

ТЕМА 1.16 ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ СФЕРА ЛИЧНОСТИ, ЕЕ ХАРАКТЕРИСТИКА

1. Понятие об эмоциях. Отличия эмоций от ощущений и чувств.
2. Классификация и виды эмоций.
3. Эмоциональные состояния.
4. Эмоциональные черты личности. Связь эмоций и потребностей человека.
5. Высшие чувства как результат общественного развития личности и как мотив поведения..
6. Общая характеристика воли и ее основные признаки
7. Волевые качества личности, их формирование

Эмоции – особый класс психических процессов, отражающих в форме непосредственного пристрастного переживания значимость жизненных явлений и ситуаций для удовлетворения потребностей человека, для его жизнедеятельности.

Различаются **три пары простейших эмоций**:

– **удовольствия – неудовольствия**: удовольствие побуждает к продолжению деятельности, а неудовольствие – к ее прекращению;

– **возбуждения – успокоения**. Эти эмоции характеризуются большей или меньшей степенью нервного возбуждения (так, в гневе возбуждение проявляется интенсивно и ярко, а в печали – в слабой степени, иногда до безразличия);

– **напряжения – разрешения**. Напряжение характерно для эмоций, испытываемых в связи с ожиданием наступления важных событий или обстоятельств, в которых субъекту придется действовать, преодолевая различные трудности. Когда напряжение спадает и заменяется действием или расслаблением, наступает разрешение, характеризующее противоположными чертами.

Эмоция – физиологическое отклонение от гомеостаза, субъективно переживаемое и обнаруживаемое в нервно-мышечных, дыхательных, сердечно-сосудистых, гормональных и других телесных изменениях, подготавливающих к внешним действиям, которые должны произойти или произошли. Нет такого момента в жизни субъекта, когда бы эмоции отсутствовали вовсе, «ноль эмоций – труп» (В. Л. Марищук).

Эмоции – простейшая форма психического отражения, стоящая на грани с физиологическим отражением и осуществляющая саморегуляцию в случаях воздействия раздражителей. Эмоции отражают не предметы и явления реального мира, а объективные отношения, в к

Эмоциями выполняются две основные **функции**:

– **сигнальная** – переживания возникают и трансформируются в связи с происходящими изменениями в окружающей среде или в организме человека;

– **регуляторная** (приспособительная) – служит уравниванию внутренней среды организма и внешних условий, необходимых для его существования.

Кроме сигнальной и регуляторной выделяются функции:

оценочная, которая выражается в обобщенной оценке событий;

побуждающая (мотивационная) функция связана с оценочной;

переключательная особенно ярко обнаруживается при конкуренции мотивов, в результате чего определяется доминирующая потребность;

коммуникативная.

Благодаря эмоциям, люди лучше понимают друг друга, могут, не пользуясь речью, судить о состояниях друг друга и лучше настраиваться на совместную деятельность и общение.

Чувства – сложная форма отражения, обобщающая эмоциональное отношение и понятие. Они отражают отношения предметов и явлений к высшим нуждам и стимулам деятельности человека как личности, осуществляют само регуляцию уже не организма, а личности в ее взаимодействии с обществом. Чувства отражают долгосрочные переживания, отношения человека к чему-либо. Эмоции ближе к биологической характеристике человека, а чувства – к социальной, личностной характеристике. **Чувства** социально обусловлены и исторически сформированы, они отражают общественные отношения (гордость за свой труд, чувство соперничества, «чувство локтя» и т. д.). На развитие чувств оказывают влияние семья, школа, друзья, книги, средства массовой информации. Если эмоции регулируют взаимоотношения субъекта со средой, то чувства – его отношения как личности с другими людьми, обществом. Чувства, в качестве элементов структуры, включают эмоции и понятия, поэтому **они всегда связаны с мышлением.** Чувства – устойчивые эмоциональные переживания, **характеризуемые:**

отчетливо выраженной интенсивностью;
ограниченной продолжительностью;
осознанным характером.

И. П. Павлов писал: «Чувства связаны с самым верхним отделом подкорки и все они привязаны ко второй сигнальной системе»; **строго дифференцированной связью** эмоционального переживания с **конкретными предметами, действиями, обстоятельствами,** его вызывающими. Человек испытывает наслаждение при чтении конкретной книги, а не любой.

Чувства в зависимости от содержания и причин, их вызывающих, классифицируются на:

– **нравственные** – переживаются в связи с осознанием соответствия или несоответствия поведения субъекта требованиям общественной морали и зависят от нравственных свойств личности (добросовестности, честности и других), ее мировоззрения и духовности. К этой группе относятся: патриотизм, чувство долга, порядочность, а также безнравственные (аморальные): зависть, предательство, подлость;

– **интеллектуальные** – связаны с познавательной активностью, возникают в процессе учебной, научной, любой творческой работы и выражаются в любознательности, пытливости, удивлении, недоумении, убеждении и сомнении. В основе познавательной потребности, удовлетворяемой этими чувствами, лежит безусловный ориентировочный рефлекс «Что такое?» (И. П. Павлов). Они обуславливаются потребностями в познании и интересом к новому;

– **эстетические** – вызываются красотой или безобразием воспринимаемых объектов (природа, люди, их поступки). К этой группе относятся: чувство красоты или безобразного, грубого, комического и трагического.

С. Л. Рубинштейн выделяет еще **практические** чувства, порождающиеся деятельностью, ее изменением, успешностью или неуспешностью ее освоения, трудностями ее осуществления или завершения.

ТЕМА 3.7 **Классификация и виды эмоций**

Эмоции – отражение отношения к чему-либо в форме переживания.

По влиянию на жизнедеятельность субъекта эмоции классифицируют на **стенические** и **астенические**:

– **стенические** (от греч. *stheneia* – сила) **эмоции** – переживания, повышающие жизнедеятельность организма, активность субъекта и способствующие упорядочению его деятельности;

– **астенические** (от греч. *astheneia* – слабость, бессилие) **эмоции** – переживания, снижающие активность и дезорганизующие деятельность субъекта.

Эмоции могут проявляться и в стенической, и в астенической форме в зависимости от индивидуальных особенностей человека, в частности, типа его нервной системы. Такая эмоция, как страх, одного человека парализует, ослабляет его духовные силы, а у другого мобилизует физические и умственные силы, а действия становятся быстрыми и точными.

По знаку эмоции дифференцируются на **положительные** (позитивные) и **отрицательные** (негативные) на основании их сенсорных или эмпирических характеристик (К. Изард). Однако всякая эмоция может быть и позитивной, и негативной – в зависимости от того, насколько она помогает или мешает адаптации субъекта к конкретной ситуации.

По силе проявления выделяются три формы эмоциональных переживаний: **настроения, аффекты и страсти**.

Настроение – слабо выраженное, длительное эмоциональное переживание, причина которого может быть не ясна, не достигающее значительной интенсивности, более или менее устойчивое, не имеющее существенных колебаний и окрашивающее в течение некоторого времени жизнедеятельность субъекта.

Аффекты характеризуются: чрезмерной интенсивностью и бурным внешним выражением; кратковременностью протекания; безотчетностью; резко выраженным диффузным характером – захватывают личность целиком: сознание, установки.

Страсти – быстро возникающие, сильные и длительные проявления эмоций, захватывающие человека и владеющие им, характеризуются: силой; устойчивостью, ярко выраженным волевым компонентом; своеобразным сочетанием активности и пассивности, могут иметь положительную и отрицательную направленность.

К. Изард выделил следующие основные, «фундаментальные» эмоции:

интерес,
радость,
удивление,
печаль,
гнев,
отвращение,
презрение,
страх,
стыд,
вину.

Эмоции имеют такие характеристики:

субъективность,
полярность,
интенсивность,
пластичность,
динамичность,
иррадиацию,
глубину,
длительность,
заразительность,
единство эмоций,
относительную независимость от воли субъекта,
амбивалентность (двойственность),
связь с потребностями,
связь с внутриорганическими процессами.

ТЕМА 3.8. **Воля**

Воля – «...деятельная сторона разума и морального чувства, управляющая движением во имя того или другого, и часто наперекор, даже чувству самосохранения...», – писал И. М. Сеченов, – способность человека сознательно и произвольно контролировать свою деятельность и активно управлять ею, преодолевая препятствия и сознательно подчиняя ее поставленной цели. Это сознательное управление человеком своими действиями и поступками, своей деятельностью и поведением, мыслями и переживаниями.

Воля – способность человека действовать в направлении сознательно поставленной цели, преодолевая при этом объективные и субъективные препятствия.

Воля, как все психические явления, – одна из форм отражения. Отражаемым объектом в волевом процессе является объективная цель деятельности, но не сама по себе, а в соотношении с фактически выполняемой собственной деятельностью, обеспечивающей достижение этой цели.

Являясь важным компонентом психики, воля обеспечивает выполнение двух взаимодополняющих **функций – побудительной и тормозной.**

побудительная функция обеспечивается активностью субъекта, когда он заставляет себя сделать что-либо, несмотря на препятствия, активность характеризуется обусловленностью

тормозная функция воли позволяет удерживаться от выполнения действия или совершения поступка, часто волевой тормоз не менее сложное действие, чем активизация деятельности.

Для возникновения волевого процесса необходимым условием является наличие преград, препятствий, трудностей. Под **препятствиями понимаются не только внешние объективные трудности, но и внутренние субъективные переживания. Препятствия** могут быть:

– **объективными** (внешними), не зависящими от субъекта деятельности – время, пространство, противодействия людей, физические свойства вещей;

– **субъективными** (внутренними), основу которых составляет личное (субъективное) отношение человека: его установки, неблагоприятное эмоциональное состояние (усталость, лень, страх), неуверенность в своих силах. Отличительная особенность этих трудностей состоит в наличии астенизирующих состояний, обуславливающих снижение работоспособности и результативности.

Волевое усилие – это сознательное напряжение психических и физических возможностей человека с целью преодоления трудностей. Существенными признаками любого волевого усилия являются:

сознательный характер;

наличие трудностей;

ощущение внутреннего напряжения;

направленность внимания на выполняемое действие;

напряжение мышц (мимических, не участвующих в выполняемом действии); вегетативные проявления, в том числе и видимые (вздутие кровеносных сосудов, потоотделение, покраснение лица или бледность).

Выделяются различные **виды волевых усилий:**

физические,

интеллектуальные (гностические),

мобилизующие,

организующие.

Волевое действие (преднамеренное или произвольное) – это сознательно регулируемое действие, связанное с проявлением волевого усилия.

Простое волевое действие состоит из двух звеньев: **постановки цели и исполнения.**

Сложное волевое действие характерно тем, что ему «...предшествует учет его последствий и осознание мотивов, принятие решения, возникновение намерения его осуществить, составление плана для его осуществления».

Оно протекает по следующей схеме: «**цель и стремление достичь**»; «**осознание ряда возможностей достижения цели**»; «**появление мотивов, утверждающих или отрицающих эти возможности**»; «**борьба мотивов и выбор**»; «**принятие одной из возможностей в качестве решения**»; «**осуществление принятого решения**».

Волевые качества детерминируют активность личности в различных сферах деятельности. «Воля всегда проявляется в преодолении "не могу" и "не хочу" через "надо", означает повседневный труд в преодолении самого себя». «**Волевой индекс**» определяется нами (В. Л. Марищук, Л. В. Марищук, С. А. Гайдук) как интегративный показатель развитости **волевых качеств** личности, среди которых выделим:

1. **Целеустремленность** как неуклонное стремление к достижению поставленной цели; способность отказаться, при необходимости, от решения относительно второстепенных задач.

2. **Настойчивость и упорство** как активное стремление к достижению поставленной цели, несмотря на препятствия и трудности; проявление терпеливости в виде способности противостоять утомлению, дискомфорту.

3. **Инициативность и самостоятельность** как способность самостоятельно ставить цели, намечать пути их реализации, самому организовывать свою деятельность.

4. **Решительность и смелость** как склонность и способность своевременно принимать без колебаний достаточно обоснованные решения, брать на себя ответственность, идти на неизбежный риск. Смелость, в свою очередь, предполагает способность подавлять защитные реакции самосохранения, возникающие при страхе, опасения за свое благополучие, безопасность.

5. **Самообладание и выдержку** как способность не теряться в трудных и неожиданных обстоятельствах, сдерживать эмоциональные проявления, способность контролировать свое поведение.

Волевые качества функционируют не изолированно друг от друга, а как целостная динамическая система, звенья которой могут по-разному соотноситься между собой, образуя определенную структуру. А. Ц. Пуни полагает, что структура волевого качества соответствует структуре воли и включает интеллектуальные и моральные компоненты, а также умения преодолевать препятствия.