

ЭМОЦИИ ЭМПАТИИ, СТЫДА И ВИНЫ КАК ЭМОЦИИ ЛИЧНОСТИ

Выполнили:
Базанова Саша
Зверева Люба
Терентьева Настя

Эмпатия

Термин «*эмпатия*» введен в психологию Э.Титченером, обобщившим развивавшиеся в философской традиции идеи о симпатии с теориями вчувствования Э. Клиффорда и Т.Липпса.

Эмпатия

- ✓ *Эмпатия* (от англ. вчувствование) – специфическая система отражения партнеров по взаимодействию.
- ✓ В психологической литературе *эмпатия* трактуется как способность входить в состояния другого, как сопереживание и сочувствие.

Эмпатия

✓ Основу эмпатии составляет ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ОТЗЫВЧИВОСТЬ и ИНТУИЦИЯ, но при этом значительную роль играет разум, рациональное восприятие одушевленных объектов.

Эмпатия

- ✓ Необходимость в ЭМПАТИИ возникает в тех случаях, когда надо выявить, понять, предвосхитить индивидуальные особенности другого и затем воздействовать на него в нужном направлении.

Эмпатия

Различают:

- ✓ **ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ ЭМПАТИЮ**, основанную на механизмах *проекции* и подражания реакциям другого человека;
- ✓ **КОГНИТИВНУЮ ЭМПАТИЮ**, базирующуюся на *интеллектуальных процессах* (сравнение, аналогия и т. п.);
- ✓ **ПРЕДИКАТИВНУЮ ЭМПАТИЮ**, проявляющуюся как способность человека *предсказывать* реакции другого в конкретных ситуациях.

Эмпатия

Постичь причины и следствия самопроявлений другого означает понять, почему, когда, для чего, с кем (чем) он:

1. Это делает, говорит, думает, воспринимает, запоминает, вспоминает;
2. Хочет подумать, сказать, сделать;
3. Проявляет свои интересы, потребности, способности.

Эмпатия

Спрогнозировать поведение другого означает понять, как, когда, почему, с какой целью он:

1. Сделает, скажет, подумает по данному поводу; сможет реализовать свои мотивы, желания, потребности;
2. Допустит или не допустит определенные ошибки.

СТЫД

Стыд — отрицательно окрашенное чувство, объектом которого является какой-либо поступок или качество субъекта.

- ✓ Стыд связан с ощущением социальной неприемлемости того, за что стыдно.

Стыд

Переживая стыд, человек опускает или отворачивает голову, прячет взгляд, прикрывает глаза и заливается стыдливым румянцем.

Стыд

Слишком откровенные, слишком интенсивные и слишком частые проявления стыда свидетельствуют о социальном неблагополучии индивида.

СТЫД

- ✓ Стыдящийся человек чувствует свою общую несостоятельность, некомпетентность.
- ✓ Он забывает слова, делает неверные движения, нередко заикается, становится неуклюжим, страшно гримасничает.

Стыд

- ✓ Человек кажется себе маленьким, беспомощным, скованным, эмоционально расстроенным, глупым, никуда не годным и т. д.
- ✓ Стыд сопровождается временной неспособностью мыслить логично и эффективно, а нередко и ощущением неудачи, поражения.

СТЫД

- ✓ Пристыженный человек не в состоянии выразить словами свои переживания.
- ✓ Переживание стыда возможно лишь на фоне эмоциональной связи с другим человеком, причем с таким, чье мнение и чьи чувства имеют особую ценность

СТЫД

Способы избежать стыд:

1. Отрицание
2. Подавление
3. Самоутверждение

СТЫД

Переживание стыда может стать
причиной переживания других
эмоций,

и наоборот - переживание некоторых
эмоций может послужить причиной
стыда.

Вина

Вина – одна из базовых эмоций.

Связана с несоответствием ожиданиям других.

Чем ближе вам человек, перед которым вы провинились, тем сильнее ваше переживание вины.

Вина

Мимика, сопровождающая переживание вины, **не** столь **выразительна**.

Сложно по одному внешнему виду человека определить, чувствует он за собой вину или нет.

Вина

Предпосылки развития эмоции вины:

1. принятие общих моральных ценностей;
2. интернализация этих ценностей;
3. способность к самокритике.

Вина

- ✓ Эмоция вины связана с осознанием факта проступка или предательства *собственных взглядов и убеждений*. Также с безответственным поступком.
- ✓ Причиной могут стать поступки, которые *противоречат* моральным, этическим или религиозным нормам.

Вина

- ✓ *Функция* ЭМОЦИИ ВИНЫ заключается в том, что она **стимулирует** человека **исправить ситуацию**, восстановить нормальный ход вещей.
- ✓ Лучший способ противостоять переживанию вины - жить в ладу со своей совестью.

Вина

- ✓ Вина играет ключевую роль в процессе развития личной и социальной ответственности, в процессе становления совести.
- ✓ Для переживания вины характерны высокая степень напряжения, умеренная импульсивность и снижение уверенности в себе.