

Эмоции и психические состояния

Баринов Иван 33гр



Эмоции – это процессы, отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека в форме переживаний. Служат для отражения субъективного отношения человека к самому себе и к окружающему миру.



Эмоции –
непосредственное
переживание в данный
момент.

ЭМОЦИИ

отрицательные

нейтральные

положительные



ЭМОЦИИ ЗАВИСЯТ ОТ:



Аффекты – это кратковременная, бурно протекающая эмоциональная реакция, носящая характер эмоционального взрыва.

Собственно эмоции - более длительные состояния, реакция не только на события совершившиеся, но и на вероятные или вспоминаемые.

- **Чувства** - ещё более, чем эмоции, устойчивые психические состояния, они выражают устойчивое отношение к каким-либо объектам (реальным или воображаемым).
- **Настроение** – это длительное эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение человека.



Эмоции



**Положительной
модальности** (маниакальное,
гипертимическое состояние)

**Отрицательной
модальности**
(депрессивное,
гипотимическое состояние)

Маниакальное состояние – постоянно радостное, приподнятое состояние, повышенная активность, возбуждение.

Гипертимическое состояние = эйфория (благодушие, беспечность, довольство, переживание тихой радости, снижение самокритичности).

Гипотимическое состояние - доминирует угнетенное, подавленное настроение :

Дистимия – это преходящее угнетенное настроение вследствие неудовлетворенности базисных биогенных, психогенных и социогенных потребностей.

Дисфория – пониженное настроение, раздражительность, недовольство окружающим, озлобленность, взрывчатость.

Эмоции проявляются:

1. В мимике (выразительные движения лица)
2. В пантомимике (выразительные движения всего тела – поза, жест)
3. В вокально-голосовой мимике (интонация, выразительные паузы, повышение или понижение голоса, смысловое ударение)

Психическое состояние – это временное своеобразие психической деятельности, определяемое ее содержанием и отношением человека к этому содержанию

Психические состояния могут быть:

```
graph TD; A[Психические состояния могут быть:] --> B[кратковременными]; B --> C[ситуативными]; C --> D[устойчивыми]; D --> E[личностными]
```

кратковременными

ситуативными

устойчивыми

личностными

Виды трудных психических

1. **Стресс** – неспецифическая генерализованная реакция организма в ответ на любое неблагоприятное воздействие окружающей среды на человека.
2. **Фрустрация** – психическое состояние острого переживания неудовлетворенной потребности.
3. **Тревожность** – психическое состояние эмоционального напряжения, настороженности, беспокойства, предчувствия неясной угрозы личности.
4. **Агрессивность** – свойство личности, заключающееся в готовности и предпочтении использования насильственных средств для реализации своих целей.
5. **Фобии** – навязчивые страхи.

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ**