



Тема 4.

Психические процессы: эмоциональные и волевые

Структура психики

Психические процессы:

- познавательные: ощущения, восприятия, память, представления, **мышление**, внимание, речь, воображение;
- эмоциональные: эмоции, чувства;
- волевые: механизмы волевых действий, волевые качества

Психические состояния:

активность, пассивность, бодрость, усталость, апатия, эйфория и т.д.



Психические образования:

знания, начальные умения, простые навыки, сложные навыки, сложные умения

Психические свойства:

направленность (потребности, мотивы, цели), темперамент, характер, способности

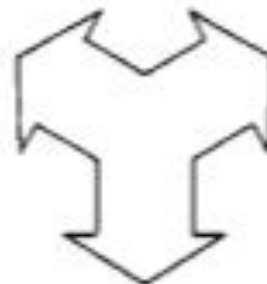
Понятие и формы эмоций

Эмоции

являются интегральными реакциями организма на воздействия факторов внешней и внутренней среды, а также результаты собственной деятельности, проявляющиеся в

Формы проявления

субъективных переживаний той или иной модальности и интенсивности (типа страха, ярости, радости и др.)



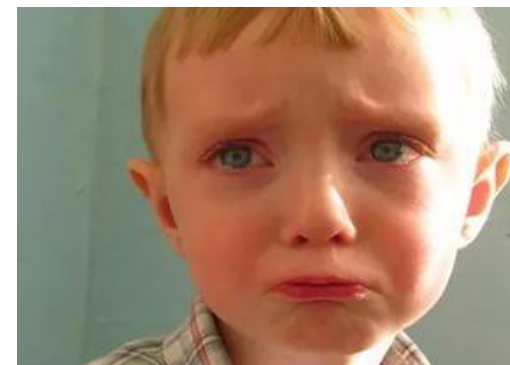
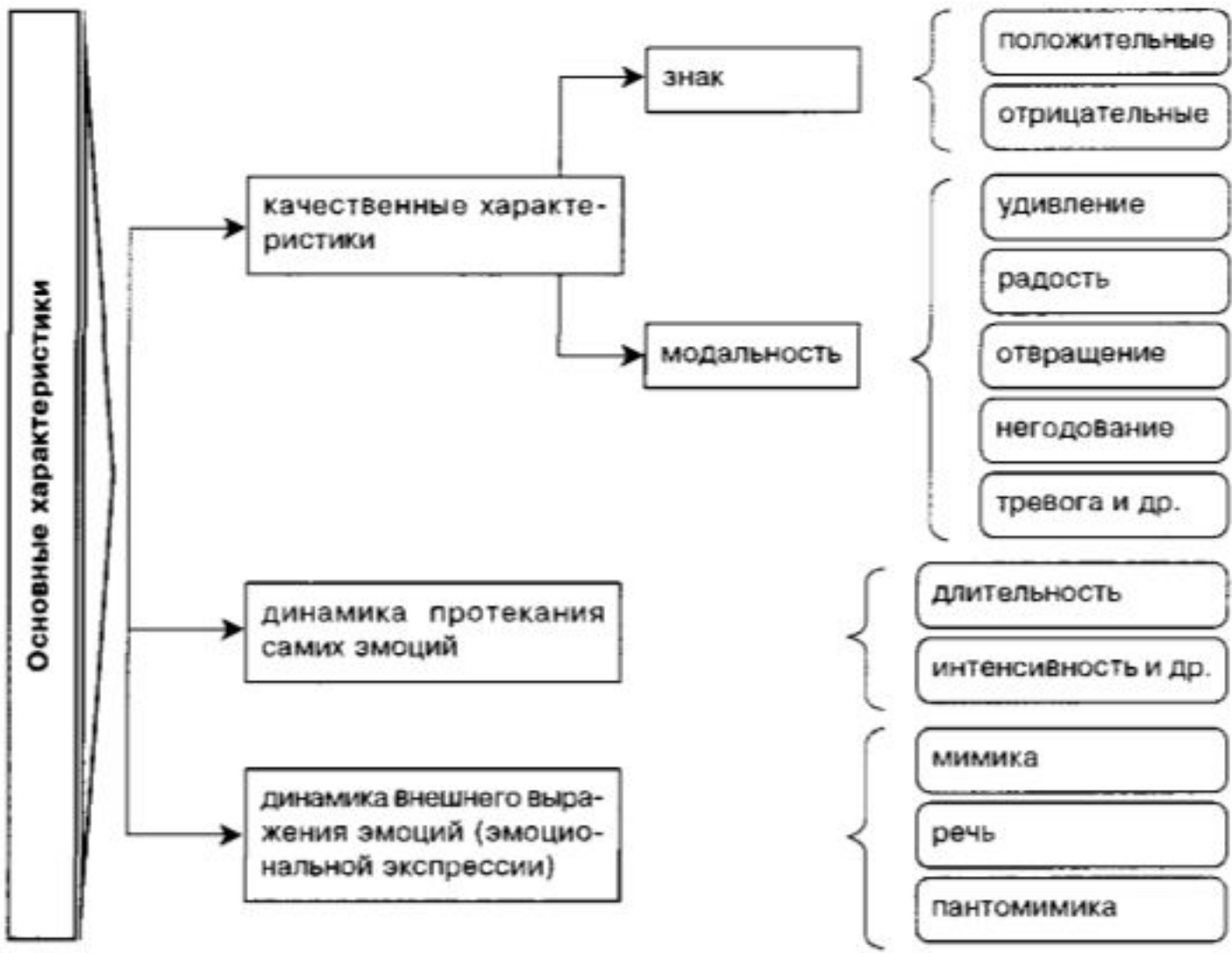
неспецифическими сдвигами в деятельности внутренних органов

специфическими двигательными реакциями

Функции ЭМОЦИЙ



Характеристика эмоций



1 Чувства и эмоции взаимосвязаны, обусловлены, но не равнозначны

Чувства обладают относительной устойчивостью и постоянством, а эмоции возникают в ответ на конкретную ситуацию. Как правило, эмоции — это реакция на удовлетворение органических, естественных потребностей. Чувства связаны с переживанием высших влечений

2 Одно и то же чувство человек переживает по-разному

Например, чувство ответственности может переживаться в форме:

- радости за успех порученного дела,
- беспокойства в случае задержки,
- стыда в случае его провала и т. п.

3 Эмоции и чувства характеризует относительная независимость от воли человека (возникновение и исчезновение чувств)

4 Особенностью чувств и эмоций является их «иррадиация», распространённость на все, что связано с объектом привязанности наших чувств

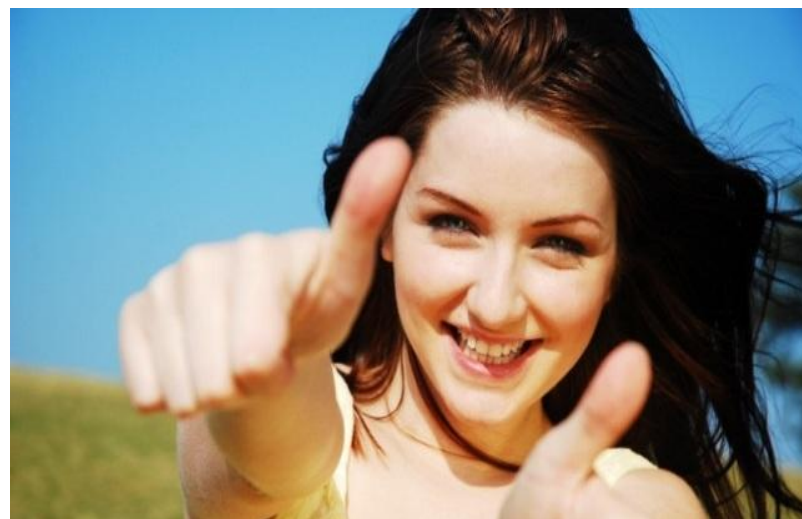
5 Для эмоций и чувств характерна амбивалентность (полярность), двойственность переживаний, когда один и тот же объект в одно и то же время вызывает несогласованные, противоречивые переживания

В типичных случаях амбивалентность обусловлена тем, что часто отдельные особенности сложного объекта по-разному влияют на потребности и ценности человека

6 Очень часто высшие чувства вступают в конфликт с теми чувствами, которые мы относим к более низким

Например, чувство чести и чувство долга — с чувством страха

МОЦИИ И ЧУВСТВА





Высшие чувства

Характерные особенности

Большая степень обобщенности, которой они могут достигать в своих развитых формах

Они всегда связаны с более или менее отчетливым осознанием общественных норм, относящихся к той или иной стороне действительности

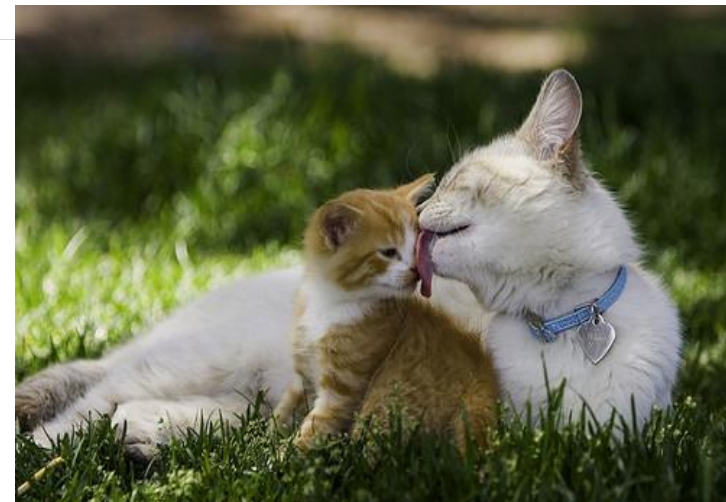
Они выделяют явления, имеющие стабильную мотивационную значимость





Высшие чувства





Биологические концепции эмоций

Концепция Ч. Дарвина

Ч. Дарвин изучал эмоциональные выразительные движения млекопитающих. Они рассматривались как рудимент целесообразных инстинктивных действий, сохраняющих в какой-то степени свой биологический смысл и вместе с тем выступающих в качестве биологически значимых сигналов для особей не только своего, но и другого видов

Концепция П.К. Анохина

П.К. Анохин рассматривал эмоцию как продукт эволюции, как приспособительный фактор в жизни животного мира. Эмоция выступает как своеобразный инструмент, оптимизирующий жизненный процесс и тем самым способствующий сохранению как отдельной особи, так и всего вида. Неоднократное удовлетворение потребностей, окрашенных положительной эмоцией, способствует обучению соответствующей деятельности, а повторные неудачи в получении запрограммированного результата вызывают торможение, неэффективность деятельности и поиски новых, более успешных способов достижения

Концепция П.В. Симонова

Эмоция — это отражение мозгом высших животных и человека величины потребности и вероятности ее удовлетворения в данный момент.

$$Э = П (Н - С),$$

где: Э — эмоция,
П — потребность,
С — информация, прогностически необходимая для организации действий по удовлетворению данной потребности,
Н — наличная информация, которая может быть использована для целенаправленного поведения.

- 1) Эмоция не возникает, если потребность отсутствует или удовлетворена ($П = 0$), а при наличии потребности — если система вполне информирована ($Н = С$).
- 2) При дефиците наличной информации ($Н < С$) появляется отрицательная эмоция, достигающая максимума в случае полного отсутствия информации ($Н = 0$).
- 3) Положительная эмоция возникает, когда $Н > С$.

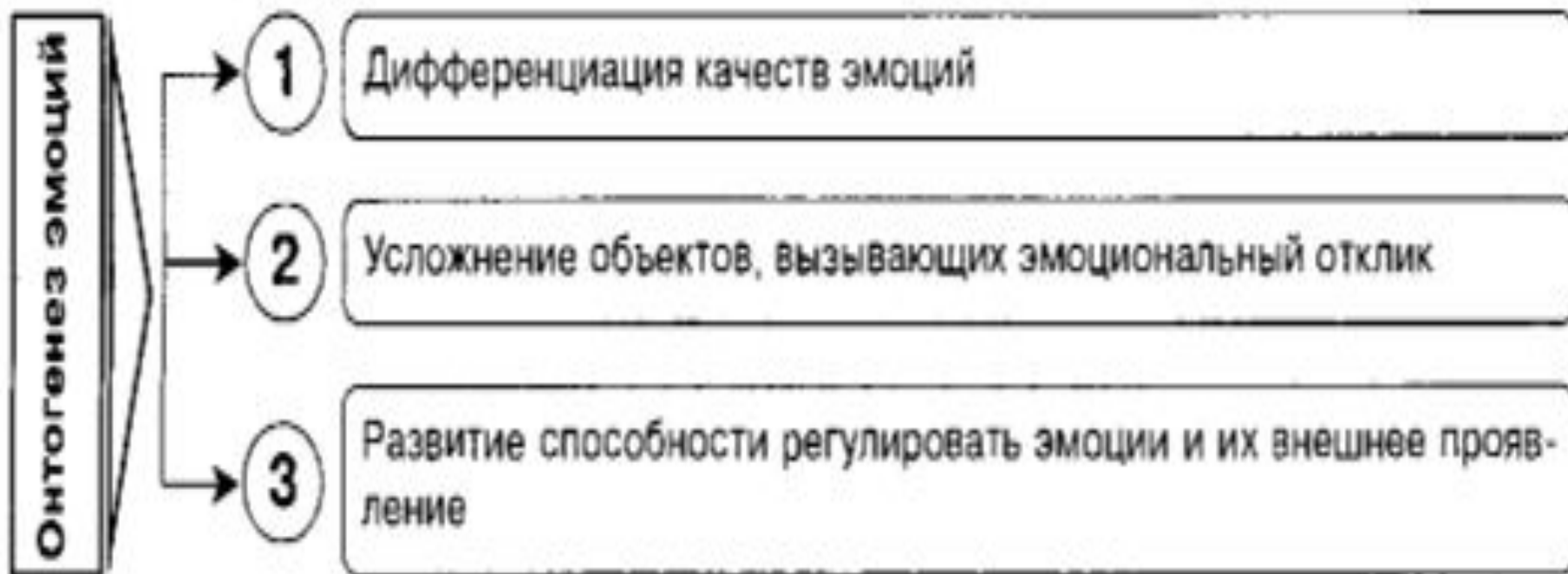
Таким образом, формирование отражает количественную зависимость интенсивности эмоциональной реакции от силы потребности и размеров дефицита или простоты прогностической информации, необходимой для достижения цели (удовлетворения потребности)

Концепция эмоций С. Шехтера



Согласно этой теории на возникшее эмоциональное состояние помимо воспринимаемых стимулов и порождаемых ими телесных изменений оказывают воздействие прошлый опыт человека и оценка им наличной ситуации с точки зрения актуальных для него интересов и потребностей. Косвенным подтверждением справедливости когнитивной теории эмоций является влияние на переживание человека словесных инструкций, а также той дополнительной эмоциогенной информации, которая предназначена для изменения оценки человеком возникшей ситуации

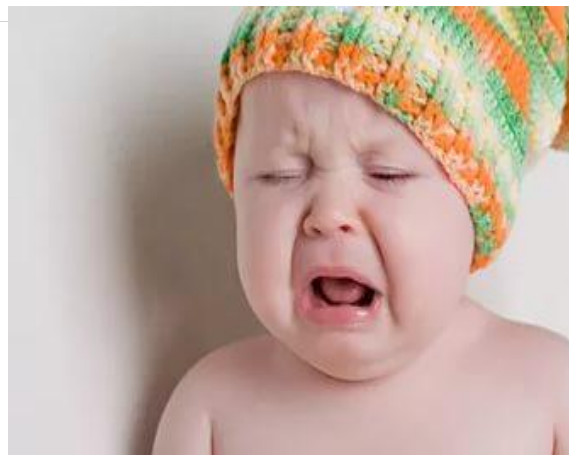
Развитие эмоций в онтогенезе



Эмоции новорожденного



Эмоции младенца



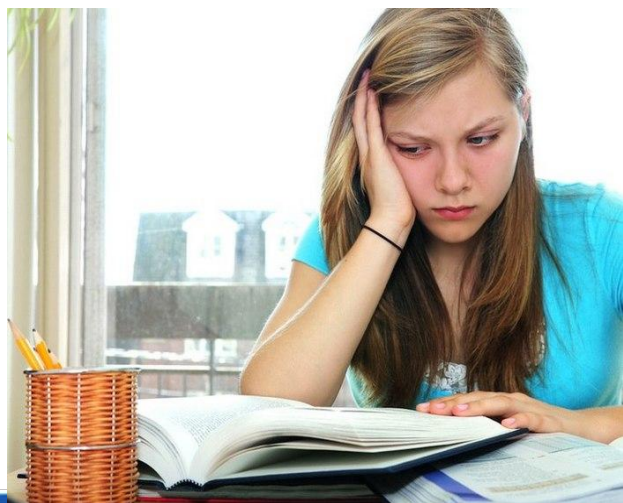
Эмоции дошкольника



Эмоции младшего школьника



Эмоции подростка

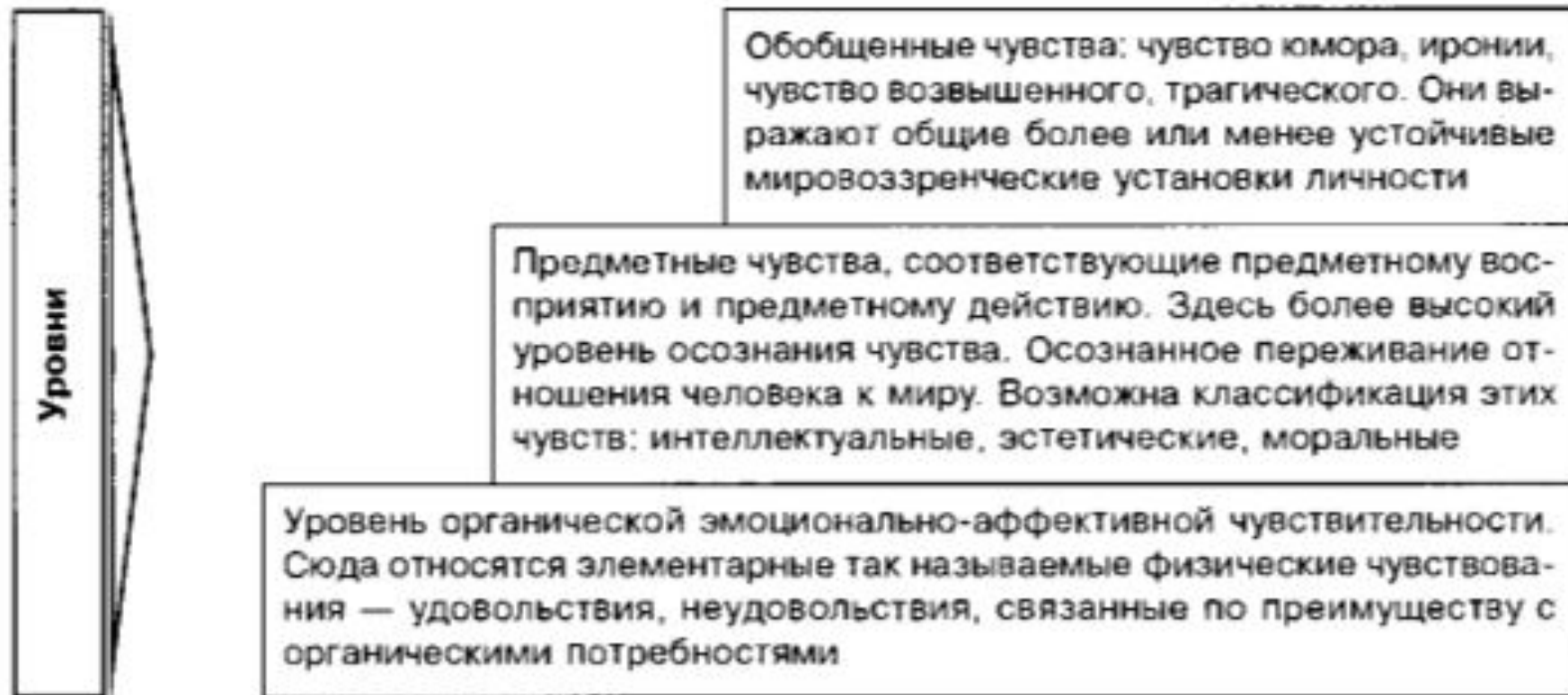




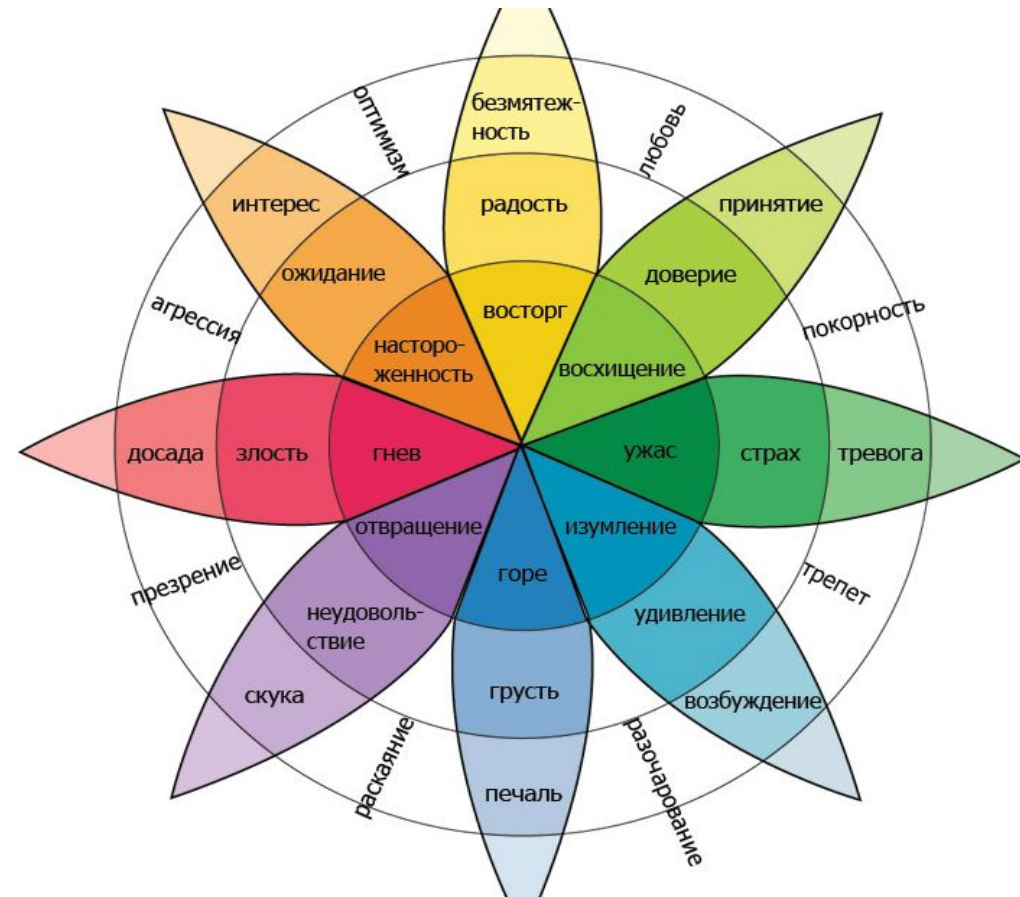
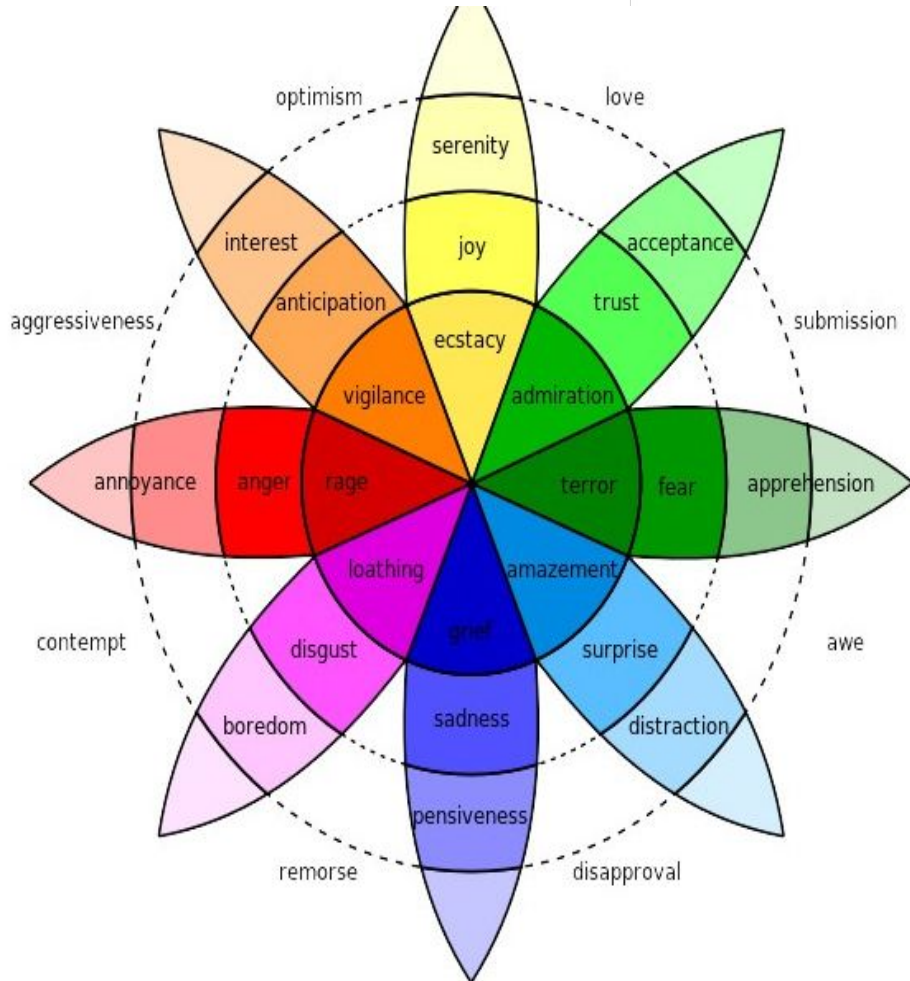
Эмоции стариков



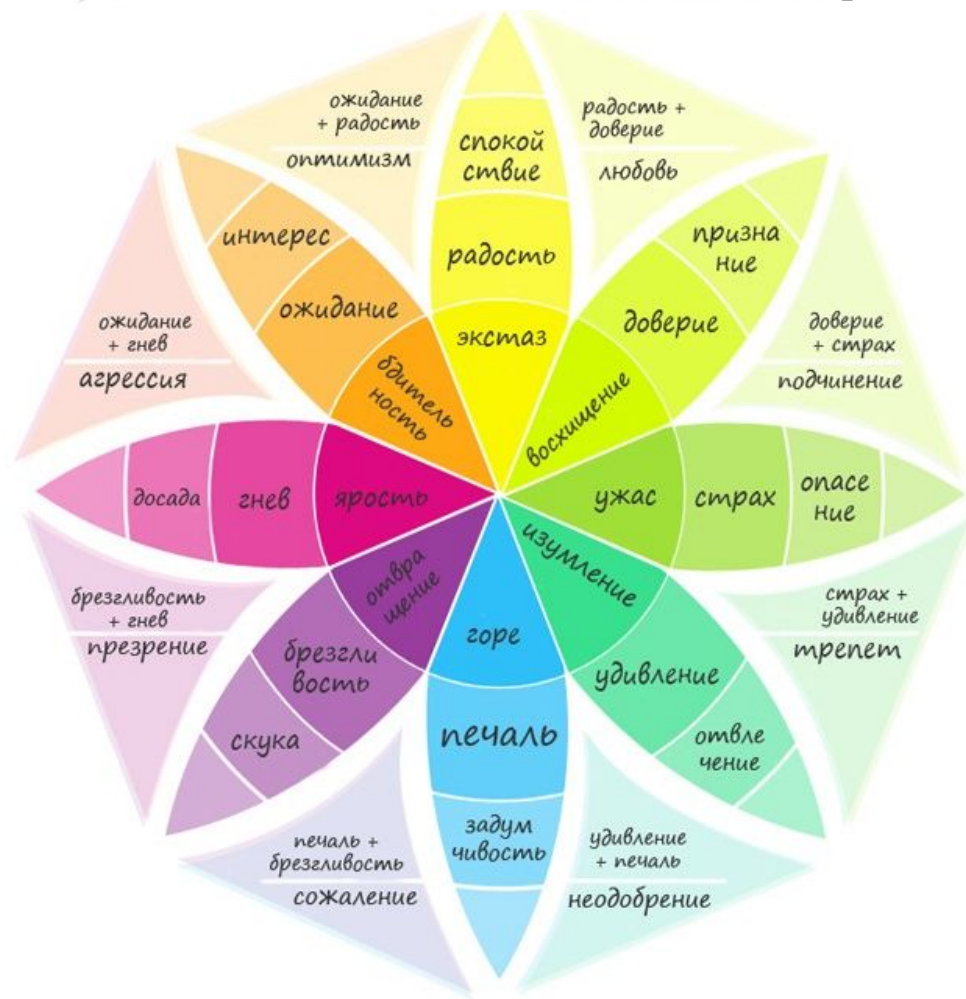
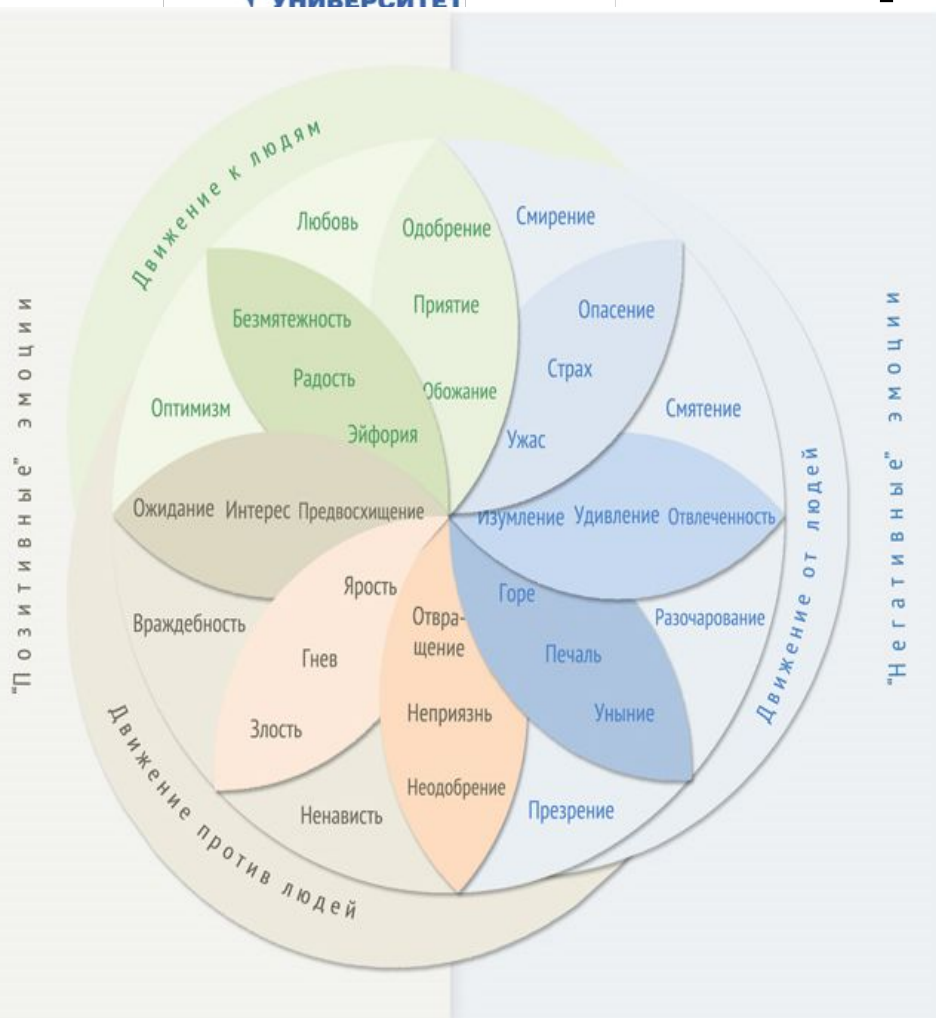
Уровни эмоциональной сферы



Колесо эмоций Роберта Плутчика



Доработка колеса эмоций



Базовые и сложные эмоции



Страх

- 1 Брови приподняты и выгнуты
- 2 Верхние веки приподняты
- 3 Нижние веки напряжены
- 4 Губы слегка выкруты



Счастье

- 1 Набольшее морщина в углах своего рта
- 2 Шляк приподняты
- 3 Зрачки широко открыты



Удивление

- 1 Брови приподняты
- 2 Глаза широко раскрыты
- 3 Рот приоткрыт



Гнев

- 1 Брови сжаты и сведены вместе
- 2 Блеск в глазах
- 3 Рот зажат, губы сжаты



Презрение

- 1 Правый угол рта с одной стороны



Печаль

- 1 Верхние веки слегка опущены
- 2 Расслабленный взгляд
- 3 Губы рта слегка опущены



Отвращение

- 1 Сморщенное выражение лба
- 2 Верхняя губа приподнята

Lietome*

*The truth is written all over our faces.

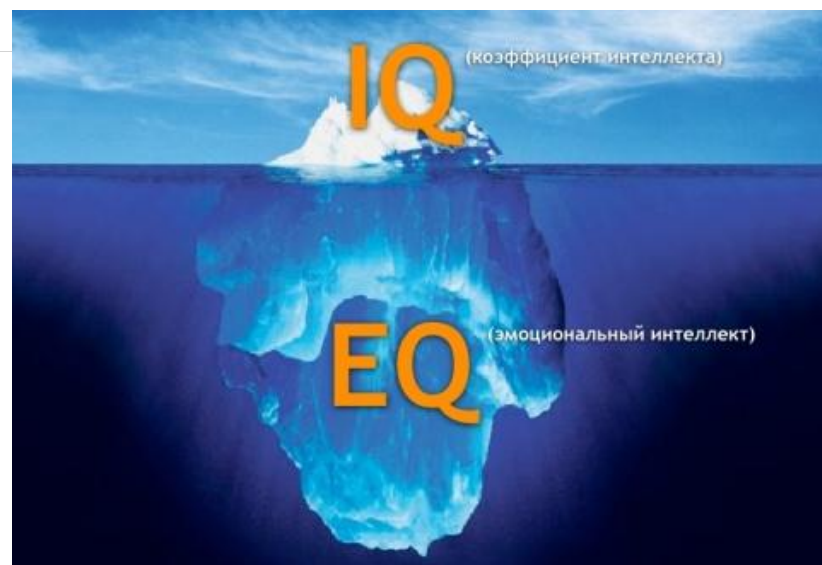
Базовые и сложные эмоции

	Стимулирующее событие	Когнитивный образ	Субъективная реакция	Поведенческая реакция	Функция
Приятие	Принадлежность к одной группе	"Друг"	Одобрение	Поглаживания, защита	Взаимная поддержка, безопасность
Радость	Получение ценного объекта	"Обладание"	Эйфория	Удержание, сохранение	Увеличение ресурсов
Интерес	Новая территория, объект	"Поиск"	Ожидание	Изучение территории, объекта	Карта местности, освоение ресурсов
Гнев	Препятствие в достижении объекта	"Враг"	Ярость	Нападение	Устранение препятствия
Неприязнь	Вредный объект	"Яд"	Отвращение	Рвота	Избегание отравления
Печаль	Потеря ценного объекта	"Потеря" "Покинутость"	Горе	Крик, плач	Возврат ресурсов
Удивление	Неожиданное событие	"Что это?"	Изумление	Остановка	Время для адаптации
Страх	Угрожающее событие	"Опасность"	Ужас	Бегство	Безопасность

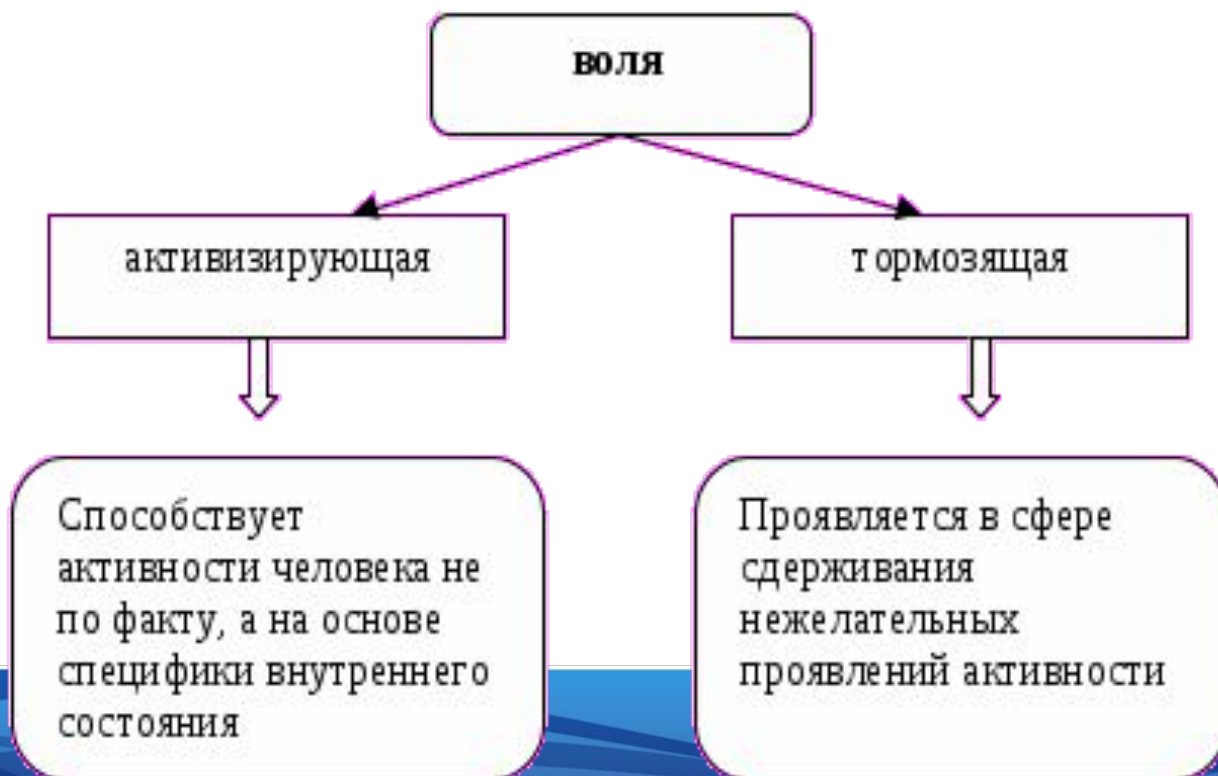


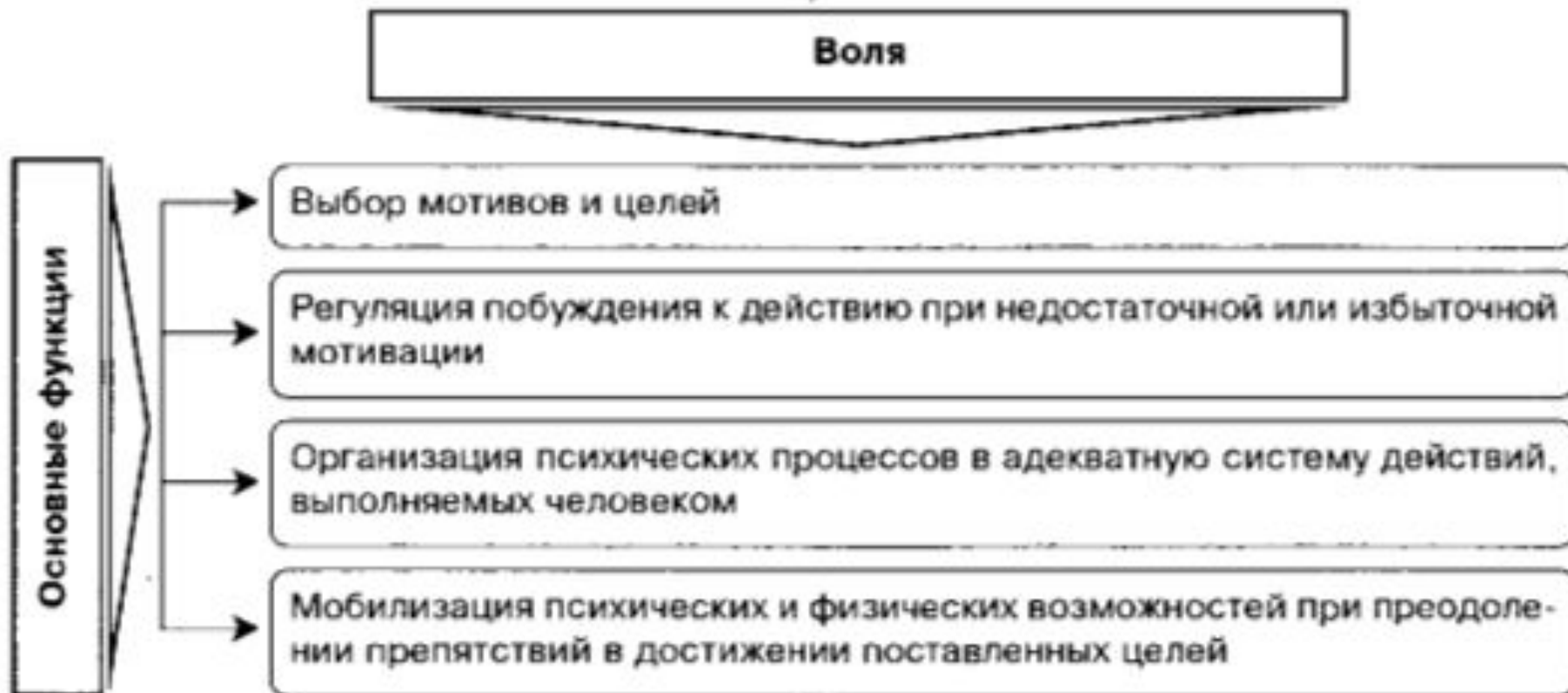
Эмоциональный интеллект

Человек с высоким уровнем эмоциональной компетентности	Человек с низким уровнем эмоциональной компетентности
Функционально и грамотно справляется с проблемами (при необходимости привлекая для этой цели других людей)	Не умеет справляться с проблемами без посторонней помощи. Инфантилен и не самостоятелен
Охотно дает советы и свободно выражает свое мнение по любому вопросу	Опасается делиться своими идеями, считает их недостаточно взвешенными (адекватными, остроумными и т.д.)
Общителен и доброжелателен	Неотзывчив, закрыт, испытывает сложности в общении
Старается подбодрить расстроенного сослуживца	Прежде, чем пошутить тщательно просчитывает реакцию окружающих
Умело уходит от конфликтов	Агрессивен, конфликтен, некоммуникабелен
С юмором относится к своим и чужим ошибкам	Бойся показаться смешным
Бережно относится к чувствам других людей, старается их не ранить	При принятии решений не считается со своими чувствами и чувствами других людей
Умеет и любит говорить комплименты	Старается реже высказывать собственное мнение
Редко испытывает разочарования. Жизнь воспринимает как праздник	Не уверен в себе, недоволен собой и обстоятельствами

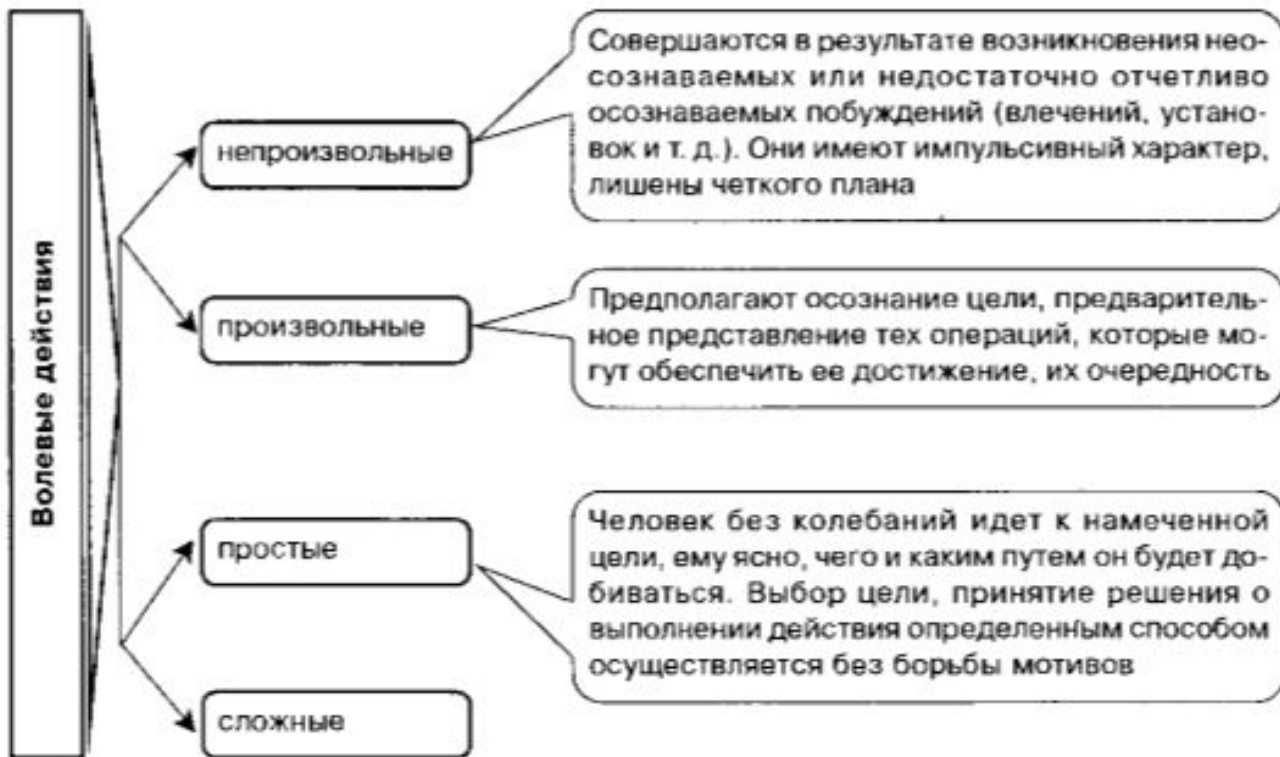


Воля (в психологии) - одна из высших психических функций - это способность делать выбор и совершать действия; сознательно управлять своими эмоциями и поступками.





Виды волевых действий



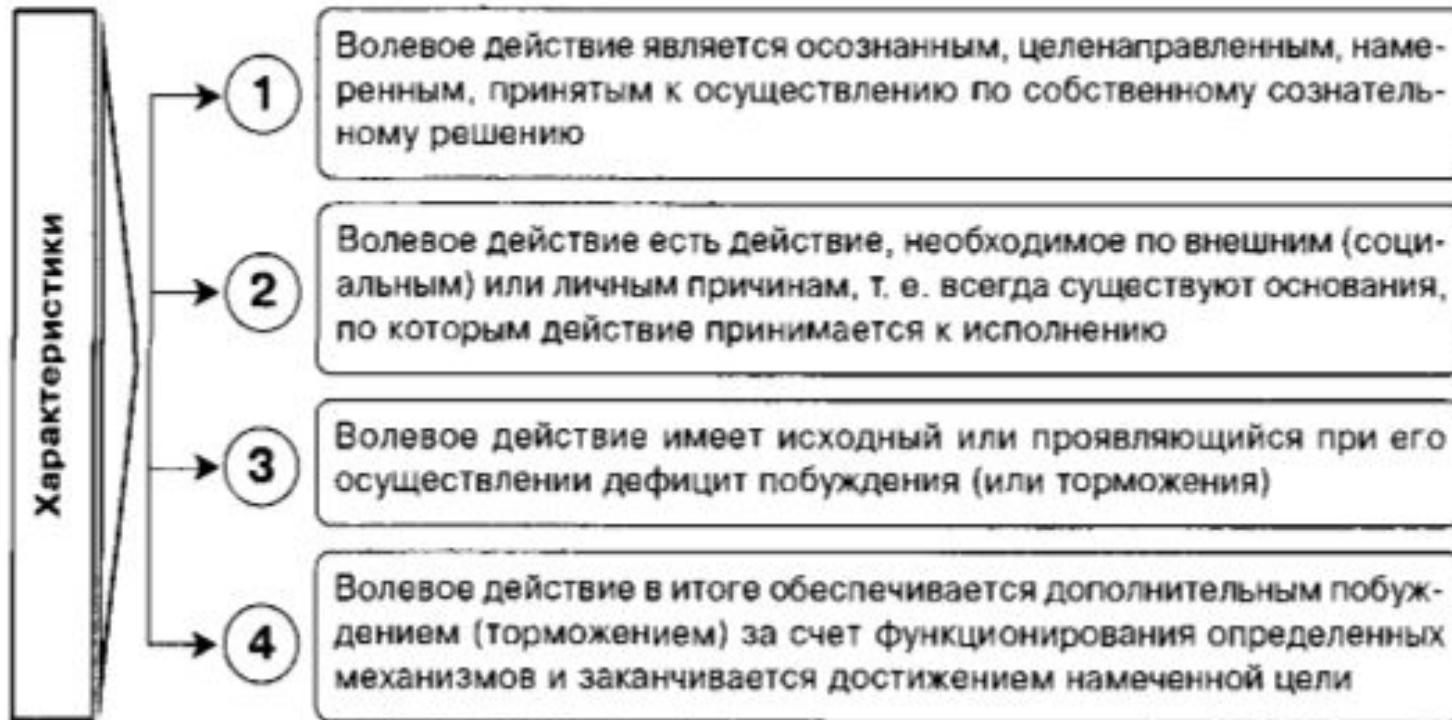
18 лет

24 года

Сила воли у животных



Характеристика волевого действия



Алгоритм волевого действия



Волевые качества личности

Волевые качества

выдержка
решительность
смелость

терпеливость
упорство
настойчивость

мужество
инициативность
самостоятельность

Характеризуют
целеустремлённость

Характеризуют
активность

Характеризуют
самообладание

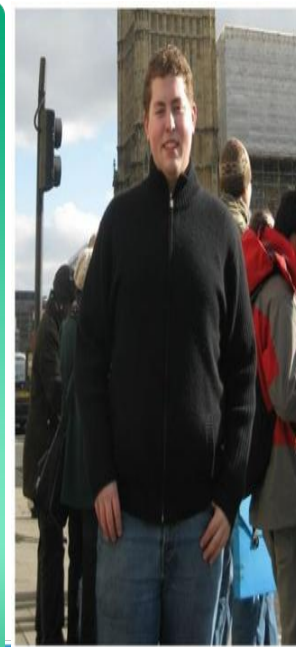
Волевые свойства	Этапы волевых действий				
	Цель и стремление	Возможности и мотивы	Борьба и выбор мотивов	Решение	Осуществление решения
Сильная воля	Четкое осознание цели. Интенсивное стремление	Достаточные	Обоснованные и быстрые	Обоснованное, с интенсивным стремлением	Стойкое
Настойчивость	Отдаленная, с интенсивным стремлением	Нормальные			Очень стойкое
Упрямство	Объективно неоправданная	Определяются не объективным учетом всех возможностей, а предвзятым мнением		Необоснованные, с интенсивным стремлением	Стойкое
Податливость	Легко меняющаяся	Определяются внушающим влиянием других лиц		Легко меняется	Различное
Внушаемость	Отсутствует			Дается извне	То же
Решительность	Четкое осознание цели. Интенсивное стремление	Достаточные, иногда чрезмерные	Быстрые, но не всегда обоснованные	Четкое и устойчивое	Стойкое
Нерешительность	То же	То же	Длительные	Отсутствует или часто меняется	Отсутствует
Слабоволие	Нечеткое, со слабым стремлением	Нечеткие	Незавершенные	Без стремления к его выполнению	Нестойкое





До

После



Вопросы на закрепление темы

- 1. Формы проявления эмоций**
- 2. Функции базовых эмоций**
- 3. Алгоритм волевого действия**



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

