

Функции и виды эмоций у человека



ЭМОЦИИ



- Эмоции- это особый класс субъективных психических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний процесс и результаты практической деятельности, направленной на удовлетворение актуальных потребностей человека.

НАСТРОЕНИЕ



- Настроение – сравнительно продолжительное, устойчивое психическое состояние умеренной или слабой интенсивности, проявляющееся в качестве положительного или отрицательного эмоционального фона психической жизни индивида. В отличие от ситуативных эмоций и аффектов, настроение является эмоциональной реакцией не на непосредственные последствия тех или иных событий, а на значение для человека в контексте его общих жизненных планов, интересов и ожиданий.

АФФЕКТ



- Аффект (от лат. affectus – душевное волнение, страсть) – сильное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств и сопровождаемое резко выраженными двигательными проявлениями и изменениями в функциях внутренних органов. Аффект возникает в ответ на уже произошедшее событие и является как бы сдвинутым к его концу. Развивается в критических условиях при неспособности субъекта найти адекватный выход из опасных, чаще всего неожиданно сложившихся ситуаций. Устойчивость к вовлечению в состояние аффекта зависит от уровня развития моральной мотивации личности.

СТРЕСС



- Стресс – термин, используемый для обозначения обширного круга состояний человека, возникающих в ответ на разнообразные экстремальные воздействия. Стресс может оказывать как положительное, мобилизующее, так и отрицательное влияние на деятельность (дистресс), вплоть до её полной дезорганизации. В зависимости от вида стрессора и характера его влияния выделяют различные виды стресса, в наиболее общей классификации – физиологический стресс и психологический стресс. Последний подразделяется на информационный и эмоциональный .

ФРУСТРАЦИЯ



- Фрустрация (от лат. frustration – обман, тщетное ожидание, расстройство) – психическое состояние, близкое по своим проявлениям к стрессу, и возникающее вследствие реальной или воображаемой помехи, препятствующей достижению цели. Проявляется в ощущениях гнетущего напряжения, тревожности, отчаяния, гнева. Её сила зависит от степени значимости блокируемого поведения и субъективной «близости» достижения цели.

СТРАСТЬ



- **Страсть – сильное, стойкое, всеохватывающее чувство, доминирующее над другими побуждениями человека и приводящее к сосредоточению на предмете страсти всех его устремлений и сил. Страсть может быть принята личностью, а может осуждаться ею, переживаться как нечто нежелательное, навязчивое. Основным признаком страсти является её действенность, слияние волевых и эмоциональных моментов**

ЧУВСТВО



- Чувство – высшая, культурно обусловленная, эмоция человека, связанная с некоторым социальным объектом; информирует субъекта о ценности для него тех или иных вещей; об их значимости.

Чувства классифицируют на группы:

- Нравственные
- Интеллектуальные
- Эстетические
- Праксические (возникающие в процессе деятельности)

ОСНОВНЫЕ ФУНКЦИИ ЭМОЦИЙ



- Мотивационно-регулирующая. У человека главная функция эмоций состоит в том, что благодаря эмоциям мы лучше понимаем друг друга, можем, не пользуясь речью, судить о состояниях друг друга и лучше преднастраиваться на совместную деятельность и общение.
- Второй важнейшей функцией эмоций является экспрессивная и коммуникативная, она же является важнейшим фактором регуляции процессов познания.
- Сигнальная. Эмоции выступают как внутренний язык, как система сигналов, посредством которой субъект узнает о потребностной значимости происходящего.
- Защитная.

ОСНОВНЫЕ ФУНКЦИИ ЭМОЦИЙ



- Отражательно-оценочная. Эмоции дают субъективную окраску происходящему вокруг нас и в нас самих. На одно и тоже событие люди реагируют по-разному.
- Мобилизующая. Выброс адреналина способствует мобилизации сил организма.
- Компенсаторная. Эмоции помогают возмещать недостающую информацию, придавая незнакомому объекту соответствующую окраску. Мы испытываем комфорт или дискомфорт в общении с незнакомым человеком.
- Дезорганизующая. При волнении не можем сосредоточиться.

ВИДЫ ЭМОЦИЙ



С точки зрения влияния на деятельность человека эмоции делятся на стенические и астенические.

- **Стенические эмоции** стимулируют деятельность, увеличивают энергию и напряжение сил человека, побуждают его к поступкам, высказываниям. Под влияние таких эмоций индивиду становится трудно промолчать, остаться бездействующим, проявляется готовность «горы свернуть».
- И наоборот, иногда переживания вызывают своеобразную скованность, пассивность – тогда идет речь об **астенических эмоциях**.

ИНТЕРЕС



- Интерес - наиболее часто испытываемая положительная эмоция. Он является исключительно важным видом мотивации в развитии знаний, навыков, интеллекта. Интерес – это единственная мотивация, которая может поддерживать повседневную работу нормальным образом. Он необходим для творчества. Интерес может возбуждаться воображением и памятью в отсутствие внешней стимуляции.

РАДОСТЬ



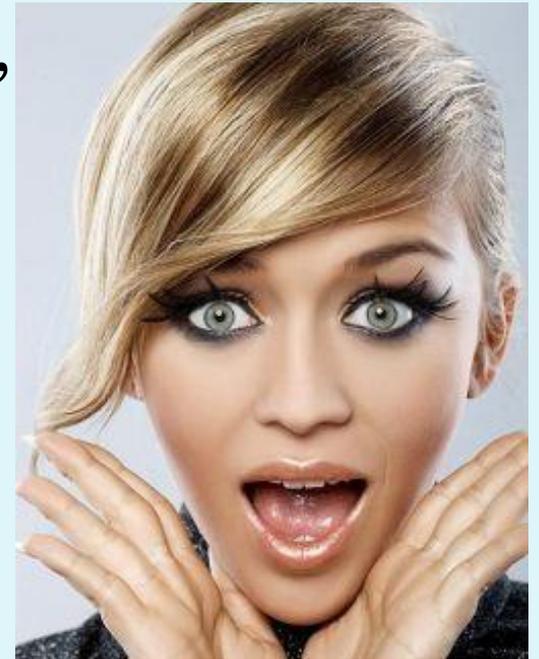
- Радость – положительная эмоция, характеризующаяся ощущением уверенности, удовлетворенности и личной значимости. В связи с тем, что чувство радости гармонизирует состояние человека, насыщая его самоудовлетворенностью, удовлетворенностью окружающим его миром и мирозданием в целом, эмоция эта, по объективным причинам, является относительно кратковременной, подверженной смене другими эмоциональными состояниями.



УДИВЛЕНИЕ



- Удивление – не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникающие обстоятельства. Удивление тормозит все предыдущие эмоции, направляя внимание на объект, его вызвавший, и может переходить в интерес.



СТРАДАНИЕ



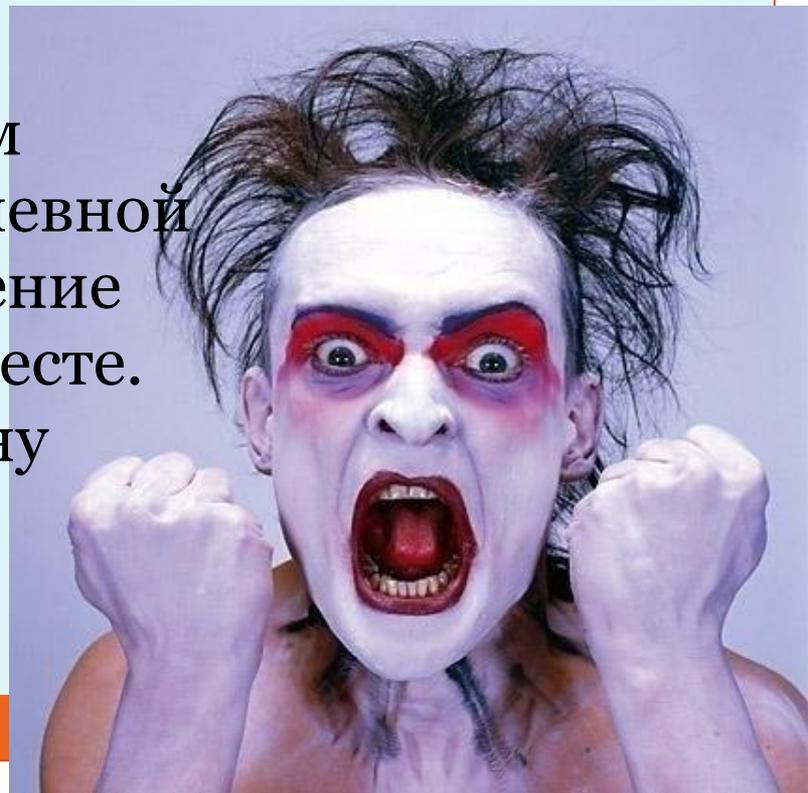
- Стрaдание – важная фундаментальная, ярко отрицательная эмоция, играющая значительную роль в эволюции человека и продолжающая исполнять важные биологические и психологические функции. Стрaдание возникает как результат продолжительного воздействия чрезмерного уровня стимуляции.



ГНЕВ, ОТВРАЩЕНИЕ, ПРЕЗРЕНИЕ



- Гнев, отвращение и презрение – различные фундаментальные эмоции. Они различны как по проявлениям, так и переживаниям. Человек может чувствовать себя раздраженным при гнев, переживать глубокое неудовольствие при отвращении и быть холодным и отстраненным при презрении. Однако в повседневной жизни гнев, отвращение и презрение кажутся часто возникающими вместе. Ситуации, которые вызывают одну из этих эмоций, часто вызывают и другие.



СТРАХ



- Страх является наиболее опасной из всех эмоций. Интенсивный страх приводит даже к смерти. Но страх не является только злом. Он может служить предупреждающим сигналом и изменять направление мыслительных процессов и поведение. С эволюционно - биологической точки зрения страх может усиливать социальные связи, включать коллективную защиту.



СТЫД



- **Стыд – отрицательное эмоциональное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.**



ВАЖНО ЗНАТЬ



- При моральных перегрузках нужны сильные физические нагрузки;



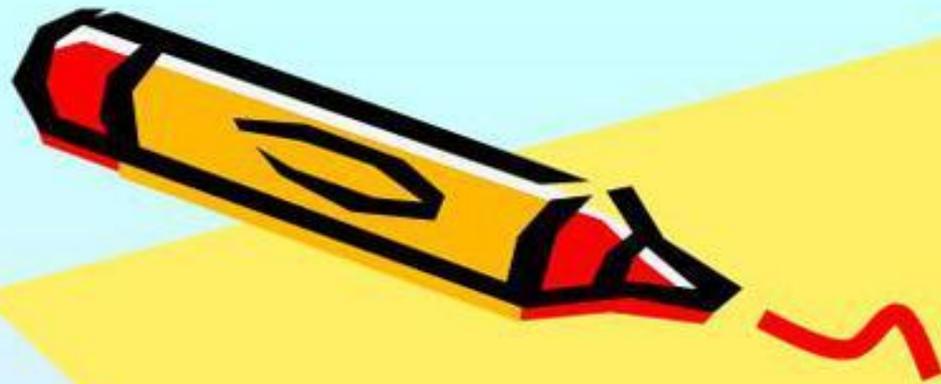
- При напряжении, страхе – физическое расслабление мышц тела.



ВЫВОДЫ



- Эмоции удобно подразделять на положительные или отрицательные на основе особенностей их переживания и сенсорных характеристик. Однако любая эмоция (например, радость, страх) может быть положительной или отрицательной, если критерий для классификации основывается на адаптивности или дезадаптивности эмоций в конкретной ситуации.
- Эмоции влияют на человека в целом, и каждая эмоция влияет на субъект по - разному. Эмоции воздействуют на уровень электрической активности мозга, степень напряжения мышц лица и тела, на функционирование эндокринной, кровеносной и дыхательной систем. Эмоции могут изменять восприятие окружающего мира от яркого и светлого к тёмному и угрюмому, наши мысли от творческих к меланхолическим и наши действия от неловких и неадекватных к искусным и целесообразным



СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ =)

