

Лекция 4. ЭМОЦИИ

Эмоциями называются такие психические процессы, в которых человек переживает свое отношение к тем или иным явлениям окружающей действительности.

Эмоции отличаются следующими особенностями:

- *субъективным характером.* Отношение, которое выражается в эмоциях, всегда носит личный характер.
- *крайним многообразием качественных особенностей.* Это многообразие часто обнаруживается в "разноцветной гамме оттенков" переживаний человеком одной и той же эмоции.
- *пластичностью.* Одна и та же по своему качеству эмоция может переживаться человеком во многих оттенках и степенях в зависимости от причин, ее вызвавших, объектов или видов деятельности, с которыми она связана.
- *динамичностью.* Эмоции могут быстро сменять друг друга.
- *связью с внутриорганическими процессами.*
- *связью с непосредственным переживанием.*

Психологическая структура эмоций

Эмоции характеризуются *тремя качествами*:

- *удовольствием или неудовольствием;*
- *возбуждением или успокоением;*
- *напряжением или разрешением.*

Классификация эмоций:

- | | |
|--------------|---------------|
| 1. Волнение | 6. Отвращение |
| 2. Радость | 7. Презрение |
| 3. Удивление | 8. Страх |
| 4. Горе | 9. Стыд |
| 5. Гнев | 10. Вина |

Различают:

- *активные* или *стенические*, которые повышают жизнедеятельность организма.

- *пассивные* или *астенические* эмоции, которые угнетают и подавляют все жизненные процессы в организме.

Социальная подструктура личности

К социальной подструктуре относится социальный опыт личности, то есть ее знания, умения, навыки, привычки. Опыт приобретает человек в процессе социализации.

Социализация – процесс и результат усвоения и активного воспроизведения индивидом социального опыта, осуществляемого в общении и деятельности.

Социализация может происходить как в условиях стихийного воздействия на личность различных обстоятельств жизни в обществе, так и в условиях воспитания, то есть целенаправленного формирования личности. Воспитание является ведущим и определяющим началом социализации.

ПРИОБРЕТЕНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ ЗНАНИЙ, НАВЫКОВ И УМЕНИЙ

На приобретение личностного опыта оказывают влияние два основных фактора:

1. *Наблюдение соответствующего способа действий.*
2. *Социальное подкрепление.*

Основными механизмами социализации являются:

Имитация – отражение мимических и пантомимических движений (высовывание языка, открывание/закрывание рта, сжимание кулаков, стучание, бросание предметов и т. д.), воспроизведение предречевых и речевых вокализаций (интонации, темпа, громкости, ритма речи и т. д.). Чаще всего осуществляется на основе механизма *заражения*.

Копирование – воспроизведение специфических движений взрослого или движений, входящих в состав действий с определенными предметами.

Подражание – активное воспроизведение ребенком способов действия, когда взрослый выступает как объект наблюдения.

Идентификация – уподобление, отождествление с кем-либо, чем-либо.

Типы поведения личности

Асоциальное поведение – повторяющиеся устойчивые действия или поступки, включающие, главным образом, агрессивность антисоциальной направленности.

С точки зрения *социальной направленности* различают *социализированное антиобщественное поведение* и *несоциализированное агрессивное поведение*.

Просоциальное поведение определяют как действия с намерением помочь другим, не рассчитывая на вознаграждение.

Подструктура направленности

Ядром личности считается направленность. К направленности личности относятся потребности, мотивы, интересы, ценностные ориентации.

Потребности

Потребностями называются внутренние (психические) состояния, переживаемые человеком, когда он испытывает настоятельную нужду в чем-либо.

Характерными особенностями потребностей, как психических состояний, являются:

- а) конкретный содержательный характер потребности, связанной обычно или с предметом, которым стремятся обладать, или с какой-либо деятельностью, которая должна доставить человеку удовлетворение. В связи с этим различают *предметные и функциональные* потребности.
- б) более или менее ясное осознание данной потребности, сопровождаемое характерным эмоциональным состоянием.
- в) эмоционально-волевое состояние побуждения к удовлетворению потребности, к нахождению и реализации необходимых для этого путей.
- г) ослабление, иногда и полное исчезновение этих состояний, а в некоторых случаях даже превращение их в противоположные состояния при удовлетворении потребности.
- д) повторное возникновение, когда нужда, лежащая в основе потребности, вновь дает о себе знать.

Классификации потребностей

Потребности делятся на:

- *потребности сохранения;*
- *потребности развития.*

Потребности сохранения удовлетворяются в пределах социальных норм, а потребности развития, как правило, превышают эти нормы.

Классификация мотивов по А. Маслоу выглядит следующим образом:

- *Физиологические потребности*
- *Потребности в безопасности*

- Потребности в социальных связях

- Потребности самоуважения

Потребности самоактуализации: реализация собственных возможностей и способностей.

Иерархия потребностей начинается с физиологических потребностей. Далее следуют потребности безопасности и потребности в социальных связях, затем потребности самоуважения и, наконец, самоактуализации.

Самоактуализация может стать мотивом поведения, лишь когда удовлетворены все остальные потребности.

Механизм удовлетворения потребностей

1. *Стадию напряжения* (когда возникает ощущение объективной недостаточности в чем-либо).
2. *Стадию оценки* (когда появляется реальная возможность обладания, например, определенным предметом и человек может удовлетворить свою потребность).
3. *Стадию насыщения* (когда до минимума снижаются напряжение и активность).

Мотивация

Мотивы поведения могут быть как **неосознаваемыми (инстинкты и влечения)**, так и **осознаваемыми (стремления, желания, хотения)**.

Кроме того, реализация того или иного мотива тесно связана с волевым усилием (произвольность – непроизвольность) и контролем за поведением.

Инстинкт – это совокупность врожденных действий человека, представляющих собой сложные безусловные рефлексы, необходимые для адаптации и выполнения жизненно важных функций.

Влечение – наиболее характерно для детей очень раннего возраста. Влечение самым тесным образом связано с элементарными чувствами удовольствия и неудовольствия.

Стремление. По мере развития сознания ребенка его влечения начинают сопровождаться вначале пока еще смутным, а затем все более ясным сознанием переживаемой потребности. В таких случаях неудовлетворенная потребность начинает осознаваться в виде пока еще смутного стремления к более или менее определенному предмету или объекту, с помощью которого эта потребность может быть удовлетворена.

Желание. Его характерной особенностью является ясное и определенное представление цели, к которой стремится человек.

Хотения являются более высокой стадией в развитии мотивов действий, когда к представлению цели присоединяется представление и о средствах, с помощью которых эта цель может быть достигнута.

Совокупность потребностей и мотивов образует **мотивационную сферу**, в которой можно выделить два компонента: содержательный и динамический. Содержательный компонент мотивации определяет предполагаемую направленность поведения, причем не прямо, а опосредованно, через поставленную цель или принятое решение.

Динамический компонент выполняет собственно побудительную функцию.

Одни мотивы, побуждая деятельность, вместе с тем придают ей личностный смысл; эти мотивы называются *смыслообразующими*. Другие, существующие с ними и выполняющие роль побудительных факторов (положительных или отрицательных) – порой остро эмоциональных, аффективных, – лишены смыслообразующей функции; условно их называют *мотивами-стимулами*.

Формирование мотивации имеет *два механизма*:

1. Воздействие на эмоционально-познавательную сферу.
2. Воздействие на деятельную сферу.