

МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧЕРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
"РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ТРАНСПОРТА"  
(РУТ(МИИТ))  
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

Презентация по теме:

# «Эмоции и чувства. Боязнь, фобия.»

Специальность: 34.02.01

Форма обучения: очная

Студентки: Алёхина Диана Андреевна

Курс II группа МСД-211

# Чувство

- **Чувство** - сложное и постоянное эмоциональное переживание личности, относительно устойчивое и длительное. Чувство включает в себя широкий спектр эмоций.

Переживания чувств свойственны исключительно людям, являются социально обусловленными. Чувство собственного достоинства, стыд и гордость способен переживать только человек.





# ЭМОЦИИ

- **Эмоция** – это более простая, субъективная реакция индивида на внешние и внутренние раздражители, связанная с удовлетворением или неудовлетворением той или иной потребности. Эмоции в отличие от чувств кратковременны, переживаются человеком «здесь и сейчас».

Первичное впечатление носит всегда эмоциональный характер, являясь реакцией на какой-либо раздражитель.



# Чем отличаются чувства от эмоций

Эмоции	Чувства
Проявляются в конкретных ситуациях, отражая отношение индивида к себе или окружению, не привязываясь к конкретным объектам	Возникают на основе простых эмоций
Врожденная спонтанная реакция на внешний раздражитель	Формируется в процессе приобретения жизненного опыта
Человек осознает причину возникновения эмоций	Практически невозможно оценить происхождение и степень полноты чувства
Кратковременны, быстро сменяют друг друга	Сохраняют актуальность на протяжении длительного периода времени
Одни и те же эмоции могут выражать абсолютно разные чувства	Не изменяются в зависимости от внешнего контекста



# Фобия или боязнь

Фобия (от греч. phobos — страх) — навязчивые неадекватные переживания страхов конкретного содержания, охватывающих субъекта в определенной (фобической) обстановке и сопровождающихся вегетативными дисфункциями.



Специфические фобии — это боязнь перед конкретными объектами. Чаще всего такими объектами становятся различные насекомые, пауки, змеи, животные или отдельные люди.

Но не всегда специфические фобии могут касаться только объектов: это может быть и некоторое действие или явление, связанное и риском для здоровья или жизни.

# Симптомы фобии:

- учащение сердечного ритма, сердцебиения;
- сбивчивое дыхание, одышка;
- дрожь в теле;
- повышенное потоотделение;
- сильное головокружение;
- тошнота и ощущение дискомфорта в области живота;
- желание укрыться, избежать ситуации;
- страх потерять контроль над собой.





# Помощь и поддержка

Для того чтобы выяснить проблему, нельзя стыдить человека за его страхи и трусость. В некоторых ситуациях, где возможен контакт с явлением или объектом фобии, необходимо поддержать человека и высказать свою уверенность в его смелости.

Здесь также будет уместен метод десенсибилизации, который основан на привыкании к объекту страха.





Спасибо за внимание!