

ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ПРИКОСНОВЕНИЙ НА ЧЕЛОВЕКА

Н.А. Любимов, студент

Г.А. Чеджемов, старший преподаватель

Самарский государственный экономический университет
(Россия, г. Самара)

DOI: 10.24411/2500-1000-2019-11247

Аннотация. В данной статье рассматривается феномен эмоциональных прикосновений как способа взаимодействия; анализируется степень их влияния на человека. Описывается, какое влияние оказывается на человека во время эмоциональных прикосновений, а также, чем это вызвано.

Ключевые слова: эмоциональные прикосновения, прикосновения, объятия, поцелуи.

Человек, как социальное существо, всегда находится в обществе и постоянно вступает во взаимодействия с другими людьми. Люди от природы склонны к тому, чтобы жить в согласии с самими собой, своим мировоззрением, убеждениями, принципами, философией. Именно это позволяет нам чувствовать себя целостными и удовлетворенными [1, с. 86]. В обществе существуют различные способы социального взаимодействия: вербальный, невербальный, физический и мысленный. В статье рассматривается физическое взаимодействие между индивидами, а именно, прикосновения. Существуют различные виды прикосновений, В. Березкина-Орлова [2, с. 516] выделяет следующие виды:

– случайное, непреднамеренное прикосновение (например, неожиданное столкновение во время передвижения);

– прикосновение как маркер внимания при разговоре (например, прикосновение к ладони, колену или плечу для привлечения внимания партнера);

– социальное прикосновение (например, ритуализированное или стандартное пожатие руки или легкое объятие при приветствии или прощании);

– прикосновение как выражение терапевтического отношения (например, рука терапевта на плече клиента, когда тот переживает горе, или так называемые «родительские» жесты при регрессивной работе, такие как покачивание и т.д.);

– прикосновение как техника;

– враждебное, агрессивное и сексуальное прикосновение.

Прикосновения как выражение терапевтического отношения также можно назвать эмоциональными прикосновениями.

Ученые из Финляндии подтвердили, что прикосновения очень важны для обмена эмоциями и поддержания взаимоотношений между людьми. Их исследование [3], основанное на опросе, показывало зависимость типов контактов от близости между людьми. Из этого можно сделать вывод, что чаще всего человек испытывает положительные эмоции при взаимодействии с близким человеком, а также, для близкого человека существует совершенно другие телесные паттерны прикосновений, отличающийся от паттернов для незнакомых людей. В подтверждение этого положения можно привести цитату М. Коццолино: «Физический контакт служит индикатором статуса и близости взаимодействующих лиц» [4, с. 147].

Прикосновения также имеют исследовательский характер. Например, маленькие дети через касание осуществляют познание мира. Как отмечает Г.Е. Крейдлин «В раннем детстве “трогать” просто тождественно “познавать”» [5, с. 419]. Сканирование мозга показало, что когда ребенок трогает что-либо, у него активируется орбитофронтальная кора, часть мозга, ответственная за обучение и принятие решений.

Также очень важны взаимные прикосновения между родителями и детьми. Например, поглаживание ребенка оказывает на него успокаивающее воздействие. Такая взаимосвязь позволяет ребенку вернуть чувство безопасности и уверенности. Как

показало исследование [6], дети, которые вырастают без эмоциональных прикосновений, тяжело интегрируются в общество, или могут иметь серьезные задержки в развитии.

Учитывая все вышесказанное, мы можем выделить два основных типа влияния на человека:

1. Влияние на психику.
2. Влияние на здоровье.

Разберемся подробнее какое влияние оказывают эмоциональные прикосновения на психику человека.

Во-первых, с их помощью человек может избавиться от экзистенциальных переживаний и неуверенности в себе. Как объясняет, Сандра Кул, исследователь из Амстердамского свободного университета – «Даже мимолетные и на первый взгляд обыденные касания могут помочь эффективнее справляться с проблемами экзистенциального характера».

Во-вторых, эмоциональные прикосновения успокаивают нервную систему и предотвращают стресс. Так как, например, при поцелуе, в организме человека выделяются эндорфины – гормоны счастья, а при объятиях – окситоцин – нейропептид, способствующий появлению чувства доверия и привязанности.

В-третьих, эмоциональные прикосновения в качестве поддержки активируют у

женщин долю мозга, называемую вентральный стриатум, известный как «центр вознаграждений».

Далее, рассмотрим, как влияют эмоциональные прикосновения на здоровье человека:

– Во-первых, эмоциональные прикосновения оказывают значительное положительное влияние на сердце. Так, например, во время объятий при прикосновении активизируются рецепторы давления – тельца Пачини. Эти тельца посылают сигнал блуждающему нерву, волна которого ответственна за снижение артериального давления. А вот поцелуй заставляет сердце быстрее сокращаться, из-за чего клетки получают большее количество кислорода.

– Во-вторых, слюна, передающаяся при поцелуе, предохраняет зубы от кариеса, из-за своего химического состава.

– В-третьих, эмоциональные прикосновения смягчают болезненные ощущения. Если, например, партнеры держатся за руки, когда один из них испытывает боль, усиливается синхронизация между центральными областями мозга у реципиента боли и правым полушарием партнера.

Подводя итоги, можно сказать, что эмоциональные прикосновения – это неотъемлемая часть жизни человека, позволяющая ему интегрироваться в общество, и оказывающая на него значительное влияние.

Библиографический список

1. Нуруллаева Г.И., Чеджемов Г.А. Смена социальных ролей индивида в процессе социализации // Известия Института систем управления Самарского государственного экономического университета. 2017. №1 (15). С. 84-87.
2. Берёзкина-Орлова, В.Б. Этика прикосновения / Психология телесности между душой и телом / ред.-сост. В.П. Зинченко, Т.С. Леви. – М., 2005. – С. 507-520.
3. Электронный ресурс. – Режим доступа: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4653180/>
4. Коццолино М. Невербальная коммуникация. Теория, функции. Язык и знак. – М.: Когито-Центр, 2006. – 320 с.
5. Крейдлин Г.Е. Невербальная семиотика. Язык тела и естественный язык. – М.: Новое литературное обозрение, 2002. – 592 с.
6. Электронный ресурс. – Режим доступа: <https://www.newyorker.com/science/maria-konnikova/power-touch>

INFLUENCE OF EMOTIONAL CONTACT ON HUMAN

N.A. Lyubimov, *student*

G.A. Chejmov, *senior lecturer*

Samara state university of economics

(Russia, Samara)

***Abstract.** This article discusses the phenomenon of emotional touch as a way of interaction; the degree of their influence on a person is analyzed. Describes the impact on a person during emotional touch, as well as what caused it.*

***Keywords:** emotional touches, touches, hugs, kisses.*