Федеральное государственное образовательное бюджетное

учреждение высшего профессионального образования

«Финансовый университет

при Правительстве Российской Федерации»

(Финансовый университет)

Кафедра «Прикладная психология»

Реферат

по дисциплине «Психология»

на тему:

«Виды и функции эмоций»

Выполнил:

студент группы Б1-4

Иван Алексеев Андреевич

Научный руководитель:

Крылов Андрей Юрьевич

Москва 2012

Содержание

Введение

Глава 1. Общее представление об эмоциях

.1 Сущность эмоций и их роль в жизни человека

.2 Психологические теории эмоций

Глава 2. Виды и основные функции эмоций

.1 Эмоциональные выражения как основные виды эмоций

.2 Функции эмоций в жизнедеятельности человека

Заключение

Список литературы

Введение

Когда мы читаем книгу, слушаем музыку, смотрим кино, наблюдаем на что-либо или ищем ответы на какие-то вопросы, то эти выполняемые работы могут нас радовать или огорчать, вызывать удовольствие или разочарование. Эмоциями называют такие состояния, как радость, грусть, печаль, страх, восторг, гнев, тоска, отвращение, гордость, удивление и так далее. Все эти чувства и эмоции проявляют отражательной психической деятельности человека. Эти эмоции зависят от особенностей отражаемых предметов. Они возникают только в процессе деятельности и познания человека, возникают в определенных психических переживаниях и влияют на ее протекание. Эмоции проявляются в определенной мимике лица и изменениях пульса. Мы всегда реагируем эмоционально на предложенные жизнью ситуации. Например, при радости и веселье у нас проявляются смех, громкая речь, мы прыгаем, танцуем и поём от радости. А при печали и тоске все наоборот: замедления движений, чувствуем слабость, у нас могут появиться слезы. Мы привыкли говорить о том, что мы радуемся или сердимся, и все эти действия выражают состояние нашей души.

Поэтому мне захотелось каким- то образом объяснить состояние человеческих эмоций. Я поставил перед собой задачу изучить более основательно сущность и виды эмоций и их роль в нашей жизни. В результате работы я взял для себя много нового и интересного, и на многое стал смотреть по-другому. Цель настоящей работы - рассмотреть эмоциональных состояний человека.

Структура данной работы - состоит из введения, 2-х глав, заключения, списка использованной литературы. Работа изложена на 14 страницах.

Глава 1. Общее представление об эмоциях

.1 Сущность эмоций и их роль в жизни человека

В процессе существование человека появилась особая форма проявления отражательной функции мозга - эмоции. Они являются одним из основных механизмов регуляции состояния организма и деятельности человека. Эмоция - нечто, что переживается как чувство, которое мотивирует, организует и направляет восприятие, мышление и действия. Это различные психические явления, выражающие отражающих в форме непосредственного переживания, приятных или неприятных ощущений, отношения человека к людям и к себе и результаты его деятельности. Эмоции выражаются мимикой, жестью, восклицаниями и звуками.

«Воздействия внешнего мира на человека запечатлеваются в его голове, отражаются в ней в виде чувств, мыслей, побуждений, проявлений воли...» - отмечает Ф. Энгельс.

Настроения, чувства, аффекты, страсти - являются основными классами эмоций. Эмоции возникают не по отношению к кому или чему-либо, а по отношению к ситуации в целом. Они могут меняться достаточно быстро и протекать довольно интенсивно.

Рис 1. Социально-психологический конструкт эмоция

Все эмоции подразделяются на положительные (приятные) и отрицательные (неприятные). К положительным эмоциям относятся те эмоции, которые эффективно выражаются и высвобождаются (например, радость, счастье, веселье, гордость и так далее), а к негативным те, которых человек избегает и отрицает (например, страх, грусть, злость, горе и так далее), но количество видов отрицательных эмоций в несколько раз превосходит количество видов положительных эмоций. Эмоцию можно еще назвать «витамин жизни». Например, когда мы купим билет в кино или на какой-нибудь аттракцион, мы фактически платим за эмоции (радость, веселье).

Эмоции играют важную роль в нашей жизни. Главная роль эмоций заключается в том, что благодаря эмоциям мы лучше понимаем друг друга, даже не пользуясь речью, мы можем сообщать друг другу о своих состояниях (при помощи мимики и жестов) или оценивать выражения лица кого-либо, определять по нему эмоциональные состояния (радость, гнев, печаль, страх, отвращение, удивление). Это помогает взаимопониманию при общении. А еще эмоции важны для управления поведением человека. Эмоциональные движения человека сообщают ему информацию о состоянии говорящего и его отношении к тому, что в данный момент происходит. Маурер утверждал, что «эмоции являются одним из ключевых, фактически незаменимых факторов в тех изменениях поведения или его результатов, которые мы называем «научением».

Таким образом, можно сделать вывод о том, что именно эмоции определяют, что значимо для человека, а что нет в данный момент, и тем самым помогает ему в разных ситуациях жизни. Эмоции - это ничто, ни слова, ни мысли, ни поступки не выражают так четко, ясно и верно нас самих, как наши чувствование.

.2 Психологические теории эмоций

В психологии эмоции часто определяется как сложное состояние чувств, которые влияют на мышление и поведение. Эмоциональность также связана с другими психологическими явлениями, как темперамент, личность <http://translate.googleusercontent.com/translate\_c?hl=ru&langpair=en%7Cru&rurl=translate.google.ru&twu=1&u=http://psychology.about.com/od/overviewofpersonality/a/persondef.htm&usg=ALkJrhhHVUrSeHpqYCXYCE0R3BPa7sBsZQ> , характер и мотивы . Эмоции постоянно сопровождают нас по жизни. Мы не понимаем, что на какие-либо события реагируем так, а не иначе. Поэтому попробуем проследить появление эмоциональных состояний с разных точек зрения ученых, философов и психологов:

Теория Джемса - Ланге

«Телесные изменения прямо следуют за восприятием волнующего факта, а чувство, которое они в нас вызывают, и есть эмоция».

Ланге и Джемс считали, что определенные физические состояния характерны для разных эмоций - восторга, страха, гнева и волнения. Согласно данной теории событии формулируются так: мы грустим, потому что расстроены, плачем; приведены в ярость, потому что наносим удары, злые или оскорблены; мы боимся, потому что дрожим, испугались. То есть, сначала под действием внешних стимулов в организме происходят характерные изменения для эмоций и только затем появляется сама эмоция.

Теория Линдсея - Хебба

Эта теория дополняет существующие представления о связи эмоций с поведением. Согласно данной теории эмоции есть сенсорный эквивалент активирующей системы мозга. Эмоциональные состояния определяются влиянием ретикулярной формации ствола головного мозга. Эмоции возникают вследствие нарушения или выполнения в структурах нервной системы.

Дональд Олдинг Хебб <http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%B5%D0%B1%D0%B1,\_%D0%94%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%B4\_%D0%9E%D0%BB%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B3> в своей работе показал, что для достижения успешного результата деятельности, человеку необходим наилучший, средний уровень эмоционального возбуждения.

Теория Шехтера - Зингера

• Восприятие повышения уровня активации симпатической нервной системы

• Познавательные действия, связанные с интерпретацией ситуации в свете прошлого опыта.

Шехтер считал, что эмоции возникают на основе физиологического возбуждения. Тип или качество эмоции зависит от того, как индивид оценивает ситуацию, в которой это происходит. По Шехтеру физиологическое возбуждение может испытываться, как веселье или как страх (или любая другая эмоция) в зависимости от трактовки ситуации. Он показал, что именно память и мотивация человека вносят вклад в эмоциональные процессы. Эта теория, предложенная С. Шехтером, получила название когнитивно - физиологической.

Теория П.В.Симонова. Информационная теория эмоций

Оригинальную работу о причинах появления эмоций показал П. В. Симонов. Он считает, что эмоции появляются из-за недостатка или избытка сведений, которые необходимы для удовлетворения потребности. Уровень эмоциональной ситуаций определяется, по П. В. Симонову, силой потребности и величиной недостатка прагматической информации, которые необходимы для достижения цели. Информационная теория эмоций связана с павловским направлениям к изучению психической деятельности мозга.

Глава 2. Виды и основные функции эмоций

.1 Эмоциональные выражения как основные виды эмоций

эмоция психологический человек выражение

Под эмоциональными выражениями в основном выделяют 6 вид эмоций:

. Гнев

2. Страх

. Отвращение

. Удивление

5. Радость (счастье, веселье)

6. Печаль

Гнев - это чувство, которое возникает, когда человек с помощью запугивания пытается заставить других людей делать то, что он хочет. Но гнев носит разрушительный характер для отношений и собственного психологического здоровья. Однако благодаря гневу мы бессознательно ощущаем свою власть. Управлять чувством гнева очень сложно. Гнев у человека выражается в том, что лицо краснеет или горит, на лбу и на шее надуваются вены. При гневе у человека напряжены мышцы, и он может чувствовать себя раздраженным. Рот и зубы крепко сжаты Человек ощущает свою силу и хочет наносить удары. Он готов к мгновенному действию. Чем сильнее гнев, тем более сильным и энергичным чувствует себя человек. Гнев является источником психологической силы, которая необходима в ряде жизненных ситуаций.

Страх - это эмоция большой силы, которая оказывает заметное влияние на мышление и поведение человека. Он указывает на опасность, которую нужно избежать. Страх испытывают все люди. И у ребенка, и у взрослого есть страх. Причинами страха являются события или ситуации, которые являются сигналом опасности. Страх у человека выражаются по-разному: ужасом, запуганностью, паникой или тревожностью. При страхе человек чувствует угрозу, неуверенность и полную незащищенность. Появляется чувство опасности. Таким образом, страх является наиболее опасной из всех эмоций. Сильный страх приводит даже к смерти. Но страх не является только злом. Он может служить как предупреждающий сигнал и может изменять поведение человека.

Отвращение - это отрицательное эмоциональное состояние. В некоторых отношениях отвращение близко связано с гневом. Но оно не так опасно, как гнев. Ощущение отвращения подобно ощущению тошноты и плохого вкуса. Выражение "отвращение" обозначает нечто отвратительное на вкус. Человек стремиться отстраниться объект отвращения или изменить этот объект таким образом, чтобы он перестал вызывать отвращение. Отвращение вызывает желание физического избавление от кого-либо или чего-либо. Таким образом, при отвращении человек переживать глубокое неудовольствие

Удивление - это самая кратковременная эмоция. Это быстро проходящая реакция на внезапное и неожиданное событие. Его причиной является внезапное и неожиданное событие. Оно возникает внезапно. Удивление не является ни положительным, ни отрицательным. Но если человек испытывает приятное удивление, то он придет к его положительной оценке, если испытывает неприятное удивление, он может прийти к его отрицательной оценке. Удивительными могут быть взгляд, звук, запах, вкус или прикосновение. При удивлении у человека глаза широко раскрываются, брови поднимаются, у лба морщины и рот становиться полуоткрытым или круглым.

Радость- это одна из положительных эмоций, самое приятное состояние. Радость имеет большое значение в жизнедеятельности человека. Это внутреннее чувство удовлетворения, удовольствия и счастья. Если человек испытывает радость, то он справится с трудностями, достигает своих целей, чувствует уверенности. Радость облегчает повседневную жизнь. При радости у человека глаза блестят, при сильном смехе появляются слезы. Веселое настроение выражается в смехе, бесцельных движениях. Мы смеемся, прыгаем туда-сюда, поем, танцуем - все эти действия от радости.

Печаль - это тоже отрицательное эмоциональное состояние. Понятие печали считается противоположным радости <http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B0%D0%B4%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C>. ПЕЧАЛЬ - это чувство грусти, горя, уныние и скука. Это состояние и чувство грусти, которое испытывает каждый человек. Чаще всего ПЕЧАЛЬ возникает, когда заканчивается веселье, когда мы недовольны своей жизнью, когда у нас нет цели или расстраиваемся вообще без повода. Но реальная причина ПЕЧАЛИ в том, что нам хочется, чтобы нас пожалели и вновь вернули к состоянию радости, веселья и хорошего настроения. Когда человек умеет и может выразить свою печаль, то он от неё легко избавляется.

.2 Функции эмоций в жизнедеятельности человека

Для того, чтобы еще понять какую же роль эмоции играют в нашей жизни, необходимо рассмотреть основные функции эмоций. Психологи, отвечая на вопрос какую роль эмоции играют в жизнедеятельности человека, выделяли:

1. Коммуникативная функция

. Сигнальная функция

. Мотивационно-регулирующая функция

. Защитная функция

Коммуникативная функция. В современной жизни коммуникативная <http://www.psychologos.ru/%D0%9A%D0%BE%D0%BC%D0%BC%D1%83%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F> функция эмоций является одной из важнейших. Она заключается в том, что эмоции несут в себе информацию о психическом и физическом состоянии человека, и с их помощью люди могут общаться друг с другом, передавая друг другу важную для их жизни информацию. Благодаря эмоциям мы можем, не пользуясь речью, только наблюдая за изменениями эмоциональных состояний друг друга, судить о том, что происходит в психике.

Сигнальная функция заключается в том, что переживания возникают, когда в окружающей среде или в организме человека происходят изменения. Эмоциональные движения человека - мимика, жесты, пантомимика - выполняют функцию сигналов о том, в каком состоянии находится система потребностей человека. Когда в нашем организме всё в порядке, мы переживаем приятные эмоции. Если же в организме возникают какие-либо проблемы, то мы испытываем отрицательные эмоции.

Мотивационно - регулирующая функция проявляется в том, что эмоции участвуют в мотивации поведения человека, могут его направлять и регулировать. При неспособности человека эмоции подсказывают, как следует действовать, как ему найти быстрый и разумный выход из сложившегося положения, и, слушаясь им, то есть своей интуиции, человек часто находит правильный выход из определенной ситуации. Данная функция могут активизировать или тормозить деятельность человека. Эмоции, которые активизируют, называются стеническими, а те эмоции, которые её тормозят деятельность человека, астеническими.

Защитная функция заключается в том, что эмоция, возникая, как быстрая реакция организма, может предупреждать и защитить человека от угрожающих ему опасностей. Данная функция связана с возникновением страха. В своих работах Чарльз Дарвин, анализируя таких эмоций, как страх и гнев, показал, что страх психологически и физиологически быстро подготавливает организм к бегству от того, что ему угрожает, а гнев, со своей стороны, также выполняет защитную функцию, так как человек в состоянии гнева могут найти в себе дополнительные силы для того, чтобы устранить или уничтожить тот объект, который им в данный момент времени угрожает.

Заключение

Таким образом, можно сделать заключение, что эмоции - это психические явления, отражающие в форме непосредственного переживания, приятных или неприятных ощущений, отношения человека к людям и к себе. Это наши тревоги, радости, отчаяние и наслаждение. Они обеспечивают нам способность к переживанию и поддерживают интерес к жизни и к окружающей среде.

Эмоции и чувства играют очень важную роль в деятельности человека. Эмоции различным образом влияют в его жизни. Они необходимы для выживания и благополучия. Ничто так не выражает сущность человека и его отношение к окружающей среде, как его чувствования. Без эмоций мир был бы скучен, однообразен. Эмоции являются частью человеческой жизни. Радоваться, веселиться, любить - какое счастье для человека. Даже отрицательные эмоции, как грусть, печаль и горе важны для нас. Потому что они формируют в нём чувства сострадания, упорства, а также умение достигать цели и умение переживать. Не обладая всех этих эмоций, мы не были бы в полной мере людьми. Яркость и разнообразие эмоциональных отношений делают человека более интересным. Благодаря переживаниям мы познаём свои возможности, способности, достоинства и недостатки.

Я сделал вывод, что эмоции это корень всего нашего жизненного состояния, общения, развития и существования в этом мире, так как мы реагируем на мир через свои эмоции.

Список источников и литературы

1. Ильин Е.П. «Эмоции и чувства» 2008 год

2. Изард К. Э. <http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%98%D0%B7%D0%B0%D1%80%D0%B4,\_%D0%9A%D1%8D%D1%80%D1%80%D0%BE%D0%BB\_%D0%AD%D0%BB%D0%BB%D0%B8%D1%81&action=edit&redlink=1> Психология эмоций = The Psychology of Emotions - Питер <http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B8%D1%82%D0%B5%D1%80\_%28%D0%B8%D0%B7%D0%B4%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE%29>, 2007 <http://ru.wikipedia.org/wiki/2007>.

3. Зинченко В. П. <http://www.litmir.net/a/?id=34165> - Книга: "Большой психологический словарь" <http://www.litmir.net/bd/?b=118634>

. Пол Экман <http://bookap.info/author/740>, Уоллес Фризен <http://bookap.info/author/741> - «

Узнай лжеца по выражению лица» <http://bookap.info/bod/ekman\_uznay\_lzhetsa\_po\_vyrazheniyu\_litsa/>5. Р. Корсини, А. Ауэрбах - «Психологическая энциклопедия»

. Немов Р.С. Общая психология: Краткий курс. - СПб: Питер, 2006.

. Маклаков А. Общая психология. М., 2005.