

УДК 159.99

Влияние мозга на эмоциональный настрой

Гаман Игорь Евгеньевич – студент Инженерно-строительного факультета Донского государственного технического университета.

Аннотация: Статья о механизмах получения приятных и избегании неприятных эмоций с доступными примерами.

Ключевые слова: Мозг, эмоции, чувства.

Мало для кого окажется новостью, что все, что мы видим, слышим, осязаем, чувствуем - создано нашим мозгом.

Все наши чувства - приятные, неприятные, нейтральные - вызваны химией мозга. Если простыми словами, то в мозге существует несколько отделов, которые "впрыскивают" в кровь химические вещества, регулирующие наш эмоциональный настрой.

Если "приятных" химических веществ будет больше, то наше внутреннее состояние субъективно будет ощущаться как счастливое, радостное, веселое.

Если же "приятных" будет мало, то мозг будет сигнализировать нам негативными эмоциями о том, что что-то идет не так и с этим нужно что-то делать.

Науке известно, в ответ на какие стимулы выделяются "приятные" химические вещества и "неприятные". Существуют 3 основных категории явлений, включающих впрыск приятных стимулирующих нейромедиаторов (веществ, с помощью которых нейроны

общаются друг с другом): пища, размножение и власть (доминантность).

Разберем каждый из них на примерах. Допустим, Вы по пути с работы домой нашли на дороге 100 долларов. Мозг тут же определит, что данную находку можно поместить в ячейку "пища" (так как на сто долларов можно купить себе много бутербродов или посидеть покушать в ресторане) и выбросит в кровь дофамин (основной химический передатчик, регулирующий нашу мотивацию, запоминание и дающий приятные положительные эмоции).

Если в этом ресторане Вы встретите привлекательную женщину (если Вы - мужчина), которая обратит на Вас внимание, то в крови сразу повышается уровень химических веществ, регулирующих приятный эмоциональный настрой по категории "размножение" (для мозга важен не столько сам факт размножения, сколько все, что к этому может привести: внешность, здоровье, молодость, популярность у противоположного пола и так далее).

Если же в ресторане помимо Вас появился еще один мужчина - конкурент, который также положит глаз на привлекательную женщину, и Вы оказались одеты более стильно, если во время случайной беседы у барной стойки Вы оказались более осведомленным в плане истории этого ресторана, если у Вас есть мнение по поводу блюд из меню этого ресторана со своими предпочтениями, если официанты в первую очередь обслуживают именно Вас, то мозг делает вывод, что по категории "доминантность/власть" вы обошли собеседника, и в качестве награды вам начисляется новая порция приятных химических подкрепляющих веществ.

Во время подкрепления, вместе с приятными эмоциями в мозге происходят физические процессы, которые "склеивают" ассоциативно модели поведения, приведшие Вас к награде. Например, если Вы были одеты в серый пиджак, замшевые туфли и говорили спокойным голосом в то время, когда на Вас обратила внимание та женщина, то мозг ассоциативно "склеит" нейронные цепочки, отвечающие за эти паттерны. В мозге физически появится транспортная цепь от нейронов отдела, отвечающего за категорию размножения к нейронам, отвечающим за запоминание одежды (пиджака и замшевых туфель) и Вашего стиля разговора (спокойная медленная речь). Субъективно это будет ощущаться так: "одену этот пиджак и туфли - буду популярен у девушек". И при следующем желании познакомиться с девушкой у Вас в голове будет всплывать мысль о том же пиджаке, туфлях и голосе.

За выигрыш в каждом из перечисленных трех пунктов вам начисляется порция "пряников". За проигрыш в каждом пункте (если вы не нашли, а, наоборот, потеряли 100 долларов, если женщина обратила внимание в ресторане не на Вас, а на Вашего собеседника, который оказался более умным, более харизматичным) мозг бьет вас кнутом, отбирая пряник. Таким образом, если отслеживать наши реакции, заранее просчитывать реальность выигрыша или проигрыша по каждому из трех пунктов, мозг будет кушать пряники гораздо чаще, чем бить нас кнутом.

Список литературы

1. Белоконев Г.П., Федосеенков А.В. Педагогическая культура в высшей школе: учеб. пособие. Ростов н/Д: Рост. гос. строит. ун-т. 2005. 60 с.
2. Федосеенков А.В. Социальная маргинальность: экзистенциальный аспект: автореф. дис. канд. филос. наук. Ростов на/Д., 1998. 24 с.
3. Федосеенков А.В. Философия жизни: овеществление и персонализация. В кн.: Строительство - 2015: Современные проблемы строительства. – 2015. – С. 368-370.
4. Федосеенков А., Майданская И. 2012. Синкретические ценности "калифорнийской идеологии". - Науковедение. С. 216 Доступ: <http://naukovedenie.ru/PDF/77prgsu412.pdf> (проверено 29.11.2017).
5. Майданский А.Д., Полухин О.Н., Федосеенков А.В. Деятельностный подход и принцип рефлексивности в науке. Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Философия. Социология. Право. 2015. Т. 33. № 14 (211). С. 28-33.
6. Борцов Ю.С., Веселая Т.В., Драч Г.В., Запрудский Ю.Г., Коновалов В.Н., Королев В.К., Коротец И.Д., Лубский А.В., Фомина С.И., Федосеенков А.В., Чичина Е.А., Штомпель Л.А., Штомпель О.М. Человек и общество (культурология). – Словарь-справочник / Ростов-на-Дону, 1996.
7. Философия и сказка. Сборник научных трудов / Москва-Берлин, 2015.
8. Федосеенков А.В. Философия жизни: экзистенциальный аспект социальной маргинальности. – Ростов н/Д, 2014. – 138 с.
9. Майданский А. Д., Федосеенков А. В. О категориях качества и количества//Проблемы регионального управления, экономики, права и инновационных процессов в образовании: IV Международная научно- практическая конференция. Том 3. Гуманитарные науки в современном образовании. – Таганрог, 2005. – 322 с.

{social}