Az érzelmek biológiai és pszichológiai jelentősége

Az érzelmeket emberi élményeknek nevezzük, amelyeket kellemes és kellemetlen, öröm és rosszkedv, valamint ezek különböző árnyalatai és kombinációi kísérnek. Az öröm és a kellemetlenség egyszerű érzelmek. Az összetettebb változatokat olyan érzések képviselik, mint az öröm, a szomorúság, a szomorúság, a félelem, a harag.

Hirtelen, amikor egy szakadék közelében vagyunk, a félelem érzését érezzük.

E félelem miatt visszavonulunk egy biztonságos zónába. Ez a helyzet önmagában még nem ártott nekünk, de az érzéseinken keresztül úgy tükröződik, mint ami az önfenntartásunkat fenyegeti. Az érzelmek a különböző jelenségek közvetlen pozitív vagy negatív jelentőségének jelzése révén reflexszerűen szabályozzák viselkedésünket, indukálják vagy gátolják cselekedeteinket. Az érzelem a szervezet általános, általánosított reakciója az élethatásokra (a lat. "emoveo" - izgalom szóból).

Az érzelmek nem specifikusan, hanem a megfelelő általános mentális állapotokon keresztül szabályozzák a pszichés tevékenységet, befolyásolva az összes pszichés folyamat lefolyását.

Az érzelmek sajátossága az integrációjuk - a megfelelő érzelmi hatásokra megjelenő érzelmek az egész szervezetet megragadják, annak minden funkcióját megfelelő általánosított, sztereotip viselkedési aktusban egyesítik.

Az érzelmek az evolúció adaptív termékei - ezek evolúciósan általánosított viselkedési módok tipikus helyzetekben.

Az érzelmeknek köszönhetően a test rendkívül előnyösen alkalmazkodik a környező körülményekhez, mert még a befolyásolás formájának, típusának, mechanizmusának és egyéb paramétereinek meghatározása nélkül is képes megtakarító gyorsasággal reagálni egy bizonyos érzelmi állapotra, úgymond közös biológiai nevezőre redukálva azt, azaz meghatározni, hogy az adott hatás hasznos vagy káros-e számára.

Az érzelmek a tárgyak bizonyos szükségletek kielégítésének kulcsára válaszul keletkeznek. A tárgyak és helyzetek bizonyos biológiailag jelentős tulajdonságai érzelmi hangvételű érzéseket váltanak ki. Ezek jelzik, ha a szervezet a tárgyak kívánatos vagy veszélyes tulajdonságaival találkozik. Az érzelmek és az érzések a tárgyakhoz és jelenségekhez való szubjektív viszonyulás, amelyek az aktualizált szükségletekkel való közvetlen kapcsolatuk tükröződéséből erednek.

Minden érzelem összefügg és kétértékű - vagy pozitív vagy negatív (mert a tárgyak vagy kielégítik, vagy nem elégítik ki a megfelelő szükségleteket). Az érzelmek sztereotip viselkedésre ösztönöznek. Az emberi érzelmek jellemzőit azonban az emberi pszichés fejlődés általános törvénye határozza meg - a magasabb képzettség, a magasabb pszichés funkciók, amelyek az alacsonyabb funkciók alapján alakulnak ki, rekonstruálják azokat. Az ember érzelmi-értékelő tevékenysége elválaszthatatlanul kapcsolódik fogalmi és értékelő szférájához. És ez a szféra maga is befolyásolja az ember érzelmi állapotát.

A tudatos, racionális viselkedésszabályozás egyrészt érzelmek által vezérelt, másrészt viszont ellentétes az aktuális érzelmekkel. Minden akarati cselekvést az erős, egymással versengő érzelmek ellenére hajtunk végre. Az ember cselekszik, legyőzve a fájdalmat, a szomjúságot, az éhséget és mindenféle vonzást.

Minél alacsonyabb azonban a tudatos szabályozás szintje, annál nagyobb az érzelmi impulzív cselekvés szabadsága. Ezeknek a cselekvéseknek nincs tudatos motivációjuk, e cselekvések céljait nem a tudat alakítja ki, hanem egyedülálló módon maga a hatás természete határozza meg (például impulzív leválás a ránk zuhanó tárgyról). Az érzelmek ott dominálnak, ahol a viselkedés tudatos szabályozása nem elégséges: a cselekvések tudatos felépítéséhez szükséges információk hiánya, a tudatos viselkedések elégtelen alapja esetén. Ez azonban nem jelenti azt, hogy minél tudatosabb a cselekvés, annál kevésbé fontosak az érzelmek. Még a gondolati cselekvések is érzelmi alapon szerveződnek.

A tudatos cselekvésekben az érzelmek biztosítják az energiapotenciáljukat, és megerősítik azt a cselekvési irányt, amelynek hatékonysága a legvalószínűbb. A célok tudatos megválasztásának nagyobb szabadságát lehetővé téve az érzelmek határozzák meg az emberi tevékenység fő irányait. A pozitív érzelmek, amelyek folyamatosan a szükségletek kielégítésével párosulnak, maguk is sürgető szükségletet jelentenek. Az ember a pozitív érzelmekre hajlamos. Az érzelmi hatások megvonása dezorganizálja az emberi pszichét, és a pozitív érzelmi hatások hosszan tartó megvonása gyermekkorban a személyiség negatív deformációihoz vezethet.

A szükségletek helyettesítésével az érzelmek sok esetben maguk is motiváló tényezővé válnak.

Vannak különböző alacsonyabb rendű, feltétel nélküli reflextevékenységhez kapcsolódó, ösztönökön alapuló és azokat kifejező alacsonyabb rendű érzelmek (éhség, szomjúság, félelem, önzés stb. érzelmei) és magasabb rendű, valóban emberi érzelmek - érzések. Az érzelmek a társadalmilag konstruált szükségletek kielégítéséről szólnak. A kötelességtudat, a szeretet, a társaság, a szégyen, a kíváncsiság stb. érzése akkor alakul ki az emberben, amikor társadalmi kapcsolatokba kerül, vagyis amikor az egyén személyiséggé válik. Az érzések egyikét vagy másikát átélve a személy történelmileg kialakult erkölcsi és esztétikai fogalmakkal foglalkozik ("jó", "rossz", "igazságosság", "szép", "csúnya" stb.), («good», «evil», «justice», «beautiful», «ugly», etc.).

Így az érzések jobban kapcsolódnak a második jelrendszerhez, mint az érzelmek. Az érzelmek szituációsan kondicionáltak, az érzések tartósak és stabilak lehetnek. A legstabilabb érzések a személyiség tulajdonságai (őszinteség, emberség stb.).

Az a tény, hogy az érzelmek szorosan kapcsolódnak az életfolyamatokhoz, legalábbis a legegyszerűbb érzelmek természetes eredetére utal. Minden olyan esetben, amikor egy élőlény élete befagy, részben vagy teljesen megszűnik, először azt tapasztaljuk, hogy külső, érzelmi megnyilvánulásai eltűntek. A vérellátástól átmenetileg megfosztott bőr megszűnik érzékennyé válni; a fizikailag beteg ember apatikussá, közömbössé válik a körülötte történtek iránt, t. i. érzéketlenné. Elveszti azt a képességét, hogy érzelmileg ugyanúgy reagáljon a külső hatásokra, mint a normális élet során.

Minden magasabb rendű állat és az ember agyában vannak olyan struktúrák, amelyek szorosan kapcsolódnak az érzelmi élethez. Ez az úgynevezett limbikus rendszer, amely az agykéreg alatt, annak központjához közel elhelyezkedő idegsejtek csoportjait foglalja magában, amely az alapvető szerves folyamatokat irányítja: a vérkeringést, az emésztést, a belső elválasztású mirigyeket. Innen ered az érzelmek szoros kapcsolata mind az emberi tudattal, mind a testének állapotaival.

Az érzelmek létfontosságú jelentőségét szem előtt tartva Ch. Darwin elméletet javasolt, amely megmagyarázza azoknak a szerves változásoknak és mozgásoknak az eredetét és célját, amelyek általában kifejezett érzelmeket kísérnek. Ebben a természettudós felhívta a figyelmet arra a tényre, hogy az öröm és a rosszkedv, az öröm, a félelem, a harag, a szomorúság nagyjából azonos módon fejeződik ki mind az emberekben, mind a humanoid majmokban. Darwin urat az érdekelte, hogy mi az élet értelme azoknak a testi változásoknak, amelyek ezeket az érzelmeket kísérik.