

І.Д. Бех, доктор психол. наук,
дійсний член НАПН України,
директор Інституту проблем
виховання НАПН України

Позитивні і негативні ефекти емоційних комплексів особистості

Емоції є регуляторами поведінки, соціальних контактів і багатьох психічних процесів. У виховному процесі роль емоцій надзвичайно важлива, оскільки вони впливають на мотиви і потреби підростаючої особистості. Крім того, емоції утворюють основну мотиваційну систему особистості і в такій іпостасі причетні до виховання у неї морально-духовних цінностей. Така їх функція у становленні смисло-ціннісної сфери особистості пояснюється їх природою, тобто психічним відображенням у формі безпосереднього переживання сенсу для суб'єкта предметів, явищ, ситуацій і людського оточення.

Розглядаючи співвідношення емоцій і розвитку особистості, важливими є генетичні задатки суб'єкта у сфері емоцій, які відіграють непересічну роль у набутті емоційних рис, а також особистий досвід індивіда, навчання стосовно емоційної сфери, соціалізовані способи вираження емоцій та обумовлена емоціями поведінка.

Не всі емоції рівноцінні у вихованні, розвитку й функціонуванні особистості. Тому їх і поділяють на позитивні і негативні. *Позитивні емоції* сприяють внутрішній психологічній гармонії (врівноваженості як приємному для суб'єкта стану), *негативні* – призводять до психологічної дезорганізації, тому хворобливо переживаються суб'єктом, і він не хоче пережити їх знову. Від прояву цих видів емоцій залежатиме й характер взаємодії суб'єкта і його середовища. З огляду на це потрібно з'ясувати характер комплексів, які виникають у межах позитивних і негативних емоцій. Таку роботу доцільно здійснити на прикладі лише фундаментальних емоцій, які породжують

ансамблі похідних емоційних утворень. *Комплекси емоцій* – це комбінації двох або декількох фундаментальних емоцій, які за певних умов схильні проявлятися одночасно чи в одній і тій же послідовності і які взаємодіють у такий спосіб, що всі емоції у комплексі мотиваційно впливають на індивіда і його поведінку.

Серед позитивних емоцій особливе місце належить емоції радості, що відчувається після якоїсь соціально значущої дії. Радість є продуктом зусиль, спрямованих на інші цілі. Вона характеризується почуттям самозадоволеності, впевненості у собі. Унаслідок цього радість забезпечує соціальну взаємодію і підсилює чуйність.

Комбінація радості й інтересу допомагає розвитку ігрової і соціальної активності; вона причетна до почуття любові. Цей комплекс радості та інтересу створює найпозитивніші емоційні аспекти романтичних відносин. У любові й тривалих інтимних взаєминах наявні всі емоції, але радість та інтерес є їх основою. Емоції радості та інтересу беруть участь у розвитку психологічних схильностей. Радість може фігурувати в таких комбінаціях:

- радість і сором. Коли людина, яка збуджує і приносить радість іншій людині, не виявляє до неї інтересу чи задоволення від її присутності, то вона може стати причиною сорому;
- радість і провина. Щоразу, коли радієш забороненим речам, відчуваєш провину. Якщо наше задоволення від “забороненого” суперечить совісті чи морально-етичним стандартам, це з великою вірогідністю призводить до провини;
- радість і зневага. Поєднання радості і зневаги може спричинити жорстокість. Регулярний прояв цієї комбінації емоцій може сформувати садистський характер.

Гнів (емоційне реагування людини на фізичні і психологічні перепони стосовно поставленої мети), *огіда* (емоційне реагування людини на речі, що стали дефектними у фізичному чи психологічному сенсі), *презирство*

(переживання людиною зверхності над іншою людиною, групою чи предметом) – це фундаментальні емоції негативної спрямованості, які у житті вони часто взаємодіють. Будь-яка їх комбінація утворює основний компонент ворожості. До неї входять також потяги і думки, образи, пов'язані із завданням шкоди об'єкту ворожості. Такі образи і бажання необов'язково містять реальний намір завдати об'єкту шкоду. Ворожість не містить словесної чи фізичної активності. Емоції, що належать до комплексу ворожості, можуть породжувати й агресію як фізичний акт, спрямований на те, щоб завдати шкоди, образити чи перемогти.

Страждання (емоційна реакція людини на втрату, невдачу, розчарування) може поєднуватися із гнівом, збуджуючи його прояви. Зовнішні впливи, що зумовлюють безперервне страждання, можуть знизити поріг гніву. Більшості людей знайоме переживання гніву, яке настає слідом після страждань.

Страх і страждання можуть поєднуватись за різних умов. Наприклад, якщо дитина плаче, оскільки залишена одна, а батьки карають її за плач, таке страждання може ставати умовним збудником страху. Цей зв'язок страждання і страху може закріпитися так, що коли б ця дитина не зіткнулася з важким завданням чи ситуацією, які викликають страждання, вона починає боятися. Наслідком зв'язку страждання і страху досить часто буває загальний песимізм, який витісняє у суб'єкта мотивацію досягнення і задоволення від спілкування.

Якщо батьки демонструють дитині, яка плаче, зневагу чи байдужість, вона може відчувати сором щоразу, коли їй захочеться плакати. Часті переживання страждання, пов'язані із соромом, можуть зробити людиною невпевненою, навіть такою, що ставиться до себе з презирством.

Знання педагогом емоційних взаємодій допоможе йому більш професійно розв'язувати завдання, пов'язані з емоційним і морально-духовним розвитком вихованців. Стратегією виховання у цьому плані має

бути культивування позитивних емоційних комплексів і запобігання негативних. Однак самі вихованці мають набути певного досвіду емоційної саморегуляції як через усвідомлення своїх переживань, так і через істотне зменшення впливу стимулів, що викликають негативні переживання чи зміну свого ставлення до об'єкта, що є їх причиною.

Педагог не може безпосередньо навчити вихованця певній позитивній емоції (наприклад, радості), але він може розділити її з вихованцем і бути моделлю певного емоційного стилю життя. У процесі міжособистісної взаємодії педагог спроможний зняти певні перепони до позитивних емоційних переживань, відкинувши надконтроль і догматизм стосовно виховання особистості. Водночас навчання вихованця контролювати власні негативні емоції сприятиме підготовці його до переживань, які і полегшуватимуть самореалізацію і приносятимуть радість у житті.