Тема: Эмоционально-волевые процессы и психические состояния, темперамент и характер

План:

1. Понятие эмоций и чувств. Эмоциональные состояния личности.
2. Понятие воли. Структура волевого процесса.
3. Типы темперамента. Темперамент и деятельность.
4. Черты и структура характера. Акцентуация характера

1)

Чувства и эмоции – переживание человеком своего отношения к тому, что он делает или познает, к другим людям, к самому себе

Эмоции – более простое, непосредственное переживание в данный момент, связанное с удовлетворением или неудовлетворением потребностей. Эмоции связаны с первоначальным впечатлением.

Чувство – более сложное, чем эмоции, постоянное, устоявшееся отношение личности к тому, что она познает и делает. Чувства характеризуются устойчивостью и длительностью.

Чувства выражаются в эмоциях, но не всегда предметны, т.е. мы испытываем чувства …………………..

Источниками эмоций и чувств являются, с одной стороны, окружающая действительность, а с другой – наши потребности.

Главная функция – состоит в том, что благодаря им мы лучше понимаем друг друга, можем, не пользуясь речью, судить о состояниях друг друга и лучше настраиваться на совместную деятельность и обещание.

Виды чувств (по содержанию):

1. Моральные -проявляется отношение человека к поведению людей
2. Интеллектуальные – возникают в процессе умственной деятельности и связаны с познавательными процессами (отношение к своим мыслям)
3. Эстетические – понятие прекрасного

Чувства различают по скорости возникновения, силе, продолжительности.

По силе: стенические – повышают активность, энергию и вызывают подъем, возбуждение, бодрость; астенические – снижение активности, продуктивности (печаль, уныние, подавленность)

Виды эмоциональных состояний:

1. Настроение – эмоциональное состояние, отличающееся средней или слабой силой и значительной устойчивостью.
2. Воодушевление – своеобразное мобилизация всех лучших душевных сил человека, когда цель деятельность ясна и результаты ярко представляются
3. Страсть – длительное, устойчивое, характеризуется сильным эмоциональным накалом
4. Аффект – чрезвычайно сильное, быстрое возникновение, бурно протекающее
5. Фрустрация – напряжение, тревога, отчаяние, гнев, которые охватывают человека, когда на пути к достижению цели он встречается с неожиданными помехами, которые мешают удовлетворению потребности.
6. Стресс – состояние сильного и длительного напряжения, возникающее у человека при эмоциональной перегрузке нервной системы
7. Стрессоустойчивость – способность человека сохранять высокие показатели психологического функционирования при возрастающих стрессовых нагрузках

2)Воля

Воля – сознательное регулирование человеком своей деятельности и поведения, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий

Волевое усилие - особое состояние нервно-психического напряжения, мобилизация физических, моральных сил человека

Непроизвольные и произвольные действия

Структура волевого процесса:

1. Возникновение побуждения и постановка цели
2. Стадия обсуждения (осознание возможностей достижения цели) и борьба мотивов
3. Принятие решения
4. Исполнение принятого решения

Волевые качества: первичные, вторичные, третичные

3)

Темперамент – совокупность свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека, их силу, скорость возникновения, прекращение и изменение.