**Задание по Психологии на 12.11.21**

Продолжить конспектировать тему в тетради «Эмоции и чувства» (см. Приложение 1), информацию, где стоят знаки вопроса найти по учебнику Дубровиной «Психология».

Нарисовать смайлики к каждой фундаментальной эмоции, например.

Радость

Конспект прислать 12.11.21

**Приложение 1**

**ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ**

Все проявления человеческой психики, в том числе и эмоции, являются функцией мозга. Возникновение эмоций затрагивает весь организм, все его системы. Другими словами, возникновение и проявление эмоций и чувств — результат сложного комплексного **взаимодействия коры, подкорки и вегетативной нервной системы.**

***Вегетативная нервная система*** *— часть нервной системы высших животных, осуществляющая управление так называемыми «растительными» функциями организма, связанными с жизнеобеспечивающей деятельностью внутренних органов: пищеварением, кровообращением, дыханием, обменом веществ и энергии, выделением.*

*Как известно, при возникновении тех или иных эмоций в зависимости от их знака (положительный или отрицательный), у человека происходят и характерные вегетативные изменения: учащается сердцебиение, происходит покраснение или побледнение кожных покровов, учащается или замедляется дыхание, сжимаются мышцы, усиливают свою работу железы внутренней и внешней (слюнные, слезные и потовые) секреции и т. д. Все это является следствием того, что в* ***подкорке располагаются центры, управляющие работой внутренних органов****, и объясняется тесной взаимосвязью эмоций и чувств с разнообразными изменениями в функциях организма. Ведущую роль в работе внутренних органов при этом выполняет кора больших полушарий*

**Таким образом «представительства» эмоциональных явлений в мозге человека находятся в различных мозговых структурах.**

Важным моментом явилось определение роли функциональной асимметрии мозга. **Оказалось, что левое полушарие в большей степени имеет отношение к возникновению и поддержанию положительных эмоций, а правое — отрицательных.**

Свое влияние на протекание эмоций и чувств оказывает и ***вторая сигнальная система***. Это объясняется тем, что переживание тех или иных эмоций может возникать не только при непосредственном воздействии внешней среды, каких-либо явлений или предметов» но и может быть активизировано через слово и мысль.

**Виды эмоций и чувств, эмоциональные состояния**

*К.Е. Изарду принадлежит одно из ведущих исследований в области эмоций человека. Он выделил «фундаментальные эмоции».*

*Современный американский исследователь эмоций К. Изард (его книга "Эмоции человека") считает ряд эмоций фундаментальными, а все остальные — производными.*

Из соединения фундаментальных эмоций возникают, например, такие комплексные эмоциональные состояния, как тревожность, которая может сочетать в себе и страх, и гнев, и вину, и интерес - возбуждение. К комплексным (сложным) эмоциональным переживаниям относят также любовь и враждебность.

*Какой бы список эмоций мы ни рассматривали, всегда обнаруживается одна интересная особенность: к любой положительной эмоции — эмоции, которая переживается нами как приятная, можно подобрать соответствующую или, может быть, лучше сказать противоположную эмоцию, что и составляет так называемую* ***полярность чувств и эмоций.***

**Фундаментальные эмоции человека (по К.Е. Изард)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Обозначение эмоции | характеристика |
|  | Интерес | Положительное эмоциональное состояние, которое стимулирует развитие навыков и умений, способствует приобретению знаний, выступает мотивом обучения, побуждает к творческим устремлениям. |
|  | Радость | Положительное эмоциональное состояние, которое связано с возникновением возможности в достаточно полной мере удовлетворить актуальную потребность, вероятность чего до настоящего момента была либо невозможной, либо неопределенной. Одна из максимально желаемых человеком. По своей сути является в большей степени продуктом событий и явлений, чем непосредственным устремлением |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Удивление | В зависимости от ситуации может характеризоваться как положительная, так и отрицательная эмоциональная реакция. Возникает в ответ на внезапно возникшие обстоятельства, вызывая торможение всех предыдущих эмоций и направляя все внимание человека на объект, вызвавший его. |
|  | Страдание | Отрицательно окрашенное эмоциональное состояние. Появление связано с получением достоверной (или недостоверной) информации о невозможности удовлетворения жизненно важной потребности, которое до настоящего момента представлялось в той или иной степени возможным. Характеризуется появлением чувства одиночества, опустошения, снижением активности, жалостью к себе. |
|  | Гнев | Отрицательно окрашенное эмоциональное состояние, которое может быть вызвано внезапно возникшим большим препятствием на пути удовлетворения исключительно важной для человека потребности. Проявляется в виде сильной внешне выраженной реакции (покраснение кожных покровов учащение пульса, напряжение мышц), сопровождается появлением чувства силы, часто неконтролируемой агрессии по отношению к препятствию или объекту, его воплощающему. |
|  | Отвращение | Отрицательное эмоциональное состояние. Вызывается определенным объектом (предметом, другим человеком, явлением, обстоятельством), непосредственное взаимодействие с которым (физический контакт, наблюдение) резко противоречит с принципами (идеологическими, нравственными или эстетическим) установками человека. Способствует возникновению непреодолимого желания избавиться от объекта, его вызвавшего. |
|  | Презрение | Отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое взглядами, жизненной позицией и поведением объекта в процессе общения с ним, которые представляются субъекту общения не соответствующими принятым нормам и правилам, его собственным установкам и ценностям. |
|  | Страх | Отрицательное эмоциональное состояние. Может быть вызвано получением информации о реальной или предполагаемой угрозе жизненному благополучию, целостности субъекта. Стимулирует развитие неуверенности человека в своих силах и возможностях, может парализовать волю к действию. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Стыд | Отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое осознанием человеком несовпадения собственных мыслей, желаний, поступков, внешности с ожиданиями окружающих и своими собственными |
|  | Вина | Отрицательно окрашенное эмоциональное состояние, появляющееся при нарушении моральных и (или) этических норм субъектом в ситуации, за которую он несет личную ответственность |

**Эмоциональные состояния**

Различные эмоции окрашивают наше поведение и наши отношения, создавая более или менее продолжительные, иногда устойчивые переживания**.** Выделяют несколько видов таких состояний.

**Настроение –** ?????

**Аффекты –** ????????

**Страсть –** ????????

**Любовь ( в широком значении) –**???????

**Стресс –** ???????