

ХАРАКТЕРИСТИКА ЭМОЦИЙ



Подготовили: Манкеев Н.А.,
Кушенова А., Алмағамбет А.,
Тасбау А.Б., Пайыз М.А.

Проверил: Махмутов А.
Э.

Понятие “характеристики эмоций”

- Характеристики описывают различия не по внутренней структуре, а во внешним проявлениям эмоций. Таким образом, эмоции (чувства) по своим характеристикам бывают глубокими и поверхностными, однозначными и амбивалентными, позитивными и негативными, разной степени осознанности и существенно в разной степени контролируемые.

Основные характеристики

- По своим характеристикам эмоции делятся на:
- Положительные и отрицательные
- Позитивные эмоции имеют приятный эмоциональный фон, переживаются как то или иное удовольствие, являются положительным подкреплением для человека. Отрицательные - наоборот.
- Позитивные и негативные
- Позитивные эмоции и чувства - содержащие позитив и позитивно оцениваемые, негативные эмоции - содержащие негатив и негативно оцениваемые.
- Адекватные ситуации - нет
- Перед лицом угрозы адекватна собранность, а есть человек начинает смеяться, его смех имеет скорее нервную природу и оценивается как неадекватный. Это кажется очевидным, но всегда это ли это так?
- Управляемые и не подвластные контролю
- Диапазон управляемости эмоций огромен. Эмоции, развившиеся до состояния аффекта - неуправляемы, большинство эмоциональных акций - управляемы и взрослыми, и детьми

Сущность эмоций и чувств

В переводе с латинского "emoveo" означает возбуждать, волновать, подбадривать. В обыденной жизни под эмоциями мы понимаем внешние реакции человека на всё, что происходит с ним и вокруг него. Такого рода реагирование сопровождает каждый прожитый день индивида (за исключением патологий психического здоровья), в нем же и заключается основная **сущность эмоций и чувств**.

Эмоциональное реагирование представляет собой особое переживание, цель которого – оповестить сознание о психическом состоянии человека. Эти переживания бывают:

положительные и отрицательные
слабые и сильные

кратковременные и продолжительные (к последним чаще всего относят чувства, которые испытывает человек).

Эти переживания, несомненно, влияют на активность индивида, а также способны вызывать физиологические изменения в организме. «Лететь на крыльях» и «тащить себя за волосы» это всё про самую что не на есть **сущность эмоций и чувств**. Сложность эмоций как психологического феномена в том, что существует бесконечное количество причин для возникновения эмоций, а также форм их проявления.

Форма эмоциональных реакций

- «Тихий», поверхностный отклик. Может быть реакцией на маленькие жизненные радости и горести. Это может быть неожиданное объятие или улыбка, а быть может просто рассвет.
- бурная реакция с временной потерей самоконтроля. Для кого-то это неожиданная беременность, а для кого-то победа любимой команды в чемпионате.
- стабильное относительно продолжительное состояние. Например, состояние тихой радости, которое сложно и зачастую просто невозможно объяснить другим, или депрессия.
- Что касается чувств, то они являются одним из компонентов эмоциональной сферы наряду с самими эмоциями. Они определяют устойчивое эмоциональное отношение к чему-либо. Эмоции и чувства не тождественны и имеют ряд отличий, о которых более подробно читайте здесь. Таким образом, Вы можете заметить как на основе разного рода представления всё более и более вырисовывается **общая характеристика ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ.**

Типы эмоций

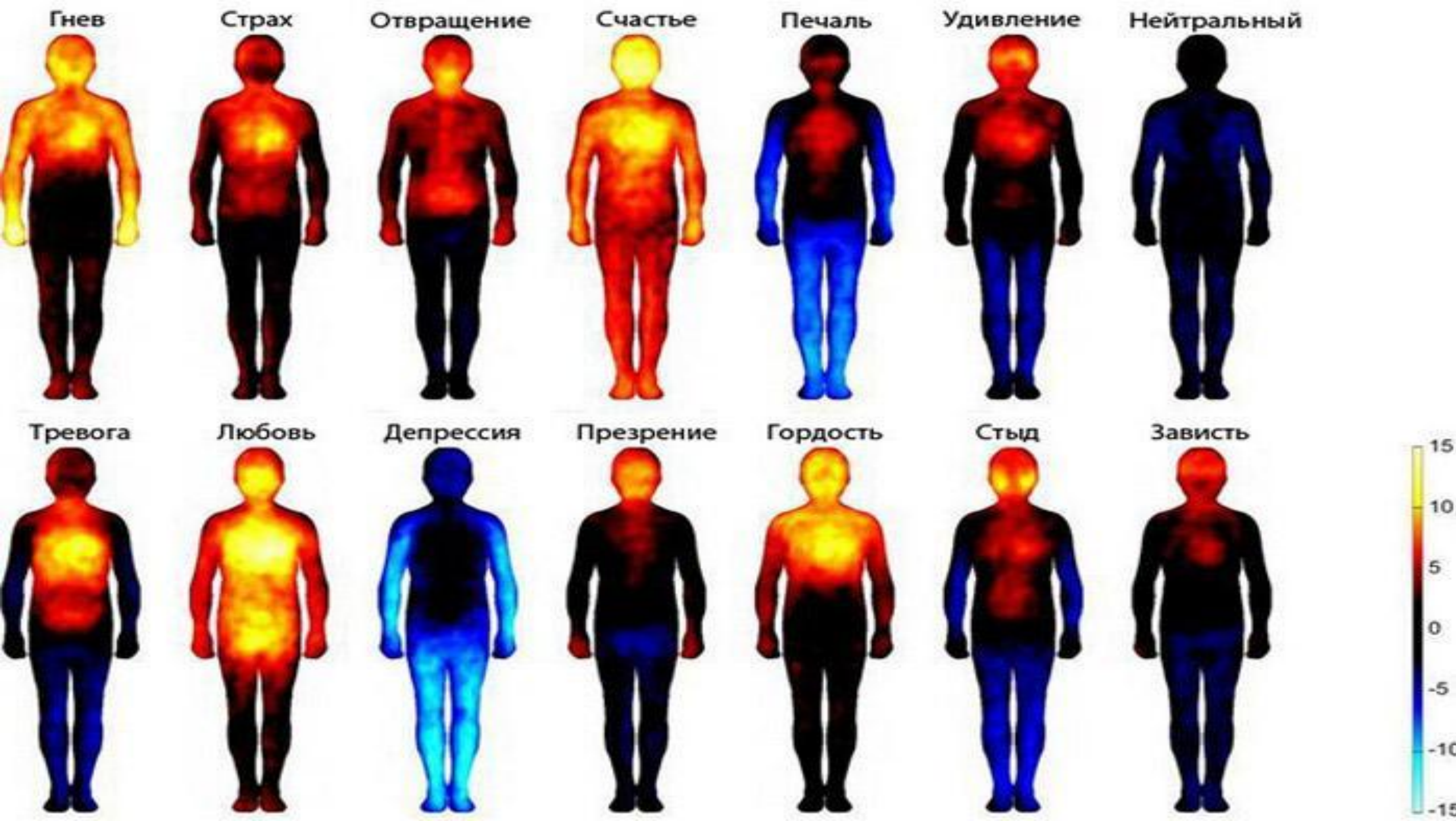
- **аффект** – интенсивно, бурно протекающая и кратковременная эмоциональная вспышка (гнев, ярость, ужас, бурная радость, глубокое горе, отчаяние);
- **чувства** – вид эмоциональных состояний;
- **собственно эмоции** – более длительные состояния, отличительной чертой, которых является реакция не только на текущие события, но и на вероятные и вспоминаемые;
- **настроения**;
- **эмоциональный стресс**.

Виды эмоций

- За эмоциями была признана важная положительная роль в жизни людей, и с ними стали связывать следующие положительные функции: Мотивационно-регулирующую, коммуникативную, сигнальную и защитную.
- **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.
- **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.
- **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.
- **Защитная функция** выражается в том, что, возникая как моментальная, быстрая реакция организма, может защитить человека от опасностей.

Основные виды эмоций

- **Интерес** (как эмоция) — положительное эмоциональное состояние, способствующее развитию навыков и умений, приобретению знаний.
- **Радость** — положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность, вероятность чего до этого момента была невелика или, во всяком случае, неопределенна.
- **Удивление** — не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства. Удивление тормозит все предыдущие эмоции, направляя внимание на объект, его вызвавший, и может переходить в интерес.
- **Страдание** — отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей, которое до этого момента представлялось более или менее вероятным, чаще всего протекает в форме эмоционального стресса.
- **Гнев** — эмоциональное состояние, отрицательное по знаку, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности.
- **Отвращение** — отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами), соприкосновение с которыми (физическое взаимодействие, коммуникация в общении и пр.) вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта. Отвращение, если оно сочетается с гневом, может в межличностных отношениях мотивировать агрессивное поведение, где нападение мотивируется гневом, а отвращение — желанием избавиться от кого-либо или чего-либо.
- **Презрение** — отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта чувства. Последние представляются субъекту как низменные, не соответствующие принятым нравственным нормам и эстетическим критериям.
- **Страх** — отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или воображаемой опасности. В отличие от эмоции страдания, вызываемой прямым блокированием важнейших потребностей, человек, переживая эмоцию страха, располагает лишь вероятностным прогнозом возможного неблагополучия и действует на основе этого (часто недостаточно достоверного или преувеличенного прогноза).
- **Стыд** — отрицательное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.



Роль и природа эмоций

- Эмоции позволяют человеку давать оценку всему, что происходит вокруг и внутри него. «Язык эмоций» один для всех живых существ на нашей планете, собака, не владея человеческим языком, прекрасно понимает, что происходит с человеком, просто наблюдая за ним, «считывая» его эмоции. Человек с другого конца земли, имея другое воспитание, другую культуру и мировосприятие, способен без слов понять состояние человека «считывая» его эмоции. Некоторые сверхчувствительные люди способны считывать эмоции на расстоянии, даже время им не помеха. «Техника считывания» дается всем живым существам с момента рождения, ребенок еще не получивший «обработку социумом», не имея никакого жизненного опыта способен с первых дней жизни (впрочем, даже в утробе матери) «считывать» эмоции. Каким образом происходит этот процесс досконально исследовать невозможно, так как многое для человека еще не ведомо, нет таких приборов и понятий способных дать четкие ответы.

Возможна ли жизнь без эмоций?

- Жизнь без эмоций невозможна! Основные **виды эмоций** испытывают все, но не все испытывают тончайшие их проявления, их ощущают только существа тонкой душевной организации. Их «радары» настроены на более тонкое восприятие, и сила их эмоций имеет более высокое энергетическое проявление. Существуют так называемые «грубые» люди, они менее чувствительны к эмоциям, не способны ощутить все тонкости их проявления, улавливают исключительно самые распространенные **виды эмоций** (радость, страх, гнев, восхищение и т.д.)
- Существует особый вид эмоций, который называется «аффект». Это особое состояние человека, которое связано с «выключением» обычного рационального мышления, в таком состоянии человек действует «стереотипно», в нем как бы включается «аварийная программа» заложенная генетически или навязанная социумом. Чаще всего возникают такие реакции, как бегство, оцепенение, агрессия.
- Ученые высказывают мнение, что чем выше существо находится на эволюционной лестнице, тем богаче его гамма эмоциональных состояний. Жизненный опыт заставляет согласиться с этим утверждением лишь отчасти, некоторые люди, к примеру, бывают невероятно «глухи» к переживаниям других, в то же время животные оказываются более восприимчивыми. К сожалению, это неоспоримый факт! Скептики возразят и скажут, что все же даже такого «глухого» чеповека можно «раскачать» на более тонкое ощущение и проявление своих эмоций. Но

Радость



Страдания



Гнев



СТЫД



Удивление

