



# ЭМОЦИИ



**А. В. Никольская**

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

кандидат психологических наук, научный сотрудник кафедры методологии факультета психологии МГУ, зоопсихолог-консультант ветеринарной клиники «Центр», Москва

**Для чего нужны эмоции в жизни живых существ? Они являются средством адаптации, играющим важную роль в выживании на всех эволюционных уровнях, осуществляют экстренную оценку полезности или вредности для организма того или иного воздействия и отражают отношения между потребностями и реализацией активности.**

Уже у простейших существует эмоциональный адаптивный комплекс. Этот комплекс включает в себя такие первичные эмоции, как:

1. Инкорпорация – поглощение пищи и воды (принятие).
2. Отвержение – реакция отторжения, экскреция (отвращение). По мере

развития психики, в эволюции появляются новые первичные эмоции.

3. Разрушение – устранение препятствия на пути удовлетворения (гнев).

4. Защита. Первоначально возникает в ответ на боль или угрозу боли (страх).

5. Репродуктивное поведение – реакции, сопутствующие сексуальному поведению (радость).

6. Депривация – утрата объекта, приносящего удовольствие (горе)

7. Ориентировка – реакция на контакт с новым, незнакомым объектом (испуг)

8. Исследование – более или менее беспорядочная, произвольная активность, направленная на изучение окружающей среды (любопытство).

Теперь рассмотрим эмоции, если можно так сказать, в количественном отношении. Т.е., качество эмоции – страх или любопытство, а есть ее продолжительность, развитие в динамике. На сегодняшний день выделяют:

Аффекты – сильные и кратковременные эмоциональные переживания, сопровождаемые резко выраженнымми двигательными и висцеральными проявлениями. У человека и высокоразвитых животных аффекты вызываются не только факторами, затрагивающими поддержание физического существования, связанными с биологическими потребностями и инстинктами. Они могут возникать также в складывающихся социальных или групповых отношениях, на-

пример, в результате социальных или групповых оценок и санкций. Одна из особенностей аффектов состоит в том, что они возникают в ответ на уже фактически наступив-

ведения по отношению к ситуациям и их элементам, которые прежде вызывали аффект. В таком случае повторение ситуаций, вызывающих то или иное отрицательное аффективное состояние, ведет к аккумуляции аффекта, который может разрядиться в бурном неуправляемом аффективном поведении.

Собственно эмоции представляют собой более длительные состояния. Они имеют отчетливо выраженный ситуационный характер, т.е., выражают оценочное отношение к складывающимся ситуациям и к собственной активности. Собственно эмоции способны предвосхищать ситуации и события, которые реально еще не наступили и возникают в связи с представлениями о пережитых или воображаемых ситуациях. Их особенность состоит в способности к обобщению.

Более условным и менее общепринятым является выделение чувств

## **Феромонотерапия рекомендована для устранения состояний тревоги и страха у собак и кошек (синтетические феромоны – аналоги естественных феромонов, участвующих в химической коммуникации нормализуют эмоциональное состояние, восстанавливают у животного чувство уверенности в себе, нормализуют поведение).**

шую ситуацию, в связи с этим их регулирующая функция состоит в образовании специфического опыта аффективных следов, определяющих избирательность последующего по-





как особого подкласса эмоциональных процессов. Основанием для выделения служит их отчетливо выраженный предметный характер, возникающий в результате специфического обобщения эмоций, связывающегося с представлением или идеей о некотором объекте (например, чувство любви). Чувства, таким образом, являются своеобразными эмоциональными константами. При этом возможно несовпадение собственно эмоций и чувств, противоречие между ними (например, глубоко любимый человек может в определенной ситуации вызвать преходящую эмоцию неудовольствия, даже гнева).

В жизни птиц и млекопитающих, к которым относится подавляющее большинство домашних любимцев, огромную роль играет индивидуальный опыт. Генетически заложенные программы у них, как и у нас, присутствуют, но уже не позволяют решать все встречающиеся на жизненном пути проблемы, поэтому животное вынуждено обращаться к прошлому опыту, что-то похожее уже было и закончилось так-то... Окружающий мир для наших животных значительно более сложен, чем для животных, стоящих ниже на эволюционной лестнице развития. Мир воспринимается ими не просто в виде полезных, вредных или нейтральных объектов, но также в виде ситуаций и возможностей прогнозирования развития

этих ситуаций. Сложная когнитивная подсистема влечет за собой усложнение подсистемы эмоций, которые должны обслуживать жизнедеятельность. На этой стадии собственно эмоции развиты в полной мере, но функция сигнализации об удовлетворении низших потребностей (безопасность, удовлетворение физиологических потребностей) уже не спрашивается с многообразием ситуаций, в которых оказывается животные. Эмоции начинают сигнализировать об удовлетворении потребности в группе, статусе, познании и т.д. Животные на этой стадии способны к экстраполяции и обобщению, следовательно, можно говорить, что эмоции на стадии интеллекта начинают выполнять функцию предвосхищения и эвристическую функцию, способствующую сокращению времени поиска решения (способность животных на этой стадии развития к инсайту). Именно на этой стадии можно говорить о наличии у животных полного спектра базовых эмоций: страха, агрессии, радости, отвращения, удивления, предвкушения, горя, испуга. На этой стадии развитие эмоций, также как и развитие когнитивной и коммуникативной систем психики делает небывалый качественный скачок. Поскольку период взросления и обучения потомства на этой стадии становится намного более длительным, чем на предыдущих стадиях, то для выживания дете-

ныша между ним и родителем должна возникнуть взаимная привязанность. Родитель обеспечивает детенышу не только физиологическое выживание и безопасность, но и является носителем когнитивных навыков. Развитие коммуникации на этой стадии также сопровождается развитием эмоций – детеныш уже может сообщить о своем состоянии при помощи некоторого набора сигналов. Детеныши способны выражать голод, боль, интерес, гнев, и эта система коммуникации, базирующаяся на эмоциональной экспрессии, является жизненно важной для поддержания связи с родителем. На стадии интеллекта животные способны к эмпатии, которая вызывает к жизни новые поведенческие тенденции, дает большую вариативность поведения и, в конечном счете, большую адаптивность. Возникающая на этой стадии привязанность уже может рассматриваться как чувство, то есть как эмоциональная константа. На этой стадии впервые появляются вторичные эмоции, под которыми понимаются комбинации двух или нескольких первичных эмоций. Например, одобрение и страх в сумме дают покорность (например, покорность омега-особи в группе), гнев и предвкушение в сумме дают агрессию, радость и одобрение – любовь (под которой на этой стадии мы понимаем детскo-родительскую и групповую привязанность). Живое существо уже не просто структурирует и воспринимает все окружающее в соответствии со своими видовыми особенностями, но обладает явными индивидуальными предпочтениями. Например, животное может иметь довольно сложные связи со значимыми объектами, которые могут быть основаны на целом спектре эмоциональных состояний: признание статуса, зависимость, полезность и т.д. Далее, на этой стадии у групповых животных существует достаточно сложная структура групповых отношений и коммуникации, где другие индивиды или группа, являющиеся элементами психологического

пространства, характеризуются собственной активностью. Следовательно, связи между ними можно определить как взаимоотношения, когда индивиды должны представлять взаимные ожидания друг друга и обладать готовностью реагировать на поведение, соответствующее или не соответствующее этим ожиданиям. То есть, на этой стадии зарождается рефлексия отношений, основанная на когнитивной и эмоциональной оценке собственного окружения.

Например, как развивается в эволюции эмоция страха? Базовой функцией эмоции страха является побуждение к бегству, то есть страх играет важную роль в удовлетворении потребности в безопасности. На стадии интеллекта к этому страху добавляется страх отлучения от группы, потери объекта (детеныш боится остаться без матери).

Теперь обратим внимание на то, что если мы рассматриваем семью, которая считает своего питомца своим полноправным членом, то мы

не можем не поднимать вопросы взаимного доверия между владельцами и животным (а доверие является сложным психическим образованием, затрагивающим как минимум, когнитивную и эмоциональную системы). Если в семье не складывается доверие между животным и одним из членов семьи, то это всегда будет приводить к стрессовой ситуации, а возможно, и к конфликтам. Если мы кому-то не доверяем и при этом не можем оградить себя от общения с тем, кому не доверяем, то мы начинаем испытывать либо страх, либо раздражение.

Что такое наше доверие к животному? Это уверенность в его предсказуемости и безопасности. Доверие животного к нам, по сути, также предполагает, что мы безопасны и желательно предсказуемы.

Привязанность – это забота, уважение потребностей, познание животного (в том числе умение выстраивать коммуникации с ним), вера в его возможности.

Со стороны животного – это привязанность детеныша к родителю, даже у взрослых животных, и редко иначе. Привязанность может быть нормальной, тревожной и амбивалентной.

Тревожная привязанность говорит о депривации в раннем возрасте, либо о том, что владелец уделяет животному мало внимания. Амбивалентная привязанность говорит о том, что владелец ведет себя в отношении животного непоследовательно: сегодня ласкает, завтра отталкивает, в зависимости от настроения. Непредсказуемость владельца может вызывать страх и тревогу у животного. Однако, необходимо также выявлять типичные ошибки в поведении хозяина по отношению к питомцу, формируя у владельца адекватное восприятие животного и изменяя взаимодействие между членами группы, семьи, сообщества (к членам семьи относятся не только владельцы, но и другие домашние животные). ■



**Скоро Новый Год. Перед грохотом фейерверков и петард многие собаки испытывают панический страх. Слух собаки остнее человеческого, а диапазон различаемых звуков намного шире. Среди других причин боязни громких звуков отмечают генетическую предрасположенность, влияние негативного опыта других животных, недостаточную социализацию.**

**Испуганные животные ведут себя по-разному: одни впадают в оцепенение, другие дрожат, задыхаются и пытаются спрятаться. Некоторые собаки скулят и лают, в отчаянии ищут хозяина, возможно проявление агрессии и деструктивного поведения. К сожалению, многие собаки в панике убегают и не находят дорогу домой...**

**«D.A.P.® феромон для собак»**

Рекомендуется при проявлении панических страхов у собак для восстановления хорошего самочувствия и нормализации поведения


