МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
Высшего профессионального образования
Пензенский государственный университет
Педагогический институт им. В.Г. Белинского

Факультет
Педагогики, психологии и социальных наук

Кафедра
Общая Психология

Курсовая работа
на тему: «Возрастные и половые особенности эмоциональной сферы.»

Выполнил:
студент группы 14НП1
Самущкин Никита
Научный руководитель:
к. п.н., доц. Ручкова Н.А

Пенза, 2015

Содержание

Ведение…….3

Глава I. Теоретические основы изучения особенностей эмоциональности у человека……....5

1.1 Понятие эмоций, их функции…….....5

1.2 Взгляды на эмоциональность как особенность человека в психологии……11

1.3 Исследование половых различий в эмоциональной сфере……...14

1.4 Особенности выражения эмоций у мужчин и женщин……...20

Выводы по первой главе……...26

Глава 2. Общие тенденции возрастных изменений эмоциональной сферы……..29

2.1Развитие эмоциональной сферы младенцев……..29

2.2Эмоциональные особенности дошкольников и младших школьников…..30

2.3Эмоциональная сфера подростков и старшеклассников……..37

2.4Особенности эмоциональной сферы лиц пожилого возраста……..39

Выводы по второй главе……...42

Заключение…….43

Список используемой литературы……...45

Введение

Психология изучает особый мир явлений, находящийся в сознании человека и не похожих на те явления, которые человек видит невооруженным глазом в окружающем его мире. Эмоции играют большую роль в жизни человека.

Эмоции (от лат. emovere – возбуждать, волновать) — состояния, связанные с оценкой значимости для индивида действующих на него факторов и выражающиеся прежде всего в форме непосредственных переживаний удовлетворения или неудовлетворения его актуальных потребностей.

Согласно Юнгу, эмоция - это сила, стоящая за процессом индивидуализации. Любое реальное внутреннее изменение имеет эмоциональный компонент.

Актуальность нашего исследования очевидна, ведь любое событие в жизни человека окрашено теми или иными эмоциями.

Вспоминая свою прошедшую жизнь, мы прежде всего вспоминаем эмоции, которые испытывали в тот или иной момент жизни, а уже затем припоминаем последовательность событий, действия и так далее.

Можно с уверенностью сказать, что если бы человек не испытывал эмоции, жизнь его была бы тусклой, бесцветной, ничем не отличающейся от существования какого-то запрограммированного автомата, обладающего определенной степенью свободы - и не более того. Эмоции могут быть нашими союзниками в достижении целей, а могут быть противниками или помехой.

Отрицательные эмоции могут оказать разрушающее воздействие на наше здоровье, снизить защитные свойства организма. Важно поэтому не допустить, чтобы они оказывали такое воздействие. Эмоциями можно и нужно управлять, для чего необходимо их изучать.

Выраженные эмоции являются показателем, характеризующим личность человека, но наверняка каждый хотя бы раз отметил, что эмоции

мужчины и женщины абсолютно не похожи между собой, а вернее их проявления. Можно назвать множество еще причин, по которым необходимо изучать эмоциональную сферу человека. Таким образом, тема эмоций и чувств является актуальной для студента, изучающего психологию.

Изучением эмоций в психологии занимались В. Вундт, В. Джеймс, К.Н. Ланге, Г. Крейг, К. Джеклин, Е. Маккоби, П. Фресс, Алан Пиз, Б. М. Теплов, В.Д. Небылицын, А.Е. Ольшанникова, Е. П. Ильин, В. Г. Пинигин, П.В. Симонов и многие другие.

Наблюдения психологов свидетельствуют, что у мужчин чаще встречается преобладание холерических черт темперамента. Именно для них характерно отчетливое проявление волевых реакций, напористости, энергичности, нетерпеливости. Мужчина обычно характеризуется большей внешней агрессивностью, большей настойчивостью, способностью противостоять грубому напору.

Женской природе больше соответствует сангвинический и меланхолический темпераменты. Для женщин характерны подвижность, бурное проявление чувств, быстрая перемена настроения. Женщина бывает агрессивна, как правило, только если она несчастна. Женщины обычно намного эмоциональнее мужчин. У мужчин принято сдерживать свои эмоции, требовать этого от женщины бессмысленно, ведь они острее реагируют на поощрения и наказания, болезненнее реагируют на конфликты и неприятности на работе и дома. Женщина смеется, когда может, и плачет, когда хочет. В исследованиях П. А. Ковалева большая эмоциональная возбудимость лиц женского пола получила подтверждение: вспыльчивость (проявление эмоциональной возбудимости в конфликтной ситуации) выражена у них больше, чем у мужчин.

Глава I . Особенности эмоциональной сферы у человека

1.1 Понятие эмоций, их функции

Объективные свойства предметов и явлений окружающей действительности отражаются человеком посредством познавательных процессов. Но каждый отражаемый объект, каждое событие вызывают к себе определенное отношение человека в зависимости от того, как они связаны с его потребностями. Одни события являются для человека индифферентными, другие – значимыми, т.е. могут удовлетворить некоторые его потребности или препятствуют этому.[9]

В эволюции сформировалась особая форма психического отражения значимых объектов и событий – эмоции. Один и тот же объект или событие рождает у разных людей различные эмоции, потому что у каждого из них свое, специфическое отношение к данному объекту.

Эмоции (от лат. emovere - волновать, возбуждать) - особый класс психических процессов и состояний (человека и животных), связанных с инстинктами, потребностями, мотивами и отражающих в форме непосредственного переживания (удовлетворения, радости, страха и т. д.) значимость действующих на индивида явлений и ситуаций для осуществления его жизнедеятельности. Сопровождая практически любые проявления активности субъекта, эмоции служат одним из главных механизмов внутренней регуляции психической деятельности и поведения, направленных на удовлетворение актуальных потребностей. [12]

Эмоции – это субъективные реакции человека на воздействия внешних и внутренних раздражителей, отражающие в форме переживаний их личную значимость для субъекта и проявляющиеся в виде удовольствия или неудовольствия. [10]

Эмоции, проявляющиеся в виде удовольствия, называются положительными, а в виде неудовольствия – отрицательными. К первым относятся, например, радость, восторг, симпатия, ко вторым – страх, гнев, ненависть. Положительные эмоции человек испытывает, когда

удовлетворяется какая-либо его потребность или он видит такую возможность. В этом случае его активность направляется на сохранение или достижение положительного воздействия. Если потребность не реализуется, человек переживает чувство неудовольствия, а его активность направляется на то, чтобы избежать вредных или нежелательных воздействий.

П.В. Симонов показал, что существует связь между потребностью, информацией об объекте, который может ее удовлетворить, и эмоцией. При достаточной информации возникает положительная эмоция, при дефиците информации – отрицательная. [16]

Голодный человек, найдя в лесу хорошо известные ему ягоды, испытывает положительную эмоцию. Если ягоды неизвестные, чувство страха побуждает отказаться от них.

В. Вундт, кроме удовольствия или неудовольствия, выделил другие компоненты эмоций, определяющие их силу, продолжительность и динамику: возбуждение – успокоение и напряжение – разрешение.

Обычно эмоции развиваются по следующей схеме. На фоне спокойного состояния на человека действует значимый раздражитель, вызывая соответствующее переживание, повышение психического возбуждения и напряжения. Через некоторое время эти компоненты эмоции ослабевают и возвращается спокойное состояние. [13]

Возникшая эмоция охватывает весь организм, вызывая внутреннее переживание, многообразные внешние реакции, вегетативные и биохимические изменения. У человека изменяется поведение, движения, речь. Так, хорошее известие переполняет человека чувством удовольствия, радости. Он улыбается, а если полученная информация для него очень значима, может закричать, захлопать в ладоши, пуститься в пляс, громко засмеяться или заплакать. Каждой эмоции соответствуют специфическая мимика, пантомимика, жестикуляция, выразительные движения, голосовые реакции, лексические и экспрессивные средства речи. Происходит увеличение или уменьшение частоты пульса, расширение или сужение

кожных сосудов, потоотделение, динамика кожно-гальванической реакции и др.

По внешним проявлениям можно судить о внутреннем состоянии и переживаниях других людей, хотя однозначной связи между внутренним переживанием и внешними проявлениями эмоций, конечно, нет. Не у всех людей внешние проявления достаточно интенсивны. В некоторых обстоятельствах человек намеренно их сдерживает, желая скрыть свои переживания. Сдерживание внешних проявлений эмоций не уменьшает интенсивности внутреннего переживания, а часто даже увеличивает ее. Субъективные переживания и внешние проявления эмоций возникают как бы одновременно. Это дало основание В. Джеймсу и К.Н. Ланге утверждать, что наличие эмоций обусловлено восприятием изменений в деятельности внутренних органов и двигательной сфере. [11]

Согласно их теории, называемой периферической, человек не потому смеется, что ему радостно, или плачет, когда ему грустно, а наоборот, испытывает радость, если смеется, и грусть, потому что плачет.

Большинство психологов с такой трактовкой эмоций не согласны. Многообразие и взаимосвязь эмоциональных проявлений они объясняют исходя из главного назначения эмоций – подготовки двигательной, гормональной и других систем организма к быстрой адекватной ответной реакции на значимое внешнее воздействие. Столкнувшись, например, с опасностью, человек испытывает страх. Происходит выброс адреналина, повышаются мышечный тонус, частота сердцебиений. Эти и другие изменения в организме создают возможность быстро убежать от опасности или найти другое средство, чтобы ее миновать.

На физиологическом уровне возникновение эмоций является результатом сложного взаимодействия подкорковых центров и коры. В подкорковых узлах расположены структуры вегетативной нервной системы, обеспечивающие связь внутренних компонентов эмоций и их периферических проявлений. В гипоталамусе локализованы сформированные

в процессе филогенеза центры удовольствия и неудовольствия, обеспечивающие возникновение эмоций на уровне врожденных механизмов.

В опытах на животных с помощью вживления в эти центры электродов стало возможным вызывать различные эмоции без соответствующих внешних воздействий.

В реальной жизнедеятельности человека развиваются высшие эмоции, регулируемые на уровне коры больших полушарий головного мозга. Значимость внешних воздействий анализируется корой или другими мозговыми структурами, что обеспечивает адекватность эмоциональных реакций. У человека эмоции формируются и проявляются в условиях социализации и воспитания.

Возбуждающее или успокаивающее влияние на мозговые центры, ответственные за возникновение и проявление эмоций, оказывают некоторые растительные вещества и лекарственные препараты. Люди издавна используют для этого чай, кофе, алкоголь. В еще большей степени такими свойствами обладают наркотики. В медицине фармакологические средства применяют для лечения патологических проявлений эмоций — сильного возбуждения, депрессии и др.

Эмоции сопровождают все проявления жизнедеятельности организма и выполняют важные функции в регуляции поведения и деятельности человека. Эмоции сигнализируют о возможном развитии событий, их положительном или отрицательном исходе для субъекта, выступая в качестве своеобразных внутренних маяков поведения. В этом заключается их сигнальная функция. [9]

Ориентируясь на свои эмоции, человек оценивает степень полезности или вредности для него каждого происходящего события или оказываемого воздействия (оценочная функция).

В обычных обстоятельствах эмоциональные оценки осмысливаются и могут быть подвергнуты коррекции. Однако рациональный анализ происходящих событий и их последствий требует определенного времени,

которого в некоторых ситуациях у человека может не быть. На основе полученных сигналов и эмоциональных оценок он выбирает и реализует способы поведения и действий (регулирующая функция).

Эмоции способны повысить тонус организма, положительно влияя на результаты деятельности (мобилизующая функция). Однако при сильных эмоциях, особенно в критических ситуациях, может проявляться их дезорганизующая функция.

Так, большая часть спортивных рекордов установлена не на тренировках, а в ходе соревнований, в обстановке эмоционального накала. В то же время в спорте известны примеры, когда хорошо подготовленный спортсмен эмоционально перегорает и в самом ответственном состязании показывает слабый результат. [20]

Неоднозначность влияния эмоций на результаты деятельности человека поднимает вопрос о необходимости управления эмоциями, использования их позитивных функций и преодоления негативных. Эта проблема актуальна для представителей многих видов профессий: артистов, дипломатов, учителей и др. Если поведенческие компоненты эмоций в достаточно высокой степени поддаются сознательному контролю, то управлять вегетативными проявлениями гораздо сложнее. Это возможно, но требует специальной тренировки.

В зависимости от обстоятельств, свойств воздействующих раздражителей и особенностей личности у человека возникают различные эмоциональные реакции, которые классифицируются по модальности, знаку, различному влиянию на поведение, а также по форме выражения.

Модальность – основная качественная характеристика эмоций, определяющая их вид по специфике и особой окрашенности переживаний.[14]

По модальности выделяются три базовые эмоции: страх, гнев и радость. При всем многообразии практически любая эмоция является своеобразным выражением одной из этих эмоций. Тревожность,

беспокойство, боязнь, ужас представляют собой различные проявления страха; злоба, раздражение, ярость – гнева; веселье, ликование, торжество – радости.

Характер переживания (удовольствие или неудовольствие) определяет знак эмоций – положительные и отрицательные.

По воздействию на организм и влиянию на последующее поведение человека эмоции разделяются на стенические и астенические.

Стенические эмоции повышают жизнедеятельность и активность человека, астенические, напротив, снижают. Положительные эмоции чаще оказывают стенический эффект. Большинство отрицательных эмоций выражаются и в той, и в другой форме. Например, под влиянием страха человек может быстро убежать, расчетливо спрятаться, но иногда из-за страха «застывает», не предпринимая никаких активных действий. [6]

Эмоции характеризуются также силой, продолжительностью и осознанностью.

Диапазон различий по силе внутреннего переживания и внешних проявлений очень велик для эмоций любой модальности. Радость может проявляться как слабая по силе эмоция, например, когда человек испытывает чувство удовлетворения. Восторг – эмоция большей силы. Гнев проявляется в диапазоне от раздражительности и негодования до ненависти и ярости, страх – от легкого беспокойства до ужаса.

По продолжительности эмоции длятся от нескольких секунд до многих лет, иногда в течение всей жизни.

Степень осознанности эмоций также может быть различнойИногда имеет место одновременное взаимодействие противоположных эмоций, например любви и ненависти или радости и печали. В этом проявляется амбивалентность эмоций как следствие сложного и неоднозначного отношения человека к объекту, вызывающему переживание.

1.2 Взгляды на эмоциональность как особенность человека в психологии

Эмоциональность , являющаяся одной из важнейших характеристик человека, оказывает влияние практически на все аспекты его деятельности. В связи с этим выявление и анализ особенностей эмоциональности представляется весьма актуальным как для более детального понимания специфики развития человека вообще, так и для эффективности осуществления образовательного процесса в частности.

Эмоциональность как свойство человека упоминалась еще Гиппократом, когда он говорил о холерическом типе темперамента. В конце XIX века П. Малапер выделял особый тип эмоциональных людей наряду с апатичными и страстными. Г. Хейманс и Е. Вирсма выделяли три главных фактора личности: эмоциональность, активность и реактивность. Об эмоциональности они судили по тому, как близко к сердцу принимает человек пустяки, восторгается он или плачет по незначительному поводу.[16]

Если обратиться к эмоциональности непосредственно, то в зарубежной психологии первоначально она чаще всего понималась как эмоциональная возбудимость (отзывчивость человека на эмоциогенные ситуации) и реактивность. П. Фресс, например, дал следующее определение эмоциональности: «эмоциональность как черта личности - это чувствительность к эмоциогенным ситуациям». Эмоциональность, отмечает П. Фресс, употребляется как синоним гиперэмоциональности, т. е. как проявление более частых и более сильных эмоциональных реакций, чем это в среднем свойственно людям. Эмоциональность как качественную характеристику гиперэмоциональности рассматривает и Г. Крейг. Для нее эмоциональность - это склонность легко поддаваться страху и гневу. В целом, по мнению А. Ребера, в современной зарубежной психологии эмоциональность трактуется в терминах актов поведения, которые можно наблюдать и которые теоретически связаны с лежащей в их основе эмоцией , т. е. эмоциональность является поведенческим проявлением, которое считается основным компонентом при оценке испытываемой эмоции . В

отечественной психологии исследование эмоциональности было начато по предложению Б. М. Теплова в 1964 году. Б. М. Теплов ставил цель выявить наиболее «сензитивные» к эмоциональному воздействию физиологические показатели и раскрыть характер соотношения между индивидуальным своеобразием физиологических сдвигов при эмоциональных состояниях и некоторыми свойствами нервной системы. Работа, по существу, была направлена на исследование физиологической детерминанты эмоциональных состояний, но ее результаты дали принципиальный толчок для исследования эмоциональности и с точки зрения психологии. Определенным итогом явилось данное В.Д. Небылицыным, учеником Б.М. Теплова, развернутое определение эмоциональности как обширного комплекса свойств и качеств, характеризующих особенности возникновения и прекращения разнообразных чувств, аффектов и настроений.

В качестве основных характеристик эмоциональности он выделяет впечатлительность, импульсивность и эмоциональную лабильность. Впечатлительность выражает аффективную восприимчивость человека, чуткость его к эмоциогенным воздействиям. Импульсивность В.Д. Небылицын понимает как быстроту, с которой эмоция становится побудительной силой поступков и действий без их предварительного обдумывания и сознательного решения выполнить их. Под эмоциональной лабильностью он понимает быстроту, с которой прекращается данное эмоциональное состояние или происходит смена одного переживания другим.[10]

Положения, высказанные В.Д. Небылицыным, в конкретных исследованиях начала воплощать А.Е. Ольшанникова со своими учениками. Прежде всего, в основу эмоциональности она положила знак и модальность эмоций. Основываясь на физиологических данных, она первоначально выделила три основные эмоции : удовольствие-радость, гнев и страх. Позднее, в качестве самостоятельной эмоции к этой триаде добавилась печаль. В работе «Психология. Словарь» (1990) А.Е. Ольшанникова

рассматривает эмоциональность значительно шире, как свойство человека, характеризующее содержание, качество и динамику его эмоций и чувств. Содержательные аспекты эмоциональности отражают явления и ситуации, имеющие особую значимость для человека. Качественные свойства эмоциональности характеризую отношение индивида к явлениям окружающего мира, и находят свое выражение в знаке и модальности доминирующих эмоций . К динамическим свойствам эмоциональности А. Е. Ольшанникова относит особенности возникновения, протекания и прекращения эмоциональных процессов и их внешнего выражения (экспрессию). [13]

Как показывает предыдущий обзор, в отечественной психологии эмоциональность трактуется несколько шире, нежели в зарубежной, в которой эмоциональность рассматривается только со стороны ее динамической характеристики.

Отличительной чертой отечественной психологии в плане изучения эмоциональности является то, что были предприняты небезуспешные попытки выявить то, как эмоциональность влияет на особенности поведения, на эффективность общения и на другие виды практической деятельности. Например, О. П. Санникова показала, что широкий круг общения, большая активность общения в сочетании с ее недолговременностью характерны для лиц с положительными эмоциональными установками, а узкий круг общения, малая активность общения на фоне устойчивых отношений - для лиц со склонностью к переживанию отрицательных эмоций. М. В. Депенчук выявлено, что лица с высокой эмоциональностью хуже адаптируются в новой социокультурной среде. А. И. Палеем обнаружена связь между качественными особенностями эмоциональности, ее модальной структурой и когнитивным стилем деятельности.[11]

В последние годы интерес к проблеме эмоциональности в отечественной психологии после некоторого спада вновь возрастает. Так, Е. П. Ильиным и его учениками ведутся исследования в области

половозрастных особенностей эмоциональности, учета ее специфики в образовательном процессе и т. д.

Как показывает предыдущий обзор, в отечественной психологии эмоциональность трактуется несколько шире, нежели в зарубежной, в которой эмоциональность рассматривается только со стороны ее динамической характеристики.

И несомненно, что дальнейшее изучение эмоциональности как важной характеристики человека на сегодняшний день актуально как в нашей стране, так и за рубежом. [8]

1.3 Исследование половых различий в эмоциональной сфере

В литературе отмечается большая эмоциональная чувствительность и эмоциональная нестабильность женщин.Выявлены отчетливые различия в эмоциональной сфере лиц мужского и женского пола. До настоящего времени не доказано, являются ли хотя бы некоторые из них врожденными или все эти особенности приобретаются в процессе специфичного воспитания мальчиков и девочек.

Различия в эмоциональной сфере мужчин и женщин многие психологи связывают именно с особенностями воспитания тех и других. У женщин весьма желательны эмоциональная зависимость от противоположного пола, погруженность в «любовь» при запрете на открытое выражение чувств, проявление агрессии. Это создает у женщин мазохистскую установку. В то же время для мужчин все это достойно насмешек и позора. [10]

К. Хорни пишет, что в соответствии с разделением социальных ролей сформировался определенный взгляд на женщин как на инфантильные создания, живущие эмоциями.[11] По этому поводу еще К. Батюшков писал: «Любить или ненавидеть! - им (женщинам) надобна беспрестанная пища для чувств. Действительно, во многих исследованиях выявлены отчетливые различия в эмоциональной сфере лиц мужского и женского пола. Л. В.

Куликов отмечает, что у женщин эмоциональная сфера дифференцированнее и сложнее, чем у мужчин.

Гнев (злость). Е. Маккоби и К. Джеклин на основе анализа ряда экспериментальных исследований пришли к выводу, что в первые годы жизни нет различий в частоте и продолжительности этой отрицательной эмоциональной реакции у мальчиков и девочек, но с возрастом их частота и интенсивность у мальчиков возрастают, а у девочек - убывают. Авторы объясняют это тем, что девочки, имея те же агрессивные тенденции, что и мальчики, боятся проявить их из-за возможного наказания, в то время как к агрессии мальчиков окружающие относятся более благосклонно.

Другая возрастно-половая динамика выявлена М. С. Пономаревой при изучении склонности к переживанию гнева . Чем младше школьники, тем больше эта склонность выражена у лиц мужского пола, и чем старше школьники, тем больше она выражена у лиц женского пола

Печаль. Л. В. Куликов выявил значимые различия в самооценке печали: у женщин она выше. Это же выявлено и М. С. Пономаревой с той лишь разницей, что у младших школьников склонность к печали больше выражена у мальчиков.

Тревога и страх. В. А. Чикер с соавторами выявили, что для девочек старших классов социальная среда оказывается более насыщенной эмоциональными событиями, имеющими стрессогенное значение, чем для мальчиков. Это подтвердилось в исследовании, проведенном на студентах. В. П. Плотников с соавторами выявили наличие психического напряжения высокой степени у 62,5 % опрошенных девушек и легкой степени такого напряжения у 45,2 % юношей. Эмоциональное отношение к потенциальным источникам отрицательных эмоций у юношей и девушек было разным. Для юношей более значимыми, чем для девушек, было отношение к учебной группе, к своему самочувствию, к родителям; для девушек - к сессии и к экзаменам.[1]

Л. В. Куликовым выявлены значимые половые различия в самооценке тревоги.

Сравнение склонности к переживанию базовых эмоций у школьников и школьниц разного возраста, проведенное М. С. Пономаревой, показало, что у девочек и девушек во всех возрастных группах склонность к страху выражена значительно больше, чем у мальчиков и юношей.

По данным А. И. Захарова , количество страхов (т. е. того, чего боятся) больше у девочек, чем у мальчиков. По его данным, у взрослых мужчин больше выражен страх высоты, а у взрослых женщин - смерти родителей. У женщин в значительно большей степени выражены также страх войны, страх сделать что-либо неправильно или не успеть сделать. У девушек количество мнимых страхов в 6 раз больше, чем у юношей.

Радость. Склонность к радости, по данным М. С. Пономаревой, не обнаружила четких половых различий: в 8-9, 12-13 и 16-17 лет она выражена у мальчиков и девочек одинаково, а в возрасте 10-11 и 14-15 лет эта склонность выражена больше у девочек.[10]

Половые различия в выраженности эмоциональных свойств личности

В литературе отмечается большая эмоциональная чувствительность и эмоциональная нестабильность женщин. Изучение этого вопроса Е. П. Ильиным и В. Г. Пинигиным на школьниках и студентах с помощью самооценок жизненных проявлений эмоций показало, что лица женского пола явно превосходят лиц мужского пола во всех возрастных группах по эмоциональной возбудимости, в меньшей степени - по интенсивности, еще в меньшей степени - по длительности сохранения эмоций и эмоциональной устойчивости.

В исследовании П. А. Ковалева большая эмоциональная возбудимость лиц женского пола получила подтверждение: вспыльчивость (проявление эмоциональной возбудимости в конфликтной ситуации) выражена у них больше, чем у мужчин.[10]

Интенсивность и длительность эмоциональных реакций.

Об интенсивности эмоциональных реакций в основном судят по величине вегетативных сдвигов, наблюдающихся у человека в той или иной эмоциогенной ситуации (в исследованиях - обычно перед экзаменом и после него). Часто это свойство эмоциональности называют реактивностью. Получаемые разными авторами данные с использованием этих показателей весьма разноречивы, что объясняется, очевидно, во-первых, тем, что разные ситуации имеют для мужчин и женщин разное эмоциогенное значение, а во-вторых, тем, что на одну и ту же эмоциогенную ситуацию одни субъекты больше реагируют эмоционально, а другие - двигательно.

Так, по данным Н. Д. Скрябина, при испуге (реакции на сильный неожиданный звуковой раздражитель) изменение пульса в большей степени наблюдается у женщин, чем у мужчин (соответственно на 21,9 % и 6,3 % - у смелых и на 35,4 % и 14,6 % - у трусливых). Однако кожно-гальваническая реакция была более длительной у мужчин.[10]

В то же время К. Д. Шафранская, изучавшая эмоциональное напряжение, показала, что в ситуации стресса мужчины отличаются более высокой вегетативной реактивностью, чем женщины.

Г. И. Акинщикова тоже выявила противоположные тенденции у мужчин и женщин в проявлении реактивности по артериальному давлению в условиях стрессовой ситуации. У женщин разница между систолическим и диастолическим давлением уменьшалась, в то время как у мужчин - увеличивалась. Однако выявленные различия в реактивности при психическом напряжении не являются специфически эмоциональными, они характерны для мужчин при любой нагрузке - в том числе при интеллектуальной и физической. Так, измерение сахара в крови при высокой интеллектуальной нагрузке тоже выявило большую реактивность мужчин: показатель сахара в крови у них был выше, чем у женщин. Насыщение крови кислородом при этой нагрузке было в 2 раза выше у мужчин, чем у женщин.

Поэтому остается неясным, является ли обнаруженные этими авторами факты следствием большей эмоциональной реактивности мужчин или же следствием их большей мобилизованности.[16]

Как показали И. М. Елисеева с соавторами , перед экзаменом студентки оценили уровень своего эмоционального возбуждения гораздо выше, чем студенты. Выше у них была и неуверенность в успешной сдаче экзаменов. В то же время по частоте сердечных сокращений различий между теми и другими не было. После экзамена оценка спада своего эмоционального возбуждения была больше у студенток, чем у студентов. Таким образом, женщины более экстремально оценивают как подъем эмоционального возбуждения, так и его спад.

По данным А. И. Винокурова, у мужчин перед экзаменом ослабевает трофотропный тип вегетативного регулирования, что выражается в повышении пульсового давления крови, в увеличении систолического объема крови, в повышении коэффициента эффективности кровообращения. У женщин, наоборот, трофотропный тип вегетативного регулирования усиливается, что приводит к уменьшению пульсового давления и систолического объема крови, к большим сдвигам частоты сердечных сокращений.[19]

Сразу же после экзамена у мужчин трофотропное регулирование сменяется на эрготропное, быстрее восстанавливаются показатели гемодинамики, уменьшается суммарное отклонение от АТ-нормы. У женщин после экзамена суммарное отклонение от АТ-нормы увеличивается, быстрее восстанавливается систолическое артериальное давление, а пульсовое давление неизменно уменьшается.

На основании этих фактов А. И. Винокуров делает вывод, что энергетические затраты организма в стрессовой ситуации выше у мужчин.

Эмоциональная устойчивость. Под ней чаще всего понимают способность человека сохранять эффективность деятельности при возникновении отрицательных эмоциогенных факторов. Р. К. Малинаускас

нашел, что эмоциональная устойчивость к воздействию стрессогенных факторов практически одинакова у лиц мужского и женского пола. Правда, следует учесть, что автор обследовал спортсменов, а, как известно, среди спортсменок много лиц мускулинного типа.

Женщины более свободны в выражении страха и грусти, чем мужчины. Правда, Н. Айзенберг и соавторы выявили по мимике и самоотчету испытуемых лишь небольшие различия в проявлении эмоциональности в пользу женщин. С возрастом эти различия увеличивались, в основном за счет того, что мужчины больше маскируют свои эмоции.

В ряде других исследований также показана большая экспрессивность лиц женского пола, независимо от их возраста. Было обнаружено, что женщины проявляют более эмоциональное поведение в чисто женских группах, чем в смешанных.[4]

Женщины лучше кодируют экспрессивное выражение счастья, а мужчины - гнева и злобы. Отмечается, что женщины более улыбчивы, чем мужчины. Так, М. Ля-Франс проанализировала 9000 фотокарточек из студенческих альбомов, а Э. Хальберштадт и М. Саитта - 1100 фотографий из газет и журналов, а также снимки 1300 человек в магазинах, парках и на улице. И везде обнаруживалось, что женщины улыбаются чаще.

Различия в эмоциональной экспрессии мужчин и женщин многие психологи связывают с особенностями воспитания тех и других. Согласно К. Юнгу, у мальчиков в процессе их воспитания чувствования подавляются, в то время как у девочек они доминируют. Для мужчин открытое проявление эмоций достойно насмешек и позора.[10]

Таким образом можно сделать вывод, что, что эмоциональность (т. е. сила переживаемых эмоций) у мужчин и женщин одинаковая, различна же степень их внешнего выражения. Так же у мужчин и женщин различно и выражение разных эмоций. Например, то, что «прилично» для женщин (плакать, сентиментальничать, бояться и т. п.), «неприлично» для мужчин, и

наоборот, то, что «прилично» для мужчин (проявлять гнев и агрессию), «неприлично» для женщин.

1.4 Особенности выражения эмоций у мужчин и женщин

Не имея в мозгу специальной области, отвечающей за речь, охотник нуждался в способности передать большое количество информации с помощью минимального количества слов: вот почему в его мозгу возникла специальная область, отвечающая за словарь, которая расположена в задней части левого полушария. У женщин за словарь отвечают фронтальные и задние части обоих полушарий, в результате чего она не сильна с этой точки зрения. Соответственно формулировка термина и смысл слова для женщины не особо важны: она полагается на интонацию, когда надо передать смысл, и на мимику и жестикуляцию при выражении эмоции. Вот почему смысл слова так важен для мужчины и почему они используют терминологические определения для того, чтобы добиться преимущества перед другим мужчиной или женщиной.Женщина, споря, используя эмоции для борьбы с ним, он продолжает настаивать на точности формулировок. Тон все повышается и достигает той точки, когда она отказывается с ним говорить или он выходит, хлопнув дверью.[10]

Разница в восприятии аудиальной информации мужчинами и женщинами.

В типичном случае женщина может использовать в среднем шесть выражений лица за десять секунд, чтобы, как зеркало, отразить и вернуть эмоции собеседнику. Ее лицо отражает все проявленные эмоции. Стороннему наблюдателю может показаться, будто события, о которых идет речь, произошли с обеими женщинами. Женщина считывает реальный смысл сказанного из интонаций и мимики. Именно эти каналы передачи информации следует использовать мужчине, чтобы завладеть вниманием женщины и удерживать его во время беседы. Мужчин обескураживает

необходимость гримасничать, выслушивая собеседницу, но, освоив это искусство, он имеет шанс получить крупное вознаграждение.[9]

Биологическая цель мужчины-воина: остаться бесстрастным, выслушивая собеседника, чтобы не выдать своих эмоций. Это шутливый взгляд на мужскую манеру слушать, но правду иногда стоит признавать и в шутливой форме. Маска бесстрастия, надеваемая мужчиной при разговоре, позволяет ему ощущать себя владеющим ситуацией, но вовсе не свидетельствует об отсутствии эмоций. Сканирование мозга подтверждает, что мужчина испытывает столь же сильные эмоции, как и женщина, но пытается не показывать их.

Женщины, слушая, пользуются звуками пяти тонов (высоких и низких), включая «ахи» и охи», повторяют слова собеседника в контексте сказанного и следят сразу за несколькими линиями беседы. У мужчин тональность более узкая (три тона), и они с трудом расшифровывают информацию, передаваемую изменением тона, поэтому они, как правило, говорят более монотонно. Показывая, что слушает, мужчина использует так называемое хмыканье – серию коротких «хмм», иногда в сопровождении кивка. Женщины критикуют мужчин за такую манеру, что частично объясняет, почему они часто обвиняют мужчин в том, что они не слушают. Очень часто мужчина слушающий не выглядит таковым. Если вы деловая женщина, помните, в хмыканье для вас зарыты деньги. Если вы женщина, объясняющая мужчине или мужчинам определенную идею или предложение, для вас жизненно важно не отражать на своем лице его эмоции, как вы сделали бы, разговаривая с женщиной. Старайтесь оставаться внешне бесстрастной, кивайте, хмыкайте и не прерывайте. Мы установили, что женщины с такой манерой ведения беседы в большей степени пользуются деловым доверием мужчин. У женщин, отражающих на своем лице эмоции мужчин или то, что они считают его эмоциями, уровень доверия и авторитетности в глазах деловых мужчин резко падает. Мужчины, говоря о

них, часто прибегают к таким характеристикам, как «глупая» и «у нее каша в голове»[6]

Миллионы лет мужчина-охотник был обязан не проявлять страха или сомнения, и это закреплено в мозгу современного мужчины. «Когда он встревожен или сердится, он замыкается в себе и становится отчужденным и далеким». «Когда дело касается его проблем, из него слова клещами не вытащишь».

По своей природе мужчина подозрителен, склонен к зависти, к подавлению других, всегда готов защищаться и чувствует себя одиночкой, который скрывает свои эмоции, чтобы владеть ситуацией. Для мужчины проявление эмоций равнозначно потере щита в бою. Социальное воспитание усиливает эти природные склонности, поскольку от него требуют: «веди себя, как мужчина», «не показывай страха», «мальчики не плачут».

У женщины, которая всегда была хранительницей гнезда, сформировалась в мозгу программа, позволяющая ей быть открытой, доверчивой, всегда готовой к сотрудничеству, не скрывающей своей уязвимости и эмоций. Женщина знает, что ей нет необходимости всегда владеть ситуацией. Вот почему, столкнувшись с проблемой, ни мужчина, ни женщина не могут понять реакцию партнера.[15]

При стрессе мозг мужчины активизирует функцию пространственного мышления и логики. У женщины активизируется речевая функция, и она начинает говорить, часто безостановочно. Если она в стрессовом состоянии, она говорит, и говорит, и говорит, обращаясь к тому, кто слушает. Она может рассказывать подругам о своих проблемах часами, давая полный отчет о мельчайших деталях, и затем они вместе еще раз их обсудят. Она перейдет затем к другим проблемам сегодняшнего дня, затем к прошлым, к проблемам возможным и проблемам, у которых нет решения. Когда она о них рассказывает, она не ищет решения, ее утешает и успокаивает процесс разговора. Монолог ее не имеет четкой структуры, и возможен параллельный рассказ о нескольких вещах одновременно, причем никаких выводов не

делается. Выслушать монолог о проблемах – для мужчины тяжелая работа, поскольку он чувствует себя обязанным найти решение всех проблем, о которых она высказалась вслух. Ему мало только разговора, он хочет что-то сделать! Весьма вероятно, он прервет монолог вопросом: «Так в чем же суть?» – а суть в том, что нет надобности ни в какой сути. Для мужчины лучше всего научиться слушать, не прерывая, но подтверждая междометиями и жестами тот факт, что он слушает, и не предлагать никаких решений. Но это тяжелая задача, поскольку мужчина говорит только тогда, когда он может предложить решение вопроса.

Когда женщина не приемлет предложенного им решения проблемы, следующим шагом мужчины обычно, бывает попытка приуменьшить ее важность, сказав ей: «Ничего страшного», «Ты слишком остро реагируешь», «Забудь это» и «Ничего особенного в этом нет». Такие реплики приводят женщину в ярость, поскольку она начинает думать, что он к ней равнодушен, если даже не слушает.[20]

Реакция на стресс является одним из самых глубоких различий между мужчиной и женщиной, которой в другом не понимает ни один партнер. Мужчина под воздействием сильного стресса полностью отстраняется от любого другого человека: ему надо найти решение серьезной проблемы. Он полностью блокирует ту часть своего мозга, которая отвечает за эмоции, активизирует режим решения проблем и отключает речь. Когда мужчина находится в режиме полной замкнутости, женщину его состояние может ужасать, поскольку она бывает в таком же состоянии в те моменты, когда ее обидели, ей солгали или оскорбили. Женщина автоматически предполагает, что с мужчиной произошло то же самое – должно быть, она его обидела и он ее больше не любит. Она пытается завести с ним разговор, но он отказывается: ему кажется, что она не верит в его способность справиться с ситуацией. Женщина замыкается в себя, когда чувствует себя оскорбленной или обиженной, а мужчина, видя это, думает, что ей надо побыть одной, и отправляется в пивную или начинает регулировать карбюратор в машине.

Если мужчина ушел в себя, оставьте его в покое, и все будет хорошо, если же женщина – значит, надвигается гроза и настало время для серьезного разговора.[10]

Когда женщина взволнована, она может заплакать, слишком активно жестикулировать и непрерывно говорить, эмоционально описывая свои чувства. Она хочет, чтобы ее выслушали, по-матерински утешили и о ней позаботились, но мужчина истолковывает все это по-своему: в ее словах ему слышится «Спаси меня – реши мои проблемы!» Поэтому вместо утешения и уверений в понимании он предлагает практические советы, задает наводящие вопросы и предлагает не волноваться так сильно. «Не плачь! – говорит он в ужасе. – Ты неадекватно реагируешь! Все обстоит не так плохо» Вместо материнского утешения она получает отцовский совет. Он видел, что так поступали его отец и дед, и такая манера свойственна мужчине с тех времен, когда они слезли с деревьев. Для женщины всплеск эмоций есть форма общения, от которой она быстро и безболезненно перейдет к другой и все забудет, но мужчина чувствует свою ответственность за выработку решения, потому что в ином случае будет чувствовать себя потерпевшим поражение. Вот почему мужчина начинает волноваться или сердиться, когда женщина бурно проявляет свои эмоции, и просит ее остановиться. Женские слезы пугают мужчину.[19]

Женщины плачут чаще, чем мужчины. Вследствие особенностей своей эволюции мужчины плачут реже женщин, прежде всего на людях, чему способствует и соответствующее воспитание. Когда мальчик получит болезненный удар, играя в футбол, он может с криком упасть на поле, но сердитый тренер тут же крикнет ему: «Вставай! Не показывай противнику, что тебе больно! Будь мужчиной!» Однако теперь Чувствительному Мужчине Нового Века разрешается плакать в любое время, в любом месте. Его поощряют к этому терапевты, психоаналитики, журнальные статьи и сцены из кинофильмов, где суровый мужчина, сидя у костра в далеких лесах, советует ему поплакать, гладя по плечу. Современного мужчину обвиняют в

холодности или неадекватной реакции, когда он не позволяет себе «выплакаться», при первой возможности. Почему почти в любых условиях плачет или бурно проявляет эмоции женщина, понятно: она может соединить в мозгу эмоцию с любой другой функцией мозга. Настоящие мужчины тоже плачут, задействовав соответствующую область в правом полушарии, но редко позволяют себе это на людях. Поэтому они с подозрением смотрят на мужчину, который регулярно рыдает на виду у всех. У женщин сенсорные способности значительно превосходят мужские: они более тонко настроены на восприятие нюансов и имеют более широкую палитру выражения чувств. Женщина может заплакать, потому что ее оскорбили, потому что оскорбление всегда несет в себе эмоциональный заряд, но мужчина часто даже не замечает, что его хотели обидеть. Для него сказанное часто не имеет значения в буквальном смысле слова.[10]

Эмоциональное выражение любви у мужчины и женщины.

Говорят, что любовь есть состояние сродни умопомешательству, и это утверждение справедливо прежде всего для мужчин. Мужчины напичканы тестостероном по горло, и он толкает их в стадию страстного влечения любви. Во время этой стадии мужчины столь сильно воспламенены тестостероном, что не могут отличить верх от низа, право от лева. Реальность, добравшись до них, бьет по ним особенно жестоко. Женщина, которая была столь восхитительна в середине ночи, после восхода солнца кажется совершенно не привлекательной, да и не умной к тому же. У женщины центры эмоций и логики в мозгу связаны теснее, тестостерона в ней поменьше, и ей легче оценить, достойного ли она выбрала себе партнера. Вот почему в большинстве случаев завязавшийся роман чаще обрывают женщины и почему столь многие мужчины не могут понять, что случилось. Женщины операцию расставания проводят мягче мужчин, даже в том случае, если презирают мужчину. В прощальном письме многие даже не забывают сказать, что ее любовь продлится вечно.[10]

Фраза "Я люблю тебя" всегда дается женщине гораздо легче, чем мужчине. Благодаря специфическому устройству мозга мир женщины полон чувств, эмоций, общения и слов. Женщина знает, что, чувствуя себя защищенной, желанной и обожаемой, причем на стадии привязанности, она, вероятно, любит. Мужчина же не очень четко представляет себе, что такое любовь, и часто путает вожделение и страстное влечение с любовью. Он знает, что не может оторвать от нее руки, может быть, это и есть любовь? Его мозг ослеплен тестостероном и он не может трезво мыслить. Часто случается так, что пройдут годы после того, как начался роман, пока мужчина не осознает, что он действительно любит, причем осознает задним числом. Женщина сразу распознает, что любви нет, и поэтому часто прекращает отношения первой.

Многие мужчины совершенно не умеют общаться. Им кажется, что, сказав слово на букву «Л», они навек свяжут себя обязательством и берегут это слово для экстраординарного случая. Однако когда мужчина пересекает Рубикон и говорит заветное слово, то ему хочется рассказать об этом событии повсюду, всем и каждому.

Таким образом, в процессе исторического развития человека у мужчины и женщины сформировались устойчивые отличительные особенности в проявлении эмоциональности. Этому способствовали различные виды деятельности представителей разных полов, и, как следствие, различные структуры мозга развивались по разному, что привело к отличию выражения эмоций мужчины от женщины.

Выводы по I Главе

Эмоции (от лат. emovere - волновать, возбуждать) - особый класс психических процессов и состояний (человека и животных), связанных с инстинктами, потребностями, мотивами и отражающих в форме непосредственного переживания (удовлетворения, радости, страха и т. д.) значимость действующих на индивида явлений и ситуаций для

осуществления его жизнедеятельности. Выделяются три базовые эмоции: страх, гнев и радость.[12]Эмоции характеризуются силой, продолжительностью и осознанностью. Основываясь на физиологических данных, первоначально выделяют четыре основные эмоции: удовольствие-радость, гнев и страх, печаль.[11]

Безусловно, существуют различия проявлений эмоций и чувств в зависимости от половой принадлежности. Итак, причиной различий эмоциональной сферы, в первую очередь, является то, что существуют половые различия в доминировании (преобладании) базовых эмоций, т.е. тех эмоций, которые присущи всем здоровым людям и которые одинаково проявляются у представителей самых разных культур, проживающих на разных континентах.

У женщин печаль больше доминирует, поскольку женщины в большей степени могут самостоятельно оценить печаль, как свою эмоцию, т.е. более способны к самооценке печали и всех своих эмоций и чувств, поскольку эмоциональная сфера женщин более дифференцированная и сложная.В первые годы жизни у детей разного пола нет различий в проявлении эмоции гнева, ни в частоте, ни в интенсивности. Позже частота и интенсивность гнева возрастает у мальчиков и снижается у девочек.В восприятии женщин, социальные события оказываются более насыщенными в плане эмоций, поэтому негативные ситуации оказывают на них большее влияние, чем на мужчин, отсюда проявление страха доминирует у женщин в отличие от мужчин, которые менее склоны к проявлению страха.Склонность к проявлению радости значимых различий не имеет, т.е. проявление радости или ее появление в принципе, зависит от личностных особенностей и пол здесь не при чем.

Большинство учёных утверждают, что женщины более эмоциональны и раскованны в выражении эмоций, но не в силе их переживания. Женщина лучше воспринимает и отражает эмоции, в то время как мужчина воспринимает данный тип поведения как проблему, которую необходимо

решить. Когда женщина взволнована, она может заплакать, слишком активно жестикулировать и непрерывно говорить, эмоционально описывая свои чувства. При волнительных ситуациях мужчина напротив внутренне «собирается», сокращает количество внешних действий. Он под воздействием сильного стресса полностью отстраняется от любого другого человека: ему надо найти решение серьезной проблемы. У женщин сенсорные способности значительно превосходят мужские. Женщина может заплакать, потому что ее оскорбили, потому что оскорбление всегда несет в себе эмоциональный заряд, но мужчина часто даже не замечает, что его хотели обидеть. Для него сказанное часто не имеет значения в буквальном смысле слова.[10]

Глава 2. Общие тенденции возрастных изменений эмоциональной сферы

2.1Развитие эмоциональной сферы младенцев

Для детей раннего младшего возраста, как отмечают А. В. Запорожец (1966) и А. А. Люблинская (1971), характерны запаздывающие эмоциональные реакции на ситуацию, неумение понимать эмоциональные состояния других (Леонтьев, 1975), а выражение эмоционального состояния (экспрессия) соответствует его реальному протеканию (Якобсон, 1961).

Когда дети видят, что другим плохо, они часто приходят в замешательство. Они могут рассмеяться или не знают, как им реагировать на происходящее. В исследовании М. Радтке-Ярроу и др. (Radtke-Yarrow, Zahn-Waxler, Chapman, 1983) матерей просили сделать вид, что они только что ушиблись. Дети в возрасте 21 месяца были озадачены и обеспокоены случившимся. Но уже через три месяца в аналогичной ситуации некоторые дети стали утешать мать. Отсюда К. Цан-Вакслер и др. (Zahn-Waxler et al., 1992) считают, что сопереживать чужому горю дети начинают выучиваться в возрасте между 18-м и 24-м месяцами. В этом же возрастном диапазоне появляется социальная эмоция смущения, а за нею и стыд, гордость и вина.

В 2-3 года появляются социальные формы гнева - ревность и зависть. Дети сердятся и плачут, если их мать у них на глазах ласкает чужого ребенка. В результате социальных контактов появляется радость как выражение базовой эмоции удовольствия. В три-пять лет стыд, соединяясь с эмоцией страха, приобретает новое качество, превращаясь в страх осуждения.

По данным Ю. А. Макаренко (1976), уже в возрасте 2-3 лет дети могут изображать эмоции, подбирают мимические средства для выражения радости, гнева, отвращения, огорчения, удивления, стыда.

У детей 3 лет появляется гордость за свои достижения (М. И. Лисина, 1980). Дети стремятся продемонстрировать свои успехи взрослому. Если это не удается, то их радостные переживания по поводу успеха существенно омрачаются. Возникает обида по поводу игнорирования или непризнания успеха взрослыми, стремление к преувеличению успеха, бахвальству.

В то же время Т. В. Гуськова и М. Г. Елагина (1987) отмечают, что незаслуженная похвала вызывает у детей 2-3 лет смущение, неловкость.

Заметные изменения происходят с возрастом в эмоциональном отношении детей к сверстнику (Л. Н. Галигузова, 1980). Дети младшей ясельной группы, как правило, с улыбкой разглядывают друг друга, иногда наблюдаются проявления ласки. После 2 лет эмоциональная реакция становится намного ярче. Увеличивается эмоциональное заражение детей друг от друга и эмоциональная отзывчивость по отношению к другому ребенку. Совместная деятельность носит ярко выраженную эмоциональную окраску, бурно нарастающую в ходе взаимодействия.

2.2Эмоциональные особенности дошкольников и младших школьников

Дошкольники уже настолько овладевают выражением эмоций, что показываемая экспрессия той или иной эмоции вовсе не означает переживание ими ее. У дошкольников появляется ожидание (предвосхищение) тех или иных эмоций, что оказывает существенное влияние на мотивацию их поведения и деятельности, внося коррективы в их планы. Об опережающей коррекции эмоций пишут А. В. Запорожец и Я. 3. Неверович (1974). Эта коррекция основывается «на эмоциональном предвосхищении, предчувствии мыслимой, представляемой ситуации, которая может возникнуть в более или менее отдаленном будущем в результате предпринимаемых ребенком действий и оценки значения их последствий для себя самого, окружающих людей» (Запорожец, 1976, с. 124).

В дошкольном возрасте постепенно развивается умение определять эмоциональное состояние других людей. Этот вопрос подробно изучен А. М. Щетининой (1984) на детях 4-5 и 6-7 лет. Ею были выявлены типы восприятия эмоций по экспрессии, которые могут рассматриваться и как уровни развития этого умения.

Довербальный тип. Эмоция не обозначается словами, ее опознание обнаруживается через установление детьми соответствия выражения лица характеру конкретной ситуации («он, наверное, мультик смотрит»).

Диффузно-аморфный тип. Дети называют эмоцию, но воспринимают ее поверхностно, нечетко («веселый», «посмотрел и узнал, что он грустит»). Составляющие элементы эталона эмоции еще не дифференцированы.

Диффузно-локальный тип. Воспринимая выражение эмоции глобально и поверхностно, дети начинают выделять отдельный, часто единичный элемент экспрессии (в большинстве случаев - глаза).

Аналитический тип. Эмоция опознается благодаря выделению элементов экспрессии. В подавляющем числе случаев дети опираются на выражение лица, а не позы.

Синтетический тип. Это уже не глобальное и поверхностное восприятие эмоций, а целостное, обобщенное («злая она, потому что вся злая»).

Аналитико-синтетический тип. Дети выделяют элементы экспрессии и обобщают их («она веселая, у нее все лицо такое - глаза веселые и рот»).

Представленность этих типов восприятия эмоций в группах детей разного возраста не одинаковая.

Как отмечает А. М. Щетинина, тип восприятия экспрессии зависит не только от возраста детей и накопленного ими опыта, но и от модальности эмоции. Опознание страха и удивления осуществляется детьми 4-5 лет преимущественно по довербальному типу восприятия. Радость и грусть опознаются по диффузно-аморфному типу 4-5-летними детьми и по аналитико-синтетическому - детьми 6-7 лет. При опознании гнева детьми 4-5 лет ведущим становится диффузно-локальный тип, а детьми 6-7 лет - аналитический.

Нужно отметить, что восприятие эмоциональных состояний детьми 4-5 лет происходило во многих случаях только после подсказки экспериментатором конкретной ситуации, породившей данную эмоцию.

Собственный эмоциональный отклик (эмпатия) проявлялся детьми как 4-5 лет, так и 6-7 лет чаще всего при восприятии эмоций гнева, грусти и страха.

Для большей части детей 5-6 лет становится доступным определение эмоций другого человека по его речи (Манеров, 1993). Задержка в развитии этого умения происходит у детей из неблагополучных семей, когда у ребенка формируются стабильные отрицательные эмоциональные переживания (тревога, чувство неполноценности). Очевидно, это приводит к снижению контактов в общении и, как следствие, к недостаточному опыту в восприятии эмоций других. У этих детей недостаточно развита и эмпатия.

В преддошкольном возрасте (по данным Л. Небжидовского [Niebrzydowski, 1983], в 6-7 лет) завязываются *дружеские отношения* между детьми, хотя ясного понимания дружбы еще нет; понятия доверительных отношений и взаимности для детей этого возраста слишком сложны. Тем не менее с друзьями и чужими людьми дошкольники ведут себя по-разному, а некоторые 4- и 5-летние дети способны поддерживать тесные, основанные на взаимной заботе отношения в течение долгого времени. Они еще не способны выразить словами, что такое дружба, но придерживаются правил, соответствующих дружеским взаимоотношениям (Gottman, 1983).

Эмоциональные нарушения у "детей дошкольного возраста. Г. М. Бреслав (1990) к эмоциональным нарушениям в дошкольном возрасте относит: 1) отсутствие эмоциональной децентрации - ребенок не способен сопереживать ни в реальной ситуации, ни при прослушивании литературных произведений; '2) отсутствие эмоциональной синтонии - ребенок не способен откликаться на эмоциональное состояние другого человека, прежде всего близкого или симпатичного; 3) отсутствие специфического феномена эмоциональной саморегуляции - ребенок не испытывает вины, связанной с новым этапом самосознания («Это я сделал») и способностью эмоционально возвращаться в прошлое.

Г. Е. Сухарева (1959), В. В. Ковалев (1995) и другие авторы отмечают наличие у детей-неврастеников дошкольного возраста такого

эмоционального нарушения, как повышенная аффективная возбудимость. У ребенка быстро возникает состояние гнева по незначительным поводам, после аффективной разрядки он может плакать, испытывать чувство вины.

Ю. М. Миланич (1997) разделяет детей с эмоциональными нарушениями на три группы. В первую входят дети с выраженными внутриличностными конфликтами. Родителями и педагогами у этих детей отмечаются тревожность, необоснованные страхи, частые колебания настроения. Вторую группу составляют дети с межличностными конфликтами. Эти дети отличаются повышенной эмоциональной возбудимостью, раздражительностью, агрессивностью. Третью группу составляют дети как с внутриличностными, так и с межличностными конфликтами. Для них характерны эмоциональная неустойчивость, раздражительность, агрессивность, с одной стороны, и обидчивость, тревожность, мнительность и страхи - с другой стороны.

В первой группе преобладают девочки, во второй и третьей - мальчики. С возрастом (от 4,5 до 6-7 лет) количество детей, относящихся к первой и третьей группам, повышается, а относящихся ко второй группе - уменьшается.

Из всего массива обнаруженных эмоциональных нарушений Ю. М. Миланич выделяет три группы:

1) острые эмоциональные реакции, окрашивающие конкретные конфликтные для ребенка ситуации: агрессивные, истерические, протестные реакции, а также реакции страха и чрезмерной обиды;

2) напряженные эмоциональные состояния - более стабильные во времени над-ситуативные негативные переживания: мрачность, тревожность, подавленное настроение, боязливость, робость;

3) нарушения динамики эмоциональных состояний: аффективная взрывчатость и лабильность (быстрые переходы от положительных эмоций к отрицательным и наоборот).

Автор понимает условность данной классификации и отмечает, что в картине эмоционального неблагополучия дошкольника выделенные нарушения могут сочетаться и взаимообусловливать друг друга.

16.5. Эмоциональная сфера младших школьников

Поступление в школу изменяет эмоциональную сферу ребенка в связи с расширением содержания деятельности и увеличением количества эмоциогенных объектов. Те раздражители, которые вызывали эмоциональные реакции у дошкольников, у школьников младших классов уже не действуют. Хотя младший школьник бурно реагирует на задевающие его события, у него появляется способность подавлять волевым усилием нежелательные эмоциональные реакции (Божович, 1968; Якобсон, 1966). Вследствие этого наблюдается отрыв экспрессии от переживаемой эмоции как в ту, так и в другую сторону: он может как не обнаруживать имеющуюся эмоцию, так и изображать эмоцию, которую он не переживает.

Д. И. Фельдштейн (1988) отмечает, что детей 10-11 лет отличает весьма своеобразное отношение к себе: около 34 % мальчиков и 26 % девочек относятся к себе полностью отрицательно. Остальные 70 % детей отмечают у себя и положительные черты, однако отрицательные черты все равно перевешивают. Таким образом, характеристикам детей этого возраста присущ отрицательный эмоциональный фон.

Итак, эмоциональная сфера младших школьников характеризуется:

1) легкой отзывчивостью на происходящие события и окрашенностью восприятия, воображения, умственной и физической деятельности эмоциями;

2) непосредственностью и откровенностью выражения своих переживаний -радости, печали, страха, удовольствия или неудовольствия;

3) готовностью к аффекту страха; в процессе учебной деятельности страх ребенок переживает как предчувствие неприятностей, неудач, неуверенности в своих силах, невозможность справиться с заданием; школьник ощущает угрозу своему статусу в классе, семье;

4) большой эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений (на общем фоне жизнерадостности, бодрости, веселости, беззаботности), склонностью к кратковременным и бурным аффектам;

5) эмоциогенными факторами для младших школьников являются не только игры и общение со сверстниками, но и успехи в учебе и оценка этих успехов учителем и одноклассниками;

6) свои и чужие эмоции и чувства слабо осознаются и понимаются; мимика других воспринимается часто неверно, так же как и истолкование выражения чувств окружающими, что приводит к неадекватным ответным реакциям младших школьников; исключение составляют базовые эмоции страха и радости, в отношении которых у детей этого возраста уже имеются четкие представления, которые они могут выразить вербально, называя пять синонимичных слов, обозначающих эти эмоции (Закаблук, 1985, 1986).

Школьники младших классов, как показано Т. Б. Пискаревой (1998), легче понимают эмоции, возникающие в знакомых им жизненных ситуациях, но затрудняются облечь эмоциональные переживания в слова. Лучше различаются положительные эмоции, чем отрицательные. Им трудно отличить страх от удивления. Неопознанной оказалась эмоция вины.

В отличие от дошкольников, которые предпочитают воспринимать только веселые и радостные картины, у младших школьников возникает способность к сопереживанию при восприятии тягостных сцен и драматических конфликтов (Благонадежина, 1968).

В младшем школьном возрасте особенно ярко видна социализация эмоциональной сферы. К третьему классу у школьников проявляется восторженное отношение к героям, выдающимся спортсменам. В этом возрасте начинают формироваться любовь к Родине, чувство национальной гордости, формируется привязанность к товарищам.

Р. Селман (Selman, 1981), используя методику обсуждения детьми рассказов о взаимоотношениях друзей, описывает четыре стадии развития дружбы у школьников 7-12 лет, исходя из созданной им когнитивной ее

модели. На первой стадии (до 7 лет) дружба основана на соображениях физического или географического порядка и носит эгоцентрический характер: друг - это просто партнер в играх, тот, кто живет рядом, ходит в ту же школу или имеет интересные игрушки. О понимании интересов друга речи пока нет.

На второй стадии (от 7 до 9 лет) дети начинают проникаться идеей взаимности и сознавать чувства другого. Для установления дружеских отношений важна субъективная оценка поступков другого.

На третьей стадии (от 9 до 11 лет) дружба основана на взаимопомощи. Впервые появляется понятие обязательства друг перед другом. Узы дружбы очень сильны, пока сохраняются, но они, как правило, не долговечны.

На четвертой стадии (11-12 лет), проявляемой, по данным Селмана, довольно редко, дружба понимается как длительные, устойчивые отношения, основанные на обязательности и взаимном доверии.

Некоторые авторы критикуют эту модель развития дружбы. Так, Т. Риццо и В. Корсаро (Rizzo, Corsaro, 1988) отмечают, что дети имеют о дружбе гораздо более полное представление, чем могут о ней рассказать. Т. Берндт (Berndt, 1983) указывает на то, что реальная дружба характеризуется довольно сложными и динамичными отношениями. В одно время может проявляться взаимозависимость, обоюдное доверие, а в другое - независимость, соперничество и даже конфликт.

Чаще всего детская дружба прерывается: друзья могут перейти в другую школу или уехать из города. Тогда оба испытывают чувство настоящей потери, чувство горя, пока не находят новых друзей. Иногда дружба прерывается из-за появления новых интересов, вследствие чего дети обращаются к новым партнерам, могущим удовлетворить их потребности (Rubin, 1980).

Друзья есть не у всех детей. В таком случае возникает опасность столкнуться с проблемами социальной адаптации таких детей. Некоторые исследования говорят о том, что наличие даже единственного близкого друга

помогает ребенку преодолеть негативное влияние одиночества и неприязни со стороны других детей.

2.3Эмоциональная сфера подростков и старшеклассников

Эмоции подростков в значительной мере связаны с общением. Поэтому личностно-значимые отношения к другим людям определяют как содержание, так и характер эмоциональных реакций. При этом, как отмечает В. Н. Куницына (1973), недостаток опыта переживания эмоций в новой ведущей деятельности (учебе) и опыта общения приводят к тому, что подросток в основание своего эмоционального эталона кладет не общее, повторяющееся в разных людях, а индивидуальные особенности конкретного подразумеваемого человека. Сохраняется у подростков и отрицательное отношение к себе. В результате для школьников этого возраста характерна предрасположенность к отрицательным эмоциям и рассогласованность в мотивационной сфере.

У подростков по сравнению со школьниками младших классов улучшается вербальное обозначение базовых эмоций страха и радости. Длина словаря синонимов, обозначающих эти эмоции, увеличивается до шести-семи слов (А. Г. Закаблук). Начиная с подросткового возраста знания об эмоциях становятся все более опосредованными отношениями к этим эмоциям (К. Изард, В. Н. Куницына, В. А. Лабунская).

Для эмоциональной сферы подростков характерны:

1) очень большая эмоциональная возбудимость, поэтому подростки отличаются вспыльчивостью, бурным проявлением своих чувств, страстностью: они горячо берутся за интересное дело, страстно отстаивают свои взгляды, готовы «взорваться» на малейшую несправедливость к себе и своим товарищам;

2) большая устойчивость эмоциональных переживаний по сравнению с младшими школьниками; в частности, подростки долго не забывают обиды;

3) повышенная готовность к ожиданию страха, проявляющая в тревожности (В. Н. Кисловская, 1972 установила, что самая высокая тревожность наблюдается в подростковом возрасте); повышение тревожности в старшем подростковом возрасте связано с появлением интимно-личностных отношений с человеком, вызывающим различные эмоции, в том числе в связи со страхом показаться смешным;

4) противоречивость чувств: часто подростки с жаром защищают своего товарища, хотя понимают, что тот достоин осуждения; обладая высокоразвитым чувством собственного достоинства, они могут заплакать от обиды, хотя и понимают, что плакать стыдно;

5) возникновение переживания не только по поводу оценки подростков другими, но и по поводу самооценки, которая появляется у них в результате роста их самосознания;

6) сильно развитое чувство принадлежности к группе, поэтому они острее и болезненнее переживают неодобрение товарищей, чем неодобрение взрослых или учителя; часто появляется страх быть отверженным группой;

7) предъявление высоких требований к дружбе, в основе которой лежит не совместная игра, как у младших школьников, а общность интересов, нравственных чувств; дружба у подростков более избирательна и интимна, более длительна; под влиянием дружбы изменяются и подростки, правда, не всегда в положительную сторону; распространена групповая дружба;

8) проявление гражданского чувства патриотизма.

Основной содержательной характеристикой эмоций и чувств в юношеском возрасте является будущее. Доминируют эмоции, связанные с ожиданием будущего, «которое должно принести счастье» (Якобсон, 1966).

Эмоциональная сфера старшеклассников характеризуется:

1) многообразием переживаемых чувств, особенно нравственных и общественно-политических;

2) большей, чем у учащихся средних классов, устойчивостью эмоций и чувств;

3) способностью к сопереживанию, т. е. способностью откликаться на чувства других, близких им людей;

4) развитием эстетических чувств, способностью замечать прекрасное в окружающей действительности. Развивается эстетическая восприимчивость к мягким, нежным, спокойным лирическим объектам. Это, в свою очередь, помогает старшеклассникам освободиться от вульгарных привычек, непривлекательных манер, способствует развитию чуткости, отзывчивости, мягкости, сдержанности. Эстетические чувства у старшеклассников более сложны, чем у учащихся средних классов. Но, с другой стороны, они могут подменяться оригинальничаньем, незрелыми и неправильными эстетическими представлениями;

5) большей устойчивостью и глубиной дружбы; друзей выбирают, исходя из общих интересов и занятий, равенства отношений, преданности и обязательств; дружба, в основном, прерывается из-за предательства (Hartup, 1989);

6) появлением чувства любви; юношеская любовь, как правило, чиста, непосредственна, богата разнообразными переживаниями, носит оттенок нежности, мечтательности, лиричности и искренности.

В большинстве случаев возникающее чувство любви вызывает у юношей и девушек стремление преодолеть свои недостатки, выработать положительные качества личности, развиться физически, чтобы привлечь внимание объекта своего чувства; любовь воспитывает благородные чувства и стремления.

2.4Особенности эмоциональной сферы лиц пожилого возраста

Этот вопрос рассмотрен в книге Т. А. Немчина (1987) и обзорной статье М. В. Ермолаевой (1999), краткое переложение которых дается ниже.

Т. А. Немчин общие изменения в эмоциональной сфере пожилого человека характеризует следующими признаками: изменение динамичности эмоциональных состояний, выражающееся либо в инертности, либо в

лабильности эмоций; возрастание роли и места, занимаемого отрицательными эмоциями; высокая устойчивость высших эмоций, в том числе эмоций, связанных с индивидуальным творчеством. В пожилом возрасте значительно уменьшается контроль за проявлением эмоций (смех, радость, печаль). Нередко наблюдается и противоположное явление - эмоциональная черствость, снижение эмпатийности.

Многие особенности эмоциональной сферы лиц пожилого возраста обусловлены изменением их социальной роли в обществе в связи с уходом на пенсию, с необходимостью адаптации к новым условиям жизни. У одних это вызывает появление негативных эмоциональных переживаний, у других - позитивных, когда человек радуется тому, что наконец-то он может свободно распоряжаться своим временем и посвятить себя делам, которые его интересуют. Люди, не желавшие выходить на пенсию, первое время чувствуют неудовлетворение, испытывают горечь и раздражение. Однако через некоторое время они приходят в себя и их отношение к своему новому положению становится таким же, как и у людей, стремившихся выйти на пенсию (Levy, 1978).

Знак эмоциональных переживаний в значительной мере определяется выбираемой пенсионером стратегии своего приспособления к новой жизни - сохранения себя как личности с социальными связями с обществом или как индивида, замыкающегося в рамках своей семьи и самого себя. Многое зависит и от оценки человеком своего жизненного пути. Как отмечает Э. Эриксон (1996), если человек убежден, что жизнь его состоялась, то он уравновешен и спокойно смотрит в будущее, но если жизнь оценивается как прожитая зря, то человека настигает чувство бессилия что-либо исправить, увеличивается отчаяние и страх смерти.

У пожилых людей часто возникают дружеские, любящие отношения с внуками, отчего последние являются для первых одной из самых больших радостей (Cherlin, Furstenberg, 1986).

Изменения эмоциональной сферы связаны как с физическим, так и психическим состоянием человека. Неспособность пожилого человека что-либо сделать для других вызывает у него чувство зависти и вины, которое впоследствии прорастает равнодушием к окружающим (Смит, 1995), безучастным отношением к своему настоящему и будущему (Милентьев и др., 1996), к снижению эмоционального контроля (старики получают большое удовольствие от рассказов о своих болезнях, не замечая, что становятся назойливыми). В то же время у них возрастает обидчивость (Альперович, 1997). Безразличие стариков расценивается геронтологами и психиатрами как способ защиты от сильных переживаний (в том числе - и положительных), которые могут сократить годы жизни. В частности, возникающая *старческая депрессия,* проявляющаяся в ослаблении эмоционального тонуса, замедлении эмоциональной живости, отставленности аффективных реакций, обедненности мимики, связана с тем, что, не видя ничего хорошего в будущем, пожилые люди перестают связывать с ним свои планы и тем самым страхуют себя от возможных разочарований. Показано, например, что тенденция к необоснованному оптимизму оказывает негативное влияние на продолжительность жизни в старости (Kalish, 1979).

Для лиц пожилого возраста характерна *хроническая озабоченность,* которая может рассматриваться как слабо выраженная тревога. Старики озабочены своим здоровьем, будущим своих детей и внуков, политическим и экономическим положением страны (Альперович, 1997; Шахматов, 1996).

С другой стороны, у пожилых возникает *чувство одиночества.* Понимая, что их поведение часто бывает неадекватным, они отказываются от общения, все больше уходят в себя. Когда переживание одиночества приобретает у них устойчивый характер, они начинают винить в этом себя, что увеличивает риск глубокой депрессии (Пепло и др., 1989). Переживание одиночества перерастает со временем в ощущение

необъяснимого страха, сильного беспокойства, отчаяния. Социальные контакты, которые пожилые люди сами не могут регламентировать, не приносят им удовлетворения, но порождают неприятное ощущение зависимости (Рук, Пепло, 1989). Последнее переживается особенно остро. Ощущение беспомощности, зависимости является тем фактором, который позволяет пожилым людям оценивать этот возраст как несчастье и позор.

Пожилые люди испытывают меньшую тревогу при мысли о смерти, чем относительно молодые (Kastenbaum, 1986), многие из них думают о смерти часто, но с поразительным спокойствием. Только 10 % пожилых в одном из опросов ответили, что боятся умереть (Jeffers, Verwoerdt, 1977). Больше всего мысли о смерти беспокоят тех пожилых, кто имеет планы на будущее.

Выводы по второй главе

Важность изучение возрастных особенностей эмоциональной сферы детей определяется тем, что имеется тесная связь эмоционального и интеллектуального развития. Е. И. Янкина (1999) отмечает, что нарушения в эмоциональном развитии ребенка дошкольного возраста ведут к тому, что ребенок не может использовать другие способности, в частности интеллект, для дальнейшего развития. У детей с эмоциональными нарушениями преобладают такие отрицательные эмоции, как горе, страх, гнев, стыд, отвращение. У них имеется высокий уровень тревожности, а положительные эмоции проявляются редко. Уровень развития интеллекта у них соответствует средним значениям по тесту Векслера. Отсюда возникает задача контроля за эмоциональным развитием детей и при необходимости применения психокоррекционных программ.

Заключение

Рассмотрение различных эмоциональных явлений, отмечаемых в психологической литературе, дает основание говорить о том, что эмоциональная сфера человека имеет сложное многоуровневое строение и включает в себя (в порядке возрастания биологической и социальной значимости) эмоциональность, эмоции, эмоциональные свойства личности, чувства, в результате сочетания которых образуются эмоциональные типы людей. Эмоциональность является формой эмоционального реагирования.

Поскольку в эмоции участвуют психический, вегетативный и психомоторный уровни реагирования, она есть не что иное, как психофизиологическое (или эмоциональное) состояние.[10]

Поскольку эмоции — это специфические реакции на значимые стимулы, человек не может испытывать их постоянно. В самом деле, не все ситуации и стимулы, с которыми человек встречается на протяжении дня, расцениваются им как значимые. А раз так, то на них нет и эмоционального реагирования. [2]

Что касается роли эмоций в управлении поведением и деятельностью человека, то она весьма многообразна. Это и сигнализация о возникшей потребности и испытываемых ощущениях от внешних раздражителей (здесь играет роль эмоциональный тон ощущений), и сигнализация об имеющейся в момент принятия решения ситуации (опасная — неопасная, и т. п.), и реакция на прогноз удовлетворения потребности и на само это удовлетворение, способствующая угашению имевшейся потребности. Эмоциональное реагирование также способствует регуляции энергетического потока, подпитывая им мотивационный процесс и способствуя подготовке организма к действию в той или иной значимой ситуации.

В нашей работе мы исследовали эмоциональную сферу человека, особенности выражения эмоций мужчинами и женщинами. После проведённого исследования мы получили данные об особенностях эмоциональной сферы юношей и девушек во взятой нами группе. На

основании этих данных мы сделали вывод, что женщины более эмоциональны, чем мужчины, более раскованно выражают свои эмоции. Они у них проявляются ярко, многообразно, сопровождаясь психомоторным возбуждением, выражающемся в двигательном возбуждении, речевой активности. Как и у юношей так и у девушек доминирующими в эмоциональном состоянии являются положительные эмоции а именно радость и интерес, и положительное самочувствие. Так же есть отличия в уровневых характеристиках свойств эмоциональной сферы. Более высокие средние показатели регистрируются у женщин по шкалам «эмоциональная возбудимость» «интенсивность эмоций» «отрицательное влияние эмоций на эффективность деятельности, общения».

У юношей преобладает такой вид эмоциональности как интеллектуальная и такое свойство эмоциональности как длительность. У них более низкий уровень общей эмоциональности.

Исходя из этого, можно сделать вывод о том, что у данной группы испытуемых девушек эмоции выражаются сильнее, интенсивнее, с более выраженной экспрессией и они более эмоционально возбудимы, чем группа юношей.

Список используемой литературы

1. Айвазашвили З.И.,. Модулирующее действие эстрадиола на чувствительность одиночных нейронов преоптической области гипоталамуса к норадреналину // Бюлл. экспериментальной биологии и медицины.[Текст]/ З.И Айвазашвили, В.Я Игнатков., В.Я Бабичев– 1990. – Т. 109, № 4. – С. 317-318.

2. Алешин Б.В. Гистофизиология гипоталамо-гипофизарной системы. .[Текст] / Б.В. Алешин– М.: Медицина, 1971. – 440 с.

3. Амстиславская Т.Г. Влияние антагонистов 5-НТ1а серотониновых рецепторов на половую мотивацию самцов мышей // Бюлл. экспериментальной биологии и медицины. .[Текст] /. Т..Г Амстиславская, С.А. Кучерявый, И.А. Иванова, Н.К. Попова– 1999. – Т. 127, № 2. – С. 224-226

4. Батюшков К. В.Сочинения. .[Текст] / К. В. Батюшков - Архангельск, 1979. - С. 329.

5. Бехтерева Н.П. Нейрофизиологические аспекты психической деятельности человека. .[Текст] / Н.П. Бехтерева– Л.: Медицина, 1974. – 245 с.

6. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. .[Текст] / Ф.Е. Василюк– М., 1984

7. Гримак Л.П. Общение с собой. .[Текст] / Л.П. Гримак– М.: Политиздат, 1991.

8. Депенчук М. В. Ролевой анализ некоторых берлинских пар в связи с процессом социокультурной адаптации // Ананьевские чтения .[Текст] /

М. В.- Депенчук 2000. Тезисы научно-практической конференции. СПб., 2000. С.240-241.

9. Изард К. Эмоции человека. .[Текст] /. К. Изард– М., 1980

10. Ильин Е. П. Структура эмоциональности как свойства личности // Психологические проблемы самореализации личности. .[Текст] / Е. П. Ильин, В. Г. Пинигин - СПб.: Изд-во СпбГУ, 2001. - Вып. 5. - С. 102-110.