которым они взаимодействуют. Согласно этой теории эмоции присущи практически всем живым существам с более или менее организованной нервной системой. По исламской психологии человек, как и всё сущее является творением Аллаха и наделен определенной свободой воли, кроме того он наделен возвышенным положением среди других творений, способностью к развитию, исправлению своих недостатков и к позитивным изменениям через очищение своей души.⁵

⁴ Немов Р.С. Общая психология. – СПб.: Питер, 2008. – 83 с.

⁵ Яхин Ф.Ф. Исламская психология: от монотеистической парадигмы к теории личности. М.: Minbar. Islamic Studies. 2019./ https://www.minbar.su/jour/article/view/577?locale=ru_RU#

³ Что такое эмоция? — М.: Наука, 1996. — 94 с.