Эмоционально-волевые процессы и свойства личности. Эмоции и чувства

План лекции

- Эмоции и чувства
- Роль эмоционального фактора в жизни и деятельности человека
- Виды эмоционального состояния
- Психологическая характеристика основных видов чувств

Эмоции и чувства

- В психологии под эмоциями понимают *психические процессы, протекающие в форме переживаний и отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека.*
- Следовательно, наиболее существенной характеристикой эмоций является их *субъективность. (1)*

Эмоции и чувства

- Благодаря эмоциям человек осознает свои потребности и предметы, на которые они направлены.
- Другая всеобщая черта эмоций, о которой необходимо сказать, — это их содействие в реализации потребностей и достижении определенных целей.
- Поскольку любая эмоция положительна или отрицательна, человек может судить о достижении поставленной цели. *(1)*

Эмоции и чувства

- Следует отметить, что неоднократно предпринимались попытки выделить основные, «фундаментальные» эмоции. В частности, принято выделять
: *(1)*

Радость

Удивление

Страда

Гнев

Эмоции и чувства

- *Радость* — положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность.
- *Удивление* — не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства.
- *Страдание* — отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей.
- *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. *(1)*

Эмоции и чувства

- *Отвращение* — отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и т. д.), соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта.
- *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.
- *Страх* — отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности.
- *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. *(1)*

Эмоции и чувства

- *Чувства* — это еще один вид эмоциональных состояний.
- Главное различие эмоций и чувств заключается в том, что эмоции, как правило, носят характер ориентировочной реакции, т. е. несут первичную информацию о недостатке или избытке чего-либо, поэтому они часто бывают неопределенными и недостаточно осознаваемыми (например, смутное ощущение чего-либо). *(1)*

Эмоции и чувства

- Чувства, напротив, в большинстве случаев предметны и конкретны.
- Такое явление, как «смутное чувство» (например, «смутное терзание»), говорит о неопределенности чувств и может рассматриваться как процесс перехода от эмоциональных ощущений к чувствам.
- Другим различием эмоций и чувств является то, что эмоции в большей степени связаны с биологическими процессами, а чувства — с социальной сферой.
- Еще одним существенным различием эмоций и чувств, на которое необходимо обратить внимание, является то, что эмоции в большей степени связаны с областью бессознательного, а чувства максимально представлены в нашем сознании.
- Кроме этого, чувства человека всегда имеют определенное внешнее проявление, а эмоции чаще всего не имеют. *(1)*

Эмоции и чувства

- Чувства — еще более длительные, чем эмоции, психические стояния, имеющие четко выраженный предметный характер.
- Они отражают устойчивое отношение к каким-либо конкретным объектам (реальным или воображаемым).
- Человек не может переживать чувства вообще, если они не отнесены к кому-нибудь или чему-нибудь. *(1)*

Роль эмоционального фактора в жизни и деятельности человека

- Эмоциональные процессы включают широкий спектр явлений - от элементарных эмоций (голода, боли, ярости, страха, восторга) до устойчивых переживаний личности, называемых чувствами (любви, ненависти, страсти, вины).
- Благодаря элементарным эмоциям осуществляется первичная оценка ситуации и обеспечивается адаптация человека к изменяющимся условиям внешней среды. *(1)*

Роль эмоционального фактора в жизни и деятельности человека

Простые эмоции, являясь генетически исходными, обеспечивают биологическое равновесие человека и среды, подчиняясь принципу гомеостаза.

Сложные эмоции, отражающие устойчивые отношения личности к различным аспектам действительности, обусловлены принципом гетеростаза, нарушением равновесия, т. е. развития

Роль эмоционального фактора в жизни и деятельности человека

- Важно отметить, что не столько сама по себе деятельность влияет на эмоциональную направленность личности, сколько реализуемые ею мотивы и цели. Например, научная деятельность может быть связана с переживанием различных эмоций в зависимости от того, какие цели ставит перед собой человек.
- Следует обратить внимание, что эмоциональная жизнь человека определяется не одним видом эмоциональной направленности, а представляет собой их сочетание или комбинацию. Благодаря этому эмоциональный облик личности характеризуется уникальностью, своеобразием и неповторимостью. (2)

Виды эмоционального состояния

- Большинство эмоциональных состояний отражается на особенностях поведения человека, и поэтому они могут быть изучены с использованием не только субъективных, но и объективных методов.
- *Аффект* — наиболее мощный вид эмоциональной реакции. Аффектами называют интенсивные, бурно протекающие и кратковременные эмоциональные вспышки.
- Примерами аффекта могут служить сильный гнев, **ярость,** ужас, бурная радость, глубокое горе, отчаяние. Эта эмоциональная реакция полностью захватывает психику человека, соединяя главный воздействующий раздражитель со всеми смежными, образуя единый аффективный комплекс, предопределяющий единую реакцию на ситуацию в целом. (1)

Виды эмоционального состояния

- *Настроение* — самое длительное, или «хроническое», эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение.
- Настроение отличают от эмоций меньшая интенсивность и меньшая предметность. Оно отражает бессознательную обобщенную оценку того, как на данный момент складываются обстоятельства.
- Настроение может быть радостным или печальным, веселым **или** угнетенным, бодрым или подавленным, спокойным или раздраженным и т. д. *(1)*

Виды эмоционального состояния

- Настроение существенно зависит от общего состояния здоровья, от работы желез внутренней секреции и особенно от тонуса нервной системы. Причины того или иного настроения не всегда ясны человеку, а тем более окружающим его людям. Недаром говорят о безотчетной грусти, беспричинной радости, и в этом смысле настроение — это бессознательная оценка личностью того, насколько благоприятно для нее складываются обстоятельства.
- В этом настроения похожи на собственно эмоции и близки к сфере бессознательного. Но причина настроения всегда существует и в той или иной степени может быть осознана. Ею могут быть окружающая природа, события, выполняемая деятельность и, конечно, люди. *(1)*

Виды эмоционального состояния

- К высшим проявлением чувств многие авторы относят *страсть* — еще один вид сложных, качественно своеобразных и встречающихся только у человека эмоциональных состояний.
- Страсть представляет собой сплав эмоций, мотивов, чувств, сконцентрированных вокруг определенного вида деятельности или предмета. С. Л. Рубинштейн писал, что «страсть всегда выражается в сосредоточенности, собранности помыслов и сил, их направленности на единую цель... Страсть означает порыв, увлечение, ориентацию всех устремлений и сил личности в едином направлении, сосредоточение их на единой цели» *(1)*

Виды эмоционального состояния

- Существует еще один особый вид эмоциональных состояний — эмоциональный стресс. Еще одним видом функционального состояния является *стресс,* который характеризуется повышенной физиологической и психической активностью.
- Для этого состояния характерна крайняя неустойчивость. При благоприятных условиях оно может трансформироваться в оптимальное рабочее состояние, а при неблагоприятных условиях — в состояние нервно-эмоциональной напряженности, для которого характерно снижение как общей работоспособности, так и эффективности функционирования отдельных систем и органов, а также истощение энергетических ресурсов.
- Под стрессом понимают неспецифический ответ организма на предъявляемые ему внешние или внутренние требования. (Понятием «неспецифический ответ организма» принято обозначать необычную или несвойственную для организма или какой-либо его системы реакцию на внутренний или внешний стимул.) Часто состояние стресса рассматривается как неотъемлемая часть адаптационного процесса *(1)*

Психологическая характеристика основных видов чувств

- В зависимости от предметной сферы, к которой они относятся, чувства подразделяются на: *(1)*

Нравственные

Эстетические

Интеллектуальные

Психологическая характеристика основных видов чувств

- *Нравственными,* или *моральными,* называются чувства, переживаемые людьми при восприятии явлений действительности и сравнении этих явлений с нормами, выработанными обществом.
- Проявление этих чувств предполагает, что человеком усвоены нравственные нормы и правила поведения в том обществе, в котором он живет. Нравственные нормы складываются и изменяются в процессе исторического развития общества в зависимости от его традиций, обычаев, религии, господствующей идеологии и т. д.
- Действия и поступки людей, соответствующие взглядам на нравственность в данном обществе, считаются моральными, нравственными; поступки, не соответствующие этим взглядам, считаются аморальными, безнравственными. *(1)*

Психологическая характеристика основных видов чувств

- К нравственным чувствам относят чувство долга, гуманность, доброжелательность, любовь, дружбу, патриотизм, сочувствие и т. д.
- К аморальным можно отнести жадность, эгоизм, жестокость и т. д.
- Следует отметить, что в различных обществах эти чувства могут иметь некоторые различия в содержательном наполнении. *(1)*

Психологическая характеристика основных видов чувств

- Отдельно можно выделить так называемые *морально-политические* чувства. Эта группа чувств проявляется в эмоциональных отношениях к различным общественным учреждениям и организациям, а также к государству в целом.
- Одной из важнейших особенностей морально-политических чувств является их действенный характер. Они могут выступать как побудительные силы героических дел и поступков.
- Поэтому одной из задач любого государственного строя всегда было и остается формирование таких морально-политических чувств, как патриотизм, любовь к Родине и др. *(1)*

Психологическая характеристика основных видов чувств

- Следующая группа чувств — это *интеллектуальные* чувства. Интеллектуальными чувствами называют переживания, возникающие в процессе познавательной деятельности человека.
- Наиболее типичной ситуацией, порождающей интеллектуальные чувства, является проблемная ситуация. Успешность или неуспешность, легкость или трудность умственной деятельности вызывают в человеке целую гамму переживаний. Интеллектуальные чувства не только сопровождают познавательную деятельность человека, но и стимулируют, усиливают ее, влияют на скорость и продуктивность мышления, на содержательность и точность полученных знаний.
- Существование интеллектуальных чувств — удивления, любопытства, любознательности, чувства радости по поводу сделанного открытия, чувства сомнения в правильности решения, чувства уверенности в правильности доказательства — является ярким свидетельством взаимосвязи интеллектуальных и эмоциональных процессов.
- При этом чувства выступают как своеобразный регулятор умственной деятельности. *(1)*

Психологическая характеристика основных видов чувств

- *Эстетические* чувства представляют собой эмоциональное отношение человека к прекрасному в природе, в жизни людей и в искусстве. Наблюдая окружающие нас предметы и явления действительности, человек может испытывать особое чувство восхищения их красотой.
- Особенно глубокие переживания человек испытывает при восприятии произведений художественной литературы, музыкального, изобразительного, драматического и других видов искусства.
- Это вызвано тем, что в них специфически переплетаются и моральные, и интеллектуальные чувства. Эстетическое отношение проявляется через разные чувства — восторг, радость, презрение, отвращение, тоску, страдание и др. *(1)*

Список использованной литературы

1. Маклаков А. Г. Общая психология. — СПб.: Питер, 2001.
2. Диянова З. В. Психология личности. Закономерности и механизмы развития лич-. ности : учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / З. В. Диянова, Т. М. Щеголева. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018.