

ПСИХОЛОГИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЛИЧНОСТИ

Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2018. № 1. С. 4–12.

УДК 159.9.01

DOI 10.25513/2410-6364.2018.1.4–12

Л. В. Куликов

ПРОБЛЕМА ПОИСКА ЭМПИРИЧЕСКИХ ОСНОВАНИЙ КЛАССИФИКАЦИИ ЧУВСТВ¹

Цель исследования заключалась в поиске эмпирических оснований классификации чувств и её построение в таком виде, который включает небольшое число групп, но в каждой из них имеется перечень различных чувств. Предпринята попытка разделить чувства на две большие группы: чувственный тон настроения и чувства межличностного взаимодействия (позиционные чувства). Позиционные чувства влияют на выбор дистанции между субъектами коммуникации. Проведен опрос 325 респондентов. Полученные данные после статистической обработки (факторный анализ) выступили эмпирическим основанием для разделения чувств. Обнаружены три кластера чувств: гедонические, астенические, меланхолические.

Ключевые слова: классификация чувств; эмоции; настроение; психическое состояние; расстройства настроения.

L. V. Kulikov

THE PROBLEM OF FINDING EMPIRICAL GROUNDS IN CLASSIFICATION OF FEELINGS

The aim of the study was to find the empirical grounds for classifying the senses and construct it in a form that includes a small number of groups, but each one has a list of different feelings. An attempt is made to classify the division of feelings into two large groups: the sensory tone of the mood and the feelings of interpersonal interaction (positional feelings). Positional feelings influence the choice of distance between subjects of communication. A survey of 325 respondents was conducted. The data obtained after the statistical processing (factor analysis) became an empirical basis for the separation of feelings. There are three clusters of feelings: hedonic, asthenic, melancholic feelings.

Key words: classification of feelings; emotions; mood; mental condition; mood disorders.

Введение

Многие исследователи считают, что и понятие «эмоция», и понятие «чувство» не имеют никакого общепринятого определения (см., например, [1–3; 4–8; 9–12; 25–26]).

Это весомо осложняет продвижение в построении такой классификации, которая могла бы способствовать созданию теории эмоциональных явлений, как одной из важнейших составляющих психологической теории. Отсутствие определений осложняет решение задачи по разведению понятий «эмоция» и «чувство». Данная задача трудна не только потому, что наши знания о психических яв-

лениях на сегодняшний день явно ограничены. Не меньшее значение имеет сама природа эмоциональных явлений, многомерность связей между ощущениями, чувствами, эмоциями, переживаниями.

Вряд ли возможно провести четкое разграничение между чувствами и эмоциями, чувствами и ощущениями, поскольку вместе эти феномены представляют один стержневой процесс психической регуляции человека. Чувство как отношение (неравнодушное, «нехолодное» отношение) к чему-либо значимо не только задает направленность познавательной, поведенческой, деятельностной,

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке РФГФ, проект № 16-06-50140.

коммуникативной активности, но и непременно встраивается в эмоцию, входит составляющей частью в чувственный тон настроения, в эмоциональное наполнение состояния. Для любого вида активности необходима согласованность функционирования всех психических, телесных и организменных процессов. Эта согласованность, это единство создается эмоциями. Волнение, возбуждение, напряжение выступают неотъемлемой частью переживания происходящего, переживания значимости, отражения масштаба последствий, ответственности за действия и поступки, за всё происходящее.

Чувства и эмоции, как стержневые феномены, встраиваются в процессы и акты познания и регуляции. Эти явления объединяет также выполнение функций оценивания, что неоднократно отмечено психологами. Предметом оценивания выступают не только ситуация, события, другие люди, но и самооценка, оценка и прогноз возможности изменения ситуации в желаемую сторону, оценка успешности воздействия на ситуацию, на другого, на себя. Ко всему этому субъект обычно не может относиться безэмоционально. С другой стороны (встречно), любая исполнительная активность, функционирование не только регулируется, но и постоянно оценивается. Стоит добавить, что основной для эмоций является регуляторная функция. Эмоция не оценивает, а отражает оценку, организует внутреннюю и внешнюю активность индивида в соответствии с оценкой. Возникшая эмоция (умеренной силы!) налаживает координацию и субординацию психических процессов, их направленность на достижение цели в соответствии с принципом доминанты. Учение А. А. Ухтомского о доминанте относится не только к физиологическим процессам, но ко всей организации человека [13].

Чувства имеют значительную специфичность, поэтому их отождествление с эмоциями во многих случаях не оправдано. Эмоции подготавливают личность и организм к реагированию на ситуацию и регулируют поведение человека в рамках ситуации. Эмоция – это переживание в актуальный момент (острое, текущее, относительно кратковременное переживание). Эмоция имеет психофизиологическую природу, она включает в себя психический, вегетативный, психомоторный компоненты. В чувствах проявляется переживание своей позиции к окружающей

действительности (к людям, их поступкам, к каким-либо явлениям, событиям) и к самому себе. Оно относительно устойчиво, связано обычно не с одной, а с рядом ситуаций, в которые включен объект чувства.

Трудности классификации чувств

Можно согласиться с мнением Б. И. Додонова [5] о невозможности создать универсальную классификацию эмоций, то есть, такую классификацию, которая окажется пригодной для решения различных задач во многих областях науки. По мнению Е. П. Ильина [8] целесообразно ставить задачу не составления всеобъемлющей единой классификации эмоциональных явлений, а о нескольких классификациях, в каждой из которых выделен какой-либо признак, по нему эти явления объединяются в группы, понятным принципом отличаясь от других групп. К таким признаками ученый относит механизмы появления эмоций, причины, вызывающие эмоциональные реакции; знаки переживаний, их интенсивность и устойчивость, а также влияние эмоций на поведение и деятельность человека.

Заметим, что чаще других при анализе и описании эмоциональных явлений психологами используется деление на небольшое число групп. Явно чаще можно встретить деление эмоций на позитивные и негативные, приятные и неприятные, первичные и вторичные, на эмоции, имеющие биологическую или социальную природу. У. Макдауголл [14] пишет о существовании двух фундаментальных эмоций – удовольствие и страдание или удовлетворение и неудовлетворение, которые, хотя бы в некоторой степени, определяют все устремления индивида.

Обзор всех заметных классификаций эмоциональных явлений, без сомнения, составляет отдельную емкую задачу. В данной статье мы ставим цель поиска критериев, способов классификации чувств, соотнесенных с результатами тех или иных эмпирических данных. К классификациям такого рода, учитывая количество ссылок в специальной литературе, можно отнести предложенные К. Изардом и Б. И. Додоновым. К. Изард [7] выделил несколько критериев, на основе которых можно определить, является ли та или иная эмоция базовой. 1. Базовые эмоции имеют отчетливые и специфические нервные субстраты. 2. Базовая эмоция проявляет себя при помощи выразительной и специфической конфигурации мышечных движений лица

(мимики). 3. Базовая эмоция влечет за собой отчетливое и специфическое переживание, которое осознается человеком. 4. Базовые эмоции возникли в результате эволюционно-биологических процессов. 5. Базовая эмоция оказывает организующее и мотивирующее влияние на человека, служит его адаптации.

К. Изард не дает ответа на вопрос: что является нейронным субстратом эмоции? Он ограничивается ремаркой, что в рамки его обсуждения не входит рассмотрение данных нейроанатомии, нейрофизиологии и нейрохимии эмоций. Более весомой опорой для выделения эмоций как базовых у Изарда выступают результаты его опросов о причинах, вызывающих эмоции, и их последствиях. В предложенный им перечень вошли десять основных эмоций: гнев, презрение, отвращение, горе-страдание, страх, вина, интерес, радость, стыд, удивление.

Механизмы выражения эмоций у человека врожденные. Это дает основание ряду ученых считать лицевую экспрессию основным инструментом выражения и опознания эмоций. В этом ряду наиболее известен П. Экман [9]. К эмоциям, имеющим типичные, универсальные проявления в мимике, он, на основании экспериментов по опознанию выражений лица, отнес печаль, радость, удовольствие, отвращение, презрение, удивление, страх, гнев. Смущение, вину, стыд, зависть, любовь, ярость, ненависть, ревность Экман рассматривает как часто испытываемые эмоции, но не имеющие очевидных универсальных проявлений.

Заметим, что в первой и второй классификациях неотчетливо прописан критерий разделения, что и приводит к смешению понятий и бесосновательному отнесению той или иной эмоции к определенной группе.

Весьма перспективными следует признать исследования концепта «эмоция» как языкового явления [15–21]. Для изучения структуры этого концепта ряд исследователей использует прототипический подход к анализу категориальной организации знаний, развивая идеи Л. Витгенштейна. Получены интересные результаты, представляющие собой основу для дальнейших исследований категориальной организации знаний об эмоциях в обыденных представлениях. Однако к настоящему времени нет существенного продвижения в соотношении выявленных закономерностей категоризации в естественном

языке с научно-психологическими концепциями эмоций.

Цель исследования

Нашей целью выступает поиск эмпирических оснований классификации чувств и её построение в таком виде, который включает небольшое число групп, но в каждой из них имеется перечень различных чувств.

В качестве гипотезы мы утверждаем тезис о том, что в искомой классификации возможно разделять настроенческие чувства – чувственный тон настроения, и интеракционные (позиционные) чувства. В последних выражено приятие / неприятие определенного явления или объекта мира, выбор дистанции между субъектами коммуникации.

Мы исходим также из того, что в классификации должны найти свое место позитивные и негативные чувства. Термином «негативные» целесообразно обозначать чувства, приводящие к нарушению основных жизненных процессов – нормальное функционирование, саморегуляция, саморазвитие и адаптация индивида. Под нормальным функционированием понимается тот или иной вид поведения, приводящий к желаемому результату, а также определенный вид игровой, учебной, трудовой, коммуникативной деятельности, которую можно признать продуктивной. Принципиально важно подчеркнуть: если сила некоторого чувства не приводит к названным видам нарушений, то нет оснований называть это чувство негативным только потому, что оно имеет одну модальность с тем или иным чувством, приводящим к нежелательным результатам, препятствующим нормальному функционированию, саморегуляции, саморазвитию или адаптации индивида.

Субъективно-оценочный метод в исследовании структуры чувственного тона

Для решения этой исследовательской задачи нами была разработана методика «Профиль чувств настроения (ПЧН)» [22; 23]. Методика предназначена для выявления особенностей чувственного тона настроения индивида – состава чувств и их силы. Имеется в виду чувственный тон настроения респондента в настоящее время. Настоящее время представляет собой более широкий интервал времени, чем актуальный момент, т. е. текущий момент или ситуация сегодняшнего дня. Если обратиться к абсолютным величинам, то следует учесть, что для большинства людей протяженность настоящего времени составляет не менее нескольких недель.

Методическое решение

В методике ПЧН диагностика чувств проводится на основе субъективных оценок силы чувств опрашиваемых. Ниже приведен текст опросника.

Инструкция

Вспомните, пожалуйста, о тех чувствах, которые вы испытывали за последние недели. Читая приведенный ниже перечень чувств, оцените, насколько они были сильны. Исходите из того, что человек может одновременно испытывать множество различных чувств.

Силу возникавших чувств оцените по семибальной шкале:

- 1 – очень слабое чувство;
- 2 – слабое чувство;
- 3 – несколько ниже средней степени силы;
- 4 – чувство средней степени силы;
- 5 – несколько выше средней степени силы;
- 6 – сильное чувство;
- 7 – очень сильное чувство.

Если какое-либо чувство совсем не возникло, то напишите в соответствующей ячейке 0. Запишите выбранные баллы в листе для ответов рядом с порядковыми номерами чувства. Просим в самом опроснике ничего не писать и не подчеркивать. Не пропускайте ни одного пункта опросника. Пожалуйста, не переправляйте одну цифру на другую на том же месте. Для исправления перечеркните ненужную цифру и напишите рядом новую.

1. Восторг
2. Бодроть
3. Раскрепощение (чувство свободы)
4. Спокойствие
5. Интерес
6. Удовлетворенность
7. Счастье
8. Радость
9. Уверенность
10. Удовольствие
11. Усталость
12. Напряжение
13. Неудовлетворенность собой
14. Бессилие
15. Напрасность (ожиданий)
16. Тревога
17. Страх
18. Скованность
19. Растерянность
20. Досада
21. Скука
22. Разочарование
23. Уныние

24. Грусть

25. Печаль

26. Тоска

Теперь отметьте, какого рода события происходили у вас за последние недели. Прочтите приведенные ниже варианты ответа и выберите один из них или несколько. Напишите номер выбранного варианта в 27-м пункте листа для ответов. Если у вас происходили разнообразные события и вы выбираете более одного варианта ответа, то напишите выбранные номера в порядке убывания значимости (так, чтобы на первом месте был наиболее значимый) в последующих пунктах – 28-ом и 29-ом.

27 (28, 29). В последнее время у меня произошли:

- 1 – драматические, печальные события;
- 2 – неприятные события;
- 3 – приятные события;
- 4 – очень радостные события;
- 5 – примечательных событий не было.

Таким образом, каждое чувство из предложенного в опроснике перечня оценивается по шкале с семью градациями. В последнем пункте методики респондента просят сообщить о характере событий, происходивших в его жизни в последнее время. Это необходимо сделать, чтобы учесть события, которые могли вызвать глубокие переживания.

Выборка и процедура сбора данных

Был проведен опрос с использованием набора методик Л. В. Куликова для определения характеристик психических состояний, настроений, чувств с помощью субъективных оценок обследуемого. В диагностический набор входила не только методика ПЧН, но и методика «Доминирующее состояние (ДС)» [24]. В ней есть контрольная шкала, позволяющая определить уровень критичности самооценки. Стандартные баллы (Т-оценки) по этой шкале в диапазоне 60–64 балла свидетельствуют о сниженной критичности в самооценке. При стандартных баллах более 65 дают основания предполагать низкую критичность в самооценке, недостаточную адекватность самооценки, неискренность. Другими причинами таких показателей могут быть: отрицательное отношение к обследуемому, сильная заинтересованность обследуемого в «положительных, хороших» результатах тестирования.

Из всей выборки респондентов были отобраны только лица, у которых по контроль-

ной шкале методики ДС показатели были менее 60 баллов. Факторный анализ был проведен с использованием базы данных, полученных на выборке 325 человек (мужчины и женщины).

Выявление структуры чувственного тона

В первом варианте методики составленный перечень включал наименования 52 чувств. Последовательно (в пять шагов) были удалены пункты перечня, имеющие малую факторную общность. В конечном варианте для факторного анализа были оставлены 26 чувств (пунктов перечня). А именно из перечня, включающего 52 чувства, были удалены: азарт, беззаботность, безразличие, взволнованность, веселье, вина, возбуждение, гнев, горе, зависть, любовь, надежда, недоумение, нежность, обида, огорчение, отвращение, подавленность, превосходство, презрение, раздражение, сожаление, стыд, удивление, удовлетворение, честолюбие (26 наименований). Часть из перечня чувств в дальнейшем вошли в перечень интеракционных (диспозиционных) чувств – зависть, любовь, обида, отвращение, презрение, стыд – и были использованы при разработке методики «Профиль чувств в отношениях». Остальные чувства не вошли ни в настроенческие чувства, ни в интеракционные, поскольку по сути представляют собой именованные эмоциональных состояний (азарт, веселье, возбуждение, горе, подавленность, удовлетворение), эмоциональных откликов (безразличие, взволнованность, надежда, недоумение, нежность, огорчение, раздражение, сожаление, удивление) или личностных свойств (беззаботность, честолюбие). В результате проведенного отбора в перечне чувств остались только настроенческие чувства. Процедура факторного анализа были выделены три кластера настроенческих чувств. По установившейся в психометрике традиции их можно называть шкалами методики. Каждый кластер – это одна из трех составляющих чувственного тона настроения, все они включены в регуляцию психического состояния индивида и вносят существенный вклад в динамику состояний. Эти кластеры таковы: 1) гедонические чувства (чувства удовольствия, радости, наслаждения); 2) астенические чувства (чувства бессилия, смятения, немоги); 3) меланхолические чувства (гнетущие чувства, дистимические чувства).

Название «гедонические» является производным от греческого слова *hedone* – удовольствие, наслаждение. Эту группу можно было бы назвать «приятные чувства» или «чувства удовольствия, удовлетворения». При выборе названий мы придерживались традиций формирования научной лексики, согласно которым чаще отдают предпочтение словам латинского и греческого языка.

Термин «астения» происходит от греческого *astheneia* – бессилие, слабость. Им обозначают состояние, характеризующееся слабостью, повышенной утомляемостью, эмоциональной неустойчивостью, повышенной чувствительностью. Чувства немоги, чувства смятения – слова русского языка, которые могли бы быть использованы для названия данной группы чувств.

Меланхолия – старинное название депрессии. В настоящее время этот термин нередко используют в качестве обобщенного названия психопатологических состояний с пониженным настроением. Чувства данной группы характерны для депрессивных расстройств разной природы и глубины. Близкие по смыслу к меланхолическим чувствам названия: гнетущие чувства, дистимические чувства.

Ниже перечислены чувства, вошедшие в названные группы, – кластеры чувств. В каждой группе чувства перечислены в порядке убывания факторного веса. В круглых скобках указан факторный вес, с которым признаки вошли в соответствующий фактор (кластер).

Гедонические чувства

1. Удовольствие (0,71)
2. Уверенность (0,69)
3. Радость (0,68)
4. Счастье (0,63)
5. Удовлетворенность (0,62)
6. Интерес (0,60)
7. Раскрепощение (0,58)
8. Спокойствие (0,58)
9. Бодрость (0,52)
10. Восторг (0,50)

Астенические чувства

1. Растерянность (0,59)
2. Скванность (0,56)
3. Страх (0,55)
4. Тревога (0,51)
5. Бессилие (0,48)

6. Тщетность (бесполезность) (0,48)
7. Неудовлетворенность собой (0,47)
8. Напряжение (0,41)
9. Усталость (0,36)

Меланхолические чувства

1. Тоска (0,81)
2. Печаль (0,74)
3. Грусть (0,71)
4. Уныние (0,69)
5. Разочарование (0,49)
6. Скука (0,42)
7. Досада (0,42)

Обработка данных

Первый шаг обработки результатов заключается в подсчете сумм баллов для каждой из трех перечисленных групп чувств. Это делается простым арифметическим суммированием баллов каждого пункта, входящего в соответствующую шкалу. Полученные баллы обычно называют сырыми. Сырые баллы далее переводятся в стандартные оценки с использованием таблиц перевода. Нормы для перевода сырых баллов в стандартные рассчитаны отдельно для мужчин и женщин.

Масштаб шкалы Т-баллов (Т-оценок) таков, что 50-тью баллами обозначаются величины, равные средней арифметической (математическому ожиданию), а 60 и 40 баллов обозначают величины больше и меньше на одну сигму (среднеквадратическое отклонение) соответственно от средней величины. Таким образом, чем больше Т-балл по какой-либо шкале превышает 50, тем более выражены у опрашиваемого (или группы, если вычислены средние по группе) характеризующие этой шкалой чувства. Используя стандартные оценки, легче определить степень отличий каждой группы чувств от нормативных величин (среднего уровня).

Цветоассоциативные характеристики чувств

На выборке 30 человек (15 мужчин и 15 женщин) был проведен цветоассоциативный эксперимент с использованием ряда из восьми цветов теста М. Люшера. Испытуемых просили из восьми цветов выбрать цвет, наиболее подходящий каждому чувству из перечня 26 чувств методики ПЧН. Затем испытуемые осуществляли свободный цветовой расклад в соответствии со стандартной процедурой теста М. Люшера. Этот эксперимент проводила студентка Марина Миндель в рамках её выпускной квалификационной работы, выполняемой под нашим руководством.

При обработке результатов позиция цвета в свободном раскладе (номер от начала ряда) рассматривается как ранг цвета по степени приятности. Далее высчитывалась средняя величина ранга отдельно для женской и мужской подвыборки. Вычисленные средние величины для мужчин и женщин оказались довольно схожи, поэтому были подсчитаны общие средние величины. Такая процедура позволяет ранжировать чувства по степени приятности. Поскольку длина ряда равна восьми, то чувство, ассоциирующееся с цветом, занимающим у всех испытуемых первую позицию, должно иметь среднюю величину ранга равную 1,0. А чувство, ассоциирующееся с цветом, занимающим у всех испытуемых последнюю позицию, должно иметь среднюю величину ранга равную 8,0. На нашей выборке испытуемых такое единодушие проявилось только в отношении чувства уныния. Счастье оценено как наиболее приятное чувство, его средний ранг минимален – 1,5.

Обращает на себя внимание распределение чувств в этой последовательности: гедонические, астенические, меланхолические чувства (см. табл. 1). Причем все первые десять позиций степени приятности подряд заняли гедонические чувства. Далее следуют астенические чувства, группу которых прерывает лишь одно меланхолическое чувство – печаль. Заметим также, что наименее неприятным из остальных оказалось чувство родственное печали – грусть.

Таким образом, данные цветоассоциативного эксперимента хорошо согласуются с результатами факторного анализа, явившегося основой для разделения чувств на группы и, вслед за этим, формирования шкал (выделения кластеров чувств) в методике ПЧН.

Таблица 1

**Оценка приятности чувств
(в порядке убывания)**

	<i>Чувства</i>	<i>СР</i>	<i>ВЧ</i>
1	счастье	1,5	Г
2	радость	2,1	Г
3	восторг	2,5	Г
4	бодрость	2,6	Г
5	удовольствие	2,8	Г
6	удовлетворенность	2,8	Г
7	уверенность	3,1	Г
8	спокойствие	3,1	Г
9	раскрепощение	3,3	Г
10	интерес	3,5	Г
11	напряжение	4,3	А

Окончание табл. 1

	Чувства	СР	ВЧ
12	неудовлетворенность собой	4,7	А
13	печаль	4,7	М
14	страх	5,0	А
15	тревога	5,2	А
16	бессилие	5,3	А
17	усталость	5,3	А
18	скованность	5,3	А
19	грусть	5,7	М
20	досада	5,9	М
21	растерянность	6,0	М
22	скука	6,0	М
23	тщетность	6,3	М
24	тоска	6,3	М
25	разочарование	7,0	М
26	уныние	8,0	М

Примечание:

СР – средний ранг приятности чувства;

ВЧ – виды чувств, обозначения;

Г – гедоническое чувство;

А – астеническое чувство;

М – меланхолическое чувство.

Связи в сфере чувств

Чем благоприятнее состояние, чем выше настроение, тем сильнее гедонические чувства и, одновременно, слабее меланхолические и астенические. И наоборот, ухудшение психического состояния и снижение настроения связано с ослаблением гедонических чувств и, одновременно, с усилением меланхолических и астенических. Значительная выраженность меланхолических или астенических чувств свидетельствует о наличии в психическом состоянии соответственно депрессивных или астенических симптомов. Данные, получаемые с помощью ПЧН, имеют немалое значение для ранней диагностики психических расстройств, для прогноза развития тех или иных отклонений от нормального функционирования психики.

Связи меланхолических и астенических чувств положительные и довольно сильные. Те и другие с гедоническими чувствами имеют отрицательные связи. Теснота этих связей невысокая. Это объясняется тем, что для структуры чувственной сферы личности двухполюсность («позитивные и негативные чувства») не характерна.

С показателями настроения, измеряемыми по методике «ДС», шкальные оценки меланхолических и астенических чувств связаны теснее, чем оценки гедонических чувств. Другими словами, приятные переживания, чувство удовлетворенности и другие, близкие

к ним чувства, часто возникают не только при благоприятном состоянии, повышенном настроении, но и при неблагоприятном состоянии. Определенная противоречивость, двойственность чувств не раз была предметом обсуждения в психологии. Такие оценки чувственной сферы личности можно считать общепринятыми.

Для настроения важнейшими являются эмоциональные характеристики. Однако описание и анализ феноменов настроения будут явно неполными, если оставить без внимания параметры активации, тонуса, напряжения, поскольку к настроению они имеют самое непосредственное отношение [24].

В подтверждение этому можно обратиться к такому авторитетному документу, как Международная классификация болезней (МКБ). Психиатры всегда уделяли повышенное внимание настроению, его особенности учитывались и учитываются при постановке большинства диагнозов. В МКБ 10-го пересмотра аффективные расстройства выделены в самостоятельный раздел «Расстройства настроения». Во введении к названному разделу отмечается, что изменение настроения чаще всего сопровождается изменением общего уровня активности, а большинство других симптомов либо вторичны, либо легко понимаются в контексте этих изменений настроения и активности.

Не только представленный в публикациях богатый материал клинических описаний и диагностики психических и поведенческих расстройств указывает на большое значение активационных характеристик. Активность и активация являются стержневыми качествами очень многих психических явлений. Им принадлежит особое место в ряду используемых учеными характеристик психики, поскольку в них отражается энергетический аспект психики и поведения. Это выявлено в многочисленных наблюдениях и экспериментах с участием здоровых и больных людей.

Поэтому, рассматривая феномены настроения, мы считаем необходимым не ограничиваться только эмоциональными характеристиками. Добавим также, что активационные характеристики не являются независимым аспектом или измерением психического состояния, напротив, они тесно связаны – с эмоциональными. В тех случаях, когда параметры настроения и психического состояния по тому или иному измерению прибли-

жаются к одному их полюсов шкалы, возникает риск для психического, часто и соматического, здоровья. Используя разработанную нами методику ПЧН, мы смогли сопоставить интенсивность различных чувств. Оказалось, что при несколько повышенных гедонических чувствах (52,9 в Т-оценках), повышены также астенические (54,2) и меланхолические чувства (52,2). В деятельном настроении мы выделили такой его подвид как «акцентированное деятельное настроение». К нему были отнесены чувства лиц с явно выраженной активностью. Оказалось, что при данном виде настроения, при повышенных гедонических чувствах (52,4), еще заметнее повышены астенические (56,5) и меланхолические чувства (52,7).

В астеническом состоянии среди астенических чувств наиболее сильны усталость, напряжение и неудовлетворенность собой, тревога. А среди меланхолических чувств в этом плане выделяются разочарование и грусть [24]. Астеническое состояние возникает постепенно. Оно является продолжением доминирующего раздраженного настроения – самого неблагоприятного из семи видов настроений, которые были нами выделены.

Используя методику ПЧН, мы смогли уточнить особенности чувственного тона раздраженного настроения. В раздраженном настроении сильны астенические чувства (55,9 в Т-оценках) и меланхолические чувства (54,4), а гедонические чувства ослаблены (44,8). Среди астенических чувств наиболее сильны усталость, неудовлетворенность собой, тревога. А среди меланхолических чувств в этом плане выделяются печаль, разочарование и грусть [24].

Депрессивное и субдепрессивное настроение представляет особую тему в связи с его широким (и продолжающим увеличиваться) распространением в мире: в разных странах и этносах, в разных социальных слоях. Используя ПЧН, мы смогли определить особенности чувственного тона унылого настроения, которое нередко выступает как фактор, увеличивающий вероятность возникновения депрессивного состояния. В унылом настроении сильны астенические чувства (56,7 в Т-оценках), самые сильные для семи видов настроения меланхолические чувства (55,6), а гедонические чувства самые слабые для семи видов настроения (42,4). Среди астенических чувств наиболее сильны усталость, напряже-

ние, неудовлетворенность собой. А среди меланхолических чувств в этом плане выделяют грусть, печаль, досада, разочарование [24].

Выводы

Таким образом, опыт использования субъективно-оценочного метода и методической реализации в виде нашей методики «Профиль чувств настроения (ПЧН)» для исследования структуры чувственного тона настроения можно считать удачным. С опорой на эмпирические данные удалось построить классификацию чувств, в которой нашли свое место приятные и неприятные чувства. Она включает небольшое число групп, но в каждой из них имеется перечень различных чувств, в своей совокупности представляющих достаточно широкий спектр. Построенная классификация весьма полно согласуется с тем делением, которое получено на базе иного метода – цветоассоциативного эксперимента. Кроме того, использование данной методики в психодиагностических обследованиях показало высокую степень согласованности её результатов и выводов о настроении и психических состояниях с выводами, сделанными при использовании других методик.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Бреслав Г. М.* Психология эмоций. – М. : Смысл, 2004.
2. *Веккер Л. М.* Психика и реальность: единая теория психических процессов. – М. : Смысл; Per Se, 2000.
3. *Виллюнас В. К.* Основные проблемы психологической теории эмоций // Психология эмоций: Тексты. – М., 1984. – С. 3–28.
4. *Дерябин В. С.* Чувства, влечения, эмоции. – Л., 1974.
5. *Додонов Б. И.* Эмоция как ценность. – М., 1978.
6. *Дорфман Л. Я.* Эмоции в искусстве. – М., 1997.
7. *Изард К. Э.* Психология эмоций. – СПб. : Питер, 2008.
8. *Ильин Е. П.* Эмоции и чувства. – СПб. : Питер, 2001.
9. *Экман П.* Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь. – СПб. : Питер, 2010.
10. *Ekman P., Friesen W. V., Ellsworth P.* Conceptual ambiguities. – Emotion in the human face. 2nd ed. Cambridge : Camb. Univ. Press, 1982. – P. 7–21.
11. *Griffiths P. E.* What emotions really are: The problem of psychological categories. – Chicago : Univ. of Chicago Press, 1997.
12. On the nature and function of emotion: A component process approach // K. P. Sche-

- rer & P. Ekman (eds.). – Approaches to emotion. Hillsdale. – N.J. : Erlbaum. – 1984. – P. 293–317.
13. Ухтомский А. А. Избранные труды. / под ред. Е. М. Крепса. – Л. : Наука, 1978.
14. Макдауголл У. Различение эмоции и чувства. – Психология эмоций: хрестоматия / сост. В. Вилюнас – СПб. : Питер, 2004. – С. 142–147.
15. Высоков И. Е., Люсин Д. В. Внутренняя структура естественных категорий: продуктивная частотность // Психол. журн. – 1997. – Т. 18. – № 4. – С. 69–77.
16. Люсин Д. В. Эмпирический анализ категоризации эмоций // Вопросы психологии. – 1999. – № 2. – С. 50–61.
17. McCloskey M. E., Glucksberg S. Natural categories: Well defined or fuzzy sets? // Memory and Cogn. – 1978. – Vol. 6. – P. 462–472.
18. Rosch E., Mervis C. B. Family resemblances. – Studies in the internal structure of categories // Cognitive Psychol. – 1975. – Vol. 7. – P. 573–605.
19. Rosch E. Cognitive representations of semantic categories // J. Exp. Psychol. : General. – 1975. – Vol. 104. – P. 192–233.
20. Principles of categorization / E. Rosch & B. B. Lloyd (eds.). – Cognition and categorization. Hillsdale. – N.J. : Erlbaum. 1978. – P. 27–71.
21. Shaver P. et al. Emotion knowledge: Further exploration of a prototype approach // J. Pers. Soc. Psychol. – 1987. – Vol. 52. – P. 1061–1086.
22. Куликов Л. В. Руководство к методикам диагностики личностных свойств. – СПб. : СПбГУ, 2003.
23. Куликов Л. В. Диагностика чувственного тона настроения: практикум по психологии здоровья / ред. Г. С. Никифоров. СПб. : Питер, 2005. – С. 61–75.
24. Куликов Л. В. Психогигиена личности: вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики: учебное пособие. – СПб., 2004.
25. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы и эмоции: конспект лекций. – М., 1971.
26. Mandler G. Mind and body: Psychology of emotion and stress. – N.Y. : Norton, 1984.

Информация о статье

Дата поступления

15 декабря 2017

Дата принятия в печать

1 февраля 2018

Сведения об авторе

Куликов Леонид Васильевич – д-р психол. наук, профессор Санкт-Петербургского государственного университета (Санкт-Петербург, Россия). E-mail: leon-piter@mail.ru.

Для цитирования

Куликов Л.В. Проблема поиска эмпирических оснований классификации чувств // Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2018. № 1. С. 4–12. DOI 10.25513/2410-6364.2018.1.4–12.

Article info

Received

December 15, 2017

Accepted

February 1, 2018

About author

Kulikov Leonid Vasilevich – Doctor of Psychological sciences, Professor, St. Petersburg State University (St. Petersburg, Russia). E-mail: leon-piter@mail.ru.

For citations

Kulikov L.V. The Problem of Finding Empirical Grounds Classification of Feelings. *Herald of Omsk University. Series «Psychology»*, 2018, no. 1, pp. 4–12. DOI 10.25513/2410-6364.2018.1.4–12. (In Russian).