

Spis treści

Przedmowa do wydania polskiego	XI
Przedmowa	1
Wstęp	3
Podziękowania	5
Rozdział 1	
Podejścia teoretyczne do emocji	7
Wprowadzenie	7
Fundamenty psychologii emocji	7
Karol Darwin: podejście biologiczne	7
William James: podejście somatyczne	10
Zygmunt Freud: podejście psychoterapeutyczne	12
Zaplecze filozoficzne i literackie	15
Arystoteles: podejście pojęciowe	15
René Descartes i Baruch Spinoza: podejście filozoficzne	18
George Eliot: podejście literackie	22
Punkt kulminacyjny badań współczesnych	25
John Harlow i Walter Hess: nauka o mózgu	25
Magda Arnold i Sylvan Tomkins: nowe teorie psychologiczne	29
Alice Isen i Gordon Bower: eksperymenty nad skutkami emocji	31
Erving Goffman i Arlie Russell Hochschild: perspektywa dramaturgiczna	34
Wspólne wątki	37
Podsumowanie	38
Lektura uzupełniająca	38
Rozdział 2	
Kulturowe interpretacje emocji	39
Kontekst kulturowy	39
Romantyzm	40
Ludzie z innych kultur w porównaniu z nami	43
Klimaty emocjonalne	47
Czy istnieją uniwersalia emocji?	50

VI Spis treści

Różnice w zakresie bodźców wyzwalających i ich interpretacji w różnych kulturach	51
Reguły okazywania emocji	53
Konstruowanie kulturowe a społeczne funkcje emocji	55
Miłość namiętna	56
Zakochanie	57
Średniowieczna miłość dworska	57
Bycie zakochanym jako przejściowa rola społeczna	59
Podsumowanie	60
Lektura uzupełniająca	61

Rozdział 3

Ewolucja emocji	62
Ekspresja emocjonalna: zjawisko naturalne, lecz szczątkowe?	62
Emocje, odruchy, schematy działania i predyspozycje	63
Pankulturowe rozpoznawanie mimicznej ekspresji emocji	65
Wzorce działania charakterystyczne gatunkowo	70
Pochodzenie właściwości emocjonalnych rodzaju ludzkiego	72
Życie społeczne naszych żyjących krewnych – naczelnym	72
Dowody ludzkiej spuścizny	79
Tryb życia łowiecko-zbieraczy	80
Przywiązanie u ludzi i innych naczelnym	84
Emocje jako podstawa interakcji społecznych	88
Intencjonalność emocji	88
Emocje społeczne	89
Wyjątkowość obiektu relacji u ludzi	91
Podsumowanie	93
Lektura uzupełniająca	93

Rozdział 4

Czym jest emocja?	95
Definicje i przykłady emocji	95
Koncepcje emocji oparte na prototypach	97
Proces emocjonalny	98
Ocenia poznawcza	99
Wartościowanie kontekstowe	102
Gotowość do działania	104
Ekspresja, zmiany somatyczne, działanie	106
Relacje między bodźcami wyzwalającymi, doświadczeniem, ekspresją i zmianami somatycznymi	115
Czym naprawdę są emocje?	122
Domena afektywna: emocje – nastroje – dyspozycje	124
Składniki emocji podstawowych	129
Podsumowanie	131
Lektura uzupełniająca	132

Rozdział 5

Mózgowe mechanizmy emocji	133
Jak działają mózgowie mechanizmy emocji?	133
Wczesne badania nad lezjami i stymulacją mózgu	135
Układ prążkowany	137
Układ limbiczny	139
Emocje a kora nowa	143
Ciało migdałowe jako komputer emocjonalny	150
Neurochemia, modulacja i emocje	152
Przywracanie funkcji przekaźników w prążkowiu	153
Wpływ peptydów na strach	154
Integracja informacji neurochemicznych i anatomicznych w zachowaniu emocjonalnym	155
Podsumowanie	158
Lektura uzupełniająca	159

Rozdział 6

Rozwój emocji	160
Rozwój emocjonalny	160
Teoria emocji różnicowych przeciw teorii systemów dynamicznych	160
Ekspresja emocji w pierwszym roku życia	162
Zmiany rozwojowe w wyzwalaniu emocji	167
Zdolność dzieci do rozróżniania emocji innych ludzi i reagowania na nie	169
Konstruowanie relacji dziecka z innymi	171
Działania kooperacyjne i partnerstwo korygowane przez cel	175
Rozróżnienie „Ja” i innych	175
Język emocji w działaniach kooperacyjnych	178
Rozumienie przyczyn emocji przez dzieci	179
Rozumienie maskowania emocji	181
Dziecięce rozumienie ambiwalencji	183
Podsumowanie	184
Lektura uzupełniająca	185

Rozdział 7

Różnice indywidualne w rozwoju emocjonalności	186
Wprowadzenie	186
Regulacja emocji	187
Przywiązanie	190
Ochrona przed zagrożeniami i „Nieznana Sytuacja”	190
Wewnętrzne modele robocze przywiązania	193
Czynniki wpływające na styl przywiązania	195
Socjalizacja emocji w obrębie relacji	197
Jeszcze raz o synchronizacji	197
Ciepło	198

VIII Spis treści

Nauka mówienia o emocjach	199
Skutki modelowania	200
Wybiórcze reagowanie na emocje	201
Wpływ kultury na rozwój emocjonalności	204
Schematy emocji: pomosty od wcześniejszych do późniejszych relacji ..	205
Temperament	206
Predyspozycje emocjonalne jako oś temperamentu	207
Stabilność temperamentu	208
Genetyczna podstawa temperamentu	210
Temperament a styl przywiązania	211
Predyspozycje afektywne – reakcje na środowisko	213
Wzorce emocjonalności dziecięcej, które oddziałują w dorosłym życiu ..	213
Wymiary i cechy osobowości	214
Podsumowanie	216
Lektura uzupełniająca	217

Rozdział 8

Emocje a psychopatologia w dzieciństwie

Emocje w psychopatologii dziecka	218
Przypadek Petera	218
Klasyfikacje zaburzeń dziecięcych	219
W jaki sposób psychopatologia angażuje emocje?	220
Rozpowszechnienie psychopatologii w dzieciństwie	224
Zaburzenia eksternalizujące	226
Zaburzenia lękowe	227
Zaburzenia depresyjne	227
Ciągłość zaburzeń	228
Czynniki ryzyka i przyczyny zaburzeń psychiatrycznych u dzieci	230
Konflikt między rodzicami	231
Zaburzenia psychiatryczne rodziców	233
Relacja rodzic–dziecko	235
Ubóstwo	240
Współdziałanie czynników ryzyka	240
Dwukierunkowe i wzmacniające efekty środowiska	241
Czynniki konstytucjonalne związane z psychopatologią	242
Czynniki ochronne	243
Podatność–stres: model zakłócenia funkcjonowania	244
Podsumowanie	246
Lektura uzupełniająca	246

Rozdział 9

Funkcje emocji i ich wpływ na procesy poznawcze i perswazję ..

Funkcje emocji	248
Funkcje poznawcze	249
Racjonalność a emocje	254
Emocje jako heurystyki	255

Rola emocji w kierowaniu działaniem	256
Emocje, które czasami mogą być nieukierunkowane	256
Emocje, które zawsze mają swój obiekt	258
Dlaczego nie należy myśleć o emocjach po prostu jako pozytywnych lub negatywnych?	260
Wpływ nastrojów i emocji na funkcjonowanie poznawcze	260
Wpływ na percepcję	261
Oddziaływanie emocji na uwagę	263
Emocje a pamięć	265
Wpływ nastroju na dokonywanie ocen	278
Perswazja	282
Podsumowanie	284
Lektura uzupełniająca	284

Rozdział 10

Emocje w relacjach społecznych	285
Miłość i szczęście: emocje współdziałania	285
Intymność i współpraca	287
Zasady miłości seksualnej	287
Przywiązanie i seksualność z perspektywy ewolucyjnej	289
Wybór partnera	291
Gniew, strach, pogarda: emocje współzawodnictwa	292
Agresja	292
Gniew i podporządkowanie wewnątrz grup społecznych: status i szacunek ...	294
Międzykulturowe różnice w kierowaniu gniewem	296
Współzależność i indywidualizm	298
Gniew i agresja w korygowaniu relacji	301
Kodeksy kulturowe	302
Funkcjonowanie wewnątrz i między grupami	303
Konflikt międzygrupowy	304
Przemoc między społecznościami	307
Wstręt i pogarda	308
Gniew i pogarda w małżeństwie	310
Podsumowanie	313
Lektura uzupełniająca	314

Rozdział 11

Rola emocji w psychopatologii dorosłych	315
Przyczyny zaburzeń emocjonalnych	315
Epidemiologia psychiatryczna	315
Krytyczne wydarzenia i trudności życiowe	318
Czynniki podatności	321
Wydarzenia życiowe a emocje normalne i zaburzenia emocjonalne ...	329
Co podtrzymuje zaburzenia psychiatryczne?	330
Plany osobiste i relacje interpersonalne	330
Czynniki poznawcze podtrzymujące depresję i lęk	333

X Spis treści

„Emocja Wyrażona” a nawroty w schizofrenii	335
Choroby psychosomatyczne	338
Stres a system odpornościowy	339
Interakcja między mózgiem a systemem odpornościowym u zwierząt ..	340
Stres a nowotwory	341
Osobowość a choroba	343
Natura stresu	343
Podsumowanie	346
Lektura uzupełniająca	347

Rozdział 12

Psychoterapia, świadomość i narracja	348
Terapie psychologiczne a emocje	348
Podstawowa idea terapii psychoanalitycznej	349
Różne formy psychoterapii i ich efekty	353
Terapie doświadczeniowe i humanistyczne	354
Terapia behawioralna	355
Terapia poznawcza i poznawczo-behawioralna	357
Terapia rodzinna	358
Dlaczego emocje są w centrum psychoterapii?	359
Czy jednak terapia jest skuteczna?	360
Psychoterapia bez profesjonalistów	361
Twórczość emocjonalna	363
Świadomość	364
Uświadamianie sobie emocji w literaturze	365
Emocje a sztuka	367
Emocje w dramacie, rytuale i psychoterapii	367
Kultura rozumienia	369
Podsumowanie	370
Lektura uzupełniająca	371
Bibliografia	372
Indeks nazwisk	417
Indeks rzeczowy	428