

УДК 159.9

**ПРОБЛЕМА ВЗАИМОСВЯЗИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО  
ПЕРЕЖИВАНИЯ И ПРОЦЕССА МОТИВАЦИИ В СОВРЕМЕННОМ  
ПРОСТРАНСТВЕ**

Внучко А.Ч.

студент 1 курса магистерской программы Академии гуманитарных  
технологий ЧОУ ВО ЮУ (ИУБиП)

e-mail: vnuchko.andrey@mail.ru

Научный руководитель:

Бюндюгова Татьяна Вячеславовна – к.псих.н., доцент  
кафедры «Психология и управление персоналом»

ЧОУ ВО ЮУ (ИУБиП)

email: tach\_29@mail.ru

Аннотация: В данной статье анализируется взаимосвязь эмоционального состояния человека и процесса мотивации. Определены такие понятия, как «мотивация» и «эмоциональные переживания» в современном пространстве.

Ключевые слова: мотивация, эмоциональное состояние, переживание, стресс, расстройства

**THE PROBLEM OF INTERACTION BETWEEN EMOTIONAL  
EXPERIENCE AND THE PROCESS OF MOTIVATION IN THE MODERN  
WORLD**

Vnuchko A.Ch.

Abstract: In the given article we try to analyze the interaction between the process of motivation and emotional experience of a person. The definition to such terms as “motivation” and “emotional experience” is given.

Keywords: motivation, emotional experience, stress, disorders

Термин «мотив» происходит от латинского слова «emovere», что означает движение или активацию. Мотивация – это действие, побуждающее кого-либо действовать желаемым образом посредством положительного поощрения. Мотивацию можно поставить на одном уровне с лидерством, руководством. Мотивация означает побуждение людей проявлять больше инициативы и интереса к порученной работе. Это искусство добиваться того,

чтобы другие делали что-то добровольно. Так, например, менеджеры могут мотивировать своих подчиненных, направляя их.

Действительно, как доказано многими психологическими исследованиями, процесс мотивации позволяет избежать столкновений и отказа от сотрудничества, приносит гармонию, единство и положительное взаимодействие всех сотрудников. Менеджеры должны работать в качестве мотиваторов для своих подчиненных. Для этого необходима и полезна эффективная коммуникация, правильная оценка проделанной работы и позитивное поощрение. Мотивация вдохновляет и побуждает людей работать больше и вносить свой вклад в достижение целей компании. Другими словами, мотивацией можно назвать создание желания и готовности выполнять работу эффективно.

Мотивация является психологической и социологической концепцией, поскольку она связана с человеческим поведением и человеческими отношениями. Это самая фундаментальная и всепроникающая концепция психологии. Для мотивации приятные слова полезны, но, безусловно, недостаточны. Мотивация в основном связана с человеческими потребностями, желаниями и ожиданиями. Другими словами, эти факторы предполагают меры, которые можно использовать для мотивации сотрудников. Для удовлетворения различных потребностей сотрудников следует приложить немало усилий. Это создает благоприятную среду, благодаря которой работники проявляют больший интерес и инициативу в работе и эффективно выполняют свою работу.

По мнению многих российских и зарубежных психологов тесную взаимосвязь с мотивацией и личностью составляют эмоции, сильные, неконтролируемые чувства, влияющие на поведение. Неудовлетворенные потребности часто приводят к отрицательным эмоциям, вызывая гнев, разочарование или раздражение, и наоборот, если потребности удовлетворены, это может привести к положительным эмоциям, таким как счастье, волнение и удовлетворение. Эмоции - это субъективные

переживания, состоящие из физиологического возбуждения и когнитивной оценки. Для объяснения наших эмоциональных переживаний были выдвинуты различные теории.

Теория Джеймса-Ланге утверждает, что эмоции возникают как функция физиологического возбуждения. Теория Кэннона-Барда утверждает, что эмоциональное переживание происходит одновременно с физиологическим возбуждением и независимо от него. Двухфакторная теория Шахтера-Зингера предполагает, что физиологическое возбуждение получает когнитивные ярлыки в зависимости от соответствующего контекста и что эти два фактора вместе приводят к эмоциональному переживанию. Лимбическая система - это эмоциональная цепь мозга, в которую входят миндалевидное тело и гиппокамп. Обе эти структуры участвуют в нормальной эмоциональной обработке, а также в психологическом настроении и тревожных расстройствах. Повышенная активность миндалевидного тела связана с обучением страху и наблюдается у людей, подверженных риску расстройств настроения или страдающих от них. Было показано, что объем гиппокампа уменьшается у людей, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством.

Способность производить и распознавать выражения эмоций на лице кажется универсальной, независимо от культурного происхождения. Однако существуют культурные правила проявления, которые влияют на то, как часто и при каких обстоятельствах могут выражаться различные эмоции. Тон голоса и язык тела также служат средством передачи информации о наших эмоциональных состояниях.

Сделаем небольшой экскурс в историю. Следует сказать, что всю первую половину века в западной психологии доминировали психоаналитические представления о мотивации поведения. Согласно этим представлениям основные мотивы человека формируются в раннем детстве, в дальнейшем они лишь проявляются, оставаясь неизменными. Например, значительную роль в обучении играет мотивация достижений (и проявляется

в постановке новых целей, стремлении к успеху в деятельности и т. д.). По мнению психоаналитиков, это результат детского конфликта, невротического по своей природе, когда ребенок, стремясь добиться благосклонности своего родителя противоположного пола (сын - матери, а дочь - ее отца), пытается превзойти своего конкурентоспособного родителя. Естественно, такие представления о происхождении формирования амбиций человека, его мотивации достижения практически закрывали возможность целенаправленного формирования этих качеств в более позднем школьном возрасте. Показательно, что под влиянием этих психоаналитических идей в конце 1950-х гг. исследования мотивации достижения обратились к изучению особенностей семейного воспитания, которые могли бы объяснить некоторые существенные индивидуальные особенности детей в выраженности мотива достижения.

В соответствии с теоретическими представлениями основоположников этого подхода, американских психологов Джона Аткинсона и Дэвида Макклелланда, этот мотив формируется из двух противоположных мотивационных тенденций - стремления к успеху и избегания неудачи. Высокий уровень мотивации достижения означал, что у ребенка доминирует стремление к успеху; низкий уровень этого, напротив, свидетельствовал о преобладании у него стремления избежать неудачи. В ходе целого ряда экспериментов было установлено, что высокая мотивация формируется у детей только в таких семьях, где родители всегда повышали уровень своих требований к своим детям и в то же время могли оказывать им ненавязчивую помощь и поддержку, а также отличались мягкостью и теплотой в общении со своими детьми. И, напротив, в семьях, где родители либо игнорировали своих детей, либо относились к ним безразлично, либо осуществляли над ними очень строгий надзор, директивную опеку, у детей становилось доминантным, а потому и низким, стремлением избежать неудачи, сформирован уровень мотивации достижения.

Библиографический список

1. Корень С.В. Личностные характеристики и структура депрессии при аффективных расстройствах (сравнение органического аффективного расстройства и рекуррентной депрессии). 2008 eLIBRARY: научная электронная библиотека. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30316823> (дата обращения: 03.02.2020).

2. Мишинев В. Д., Харитонов В. И. Структура и синдромальный анализ депрессий при эпилепсии в интериктальном периоде. Интеллектуальные ресурсы - региональному развитию [Электронный ресурс] // Психиатрия, психотерапия, клиническая психология. – 2019. – Т.10, № 4. – С. 583-588. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41514373> (дата обращения: 01.02.2020).

3. Суханова М.С. Психологические проблемы, возникающие в процессе трудовой деятельности. Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию [Электронный ресурс] // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2019. – Т. 5, № 3. – С. 453-456. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41353703> (дата обращения: 12.02.2020).

4. Jackson PL, Brunet E, Meltzoff AM, Decety J. Empathy examined through the neural mechanisms involved in imagining how I feel versus how you feel pain. *Neuropsychologia*. 2016; 44(5): 752-761. doi: 10.1016/j.neuropsychologia.2005.07.015.

5. Сипиева А.Н. Эмоциональный интеллект в условиях цифровизации // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2021. – № 1. – С. 216-220.