

## **ИНТЕГРАЛЕН ПРИСТАП ВО ПРОУЧУВАЊЕТО НА ЕМОЦИИТЕ И КОГНИЦИЈАТА. ПОЗИТИВНА И НЕГАТИВНА АФЕКТИВНОСТ И КОГНИЦИЈА**

### **Историски вовед**

Во каков однос се емоциите и когницијата? Проблем што ја разбранува размислата за човековата психа повеќе од два милениума, период за кој постојат пишани документи. Ако не порано, тогаш дефинитивно во мислата на античка Грција, како резултат на обидите да се разбере и објасни вечниот конфликт помеѓу желбата, разумот и страста, во психата се идентификуваат три различни инстанции. Трендот се одразува на главните текови на филозофијата, а е индуциран и во психологијата од самото нејзино раѓање, во форма на барање на специфичните врски меѓу мотивацијата, когницијата и емоциите (Lazarus).

Ова е и моментот кога ќе започне долгиот процес на докажување на улогата и важноста на одделните сфери во психичкиот живот. Платон (според Dalgleish & Power; Forgas, 2001) во „Република“ ќе изнесе мислење дека афектот е примитивен, анимален аспект од човековата природа кој е инкомпатибилен со разумот. Чувствата се непријатели на разумот, па затоа апелира до граѓаните да ги отфрлат при донесувањето одлуки во секојдневниот живот. Трите независни функции дејствуваат како еден вид хомункулуси, при што разумот е највисоката функција, која постојано ги проверува анималните страсти. Ваквиот став силно ќе ја детерминира мислата на западната цивилизација.

Платоновата теза е спротивна на тезата на Аристотел, кој смета дека емоциите како интегрален дел ја содржат когницијата, односно во самата генеза на емоциите е вградена и когницијата. Тука ги датираме и

почетоците на дебатирањето за природата на односот меѓу емоциите и когницијата. Но, за жал, интегралниот пристап на Аристотел е занемаруван два милениума.

Следствено, на овие аспекти на психата почнува да се гледа како на, повеќе или помалку, независни ентитети, како на психички инстанции кои може да се јават заедно но и одвоено, поврзани или не, во меѓузависност или не. Но гледајќи на проблемот од холистичка позиција, суштествено прашање е дали когницијата, емоциите и мотивацијата можат да постојат како независни идентитети, категории? Сигел (според Lazarus, стр. 13) од епистемолошка позиција вели:

„Во природата нема категории. Ние ги конструираме категориите, ги дефинираме нивните параметри и силно се стремиме да откриеме легитимни инстанции што ќе ги претставуваат тие категории. Но, дали постои чиста афективна категорија, без никакви индикации за когнитивна свесност? Дали постои чиста когниција? Сето ова зависи од тоа кого прашувате и од какви критериуми и дефиниции како основа се тргнува во барањето одговори.“

## ИНТЕГРАЛНОСТА НА ЕМОЦИИТЕ И КОГНИЦИЈАТА

Значи, ваквите категории се ништо повеќе од научни фикции. Она што можеме да го прифатиме е дека молекуларниот пристап резултираше со поинтензивни проучувања на потесни подрачја. И разбирливо, на тоа ниво на научната мисла е едноставно невозможно да се вклучат и да се води сметка за сите релевантни димензии на психата, и истовремено да се дојде до суштински откритија. Друго прашање е колку овие откритија допираат до сржта на проучуваните проблеми и колку се исцрпни заклучоците. Секој елемент во природата, па и психичките конституенти не покажуваат исти својства кога се во своето природно опкружување или извадени од тој контекст.

Најчесто во психологијата, на категоријата емоции и когниција се гледало како на когнитивен пристап во проучувањето на емоциите. Но, од осумдесеттите години на минатиот век сè повеќе се проучува нивната меѓузависност. Се проучуваат интегрално, се гледаат како фузионирани, здружени, како целина која ги губи својствата доколку се раздвои на делови. Извонредно тешко е термилошки да се одреди нивниот однос од ваквата позиција, затоа што се инсистира на комплексноста на психичките појави. Тие ќе бидат суштински модифицирани доколку различни аспекти станат ентитети сами по себе. Стеблото на генезата е заедничко. Од еволуционистички аспект, афективното процесирање се смета за антецедент на посложените форми на процесирање на информациите (Adolphs & Damasio во Forgas, 2001; Badcock). Во секојдневните ситуации прашањето на примарноста во јавувањето, меѓу афектот и когницијата, Плучик го поистоветува со прашањето за примарноста на јајцето или кокошката (Lazarus). Една од насоките во истражувањата која произлегува од ваквата холистичка позиција е проучувањето на генезата на когнитивните феномени низ постојаната испреплетеност со афективните влијанија. Притоа, под афективност се подразбира и актуелната емоционална состојба и афективноста како црта на личноста. Денес, меѓу когнитивните психолози постои широк консензус дека емоциите се централни во менталниот и во социјалниот живот, со улога на фундаментални медијатори меѓу внатрешниот и надворешниот свет (Oatley).

## ПОЗИТИВНА И НЕГАТИВНА АФЕКТИВНОСТ И КОГНИЦИЈА

### Неврофизиолошки основи

Во ваков контекст, при определба на емоционалната состојба вообичаено се користи концептот на позитивна и негативна афектив-

ност. Дали станува збор за редукционизам и обид емоционалноста да се сведе на овие две димензии? Секако - НЕ. Концептот како најблиска определба на афективноста на базично ниво, е резултат на сознанијата во неврологијата, па затоа и најсилна поддршка наоѓа токму во современите невропсихолошки теории (Ashby at al., во Isen, 2000; Gray, 2001; Gray at al., 2002; Panksepp; Le Doux & Phelps). Овие автори ја истакнуваат важноста на префронталниот кортекс, хипокампусот, амигдалата и режимот на невротрансмитерите во сложените афективно-когнитивни процеси.

Така, ослободувањето на допамин во префронталниот кортекс (caudal anterior cingulate cortex ) ја зголемува флексибилноста при селектирањето на когнитивните перспективи и во менувањето или префрлувањето од една на друга алтернативна когнитивна перспектива. Допамин е невротрансмитер кој се асоцира со состојбата на субјективно доживување на награда, чувство на пријатност или позитивна афективност. Ова имплицира инволвираност на афектот во севкупното когнитивно функционирање, а само како примери: влијание на позитивната афективност при креативното мислење, отвореноста за информации, анализа и интеграција на идеи, ефективно решавање на проблеми, при донесувањето одлуки, или во овозможувањето на речиси симултано задржување на сопствените и туѓите перспективи, на што можеби се должат социјалните ефекти на позитивната афективност, докажувана децении наназад, како кооперативноста, преговарачките вештини, пријателството или социјалната одговорност.

Познато е дека информациите од сетилата прво доаѓаат до таламусот. Но, она што долго време не се знаеше е дека оттаму тие истовремено се шират по две различни синаптички патеки: по едната кон префронталниот кортекс, а по другата, многу побрза - до амигдалата. При активноста во амигдалата, на секое наше искуство му се „придава“ позитивна или негативна валенца, односно уште во раната фаза на обработката, искуството се моделира барем според образецот пристапување или повлекување (approaching – withdrawal). Имајќи ја на ум исклучително

интензивната невролошка поврзаност на амигдалата и префронталниот кортекс, и знаејќи дека префронталните кортикални резени се одговорни за работната или егзекутивната меморија (значи посредуваат во извлекувањето содржини од долготрајната меморија при когнитивното функционирање), се наметнува заклучокот дека од афективноста зависи не само одржувањето на работната меморија и вниманието, туку многу често и квалитетот и природата на она што когнитивно се обработува.

Овие механизми само ја презентираат, но не ја исцрпуваат научната документација за интегралноста на афективните и когнитивните процеси на невролошко ниво.

### **Некои концепти за афективноста како црта на личноста**

Можеби најпознат и најчесто цитиран концепт во кој некои димензии на личноста се определуваат и како афективни диспозиции, е Ајзенковиот, зборувајќи за екстраверзија и невротизам во овој контекст (Eysenck & Eysenck, 1985, во Gray & Braver, 2001). Екстраверзијата се асоцира со позитивна афективност, грегарност и побудливост (arousability), додека невротизмот со негативна афективност. Овие две димензии цврсто се поврзуваат со индивидуалната приемливост или осетливост за позитивни и за негативни емоционални состојби. Екстраверзијата и невротизмот се воедно и двата од петте фактори во можеби најшироко прифатениот факторски модел на личноста во последниве децении, моделот на Коста и Меккри. Според самите автори на нив можеме да гледаме како на позитивна и негативна афективност (Costa & McCrae, Gross et al., Larsen & Ketelaar, Watson & Tellegen, Zelenski & Larsen, во Gray & Braver, 2001; Joseph Ciarrochi, et al., 2001). Греј (Gray & Braver, 2001) слично како кај претходно наведените автори, дефинира две афективни димензии на личноста. Зборува за осетливост за знаци или дразби кои водат кон награда, и осетливост за знаци или дразби кои водат кон казна. Тоа се таканаречените: систем за активација или пристапување и систем на инхибиција. Смета дека нашето однесување е когнитивно контролирано

токму од овие две димензии, преку нивната асоцираност со функционирањето на работната меморија. Зборувајќи за позитивната и за негативната афективност како црти на личноста, мораме да имаме на ум дека на нив не се гледа ниту како на паралелни, ниту како на симетрични димензии.

### **Афективно-индуцирани когнитивни процеси**

Когнитивното функционирање е испитувано во меѓузависност со афективноста не само како црта на личноста туку и како актуелно расположение. Идејата е кај субјектите да се индуцира извесно расположение и во таква психичка состојба да се проучува когницијата. Наодите покажуваат дека афектот не само што влијае на самиот **процес** на мислење, туку и на неговата **содржина** (Isen, 1999; Isen, 2000; Forgas, 2001). Огромната истражувачка маса потврдува дека нема аспект од она што го нарекуваме когнитивна сфера кој не е под влијание на афектот. Веќе е споменато дека афективноста го одредува капацитетот на работната меморија, а по аналогија и обемот на вниманието. Имајќи го ова како основа, можеме да претпоставиме какви ќе бидат резултатите од оперирањето со информациите од нашето опкружување кога сме под влијание на позитивна, негативна или неутрална афективност.

Меморијата е повеќестрано детерминирана од афективноста. И кодирањето на информациите во помнењето и извлекувањето на содржини од меморијата, се потпомогнати и поефикасни за оние информации што се конгруентни на актуелната емоционална состојба. Од друга страна, информациите при когнитивната обработка меѓусебно се здружуваат не само на семантичка основа, туку и според афективниот квалитет. Така, различни настани, места, лица и други содржини, формираат „јазли“ кои ги обединува заедничката емоција. Следствено, веројатно е дека актуелната емоционална состојба ќе биде моќна асоцијација која ќе го поттикне извлекувањето од меморијата на содржина која е слично емоционално обоено. Овие процеси го сочинуваат

таканаречениот „триаголник на емоциите и меморијата“ (Parrot & Spackman; Ellis & Moore; Christianson & Engelberg). Затоа во позитивно расположение полесно и почесто се прisetуваме на весели и позитивни нешта од скорешното и дамнешното минато. Полесната достапност на едни или други содржини во оперативната меморија влијае и на квалитетот на конструкциите на мисловниот процес. Форгас и соработниците го даваат т.н. „Модел на инфузија на афектот“, кој го имплементира пред сè кај донесувањето социјални судови и резонирање. (Forgas & Vargas, 2000; Forgas, 2001). Кога од луѓето се бара да состават приказна врз основа на слика со двосмислена или нејасна содржина, оние со негативно расположение составуваат повеќе негативни приказни (и обратно). Нечие однесување ќе биде различно проценето од луѓе во различно расположение.

Се поставува прашањето дали позитивниот афект секогаш го потпомага (фацитира) и го прави поефикасно мислењето? Често - да. Секако го потпомага кога треба да е флексибилно, брзо, да интегрира различни идеи. Затоа, можеме да кажеме дека позитивниот афект го прави поуспешно решавањето проблеми воопшто, креативното решавање проблеми и иновацијата, како и донесувањето одлуки. Позитивен ефект има и на мислењето при социјални интеракции (Isen, 2000), со што го потпомага или го стимулира про-социјалното однесување, како на пример поголема дарежливост или пружање помош (како што порано беше наведено, поради флексибилноста во заземањето и менувањето на алтернативни перспективи, што е секако предуслов и за емпатија).

Често го потпомага, но сепак не секогаш. Интересно, согласно на својот модел, Форгас доаѓа до заклучок дека колку подолго размислуваме при донесувањето на некоја важна одлука, што подразбира развој на извесна емоционалност, толку повеќе овозможуваме вплетување на сè повеќе емоционално обоени содржини. Освен тоа, при позитивен афект оперираме претежно со содржините за кои сме заинтересирани. Во фокусот на вниманието не се споредните информации кои евентуално може да бидат од големо значење. При негативна афективност се

проверуваат многу повеќе информации вон средиштето на интересот, поради што таквото мислење е и „повнимателно“.

Интегралниот природ резултираше со употреба на емоционални атрибути за дефинирање на различни когнитивни процеси или интелектуални способности. Како пример, Аверил (Averil, 1999) го воведува поимот емоционална креативност. Но се среќаваме и со афективна работна меморија, и со емоционално помнење (Christianson & Engelberg).

### **Натамошни импликации**

Интегралниот пристап во проучувањето на емоциите и когницијата директно или суптилно се имплементира во различни области на психологијата, во теоретски и практични дисциплини, но и интердисциплинарно.

На пример, творците на оригиналниот, инаку потесен концепт на емоционална интелигенција (некои од нив се и цитирани во статијата), се водени од наведените принципи. Како промотори на пристапот кон емоционалната интелигенција како способност (Salovey et al.; Mayer, Salovey & Caruso, во Mayer), на неа гледаат како на композит од четири способности. Покрај способноста емоциите да се восприемаат точно, и способноста емоциите да се управуваат, владеат или менаџираат, ја истакнуваат и способноста да се успее емоциите корисно да учествуваат, или да послужат во потпомагањето на мислењето, како и способноста да се разберат емоциите и нивните значења.

Од самите почетоци на проучувањето на друга интердисциплинарна област - стресот, многу автори имплицитно настапуваат од позицијата на интегралност на емоциите и когницијата. Лазарус, еден од водечките творци на психолошките теории на стресот, смета дека без процена на ситуацијата како загрозувачка нема ни доживување на стрес. Притоа, под процена се подразбира когнитивна обработка на релевантните информации. На оваа примарна процена, Тејлор ја надоврзува секундарната процена на сопствената способност за превладување на



стресот, врз база на личните и социјални ресурси кои се достапни (во Berger, D.). Тоа значи дека и при не многу интензивен стресор, доколку примарната а особено секундарната проценка се неповолни, стресот може да се доживее со висок интензитет. Она што нас нè интересира, во контекст на основната тема, е моментот што овие проценки ги врши лицето кое е со извесна матрица на позитивна - негативна афективност, а е под влијание на настан што индуцира силна емоционалност. Значи, секундарната проценка се врши со помалку или повеќе ограничени когнитивни капацитети, внимателно или недоволно внимателно испитувајќи ги сите алтернативи. Решението на проблемот ќе се бара флексибилно или ригидно, а ќе се оперира со „атачираните“ искуства од минатото кои не е сеедно дали се позитивни или негативни.

Тенденцијата човековата психа да се проучува интегрално и интердисциплинарно продолжува и придобива нови следбеници во разрешувањето на многу нејаснотии. Одговор чека и механизмот на плацебо ефектот - една навидум едноставна појава, која е задоволително објаснета. А вистинскиот феномен кој зачудува и претпоставувам уште долго време ќе нè остави неми, е како всушност идејата, мислата, чувството, т.е. нематеријалното, резултира или се претвора во ендоепијати, т.е. во материјално.

(Рецензент: *Проф. д-р Виолејта Арнауцова*)

## Литература

1. Averil, J. R., (1999). Creativity in the Domain of Emotion. Bo *Handbook of Cognition and Emotion*. Dalglish, T., & Power, M., (eds.) Chichester: John Wiley & Sons Ltd. 765-782.
2. Badcock, C., (2000). *Evolutionary Psychology*. Cambridge: Polity Press.
3. Berger, D., (1997). *Zdravstvena Psihologija*. Beograd: Centar za primenjenu psihologiju.
4. Christianson, S.-A., & Engelberg, E., (1999). Organization of Emotional Memories. Bo *Handbook of Cognition and Emotion*. Dalglish, T., & Power, M., (eds.) Chichester: John Wiley & Sons Ltd. 211-229.
5. Dalglish, T., & Power, M., (1999). Preface. Bo *Handbook of Cognition and Emotion*. Dalglish, T., & Power, M.,(eds.) Chichester: John Wiley & Sons Ltd.
6. Ellis, H. C., & Moore, B. A., (1999). Mood and Memory. Bo *Handbook of Cognition and Emotion*. Dalglish, T., & Power, M.,(eds.) Chichester: John Wiley & Sons Ltd. 193-211.
7. Forgas, J. P., (1999). Network Theories and Beyond. Bo *Handbook of Cognition and Emotion*. Dalglish, T., & Power, M., (eds.) Chichester: John Wiley & Sons Ltd. 591-613.
8. Forgas, J.P., & Vargas, P.T., (2000). The Effects of Mood on Social Judgement and Reasoning. Bo *Handbook of Emotion*. Lewis, L., & Haviland-Jones, J.M., (eds.) New York: The Guilford Press. 350-367.
9. Forgas, J. P., (2001). Affective Intelligence: The Role of Affect in Social Thinking and Behavior. Bo *Emotional Intelligence in Everyday Life. A scientific Inquiry*. Ciarochi, J. Forgas, J. P., & Mayer, D.M., (eds.) Philadelphia: Psychology Press. 46-66.
10. Goleman, D., (2001). *Emocionalna Inteligencija*. Beograd: Geopoetika.
11. Gray, R. J., (2001). Emotional Modulation of Cognitive Control: Approach-Withdrawal States. *Journal of Experimental Psychology: General*. Vol.190. No. 9. 436-452.
12. Gray, R.J. at al., (2002). Integration of emotion and Cognition in the Lateral Cortex. [www.pnas.org](http://www.pnas.org). PNAS/ March 19/Vol.99. No. 6. 4115-4120.
13. Gray, R. J., & Braver. T. S., (2003). Personality Predicts Working Memory Related Activation in Caudal Anterior Cingulate Cortex. [www.CognitiveAffective & Behavioral Neuroscience](http://www.CognitiveAffective&BehavioralNeuroscience).
14. Isen, A. M., (1999). Positive Affect. Bo *Handbook of Cognition and Emotion*. Dalglish, T., & Power, M., (eds.) Chichester: John Wiley & Sons Ltd. 521-541.
15. Isen, A. M., (2000). Positive Affect and Decision - Making. Bo *Handbook of Emotion*. Lewis, L., & Haviland-Jones, J.M., (eds.) New York: The Guilford Press. 417-435
16. Lazarus, R. S., (1999). The Cognition – Emotion Debate: A Bit of History. Bo *Handbook of Cognition and Emotion*. Dalglish, T., & Power, M., (eds.) Chichester: John Wiley & Sons Ltd. 3-2.

17. Le Doux, J. E., & Phelps, E. A., (2000). Emotional Networks in the Brain. Bo *Handbook of Emotion*. Lewis, L., & Haviland-Jones, J. M., (eds.) New York: The Guilford Press. 157-172.
18. Mayer, D. J., (2001). A Field Guide to Emotional Intelligence. Bo *Emotional Intelligence in Everyday Life. A scientific Inquiry*. Ciarochi, J. Forgas, J. P., & Mayer, D. M., (eds.) Philadelphia: Psychology Press. 3-24.
19. Oatley, K., (1999). Foreword. Bo *Handbook of Cognition and Emotion*. Dalglish, T., & Power, M., (eds.) Chichester: John Wiley & Sons Ltd.
20. Panksepp, J., (1998). *Affective Neuroscience: The foundations of Human and Animal Emotions*. New York: Oxford University Press.
21. Parrot, W.G., & Spackman, M.P., (2000). Emotion and Memory. vo *Handbook of Emotion*. Lewis, L., & Haviland-Jones, J.M., (eds.) New York: The Guilford Press. 476-490.
22. Salovey, P. at al., (2000). Current Directions in Emotional Intelligence Research. Bo *Handbook of Emotion*. Lewis, L., & Haviland-Jones, J. M., (eds.) New York: The Guilford Press. 504-522.

## SUMMARY

Ognen SPASOVSKI

### INTEGRAL APPROACH TO RESEARCH OF EMOTIONS AND COGNITION

Since Plato, human psyche is divided into three independent entities: Emotion, cognition and motivation, what strongly determined western thought along centuries. These aspects lose the essential characteristics having in whole, like a cell in vitro vs. in vivo. In the nature there are no categories, we create them artificially.

Today in the world exist broad accepted integral approaching to the affectivity and cognition. Findings are based in neuro-psychology, where dominant roles in this field are playing by pre-frontal cortex, amigdala and neurotransmitters, among others.

When speaking about affectivity, both actual mood and affectivity as personal dimensions are considered. Affectivity has strong induction effect on cognition as a whole. Some of the effects on specific cognitive processes are emphasized, like changes in the capacity of the attention, working memory and mood dependent memory, thinking flexibility and thinking in social interactions, as well as implications in concepts of emotional intelligence and mechanism of stress.

*Key words: emotions, affectivity, cognition, neuropsychology, affect induction, mood-dependence, personality dimensions, integral approach, cognitive processes.*