

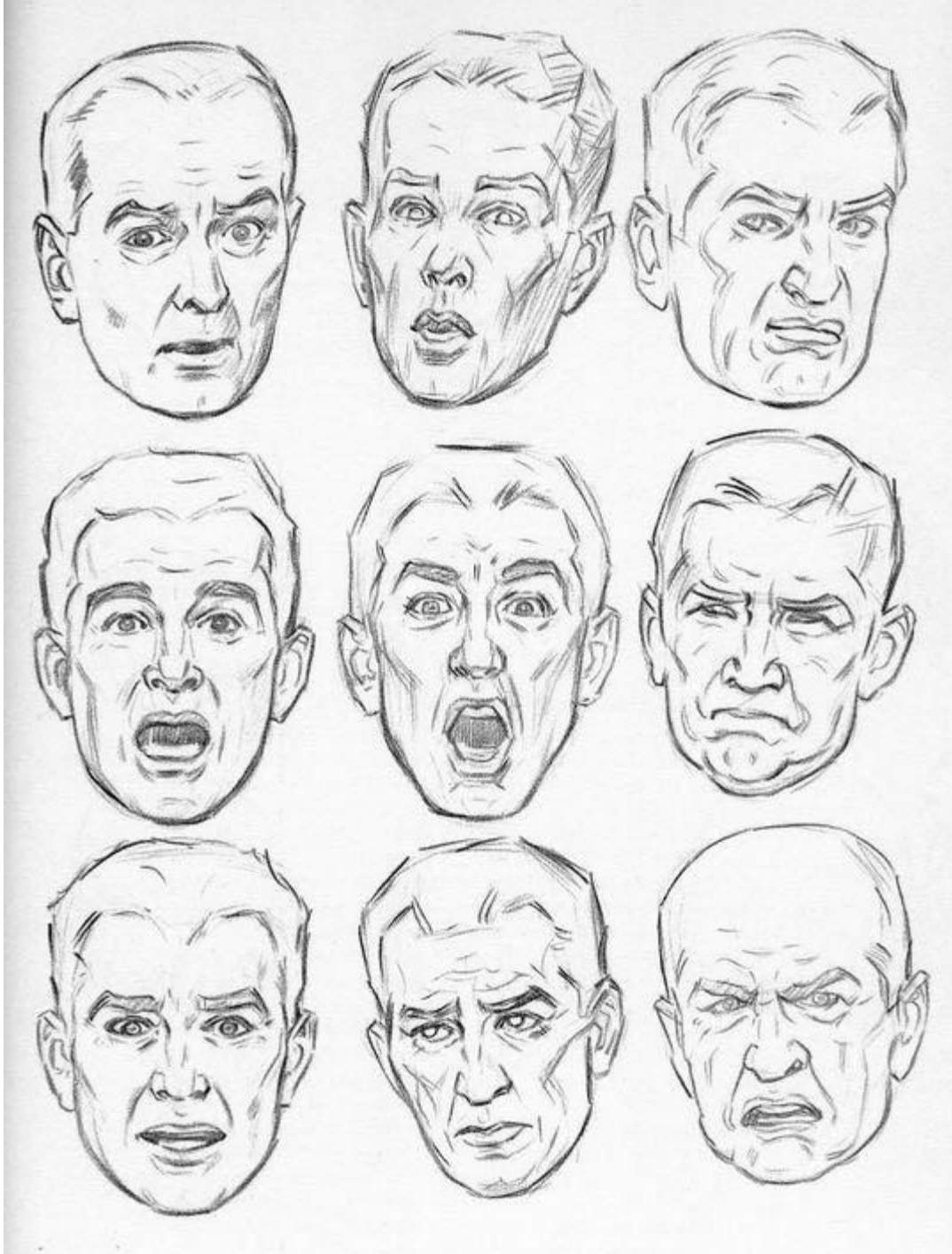
ЭМОЦИИ



ЭМОЦИИ

- Эмоции – это наиболее древняя форма отражения действительности, связанная с удовлетворением потребностей. В переводе с французского слово *эмоция* означает "возбуждаю, переживаю".
- В головном мозге существуют центры, возбуждение которых приводит к удовольствию или к страданию, их образно называют центрами рая и ада. Благодаря работе этих центров человек и животные на бессознательном уровне анализируют поступающую информацию и оценивают ее значение: вредные или полезные события она предвещает.





- Различают такие проявления эмоций: *эмоциональные реакции* — плач, смех; *эмоциональные состояния* — настроение, тревога, волнение, бурная эмоциональная вспышка (аффект); *эмоциональные отношения*, или *чувства* в узком значении этого слова, — любовь, ненависть, ревность и т. д.





КАЛЕЙДОСКОП ЭМОЦИЙ



ГРУСТЬ



РАДОСТЬ



СТРАХ



СТЫД



ГНЕВ



СКУКА



ИНТЕРЕС



ОТВРАЩЕНИЕ



ВОСХИЩЕНИЕ



ОБИДА



УДИВЛЕНИЕ



УДОВОЛЬСТВИЕ



Подбери для каждой пиктограммы фотографию с соответствующей эмоцией

Что выисковал
твое лицо, когда ты

_____?



Каждый человек имеет свои эмоции. Они зависят от того, что происходит вокруг. Эмоции являются частью нашей жизни. Они помогают нам понимать себя и других. Эмоции являются частью нашей жизни. Они помогают нам понимать себя и других. Эмоции являются частью нашей жизни. Они помогают нам понимать себя и других.

Эмоции являются частью нашей жизни. Они помогают нам понимать себя и других. Эмоции являются частью нашей жизни. Они помогают нам понимать себя и других. Эмоции являются частью нашей жизни. Они помогают нам понимать себя и других.



- Эмоциональное состояние может быть положительным, отрицательным или нейтральным, если развивающиеся события не имеют к нам отношения. В зависимости от этих состояний происходят гормональные сдвиги в организме. Так, вы уже знаете, что при страхе в кровь выделяется адреналин, а при боевом возбуждении — норадреналин.



- В связи с этим различают *стенические* (от греч. *stheneia* - *сила*) эмоции, повышающие работоспособность человека, и *астенические* (от греч. *astheneia* - *слабость*), мешающие ему осуществлять задуманные действия. К первым можно отнести задор, уверенность в успехе дела, ко второму — волнение, мешающее думать, говорить, действовать.



- Проявления эмоционального состояния:
настроение (хорошее или плохое); страсть, когда воля и эмоция сплавляются в едином порыве (высшее выражение страсти – вдохновение); стресс – напряжение, близкое к предельным возможностям организма; аффект – эмоциональная вспышка, выходящая из-под контроля воли. Именно в состоянии аффекта Иван Грозный убил своего сына Ивана. Эта сцена изображена на известной картине И.И. Репина "Иван Грозный и сын его Иван".



- Эмоциональные отношения – это те чувства, которые мы испытываем к другому человеку, животному, делу, новой информации и пр. Любовь, в том числе половая, ненависть, ревность, зависть – все это проявления различных чувств. От эмоциональных состояний их отличает направленность на определенный объект. Чувства бывают довольно противоречивыми: любовь может быть смешана с досадой, грустью, радостью, т.е. в зависимости от обстоятельств знак эмоций может меняться.



- Чувства обладают динамикой: они рождаются, достигают высшей силы, потом угасают, а то и становятся противоположными: ненависть может перейти в любовь, пылкая любовь — смениться равнодушием. Особенно скоротечны увлечения, они часто бывают в подростковом, но могут быть и в зрелом и даже в пожилом возрасте. Несмотря на пылкость, увлечения быстро угасают после первого достигнутого результата, так как, по существу, связаны с явлениями доминанты, а доминанта, как известно, после своего разрешения уступает место другой.



Выводы

- Под волей понимают сознательную регуляцию поведения, обеспечивающую преодоление трудностей на пути к цели. Волевое действие может выполнять как побудительную, так и тормозную функцию.



- Эмоции связаны с возможностью (или невозможностью) удовлетворить потребности. Эмоциональные реакции (смех, плач, физиологические сдвиги в работе сердца, гормональной системы) имеют безусловно-рефлекторную природу. Эмоциональные состояния (настроение, волнение, стресс, страсть, аффект и пр.) или благоприятствуют деятельности (стенические эмоции), или нарушают ее (астенические эмоции). Эмоциональные отношения, или чувства в узком смысле (любовь, ненависть, ревность и пр.), всегда направлены на определенный объект и обладают динамикой.



- Вниманием называют сосредоточенность сознания на том или ином виде деятельности, объекте или событии. Различают непроизвольное (возникающее независимо от воли и сознания) и произвольное внимание, которое поддерживается волевым усилием и требует от человека большой затраты энергии. Активная работа с объектом позволяет без напряжения сохранить внимание на длительный срок.

