

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В ЯЗЫКОВОЙ ПРОЕКЦИИ

А.А. Антипова (Москва, Россия)

Эмоции представляют собой наиболее фундаментальный способ организации ощущений, имеющих мотивационное значение для человека. Эмоции влияют на наше восприятие, мышление и поведение. Эмоция интереса обуславливает избирательность перцептивно-когнитивных процессов, сочетание эмоций интереса и страха порождает любознательность, комбинация эмоций интереса и радости способствует интуитивному, невербальному познанию.

Ключевые слова: эмоции, страх, мотивация, когнитивная деятельность

EMOTIONAL CONDITIONS AND STUDY PROCESS EFFECTIVENESS IN LANGUAGE SPHERE

A. Antipova (Moscow, Russia)

Emotions are the most fundamental way of organising sensations that have motivational significance for people. Emotions affect our perceptions, thinking and behaviour. The emotion of interest leads to the selectivity of perceptual-cognitive processes, the combination of the emotions of interest and fear bears curiosity, the combination of emotions of interest and delight leads to intuitive, nonverbal knowledge.

Keywords: emotions, fear, motivation, cognitive activity

Каждая эмоция имеет свои уникальные мотивационные и адаптивные функции. Эмоция выполняет: 1) биологическую функцию, 2) мотивирующее воздействие, организуя, направляя и побуждая его восприятие, мышление и поведение; 3) социальную функцию. Исключением из этого правила являются случаи, когда эмоция становится более интенсивной, чем того требует ситуация, – тогда она оказывает дезорганизующее, разрушительное воздействие [Изард, 2009: 292].

В настоящем докладе речь идет об эмоции страха, как данная эмоция влияет на нас, что происходит с нашим организмом, когда он пребывает в состоянии страха, какое действие оказывает эта эмоция на познавательную деятельность.

Как известно, страх – это одна из базовых эмоций, это очень сильная эмоция, которая оказывает влияние на когнитивные процессы и поведение индивида [Ciompi, интернет-ресурс]. Когда мы испытываем сильный страх, наше внимание резко сужается, заостряется на объекте или ситуации, сигнализирующей об опасности. Интенсивный страх создает эффект «туннельного восприятия», то есть существенно ограничивает восприятие, мышление и свободу выбора. В страхе мы перестаем принадлежать себе, мы хотим одного из двух: устранить угрозу или избежать опасности.

Маленький ребенок, переживая страх, скорее всего, бросится к родителям, к человеку, от которого ждет защиты. Но в сознании подростка такое поведение ассоциировано с эмоцией стыда, жить с которой так же трудно, как и со страхом.

Маленькие дети обычно бегут от опасности в буквальном смысле слова, тогда как старшие дети чаще преодолевают опасность с помощью вербальных средств. По мере развития человек научается различным реакциям на переживание страха, но все эти способы не более чем усложненные модификации одного и того же типа реакции – устранить угрозу или бежать от нее.

Если страх обоснован и человек в состоянии сконцентрировать всю свою энергию и быстро устранить угрозу, тогда можно сказать, что сужение восприятия и ограничение свободы поведения не только оправданы, но и необходимы.

При страхе, тревоге, ощущении опасности, а также стрессовых состояниях и др. резко повышается секреция адреналина – гормона страха. Адреналин является важнейшим гормоном, задача которого адаптировать организм к стрессовой ситуации. Вместе с тем длительное воздействие высоких концентраций адреналина приводит к усиленному белковому обмену, уменьшению мышечной массы и силы, похуданию и истощению. Это объясняет исхудание и истощение при дистрессе (стрессе, превышающем адаптационные возможности организма) [Wikipedia].

При страхе, тревоге, нервном напряжении, стрессе повышается также секреция норадреналина – гормона ярости, который тесно связан с адреналином. Этот гормон вызывает в человеке ощущение гнева, ярости. Гнев мобилизует энергию человека, вселяет в него чувство уверенности и силы,

а потому повышает его способность к самозащите. И опять же, при длительном воздействии высоких концентраций норадреналина, если не будет дан выход образовавшейся в организме энергии через физическую активность, происходит разрушение органов-мишеней (слабые места) в организме [Wikipedia]. Пример: ученик 1-го класса регулярно в течение определенного периода испытывает стресс на уроках русского языка (повышенный тон учителя, унижение им детей в классе), не может ни защитить себя (поскольку он еще мал, а учитель – авторитетный взрослый), ни покинуть класс. Что происходит с ребенком: мотивация учиться сходит на «нет», появляются признаки дисграфии на нервной почве, головная боль.

Страх не может мотивировать учащегося. Наоборот, он уничтожает мотивацию. Дети в своем большинстве приходят в первый класс с желанием учиться. Им все интересно. Эмоциональная подача материала, позитивное подкрепление («Это у тебя здорово получилось!», «Здесь ты допустил ошибку, но на ошибках мы учимся») – вот что способствует укреплению мотивации. Как говорил А.Р. Лурия, «мышление возникает только в случаях, когда у субъекта есть мотив, делающий задачу актуальной, а решение необходимым» [Лурия, 2015: 309]. В результате таких приемов как запугивание («Не будете учиться, станете дворниками!», «Вызову родителей!», «Останешься на второй год!»), унижение, крик педагога, вызывающий у ребят разную реакцию (от ступора до смеха – это все работа защитного механизма), и др., у обучающихся мотивация исчезает. Путь к более эффективному усвоению информации лежит через экспрессивную, эмоционально окрашенную манеру подачи материала, визуализацию материала, позитивное подкрепление. Взывание к долгу, совести малоэффективны [Семенова, 2010: 153].

Стоит еще сказать, что если чувство страха сочетается с интересом, то аффективно-когнитивной ориентацией человека будет любознательность. Интерес побуждает нас исследовать. Но иногда, исследуя объект, мы оказываемся перед лицом неизвестности. Эта неизвестность может вызывать страх, и этот страх заставляет нас отступить. Но если исследование обещает быть увлекательным, у нас возникает желание продолжить исследование, добраться до сути. Но вновь – чем ближе мы к заветной цели, тем сильнее в нас страх, что истина, к которой мы стремимся, окажется выше нашего понимания, и этот страх может вновь заставить нас отступить. Это балансирование между интересом и страхом. Чтобы жить и развиваться, человек должен обладать некоторой толерантностью к страху.

Список литературы

- [1] *Изард Кэррол Э.* Психология эмоций. – СПб.: Питер, 2009.
- [2] *Ciampi L.* Die emotionalen Grundlagen des Denkens. Entwurf einer fraktalen Affektlogik. Vandenhoeck und Ruprecht, Göttingen, 1997 // Локтионова А. Игровая среда современного ребенка.
URL: <http://www.studfiles.ru/preview/3602639/>
- [3] www.wikipedia.org
- [4] *Лурия А.Р.* Основы нейропсихологии. – М.: Академия, 2015.
- [5] *Семенова О.А., Шамликашвили Ц.А.* Почему ребенку трудно учиться и как ему помочь. – М.: Межрегиональный центр управленческого и политического консультирования, 2010.