



Тема: Емоції і почуття.

План :

- 1.Поняття про емоції і почуття.**
- 2.Відмінності між емоціями і почуттями.**
- 3. Види емоційних станів.**
- 4. Почуття та їх загальна характеристика.**

Рекомендована

література:

1. Загальна психологія: Навч. посібник
О. Скрипченко, Л. Долинська та ін. – К.:
“А.П.Н.”, 1999.
2. Ільїна Н.М. Загальна психологія в
екзаменаційних питаннях і відповідях:
навчальний посібник / Н.М.Ільїна.-
Суми : ВТД “Університетська книга”,
2009.
3. Цимбалюк І.М. Психологія: Навч.
посіб. – 2-ге вид-ня: випр. і доп. – К.: ВД
“Професіонал” 2006

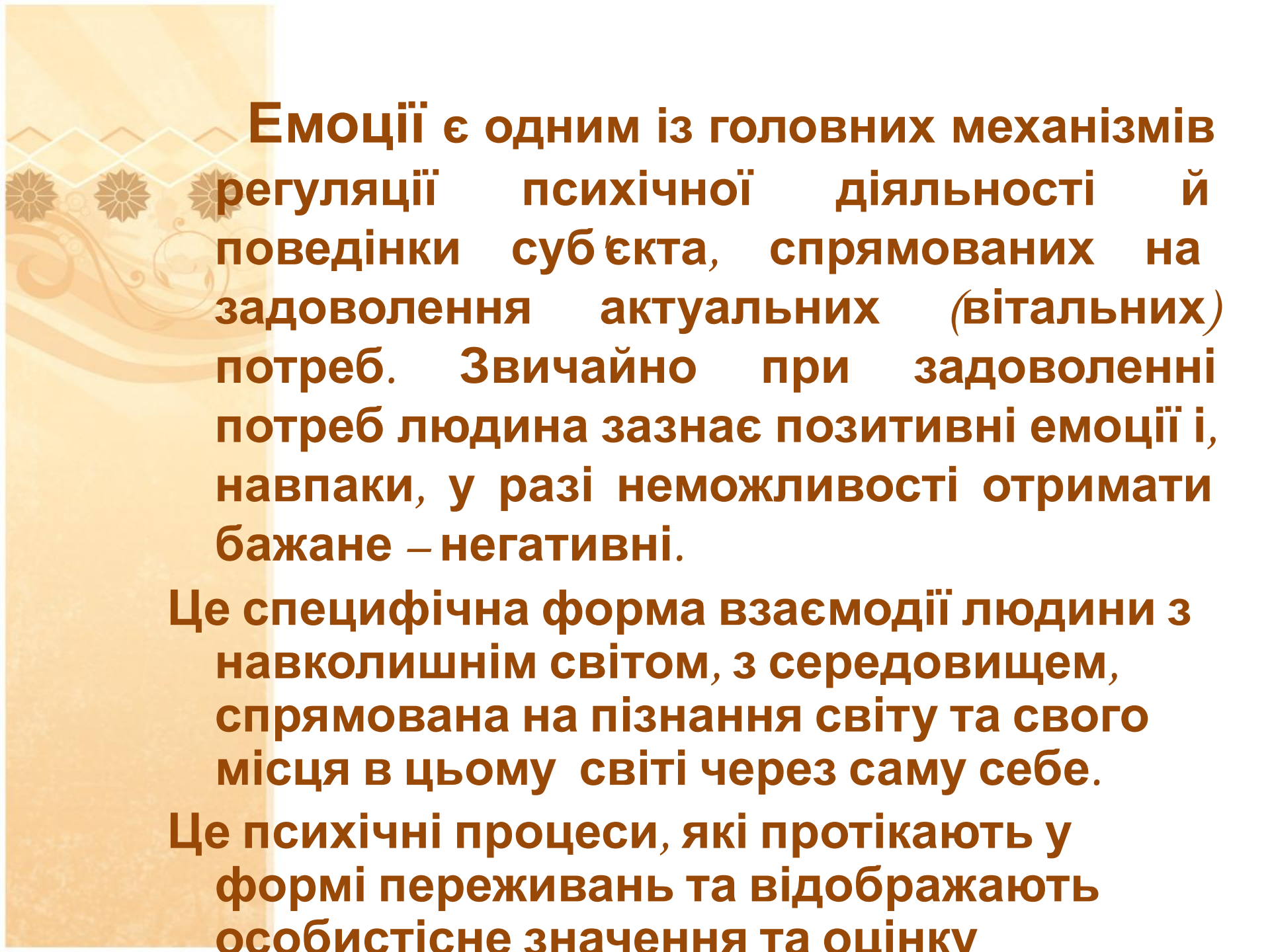
ЕМОЦІЇ

Емоції - реакції людей і тварин на впливи внутрішніх та зовнішніх подразників, що мають яскраво виражене суб'єктивне забарвлення.

Це реакція індивіда на ті ситуації, життєві факти, які виникають у всій повноті, багатоманітності властивостей та особливостей.

Ставлення до них виявляються в складних чуттєвих переживаннях: *радість, горе, симпатія, зневага, гнів, гордість, сором, страх.*

У процесі філогенетичного розвитку емоції



Емоції є одним із головних механізмів регуляції психічної діяльності й поведінки суб'єкта, спрямованих на задоволення актуальних (вітальних) потреб. Звичайно при задоволенні потреб людина зазнає позитивні емоції і, навпаки, у разі неможливості отримати бажане – негативні.

Це специфічна форма взаємодії людини з навколишнім світом, з середовищем, спрямована на пізнання світу та свого місця в цьому світі через саму себе.

Це психічні процеси, які протікають у формі переживань та відображають особистісне значення та оцінку

Фундаментальні емоції

- ▶ **Радість** – позитивний емоційний стан, пов'язаний з можливістю досить повно задовольнити актуальну потребу
- ▶ **Подив** – емоційна реакція, яка не має чітко вираженої реакції на раптові обставини
- ▶ **Страждання** – негативний емоційний стан, який пов'язаний з отриманою інформацією про неможливість задоволення важливих життєвих потреб
- ▶ **Гнів** – негативний емоційний стан, який протікає у формі афекту в результаті виниклої перешкоди для задоволення важливої потреби

Фундаментальні емоції

- ▶ **Відраза** – негативний емоційний стан, викликаний об'єктами, які вступають у різке протиріччя з моральними, естетичними та ідеологічними принципами людини
- ▶ **Презирство** – негативний емоційний стан, що виникає в міжособистісній взаємодії та породжується відсутністю узгодженості життєвих позицій та поведінки людини
- ▶ **Сором** - негативний стан, який виявляється в усвідомленні невідповідності власних помислів, вчинків і зовнішності очікуванням оточуючих людей

Характеристики емоцій

Якісні характеристики:

- **Знак** – позитивні чи негативні;
- **Модальність** – страх, гнів, радість, сором;
- **Кількісні:** сила, слабкість як збудженість і пригніченість;
- **Інтенсивність** як напруженість і розрядка

Загальні характеристики емоцій:

- **Переключення** – можливість перенесення емоційного забарвлення з причин почуттів на другорядні умови
- **Передбачення** – емоційний сигнал про можливі наслідки дій, які будуть виконуватися
- **Просторова дисоціація** – зміщення з

Характеристики емоцій

Специфічні властивості емоцій:

- **Ситуативність** – вираження значущого для людини тут і тепер;
- **Предметність** – суттєва ознака емоцій, пов'язана з виділенням актуального предметного змісту.

ПОЧУТТЯ

Прості емоції – зумовлені безпосередньою дією подразників, пов'язаних із задоволенням первинних потреб. Такі емоції створюють емоційний тон відчуттів: задоволення-незадоволення.

Складні емоції (почуття) пов'язані з усвідомленням життєвого значення об'єктів, предметності переживань: радість, викликана чимось, гнів щодо когось

- **Почуття** - відображення у свідомості людини її суб'єктивного ставлення до дійсності при задоволенні або незадоволенні вищих потреб.
- Почуття формуються під час суспільного розвитку людини та змінюються залежно

Властивості почуттів

1. Предметність
2. Індивідуальність
3. Амбівалентність (єдність протилежних емоцій)
4. Знаковість (позитивність – негативність)
5. Модальність (радість, горе, смуток)
6. Головна властивість – визначення динамічного вектора активності суб'єкта щодо предмета почуття

ПОЧУТТЯ

- по-перше, вони породжуються цією дійсністю;
- по-друге, вони завжди мають свій об'єкт, який їх викликає (предмети, явища природи, вчинки людей, їх взаємовідносини, суспільні події тощо);
- по-третє, почуття людини мають особистісний характер: у них відображається значущість предметів і явищ для людини в

Емоції й почуття розрізняють за походженням:

- 1. Емоції первинні, почуття вторинні.**
- 2. Емоції елементарні психічні явища, почуття - складні.**
- 3. Емоції тісно пов'язані з інстинктивною, безумовно-рефлекторною підкорковою діяльністю головного мозку, почуття - кіркові утворення.**
- 4. Емоції притаманні людині і тварині, почуття - лише людині.**
- 5. Емоції регулюють відносини людини із середовищем, почуття - її стосунки як**

Види емоційних станів:

- *Настрій* - загальний емоційний стан, який впливає протягом певного часу на поведінку людини. Настрій може бути різноманітним: радісним або сумним, веселим або пригніченим, спокійним або дратівливим. Настрій є емоційною реакцією не на безпосередні наслідки тих або інших подій, а на їх значення для життя людини в контексті її загальних життєвих планів, інтересів й

Види емоційних станів:

- **Стрес** - стан, що характеризується максимальною мобілізацією всіх сил, напругою. Чинник, який викликає стан стресу, називається **стресором**.

Розрізняють **фізіологічні стресори**

(надмірне фізіологічне навантаження, висока або низька °, фізичні травми, інфекції, больові відчуття тощо) і

психологічні стресори (загроза, небезпека, образа, інформаційне перевантаження і т. п.).



Види емоційних станів:

- *Афект* - короткочасний, швидкоплинний емоційний спалах, що характеризується змінами у свідомості, порушенням вольового контролю. Будь-яке почуття може переживатися в афективній формі (захоплення, гнів, лють, релігійний екстаз та ін.).

Афект виникає раптово у вигляді спалаху. При цьому змінюються увага й сприймання.

Людина втримує в полі уваги тільки ті об'єкти, які пов'язані з переживанням. Усе інше усвідомлюється недостатньо, що є однією з причин практичної некерованості

Види емоційних станів:

- *Пристрасть* — сильні й тривалі емоції, що на певний час забарвлюють життя індивіда, істотно позначаються на спрямованості й динаміці його діяльності.

Це виразний сигнал особистісного смислу предмета його потреби — мотиву, від якого залежить життя.

Пристрасть виявляється у зосередженості індивіда на якомусь предметі.

Переживаючи пристрасть, людина страждає, стає пасивною істотою; вона начебто перебуває під владою якоїсь сили, хоча ця сила й виходить від неї.

Фізіологічні основи емоцій

Існують різні підходи до вивчення емоцій.

(Вундт):

емоції пов'язана з органічними змінами, які впливають на уявлення людини

Друга точка зору

(Ч.Дарвін):

емоції виникають в процесі еволюції як механізми пристосування організму до середовища

1.Провідну роль в регуляції емоційних станів відіграє кора великих півкуль (І.П.Павлов) – принципи збудження і гальмування, які

Фізіологічні основи емоцій

1. Провідну роль в регуляції емоційних станів відіграє кора великих півкуль (І.П. Павлов) – принципи збудження і гальмування, які поширюються на підкоркові центри
2. Друга сигнальна система
3. Діяльність гіпоталамуса і лімбічної системи
4. Порушення динамічного стереотипу – сталої системи реакцій-відповідей, яка відповідає певній комбінації зовнішніх

Відмінність емоцій від почуттів

Емоції:

- ▶ Відображення ситуативного ставлення до певних об'єктів
- ▶ Це фаза виникнення і перебігу почуттів
- ▶ Це безпосередні переживання, в яких

демонструється

Почуття:

- ▶ Стійке і узагальнене ставлення людини до об'єктів
- ▶ Це фаза розкриття і демонстрації емоцій
- ▶ Це безпосереднє ставлення

Почуття – це складні емоції

Диференціація почуттів в залежності від предметної сфери

Інтелектуальні – подив, цікавість, допитливість, сумнів у процесі інтелектуальної діяльності;

Моральні – ставлення людини до людини і суспільства;

Естетичні – спрямованість на предмет і проникнення в його суть