

Чувства

- Переживаемые в различной форме внутренние отношения человека к тому, что происходит в его жизни, что он познаёт или делает (в широком значении).
- Отражают отношение человека к объекту его устойчивых потребностей (в узком значении).

- Устойчивы и длительны.
- Предметный характер, их вызывают факты, события, люди и обстоятельства, по отношению к которым субъект положительно или отрицательно мотивирован.

ЧУВСТВА

Отрицательные

Вызываются отклонением от параметров жизнедеятельности человека как личности.

Положительные

Приведение обстоятельств к нормам, соответствующим мировоззрению данной личности.



- ✓ **Нравственные** - любовь, сострадание, доброжелательность, гуманность, преданность.
- ✓ **Интеллектуальные** - интерес, удивление, любознательность, сомнение, радость открытия, любовь к истине.
- ✓ **Траксические** - возникают в процессе деятельности, сопровождают её (увлечённость любимым делом).
- ✓ **Собственнические** - ч. собственности.
- ✓ **Эстетические** - ч. прекрасного, возвышенного, трагического, комического.

С Т Р А С Т Ь



Устойчивое,
глубокое и
сильное
чувство,
определяющее
направление
мыслей и
поступков
человека.

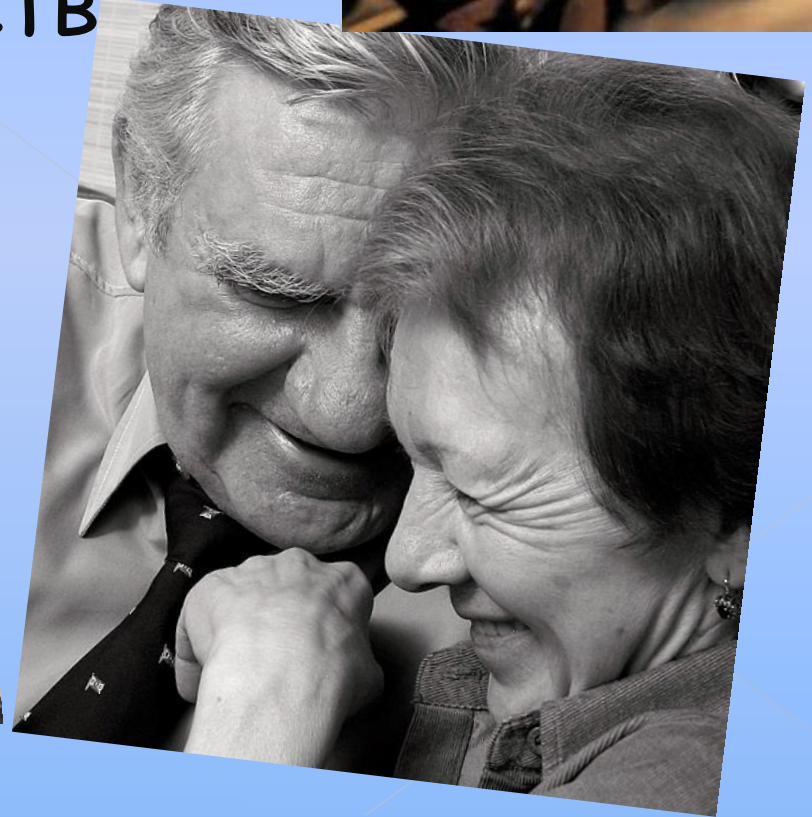
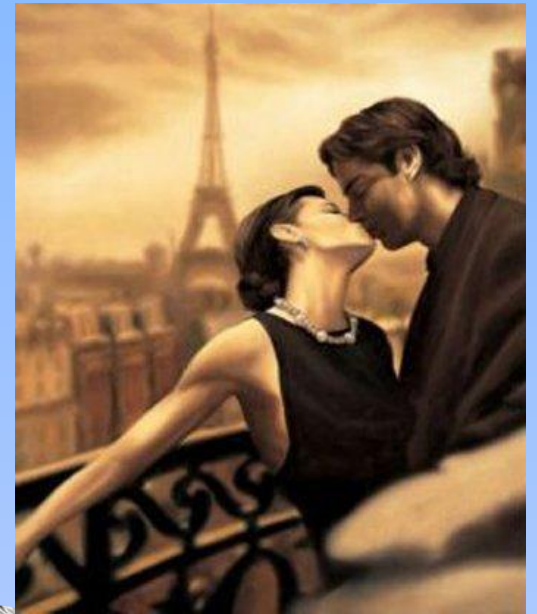
Что **не связано с господствующей страстью**, кажется имеющим второстепенное значение, отодвигается на задний план, перестаёт волновать и интересовать человека, порой попросту забывается.

Что **связано** - захватывает, волнует, запоминается.

Неудовлетворённая страсть → сильные эмоции и даже аффективные вспышки.

Любовь

- Одно из важнейших собственно человеческих устойчивых чувств



♥ В широком значении **любовь** – это высокая степень эмоционально-положительного отношения, выделяющего его объект среди других и помещающего его в центр устойчивых жизненных потребностей и интересов субъекта.



♥ **В более узком значении** - это интенсивное, напряжённое и относительно устойчивое чувство субъекта, физиологически обусловленное сексуальными потребностями и выражающееся в стремлении быть вместе с объектом его чувства, вызывать у него аналогичные чувства и переживания.



Формы переживания чувств:

- Эмоции;
- Аффекты;
- Настроения;
- Стрессовые состояния



Эмоции

- Психический процесс импульсивной регуляции поведения, основанный на чувственном отражении значимости внешних воздействий.



В узком значении - это непосредственное, временное переживание какого-нибудь более постоянного чувства.

Эмоция - не само чувство любви к музыке, а состояние наслаждения, удовольствия, которое человек переживает, слушая хорошую и любимую музыку.



Эмоции...

- ☺ Длительное состояние;
- ☺ Реакция не только на события свершившиеся, но и на вероятные или вспоминаемые;
- ☺ Смещаются к началу действия и предвосхищают его результат;
- ☺ Носят опережающий, осознанный характер, отражая события в форме обобщённой субъективной оценки.





ГРУСТЬ



РАДОСТЬ



СТРАХ



СТЫД



ГНЕВ



СКУКА



ИНТЕРЕС



ОТВРАЩЕНИЕ



ВОСХИЩЕНИЕ



ОБИДА



УДИВЛЕНИЕ



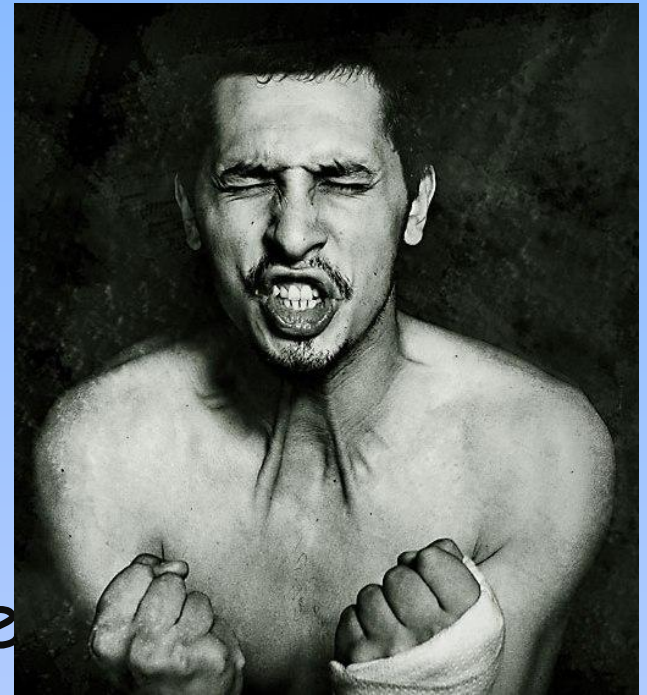
УДОВОЛЬСТВИЕ



Подбери для каждой пиктограммы фотографию с соответствующей эмоцией

Аффекты

- Эмоциональные процессы, быстро овладевающие человеком и бурно протекающие (значительные изменения сознания, нарушение контроля за действиями, утрата самообладания, изменение всей жизнедеятельности организма).



- Наиболее мощная эмоциональная реакция. Полностью захватывает психику человека, сплавляя главный воздействующий раздражитель со всеми смежными и образуя обобщённый аффективный комплекс, определяющий единую реакцию на ситуацию в целом, включая сопутствующие ассоциации и движения.



Психологические особенности:

- бурное внешнее проявление эмоционального переживания;
- кратковременное течение эмоционального переживания;
- известная безотчётность эмоционального переживания;
- формирование соответствующего следа в памяти, определяющего в дальнейшем избирательность по отношению к ситуациям, которые вызывали аффект.

Настроения

- Общее эмоциональное состояние, окрашивающее в течении значительного времени всё поведение человека (безотчётность и слабая выраженность. Человек может даже не замечать их. Если приобретает значительную интенсивность — оказывает влияние даже на продуктивность работы).



Источники:

- удовлетворённость ходом жизни;
- неудовлетворённость всем ходом жизни.

Длительное плохое или вялое настроение человека - показатель того, что в его жизни что-то неблагополучно.

Особенности:

- слабая интенсивность;
- значительная длительность;
- неясность, «безотчётность»;
- своеобразный диффузный характер



Причины, вызывающие настроения:

- ☀ различные органические процессы и состояния;
- ☀ особенности окружающей человека внешней среды;
- ☀ особенности взаимоотношений между людьми;
- ☀ эмоционально окрашенные мысли и представления.

Стрессовые состояния (стресс)

- Особая форма переживания чувств, близкая по своим психологическим характеристикам к аффекту, но по длительности протекания приближающаяся к настроениям.



**Психологический
стресс**

```
graph TD; A[Психологический стресс] --> B(Информационный стресс); A --> C(Эмоциональный стресс); B --- D[Возникает в ситуациях информационных перегрузок, когда человек не справляется с задачей и др.]; C --- E[Появляется в ситуациях угрозы, опасности, обиды и пр.]
```

**Информационный
стресс**

Возникает в ситуациях информационных перегрузок, когда человек не справляется с задачей и др.

**Эмоциональный
стресс**

Появляется в ситуациях угрозы, опасности, обиды и пр.

Поведение индивида в стрессовых состояниях существенно зависит от типа нервной системы человека, силы его нервных процессов.

Их сочетание и определяет то, как конкретно будет протекать стресс - в форме **эвстресса**, или **дистресса**.

Эвстресс – оказывает положительное, мобилизующее, активирующее воздействие на действия и всю жизнедеятельность человека.

Дистресс – оказывает отрицательное, тормозящее, расстраивающее влияние на деятельность человека, вплоть до полной его дезорганизации.