

Емоційно-вольові психічні процеси. Рівня емоційної зрілості. Визначення рівня локус контролю особистості.





Характеристика емоцій, види емоційних станів

Світ психічних явищ включає не тільки пізнавальні, а й емоційні і вольові процеси, які роблять його більш насиченим і різноманітним.

Емоції відіграють надзвичайно важливу роль в житті людей. Сьогодні ніхто не заперечує зв'язок емоцій з особливостями життєдіяльності організму.

Емоції - суб'єктивні переживання нею ставлення до предметів, явищ, подій і іншим людям.

Під впливом емоцій змінюється діяльність органів кровообігу, дихання, травлення, залоз внутрішньої секреції. Зайва інтенсивність і тривалість переживань може викликати порушення в організмі.



Види емоційних станів

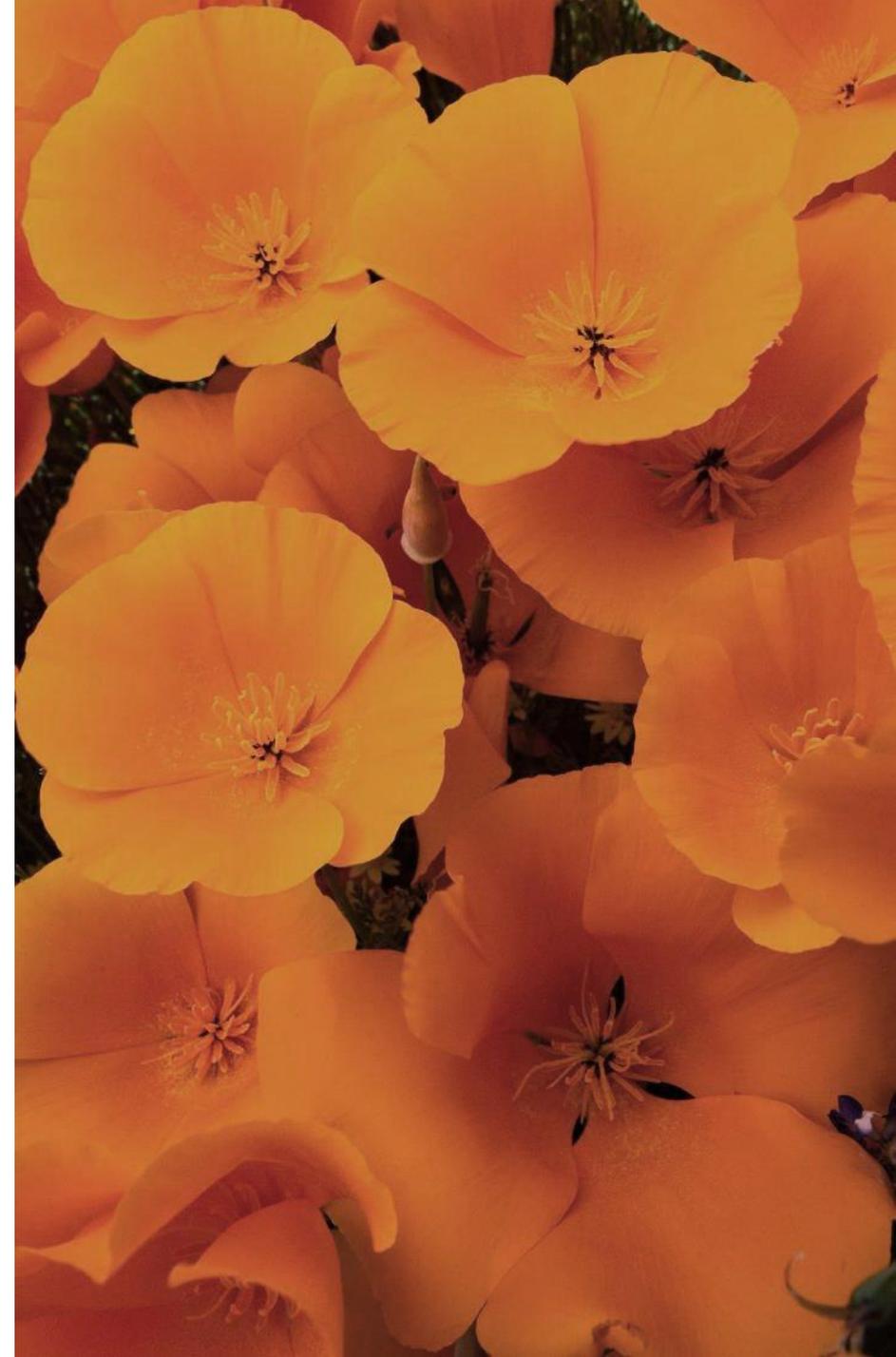
Види емоційних станів

- Настрій - загальний емоційний стан незначної інтенсивності протягом тривалого часу людини. Це відносно слабо виражена, але тривалий час існуюча емоція. У кожен момент часу людина перебуває під владою певного настрою.
- На настрій людини може вплинути: фізичний стан, якийсь повідомлення, випадково кинуте слово.
- Однак такий стан людини впливає не все підряд, а лише те, що якимось пов'язано з його актуальними інтересами і потребами.
- Афекти - переживання великої сили, з коротким періодом протікання. Вони характеризуються значними змінами в свідомості, порушеннями вольового контролю.



Особливості афектів:

1. Бурхливий зовнішній прояв емоційного переживання. Під час афекту людина може не помічати оточуючих, не віддавати собі звіту в події, що відбуваються і в своїх власних вчинках. Порушення охоплює підкіркові центри, які, будучи звільнені в даний момент від стримуючого і контролюючого впливу всієї кори, викликає яскравий зовнішній прояв пережитого емоційного стану.
2. Короткочасне емоційне переживання. Афект, будучи інтенсивним процесом, не може тривати довго і дуже швидко себе зживає.
3. Відома беззвітність емоційного переживання. Вона буває більшою або меншою в залежності від сили афекту і виражається в зниженні свідомого контролю за своїми діями. У стані афекту людина іноді зовсім не розуміє, що вона робить, не в змозі керувати своїми вчинками, не здатна тримати себе в руках, повністю захоплена емоційним переживанням і в той же час слабо усвідомлює його характер і значення.





Функції емоцій

Контроль емоцій

Мотиваційно-регулююча функція



полягає в тому, що емоції беруть участь у мотивації поведінки людини, можуть його спонукати, спрямовувати, регулювати. Мотиваційно-регулююча функція емоцій також проявляється в тому, що вони можуть активізувати або гальмувати діяльність людини. Стенічні почуття - почуття, що активізують діяльність людини. Астенічні почуття - почуття, що викликають пасивність.

Комунікативна функція



полягає в тому, що емоції, точніше, способи їх зовнішнього вираження, несуть в собі інформацію про психічний і фізичний стан людини, і, отже, за допомогою емоцій люди можуть обмінюватися суттєвою інформацією один з одним. Завдяки емоціям ми краще розуміємо один одного, можемо, не користуючись промовою, тільки спостерігаючи за змінами емоційних станів один одного, судити про те, що відбувається в психіці.

Сигнальна функція



виникає і змінюється в зв'язку зі змінами в середовищі або в організмі людини. Емоційно-виразні рухи людини - міміка, жести, - виконують функцію сигналів про те, в якому стані знаходиться система потреб людини. Якщо з нею все в порядку, якщо процес задоволення життєво важливих потреб йде нормально, то людина переживає позитивні емоції. Якщо ж в цьому процесі виникають збої і якісь проблеми, то людина буде переживати негативні емоції.

Емоція може захистити людину від загрозових йому небезпек. Страх, гнів - сприяє уникненню шкідливих впливів, готують організм до втечі від того, що йому загрожує.

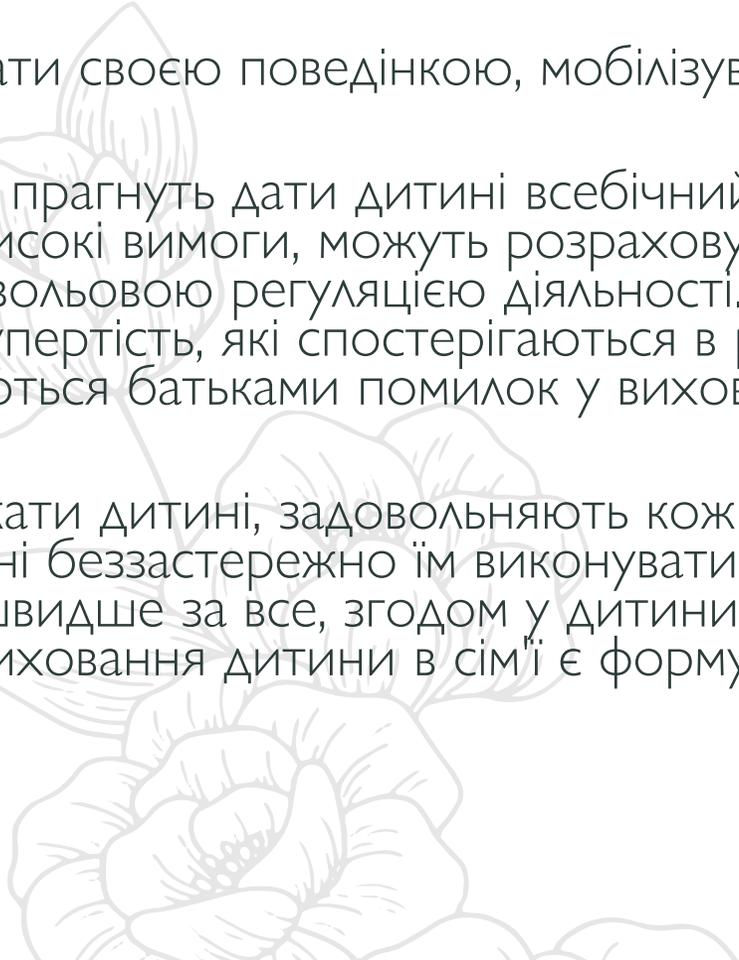
Захисна функція



ВОЛЬОВІ ПРОЦЕСИ

Основні шляхи формування волі



- Воля - здатність людини свідомо керувати своєю поведінкою, мобілізувати свої сили на досягнення поставлених цілей.
 - Дослідження показують, що батьки, які прагнуть дати дитині всебічний розвиток і при цьому пред'являють до нього досить високі вимоги, можуть розраховувати на те, що у дитини не буде серйозних проблем з вольовою регуляцією діяльності. Такі недоліки вольової поведінки дітей, як капризи і упертість, які спостерігаються в ранньому дитинстві, відбуваються через здійснюються батьками помилок у вихованні волі дитини.
 - Якщо батьки в усьому прагнуть догоджати дитині, задовольняють кожне його бажання, не пред'являють йому вимог, які повинні беззастережно їм виконуватися, що не привчають його стримувати себе, то, швидше за все, згодом у дитини недостатність вольового акту. Необхідною умовою виховання дитини в сім'ї є формування у нього свідомої дисципліни.
- 

Вольові якості:

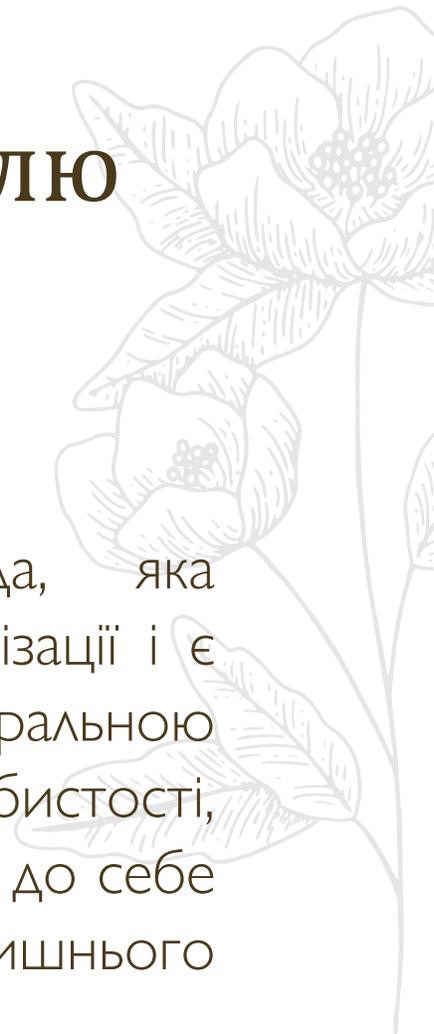
1. сила волі - здатність долати значні труднощі, що виникають на шляху до досягнення поставленої мети. Чим серйозніше перешкода, яку долають на шляху до поставленої мети, тим сильніше воля.
2. цілеспрямованість (наполегливість) - свідомо і активна спрямованість особистості на досягнення певного результату діяльності. Від наполегливості прийнято відрізняти впертість. Упертість - негативна якість.
3. ініціативність - здатність робити спроби до реалізації виникли у людини ідей. Самостійність - характеристика волі, пов'язана з ініціативністю. Самостійність проявляється в здатності свідомо приймати рішення, в умінні не піддаватися впливу різних чинників, що перешкоджають досягненню поставленої мети.
4. рішучість - відсутність зайвих вагань і сумнівів при боротьбі мотивів, в своєчасному і швидкому прийнятті рішень. Від рішучості слід відрізняти імпульсивність - квалітивність у прийнятті рішень, необдуманість вчинків.
5. послідовність - всі здійснювані людиною вчинки витікають з єдиного керівного принципу, якому людина підпорядковує все другорядне і побічне. Послідовність тісним чином пов'язана з самооцінкою і самоконтролем.



Локус контролю



стійка властивість індивіда, яка формується при його соціалізації і є важливою інтегральною характеристикою особистості, показником зв'язку ставлення до себе зі ставленням до довколишнього світу.



Локус контролю є глибинним, стійким елементом структури саморегуляції особистості, що безпосередньо впливає на конструктивність її соціальної поведінки. Локус контролю є одним з найважливіших механізмів, які визначають здатність і вміння людини долати життєві труднощі, забезпечуючи тим самим можливість її саморозвитку та самореалізації.

- Приписування відповідальності за результати діяльності зовнішнім силам притаманне людям з екстернальним, зовнішнім локусом контролю, що відповідає пошуку причин поведінки ззовні та середовища. Приписування відповідальності за результати діяльності власним здібностям та зусиллям свідчить про те, що в даній особі переважає інтернальний, внутрішній локус контролю, що відповідає пошуку причин поведінки в собі. Локус контролю не визначає реальність контролю зовнішніми чи внутрішніми причинами, а лише суб'єктивне його сприйняття. Інтернальність або екстернальність – це не часткова особистісна риса, а певний особистісний паттерн, цілісна особистісна комбінація.

Спасибо

Мария Анисимова
maria@contoso.com
www.contoso.com

