

Kratki sadržaj

Uvodna riječ	xiii
Predgovor	xv
Zahvale	xvii
1. Pristupi shvaćanju emocija	1
2. Kulturalno shvaćanje emocija	37
3. Evolucija emocija	61
4. Što je emocija?	95
5. Mehanizmi emocija u mozgu	133
6. Razvoj emocija	161
7. Individualne razlike u razvoju emocionalnosti	189
8. Emocije i psihopatologija u djetinjstvu	223
9. Funkcije i učinci emocija u spoznaji i persuaziji	255
10. Emocije u odnosima s drugim ljudima	291
11. Uloga emocija u psihopatologiji odraslih	321
12. Psihoterapija, svjesnost i književnost	355
Rječnik	381
Literatura	389
Kazalo pojmova	439
Kazalo autora	451

Sadržaj

Uvodna riječ	xiii
Predgovor	xv
Zahvale	xvii
1. Pristupi shvaćanju emocija	1
Uvod	2
Počeci psihologije emocija	2
<i>Charles Darwin: biološki pristup</i>	2
<i>William James: tjelesni pristup</i>	5
<i>Sigmund Freud: psihoterapijski pristup</i>	7
Filozofski i književni korijeni	11
<i>Aristotel: konceptualni pristup</i>	11
<i>René Descartes i Baruch de Spinoza: filozofski pristup</i>	15
<i>George Eliot: književni pristup</i>	18
Trenutak sažimanja u suvremenim istraživanjima	22
<i>John Harlow i Walter Hess: neuroznanost</i>	22
<i>Magda Arnold i Sylvan Tomkins: nove psihologijske teorije</i>	26
<i>Alice Isen i Gordon Bower: eksperimentiranje s učincima emocija</i>	28
<i>Ervin Goffman i Arlie Russell Hochschild: dramaturška perspektiva</i>	31
Povezivanje nekih niti	33
Sažetak	34
Prijedlozi za daljnje čitanje	35
2. Kulturalno shvaćanje emocija	37
Kulturalni kontekst	38
<i>Romantizam</i>	38
<i>Usporedba između nas i ljudi iz drugih kultura</i>	42
<i>Emocionalne klime</i>	45
Postoje li kod ljudi univerzalne emocije?	49
<i>Razlike u pojavi emocija i njihovu tumačenju u različitim kulturama</i>	50
<i>Pravila pokazivanja emocija</i>	52
<i>Kulturalno osmišljavanje i socijalna uloga emocija</i>	53
Strastvena ljubav	54
<i>Zaljubljivanje</i>	55

<i>Srednjovjekovna dvorska ljubav</i>	55
<i>Zaljubljenost kao prijelazna društvena uloga</i>	58
Sažetak	59
Prijedlozi za daljnje čitanje	59
3. Evolucija emocija	61
Izražavanje emocija: je li ono prirodno, no zastarjelo?	62
<i>Emocije, refleksi, obrasci ponašanja i sklonosti</i>	63
Univerzalno prepoznavanje emocionalnih izraza lica	65
Obrasci ponašanja svojstveni vrsti	70
Porijeklo emocionalnih obilježja ljudske vrste	72
<i>Socijalni život naših današnjih rodaka primata</i>	72
<i>Podaci o precima ljudi</i>	78
<i>Način života lovaca-sakupljača</i>	80
Privrženost kod ljudi i drugih primata	82
Emocije kao osnova socijalnih odnosa	87
<i>Intencionalnost emocija</i>	87
<i>Socijalne emocije</i>	88
<i>Jedinstvenost ljudskih odnosa</i>	91
Sažetak	94
Prijedlozi za daljnje čitanje	94
4. Što je emocija?	95
Definicije i primjeri emocija	96
<i>Pojmovi emocija temeljeni na prototipu</i>	97
Procesi emocija	98
<i>Procjena</i>	99
<i>Evaluacija s obzirom na kontekst</i>	102
<i>Spremnost na djelovanje</i>	105
<i>Izražavanje, tjelesne promjene, djelovanje</i>	106
<i>Veze između pokretača emocija, iskustva, izraza i tjelesnih promjena</i>	115
<i>Pa što su doista emocije?</i>	122
Osjećajna sfera: emocije - raspoloženja - dispozicije	124
<i>Komponente osnovnih emocija</i>	128
Sažetak	130
Prijedlozi za daljnje čitanje	131
5. Mehanizmi emocija u mozgu	133
Kako rade mehanizmi emocija u mozgu?	134
<i>Rana istraživanja moždanih lezija i podraživanja</i>	136
<i>Strijarni sustav</i>	138

<i>Limbički sustav</i>	139
<i>Emocije i neokorteks</i>	144
<i>Amigdaloidne jezgre kao emocionalno računalo</i>	151
Neurokemijske tvari, modulacija i emocije	152
<i>Obnova funkcije neurotransmitera u strijarnom području</i>	153
<i>Djelovanje peptida na strah</i>	154
<i>Integracija neurokemijskih i anatomskih informacija u emocionalnom ponašanju</i>	155
Sažetak	158
Prijedlozi za daljnje čitanje	158
6. Razvoj emocija	161
Emocionalni razvoj	162
<i>Teorija o odvojenim emocijama prema teoriji dinamičkih sustava</i>	162
Izražavanje emocija tijekom prve godine života	163
Razvojne promjene u izazivanju emocija	169
Dojenačke sposobnosti razlikovanja emocija kod drugih ljudi i reagiranja na te emocije	171
Izgradnja djetetovih odnosa s drugima	174
Kooperativno djelovanje i partnerstvo vođeno ciljevima	178
<i>Razlikovanje sebe od drugih</i>	178
<i>Jezik emocija u kooperativnom djelovanju</i>	181
Dječje razumijevanje uzroka emocija	182
Razumijevanje prikrivanja emocija	184
<i>Dječji pojmovi ambivalentnosti</i>	186
Sažetak	187
Prijedlozi za daljnje čitanje	188
7. Individualne razlike u razvoju emocionalnosti	189
Uvod	190
Regulacija emocija	190
Privrženost	193
<i>Zaštita od prijetnje i "Nepoznata situacija"</i>	194
<i>Unutrašnji radni modeli privrženosti</i>	196
<i>Činitelji koji utječu na stil privrženosti</i>	198
Socijalizacija emocija u međuljudskim odnosima	200
<i>Ponovno razmatranje usklađenosti</i>	201
<i>Toplina</i>	201
<i>Učenje govora o emocijama</i>	202
<i>Učinci modeliranja</i>	203

<i>Različito reagiranje na različite emocije</i>	204
<i>Način na koji kultura utječe na razvoj emocionalnosti</i>	207
<i>Emocionalne sheme: mostovi od ranih do kasnijih odnosa</i>	208
Temperament	209
<i>Sklonosti određenim emocijama kao srž temperamenta</i>	210
<i>Stabilnost temperamenta</i>	211
<i>Genetska osnova temperamenta</i>	213
<i>Odnos temperamenta i stila privrženosti</i>	215
Emocionalne sklonosti – reakcije na okolinu	216
<i>Obrasci emocionalnosti u djetinjstvu koji se protežu u odraslu dob</i>	217
<i>Dimenzije i crte ličnosti</i>	218
Sažetak	220
Prijedlozi za daljnje čitanje	221
8. Emocije i psihopatologija u djetinjstvu	223
Uloga emocija u dječjoj psihopatologiji	224
<i>Slučaj Petra</i>	224
<i>Klasifikacija poremećaja u djetinjstvu</i>	225
<i>Na koji su način emocije uključene u dječju psihopatologiju?</i>	226
Prevalencija psihopatologije u djetinjstvu	230
<i>Eksternalizirani poremećaji</i>	232
<i>Anksiozni poremećaji</i>	232
<i>Depresivni poremećaji</i>	233
Kontinuitet poremećaja	234
Rizici i uzroci psihijatrijskih poremećaja kod djece	236
<i>Sukobi među roditeljima</i>	237
<i>Psihijatrijski poremećaji kod roditelja</i>	239
<i>Odnos između roditelja i djeteta</i>	241
<i>Siromaštvo</i>	246
<i>Kombinacija rizičnih činitelja</i>	247
<i>Dvosmjerni utjecaji i potkrepljenja u okolini</i>	247
<i>Konstitucijski činitelji povezani s psihopatologijom</i>	248
<i>Zaštitni činitelji</i>	249
Dijateza-stres: model poremećaja	251
Sažetak	252
Prijedlozi za daljnje čitanje	253
9. Funkcije i učinci emocija u spoznaji i persuaziji	255
Funkcije emocija	256
<i>Kognitivne funkcije</i>	256
<i>Racionalnost i emocije</i>	261
<i>Emocije kao heuristici</i>	262

Uloga emocija u upravljanju djelovanjem	263
<i>Emocije koje katkada nisu povezane s objektom</i> (tzv. "slobodno-lebdeće" emocije)	263
<i>Emocije koje su uvijek vezane uz objekt</i>	265
<i>Zbog čega o emocijama ne valja razmišljati jednostavno kao o pozitivnima ili negativnima?</i>	266
Učinci raspoloženja i emocija na kognitivno funkcioniranje	267
<i>Učinci na percepciju</i>	267
<i>Emocije i pažnja</i>	269
<i>Emocije i pamćenje</i>	271
<i>Učinci raspoloženja na prosuđivanje</i>	283
<i>Persuazija</i>	287
Sažetak	289
Prijedlozi za daljnje čitanje	289
10. Emocije u odnosima s drugim ljudima	291
Ljubav i sreća: emocije suradnje	292
<i>Intimnost i suradnja</i>	294
<i>Pravila spolne ljubavi</i>	294
<i>Evolucijski pogled na privrženost i spolnost</i>	296
<i>Izbor partnera</i>	297
Ljutnja, strah, prezir: emocije natjecanja	298
<i>Agresija</i>	299
Ljutnja i podređivanje unutar društvenih grupa: status i poštovanje	300
<i>Međukulturalne razlike u izlaženju na kraj s ljutnjom</i>	302
<i>Međuzavisnost i individualnost</i>	305
<i>Ljutnja i agresija u prilagodbi na odnos</i>	307
<i>Kulturalne norme</i>	308
Funkcioniranje unutar grupe i među grupama	309
<i>Međugrupni sukob</i>	311
<i>Nasilje među društvima</i>	312
<i>Gađenje i prezir</i>	314
Ljutnja i prezir u braku	316
Sažetak	319
Prijedlozi za daljnje čitanje	320
11. Uloga emocija u psihopatologiji odraslih	321
Uzroci emocionalnih poremećaja	322
<i>Psihijatrijska epidemiologija</i>	322
<i>Životni događaji i teškoće</i>	325
<i>Činitelji ranjivosti</i>	328
<i>Povezanost životnih događaja s uobičajenim emocijama i emocionalnim poremećajima</i>	336

Što održava psihijatrijske poremećaje?	337
<i>Osobni planovi i interpersonalni odnosi</i>	337
<i>Kognitivni činitelji koji održavaju depresiju i tjeskobu</i>	340
<i>Indeks "Izražavanja emocija" i povratak shizofrenije</i>	342
Psihosomatske bolesti	345
<i>Stres i imunološki sustav</i>	345
<i>Interakcija između mozga i imunološkog sustava kod životinja</i>	347
<i>Stres i rak</i>	347
<i>Osobine ličnosti i bolest</i>	349
<i>Priroda stresa</i>	350
Sažetak	352
Prijedlozi za daljnje čitanje	353
12. Psihoterapija, svjesnost i književnost	355
Psihoterapija i emocije	356
<i>Temeljne zamisli psihoanalitičke terapije</i>	357
Različiti psihoterapijski pravci i njihov učinak	361
<i>Iskustvena i humanistička terapija</i>	362
<i>Biheviorn terapija</i>	363
<i>Kognitivna i kognitivno-bihevioralna terapija</i>	365
<i>Obiteljska terapija</i>	366
<i>Zašto su emocije u središtu psihoterapije?</i>	367
<i>Pomaže li psihoterapija?</i>	368
<i>Psihoterapija bez stručnjaka</i>	369
Emocionalna kreativnost	371
Svjesnost	372
<i>Osvještavanje emocija u književnosti</i>	373
<i>Emocije i umjetnost</i>	375
<i>Emocije u kazališnoj umjetnosti, ritualima i psihoterapiji</i>	376
<i>Kultura razumijevanja</i>	377
Sažetak	379
Prijedlozi za daljnje čitanje	379
Rječnik	381
Literatura	389
Kazalo pojmova	439
Kazalo autora	451