

# Природно-типологична основа на личността

Видове емоционални състояния. Проява на  
чувствата.  
Функции на емоционалната сфера.

*Доц. С. Цветкова, д.пс*


# Видове емоционални състояния

- ▶ Съществуват две основни групи емоции:  
*положителни* (радост, удоволствие, интерес и др.)  
и *отрицателни* (гняв, тъга, страх и др.). Могат да се класифицират по съдържание: *прости* (гняв, страх, ревност, завист, радост и т.н.) и *сложни* (морални, естетически, патриотизъм, любов към родината и др.).

- ▶ По формата на протичане биват:  
*чувствен тон, настроение, афект,  
стрес, фрустрация, страст, висши  
чувства.*

*Настроението* е резултат от  
влиянието на чувства, които  
образуват единен (общ) емоционален  
фон (психическо състояние)

▶ *Афект* – (душевно вълнение) е силно емоционално състояние, свързано с резки изменения на важни за човека жизнени обстоятелства, съпроводени от изразени двигателни и вътрешни реакции на организма.

- ▶ ***Стресът*** (натиск, напрежение) е емоционално състояние, възникващо под влияние на екстремални обстоятелства. Понятието е въведено от Г. Селие.
  - ▶ ***Фрустрацията*** (лъжа, разстройство, разрушаване на плановете) е състояние, предизвикано от появата на обективно (или субективно определени като такива) непреодолими трудности по пътя на постигане на приета от индивида цел.
- 

▶ Отнесени към дейността на човека и влиянието, което оказват, емоциите биват *стенични* и *астенични*.

**Стеничните** стимулират дейността, увеличават енергията, подбуждат.

**Астеничните** – предизвикват скованост, пасивност, затвореност в себе си. Едни и същи емоции по различен се проявяват и въздействат при отделните хора – имат изразен субективен характер.

- ▶ За емоционалните състояния на хората съдим преди всичко от изражението на лицето, очите, движенията, жестовете, мимиката, походката, интонацията и тембъра на гласа и др. Съществуват доказателства за вродения характер на проявата на някои емоции – напр. повдигане на веждите при учудване.

- ▶ Изразът на чувствата е специфично-индивидуален, има социална, професионална, полова и възрастова определеност.
- ▶ Индивидуалните различия в емоционалните прояви се свързват с особеностите на висшата нервна дейност – степен и сила на емоционална възбудимост, устойчивост на емоционалните състояния.



▶ Индивид с висока степен на емоционална възбудимост обичайно проявява характеристики като впечатлителност, емоционално реагира при незначителни поводи, може лесно да се учудва, удивява, зарадва, разгневи или обиди. “Хладният” човек често е безразличен към случващото се около него, скептично се отнася към промените в ежедневието и живота, често е акуратен, принципен и педантичен е в работата си.

- ▶ Съществуват различия и по отношение на дълбочината и устойчивостта на чувствата.

Индивидите с висока устойчивост на емоционалните състояния се характеризират с постоянство в настроението, чувствата са дълбоки и оставят трайни следи.

Различия се наблюдават и относно характера на проява на чувствата.

- ▶ **Функции на емоционалната сфера**
- ***Отразителна функция*** (оценъчна) – човек посредством емоционалната сфера отразява реални събития, явления и взаимодействия.
- Чувствата изпълняват и ***прединформационна, сигнална*** функция – възникване на преживявания, произтичащи от човешките потребности относно предстоящи препятствия по пътя на удовлетворяването им.

- ▶ ***Информационна функция*** – чувствата ориентират човек в актуалната ситуация за важността и значимостта на определени важни обстоятелства или за предпазване.
- ▶ ***Стимулираща***. Чувствата и емоциите подтикват човека към действие.
- ▶ ***Регулираща*** – емоционалната сфера често се явява коректив на поведението и дейността.
- ▶ ***Приспособителна функция*** – отразяват по различен начин средовите въздействия и служат за адаптиране към тези въздействия

- ▶ **Комуникативна функция** – чрез мимиката, жестовете, позата, израза на погледа и др.
- ▶ **Функция на въздействие върху околните** – чувствата са свързани със съдържателна страна в общуването с околните.
- ▶ **Защитна функция** – емоциите и чувствата могат да изпълняват предохранителна функция относно различни неблагоприятни въздействия на средата.