

«Эмоции и чувства - это своеобразный инструмент, удерживающий жизненный Процесс в его оптимальных границах и предупреждающий разрушительный характер недостатка или избытка каких-то факторов в жизни данного человека».

П. К. Анохин

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ

ХАРКІВСЬКИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ ІНСТИТУТ
КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО
ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

кафедра туризму та соціальних наук



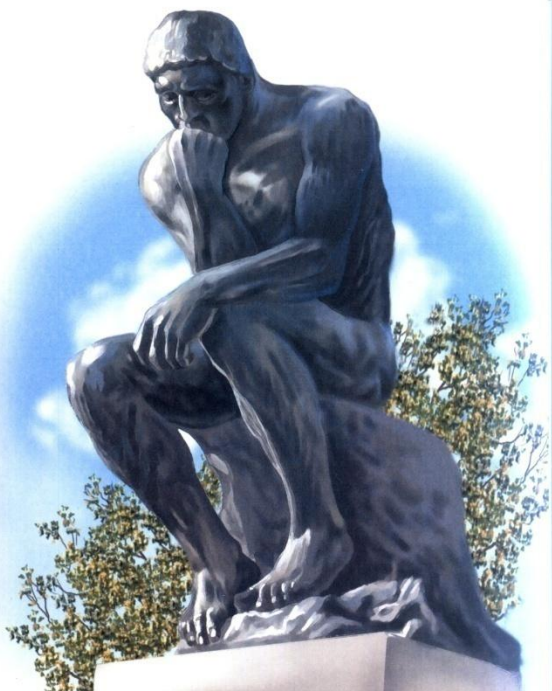
Дисципліна “Психологія”

Тема:

**“Регулятивні та комунікативні процеси.
(лекція).”**

Лектор: к.психол. наук, с.н.с.

Шайхлісламов Земфір Рафікович




Навчальні питання:

- 1. Поняття емоцій і почуттів.
- 2. Функції емоцій і почуттів. Класифікація емоцій і почуттів.
- 3. Поняття волі. Умови й фактори розвитку вольового поведження.

Навчальні питання:

- **Поняття емоцій і почуттів.**

- 
- Емоції й почуття - це переживання людиною свого відношення до того, що він сприймає або представляє, про що мислить або говорить, що він робить, до чого прагне.
 - Суб'єктивно ці відносини переживаються як приємне (задоволення) або неприємне (невдоволення).

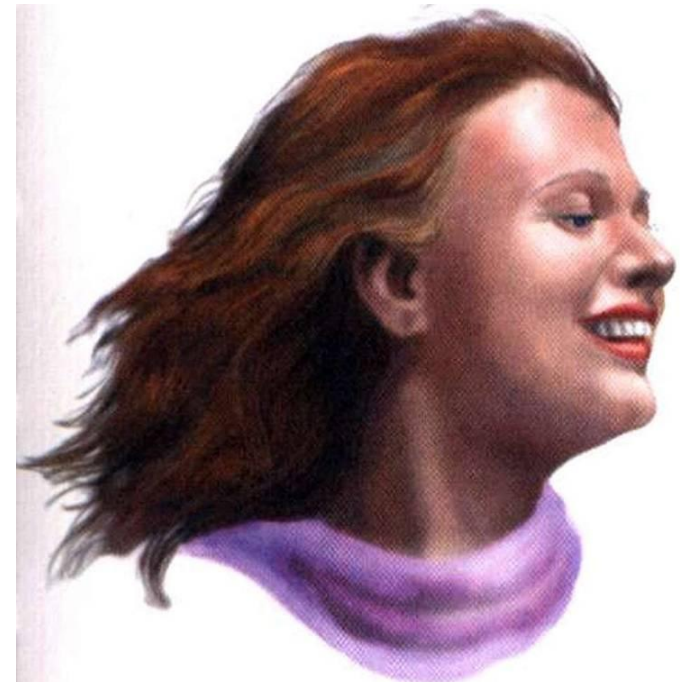
- **Емоції** (emoveo) — потрясіння, хвилювання, психічне відображення пристрасного переживання явищ, ситуацій у відношенні до наших потреб (страх, радість, гнів і т.п.).

- Емоції це *ситуативне, суб'єктивне* відображення нашого ставлення до вчинків, подій, явищ навколишнього світу, реакція на дію внутрішніх і зовнішніх подразників, які мають суттєву суб'єктивну значимість.

- Емоції, пов'язані із задоволенням *органічних* потреб, є й у тварин.



СТРАХ. СТРЕСС



РАДОСТЬ

- **Почуття** — одна з основних форм переживання людиною свого ставлення до предметів і явищ дійсності, що характеризуються відносною сталістю (**почуття патріотизму, колективізму, боргу й відповідальності за доручену справу, совість, сором, любов до праці, гордість**).
- Це — віддзеркалення у свідомості особистості її ставлення до дійсності залежно від *задоволення або незадоволення* внутрішніх потреб.
- Будучи складною формою відбиття, що узагальнює емоційне відбиття й поняття, *почуття властиві тільки людині*.
- Вони *соціально* обумовлені.

Навчальні питання:

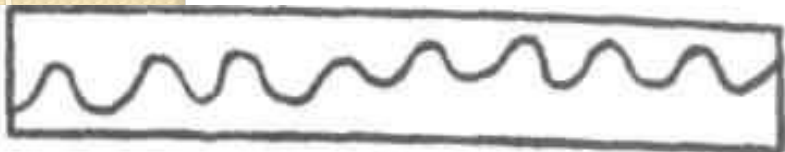
- Функції емоцій і почуттів.
Класифікація емоцій і почуттів.

Характеристика почуттів

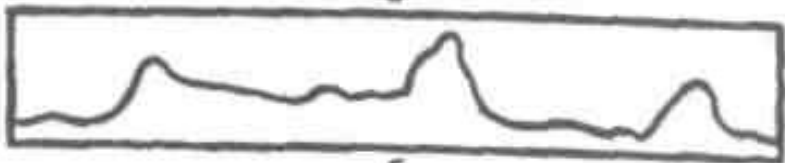
Класифікація почуттів та емоцій



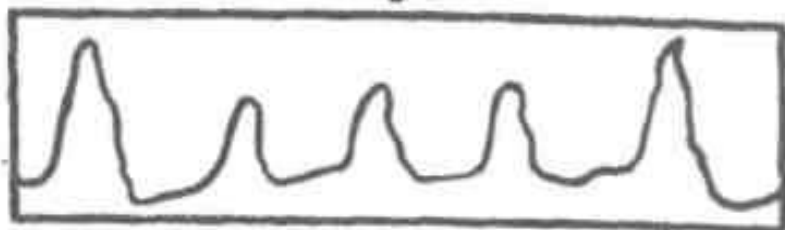
Криві подиху при різних емоційних станах:



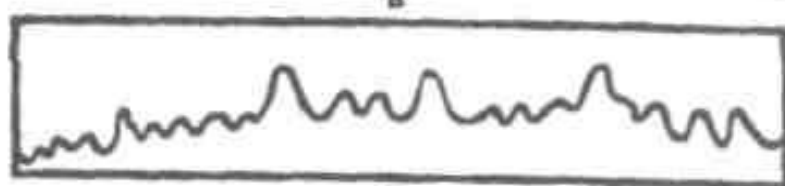
а



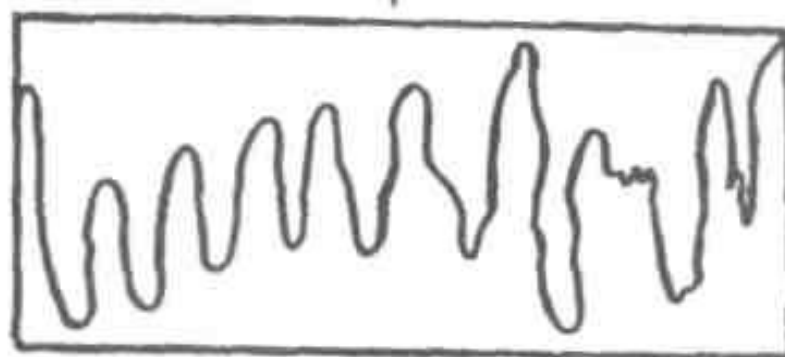
б



в



г



д

а - *радісті* (17 подихів у мінуту);

б - *пасивного смутку*

(9 подихів у мінуту);

в - *активному смутку*

(20 подихів у мінуту);

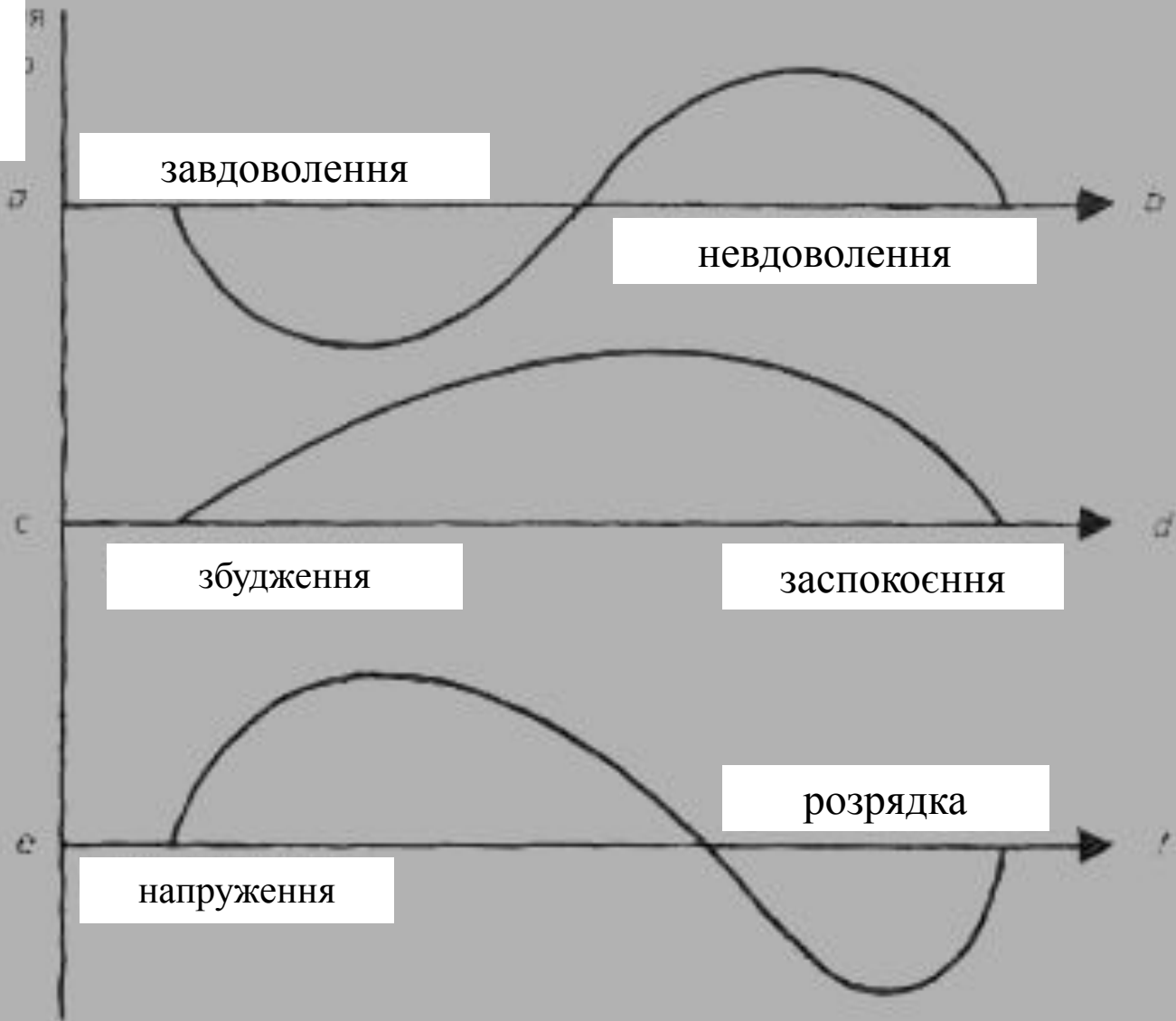
г - *страху*

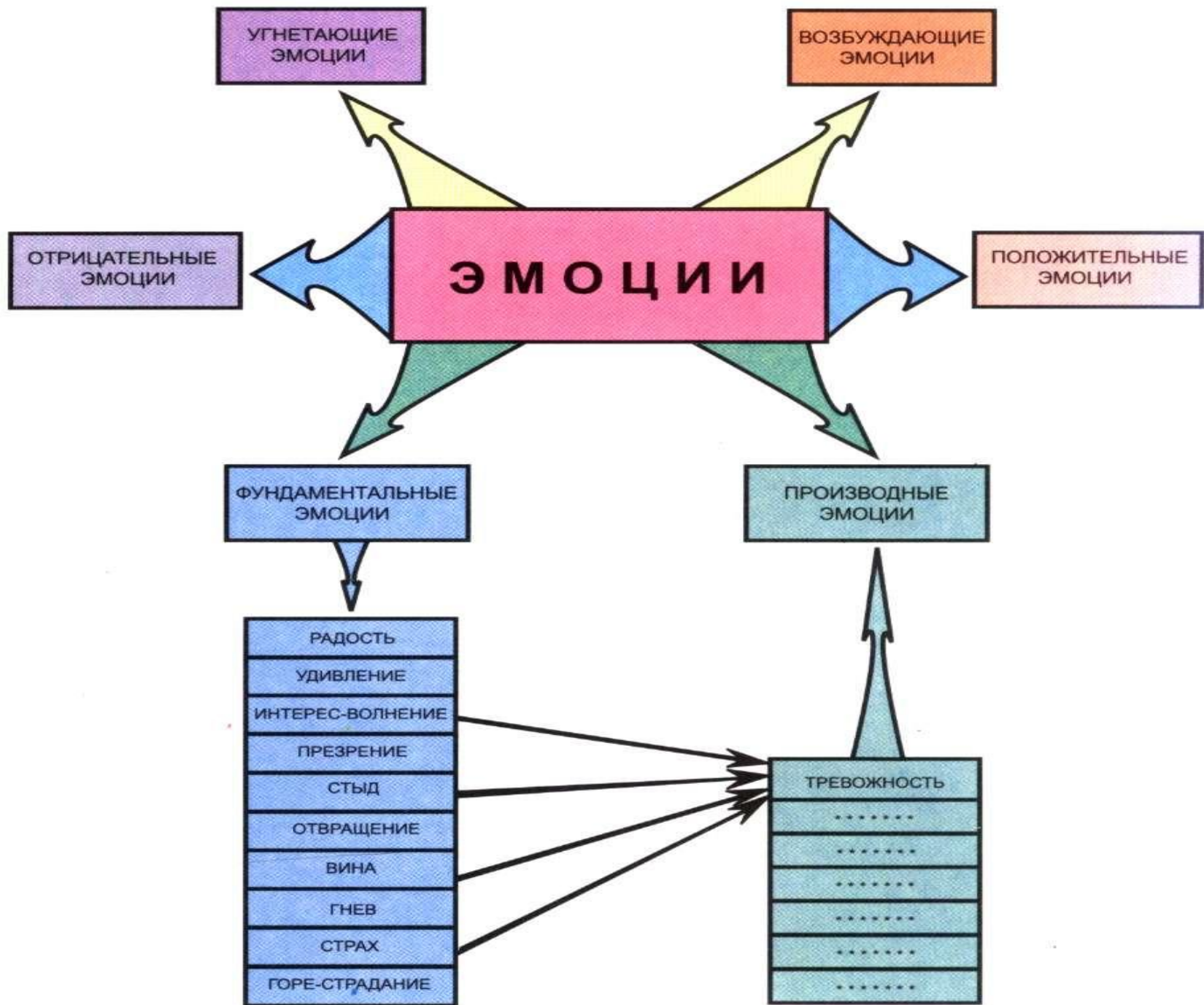
(64 подиху в мінуту);

д - *зніву*

(40 подихів у мінуту)

**Початок дії
емоційного
фактору**





5.2. Классификация эмоций и чувств




Функції емоції



СТРАХ

- *Сигнальна функція* емоцій і почуттів пов'язана з тим, що вони супроводжуються виразними рухами:
- мімічний (руху м'язів особи),
- пантомімічними (руху м'язів тіла, жести), змінами голосу,
- вегетативними змінами (потоотделение, почервоніння або збліднення шкіри).

- 
- *"Как значимы эмоции и чувства!*
 - *Это ветры, надувающие паруса каравля;*
 - *они его иногда топят,*
 - *но без них он не может плавать".*

Вольтер

Функції емоції і почуттів

- *Регулятивна функція* почуттів виражається в тім, що стійкі переживання направляють наше поведження, підтримують його, змушують переборювати перешкоди, що зустрічаються на шляху.



Функції емоції і почуттів

- *Фазність* характеризує емоції й почуття із процесуальної сторони.
- Насамперед це проявляється в наростаючій напрузі і його дозволі, що поміняє.
- Напруга може наростати залежно від змін у зовнішніх обставинах.

Функції емоції і почуттів

- *Полярність* — це протилежність пережитих почуттів.
- Наприклад, для почуття радості полярним буде сум, для задоволення - страждання, для любові - ненависть.

- Залежно від того, яке стан - активне або пасивне - викликають емоції, підвищують або зменшують вони життєдіяльність людини, розрізняють:
- стенические (від грецького слова «стенос» - чинність) емоції ;
- астеничні («астенос» - слабкість, безсилля) емоції.

Емоційні переживання:

- задоволення - невдоволення
- напруга - дозвіл,
- порушення - заспокоєння.



СТРАДАНИЕ

Емоції задоволення або невдоволення



ОТВРАЩЕНИЕ

- біологічно розвивалися як відбиття зв'язку організму із зовнішнім середовищем і встановлення в процесі цієї усе більше ускладнюючої зв'язку вимог, пропонованих організмом до середовища.

Емоція *напруги* завжди пов'язана зі створенням нового або ламанням старого способу життя й діяльності

- Завершення його переживається як емоція *дозволу* (полегшення).

По ступені виразності розрізняють наступні рівні напруженості:

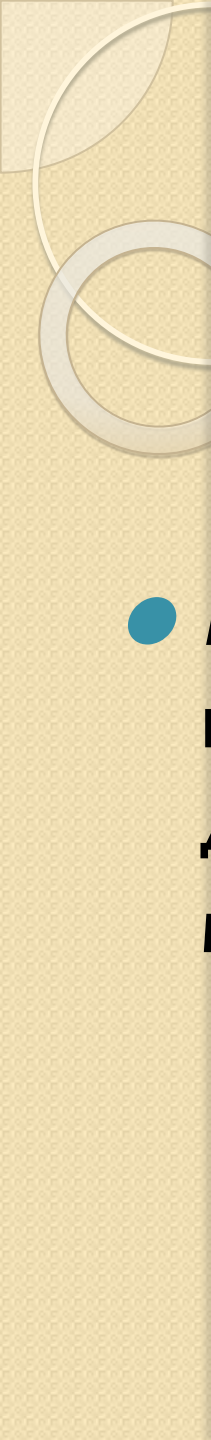
- незначна напруженість, що швидко зникає без особливого впливу на процес навчання;
- довгостроково виражена напруженість, що помітно відображається на успішності що вчиться, але усувається спеціальними педагогічними прийомами;
- виражена напруженість, що з'явилася після якої-небудь події;
- тривала, різко виражена напруженість, що практично не зникає.

Класифікація емоції і почуттів

- **Інтелектуальні** почуття - почуття, пов'язані з пізнавальною діяльністю людини. Вони виникають у процесі навчальної й наукової роботи, а також творчої діяльності в різних видах мистецтва, науки й техніки.
- **Моральні** почуття - почуття, у яких відбивається відношення людини до вимог суспільної моралі. Вони пов'язані зі світоглядом людини, його думками, ідеями, принципами й традиціями.
- **Естетичні** почуття - це почуття, що виникають у людини у зв'язку з задоволенням або незадоволенням його естетичних потреб.
- До них ставляться почуття прекрасного й потворного, піднесеного або низинного й т.д.
- **Стенічні** почуття - це почуття, що активізують діяльність людини.
- **Астенічні** почуття - це почуття, що викликають пасивність.
- І стенічні, і астенічні почуття однаково значимі. Їх правильна оцінка залежить від певного роду обставин.
- **Настрої** - це слабо виражені емоційні переживання, відрізняються значною тривалістю й слабким усвідомленням причин і факторів, їх зухвалих.
- **Афекти** - це переживання великої сили, з коротким періодом протікання. Вони характеризуються значними змінами у свідомості, порушеннями вольового контролю.
- **Страсті** - сильні, глибокі, тривалі й стійкі переживання з яскраво вираженою спрямованістю на досягнення мети.

Навчальні питання:

- **Поняття волі. Умови й фактори розвитку вольового поведження.**

- 
- **Воля** — психічний процес свідомої й цілеспрямованої регуляції людиною своєї діяльності й поведження для досягнення мети.

ВОЛЯ

Види вольових дій:

- мимовільні
- довільні

Структура вольових дій:


- прості
- складні

Вольові якості людини:

- цілеспрямованість
- самостійність
- ініціативність
- витримка
- самовладання
- наполегливість
- рішучість

Структура складної вольової дії:

- потяг (неусвідомлене бажання)
- бажання (усвідомлене прагнення до об'єкта)
- воляння (активне прагнення до об'єкта, що характеризується усвідомленням мети і засобів її досягнення)
- боротьба мотивів (зіткнення суперечливих спонукань, бажань, прагнень при виборі мети та способів дії)
- прийняття рішення
- дія виконання (реалізація прийнятого рішення, подолання реальних об'єктивних і суб'єктивних перешкод)

- 
- Воля проявляється в зусиллі, у внутрішнім напруженні, що переживає людина, переборюючи внутрішні й зовнішні труднощі в прагненні до дії або в стримуванні себе.

5.4. Психологическая характеристика воли



Література

- **Основна література:**

- 1. Крутецкий Психология. — М., 1978 — 321 с.
- 2. Максименко С.Д. Загальна психологія. – К: Центр учбової літератури, 2008 - 272 с.

- **Додаткова література:**

- 1. Бандурка О. М. Основи психології і педагогіки. - Х., 2003. - 336 с.
- 2. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекцій. — М.: ЧеРо, 1996. - 336с.
- 3. Общая психология / Под ред. А. В. Петровского. - М.: Просвещение. 1986. - 468 с.
- 4. Популярная психология: Хрестоматия / Сост. У. У. Мироненко. - М.: Просвещение, 1990. - 399 с.
- 5. Практикум по общей психологии: Учеб. пособие / Под ред. А. И. Абраменко и др. М.: Просвещение, 1990. - 288 с.



ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!