

Чувства и ЭМОЦИИ



План занятия

1. Общее понятие об эмоциях и чувствах.
2. Внешнее выражение эмоций.
3. Особенности эмоций: положительные и отрицательные, стенические и астенические эмоции.

Общее понятие об эмоциях и чувствах.

**Чувства
или
эмоции**

- переживание человеком своего отношения к тому, что он познает или делает, а также к другим людям и самому себе.

Эмоции

- **длительное состояние, имеющее выраженный ситуационный характер, проявляющийся во внешнем поведении**

Чувства

- **высшая форма эмоционального отношения человека к предметам и явлениям действительности, отличающаяся относительной устойчивостью.**

Эмоции

- Простые, непосредственные переживания в данный момент;
- Быстро возникают и относительно быстро исчезают.

Чувства

- Свойственны только человеку;
- Устойчивость;
- Сохраняются в течении длительного времени.

Например:

*«Мне страшно» — это эмоция,
а «Я боюсь этого человека» — это
чувство.*





Внешнее выражение эмоций

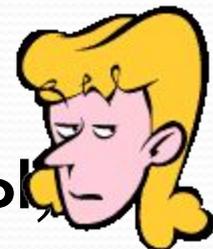
● В **мимике** (выразительные движения лица)



● В **пантомимике** (выразительные движения всего тела – поза, жест)



● В **вокально-голосовой мимике** (интонация, выразительные паузы, повышение или понижение голоса.



- **Сильные чувства связаны с изменением кровообращения**
- **Страх усиливает потоотделение, сердце начинает усиленно биться или, наоборот, «замирает».**
- **При гневе и радости учащается дыхание.**

Особенности эмоций



Отрицательные



Положительные

Эмоции

Безразличные



Положительное отношение человека к чему-либо выражается в таких эмоциях, как удовольствие, радость, счастье, веселье, ликование, любовь.



Отрицательное отношение выражается в эмоциях неудовольствия, страдания, печали, горя, отвращения, страха, ненависти, гнева.



Безразличное, равнодушное отношение обычно не связано с какими-либо эмоциями.

**Эмоции,
вызывающие
активное или
пассивное состояние**



Стенические эмоции



**Астенические
эмоции**

Стенические эмоции - (от греческого «стенос» - сила). Повышают активность, энергию, вызывают подъем, возбуждение, бодрость, напряжение.



Астенические эмоции – («астенос» – слабость, бессилие). Уменьшают активность, энергию человека, угнетают жизнедеятельность.



доклад-презентация

- 1. Интенсивность и устойчивость эмоций: настроение, аффект, страсть, стресс.**
- 2. Высшие чувства: моральные, интеллектуальные, эстетические.**
- 3. Чувства и личность.**
- 4. Развитие эмоций и чувств у детей.**

Литература

- 1. Крутецкий В. А. Психология: Учебник для учащихся пед. училищ.— М.: Просвещение, 1980**
- 2. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студентов высш. пед. учеб, заведений: В 3 кн. Общие основы психологии. — 3-е изд. - М.: Туманит, изд. центр ВЛАДОС, 1997**
- 3. Детская энциклопедия. - М.: изд. «Педагогика», 1975**
- 4. Первушина О. Н. Общая психология: Методические указания— Новосибирск: Научно-учебный центр психологии НГУ, 1996**