

Тимурқызы А., Бегалиева Н.У.

**Психология ғылымында
эмоция ұғымының
қарастырылуы**

Мақалада психология ғылымындағы эмоция мен сезімдердің теориялық негіздерін ашып, физиологиялық астарына талдау жасалған. Сонымен қатар жеке тұлғаның сезімі мен эмоцияларының дамуы қарастырылған. Өмірлік деректердің қасиеттері мен ерекшеліктерінің көп қырлылығы, толыққандылығы айқын көрінген құбылыстар аса күрделі қатынасты туындатады. Оларға деген қатынастар қуаныш, қайғы, ұнату, елемей, ашу-ыза, мақтаныш, ұят, қорқыныш сияқты күрделі сезімдік толқулар түрінде көрініс береді. Аталған толқулардың бәрі сезімдер немесе эмоцияларды білдіреді.

Эмоциялар адамның белгілі бір затқа бағытталған қажеттіліктерін сипаттайды. Эволюция үдерісінде эмоционалды түйсінүлер мен күйлер өмірлік үдерістерді оңтайлы шекарасында қолдаудың құралы ретінде биологиялық тұрғыда бекіді. Олардың ағза үшін әсері белгілі бір факторлардың бұзушы сипаты арқылы байқалады. Осылайша, эмоциялар адамның ағзасы мен іс-әрекетінің функционалды күйін реттейтін негізгі бір бөлігі болып табылады. Алайда, біздің екі ұғымды қолданатынымызға назар аудару қажет: «сезімдер» және «эмоциялар». Бұл ұғымдар қаншалықты ұқсас? Аталған ұғымдар бір-бірінен туындамай ма?

Түйін сөздер: эмоция, эмоциялық күйлер, фрустрация, мазасыздану, аффект, сезімдер.

Timurkyzy A., Begaliev N.U.

**Consideration of the concept
emotion in psychology**

The article discusses the theoretical basis of psychological sciences such as emotions and feelings, and analysis of physiological nature. And also discusses the development of feelings and emotions of the individual.

Various difficulties and feature versatility life paths are not rare breeds of ordinary situations complicated relationship. They appear in the form of complex sensory excitement such as joy, sadness, sympathy, neglect, anger, pride, shame, and fear. Above said all the excitement related to feelings and emotions.

Emotions describe a person's need for a particular object. In the evolution of vospriyatie emotions affect the body and human activity. Their effect on the body is revealed through violation of factors. This way, emotion is a part that is responsible for the daily human body and the functional state of the action.

However, we must use carefully these two concepts: the «feeling» and «emotions.» No close their meanings are? Are these concepts generated from each other?

Emotions are subjective human responses to external and internal stimuli, reflecting their experience in the form of personal significance for the subject and manifest themselves in the forms of pleasure or displeasure.

Key words: emotion , emotional condition, disorder , anxiety , affect, feelings.

Тимурқызы А., Бегалиева Н.У.

**Понятие эмоции
в психологии**

В статье рассматриваются теоретические основы психологических наук таких как, эмоций и чувства, и анализ физиологического характера. А также, рассматривается развитие чувств и эмоции у индивида. Разные трудности и особенность многогранности жизненных путей не редко порождает из обычной ситуаций сложные отношения. Они проявляются в виде сложных чувственных волнения таких как, радость ,печаль, симпатия, игнорирование, гнев, гордость, стыд, страх. Выше сказанные все волнения относятся к чувствам и эмоциям.

Эмоции описывают потребность человека к конкретному объекту. В процессе эволюции восприятие эмоции влияет на организм и деятельность человека. Их влияние на организм выявляется через нарушение факторов. Таким образом, эмоция является частью которая отвечает за распорядок человеческого организма и состояние функциональных действий.

Однако, мы должны внимательно использовать эти два понятия: «чувства» и «эмоции». Насколько они близки по смыслу? Не порождаются ли эти понятия друг от друга?

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.

Ключевые слова: эмоция, эмоциональные состояния , расстройств , тревога , аффект, чувства.

ПСИХОЛОГИЯ ҒЫЛЫМЫНДА ЭМОЦИЯ ҰҒЫМЫНЫҢ ҚАРАСТЫРЫЛУЫ

Кіріспе

Эмоция қазіргі теорияларда білімнің маңызды түрі ретінде қарастырылады. Эмоция психологиясы психологияның белгілі аймағы болып табылады. Қазіргі эмоция психологиясында «эмоция» түсінігінің түрлі анықтамалары кездеседі. Бірақ, барлық теоретик-психологтардың тәжірибелі тұрғыдан сай келуі осы «эмоция» түсінігінің жалпы қабылдаған анықтама-сының жоқтығында. Сондықтан да «эмоция» категориясы мамандар тарапынан үлкен қызығушылықты туғызып отыр.

Біздің күнделікті өмірде кезігетін жағдайлар, бойымызда оларға деген белгілі қатынасты туындатады. Бір объектілер және құбылыстар бізде ұнатуды, керісінше, екіншілері жек көруді туындатады. Бір құбылыстар қызығушылық пен құштарлықтың пайда болуына ықпал ететін болса, екіншілері – бейтараптылықты туындатады. Түйсіктер арқылы, мысалы, түс, иістер арқылы алынатын заттардың жекеленген қасиеттері бізді бейжай қалдырмайды. Оларды түйсіну арқылы біз қанағаттану немесе қанағаттанбау сезімін бастан кешіреміз, кейде айқын көрінетін немесе біршама білінер-білінбес сезімдерді басымыздан өткереміз. Бұл заттардың жекеленген сапаларына біздің қатынасымызды сипаттайтын түйсіктердің өзіндік бояуы, түйсіктердің сезімдік бояуы (реңі) деп аталады.

Эмоциялар адамның белгілі бір затқа бағытталған қажеттіліктерін сипаттайды. Эволюция үдерісінде эмоционалды түйсінулер мен күйлер өмірлік үдерістерді оңтайлы шекарасында қолдаудың құралы ретінде биологиялық тұрғыда бекіді. Олардың ағза үшін мәні белгілі бір факторлардың бұзушы сипаты туралы ескертуде байқалады. Осылайша, эмоциялар адамның ағзасы мен іс-әрекетінің функционалды күйін реттеудің негізгі тетіктерінің бірі болып табылады.

Алайда, біздің екі ұғымды қолданатынымызға назар аудару қажет: «сезімдер» және «эмоциялар». Бұл ұғымдар қаншалықты ұқсас? Аталған ұғымдар бір-бірінен туындамай ма?

Эмоциялар – бұл аса кең ұғым, сезімдер эмоционалды күйлердің белгілі бір көрінісін білдіреді. Күнделікті өмірде эмоция деп, біз әдетте адамның алуан түрлі реакцияларын – ынтызарлықтың буырқанған күйінен көңіл-күйдің нәзік тербелістеріне дейінгі реакцияларды атаймыз. Психологияда эмоция деп, адамның өмір сүруіне арналған ішкі және сыртқы жағдаят

тарды бағалауды және тұлғалық маңыздылықты көрсететін, толғаныстар түрінде жүзеге асатын психикалық процестер аталады. Нәтижесінде, эмоцияның аса маңызды сипаттамасы ретінде олардың субъективтілігі алынады.

Эмоциялар арқылы адам өзінің заттарға деген қажеттіліктерін саналы ұғынады. Кез келген эмоция жағымды немесе жағымсыз болуы себепті, адам қойылған мақсатқа жету туралы тұжырым жасай алады. Мысалы, жағымды эмоция әрдайым қаланған нәтижеге жетумен байланысты болса, ал жағымсыз эмоция керісінше, қойылған мақсатқа жетудегі сәтсіздіктермен байланысты болады. Осылайша, эмоциялар адамның іс-әрекетін реттеумен тікелей байланысты болады деген тұжырым жасауымызға болады.

Эмоция туралы айтқанда, жас баланың сезімінің дұрыс дамуы жөнінде дала ойшылдарына жүгінгенде әл-Фарабиден бастау алатын «һауас, иманигүл, жауанмәртлік» хақындағы ойларын басшылыққа аламыз. Әл-Фарабидің осы ойларын Абай өз қара сөздерінде дамытады. Абай қара сөздеріндегі «һауас» деп аталатын ұғым, адам сезімі және оны дамыту мәселесін қозғайды. 38-қара сөзінде адамның сезімі және ізденіс барысындағы кедергілердің ықпалы туралы терең толғап, сабыр мен сабырсыздық, қиянат пен зорлық, махаббат пен ләззат мәселесін мұсылмандық тұрғыдан аша көрсетеді. Сондай-ақ, Абай қазақ халқының балаға деген қажеттілігі мен оның педагогикалық-психологиялық тұрғыдан дамытудың үйлеспейтін тұстарын сынап көрсетеді (7-10 сөздер) [1].

Оқушыларда сезім мен эмоциялардың жалпы танымдық процестері барысында алатын орны зор екендігі зерттеу жұмысының терең теориялық және тәжірибелік өзектілігін сипаттайды.

Зерттеу мақсаты: – жеке тұлғаның сезім мен эмоцияларының дамуы.

Зерттеу міндеттері:

- Психология ғылымында эмоция мен сезімдердің теориялық негіздерін ашу;
- Эмоция және сезімдер ұғымына сипаттама беру;
- Эмоция және сезімдер физиологиялық астарына талдау жасау;
- Эмоция және сезімдер жеке тұлғаның психологиялық қасиеттері ретінде зерттеу;
- Сезімдерді және эмоцияларды жеке тұлғада қалыптастыру ерекшеліктерін көрсету;
- Оқушылар дамуында сезім және эмоциялардың алатын орнын анықтау;
- Тәжірибелік бөлімде сезімдер және эмоцияларды дамыту және тәрбиелеуге арналған әдіс-тәсілдерді жасау.

Зерттеу болжамы: жеке тұлғаның эмоциялары мен сезімдерін дамыту және тәрбиелеу арқылы жеке тұлғаны қалыптастыру процесі табысты болады.

Зерттеу әдістері: ғылымилық, жүйелілік, талдау.

1. Эмоция туралы зерттеушілердің тұжырымдары

Қазақ дүниетанымының психологиялық қырларына бойлай білген Шәкәрім «Шын бақыттың айнасы» еңбегінде баланың жасөспірім кезіндегі мазасыздануы мен қорқуы, үрейленуі туралы «Ол кезде өзімізден жасы үлкендерден қорқып-қырап, именетұғынымыздың аулақ жүргіміз келетұғынымыздың себебі не еді?» – деп сұрай отырып, мұның да өзекті мәселе екендігін ұғындырады [2].

М. Жұмабаев эмоция, ішкі сезімдер түрлері және олардың жағымды, жағымсыздығы туралы дербес тоқталып айта келіп, осы сезімдерді тәрбиелеу қажеттігіне тоқталады. Бала мазасыздану туралы қорқу сезімін де баса айтады. «Қорқу сезімі – адам жанында бір бақытсыздық күткенде болады», – деп оны терең талдай отырып, «Бала тым қорқақ келеді. Мұның себебі – баланың қиялы тым тірі һәм денесі әлсіз» – деген тұшымды ой айтады. Алдымен, баланың қорықпауына мән беру керектігі, жасында қорқақ болған баланың ерлік істерге бара алмайтындығымен түйіндейді [3].

Нақ осы біздің эмоцияларымыз сол немесе өзге істерді орындауға және шешім қабылдауға итермелейді. Психология ғылымының жас ғылым екендігіне қарамастан, психологиялық білімдер төркіні антикалық философтар мен дәрігерлер еңбектерінен бастау алады. Ежелгі грек философы Платон, философия мен психологиядағы идеалистік бағыт өкілінің пікірінше, эмоциялар жоғары, «интеллектуалды» және төменгі қанағаттануларға бөлінеді [4].

Платонның шәкірті Аристотель «Жан туралы» трактатында 3 түрлі жан түрін анықтады және сезімнің міндетті түрдегі заттылығын, эмоцияның сипатын айқындады [5]. Ежелгі гректік философияда эмоция жайлы Эпикур еңбектерінде құнды пікірлер айтылады. Ғалым жан күйзелісін, қорқыныш сезімін, мазасызданудың сана-сезімнің адасуы деп түсіндірді. Эпикур пікірінше, адам үшін сезімнен артық даму жоқ.

Аффективті қалыппен күресудің бірқатар жолдары ұсынылды:

1) Аффекті сырттай байқалуға ауыспауы тиіс: сырттай байқалу аффектіні нығайтады (мұнда ішкі, эмоционалды реакциялар сыртқы мінез-құлықпен байланыста болады);

2) Өзге әрекетке ауысу яғни, қорқыныш кезінде ерлік пен шыдамдылық үлгісін, ал маза-сыздану кезінде тыныш күйді еске түсіру.

Бұл сияқты ұсыныстар, зейінді өзекті қалыптан ауқымды қалыпқа ауыстыру қазіргі, яғни психотерапевтік бағыттарда, мысалы нейролингвистикалық бағдарламада ұсынылады (NLP) [6].

3) эмоцияларды үнемдеу оның қарқынын бәсеңсіндетеді.

4) іс-әрекет пен аффект арасында арақашықтықты құру.

Мысалы, атақты философ Ф. Декарт өзінің философиялық тұжырымдамаларында эмоцияның психофизиологиясына үлкен мән береді, яғни тыныс алу, қан қысымы, пульстің өзгеруі сияқты өзгерістердің табиғаты туралы жазды [7].

Сезімдер проблемасы жайлы «этика» деген еңбегінде Б. Спиноза терең жазды. Л.С. Выготский Б. Спинозаның еңбегіне орынды баға берді. Б. Спиноза бойынша, адам тәні табиғатынан аффектілер шығады. Ол 3 негізгі аффект түрін бөліп көрсетеді: қанағаттанбау, қанағаттану және қалау. Адамға зиян келтіретін аффектілер: қайғыру және жек көру [8]. Жаратылыстану ғылымдарының қарқынды дамуы біздің зерттеу пәндерімізге де өз әсерін тигізбей қойған жоқ. Адам табиғаты жөнінде революция жасаған ғалымдар Ж.Б. Ламарк [9], Ч. Дарвиндер [10] пайда болды. Жаратылыстанушы Ч. Дарвин өзге проблемаларымен қатар эмоцияларды да зерттеді. «Адамда және жануарларда эмоцияның пайда болуы» деген 1872 жылғы еңбегіндегі жүйеленген зерттеулер оны мынандай қорытынды жасауға келіп жеткізді: «Біздерді ым-ишарат арқылы бейнеленетін сезімдеріміз эволюциялық процесс нәтижесі болып табылады». Ч. Дарвин эмоциялардың байқалуын бас салып төну мен қорғануда көрінетін сақталып қалған әрекеттердің қалдығы деп қарастырды. Жануарлардың элеуметтеніп дамуына орай бұл қимыл-қозғалыстар дербес рөлге ие болды.

Американ психологы У. Джеймс теориясында субъективті эмоционалды тәжірибе физиологиялық функциялармен қатысты қарастырылады. У. Джеймстің жұмыстары әрі қарай ми мен эмоцияның нейрофизиологиялық негізін зерттеуде алғашқы қадам болып саналады [11]. З. Фрейд неврологияны мидың жұмысы арқылы эмоцияларды түсіндіруге тырысты. Ол былай деді: «Эмоциялар – ми тереңіндегі жағымсыз сезімдерінің күшеюі немесе азаюы» [12].

Американ психофизиологтары Д. Олдс, П. Милинер, Р. Хит, К.Сен-Джонсон, швейцар физиологы В. Гесс, кеңестік нейрофизиологтар

В.Н. Бехтерев, Ю.А. Макаренко, П.В. Симов және т.б зерттеулері бас миында түрліше эмоционалды орталықтардың ашылуына әкеліп соқты. Бұл жаңалық П.К. Анохинге эмоционалды құбылыстардың жануарлар эволюциясының механизмі, олардың өмір сүруге тырысу, қоршаған ортаға бейімделу қасиеті екендігі жайлы тұжырымдама жасауға әкеліп жеткізді. П.К. Анохин эмоцияларды қарапайым субъективті құбылыстар деп түсіндірді де олардың психологиялық мазмұнын нақтылады [13].

У. Джеймс пен К.Г. Лангенің перифериялық теориясы маңызды рөл атқарды. Бұл теория бойынша эмоция туындағанда, субъект бұл эмоцияны өзінің ағзасында физиологиялық өзгерістерді түйсіну ретінде бастан кешіреді. У. Джеймс былай деді: «Біздер қайғырамыз, себебі: жылаймыз, өкпелейміз – себебі: соққы береміз, қорқамыз – себебі: дірілдейміз» [11].

Әдебиеттерге талдау жасай келе, бүгінгі күні сипаттау ретінде эмоцияның келесі сипаттарын бөліп көрсетуге болады:

а) санада эмоцияның тікелей бастан кешулер ретінде берілуі;

б) эмоцияның психофизиологиялық сипаты: бір жағынан аффективті толқу, енді бірі – органикалық байқалуы;

в) эмоцияның айқын берілген бояуы.

С.Л. Рубинштейн өз теориясында эмоцияны қажеттіліктердің болуының субъективті формасы деп көрсетеді. Бұл дегеніміз, мотивация субъектіге эмоционалды құбылыс түрінде ашылады да оларға қарай іс-әрекетті бағыттайды [14].

А.Н. Леонтьев эмоцияны іс-әрекет жүйесінде қарастырады. Ол былай дейді: «Эмоциялар өзіне іс-әрекетті бағындырмайды, қозғалыстың «механизмі» және нәтижесі болып табылады». Эмоцияның функциясы жайлы «эмоциялар ішкі сигналдар функциясын орындайды. Эмоция ерекшелігі, олар мотивтер арасындағы қатынасты бейнелейді». А.Н. Леонтьев мынандай құнды пікірді алға тартады: «мотивтер сезілмеген уақытта да олар өздерінің психикалық бейнеленуін ерекше формада – әрекеттің эмоционалды бояуы формасында табады» [15].

В.К. Вилюнас эмоциялардың функционалды жіктелуіне күш салды. Ол эмоциялардың екі негізгі түрлерін бөліп көрсетеді, жетекші және өндіргіш. Жетекші эмоциялар қажеттілік затының мәнін және мағынасын ашады. Осы жетекші эмоциялар іс-әрекет мотивімен, тікелей байланысады [16]. Аффект пен эмоциялар өзінің ситуативтілігімен ерекшеленеді. Аффектілер А.Н. Леонтьев бойынша, әрекет соңында пайда болып, әрі

жағдайдың жалпы бағасын береді де, ал эмоциялар болған немесе мүмкін болатын жағдайға бағалау және жеке қатынасты бейнелейді де, идеаторлық сипатта болуы мүмкін [15].

Ал сезімдер – айқын сипаттағы заттық сипаттағы тұрақты эмоционалды бастан кешулер болып табылады және іс-әрекетке қатысады, бірақ жағдайға тәуелді болмайды. Қазіргі таңда күрделі эмоциялардың динамикасын ғана түсіндіретін теориялардан басқа, эмоцияның дамуын жеке дамуымен байланысты қарастыратын теориялар пайда болды. Ол бұл тұжырымдамасында былай дейді: эмоционалды даму деген жоқ, тек жеке адамның дербес дамуының эмоционалды аспектісі болады. В.А. Петровский жеке адамның «эмоционалды дамуының» екі аспектісін бөліп көрсетеді [17]:

1. Эмоционалды күрделілікке адамның тартылуы;

2. Өзге адамдармен эмоционалды бірлікті орнатуы.

Б.И. Додановтың зерттеуінде [18] «Эмоционалды күрделілік» ұғымы «Когнитивті күрделілік» ұғымына жақын екендігі айтылған. Эмоциялар саласы бойынша, зерттеулер әлі жеткіліксіз, бірақ дегенмен жалпы сипатта эмоционалды процестердің пайда болуы және динамикасын анықтайтын басты заңдылықтарды көрсетуге болады.

– Эмоционалды процестер – индивид үшін әрекетке әкеліп жеткізетін психикалық басқару класының ерекше класы.

– Эмоционалды процестер индивид үшін маңызды факторлар арқылы туындайды. Бұл – ең алдымен, физикалық тітіркендіргіштер.

– Эмоционалды процестер басқару процестеріне әсер етеді, ағзаның ішкі қалпына және сыртқы мінез-құлыққа да әсері болады.

Бихевиористік бағытқа реакция ретінде ХХ ғасырдың 50-жылдардың аяғы, 60-жылдардың басында когнитивті психология мектебі пайда болды. Оның көрнекті өкілдері – С. Шехтер, Дж. Келли, Л. Фестингерлер эмоционалды қалып пен мазасыздануды төмендегідей қарастырды. Яғни, «эмоционалды қалыптар субъект бір аспект жөнінде екі түрлі психологиялық білімде болғанда пайда болады. Ал мазасыздану – теріс эмоция, дискомфорт күйі және оны жағдайды дұрыс шешу жағына өзгерту жолы арқылы, әрі жаңа мәліметті алу жолы арқылы өзгертуге болады».

Физиологиялық көзқарасты ұстанған психологтар Д. Гамбург пен Дж. Адамстор мазасыздану қалпын соматикалық аурулар табиғатымен

салыстырды. Олар мазасыздық деңгейін адам ағзасының вегетативті функциясын тіркеу әдісі арқылы өлшеуді ұсынды. К. Кеннан мазасыздану кезінде адам қанында адреналин деңгейі жоғарылайтындығын анықтады. Франкенштейн мен Кинг, қанға мехолил күйінде яғни мазасыздану барысында қан қысымы тез арада және біршама уақытқа төмендейтіндігін дәлелдеді. Мазасыздануды талдау З. Фрейдтің тұжырымдамасын назардан тыс еш қалдырмайды. Осы проблеманы теориялық тұрғыда зерттеуді бастаған осы З. Фрейд болды. Ғалым бөлген мазасыздануды тудыратын жағдайлар мыналар:

а) қалаған объектіні жоғалту, мысалы, ата-анасынан немесе жақын досынан айрылған бала т.б.;

б) махаббат сезімінің жоғалуы .

Э. Фромм [19], К. Хорни [20], Г.С. Салливанның тұжырымдамаларына сәйкес, мазасыздану – әлеуметтік құбылыс. Адамдар тумасынан мазасыз болмайды, оларды мазасыз болуға өмірлік жағдайлар себепші болады. Г. Салливан теориясы бойынша, мазасыздану екі түрлі болады: невротикалық және экзистенциалды. Мазасыз (қорқақ) адамдар: бастауыш мектеп немесе жалпы бала кезеңде қорқыныш сезімі ақырғы шегіне жетеді, яғни олар адамдардан, өзге балалардан, ит, найзағайдан т.б қорқады.

Сонымен, мазасыздану дегеніміз қиындық жағдайындағы әлеуметтік қажеттіліктер фрустрациясын бастан кешіру. Ал, бастан кешулер дегеніміз Л.И. Божович айтқандай-ақ, ерекше эмоционалды формада қажеттіліктерді қанағаттандыру дәрежесін бейнелейді. Мазасыздану мен тынышсыздық таламусты тітіркендірген кезде байқалған [18].

Психоанализге мазасыздану проблемасы жайлы көптеген еңбектер жазған ғалымдар Э. Фромм, К. Хорни мен Г.С. Салливан болды. Э. Фромм «Сүйе білу өнері» және «Бостандықтан көшу» деген ірі еңбектерінде мазасыздануды тек қорғаныстық механизмдер деп атады. К. Хорни Фрейдистік жүйені тереңдетуді жалғастыра түседі. Ол «негізгі мазасыздықты» – оқшаулану сезімі немесе баланың зұлым әлемде көмектен тыс қалуы», – дейді [20]. Жалпы алғанда, баланың ата-аналарымен қарым-қатынасында қауіпсіздікті жоятынның барлығы мазасыздануды тудырады. Қауіпсіздікті сезбей тұрған мазасыз бала бойында оқшаулану және дәрменсіздік сезімін игеруге арналған түрліше стратегиялар дамиды. Ол бала зұлым немесе, керісінше, өте ақылды, яғни өзі жоғалтқан махаббатты қайтаруға дайын болатындай қалыптасуы мүмкін. Балада шындыққа сай емес, өзінің бейнесі қалыптасуы да мүмкін.

Э. Фромм, К. Хорни және Г.С. Салливан тұжырымдамалары бойынша айтатын болсақ, олардағы жалпы болатын ұғым: мазасыздану әлеуметтік құбылыс деп есептеледі. Адамдар табиғатынан мазасыз бола қоймайды, оларды өмір жағдай – шарттары мазасыз етеді. Фрейд пікіріне қарама-қарсы адамдар табиғатынан деструктивті емес. Олар деструктивті бола алады, ол үшін өзін-өзі жүзеге асыру жолына түсулері тиіс [19, 20]. Кейбір тұжырымдама авторлары мазасыздануды мінез акцентуациясы деп санайды да, мазасыз жеке тұлғалар деп типтерге бөледі. Мысалы, ол автордың бірі К. Леонгард ол былай дейді: «Бала өскен сайын мазасыздануы азаяды».

Эмоционалды күйлерді реттеудегі жетекші рөлді үлкен жарты шарлардың қабығы атқарады. И.П. Павлов мидың қабықшасы эмоциялардың жүруі мен көрінісін реттейтінін, денеде болатын барлық құбылыстарды бақылауда ұстайтынын, қабықша астындағы орталықтарға тежеуші әсер ететінін, оларды басқаратынын атап көрсеткен болатын. Егер бас миының қабығы шамадан тыс көп қозу күйіне келетін болса (шаршауда, мас болуда және т.б.), онда қабықшадан төмен орналасқан орталықтардың қайта қозуы жүзеге асады, нәтижесінде бірқалыпты ұстамдылық жоғалады. Кең ауқымды тежелу тараған жағдайда, бұлшық еттерінің қысымдалуы, әлсіреуі немесе қатып қалуы, жүрек-қан тамыр жүйесіндегі бұзылыстар, тыныс алудағы ауытқулар байқалады [21].

Мидың қабықшасы эмоционалды күйлерді реттеуде маңызды рөл атқаратынын клиникалық жағдайлар көрсетеді, онда субъективті толғаныспен олардың сыртқы көрінісі арасындағы күрт алшақтық байқалады. Мидың үлкен жарты шарларының қабықшасы бұзылған науқастарда, кез келген тітіркендіргіш өзіне сәйкес емес сыртқы реакцияны туындатуы мүмкін: күлкі немесе жылау. Алайда, күле отырып, бұл науқастар өздерін қайғылы сезінеді, ал жылай отырып, өздерін көңілді сезінеді.

Адамның эмоционалды күйлерінде маңызды рөлді *екінші сигнал жүйесі* атқарады, толғаныстар сыртқы органдың тікелей әсерлері арқылы ғана емес, сонымен бірге, сөздер мен ой-пікірлер арқылы туындауы мүмкін. Мысалы, оқылған әңгіме адамға сәйкес эмоционалды күйді туындатады. Қазіргі кезде екінші сигнал жүйесінің жоғары адамзат сезімдерінің – интеллектуалды, моралды, эстетикалық сезімдердің физиологиялық негізі болып табылатыны туралы пікір қалыптасқан.

2. Эмоция мен сезімнің дамуы және олардың адам өміріндегі мәні. Эмоциялар барлық

жоғары психикалық функцияларға ортақ даму жолынан – сыртқы әлеуметтік детерминацияланған формалардан ішкі психикалық процестерге дейінгі даму жолынан өтеді. Туа біткен реакциялардың негізінде, балада оны қоршаған адамдардың эмоционалды күйлерін қабылдауы дамиды. Уақыт өте келе, күрделенген әлеуметтік байланыстардың әсерімен эмоционалды процестер қалыптасады.

Балалардағы аса ерте эмоционалды көріністер оның органикалық қажеттіліктерімен байланысты болады. Оған тамақтанудағы, ұйқыдағы және т.б. қажеттіліктерді қанағаттандыру немесе қанағаттандырмаудағы қанағаттану немесе қанағаттанбау көріністері жатады. Сонымен қатар, қорқыныш және ашу-ыза сияқты қарапайым сезімдер ерте байқала бастайды. Алдымен, олардың бейсаналы сипаты болады. Мысалы, егер сіз қолыңызға жаңа туылған нәрестені алсаңыз, оны жоғары көтеріп, содан кейін тез төмен түсірсеңіз, онда нәрестенің ешуақытта құламаса да, жиырылып қалғанын көресіз. Баланың қажеттіліктері қанағаттандырылмағанда, олардың басынан өткеретін қанағатсыздықпен байланысты ашу-ызаның алғашқы көріністерінің дәл осындай бейсаналы сипаты болады. Мысалы, екі айлық нәрестеде әдейілеп бетінің кескінін бұзған әкесінің түріне қарағандағы қорқыныштың белгісі байқалды. Дәл осы нәрестеде оны мазақтауды бастағанда маңдайындағы ашу-ызаны білдіретін сызықтар байқалды.

Атап өтетін бір жайт, баланың жағымды эмоциялары ойын арқылы және зерттеушілік мінез-құлық арқылы бірте-бірте дамиды. Мысалы, К.Бюлердің зерттеулері балалар ойынындағы қанағаттану күйінің сәттері баланың өсуі мен дамуы шамасына қарай артады. Бастапқыда сәбиде қаланған нәтижені алу сәтінде қанағаттану пайда болады. Бұл жағдайда қанағаттану эмоцияларына мадақтаушы рөл беріледі. Екінші саты – функционалды. Ойын ойнаушы балаға іс-әрекеттің нәтижесі ғана емес, процестің өзі қуаныш сыйлайды. Қанағаттану енді процестің аяқталуымен емес, оның мазмұнымен байланысты болады. Үшінші сатыда, ересектеу балаларда қанағаттанумен асыра тамсану пайда болады. Бұл жағдайдағы эмоция ойын әрекетінің басында пайда болады, әрекеттің нәтижесі және оны орындау баланың толғаныстарында орталық орын алмайды.

Ерте жастағы сезімдердің көрінісінің басқа сипаттамалық ерекшелігі ретінде оның аффектілі сипаты алынады. Осы жастағы балалардың эмоционалды күйлері кенеттен пайда болады, қызу

жүреді, сонымен бірге тез жоғалады. Балалардың эмоционалды мінез-құлқын аса мәнді бақылауы, ересек мектепке дейінгі жаста пайда болады, бұл кезде оларда қоршаған адамдармен күрделенген өзара қатынастардың әсерімен эмоционалды өмірдің аса күрделі формалары пайда болады.

Жағымсыз эмоциялардың дамуы біршама дәрежеде балалардың эмоционалды сферасының тұрақсыздығымен негізделген және *фрустрациямен* тығыз байланысты болады. Фрустрация – бұл саналы ұғынылған мақсатқа жетудегі кедергілерге деген эмоционалды реакция. Фрустрация кедергінің жойылуына, оны айналып өтуіне, орнын алмастыратын мақсаты табылғанына байланысты алуан түрлі шешілуі мүмкін. Фрустрациялық жағдаятты шешудің әдеттегі тәсілдері оның барысында туындайтын эмоцияларды анықтайды. Ерте балалық шақта жиі қайталанатын фрустрация күйлері және оны жеңудің стереотипті формалары бір адамда енжарлықты, бейтараптылықты, бастаманың болмауын бекітеді, ал екінші адамдарда – агрессивтілікті, қызғанышты және ашушандықты туындатады. Сондықтан, осындай эффектілерді болдырмау үшін, баланы тәрбиелеуде тікелей қысым көрсету арқылы өзінің талаптарын орындауға мәжбүрлеуге болмайды. Талаптардың жедел орындалуын қадағалай отырып, ересек адамдар балаға өзінің алдына қойған мақсатына өз бетімен жетуге мүмкіндік бермейді және фрустрациялық жағдайларды құрады, бұл өз кезегінде балалардың қиыншылығы мен агрессивтілігін, бастамашылдықтың болмауын бекітуге ықпал етеді. Бұл жағдайда зейіннің тұрақсыздығында көрінетін балалардың жас ерекшеліктерін қолдану қажет болады. Мұнда баланың зейінін туындаған проблемалық жағдаяттан ауыстыру жеткілікті, бала бұл жағдайда өзінің алдына қойған міндеттері өз бетімен орындай алады.

Балалардағы жағымсыз эмоциялардың пайда болу мәселелерін зерттеу, агрессивтілік сияқты эмоционалды күйді қалыптастыруда баланы жазалау, әсіресе жазалау шамасы үлкен мәнге ие болатынын көрсетті. Үйінде қатаң жазаланатын балалар қуыршақпен ойын әрекеті барысында үйінде онша қатаң жазаланбайтын балалармен салыстырғанда үлкен агрессивтілікті көрсетті. Сонымен бірге, жазалаудың мүлдем болмауы балалардың мінезінің дамуына жағымсыз әсер етеді. Қуыршаққа агрессивті қатынас білдірген жазаланған балалар, ойыннан тыс кезде, мүлдем жазаланбайтын балалармен салыстырғанда, аса агрессивті болмады.

Балалардағы позитивті және негативті эмоциялардың қалыптасуымен бірге, оларда адам-

гершілік сезімдер бірте-бірте қалыптасады. Адамгершілік сананың нышандары ең алғаш рет балада ересектердің тарапынан берілетін қолдау, мақтау, сонымен бірге, ескертудің әсерімен пайда болады. Алайда, балалардың «не жақсы» және «не жаман» туралы балалардың алғашқы түсініктері, баланың және басқа адамдардың жеке қызығушылықтарымен тығыз байланысты болады. Белгілі бір әрекеттің қоғамдық пайдалылық принципі, оның моральды мәнін саналы ұғынуы баланың мінез-құлқын біршама кешірек анықтайды. Егер төрт-бес жастағы балаға келесі сұрақтарды: «Жолдастарыңмен неге төбелесуге болмайды?» немесе «Рұқсатсыз басқа адамның заттарын неге алуға болмайды?» деп қоятын болса, онда көп жағдайда балалардың жауаптары өздері және басқа адамдар үшін жағымсыз салдарды есепке алады. Мысалы: «Төбелесуге болмайды, себебі көзің көгеріп қалады» немесе «Бөгде адамның затын алуға болмайды, әйтпесе милицияға апарарды». Мектепке дейінгі жастың соңына қарай басқа мәндегі жауаптар пайда болады: «Жолдастарыңмен төбелесуге болмайды, себебі оларды ренжіту ұят болады», яғни балаларда мінез-құлықтың моральды принциптерін саналы ұғыну бірте-бірте пайда бола бастайды [24].

Адамның эмоциялары мен сезімдерін тәрбиелеу ерте балалық шақтан басталады. Жағымды эмоциялар мен сезімдерді қалыптастырудың маңызды шарты ретінде, ересектер тарапынан жасалатын қамқорлық алынады. Махаббат пен қамқорлық жетіспейтін бала салқынқанды және қайырымсыз болып өседі. Эмоционалды жауапкершілікті туындату үшін, бас адам үшін жауапты болуы, кіші інілері мен қарындастарына қамқорлық жасау, ондай болмаса, үй жануарларына қамқор болу маңызды болып саналады. Баланың біреуге қамқор болып, біреу үшін жауапты болуы қажет.

Баланың эмоциялары мен сезімдерін қалыптастырудың тағы бір шарты ретінде, балалардың сезімдерінің тек субъективті толғаныстардың шекарасымен шектелмеуі, олардың нақты әрекеттермен іс-әрекетте жүзеге асырылуы алынады. Мұндай болмаған жағдайда тек сөзбен баяндауға қабілетті, өзінің сезімдерін өмірде жүзеге асыра алмайтын сентиментальды адамдарды оңай тәрбиелеуге болады.

Қорытынды

Эмоциялар адамдардың өмірінде аса маңызды рөл атқарады. Қазіргі кезде эмоцияның ағзаның өмір сүру әрекетінің ерекшеліктерімен

байланысын ешкім теріске шығармайды. Эмоциялардың әсерімен қан айналу, тыныс алу, ас қорыту, ішкі және сыртқы секреция бездерінің қызметі өзгереді. Толғаныстардың шамадан тыс жиілігі және ұзақтығы ағзадағы бұзылыстарды туындатуы мүмкін. М.И. Аствацатуров былай деп жазады: «жүрек қорқыныш арқылы жиі бұзылады, бауыр – ашу-ызамен, асқазан – апатия және енжар күймен бұзылады». Бұл процестердің пайда болуының негізінде сыртқы дүниеде болатын өзгерістер алынады, ол ағзаның барлық іс-әрекетін қамтиды. Мысалы, эмоциялық күйзелістерде қан айналымы өзгереді: жүрек соғысы жиілейді немесе баяулайды, қан-бұлшық еттерінің тонусы өзгереді, қан қысымы көтеріледі немесе төмендейді және т.б. Нәтижесінде, белгілі бір эмоционалды күйзелістерде адам қызарады, екінші бір күйде – бозарады. Жүрек адам өміріндегі барлық өзгерістерге нақты жауап береді, жүректі халық арасында жанның қойнауы орналасқан сезім мүшесі деп атайды, алайда өзгерістер бір мезгілде тыныс алу және ас қорыту, секреторлы жүйелерде жүреді.

Болып жатқан оқиғаның бәрі адамға белгілі бір қатысы болып, адамның тарапынан оқиғаға деген белгілі қатынасты туындататын болса, онда адамда белгілі бір эмоцияларды туындатуы сөзсіз, әсіресе адамның эмоциялары мен оның өзіндік іс-әрекетінің арасындағы әрекетті байланыстығыз болып саналады. Ішкі қажеттілігімен

эмоция арақатынастан – жағымды немесе жағымсыз арақатынастан пайда болады, яғни бастапқы түрткі, мотив болып саналатын қажеттілікке деген әрекеттің нәтижелерінен туындайды.

Бұл байланыс өзара екіжақты: бір жағынан, адамзат іс-әрекетінің барысы мен нәтижесі әдетте адамда белгілі бір сезімдерді туындатады, ал екінші жағынан – адамның сезімдері, оның эмоционалды күйлері оның іс-әрекетіне әсер етеді. Эмоциялар іс-әрекетті ғана емес, сонымен, іс-әрекет арқылы негізделеді. Эмоциялардың сипаты, олардың негізгі қасиеттері мен эмоционалды процестердің құрылысы іс-әрекетке тәуелді болады.

Қорыта келе, адамзат әрекетінің объективті нәтижесі түрткілерге және объективті жағдайларға байланысты болып қоймайды, сонымен бірге адамның алуан түрлі қажеттіліктері көп және өзекті мәнге ие болады; әрекеттің нәтижесі адамның берілген жағдайда тұлға үшін маңызды болып саналатын қажеттілігімен сәйкестігі немесе сәйкессіздігі орын алуы мүмкін. Осыған байланысты өзіндік іс-әрекеттің барысы субъектінің қанағаттану немесе қанағаттанбаумен байланысты жағымды немесе жағымсыз эмоциясы мен сезімін туындатады. Кез келген эмоционалды процестің екі полярлы сапасының бірінің пайда болуы, осылайша, іс-әрекеттің барысында қалыптасатын және әрекет пен оның бастапқы түрткісі арасындағы өзгермелі арақатынасқа байланысты болады.

Әдебиеттер

- 1 Абай. Қара сөз. Поэмалар. – Алматы. Ел. 1993. – 272 б.
- 2 Шәкәрім. Қазақ айнасы. Өлеңдер мен поэмалар. – Алматы: Атамұра, 2003.
- 3 Жұмабаев М. Педагогика. – Алматы: Ана тілі, 1992. – 160 б.
- 4 Платон. Соч. в 3-х томах. Т. 2. – М., 1970.
- 5 Аристотель. О душе соч. в 4-х т. т. 1. – М., 1975. – с. 369.
- 6 Волкер В. Проект НЛП: исходный код. – М.: Маркетинг, 2002. – 220 с.
- 7 Декарт Р. Избранные произведения. – М.: Госполитиздат, 1950. – 712 с.
- 8 Выготский Л.С. Спиноза и его учение об эмоциях в свете современной психоневрологии // Вопросы философии. 1970. №6. – С. 127.
- 9 Ламарк Ж.Б. Зоопсихология. – Харьков: Изд-во «Гуманитарный центр», 1997.
- 10 Дарвин Ч. Выражение эмоций у животных и человека. Собр. соч. в 5 т., т. 5. – М., 1953.
- 11 Джеймс У. Психология. – М.: Педагогика, 1991.
- 12 Фрейд А. Психологическое «Я» и защитные механизмы. – М.: Педагогика-Пресс, 1991.
- 13 Бехтерев В.М. Объективная психология. – М.: Наука, 1991.
- 14 Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – Т. 2. – М., 1989. – 354 с.
- 15 Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание, Личность. Собр. Соч. в 2-х т. том 1. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1986. – М., 1983.
- 16 Виллюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1976. – 142 с.
- 17 Петровский В.А. Личность в психологии. – Р-н-Д., 1996. – 272 с.
- 18 Доданов Б.И. Эмоции как ценность. – М.: Политиздат, 1978. – 272 с.
- 19 Фромм Э. Бегство от свободы. – М., 1995.
- 20 Хорни К. Наши внутренние конфликты. – Конструктивная теория невроза. Изд-во: Академ проект, 2007.
- 21 Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М., 1989.

References

- 1 Abaj. Қара сөз. Поjemalar. – Almaty. El. 1993. – 272 b.
- 2 Shəkarim. Қазақ айнасы. Өлеңдер мен poemalar. – Almaty: Atamґra, 2003.
- 3 Zhґmabaev M. Pedagogika. – Almaty: Ana tili, 1992. – 160 b.
- 4 Platon . Soch. v 3-h tomah. T. 2. – M., 1970.
- 5 Aristotel'. O dushe soch. v 4-h t, t. 1. – M., 1975. – s. 369.
- 6 Volker V. Proekt NLP: ishodnyj kod. – M.: Marketing, 2002. – 220 s.
- 7 Dekart R. Izbrannye proizvedeniya. – M.: Gospolitizdat, 1950. – 712 s.
- 8 Vygotskij L.S. Spinoza i ego uchenie ob jemocijah v svete sovremennoj psihonevrologii // Voprosy filosofii. 1970. №6. – S. 127.
- 9 Lamark Zh.B. Zoopsihologija. – Har'kov: Izd-vo «Gumanitarnyj centr», 1997.
- 10 Darvin Ch. Vyrazhenie jemocij u zhivotnyh i cheloveka. Sobr. soch. v 5 t., t. 5. – M., 1953.
- 11 Dzhejms U. Psihologija. – M.: Pedagogika, 1991.
- 12 Frejd A. Psihologicheskoe «Ja» i zashhitnye mehanizmy. – M.: Pedagogika-Press, 1991.
- 13 Behterev V.M. Ob#ektivnaja psihologija. – M.: Nauka, 1991.
- 14 Rubinshtejn S.L. Osnovy obshhej psihologii. – T. 2. – M., 1989. – 354 s.
- 15 Leont'ev A.N. Dejatel'nost'. Soznanie, Lichnost'. Sobr. Soch. v 2-h t. tom 1. – M.: Izd-vo Mosk. un-ta, 1986. – M., 1983.
- 16 Viljunas V.K. Psihologija jemociional'nyh javlenij. M.: Izd-vo Mosk. un-ta, 1976. – 142 s.
- 17 Petrovskij V.A. Lichnost' v psihologii. – R-n-D., 1996. – 272 s.
- 18 Dodanov B.I. Jemocii kak cennost'. – M: Politizdat, 1978. – 272 s.
- 19 Fromm Je. Begstvo ot svobody. – M., 1995.
- 20 Horni K. Nashi vnutrennie konflikty. – Konstruktivnaja teorija nevroza. Izd-vo: Akadem proekt, 2007.
- 21 Bozhovich L.I. Lichnost' i ee formirovanie v detskom vozraste. – M., 1989.