



Эмоции и чувства

Чувства

- 0 **Чувства** — это переживаемые в различной форме отношения человека к предметам и явлениям действительности.
- 0 Самая развитая и сложная форма эмоциональных процессов у человека — это чувства, которые представляют собой не только эмоциональное, но и понятийное отражение.

В зависимости от характера отношения человека к различным объектам социальной среды выделены основные виды высших чувств:

Эстетические

Моральные

Практические

Интеллектуальные

Моральные чувства

Человек испытывает по отношению к обществу, другим людям, а также к самому себе, такие как чувство патриотизма, дружба, любовь, совесть, которые регулируют межличностные отношения.



Чувства, которые связаны с осуществлением человеком трудовой и других видов деятельности, называются **практическими**.

Они возникают в процессе деятельности в связи с ее успешностью или не успешностью. К позитивным практическим чувствам относятся трудолюбие, приятная усталость, чувство увлеченности работой, удовлетворенность от выполненного дела. При преобладании негативных практических чувств человек воспринимает труд как каторгу.



Процесс умственной
деятельности
сопровождается
интеллектуальными
эмоциями. Если они
приобретают качества
стабильности и
устойчивости, они
проявляются
как **интеллектуальные
чувства:**

любопытность,
радость открытия истины,
удивление, сомнение.



Чувства, которые испытывает человек при восприятии и создании прекрасного в жизни и в искусстве, называются эстетическими.

Эстетические чувства воспитываются через приобщение к природе, любованию лесом, солнцем, рекой и т.п. Для того чтобы постичь законы красоты и гармонии детям полезно заниматься рисованием, танцами, музыкой и другими видами художественной деятельности.



Эмоции

0 **Эмоции** — это субъективные реакции человека на воздействия внешних и внутренних раздражителей, отражающие в форме переживаний их личную значимость для субъекта и проявляющиеся в виде удовольствия или неудовольствия.

За эмоциями была признана важная положительная роль в жизни людей, и с ними стали связывать следующие положительные функции:

- мотивационно-регулирующая
- защитная
- коммуникативная
- сигнальная

0 **Мотивационно-регулирующая функция** заключается в том, что эмоции участвуют в мотивации поведения человека, могут побуждать, направлять и регулировать. Иногда эмоции могут заменять собой мышление в регуляции поведения.

0 **Коммуникативная функция** заключается в том, что эмоции, точнее, способы их внешнего выражения, несут в себе информацию о психическом и физическом состоянии человека. Благодаря эмоциям мы лучше понимаем друг друга. Наблюдая за изменениями эмоциональных состояний, появляется возможность судить о том, что происходит в психике. Комментарий: люди, принадлежащие к разным культурам, способны безошибочно воспринимать и оценивать многие выражения человеческого лица, определять по нему такие эмоции, как радость, гнев, печаль, страх, отвращение, удивление. Это относится и к тем народам, которые вообще никогда не находились в прямых контактах друг с другом.

- 0 Сигнальная функция.** Жизнь без эмоций так же невозможна, как и без ощущений. Эмоции, утверждал Ч. Дарвин, возникли в процессе эволюции как средство, при помощи которого живые существа устанавливают значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных для них потребностей. Эмоционально-выразительные движения (мимика, жесты, пантомимика) выполняют функцию сигналов о том, в каком состоянии находится система потребностей человека.
- 0 Защитная функция** выражается в том, что, возникая как моментальная, быстрая реакция организма, может защитить человека от опасностей.

Кэррол Изард выделил следующие ОСНОВНЫЕ ЭМОЦИИ:

- 0 интерес (возбуждение)
- 0 радость
- 0 удивление
- 0 страдание (горе, печаль)
- 0 гнев (ярость)
- 0 отвращение
- 0 презрение (пренебрежение)
- 0 страх (ужас)
- 0 стыд (застенчивость)
- 0 вина (раскаяние)

ИНТЕРЕС

- 0 положительное эмоциональное состояние
- 0 способствует развитию навыков и умений, приобретению знаний
- 0 чувство захваченности, любопытства



РАДОСТЬ

- 0 положительная эмоция
- 0 связана с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность, вероятность чего до этого была невелика или неопределенна
- 0 сопровождается самоудовлетворенностью и удовлетворенностью окружающим миром



УДИВЛЕНИЕ

- не имеет четко выраженного положительного или отрицательного знака
- эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства
- тормозит все предыдущие эмоции, направляя внимание на новый объект и может переходить в интерес



СТРАДАНИЕ

- 0 наиболее распространенное отрицательное эмоциональное состояние
- 0 связано с получением достоверной (или кажущейся таковой) информации о невозможности удовлетворения важнейших потребностей, достижение которых до этого представлялось более или менее вероятным
- 0 чаще протекает в форме эмоционального стресса



ГНЕВ

- 0 сильное отрицательное эмоциональное состояние
- 0 протекает чаще в форме аффекта
- 0 возникает в ответ на препятствие в достижении страстно желаемых целей



ОТВРАЩЕНИЕ

- 0 отрицательное эмоциональное состояние
- 0 вызывается объектами (предметами, людьми, обстоятельствами), соприкосновение с которыми (физическое или коммуникативное) вступает в резкое противоречие с эстетическими, нравственными или идеологическими принципами и установками субъекта



СТРАХ

- отрицательное эмоциональное состояние
- появляется при получении субъектом информации о возможном ущербе для его жизненного благополучия, о реальной или воображаемой опасности



СТЫД

- 0 отрицательное эмоциональное состояние
- 0 выражается в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике



ВИНА

- отрицательное эмоциональное состояние
- выражается в осознании неблагоприятности собственного поступка, помысла или чувств и выражающееся в сожалении и раскаянии.

