МИНИСТЕРСТВО ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИИ

МОСКОВСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Кафедра психологии

Курсовая работа

«Теории эмоций»

Проверил:

преподаватель кафедры психологии

майор полиции

Аникеева Н.В. Выполнил:

курсант 123 учебного взвода

факультета подготовки психологов

рядовой полиции

курсант Муравьева Д. Д.

Москва 2014

Оглавление

Введение

Глава 1. Теории эмоций

Теория "Здравого смысла"

Теория эмоций Джемса-Ланге (физиологические проявления причина эмоциональных ощущений)

Теория мимической (обратной) связи

Теория Дарвина

Теория Кеннона

Учение Кеннона о таламусе или о зрительном бугре.

Теория Симонова

Потребностно-информационная теория П. В. Симонова

Теория Гербарта

Глава 2. Функции эмоций

Переключающая функция эмоций

Подкрепляющая функция эмоций.

Глава 3.Теория лжи

Общее понятие лжи

Неудачи лжи.

Мимика обмана

Заключение

Приложение №1

Приложение №2

# Введение

«Эмоции человека - состояния человека, которые представляют собой совокупность как физиологических изменений, так и психических» - такое определение дала бы я этому понятию, так как любая эмоция вызывается внешним фактором, воздействующим на физиологию человека, это влечет за собой разнообразные состояния человека. Более научное определение можно сформулировать следующим образом: эмоции - древние, развившиеся в результате эволюции состояния человека, своеобразные формы отражения окружающего мира. Эмоции - это процесс, направленный на удовлетворение актуальных потребностей.

Раскрытие темы теории эмоций - это весьма увлекательный процесс, который позволяет помимо того, что познакомиться с абсолютно различными точками зрения о процессе формирования эмоций, так и понять, какая из существующих на сегодняшний день теорий наиболее актуальна, и принимаете ли вы ее. Эмоции человека собственно и являются объектом данной курсовой работы.

Актуальность данной курсовой работы заключается в том, что имеется возможность изучить не только конкретные теории, но и некоторые данныео их создателях, а так же функциями эмоций. Имеется возможность проследить за процессом становления одной теории и замены ее другой, более модернизированной и актуальной для современного общества.

Предметом курсовой работы являются теории эмоций различных авторов, функции эмоций, физиологические изменения, вызываемые эмоциональным состоянием. Каждый, из рассмотренных мною авторов, предлагает свою абсолютно уникальную теорию эмоций, которая дает свое объяснение по вопросам причин возникновения эмоций, их видов (эмоций) особенностей их проявления. Авторами эмоциональных теорий активно ведется поиск закономерностей между возникшей эмоцией и физиологическими изменениями в организме. Однако многие исследователи приходят в логичному выводу, что абсолютно различным эмоциям могут соответствовать одинаковые физиологические изменения, начиная с таких явления, как дрожь и частое дыхание с выбросом адреналина в кровькак ответ на сильную радость или же, напротив, страх.

Что касаемо функций эмоций, то я в своей курсовой работе выделила те, которые на мой взгляд являются наиболее яркими: подкрепляющую, переключающая и замещающую. Подкрепляющая функция говорит о том, что положительный опыт подкрепляется положительной эмоцией и становится более устойчивым, противоположный процесс складывается в результате сопровождения действия отрицательными эмоциями, когда опыт уже не фиксируется в памяти, данный процесс тормозится. Переключающая функция характеризует как процесс минимизации отрицательной или же максимизации положительной эмоции. Замещающая функция - функция, связанная с вегетативной нервной системой (гормональной регуляцией реакции на тот или иной раздражитель).

Отдельной главой мною была рассмотрена тема лжи. На примере книги Пола Экмана «Теория лжи» удалось раскрыть понятие лжи, его основные характеристики, особенности проявления ее у различных людей, а в частности у лжецов. Помимо этого был сделан акцент на мимике лжи. В частности были рассмотрены опыты ученых о реакциях людей на проявления лжи, на их способность разоблачать и выявлять ее. Стоит заметить, что в основном процесс выявления лжи сию минутно, именно в данный момент как правило не проявляется у людей. Нам как правило свойственно заблуждаться и воспринимать эмоции, которые являются более явными и убедительными, какой и представляется нам ложь. Человек способен скрывать эмоции за так называемыми мимолетными выражениями, которые под силу распознать только профессионалам или же очень внимательным людям. Автор относительно данной темы также демонстрирует некоторые опыты, проведенные с определенными лицами и тем самым доказывает редкую возможность распознавать верно человеческую психику. Так же, основываясь на книгу, я выяснила, что у человека имеются определенные мышцы на лице, которыми он не способен управлять, что и является причиной невозможности полностью скрыть свое состояние человеком.

Таким образом можно подвести итог перед ознакомлением с данной работой. Эмоции - обширный спектр реагирования человеком на проявления окружающего мира. Многообразие эмоций - причина, почему уже на протяжении долгих лет эмоции изучаются и не теряют своей актуальности в науке.

# Глава 1. Теории эмоций

## Теория "Здравого смысла"

Логичная на первый взгляд теория, но впоследствии опровергнутая другой теорией Джеймса - Ланге, говорит о сопровождении любого эмоционального состояния физиологическими изменениями. Будь то страх или спокойствие, ненависть или радость, человек будет чувствовать изменения, происходящие с его телом. Спокойное состояние будет сопровождаться умеренным сердцебиением, дыханием, нормальным давлением. Ненависть напротив вызовет противоположные указанным выше симптомы, примерно схожие с теми, которые вызовет и страх.

Увидев льва, прогуливаясь в лесу, человек испытает чувство страха. Проявление данной эмоции повлечет за собой такие проявления, как дрожь, частый пульс, нарушение дыхания, скачка давления. Помимо этого, страх спровоцирует желание уйти от опасности бегством. Помимо указанных изменений возникнет такое физиологическое изменение как выброс адреналина в кровь, что повлечет повешение работоспособности и выносливости организма, например, при преодолении препятствий и больших расстояний при беге.

То есть, формула данной теории такова:

ЭмоцияФизиологические изменения

## Теория эмоций Джемса-Ланге(физиологические проявления причина эмоциональных ощущений)

Эмоции являются одной из самых неразработанных сфер психологии. Не подчинённость никаким законам логики - причина невозможности классифицировать их, описывать, членить на виды.

На внешние изменения, которыми сопровождаются эмоции, впервые обратили внимание Джеймс и Ланге. Оба ученых отвергали прежнее понимание процесса эмоций, основанное на различных реакциях, происходящих в организме. Они выделяли три основных момента в понимании эмоций:

А - восприятие какого-либо предмета;

В - вызываемое этим чувство;

С - телесные выражения этого чувства.

Джемс выдвинул следующую теорию - если обычная схема чувства устанавливает последовательность АВС, то Джемс полагает, больше соответствует другой формуле - АСВ:

восприятие - мимика - чувство.

Обычно говорят: мы плачем, потому что мы огорчены, мы бьем, оттого что мы раздражены, мы дрожим, потому что мы испуганы. Но Джеймс утверждает, что правильнее было бы сказать: мы огорчены, потому что мы плачем, мы раздражены, потому что мы бьем, мы испуганы, потому что мы дрожим. (Джемс, 1912)

Всякое чувство при его внимательном рассмотрении имеет свое индивидуальное, физиологическое выражение. Такие чувства, как, например, радость, гнев, благодушие, испуг, то есть сильные в своем проявлении, можно определить по мимике человека.

Объяснить данный факт можно следующим образом - искусственно вызвав то или иное чувство, оно незамедлительно проявится в реальное ощущаемое. Например, проснувшись утром, примите настроение меланхолика и вы почувствуете, как к вечеру вами овладеет тоска.

Так же данный факт доказывается обратной закономерностью. Например, если подавить в себе чувство опустошения, неуверенности, разочарованности в окружающем мире, придать лицу счастливый вид, увидеть положительные моменты в происходящем, меланхолик постепенно отойдет от чувства вечной дисгармонии и подобно сангвинику научится испытывать комфорт, позитив и радость.

Физиологические изменения, сопровождающие эмоции согласно Джеймсу и Ланге делятся на три группы:

1. Мимические изменения (глаз, рта, корпуса);

2. Соматические изменения (сердцебиение, дыхание);

3. Секреторные изменения (пот, слезы, потоотделение).

Схема эмоций Джеймса:

Раздражитель (внешний или внутренний)Чувство (эмоций)

Чувство или эмоции не возникают сами по себе. Любому чувству предшествует раздражитель, причина. То, что заставляет нас радоваться или грустить - это и есть раздражитель.

Субъективизм эмоций заключается в том, что человек, испытывающий его, и человек, смотрящий на проявление определенного чувства, воспринимают его совершенно по-разному. Смотрящий воспринимает телесные проявления эмоций, а сам человек - вызванные эмоциями чувства.

Из данной теории можно сделать противоречивый вывод, что физиологические изменения ведут к возникновению эмоции. Но с данным фактом могу согласиться лишь частично. Безусловно, причинив человеку боль, ударив его, мы вызовем изначально физиологические изменения в виде ощущения этой боли и только после эмоции в виде плача. Но приведенный пример в теории здравого смысла про встречу со львом говорит об обратом. Изначально человек испытает эмоциональное состояние в виде страха и только после дрожь, сухость во рту и т.п.

## Теория мимической (обратной) связи

эмоция ложь мимика теория

Теория мимической обратной связи - современный вариант теории эмоций Джеймса и Ланге. Автором данной теории является СильванТомкинс.

Теория заключается в том, что не только чувства вызывают непроизвольную реакцию, но и произвольная мимика вызывает проявление эмоций - обратная связь. Пытаясь изобразить ту или иную эмоцию, человек неосознанно начинает испытывать ее. Томкинс говорит, что обратная связь от внешней мимики трансформируется в ощущения и осознание эмоций. Сильвин Томкинс называл мимические комплексы одним из важных составляющий эмоциональных компонентов.

Однако, часто внешнее проявление мимики не затрагивает сознание человека, не вызывает эмоций. Также, преобладающая эмоция угнетает действие другой менее интенсивной. Например, интерес побуждает в человеке активную деятельность, не давая проявиться такому чувству, как пессимизм и пассивность.

Таким образом, можно не согласиться с данной теорией, но только частично, так как нельзя утверждать, что искусственно вызываемые эмоции все таки не войдут в сознание и не станут реальным состоянием человека.

## Теория Дарвина

Книга Чарльза Дарвина «Выражение эмоций у человека и животных» объяснила взаимосвязь организма и эмоций. Наблюдая за поведением, эмоциональным состоянием человека и человекоподобных обезьян, Дарвин заметил их явное сходство. Теория эмоций Дарвина иначе называется эволюционной. Согласно данной теории, эмоции - жизненно важные механизмы существования организма. Объясняется данный факт тем, что человек, испытывающий состояние гнева, краснеет, часто и глубоко дышит, у него учащается сердцебиение, а все эти проявления вызывают мышечную работу, которая необходима в драке. Дело в том, что разъяренный первобытный человек переживал данное состояние исключительно через выплеск энергии (драку). Вспотевшие руки Дарвин также связывал с особенностями реакции предков человека в стрессовой ситуации: вспотевшие ладони способствовали лучшему схватыванию за ветки деревьев.

Таким образом, Дарвин показал неразрывность развития человека и его предков (человекообразных обезьян), а именно он выявил изначальную первопричину возникновения тех или иных эмоций. Дарвин говорил о том, что человеческие эмоции, которые стали ему частично подконтрольны, изначально имелись у его предков только на уровне рефлексов.

## Теория Кеннона

Согласно теории УолтонаКеннона эмоции напрямую зависят от физиологического состояния человека. Благодаря многочисленным экспериментам, изучениям головного мозга, учеными была вдвинута гипотеза о роли гипоталамуса в формировании эмоций. Гипоталамус, считали ученые, является функциональным центром эмоций.

Эксперимент Кеннона.

Эксперимент ученого заключался в опровержении теории Джеймса - Ланге, основанной на физиологическом объяснении эмоций. Напомню, что изначально, согласно теории Джеймса - Ланге, возникает какое либо физиологическое изменение (человек плачет), из-за чего человек испытывает определенную эмоцию (чувство грусти). Во-первых, он утверждал, что физиологические изменения, вызываемые разными эмоциями, могут быть похожими. Также, Кеннон говорил, что эмоции проявляются быстрее физиологических проявлений. В-третьих, вызывая искусственно те или иные физиологические изменения, он доказал, что они редко вызывают соответствующие эмоциональные сдвиги.

Следующий эксперимент заключался в опровержении теории Джеймса -Ланге о действии адреналина на состояние человека. Согласно их теории (Джеймса - Ланге) при выделении адреналина в кровь, человек ощущает страх и сильное волнение. Но действие данного гормона известно фактически каждому. В случае опасности, адреналин способствует поддержанию организма в состоянии готовности действовать, например, при преодолении высокой стены при побеге от собаки. Кеннон экспериментальным образом доказал противоречивость их теории. Он, вводив адреналин определенным людям, доказал, что кроме небольшого чувства волнения адреналин ничего не вызывает.

### Учение Кеннона о таламусе или о зрительном бугре.

УолтонКеннон, доказав ошибки теории Джеймса - Лангеоб физиологической первооснове эмоции, создал свою теорию, которую приняли и используют и сегодня. Он обнаружил в головном мозге эмоциональную зону - таламус. Его основной функцией является распределение информации от органов чувств. Свой эксперимент Кеннон построил на наблюдении за субъектом с таламусом без повреждений (реакции были нормальные) и с поврежденным таламусом (реакции отходили от нормы). Таким образом, Кеннон сделал вывод, что эмоция - результат работы мозга. Эмоции - связь таламуса с корой больших полушарий и внутренними органами. (ПРИЛОЖЕНИЕ №1)

## Теория Симонова

Согласно теории Симонова недостаток сведений или их переизбыток ведет к неудовлетворению потребностей и, как следствие, появлению эмоций. Причиной отрицательных эмоций является отсутствие полноценной информации для удовлетворения собственных потребностей. То есть, при возникновении ситуации опасности, отрицательные эмоции возникают при недостатке информации о способе защиты.

П. В. Симонов выступает против теории западных психологов о том, что живые организмы стремятся уменьшить количество своих потребностей с целью получения большего числа положительных эмоций.

## Потребностно-информационная теория П. В. Симонова

- вновь предложенная Симоновым теория эмоций, в которой говорится о том, что эмоция - производная мозга и связана с удовлетворением потребности. То есть, эмоции рассматриваются как реакция организма на информационный дефицит. Эмоции, согласно этой теории, подразделяются на отрицательные и положительные. Положительные способствуют уменьшению информационного дефицита. Отрицательные напротив - этот дефицит не ликвидируют, а усугубляют, увеличивают. Впервые именно в теории Симонова эмоции приобретают позитивный характер.

Данную теорию можно представить следующим образом:

Э = fП( Ин - Ис )

Где Э - эмоция, П - качество актуальной потребности, Ин - информация о средствах, необходимых для удовлетворения эмоций, Ис - информация о средствах, которыми располагает субъект в данный момент.

Из данной формулы следует вывод о том, средства удовлетворения в совокупности с потребностью ведут к возникновению эмоции.

## Теория Гербарта

Теорию Гербарта иначе называют интеллектуалистической. Теория Гербарта основана на представлениях человека, от которых и зависит эмоциональное состояние человека. Задержка представлений человека от его развития приводит к формированию отрицательных эмоций, и напротив, соответствие представлений и развития ведет к проявлению положительных. Так, например, маленький ребенок искренне не понимает и обижается на родителей, которые почему то не позволяют ему есть много сладкого, что свидетельствует о задержке развития его представлений по сравнению со взрослыми его окружающими. Примером совпадения развития и представлений могут служить подростки, которые быстро и без особой сложности осваивают новые технологии (компьютерную технику).

Учение Гербарта получило свое распространение в Германии, но в настоящее время не имеет многочисленных последователей.

# Глава 2. Функции эмоций

## Переключающая функция эмоций

Переключающая функция эмоций заключается в том, что эмоция, есть состояние, основой которого является стремление к минимизации или максимизации определенного состояния. Положительные эмоции субъект старается максимизировать, так как они свидетельствуют о приближении удовлетворения потребностей. Отрицательные, напротив, минимизировать, так как они не удовлетворяют человеческих нужд.

Переключающая функция эмоций проявляется как в условных рефлексах, так и врожденных. То есть, потребности удовлетворяются не только осознанным образом, но и на подсознании. Например, интуиция о приближении к цели объясняется предчувствием, в последствии ведущим к анализу ситуации. Также переключающая функция заключается в том, что наиболее достижимая цель, пусть и менее важная, становится приоритетнее.

Также, данную теорию можно раскрыть на следующем примере. Человек, находясь на необитаемом острове, переключает свои социальные потребности (в общении, культурном развитии и досуге, образовании и т.п) на естественные (в еде, одежде, жилье). Состояние успеха - неупеха в различных ситуациях побуждают человека переключаться с менее удачного действия на более перспективное.

## Подкрепляющая функция эмоций

Данная функция проявляетсявтом, что поведение, сопровождающееся положительной эмоцией закрепляетсябыстрее и отличается стойкостью. Поведение закрепляется по принципу механизмоусловного рефлекса, где основным подкреплением служит положительная эмоция, а неподкреплением - эмоция с отрицательным знаком.

Например, ребенок с явными способностями к танцам будет с удовольствием посещать уроки без мотивации к прогуливанию. При этом, если ребенка, не имеющего явного таланта к рисованию, родители принудительно отдали на школьный кружок «Умелые ручки», то они вряд ли получат ожидаемый результат.

Данная функция эмоций имеет важное правило - положительная мотивация ведет к действию. Только в данном случае возможно достичь нужного результата.

Компенсаторная (замещающая) функция эмоций

Эмоции оказывают влияние на системы, влияющие на поведение, способствуют процессу закрепления в памяти отдельных моментов (звуков, сигналов и т.п.). Наглядно замещающая функция отражается в вегетативных функциях организма. Во время эмоционального подъема происходит учащение сердцебиения, дыхания, подъем давления, активация гормонов. Объяснятся данный факт тем, что в определенный момент не известно сколько потребуется затратить энергии, поэтому лучше пойти на излишние энергетическое затраты, что будет более предсказуемо в любой ситуации.Одной из важных свойств замещающей функции является способность реагирования объектом на широкий круг раздражителей одинаковой реакцией.

Примером для данной теории может служить реакция человека на страх и радостную новость. Процессы, возникающие в организме в такие моменты примерно одинаковы: частый пульс, давление, мокрые ладони, сбитое дыхание. И несмотря на то, что радость и страх полностью друг другу противоположны, они идентичны как по способу проявления, так и по количеству и качеству вспомогательных процессов в организме.

# Глава 3.Теория лжи

## Общее понятие лжи

Особое внимание при написании мною курсовой работы было обращено на актуальную тему - лжи. При подготовке данного материала, мною была прочитана книга Пола Экмана «Психология лжи». Автор данного издания рассматривает тему лжи в разных ее проявлениях, а именно: признаки лжи, поведение в моменты лжи, лживые чувства, страх разоблачения и т.п. Главным образом интерес для меня вызывали проявления лжи (мимика, жесты, последствия лжи).

Особенность данной книги заключатся в том, что автор рассказывает об особенностях человеческого поведения на примерах реальных исторических личностей, литературных героев и своих современников.

Пол Экман дает определение лжи (обмана) как умышленного действия по введению кого - либо в заблуждение без предупреждения. Автор определяет ложь следующей формулой:

У+И =Л

Где У - умолчание, И - искажение и соответственно Л - ложь. Таким образомУмолчание в совокупности с Искажением порождает Ложь.

Одной из исторических личностей, которую рассматриваетавтор является Ричард Никсон. Президент Соединенных Штатов говорил, что замалчивание правды и есть ложь. Что касаемо самого пребывания его на посту главы государства, то Никсон говорил, что ложь необходима для удержания своего поста.

Пол Экман, говоря о внешности человека, заметил, что не всегда она выдает реальное состояние людей. Так, человек с внешностью обманщика не обязательно является лжецом. И наоборот, люди с нейтральной внешностью могут представлять собой реальную «опасность». Например, богомол, который становится похожим на травинку в силу своих инстинктов, лжет не более, чем высоколобый человек с якобы невероятным умом и сообразительностью.

## Неудачи лжи

Не всегда лжец способен адекватно оценить ситуацию, то есть оценить своего оппонента и найти правильный и логичный подход к нему. Не каждая «жертва» поддается воздействию и не воспринимает лживую информацию. (ПРИЛОЖЕНИЕ №2)

Данная «неподатливость» в первую очередь объясняется тем, что лжец не всегда является убедительным в своих утверждениях и тем самым не вызывает доверия. В частности, человек в силу своей беспокойности как правило не способен создать образ уверенной в себе личности, что вновь не позволит ему вести собственную линию убеждения. Еще одной причиной неудачной лжи являются непредвиденно меняющиеся обстоятельства. И в данной ситуации сможет сориентировать только человек, который держит ситуацию под контролем, то есть лжец, которому раньше приходилось выходить из таких ситуаций. Пол Экман приводит следующий пример для данного вердикта: Фред Базхарт (советник президента Никсона), дававший показания на суде по поводу пробелов в аудиозаписях встречи Президента с определенной личностью, сначала сослался на неисправность прибора, что собственно и стало причиной выборочной записи, после на нехватку места на пленке. Таким образом, автор демонстрирует влияние обстановки на человека.

Чтобы, например, избегать влияния ситуации на результат деятельности лжеца, ему необходимо иметь реалистичную историю, которой он может воспользоваться любой момент. Лжец вредней руки таких историй имеет множество, так как в силу своей неопытности не имеет способности формулировать их сиюминутно. Лжец - профессионал действует точно в противоположном направлении. Он может воспроизвести абсолютно несуществующую ситуацию и все окружающие поверят в ее правдивость, а при необходимости лжец неизменно повторит ее.

Начинающие «жулики», в отличии от опытных сталкиваются еще с одной проблемой, мешающей воплощению лжи в реальность. Нахлынувшие чувства - вот еще одна из наиболее важных причин, которая мешает воздействию на окружающих. Эмоции, берущие верх над разумом как правило не позволяют скрыть многие их проявления (смущение, страх, смятение и т.п.). Но, когда эмоция проявляется медленно, без резких подвижек, лжецу (как собственно и самому обычному человеку) легче справиться с ее проявлениями и, соответственно контролировать свои эмоции.

## Мимика обмана

Лицо человека - весьма неординарный объект проявления эмоций. С одной стороны оно является самым явным показателем внутреннего состояния человека, с другой - самым непредсказуемым, так как фактически каждый умеет скрывать те или иные эмоции за мимической маской.

Наши чувства самым неизменным образом проявляются в мимике в том случае, если она является непроизвольной, но умение контролировать данный процесс вынуждает окружающих принимать ложь за правду.

Особенность мимики человека - способность передавать такие тонкости эмоций, которые не поддаются словестному описанию:

. Абсолютно любой эмоции (страху или спокойствию, грусти или радости, удивлению и т.п.) соответствует свое выражение лица;

. Довольно часто человек испытывает несколько эмоций одновременно (радость и возбуждение), которые не являются противоположными друг другу и проявляются вместе;

. Эмоции могут взаимоподавляться, так как проявление одной намного интенсивнее другой.

В книге описывается интересный эксперимент: двум студенткам были поставлены задачи, чтобы одна из них говорила правду об определенном факте, а другая лгала. Когда в эксперимент были включены незаинтересованные лица, которые должны были определить кто же из девушек не лжет, больший процент приглашенных указывали именно на девушку, основной задачей которой было ввести их в заблуждение. Из данного опыта сделан следующий вывод - лживая мимика так или иначе более убедительнее, чем правдивая, что и вводит в заблуждение окружающих.

Мимика лжи крайне разнообразна по одной из причин, что лгать человек может, используя разнообразные приемы: будь то грусть, скрывающая абсолютное безразличие, радость маскирующая грусть или же спокойствие скрывающее страх. Но, главной особенностью данной маскировки эмоций является то, что так или иначе скрываемое чувство все таки проявляется. Автор называет такие проявления микровыражениями. Данный факт выяснился после проведения следующего опыта: испытуемым показывали запись, на которой человек старался скрыть свое смятение радостью. На первый взгляд ни одному из присутствующих не показалось, что данный человек что-либо скрывает, но после замедленного просмотра они все таки смогли выявить проявления скрываемой эмоции, но оно было настолько кратковременным, что в нормальном режиме просмотра заметить это было нереально.

Следующей проблемой, с которой сталкивается лжец связана с проблемой невозможности управлять определенными лицевыми мышцами, которые в свою очередь и отвечают за эмоции. Данный факт можно было отнести к ранее рассмотренному материалу о неудачах лжи, но так как данная тема связана именно с мимикой, ей тут самое место. И снова мы знакомимся с опытом, когда людей просили изобразить те или иные эмоции, которые как оказалось можно изобразить не все, а мешал этому именно тот факт, что не все мышцы подконтрольны человеку. Легче всего испытуемым удавалось изобразить удивление или гнев, другие эмоции выглядели искусственно и натянуто.

Пол Экман не прошел мимо судебной практики. Им был рассмотрен вопрос о том, как реагирует человек на обвинения в двух случаях: когда он виновен и невиновен. Выяснился следующий факт: в обоих случаях наблюдается проявления волнения, и что не менее интересно, в случае, когда человек невиновен, волнение проявляется сильнее. Как же тогда, основываясь на наблюдении за эмоциональным состоянием, понять правоту человека? В данной ситуации на помощь приходит полиграф (детектор лжи), без которого даже профессионалу не удастся убедиться в истинности показаний человека.

Мимика - весьма яркая сторона человеческих эмоций. Основываясь на особенностях ее проявления, фактически каждый может утверждать, что именно чувствует человек в данный момент. Но не стоит быть уверенным, что мимика с абсолютной точностью передаст все аспекты состояния человека.

# Заключение

Поводя итог выше изложенному, можно сделать следующий вывод: знания об особенностях эмоций человека формируются относительно долгий период (примерно с середины 19 века по настоящее время), и нельзя утверждать, что их изучение закончилось, напротив, оно продолжается и сегодня. Безусловно, есть определенные открытия, сделанные годами ранее и используемые сегодня как официально признанные и актуальные на сегодняшний день (Теория Кеннона). Остальные открытия, рассматриваемые уже в историческом контексте и в свое время опровергнутые другими более модернизированными теориями, не являются бесполезными и впустую созданными, напротив, они дали толчок на пересмотр ранее известных фактов, их переосмысление и создание новых теорий. Так, теория Джеймса - Ланге, которая гласила, что физиологические проявления опережают эмоции, была преобразована в следующую теорию Кеннона, которая принята и используется и на сегодняшний день, гласит, что эмоции являются причиной физиологических изменений в организме.

Огромное количество литературы в виде научных статей, обучающих программ, книг создавались и продолжают активно издаваться и на сегодняшний день, что и дает возможность осознать актуальность изучения эмоциональных особенностей человека.

Важным аспектом изучения эмоций является практическое подкрепление знаний, поэтому необходимо проведение опытов для точного утверждения того или иного факта. Об этой необходимости задумываются многие авторы, в частности Пол Экман, в книге которого представлены многие эксперименты, касающиеся именно темы эмоций человека.

Не стоит забыватьо том факте, что эмоции - это результат эволюции (Теория Ч. Дарвина), поэтому не стоит путать эмоции человека с инстинктами животных, хотя многие ученые, не согласившиеся с данным фактом, ведут активную научную деятельность, чтобы доказать свою правоту.

Теории эмоций различных ученых позволяют нам разнопланово взглянуть на тему эмоций человека: что является причинами их проявлений, какие физиологические реакции соответствуют им. Безусловно, в данной работе рассмотрено самое малое число работ ученых, которые посвятили свои труды эмоциям человека, но даже рассматривая выше изложенные можно сформировать точное понимание данной темы.

Список литературы

1. Пол Экман. Психология лжи. - М: Питер, 2010;

. Подход Дж. Гросса к изучению эмоциональной регуляции: примеры кроскультурных исследований/А. А. Панкратова//Вопрос психологии - 2014 - №1 - с.147 - 156;

. Изард К. Э. Эмоции человека под редакцией Л. Я. Гозмана, М. С. Егоровой. - М: Издательство МГУ, Москва, 2005.

. Головин С. Ю. Словарь практического психолога, Минск - М: Харвест, 1998;

. Изард К. Э. Психология эмоций. - М: Питер, 2006;

. Рожина Л. Н. Развитие эмоционального мира личности. - М: Минск, 1999;

. Марищук В. М. Роль эмоций в накоплении негативного опыта и формы его актуализации//Психология, 2008

8. <http://fondberega.ru/metodicheskaya-pomosch/chuvstva-vsyakie-vazhnyi-chuvstva-vsyakie-nuzhnyi/daem-opredelenie-emotsii-i-chuvstva.html>

. <http://www.coolreferat.com/Теории\_эмоций\_3>

. www.filoton.insolare.ru/psikhologiya-povedeniya-cheloveka/85-teorii-emotsij.html?showall=1&limitstart <http://www.filoton.insolare.ru/psikhologiya-povedeniya-cheloveka/85-teorii-emotsij.html?showall=1&limitstart>

. <http://www.psichology.vuzlib.org/book\_o018\_page\_26.html>

13.http://bookap.info/clasik/leontev\_potrebnosti\_motivy\_i\_emotsii/gl3.shtm

# Приложение №1

Причины неудачной лжи и пути их решения.

# Приложение №2

Некоторые факты об ученых

Джеймс Уильям (1842 - 1910) - американский философ, психолог. Обучался медицине, но от карьеры медика отказался. Являлся профессором психологии в Гарвардском университете. 1892 - основал лабораторию прикладной психологии в США. 1884 - создание теории эмоций.

Карл Ланге (1834 - 1900) - датский медик, философ. Создал периферическую теорию эмоций - сосудодвигательную теорию эмоций.

СильванТомкинс (1911) - психолог. Потомок российских иммигрантов. Описывал первичные эмоции. Описал теорию мимической обратной связи.

Чарльз Дарвин (1809 - 1882) - английский естествоиспытатель, разработал теорию происхождения видов путем естественного отбора. Примерно в 1872 году опубликовал свою книгу «Выражение эмоций у человека и животных».

Уолтер Бредфорд Кеннон(1871-1945) - физиолог. Разработал теорию саморегуляции организма - гомеостаза. 1884 - разработал свою теорию эмоций.

Симонов Павел Васильевич (1926 - 2002) -психофизиолог, психолог. Доктор медицинских наук. 1964 - информационная теория эмоций.

Генрих Иоганн Фридрих (1776 - 1841) - немецкий психолог. Первым попытался построить психологию как систематизированную науку.