

---

---

которое связывают с некоторыми биохимическими изменениями в головном мозге. Оно может не доставлять сильных неприятных эмоций, вызвав лишь кратковременное эмоциональное напряжение. Напротив, может преследовать человека и мешать его повседневной деятельности. То, что лежит за гранью человеческого понимания, всегда пугает нас. Кто знает, возможно, собственный организм предупреждает нас или напоминает нам о каких-либо изменениях в работе мозга [1].

#### **Список использованной литературы:**

1. Берн Э. Введение в психиатрию и психоанализ для непосвященных. – М: ЭКСМО, 2003.
2. Крутецкий В.А. Психология. – Москва: Просвещение, 1986.
3. Крылов А.А. Психология. - М.: Проспект, 2007.
4. Немов Р.С. Психология. – Москва: Просвещение, 2006.

## **ЭМОЦИИ**

*К.В.Белова, студентка 1 курса факультета ветеринарной медицины  
Научный руководитель – к.б.н., доцент Е.В. Спирина  
Ульяновская ГСХА*

**Эмоция** (от фр. emotion - чувство) - психический процесс импульсивной регуляции поведения, основанный на чувственном отражении потребностной значимости внешних воздействий, их благоприятности или вредности для жизнедеятельности индивида [2].

Эмоции возникли как приспособительный «продукт» эволюции, биологически обобщенные способы поведения организмов в типичных ситуациях. Именно благодаря эмоциям организм оказывается чрезвычайно выгодно приспособлен к окружающим условиям, поскольку он, даже не определяя форму, тип, механизм и другие параметры воздействия, может со спасительной быстротой отреагировать на него определенным эмоциональным состоянием, то есть определить, полезно или вредно для него данное конкретное воздействие.

Эмоции двувалентны - они или положительны, или отрицательны - объекты или удовлетворяют, или не удовлетворяют соответствующую потребность. Отдельные жизненно важные свойства предметов и ситуаций, вызывая эмоции, настраивают организм на соответствующее поведение. Эмоции - механизм непосредственной экстренной оценки уровня благополучности взаимодействия организмов со средой. Уже элементарный эмоциональный тон ощущения, приятные или малоприятные простейшие химические или физические воздействия придают соответствующее своеобразие жизнедеятельности организма. Но и в самые трудные, роковые мгновения нашей жизни, в критических обстоятельствах эмоции выступают как основная поведенческая сила. Будучи непосредственно связанными с эндокринно-вегетативной системой, эмоции экстренно включают энергетические механизмы поведения. Эмоции

---

являются внутренним организатором процессов, которые регулируют внешнее поведение индивида в напряженных ситуациях.

Во множестве эмоциональных проявлений выделяются четыре исходные эмоции: радость (удовольствие), страх, гнев и удивление. Большинство же эмоций имеет смешанный характер, так как они обуславливаются иерархически организованной системой потребностей. Наряду с этим одна и та же потребность в различных ситуациях может вызвать различные эмоции.

Различают натуры эмоциональные, сентиментальные, страстные и фригидные (холодные).

*Люди эмоционального типа* легко возбудимы, эмоционально впечатлительны, импульсивны. Свои поступки они глубоко переживают, часто раскаиваются. Но в будущем вновь допускают импульсивные срывы.

*Люди сентиментального типа* склонны к самосозерцанию. На весь мир они смотрят сквозь призму своих эмоциональных состояний. Это чувствительно-пассивные типы. Они могут грешить, проливая слезы. Их чувства направлены на самих себя. Им присуще самолюбование своими чувствами. Они живут в мире эмоций, не связанных с поведенческой активностью.

*Страстные натуры* эмоционально стремительны, высокодейственны, упорны в достижении целей. Они живут напряженной, эмоционально насыщенной жизнью, у них постоянно имеется предмет страсти. Бурную энергию они тратят в полной мере. Предметы же их страстей могут быть значимыми, достойными или незначительными и даже вредными.

*Эмоционально-фригидные типы* - люди холодного рассудка. Их эмоциональные проявления минимальны, они не способны проникаться эмоциональным состоянием других людей, предвидеть их возможные эмоциональные реакции в тех или иных ситуациях. Они лишены чувства сопереживания. Эмоциональность личности связана с ее нравственным, духовным потенциалом. В наслаждении и страданиях человека проявляется вся его личностная структура.

Однако и владение эмоциями - одно из достоинств человека. Владеть своими эмоциями - не значит быть бесчувственным, это означает управление эмоциональными реакциями. Неприятности стойко переносятся теми, кто не допускает при этом внешних проявлений. Не очень храбрый человек, вставший в гордую позу и с воинственным видом принявший вызов противника, - уже победитель своей робости. Смелый человек не лишен чувства страха - он одарен властью над страхом. Владение своими чувствами - не подавление, а включение их в сложную систему эмоционально-волевой регуляции, придание им целесообразной направленности [1-3].

Список использованной литературы

1. Анохин П.К. Эмоции и эмоциональные расстройства. – М.: Москва, 1966. – 420 с.
2. Еникеев А.В. Общая психология: учебник для вузов. – М.: Приор, 2000. – 400 с.
3. Павлов И.П. Полное собрание сочинений. Т3 – М.: Москва, 1973. – 450 с.