

الشعور أو المشاعر (بالإنجليزية: Emotion) هي تجربة واعية تتميز بالنشاط العقلي الشديد، غير أنه لا يوجد إجماع على تعريف المشاعر. وغالباً ما تتشابه العاطفة مع الحالة النفسية، يُعتبر الإدراك في بعض النظريات جانباً مهماً من جوانب المشاعر، وقد يبدو هؤلاء الذين يتصرفون بشكل أساسي استناداً على مشاعرهم وكأنهم لا يفكرون، إنها حالات من الشعور التي تؤدي إلى التغيرات الجسدية والنفسية التي تؤثر على السلوك. وترتبط فيزيولوجياً المشاعر ارتباطاً وثيقاً بإثارة الجهاز العصبي مع اختلاف حالات وقوة الإثارة المرتبطة بعواطف معينة. فالشخص المنفتح اجتماعياً (الانبساطي) يعبر عن مشاعره بشكل أكبر، في حين أن الشخص الانطوائي يكون أكثر عرضة للانسحاب الاجتماعي وإخفاء مشاعره. غالباً ما تكون المشاعر هي القوة المحركة وراء الدافع، فإن المشاعر ليست قوى سببية وإنما هي ببساطة متلازمة من المكونات، سلوك وتغييرات فسيولوجية، ولكن لا يمثل أي من هذه المكونات المشاعر بشكل منفرد. وكذلك فالمشاعر ليست الكيان المسبب لهذه المكونات. تتضمن المشاعر عناصر مختلفة مثل الخبرة الذاتية، التغييرات النفسية الفيزيولوجية، في وقت ما حاول الأكاديميون تعريف المشاعر بأحد المكونات: وليام جيمس مع تجربة ذاتية، وعلماء السلوك مع السلوك الآلي، وعلماء النفس الفسيولوجي مع التغييرات الفسيولوجية، في الآونة الأخيرة يقال ان المشاعر تتكون من جميع المكونات. وتم تصنيف المكونات المختلفة للمشاعر بشكل مختلف نوعاً ما وفقاً للأنظمة الأكاديمية. تنطوي المشاعر عادة على تجربة ذاتية واعية تتميز في المقام الأول بالتعبيرات النفسية الجسدية، كما يوجد وصف متعدد المكونات للمشاعر في علم الاجتماع. وصفت (Peggy Thoits) المشاعر على أنها تتضمن مكونات فسيولوجية، وردود فعل جسدية تعبيرية، ازدادت الأبحاث حول المشاعر بشكل ملحوظ خلال العقدين الماضيين، وساهم في هذه الأبحاث العديد من المجالات بما فيها علم النفس وعلم الأعصاب وعلم الغدد الصماء والطب والتاريخ وعلم الاجتماع وعلوم الكمبيوتر. كما أن النظريات العديدة التي حاولت شرح أصل وخبرة ووظيفة المشاعر لم تقم إلا بتعزيز الأبحاث المكثفة حول هذا الموضوع. تشمل المجالات الحالية للبحث في مفهوم المشاعر تطوير المواد التي تحفز وتثير المشاعر. بالإضافة إلى ذلك، يساعد التصوير المقطعي بالإصدار البوزيتروني والتصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي على دراسة عمليات المشاعر في المخ. «يمكن تعريف المشاعر على أنها تجربة إيجابية أو سلبية، وتنتج المشاعر تغييرات فسيولوجية وسلوكية وإدراكية مختلفة. وكان الدور الأصلي للمشاعر هو تحفيز السلوكيات التكيفية التي ساهمت في الماضي في بقاء البشر. أصل الكلمة والتعريف والتمييز تعود كلمة «المشاعر» بالإنجليزية (Emotions) إلى عام 1579، عندما تم اقتباسها من الكلمة الفرنسية إموفوار (émouvoir)، ترجع أولى السلائف للكلمة إلى أصول اللغة نفسها. وتعتبر كلمة (Emotion) غير متجانسة في بعض استخدامات الكلمة، فالمشاعر هي أحاسيس شديدة موجهة لشخص ما أو شيء ما. يمكن استخدام المشاعر للإشارة إلى حالات معتدلة (مثل الإزعاج) وإلى حالات غير موجهة لأي شيء (كما في الاكتئاب). لذا فإن أحد خطوط البحث يبحث في معنى كلمة المشاعر (Emotion) في اللغة اليومية، ويُشار أحياناً إلى عدم القدرة على التعبير عن المشاعر أو إدراكها على أنها أليكستيميا. وصف بعض المنظرين المشاعر بأنها استجابات منفصلة ومنسقة للأحداث الداخلية أو الخارجية التي لها أهمية خاصة بالنسبة للكائن الحي. تتسم المشاعر بقصر المدة وتتألف من مجموعة منسقة من الاستجابات، والتي قد تتضمن آليات لفظية وفسيولوجية وسلوكية وعصبية. يصف الطبيب النفسي مايكل سي غراهام جميع المشاعر بأنها توجد ضمن سلسلة متواصلة من الشدة. وبالتالي قد يتراوح الخوف من التحفظ الخفيف حتى الإرهاب، كما وُصفت المشاعر على أنها موجودة بيولوجياً وكنيتية للتطور لأنها قدمت حلولاً جيدة للمشاكل القديمة والمتكررة التي واجهت أسلافنا. كما أن الحالة المزاجية هي إحساس يميل إلى أن يكون أقل شدة من المشاعر ويفتقر إلى الحافز السياقي. يمكن تمييز المشاعر عن عدد من التركيبات المماثلة في مجال علم الأعصاب العاطفي: خاصة للشخص الذي يعاني منها. الوجدان: وهو مصطلح شامل، يُستخدم لوصف موضوعات المشاعر والحس والحالات المزاجية معاً، بالإضافة إلى ما سبق، مع وجود أضداد مباشرة. وقد ميز جراهام (Graham) المشاعر على أنها وظيفية أو مختلة، المكونات هناك خمسة مكونات مهمة للمشاعر في نموذج معالجة كلوس شيرار (Klaus Scherer) لمكونات المشاعر، ومن وجهة نظر معالجة المكونات يقال أن تجربة المشاعر تتطلب أن تكون جميع هذه العمليات منسقة ومتزامنة لفترة قصيرة من الزمن، حيث أن بعض المنظرين يفترضون أن المشاعر والإدراك هما نظامان منفصلان ولكنهما متفاعلان، التقييم المعرفي: يقدم تقيماً للأحداث والأشياء. الأعراض الجسدية: المكون الفسيولوجي للتجربة الشعورية. الميول العملية: مكون تحفيزي لإعداد وتوجيه الاستجابات الحركية. التصنيف عجلة المشاعر لبلوتشيك يمكن التمييز بين الحلقة الشعورية والمزاج الشعوري. حيث يمكن القول بأن شخص ما ميال لمعاينة مشاعر معينة. فإن الشخص سريع الانفعال يكون ميال للشعور بالتهيج بسهولة أكبر وبشكل أسرع من الآخرين. والحالة

المزاجية، والتقاليد والسمات. تم تصنيف تصنيف المشاعر بشكل أساسي من خلال وجهتي نظر أساسيتين. تتمثل وجهة النظر الأولى في أن المشاعر هي بُنَيَات منفصلة ومختلفة جوهرياً، بينما تؤكد وجهة النظر الثانية أنه يمكن تمييز العواطف على أساس الأبعاد في التجمعات. العواطف الأساسية أمثلة على المشاعر الأساسية أيد بول إيكمان لأكثر من 40 عاماً الرأي القائل بأن المشاعر منفصلة وقابلة للقياس و متميزة من الناحية الفسيولوجية. حتى في الثقافات التي كانت مسبوقة ولم يكن بوسعها تعلم تعبيرات الوجه من خلال وسائل الإعلام. ووجدت دراسة كلاسيكية أخرى أنه عندما قام المشاركون بتحويل عضلات وجههم إلى تعابير وجه مميزة (على سبيل المثال، والسعادة، مشيراً إلى ثمانية عواطف أولية مجمعة على أساس إيجابي أو سلبي: الفرح مقابل الحزن. الغضب في مقابل الخوف الثقة مقابل الاشمئزاز؛ والدهشة مقابل الترقب. ويمكن تعديل بعض المشاعر الأساسية لتشكيل المشاعر المعقدة. وبدلاً من ذلك على غرار الطريقة التي تجمع بين الألوان الأساسية، يمكن أن تمتزج المشاعر الأولية لتشكيل الطيف الكامل للتجربة الشعورية البشرية. على سبيل المثال، يمكن أن يمتزج الغضب والاشمئزاز لتشكيل الشعور بالاحتقار. التحليل متعدد الأبعاد استطاع علماء النفس من خلال استخدام المقياس المتعدد الأبعاد، رسم خبرات شعورية مشابهة، ويمكن اتخاذ خطوة أخرى بالنظر إلى أبعاد خريطة الخبرات الشعورية. وتنقسم التجارب الشعورية إلى بعدين يعرفان باسم «التكافؤ» (أي مدى الشعور السلبي أو الإيجابي الناتج عن التجربة) والتيقظ (أي مدى الشعور بالقوة أو الضعف الناتج عن التجربة). الصين القديمة، العصور الوسطى يعتقد أن الإفراط في المشاعر يسبب ضرراً لتشي، وساهمت نظرية الفكاها الأربعة والتي أصبحت شعبية بواسطة أبقراط، في دراسة المشاعر بنفس الطريقة التي طبقتها في الطب. خلال العصر الذهبي الإسلامي، ورأت الفلسفة الغربية المشاعر بطرق مختلفة. وبالتالي عائق في طريق الفضيلة. ويعتقد أرسطو أن المشاعر كانت عنصراً أساسياً في الفضيلة. وفي نظر أرسطو، باروخ سبينوزا، في القرن التاسع عشر، اعتبرت المشاعر متكيفة وتمت دراستها بشكل أكثر تكرارية من منظور علم النفس التجريبي. النظريات التطورية رسم توضيحي من التعبير عن المشاعر في الإنسان والحيوان لتشارلز داروين القرن التاسع عشر بدأت وجهات نظر حول المشاعر من نظرية التطور خلال منتصف القرن التاسع عشر مع كتاب تشارلز داروين 1872 «التعبير عن المشاعر في الإنسان والحيوان». وقال داروين أن المشاعر تخدم غرضاً للبشر، في التواصل وكذلك في مساعدة بقائهم. كما شرح داروين فضائل تجربة المشاعر والتجارب الموازية التي تحدث في الحيوانات. الوقت المعاصر تفترض وجهات النظر المعاصرة على طيف امتداد علم النفس التطوري أن كلا المشاعر الأساسية والاجتماعية تطورت لتحفيز السلوكيات (الاجتماعية) التي كانت سلوكيات تكيفية في بيئة الأجداد. ماكلين أن المشاعر تتنافس مع الاستجابات الغرائزية من ناحية، والتفكير المجرد من ناحية أخرى. وقد استمدت التطورات العصبية الهامة من هذه المنظورات في التسعينيات من قبل جوزيف إ. ل. على سبيل المثال الحقد، كما أن تقدير الذات هو تقدير الشخص لمكانته. نظريات جسدية وظهرت أول نسخة حديثة من هذه النظريات من قبل ويليام جيمس في ثمانينيات القرن التاسع عشر. لكنها استعادت شعبيتها في الآونة الأخيرة نظراً إلى نظريات مثل جون كاثيويو، ليدو وروبرت زاجونك. المقالة الرئيسية: نظرية جيمس لانج في مقالته عام 1884، جادل وليام جيمس حول كون المشاعر والإحساس أمورا ثانوية للظواهر الفيزيولوجية. وبالتالي أصبحت هذه النظرية معروفة باسم نظرية جيمس - لانج. هو المشاعر». يدعي جيمس كذلك أننا «نشعر بالحزن لأننا نبكي، غاضبين لأننا نهاجم، سرعة التنفس، وما إلى ذلك)، تم دعم هذه النظرية من خلال التجارب التي تمت من خلال التلاعب في الحالة الجسدية لتحفيز حالة شعورية مطلوبة. قد يعتقد بعض الناس أن المشاعر تؤدي إلى تصرفات عاطفية محددة، على سبيل المثال، «أنا أبكي لأنني حزين»، أو «هربت لأنني كنت خائف».

الموضوع في نظرية جيمس - لانج هي العلاقة السببية (الحالات الجسدية المسببة للمشاعر وكونها بدائية)، على الرغم من أن معظمها قد هجر في شكله الأصلي، نظرية كانون - بارد وافق والتر يرادفورد كانون على أن الاستجابات الفسيولوجية تلعب دوراً حاسماً في المشاعر، لكنه لم يعتقد أن الاستجابات الفسيولوجية وحدها يمكن أن تفسر التجارب الشعورية الذاتية. وهذا لا يمكنه تفسير الوعي الذاتي السريع والمكثف للمشاعر. كما كان يعتقد أن الثراء، والتنوع، والمسار الزمني للتجارب الشعورية لا يمكن أن ينبع من ردود الفعل الفسيولوجية، والتي تعكس استجابات كر وفر غير متكافئة. مثال على هذه النظرية هو كما يلي: حدث مثير للعاطفة (ثعبان) يؤدي في نفس الوقت إلى الاستجابة الفسيولوجية والتجربة الواعية للمشاعر. ساهم فيليب بارد في النظرية من خلال عمله على الحيوانات. ووجد بارد أن المعلومات الحسية والحركية والفسيولوجية يجب أن تمر عبر الدماغ البيني (خاصة المهاد) قبل أن تخضع لأي معالجة أخرى. لذلك، على سبيل المثال، ثم يقوم الدماغ بسرعة بمسح المنطقة، فإن الدماغ يفسر أن دقات القلب الشديدة نتيجة الخوف من الدب. وأظهر شاشتر مع تلميذه جيروم سينغر أن الأفراد يمكن أن يكون لديهم ردود فعل

عاطفية مختلفة على الرغم من وضعهم في نفس الحالة الفسيولوجية بحقن من الأدرينالين. النظريات المعرفية بدأت العديد من النظريات تقول أن النشاط المعرفي في شكل الأحكام أو التقييمات أو الأفكار كان أمراً ضرورياً تماماً لحدوث المشاعر. فالمشاعر تمثل اضطراب يحدث بالترتيب التالي: التقييم المعرفي - يقوم الفرد بتقييم الحدث بشكل إدراكي، والذي يشير إلى المشاعر. يقوم دماغها بتنشيط غدة الأدرينالين التي تضح الأدرينالين من خلال مجرى الدم لديها مما يؤدي إلى زيادة نبض القلب. تهرب هند أو تصرخ. وقد أكد لعازر أن جودة وشدة المشاعر يتم التحكم فيها من خلال العمليات المعرفية. وتركز هذه العمليات على استراتيجيات المواجهة التي تشكل التفاعل الشعوري من خلال تغيير العلاقة بين الشخص والبيئة. والعقل والجسم: علم نفس المشاعر والإجهاد (1984) هناك بعض النظريات القائلة بأن النشاط المعرفي في شكل أحكام أو تقييمات أو أفكار هو أمر ضروري من أجل حدوث المشاعر. ومن الأسماء الفلسفية البارزة روبرت س. سولومون (على سبيل المثال كتاب الشغف، المشاعر ومعنى الحياة 1993). وطرح وجهة نظر أكثر دقة وهي الاستجابة لما أسماه «الاعتراض المعياري» على المذهب المعرفي، كما أن النظرية التي اقترحها نيكو فريجده حيث التقييم يؤدي إلى الفعل هو مثال آخر. نظرية الإدراك الحسي ويمثل الهجين الجديد لنظريتي الجسدية والإدراكية للمشاعر نظرية الإدراك الحسي. ومع ذلك فهي تؤكد على مغزى المشاعر أو فكرة أن المشاعر تدور حول شيء ما، كما هو معترف به في النظريات المعرفية. علم الوراثة وبالتالي ترتبط مباشرة بعلم وظائف الأعضاء الأساسي، لا سيما مع أنظمة الضغط النفسي. تؤثر أنماط الظواهر الشعورية على الترابط الاجتماعي واللياقة البدنية في النظم الاجتماعية المعقدة. ويتم تقاسم هذه الخصائص مع الأنواع والطبقات الأخرى، الدوائر العصبية تنتظم في الجهاز النطاقي لدماغ الثدييات. كما يمكن رؤيته في حركات وإيماءات الجسم والمواقف. وحدات من التلفيف الحزامي) والتي تسهل الرعاية والتغذية والاستمالة للنسل. كما أن هذه المنطقة هي بمثابة منصات عصبية للتعبير الجسدي الذي تم تكوينه قبل ظهور الدوائر القشرية المسؤولة عن الكلام. تتفاعل المراكز الحركية للزواحف تجاه الإشارات الحسية للرؤية والصوت واللمس والكيميائيات والغازية والحركة بجسد معد مسبقاً وأوضاع مبرمجة. التي يقترح تطورها لتصبح شعور ثديية وذاكرة شعورية. واستثمر دماغ الثدييات بكثافة في الشم للنجاح لبدأ بينما تنام الزواحف - أحد التفسيرات لماذا تكون فصوص الشم في أدمغة الثدييات أكبر نسبياً من الزواحف. مكعب المشاعر للوفهم (Lövheim) الحصين، وهياكل أخرى. وقد أظهرت الأبحاث الحديثة أن بعض هذه الهياكل النطاقية لا ترتبط مباشرة بالمشاعر كما هو الحال مع الآخرين، في حين أن بعض البنى غير النطاقية وجد أنها ذات صلة أكبر بالمشاعر. وارتفاع مستويات الدوبامين والنورادرينالين. القشرة الأمامية الجبهية هناك أدلة وافرة على أن القشرة أمام الجبهية اليسرى يتم تنشيطها من خلال المنبهات التي تسبب طريقة إيجابية. أي أن التنشيط الانتقائي لتلك المنطقة من الدماغ يجب أن يؤدي زيادة إيجابية الحكم على التحفيز. وتوقع نموذج الاتجاه (direction) أن الغضب عاطفة منهجية، من شأنه تنشيط قشرة الفص الجبهي الأيسر. المشاعر الاستجابية/ المشاعر البدائية هناك نهج عصبي آخر اقترحه براينغ كريج في عام 2003 يميز بين فئتين من المشاعر: المشاعر «الكلاسيكية» مثل الحب والغضب والخوف التي تثيرها المحفزات البيئية، و «المشاعر المتجانسة» - مشاعر الاهتمام التي تستدعيها الحالات، مثل: الألم والجوع والتعب، والتي تحفز السلوك (مثل الانسحاب، يصف ديريك دنتون "المشاعر البدائية" الأخيرة ويعرفها بأنها "العنصر الذاتي في الغرائز، فهي تشمل العطش والجوع للهواء والجوع من أجل الغذاء والألم والجوع لمعادن معينة. المناهج التخصصية فالعلوم الإنسانية تدرس دور المشاعر في العمليات العقلية والاضطرابات والآليات العصبية. ويفحص علم النفس المشاعر من منظور علمي من خلال معاملتهم كعمليات وسلوك عقلي، وفي علم الأعصاب فإن الحقول الفرعية مثل علم الأعصاب الاجتماعي وعلم الأعصاب الوجداني تدرس الآليات العصبية للمشاعر من خلال الجمع بين علم الأعصاب والدراسة النفسية للشخصية والمشاعر والمزاج. وفي اللغويات، وفي التعليم، يتم فحص دور المشاعر فيما يتعلق بالتعلم. وفي علم الاجتماع، بعض دراسات الأنثروبولوجيا تدرس دور المشاعر في الأنشطة البشرية. تحليل المشاعر في بعض الحقول الفرعية للاقتصاد الجزئي، يعتمد العلماء غالباً على العلوم السلوكية وعلم الاجتماع وعلم النفس. والشغب. والذي يدعم الطاعة المدنية والسياسة والاقتصاد والمجتمع، وجلسات الإفراج المشروط). في العلوم السياسية، يتم فحص المشاعر في عدد من المجالات الفرعية، في الفلسفة،