Название учебного заведения

Реферат по учебной дисциплине "Психология"

на тему: "Эмоции и чувства".

Выполнил: Ф.И.О.

Проверил: Ф.И.О.

2016.

 **План**

1. Введение …………………………………………………………………………........2

2. Определение понятий эмоция и чувство. Их сходство и различие …............3

3. Основные теории эмоций …………………………………………………………4-5

4. Виды эмоций и их характеристика ………………………………………………6-7

5. Факторы, влияющие на формирование эмоций ……………………….........8-10

6. Заключение ……………………………………………………………………..........11

7. Список литературы ……………………………………………………………........12

1. **Введение.**

Эмоции и чувства отображают наше расположение к тому или иному человеку либо событию, при этом, эмоции - это прямой, откровенный отклик на что-то, на инстинктивном уровне, а чувства являются в большей степени результатом переживаний, мышления, накопленного опыта.

Чувства и эмоции имеют непосредственную связь с внутренними качествами человека, являют собой отражение происходящих внутренних переживаний. Человеку свойственно зачастую бояться и отрицать собственные эмоции, путать чувства с эмоциями, чувства с состояниями.

Как таковые, чувства и эмоции не осознаются человеком сами по себе, также как их причины продолжают оставаться для многих загадкой.

Чувств и эмоций большое множество, их конечного перечня не существует ни в физиологии, ни в психологии. Причиной данного является то, что большинство чувств и эмоций - это весьма социальные явления. Приобретение эмоциями другой значимости либо возникновение новых эмоций детерминировано развитием общества. Большинство чувств и эмоций человек при рождении не ощущает, а научается им у окружающих его действительности, людей. Совместно они с младенчества демонстрируют и поясняют человеку, что и как он обязан чувствовать, в тот или иной момент.

Человек становится наиболее интересным благодаря живости и многообразию эмоциональных взаимоотношений. Он может проявлять отклик на самые различные явления действительности - его будоражат стихи и музыка, новейшие достижения техники и запуск спутника в космос. Изобилие собственных переживаний личности способствует ее наиболее глубокому пониманию происходящего, наиболее тонкому проникновению в переживания людей, их взаимоотношения.

Эмоции и чувства помогают человеку наиболее полно познать себя самого. Переживания способствуют познанию человеком собственных недостатков, возможностей, достоинств и способностей. Переживания человека в новой ситуации часто раскрывают что-либо новое в себе, в людях, в мире окружающих явление и предметов.

Чувства и эмоции придают поведению, поступкам, словам определенное своеобразие. Позитивные переживания вдохновляют человека в его дерзких стремлениях и творческих поисках. Делая акцент на значении переживаний, В.И. Ленин считал, что без эмоций человека не было, нет и не будет человеческого поиска истины.

1. **Определение понятий эмоция и чувство. Их сходство и различие.**

В ходе эволюции мира животных возникла своеобразная форма проявления защитной функции мозга – эмоции - волную, возбуждаю. Данные функции отражают личную значимую роль внутренних и внешних стимулов, событий, ситуаций для человека, а именно те явления, которые волнуют его и выражаются в виде переживаний.

В психологии эмоции определяют в виде переживания человеком в текущем моменте собственного отношения к чему-либо. Кроме данного неполного осмысления, понятием "эмоция" пользуются и в обширном смысле, имея в виду цельную эмоциональную реакцию личности, содержащую психологический элемент – переживание, а также своеобразные физиологические изменения в организме, сопровождающие данное переживание. В данном случае можно говорить об эмоциональном состоянии человека.

Чувства - это отношения человека, испытываемые в разной форме, к явлениям и предметам действительности. Жизнь человека нестерпима без переживаний, в случае, когда человек утратил возможность переживать чувства, начинается так именуемый “эмоциональный голод” - он старается удовлетворить его читая остросюжетную книгу, прослушивая любимую музыку. Кроме того, для эмоционального насыщения необходимы как позитивные чувства, так и чувства, сопряженные со страданием.

Житейское представление о "чувства" до такой степени обширно, что утрачивает определенную суть. Это определение ощущений - возврат после потери сознания, боль, - "прийти в чувство". Зачастую и эмоции именуют чувствами. В реальности же определенно научное применение данного термина сводится только к тем случаям проявления человеком собственного позитивного либо негативного, а именно оценивающего отношения к тем или иным объектам. Вместе с тем, в противоположность эмоциям, отображающих краткосрочные переживания, чувства долговременны и иногда могут продлиться все существование человека.

Проявление чувств осуществляется посредством определенных эмоций, обусловлено ситуации, в которой оказывается объект, согласно которому этот человек выражает чувство. В частности, мама, любящая собственного ребенка, естественно будет испытывать в период его экзаменационной сессии различные эмоции, обусловлено результата сдачи экзамена. Когда ребенок отправится на экзамен, мать будет достаточно взволнована, если он известит о благополучно сданном экзамене - радость, при провале - досада, злость, разочарование. Данный пример, и схожие с ним, демонстрируют различие меж чувствами и эмоциями.

Таким образом, непосредственного соотношения меж эмоциями и чувствами нет - неизменная эмоция способна выражать различные чувства, и неизменное чувство способно выражаться в различных эмоциях. Подтверждением их диссонанса представляется и наиболее позднее возникновение чувств в онтогенезе сравнительно с эмоциями. И чувства, и эмоции способны быть позитивными и негативными.

1. **Основные теории эмоций.**

В XVIII – XIX столетиях единодушного мнения о происхождении эмоций не было, тем не менее наиболее популярной была интеллектуалистическая концепция И.Ф. Гербарта - "телесные" выражения эмоций есть результат психических явлений.

В. Вундт также придерживался данного мнения. Он полагал, что эмоции - это в первую очередь изменения, отличающиеся прямым воздействием чувств на протекание представлений и, в определенной мере, воздействием протеканий на чувства, а внутренние процессы являют собой только результат эмоций.

"Периферическая" парадигма эмоций Джеймса-Ланге. Образование эмоций детерминировано внешними влияниями, способствующие образованию физиологических сдвигов в организме человека. Их следствием стали физиолого-телесные периферические изменения, определяющиеся как результат эмоций.

"Таламическая" парадигма эмоций Кэннона-Барда. Возникновение эмоций и надлежащих сигналов стимуляции вегетативных функций осуществляется в таламусе. Физиологические реакции и психологическое переживание образуются единовременно.

Концепции активации и Круг Папеса. Эмоция является не функциями различных центров, а следствием оживленности сложной сети мозга - "Круг Папеса".

Когнитивные парадигмы эмоций. Раскрывают природу эмоций посредством механизмов мышления.

Парадигма когнитивного диссонанса Л. Фестингера. Важное положение в эмоциях занимают когнитивно-психологические обстоятельства. Позитивные эмоции образуются в следствии подтверждения ожиданий человека, а именно, как конкретные результаты деятельности сочетаются с назначенный проектом.

Информационная парадигма эмоций П.В. Симонова. В виде символической формы показан комплекс функций, воздействующих на характер и образование эмоций: Эмоция = П х (Ин – Ис). (Ин – Ис) – оценка вероятности. П – ведущая потребность.

Существуют разные школы, что устанавливает разницу классификаций и определений.

Джемс-Ланге. Психоорганическая парадигма происхождения и сущности эмоций. Основой эмоциональных проявлений определял состояния физиологические. Они первоначальны, а эмоции им сопутствуют. В следствии влияния внешних стимулов осуществляется изменение организма, появляются эмоции посредством системы обратных связей. Человек огорчен от того, что плачет, а не плачет от того, что огорчен. Это базисная парадигма для всей психологии вплоть до настоящего времени.

Психоанализ. Реакции обусловлены влечениями. Фактор образования – несогласованность желаемого с реальным.

Бихевиоризм. Сопровождающая реакция на конкретный стимул. Понтия об эмоциях ординарны рассматриванием подкреплений, а не основного элемента. Они являются позитивными и негативными, согласно этому, эмоции также могут быть позитивными и негативными. Не относятся к внутренним переживаниям.

Когнитивная психология являет собой естественную экспериментальную базу.

Шехтер. Двухфакторная парадигма эмоций - развитие концепции Джемса-Ланге. Возникновение эмоций в виде когнитивного оценивания физиологических изменений. Воздействуют обстоятельства: психологическое, когнитивное.

Лазарус. Трехкомпонентная парадигма. Воздействуют обстоятельства: поведенческое, психологическое, когнитивное. Осуществляется оценивание не только физиологических изменений, но и вероятность поведения в этих условиях, возможность трактовать: возникновение эмоций осуществляется в случае восприятия человеком всего как действительно происходящего. Если подвергнуть все рациональному анализу, то результатом его будет отсутствие эмоций.

Рубинштейн. Эмоция является собой нечто, обусловленное определенным возбуждением конкретных зон подкорковых структур - отклик на стимул, а чувства – до стимула, то что возможно высказать, или уже высказано, раз высказано, следовательно, осознано. Потребности и эмоции. Эмоции являются психическим отображением действующего состояния человеческих потребностей. Эмоции – это определенная модель существования потребности, в следствии возникает стремление к тому, что способствует удовлетворению потребности, однако затем предмет приносит либо не приносит удовлетворенности, и у человека возникает к нему чувство. Эмоции различают полярностью – "+" либо "-".

Леонтьев. Концепция эмоций выстраивается на деятельности. Общая активность, поведение направляется и побуждается мотивом. Деятельность являет собой последовательность некоторых действий, соответствующих цели. Цель неизменно осознанна, подобная единица инициативности как действие появляется лишь у человека, цель является итогом действия. Мотив являет собой предмет потребности. Эмоция образуется в виде оценки расхождения меж мотивом и целью. Эмоция способствует оцениванию приближения к предмету потребности посредством установленного действия.

Рассмотренные парадигмы эмоций объясняют только единичные эпизоды их происхождения. Это доказывает мнение о принципиальной невозможности разъяснить механизм подобного непростого явления, как эмоции, с позиции одной парадигмы.

1. **Виды эмоций и их характеристика.**

Обусловлено индивидуального значения переживаний акцентируют такие виды эмоций.

Альтруистические - образующиеся переживания на базе потребностей в помощи, содействии иным людям - чувство надежности, сочувствия, преданности, желание доставить счастье и радость иным людям, чувство тревоги за собственную участь, сопереживания.

Коммуникативные - образуются на базе потребности в общении посредством выражения чувства симпатии, желания делиться переживаниями и мыслями, общаться, привязанность, чувства признательности, желания заслужить одобрение уважаемых и близких людей, чувства уважения к кому-либо.

Глоричные - объединены с потребностью в славе, самоутверждении - чувство самовлюбленности, стремление взять реванш, чувство преимущества, гордости, удовлетворение произошедшим ростом, повышенной ценности собственной личности, стремление добиться уважения, признания.

Практические - обуславливаются успешностью либо безуспешностью деятельности, сложностями ее выполнения и окончания - чувство напряжения, приятная усталость, желание добиться успеха в работе, увлеченность работой, приятная удовлетворенность результатами собственного труда.

Романтические - обнаруживаются в стремлении ко всему необыкновенному, тайному - волнующие чувства восприятия измененного окружающего мира - все может показаться иным, необыкновенным, исполненным особенной значимостью, таинственностью; предвкушение необыкновенного и весьма хорошего, светлого.

Гностичные - объединены с потребностью в духовной и познавательной гармонии - чувство непонимания либо удивления, колебания, желание узнать естество явлений; чувство ясности либо неясности мысли; радость раскрытия правды; чувство скорого решения проблемы; неудержимое желание справиться с противоречиями в собственных суждениях, все систематизировать.

Эстетические - сопряженные с лирическими переживаниями - чувство духовного роста; потребность в красе, чувство величественного, возвышенного и изящного; чувство близкого, родного воспоминания о минувшем, приятное и горькое чувство одиночества; чувство волнующего драматизма, поэтическо-наблюдательного, светлого состояния, наслаждение звуками.

Гедоничные - сопряженные с потребностью в благоустроенности духовном и телесном - наслаждение желанными физическими и духовными ощущениями от аппетитной еды, знаний, солнца, тепла. Духовные - чувство покоя, беззаботности, веселья, изнеможения. Физические - бездумное приятное возбуждение, похоть.

Акизитивные - образуются посредством коллекционирования, интереса к накоплению - приятное чувство от рассматривания собственных собраний; стремление к сбережению, восторг от роста накоплений.

Мобилизационные - образуются посредством потребности интереса к борьбе, в преодолении опасности - увлеченность риском, необходимость в острых ощущениях, чувство спортивного азарта, спортивная злость, решительность, мобилизация собственных умственных и физических способностей, чувство сильного эмоциональной и волевой напряженности.

Иные классификации чувств и эмоций. Человеческие переживания весьма многообразны, их делят на виды по содержанию, характеру отношения к беспристрастной действительности, оказывающееся в них, по уровню их развития, особенностями и силой их проявления. В следствии этого все многообразие переживаний человека разделяют на две группы. В первую входят являющиеся отображением обусловленного ситуацией отношения человека к конкретным объектам, во вторую - с обобщенным и устойчивым к ним отношением. Первую группу переживаний называют эмоциями, вторую - чувствами.

Эмоции разделяют на простые, являющиеся прямым отображением взаимоотношений человека с различными объектами, и сложные, с имеющимся данным отражением опосредованного характера. Согласно устойчивости, силе и характеру проявления из числа эмоций различают эмоции настроения и аффекта. Согласно содержанию, первоначально акцентируют чувства эстетические, интеллектуальные и моральные. Отдельные из них имеют возможность накапливать характер страстей.

Простые эмоции. Порождаемые напрямую воздействием на организм различных объектов, сопряженных с удовлетворением его основных потребностей. Вкусы, запахи, цвета бывают неприятные либо приятные, могут пробуждать неудовлетворение либо удовлетворение. Напрямую сопряженные с чувствами, эмоции называют эмоциональным тоном ощущений. Его возникновение осуществляется в период восприятия объектов, сопряженных с удовлетворением основных человеческих потребностей. Эмоциональный тон восприятий и ощущений представляет существенную значимость в человеческой деятельности. Он направляет ее действия, побуждая отыскивать одни объекты, и отрекаться, уклоняться и защищаться от иных.

Сложные эмоции. В процессе существования и деятельности человека простые переживания преобразуются в сложные эмоции, сопряженные с пониманием объектов, осознанием их актуальной значимости.

Сложные эмоции - это радость, интерес, страдание, удивление, горе, стыд, депрессия, презрение, гнев, страх, отвращение, неприязнь, стыд, тревога. К. Изард именует их "фундаментальными эмоциями", обладающие собственным диапазоном внешних проявлений и психологических характеристик.

1. **Факторы, влияющие на формирование эмоций.**

Решение вопроса формирования эмоций обусловлено многими обстоятельствами и факторами. Выявление закономерностей и факторов формирования человеческой эмоциональной сферы в большинстве случаев обусловлено концептуальными и теоретическими представлениями, используемые учеными при их выделении и поиске.

Выделяют ряд групп факторов, определяющие формирование эмоциональной сферы - социальные и биологические. Вместе с тем, социальные причисляют к внешним, а биологические - к внутренним факторам.

Общеизвестно, что биологическая значимость эмоций детерминируется их оценивающей функцией, благодаря которой человеческий организм старается стремительно и заблаговременно осуществлять реакцию на перемены окружающего мира, привлекающий энергетические ресурсы, нужные в интересах действий, ориентированных на удовлетворение прямых потребностей. Факторы биологические - это функционирование и формирование конкретных мозговых структур, первоначально лимбических образований; изменения в соматической сфере; деятельность желез внутренней секреции; выражение биологической потребности, нужной для жизнедеятельности.

Особый интерес представляют исследования Р. Вудвортса, В. Вундта, Я. Рейковского, сопряженные с отображением особенности генезиса эмоций. Исследователи предлагают теоретическую модель - у человека имеется ряд эмоций, обнаруживающих и незначительно изменяющихся в ходе эволюции. Представлены они генетически унаследованными и обладают биологической основой возникновения.

В случае рассмотрения внутренних факторов, бесспорно, на первой стадии детского психического развития преобладающими являются биологические факторы, сопряженные с удовлетворением ключевых потребностей. В то же время, образующиеся и формирующиеся эмоции, в одном случае называют первичными, в другом основными, в-третьем - базальными. С расширением социальных факторов влияния на детскую психику, в основе отмеченных эмоций образуются производные от них. К тому же, список данных производных либо вторичных, возникших в основе одной эмоции – радости, создает совокупность иных позитивных эмоций.

Воздействующие на генезис эмоциональной сферы внутренние факторы, также сопряжены с особенностью формирования процессов памяти, мышления, представлений. Данная обусловленность отчетливо отображается в исследованиях, осуществленных под управлением O.K. Тихомирова, где одним из факторов формирования эмоциональной сферы является мыслительный процесс. Результаты проведенной работы акцентируют взаимную детерминированность и взаимообусловленность формирования эмоциональной сферы с психическими процессами.

Также, особую значимость представляет воздействие на формирование эмоциональной сферы личные переживания человека, образующиеся и фиксирующихся в отличительных чертах характера, его морально-этических и нравственных качествах. В последующем они являются базой для формирования эмоциональной сферы человека, его внутреннего мира.

В тоже время, человеческие эмоции в большей степени социально детерминированы. Как и поступки человека, они детерминируются нормами права и морали, свойственные любой общественно-экономической стадии. В следствии этого высшие формы эмоций образуются на основании нравственных - социальных и эстетических - духовных, интеллектуальных потребностях.

К значительно воздействующим на формирование и развитие человеческих эмоций социальным факторам причисляют особенность взаимоотношений, в которых находится ребенок, специфику частного общения со старшими и сверстниками, обстоятельства воспитания в учебных заведениях.

Также, к социальным факторам, напрямую воздействующим на эмоциональную сферу в рамках познавательной деятельности можно причислить средства литературы и искусства, традиции, обряды.

Таким образом, в условиях современного мира на формирование детской эмоциональной сферы оказывают значительное воздействие средства массовой информации, достижения научно-технического прогресса и культура разных народов. Последняя, как возможность проявления эмоциональных состояний у разных народов, обладает различными формами представленности согласно действиям и содержанию.

Для новорожденного существенными факторами, воздействующими на формирование эмоций, является прямой контакт с матерью и условия удовлетворения ведущих потребностей.

В период младенчества, кроме упомянутых факторов, существенную значимость представляют условия невербальной коммуникации, выражающиеся родителями и окружением ребенка. Также, типичные воздействия проявляют единый эмоциональный уют в семье и неодухотворенные предметы в виде разнообразных игрушек.

В период раннего детства ведущими факторами, детерминирующими формирование эмоциональной сферы, выступают условия организации игровой деятельности и особенность коммуникативного взаимодействия меж взрослым и ребенком.

В период дошкольного возраста, вместе с упомянутыми факторами, ведущей деятельностью является познавательная, сопряженная с детским восприятием произведений литературы и искусства. Особо значимым фактором, воздействующем на формирование детской эмоциональной сферы, являют собой свойственные данному возрасту все виды игровой деятельности.

В младшем школьном возрасте диапазон факторов, воздействующих на формирование эмоциональной сферы, значительно расширяется. Существенными становятся факторы частного отношения со сверстниками и организации учебно-воспитательного процесса.

В подростковом возрасте преобладающими факторами в сфере формирования чувств, вместе с предшествующим периодом, являются биологические изменения в детском организме, сопряженные с половым созреванием. Собственно, они и устанавливают своеобразие и ориентирование проявления образования и развития новых чувств.

В период юности к ведущим факторам причисляют социально-психологические условия, воздействующие на самоутверждение личности девушек и юношей и формируют основные принципы их жизненных позиций.

Выделенные факторы не ограничиваются упомянутыми и при более широком диапазоне исследований их можно дополнить иными. Кроме того, важно подчеркнуть, что акцентирование ведущих факторов в любом дальнейшем возрасте не исключает воздействия предыдущих.

В последнее время увеличивается число исследований, в которых акцентируются так именуемые глобальные факторы - техногенные, экологические, информационные и социально-экономические, оказывающие значительное воздействие, как прямое, так и опосредованное, на формирование эмоциональной сферы человека.

1. **Заключение.**

Чувства и эмоции обладают рядом установленных функций. Первоначально, чувства и эмоции, являют собой отображение истинной действительности, однако лишь в форме переживания. Причем определения "чувства" и "эмоции", зачастую используемые "в быту" как равносильные, в действительности означают разнообразные психические явления, безусловно, наиболее непосредственно связанные меж собой. Как в чувствах, так и в эмоциях отображаются человеческие потребности, а именно, то, как удовлетворяются данные потребности.

Эмоциональные переживания являют собой отражение жизненной значимости воздействующих на человека ситуаций и явлений. А именно, эмоции - это отображение в виде субъективного переживания актуальной значимости ситуаций и явлений. Таким образом, все облегчающее либо содействующее удовлетворению потребностей порождает позитивные эмоциональные переживания, а иначе, все препятствующие - негативные.

Существенным отличием эмоций от чувств является возникновение эмоций в ответ на определенную ситуацию, тогда как чувства имеют относительное постоянство и стабильность. Проявление глубокой связи эмоций с чувствами первоначально в переживании и раскрытии чувств именно в конкретных эмоциях. В частности, чувство любви к ближнему способно переживаться обусловлено ситуации, как эмоция наслаждения от общения, радости за него, гордости за его успехи, стыда в случае, если он совершил что-либо недостойное, тревоги в случае, если ему что-то угрожает. К организации чувства относятся не только непосредственное переживание, эмоция, но и наиболее обобщенное отношение, обусловленное понятием, пониманием, знанием.

Одной из основных функций эмоций является их содействие ориентированию в окружающей действительности, оцениванию явлений и предметов учитывая их нежелательности либо желательности, вредности либо полезности.

Возникновение эмоции осуществляется в случае появления несогласованности меж тем, что следует понимать и с целью удовлетворения потребности, и тем, что в действительности известно.

Однако, множество явлений эмоционального существования совершенно не укладываются в психологическую формулу. И данное заключение не парадоксально - жизнь неизменно более богаче, нежели формулы. Сверх того, эмоциональная.

1. **Список литературы.**
2. А.Я. Чебыкин, И.В. Мельничук, Генезис эмоциональных особенностей у детей разного возраста и пола. - Одесса: ЮНЦ АПН Украины, 2004. – 147 с.
3. К.Э. Изард, Психология эмоций / Перев. с англ. – СПб: Питер, 1999. – 464 с.
4. П.В. Симонов, Эмоциональный мозг. Физиология. Нейроанатомия. Психология эмоций. - М.: Наука,1981. – 100 с.
5. В.Д. Шадриков, Введение в общую психологию: эмоции и чувства. - М.: Логос, 2002. – 156 с.
6. Б.И. Додонов, Эмоция как ценность. - М.: Политиздат, 1978. – 272 с.
7. Е. П. Ильин, Эмоции и чувства. - СПб: Питер, 2011. – 784 с.