ЭМОЦИЯ ЖӘНЕ СЕЗІМ

қажеттеріне туып отыратын қысқа ситуациялы көңіл күйі адам қуанғаннан, қамыққаннан көзіне жас алса не болмаса бір нәрсеге мәз болса, мұндай жағдайдың ұзаққа созылмайтыны белгілі.	қарым-қатынас жасау қажетінен туатын және біртіндеп дамып отыратын бір сыдырғы тұрақты процесс.
2. Эмоция мәнерлі қозғалыстардан көбірек байқалады. Мұнда адам өзін тек организм тұрғысынан көре алады.	2. Сезімдерде мәнерлі қозғалыстар жөнді байқалмайды. Тұрақты, терең әсерлі сезім жеке адам психологиясының басты белгілерінің бірі.
3. Эмоциялардың қызметін лимби жүйесі мен гипоталамус бөлігі басқарып отырады.	3. Сезім ми қабығының жұмысынан, атап айтқанда динамикалық стереотиптердің әркез жасалып өзгеріп отыруынан жақсы көрінеді.
4. Эмоциялар жануарларда да кездеседі. Жануарлар эмоциясы биологиялық сипаттағы реакциялардың жиынтығы.	4. Адамдардың эмоциялары мен сезімдері қоғамдық-тарихи сипатта болып отырады

Эмоция

Эмоция

***Эмоция** (фр. emotion, лат. enoveo – толғану) — адам мен жануарлардың сыртқы және ішкі тітіркендіргіштер әсеріне реакциясы; қоршаған ортамен қарым-қатынас негізінде пайда болатын көңіл-күй.*

Эмоция организмнің әр түрлі қажетсінулерге қанағаттануына (*ұнамды эмоция*) немесе қанағаттанбауына (*ұнамсыз эмоция*) байланысты. Адамның жоғары әлеуметтік қажетсінулері негізінде пайда болатын тұрақты змоция. Эмоция жоғары түрі адамның іс-әрекетінің өнімді болуына мүмкіндік туғызады. Оларға қуаныш, сүйіспеншілік және т.б. эмоциялар жатады. Жағымсыз эмоция адамның іс-әрекетіне азды-көпті зиян келтіреді. Оларға қорқыныш, қайғы, абыржу, үмітсіздену, үрейлену және т.с.с. эмоциялар жатады.

Эмоцияларды бірнеше топқа жіктеуге болады

Олардың бір тобы – жағымды не ұнамды эмоциялар деп аталады. Бұл адамның тіршілік қажетіне орайлас, оның ішкі өмірінің шарықтап, жан-жақты өсу шарттарының бірі болып табылады. Мысалы: қуаныш,

Эмоциялардың енді бір тобы жа□ымсыз не □намсыз эмоциялар делінеді. Б□лар – белсенді □рекетке азды-к□пті н□□сан келтіретін □ораш сезімдер. М□ндай эмоция□а □ор□ыныш, □ай□ы,

Шамадан тыс к□шті тітіркендіштер адамды к□бінесе □олайсыз эмоциялар ту□ызады. Кісі □дайы □инала беретін болса, оны□ ді□ кесі □□рып, берекесі кетеді. Адамны□ осылайша шамадан тыс зорлануын психологияда стресс («стресс» - а□л., □аз.

келесілерді жатқызуға болады:

- **жест** *(сөйлеу кезінде қолды қозғалту)*,
- **мимика** *(бет бұлшық еттерінің қозғалуы)*,
- **пантомимика** *(барлық дененің қозғалуы)*,
- **тілдің эмоционалды компоненттері** *(дауыс қаттылығы, тембр, сөйлеу кезіндегі*
- *интонация)*,
- **вегетативті өзгерулер** *(бетінің қызаруы, түссіздену, терлеу)*.

ГРУСТЬ
РАДОСТЬ
СТРАХ
СТЫД
ГНЕВ
СКУКА
ИНТЕРЕС
ОТВРАЩЕНИЕ
ВОСХИЩЕНИЕ
ОБИДА
УДИВЛЕНИЕ
УДОВОЛЬСТВИЕ
Подбери для каждой пиктограммы фотографию с соответствующей эмоцией

MyShared

Эмоциялық әрекет

- *Эмоциялық әрекет көрінісі аффект қысқа да қарқынды өтуімен ерекшеленеді. Бүл сезім құбылысы субъекті үшін өте қажетті болған өмір жағдайларының кенеттен өзгеріске түсуінен болады. Аффектте адамның қозғалыс әрекеттері ұстамсыз күйге келіп ішкі ағзалар қызметі күйзеліске ұшырайды : тілден қалады, жүрегі ұстайды, естен танады . Бұл қорыққаннан да, қатты қуанғаннан да болады .*

MyShared

Эмоция тудыратын стрестің пайда болу ағымындағ

биологиялық танымдықтың 3 буыны болатыны белгі

- Күйзеліс тудыратын бағалар; күйзелістің анық қаталдығы, онш үлкен мөлшерде болмағанымен проблема оны өз еліне, біліміне ж түсінігіне қарай бағалануында;

- Оқиғаның өзіне немесе оның бағасына деген физиологиял биохимиялық және биологиялық жауабы. Адренологиял биохимиялық әсер етеді;

- Алдағы уақытта күйзелісті болдырмайтын, оның неше түрлі себептерін жоюға арналған іс-әрекет (мінез-құлық)

жіктелуі

Эмоция бұзылыстары	
Продуктивті эмоциональды бұзылыстар.	Негативті эмоциональды бұзылыстар
Гипотимиялар	Эмоциональды резонанстың тарылуы Эмоциялардың салдануы Эмоциональды топастық
Гипертимиялар	Эмоциональды патологиялық инверсия
Паратимиялар	Эмоциональды нивелировка

Сезім жөнінде түсінік

- ***Сезім*** *- бұл адамның қоршаған болмыс заттары және құбылыстарымен қатынас жасауынан туындаған әрқилы формада көрініс беретінтолғаныс, күйзелістері.* Адам сезімі тіршілік үшін керекті де пайдалы қасиет. Толғаныссыз өмір - өшкен өмір. Ұлы ғұлама Ә. Науаи "Сезімсіз адам - кесек, махаббатсыз адам – есек", - деген екен. Көп сезімдерге адамның өзі құштар. Егер сол сезімдер қандай да себептермен болмай қалса, адам "эмоциялық ашырқауға" келіп, оның орнын толтыру үшін ән-күй тыңдайды, әсерлі фильмдер көріп не қым-қиғаш оқиғалы кітаптар оқиды.

- **Адамгершілік** – мазмұны да, құрылымы да күрделі. Достық, жолдастық, адалдық, ар-намыс, борыш, ұят т.б. жатады.

Эстетикалық – адамның шындықтағы қандай болмасын бір сұлулықты сезінуі. Бұл сезімдер – сұлу, сымбатты, өмірге үйлесімді, әдемі көріністерді тамашалау немесе табиғаттағы, көркем-өнердегі, өмірдегі шынайы, әсем нәрселерден ләззат алу

Интеллектік – адамның тану процестерімен, ақыл-ой әрекетімен тығыз байланыста. Оған: болжау, ықтималдық, жаңашылдық, интуиция, күдіктену, сенімділік және т.б. жатады.

Жоғары деңгейдегі сезімдер

Жоғары деңгейдегі сезімдер тек адамға ғана тән:

Ақыл-ой сезімі **адамның таным әрекетімен байланысты. Сезімнің бұл түрі - балалардың оқып білім алуға, ересектердің өз қызметіне, шығармашылық пен өнерге деген көңіл-күй қатынасы. Адамның шындықты тануға деген ақыл-ой сезімі ең алдыментаңданудан басталады.**

Эстетикалық сезім **- объектив шындықты бейнелеп, оның әсемдігі мен сұлулығын, жарасымдылығы мен сенім-ділігін қабылдап, оған әсерленудегі көңіл-күй. Әсемдіктіқабылдап, оған сүйсіну, ләззаттанып, рухани күшін арттыру сезімі - адамның өмір тіршілігінде біртіндеп қалыптасатын жағдай. Әсемдікті қабылдау туа пайда болмайды.**

Адамгершілік-моральдық сезімдер **қоғам талабына орай адамның өз мінезінің**

Сезімдер мен эмоциялардың бірнеше сапалық ерекшеліктері бар. Олардың сапасын көрсететін осындай ерекшеліктерінің бірін қарама-қарсы, полярлық сапалықтар деп атайды. Мысалы: сүйсіну-сүйсінбеу, көңілдену-ажу, шаттық-уайым. Осы секілді сапалар өзара полюске ажырасып, біріне-бірі қарама-қарсы мағынада болады.

Назарларынызга Рахмет!