

А.Т. Кенжебаева * 

канд.пед.наук., доцент

Таразский региональный университет имени М.Х.Дулати

Тараз, Казахстан

Alimakzt@mail.ru**Д.А. Искакова** 

магистр педагогики

Таразский региональный университет имени М.Х.Дулати

Тараз, Казахстан

03darina@mail.ru

КОГНИТИВНЫЙ НЕОАССОЦИАНИЗМ: РОЛЬ ОТРИЦАТЕЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ

Аннотация. Актуальностью темы «Когнитивный неассоцианизм: роль отрицательных эмоций» является то, что, не смотря на время, вопрос об агрессии и пути успокоения все еще стоит и не решен полностью за счет того, что подобрать индивидуальный план борьбы с агрессией невозможно полностью. В качестве основных решений проблемы были использованы методы с элементами арта, релаксационные упражнения и даже спортивная часть. В аспекте когнитивной оценки рассматриваются базовые и надбазовые эмоции. Если базовые эмоции запускаются врожденными триггерами, то надбазовые — приобретенными в процессе жизнедеятельности конкретного человека. Надбазовые или социализированные эмоции чаще всего имеют когнитивную природу происхождения и появления их в психике. Такие эмоции имеют осознанный характер, так как появляются по факту когнитивной оценки стимула; в свою очередь, появление базовых эмоций, основанных на врожденных стимулах, чаще всего человеком не осознается. Целью исследования выступило положение о преодолении в научной литературе конструкторов о доминировании когнитивных механизмов происхождения эмоций. Объектом исследования выступили эмоции, природа их происхождения. Предметом исследования стала критика когнитивного подхода происхождения эмоций и обоснование важности биологического подхода, где важная роль отводится врожденным и генетическим механизмам появления эмоций. Методологической базой исследования стал анализ научных исследований по проблеме природы и появления в психике базовых эмоций.

Ключевые слова. Когнитивный; неассоцианизм; агрессия; стресс; арт-терапия; университет; медитация; сон; эмоции; студент.

Введение. Теоретические подходы, которые объясняют отрицательные эмоции и агрессии в целом, могут включать в себя биологическое и психологическое направления рассуждений и исследований.

Если мы говорим о биологическом направлении в подходах, то мы обращаем внимание на принципы эволюции и генетики при толковании отрицательных эмоций. В согласовании с социобиологическими принципами трактовки, отрицательные эмоции

возникли в процессе эволюции. Этология трактует так же отрицательное поведение в виде агрессии и говорит о том, что проявление агрессии – это функция внутренней реакции на какое-либо отрицательное воздействие, проявляемая по отношению к себе подобному. Генетика поведения говорит о том, что склонность к проявлению отрицательных эмоций и отрицательному поведению, частично, определяется по генетическим факторам, заложенных в человеке.

Психология включает в себя модели отрицательных эмоций (агрессии), которые рассматривают агрессию со стороны врожденной предрасположенности к определенным реакциям. З.Фрейдом было выдвинуто такое предположение, что агрессия – это инстинкт, который действует согласно принципу удовольствия. Согласно этой теории, отрицательные эмоции и агрессивное поведение побуждается желанием преодолеть психологические барьеры и расстройства. Поздние психологические методы углубляет понимание взаимосвязей фрустрации с агрессией, в рамках которых и вошла в эксплуатацию обобщенная модель отрицательных эмоций, в которой выделяется роль когнитивных моментов и процессов в принятии решений в определении агрессивного поведения [1].

В обобщении, психология объясняет агрессию и открывает возможности избежать вероятность возникновения, которое зависит от разных факторов, зависящих от личности и взаимодействия с внешней средой.

Говоря об агрессии и в целом об отрицательных эмоциях, нельзя не учитывать поведение людей в разных раздражительных ситуациях. При наблюдении за людьми в разных ситуациях, мы можем сделать вывод, что раздражители любого вида влияют на человека с разной мерой.

Актуальность данной темы заключается в том, что на данный момент давление на студентов усиливается с каждым годом, связанное с большим количеством требований. Система обучения включает в себя большую нагрузку, в которой имеется обширная информация, занимающая большое количество времени для изучения материала. При этом наша система образования не подразумевает помощь в решении данной проблемы и снижении уровня стресса. Именно это и подталкивает к попытке решения проблемы.

Ассоцианизм – это старейшее направление в психологии. Закономерность его была установлена английскими и немецкими учёными, которые в дальнейшем сделали эту

тему предметом исследования экспериментальной психологии, в которой эта тема развивалась и в последствии получила свое значение в виде одного из общих принципов в психологии. Мы можем сказать, что ассоцианизм сейчас уже является примером классической психологии [2].

Ассоцианизм также имеет название «ассоциативная психология». Ассоциативная психология – это различные по своей научно-идейной сущности психологические направления, использующие понятие ассоциации в качестве главного объяснительного принципа. [3]

Первые идеи о закономерности в сочетании психических явлений и что они вкладывают в себя телесные постулаты, предложил Аристотель. Но сама эта идея получает широкое распространение только уже в XVII веке, которая дальше становится началом ассоциативной психологии [4].

Так что же в себе несет понятие ассоциаций. Затрагивая тему отрицательных эмоций, можно сказать, что ассоциации делятся на разные виды, которые, так или иначе, можно отнести к ассоциации агрессора, вызывающего отрицательные эмоции у человека.

Примером мы можем взять случай: на обычного работника с нестабильным эмоциональным фоном кричит начальник. Его прилюдно унижают и выставляют не в лучшем виде. Реакция человека может быть неоднозначно, однако учитывая, каким нестабильным является его психическое состояние, высока вероятность всплеска. То есть, в этом случае, агрессором является, условно, начальник, который вызвал в человеке отрицательные эмоции. Чем это так плачевно? Плохой настрой в дальнейшем мешает человеку продолжить начатую им работу. В этом случае применим метод ассоциации, то есть теперь работа ассоциируется у человека с унижением и с пустой тратой времени. И это не как не способствует продуктивности. Стоит отметить, что это может быть лучшим

исходом. В худшем же, человек может сорваться. При легкой вспыльчивости высок шанс того, что ответной реакцией на возбудитель станет агрессия. И ее проявления базируются от колких ответов, до уголовно наказуемых действий.

То же самое касается и студентов. При напряженной работе большинство студентов эмоционально нестабильны. Это связано так же с нагрузкой, сопровождаемой постоянным стрессом. Плачевно в этой ситуации то, что в таком состоянии психика человека находится в шатком состоянии и любой резкий негатив может вызвать у человека ответную реакцию в виде агрессии.

Вернемся к понятию «неассоцианизм», который, по сути, является когнитивным и рассматривает поведение как результат связи между абстрактными психическими единицами анализа, включающие в себя образы, идеи, собственные видение и т.д. Однако, опятьтаки, эти суждения и теории с трудом можно назвать новыми, так как неассоцианизм близок к ассоцианизму, имея схожие идею в обеих теориях.

Так что же такое когнитивный неассоцианизм? Леонард Берковиц выдвигал свою модель когнитивного неассоцианизма, разработав целую схему, в которой можно увидеть столкновение с неблагоприятным событием, которое и приводит к агрессии. Когда человек сталкивается с неблагоприятными событиями, то он сначала испытывает негативное психологическое состояние. Этот негатив побуждает человека прибегать к двум побудительным реакциям: борьба и бегство. Борьба напрямую связывается с агрессивными мыслями и воспоминаниями, а бегство же связывается с попытками избегания конфликта. Обе реакции конкретизируют отрицательные эмоции в гневное эмоциональное состояние и состояние страха. Для выделения этих двух ощущений в более сложные эмоции и происходит дальнейшая когнитивная работа, которая включает в себя оценку изначального положения и последствий этого,

воспоминаний с подобными случаями в прошлом и норм социального поведения, которые связаны с выражением эмоций. Конечно же, эмоции в целом представляют собой «скопление отдельных чувств, экспрессивных двигательных реакций, мыслей и воспоминаний, связанных друг с другом». Так как все эмоциональные встряски и переживание активно связаны друг с другом, предполагается, что при пробуждении одного компонента непременно приводит и к активным действиям второго, при учетывании силы связи между ними. К примеру, когда мы воспроизводим в памяти происшествия из прошлого, которые мы относим к группе неблагоприятных, это может привести к возникновению агрессивных мыслей, которые повышают вероятность выражения агрессивного поведения в другой, но схожей ситуации, так как срабатывает психологическая защита и всплеск агрессии может так же задевать объекты, никак не связанные с раздражителем напрямую.

Из модели Берковица можно выделить, что агрессия – это только одно из возможных реакций организма на внешнее негативное воздействие. То есть это может означать, что агрессия не является неизбежной, это потенциальная реакция человеческого поведения, пробуждаемая или же наоборот, подавляемая эмоциональными переживаниями, которые вызываются неблагоприятной ситуацией [5].

Конрад Лоренц описывал в своих работах функции агрессии, в которой отмечал большое влияние внутривидового соперничества. Он так же указывал на то, что агрессивное поведение вызывается в первую очередь на уровне подсознательной защиты у животных, которые вынуждены выживать, испытывая голод, страх и переживали на этом фоне сильный стресс. Так заложено, что в первую очередь в животном всегда срабатывает инстинкт самосохранения и агрессия – одна из попыток отгородить себя и тем самым спасти. При этом, сам К. Лоренц не считал выражение агрессии полным злом, так как в случае с

внутривидовой борьбой агрессия выступает в виде инстинкта защиты. Однако это касается только животного мира, притом, что сам человек и выражение у него агрессии может иметь плачевные последствия. Конечно же агрессия так же является первичным инстинктом, заложенным в человеке еще предками. Этот инстинкт направлен на сохранение вида. Но инстинкт агрессии опасен в том плане, что предсказать его пробуждение невозможно, так как агрессия сама по себе – всплеск эмоций, который всегда бывает спонтанным [6].

К. Лоренц так же указывал на труды З. Фрейда, который считал, что к числу факторов, вызывающих агрессию, можно причислять недостаток социальных контактов. Но трактовка слов З. Фрейда понималась педагогами совсем не так, как изначально она звучала. Во многом эти слова были восприняты так, словно защита ребенка от любых разочарований с раннего детства может уберечь его от проявления агрессии, при этом ребенку угождали во всем. Как результат, агрессивность была все так же спонтанна и прорывалась в ребенке, как и другие инстинкты. Более того, дети в таком случае становились более наглыми, резкими и агрессивными. И весь трагизм этой ситуации заключается в том, что такие дети, попадая во взрослый мир, сталкивались с реальностью, в которой не было на все готовых ради блага дитя родителей. На таких детей оказывалось большое давление со стороны социальных норм и порядков, от чего большинство детей становились невротиками.

Но помимо того, что агрессия является заложенной в нас защитной реакцией, мы не можем утверждать, что этот инстинкт одинаков у всех. Рубинштейн С.Л. связывал такие «вспышки» с особенностями темперамента. Всем нам известно, что темперамент отмечает четыре типа людей с разными эмоциональными фонами. Зачастую агрессию мы видим со стороны очень впечатлительного человека, очень вспыльчивого и достаточно несдержанного.

Однако опять-таки, мы приходим к выводу, что большое влияние на агрессивное поведение человека указывает воздействие. И чаще всего это воздействие – стрессовая ситуация.

На деле, стресс сам по себе является только реакцией на неблагоприятные факторы извне. Но стресс влечет за собой остальные реакции, которые, так или иначе, взаимодействуют. Тем самым стресс влечет за собой желание отстранить себя от раздражителя. В случае с проявлением агрессии, всплеск эмоций влечет за собой эмоциональное опустошение за счет сброса адреналина. Агрессивное поведение помогает в снижении общего напряжения, но как вариант – это не лучшее, к чему стоит прибегать. Однако, как уже говорилось ранее, контролировать агрессию тяжело. Не всякий раз это бывает возможным, за счет разного влияния. К примеру, если один конфликт человек способен решить без агрессии, то наложение на первичный раздражитель еще один влечет к более резкой реакции [7].

При исследовании я учитывала группу молодых людей, которые находятся под постоянным натиском. Большим фактором для тревожности и агрессии является, помимо общей нагнетенной обстановки, плохой сон. Студенты спали мало, что повышает нервозность, так как недосып расшатывает нервную систему и влечет за собой постоянную усталость, которая в дальнейшем сказывается на продуктивности работы студента. За счет снижения продуктивности студент, как правило, получает низкую оценку и это становится еще одним фактором проявления отрицательных эмоций. Но помимо сна на агрессивное поведение так же влияет и педагогическое угнетение. Это не ново, так как гуманизм хоть и распространен, но не всеми применяется. Таким образом, мы можем сказать, что педагог, имея авторитет перед студентами, не всегда бывает компетентен в своих методах, которые могут не подходить всем студентам. Некомпетентное поведение, а именно принижение достоинства

человека или же прямое унижение личности, приводит к стрессовой ситуации и студент, имея в себе функцию самозащиты, будет стараться защитить себя через выплеск эмоций – агрессию. Как правило проявление агрессии является отклонением от социальных норм. А в нашем понимании все, что отклоняется от нормы – неприемлемое поведение, которое, в свою очередь, может быть административно наказуемо [8].

Таким образом, мы видим тенденцию течения разных обстоятельств на психологическое состояние, в котором я выделила именно те факторы, которые сама выделила при наблюдении за студентами. То есть мы не можем утверждать на полном серьезе, что, к примеру, недосып приведет человека к агрессивному состоянию, или же критика в грубой форме вызовет бурную реакцию. Как правило, во всем прослеживается взаимосвязь, от чего следует, что наложении разных факторов влечет за собой эмоциональный диссонанс, приводящий человека в нестабильное эмоциональное положение.

Однако не всегда стрессовая ситуация имеет плохой эффект. Стресс помогает в обучении за счет встряски. При эмоциональной встряске человеку легче усваивать новый материал и это помогает разрешению проблемы в кратчайшие сроки.

Но опять-таки, каждый человек индивидуален и стресс влияет на каждого по-своему. Отсюда мы приходим к выводу, что стандартная и всем уже привычная система образования не позволяет студенту расслабиться и более того – приводит к отрицательным эмоциям и постоянному напряжению, что резко снижает производительность на занятиях и вместо этого повышает уровень тревожности.

На этапе уже практической проверки методик снижения стресса я, в первую очередь, занималась наблюдением. Выявление эмоциональной нестабильности заняло немного времени, так как агрессивное поведение отслеживалось довольно резко, что

еще раз подтверждает мою теорию. Конечно же, это не была явная агрессия, так как, помимо этого, у студентов присутствует чувство страха. Но отрицательные эмоции подчеркиваются многими мимическими жестами, резкими движениями и работой через силу.

Однако это не дает мне полного основания для утверждения, что студенты действительно испытывают стресс, ведь не каждый человек одинаково проживает те или иные ситуации. Для этого я провела опрос, в котором отмечались вопросы, связанные с тревожностью.

В результате было доказано, что больше половины опрошенных имели риск возникновения стресса в связи с давлением, связанным с учебным процессом и домашними заданиями.

Таким образом, на вопрос «Сколько часов вы спите?», 6 из 9 опрошенных (70%) указали, что спят меньше 4 часов, 3 из 9 (20%) указали, что спят меньше 7 часов, и только 1 человек (10%) указал, что спит полноценные 7 часов. На следующий вопрос «Как часто вы ощущаете усталость во время выполнения учебных заданий?» 5 из 9 (50%) отметили, что это происходит часто, 2 из 9 (25%) отметили, что это бывает иногда, остальные (25%) отметили, что не испытывают давления. На вопрос «Часто ли у вас меняется настроение?», 7 из 9 (80%) ответили, что часто, остальные 2 человека (20%) отметили, что редко. На вопрос, «Как часто вы чувствуете, что еще немного и вы выйдете из себя?», 6 из 9 (70%) отметили ответ «Часто», остальные 3 из 9 (30%) отметили «Редко» (Приложение 4). И на вопрос «Трудно ли вам сосредоточиться на работе или на каком-либо задании?» больше половины, 8 из 9 (90%) отметили ответ «Да», и только один человек (10%) отметил «Нет». На вопрос «Сильно ли вы раздражительны?» почти все (90%) указали на ответ «Да», и только 1 (10%) указал ответ «Нет».

Дальше я так же провела краткий опрос с четырьмя главными вопросами: «Тяжело ли вам дается выполнение учебных заданий?»

«Испытываете ли вы стресс из-за учебной нагрузки?», «Часто ли вы испытываете стресс от напряженной работы?» и «Вызывают ли неудачи у вас сильное раздражение?». Результат данного опроса показал, что примерно половина людей (50%) имеют высокий риск возникновения стресса от переработки, 3 человека (40%) имеют средний риск и 1 человек (10%) не испытывает никаких проблем и имеет самый низкий риск возникновения стресса.

Благодаря этому опросу я смогла выявить, что большая часть студентов, участвующих в моем эксперименте, испытывают тревожность, основанную на тяжелой умственной работе. Данный опрос доказал, что отсутствие методов расслабления приводят студентов к тревожному состоянию их психики, проблем с неврозом и стрессом.

После того, как я проследила динамику и выявила у студентов рисков возникновения стрессовой ситуации, я приступила к следующему этапу. Теперь моей целью было применить нужные методики, которые, по моей теории, должны были помочь студентам.

И для начала, конечно же, я вновь наблюдала за людьми, чтобы подобрать нужные и, самое главное, действенные методы. На данном этапе, по моим наблюдениям, было замечено, что коллективная работа имеет более продуктивный результат и, что примечательно, во время этой работы студенты испытывали меньше стресса, были раскрытыми, а их работа была слаженной.

Таким образом, я смогла выделить нужные мне методы, которые напрямую были бы связаны с групповой работой. К таким методам я отнесла аутогенную тренировку, только изменив ее под студентов. Таким образом, каждый раз, когда они испытывали стресс, я просила их говорить самим себе и друг другу «Я/ты справишься. Это всего лишь трудность, которую мы с тобой сможем решить». Главным в методе было успокоить себя, но не убежать от возникшей проблемы, а решать ее на очищенный разум. Так же

студенты должны были в первую очередь думать о хорошем. В их мыслях не должно было присутствовать «а вдруг...», так как это связывалось с негативом. Вместо этого студенты должны были говорить «Все получится».

И этот метод действительно работал. Мною было подмечено, что подобная поддержка помогала не только самому себе, но и другим. Метод самовнушения давал результат и вскоре студенты уже меньше внимания обращали на мелкие трудности в учебе, а их тревожность уменьшилась.

Но одного метода для удачного завершения данного исследования было мало. Самовнушение помогало только с маленькими проблемами, при этом человек продолжал испытывать стресс от резких замечаний и большой работы. Тогда я решила подключить к аутогенному методу так же метод проигрывания ролей, основоположником которого является Дж. Морено [9]. Мы собирались все вместе после занятий и первым делом определяли, что тревожило студентов. Для этого, в первую очередь, я использовала метод проигрывания ролей. Студенты, один за другим, должны были придумать персонажа, его работу, его привычки и характер, а после отыграть его в той или иной ситуации. По началу, данный метод смущал студентов, так как не каждый был бы готов показывать сценки. Многим это казалось глупым и постыдным. Но со временем все студенты стали подключаться к нашей игре. Это расслабляло их и позволяло оставить на время все свои проблемы.

В результате, студенты все чаще шутили и смеялись, а проигрывание ролей стало для них интересным занятием. Так же студенты, таким образом, могли отыграть и при этом не проявлять агрессию в сторону обидчика, выплескивая ее на несуществующего человека, роль которого они играли. И в конечном итоге частая вспыльчивость неких лиц заметно уменьшилась, что позволяло студентам выполнять работу с большим энтузиазмом.

Так же, для улучшения проводимой мной работы я просила студентов уделять себе хотя бы 5-10 минут и сидеть в абсолютной тишине, не используя никакие гаджеты. Такая «медитация» была направлена на рефлексиию и расслабляла нервную систему. Во время медитации студенты пытались разобраться в причине своего раздражения без каких-либо резких эмоций, что позволяло принимать наиболее разумные решения.

Подобное стоит практиковать каждый день, чтобы в дальнейшем очищать свой мозг от лишней информации и раздражителей. Помимо прочего, это приводило людей в тонус. Им легче давалась последующая работа. И это основывается на том, что наше поколение чаще всего вырастает нервными от напряжения, которое касается не только учебы, но и постоянного напряжения своего мозга для считывания информации, которая, по сути дела, нам и не нужна.

В результате, медитация помогла выстроить большую выдержку студента. Сдерживать эмоции стало проще и, что немало важно, помогло настроиться на быстрое включение в работу.

Помимо этого я так же применяла на студента «Раскраску-антистресс», которая, как бы то ни было, действительно успокаивало нервную систему. За основу был взят уже описанный мною метод арт-терапии. Что существенно, мелкая работа хорошо способствует полному сосредоточению. Студенты, страдающие от рассеянности, после каждодневного курса арт-терапии, были собранными, меньше «летали в облака» и поднимали уровень успеваемости на занятиях, что подчеркивает актуальность этого метода. Но помимо уже перечисленных мной качеств, при помощи этого метода студенты становились более аккуратными, так как раскрашивание мелких элементов подразумевает под собой аккуратность, без лишних движения.

Так же этот метод понравился всем. Он был интересным и, что главное, не заставлял студентов выполнять какие-либо упражнения

для выполнения задания, таким образом нервная система отдыхала, как и мозг, на который теперь не шло большое давление.

Этот метод стал наиболее продуктивным. Более того, работы студентов радовали им глаз, так как цвета окрашивания были подобраны лично ими, по их желанию, а не были навязаны кем-то другим.

Ну и последнее, что я решила выделить, - сон. Большое влияние на нервную систему все же оказывает именно сон. Как правило, люди, которые недосыпают достаточное количество часов, чувствуют усталость, раздражение. Они разбиты в эмоциональном и физическом плане, сильнее подвластны смене настроения и стрессу [10].

Поэтому я просила студентов так же ложиться спать намного раньше их обычного времени. То есть, если студент, условно, ложился спать в 3 часа ночи, а просыпался в 6, то я просила его ложиться раньше, к примеру, в 2 ночи, или же в час. Конечно же это все еще значительно отличалось от положенной нормы сна, но возымело результат. Сон студентов был более нормализованным, а в результате этого раздражительность студентов была понижена. Продуктивность работы же, наоборот, повысилась, ведь теперь студенты не испытывали постоянного желания поспать.

Придерживаясь этим методикам больше двух недель, я заметила, что студенты испытывали меньше стресса, были более разговорчивыми и чаще расслаблялись.

Повторный опрос показал уже меньший уровень тревожности у всех. По общей картине, можно было подметить, что учебный процесс больше не вызывал бывшего напряжения. Методы, которые я предложила студентам привели к тому, что у 80% (7 из 9) уровень тревожности понизился до минимума, а у остальных 20% (2 из 9) наблюдался средний уровень. Такой результат был более чем оптимальным.

В результате моего исследования, можно четко отследить планирование методик и их воздействие на студента. По результату применимости методов, можно сказать, что

студенты действительно нуждаются в психологической разгрузке и групповых тренингах, которые помогут им освоиться и адаптироваться.

Данное исследование никак не пытается сказать, что наша система образования плохая, наоборот, ее масштабы так велики, что не каждый способен в полной мере ее усваивать. Потому я и выделила важность расслабления и очищения своей головы от лишнего. Как было замечено многими учеными, современный мир все чаще заставляет людей ускорять свой режим, чтобы успевать за всем, что происходит вокруг. Это оказывает большое влияние, потому что быстрый темп жизни не всегда подходит личностям, чье эмоциональное состояние находится в большой переменчивости.

Стоит так же отметить, что проведенный мною опыт показывает наличие у студентов не только повешенной тревожности, но и эмоциональной нестабильности, что в дальнейшем приводит к срывам, депрессиям. Как правило никогда нельзя определить состояние человека сразу. Стрессовую ситуацию легко спутать со всплеском эмоций

на фоне темперамента. Так же люди склонны к изменчивости и, если сегодня студент показывает один результат, то завтра он может выдать абсолютно другой результат, склонный к улучшению или же ухудшению.

В заключении я могу сказать, что проводимый мной опыт и подобранные методики повлияли на эмоциональное состояние студентов, повысило уровень производительности на занятиях. Моя гипотеза, что при своевременном диагностировании раздражителей и их предотвращении, влечет к продуктивной работе, снижению отрицательных эмоций, была доказана конечными результатами, в котором уровень стресса был снижен до минимума у большинства студентов, участвующих в данном исследовании. Таким образом я могу сделать конечный вывод, что студентам необходимо отдыхать от загруженности и расслаблять свою нервную систему, дабы в дальнейшем это не переросло в более обширную проблему с более худшими последствиями в виде депрессий, нервных срывов.

Список литературы

1. Фрейд, З. По ту сторону принципа удовольствия (2013) [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=74148>. Дата обращения: 15.01.23
2. Долларда, Дж. Фрустрация и агрессия [Текст] / Дж.Долларда, Л. Дуба, Н. Миллера, Р. Сирса // Монография. - 2016 – 20 с.;
3. Мещеряков, Б.Г. Психологический словарь [Текст] / Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко // Прайм-Еврознак. - 2018 г.
4. Аристотель О душе / [Текст] / Аристотель. – Россия: Neoclassic. – 2021 – 416 с.
5. Берковиц, Л. Гипотеза фрустрации-агрессии: экспертиза и переформулировка [Электронный ресурс] / Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki/>
6. Лоренц, К. Агрессия, или Так называемое зло [Текст] / К. Лоренц. - «АСТ» Москва, 2018 - 36 с.
7. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн. - Питер, 2012 г.
8. Канетти, Э. Психология масс. Хрестоматия [Текст] / Под ред. Райгородского Д.Я. - Самара, 2018г. 205 с.
9. Морено, Дж.Л. Театр спонтанности, психодрама и социодрама: педагогические аспекты [Текст] / Дж.Л. Морено. - Школа сотрудничества. - 2012г.
10. Фрейд, З. Введение в психоанализ [Текст] / З.Фрейд. - Питер 2017 г.

Материал поступил в редакцию 13.02.24

А.Т. Кенжебаева*, Д.А. Искакова

М.Х. Дулати атындағы Тараз өңірлік университеті, Тараз, Қазақстан

КОГНИТИВТІ НЕО-АССОЦИАНИЗМ: РӨЛІ ЖАҒЫМСЫЗ ЭМОЦИЯЛАР

Аңдатпа. «Когнитивті неосоцианизм: жағымсыз эмоциялардың рөлі» тақырыбының өзектілігі мынада: уақыт өткеніне қарамастан, агрессия мәселесі және оны тыныштандыру жолы әлі де болса, мүмкін емес болғандықтан толық шешілмеген, агрессиямен күресудің жеке жоспарын толығымен таңдау. Мәселенің негізгі шешімі ретінде өнер элементтері бар әдістер, релаксация жаттығулары, тіпті спорт түрлері де қолданылды. Когнитивті бағалау аспектісінде негізгі және негізгіден жоғары эмоциялар қарастырылады. Егер негізгі эмоциялар туа біткен триггерлермен қоздырылса, негізгіден жоғары эмоциялар белгілі бір адамның өмірінде пайда болғандармен іске асады. Супербазистік немесе әлеуметтендірілген эмоциялар көбінесе шығу тегі мен психикада пайда болуының когнитивтік сипатына ие. Мұндай эмоциялар саналы сипатқа ие, өйткені олар ынталандыруды когнитивті бағалау фактісі бойынша пайда болады; өз кезегінде, туа біткен ынталандыруға негізделген негізгі эмоциялардың пайда болуы көбінесе адаммен жүзеге асырылмайды. Зерттеудің мақсаты ғылыми әдебиеттерде эмоциялардың пайда болуының когнитивтік механизмдерінің үстемдігі туралы конструкцияларды жеңу болды. Зерттеу объектісі эмоциялар және олардың пайда болу табиғаты болды. Зерттеу пәні эмоциялардың пайда болуының когнитивтік көзқарасының сыны және биологиялық тәсілдің маңыздылығын негіздеу болды, мұнда эмоциялардың пайда болуының туа біткен және генетикалық механизмдеріне маңызды рөл беріледі. Зерттеудің әдіснамалық негізі психикадағы негізгі эмоциялардың табиғаты мен пайда болуы мәселесі бойынша ғылыми зерттеулерді талдау болды.

Тірек сөздер: танымдық; неосоцианизм; агрессия; күйзеліс; арт-терапия; теріске шығару; университет; медитация; ұйқы; эмоциялар; студент.

A.T. Kenzhebaeva, D.A. Iskakova - M.Kh.Dulaty Taraz State University, Taraz, Kazakhstan*

COGNITIVE NEO-ASSOCIANISM:ROLE NEGATIVE EMOTIONS

Abstract. The relevance of the topic “Cognitive neo-associationism: the role of negative emotions” is that, despite the time, the question of aggression and the way to calm down still stands and has not been completely resolved due to the fact that it is impossible to completely select an individual plan for combating aggression. Methods with elements of art, relaxation exercises and even sports were used as the main solutions to the problem. In the aspect of cognitive assessment, basic and suprabasic emotions are considered. If basic emotions are triggered by innate triggers, then supra-basic ones are triggered by those acquired during the life of a particular person. Superbasic or socialized emotions most often have a cognitive nature of origin and their appearance in the psyche. Such emotions are conscious in nature, since they appear upon the fact of a cognitive assessment of the stimulus; in turn, the appearance of basic emotions based on innate stimuli is most often not realized by a person. The purpose of the study was to overcome constructs in the scientific literature about the dominance of cognitive mechanisms of the origin of emotions. The object of the study was emotions and the nature of their origin. The subject of the study was a critique of the cognitive approach to the origin of emotions and the substantiation of the importance of the biological

approach, where an important role is given to the innate and genetic mechanisms of the appearance of emotions. The methodological basis of the study was the analysis of scientific research on the problem of the nature and appearance of basic emotions in the psyche.

Keywords. Cognitive; neoassociationism; aggression; stress; art therapy; denial; University; meditation; sleep; emotions; student.

References

1. Freud, Z. Po tu storonu principa udovol'stvija [On the other side of the pleasure principle (2013)] [Electronic resource] access mode; <https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=74148>. date of contact: 15.01.23
2. Dollard, J. Frustracija i agressija [Frustration and aggression] [Text] / J.Dollard, L. Duba, N. Miller, R. Sears // Monograph. - 2016 – 20 p.;
3. Meshcheryakov, B.G. Psihologicheskij slovar' [Psychological dictionary] [Text] / B.G. Meshcheryakov, V.P. Zinchenko // Prime is a Euro sign. - 2018
4. Aristotle O dushe [On the Soul] / [Text] / Aristotle. – Russia: Neoclassic. – 2021 – 416 p
5. Berkowitz, L. Gipoteza frustracii-agressii: jekspertiza i pereformulirovka [Hypothesis of frustration-aggression: expertise and reformulation][Electronic resource] / Access mode: <https://ru.wikipedia.org/wiki/>
6. Lorenz, K. Agressija, ili Tak nazyvaemoe zlo [Aggression, or the so-called evil] [Text] / K. Lorenz. - "AST" Moscow, 2018 - 36 p.
7. Rubinstein, S. L. Osnovy obshej psihologii [Fundamentals of general psychology] [Text] / S.L. Rubinstein. - Peter, 2012
8. Canetti, E. Psihologija mass. Hrestomatija [Psychology of the masses] Textbook [Text] / Ed. Raygorodsky D.Ya. - Samara, 2018205 p.
9. Moreno, J.L. Teatr spontannosti, psihodrama i sociodrama: pedagogicheskie aspekty [Theater of spontaneity, psychodrama and sociodrama: pedagogical aspects] [Text] / J.L. Moreno. - The School of cooperation. - 2012.
10. Freud, Z. Vvedenie v psihoanaliz [Introduction to psychoanalysis] [Text] / Z. Freud. - St. Petersburg 2017

Ссылка на статью: Кенжебаева, А.Т. Когнитивный неассоцианизм: роль отрицательных эмоций [Текст] / А.Т. Кенжебаева, Д.А. Исакова // Вестник Dulaty University. – 2024. - №2. – С. 168-177 <https://doi.org/10.55956/YKIJ8270>