

Тема 1.4. Эмоционально-волевая сфера личности человека

Контроль эмоций в деятельности человека

План

1. Общая характеристика эмоций.
2. Психологическая характеристика аффектов.
3. Настроение как вид эмоционального состояния.
4. Классификация эмоций.
5. Роль и функции эмоций в деятельности и поведении человека.
6. Изменение эмоционально - волевой сферы у инвалидов и лиц пожилого возраста
7. Расстройство эмоций.
8. Депрессивный синдром.
9. Маниакальный синдром.
10. Дисфория.

Лит.: Изард К.Э. – «Психология эмоций»

Маклаков А.Г. – «Общая психология» **Задания ниже по этой книге**

1. Общая характеристика эмоций

Эмоции (в переводе - волну, потрясаю) – это психологический процесс субъективного отражения наиболее общего отношения человека к предметам и явлениям действительности, к другим людям, самому себе относительно удовлетворения или неудовлетворения его потребностей, целей и намерений.

Эмоции являются одной из форм отражения сознанием реального мира. Однако эмоции отражают предметы и явления не сами по себе, а в их отношении к субъекту, их значимости. *Эмоции обусловлены с одной стороны внутренними потребностями и мотивами, а с другой – особенностями внешней ситуации.*

Свойства эмоций

Субъективный характер эмоций (одно и то же событие у разных людей вызывает разные эмоции).

Полярность эмоций (эмоции обладают положительным и отрицательным знаками: удовлетворение – неудовлетворение, грусть – веселье...).

Фазность эмоционального характера эмоции в их динамике с количественной стороны. В пределах одного и того же эмоционального состояния (одной модальности) отчетливо обнаруживаются колебания его интенсивности по типу напряжения – разрядки и возбуждения – успокоения.

Классификация эмоций

В эмоциональной сфере выделяют 5 групп эмоционального переживания: аффекты, собственно эмоции, чувства, настроение, стресс.

Аффект – сильная, бурная, но относительно кратковременная эмоциональная реакция на внешний стимул, который полностью захватывает психику человека (ярость, гнев, ужас и др.).

Эмоции – это непосредственное, временное эмоциональное переживание какого-либо отношения человека к различным внешним или внутренним событиям.

Эмоция возникает как реакция на ситуацию, в отличие от аффекта она более длительна и менее интенсивна, это душевное волнение. Эмоция как реакция возникает не только на события реальные, но и на вероятные или вспоминаемые. Эмоции более смещены к началу действия и предвосхищают его результат. Все эмоции можно классифицировать по модальности, то есть качеству переживания.

Чувства (высшие эмоции) – особые психол. состояния, проявляющиеся социально обусловленными переживаниями, которые выражают длительное и устойчивое эмоциональное отношение человека к реальным и воображаемым объектам. Их часто называют вторичными эмоциями, так как они сформировались как своеобразное обобщение соответствующих простых эмоций. Чувства всегда предметны. Поэтому их часто классифицируют в зависимости от предметной сферы:

Моральные (нравственно-этические).

Интеллектуальные, практические.

2. Психологическая характеристика аффектов

Закон возникновения аффекта – чем мощнее исходный мотивационный стимул поведения, чем больше усилий пришлось затратить на то, чтобы его реализовать, и чем меньше полученный результат, тем сильнее возникающий аффект.

Предпосылка возникновения аффекта – неуравновешенность нервной системы (холерики).

Признаки аффекта:

- *интенсивность эмоций*
- *внезапность возникновения*
- *бурность, яркость, острота*
- *кратковременность протекания*
- *глубокая захваченность психики и организма*
- *качественное изменение сознания*

1 – сужение сознания - человек не может думать ни о чём, кроме того, что вызывает аффективное состояние. путём волевых усилий аффект может быть предотвращён

2 – нарушение сознания – потеря волевого контроля за своим поведением

3 – аффективный шок – вплоть до потери сознания. Может быть полная апатия, упадок сил, сонливость, ступор.

Влияние аффекта на поведение и деятельность – резко повышается эффективность выполнения тяжёлой физической деятельности, но есть дезорганизирующее влияние на последовательность и качество выполнения. В аффекте резко изменяются параметры внимания: снижается его переключаемость, нарушается концентрация.

Виды аффекта:

- 1. физиологический*
- 2. патологический – человек становится очень грубым, агрессивным и оказывается способным на жестокие действия. Аффективный шок может сопровождаться амнезией.*

Управление аффективным состоянием:

- 1. подавить зарождающуюся эмоцию на корню*
- 2. двигательная разрядка*

3. Настроение как вид эмоционального состояния.

В системе эмоциональных переживаний настроение занимает особое место, так как окрашивает всю деятельность человека, все его мировосприятие и влияет на оценку окружающего.

Настроение в психологии определяется как общее эмоциональное состояние человека, которое не связано с конкретным предметом или ситуацией. Точнее, наше настроение может измениться под влиянием какого-то обстоятельства или события. Но это только толчок, внешний стимул. Объект, испортивший нам настроение, давно исчез из поля нашего зрения, а вот плохое настроение осталось, и будет еще долго отравлять жизнь нам и нашим близким.

Выделяют 3 основные черты, отличающие настроение от других эмоциональных состояний:

Настроение не предметно, а личностно. Его характеристики и устойчивость в большей степени зависят от самого человека, его индивидуально-психологических особенностей, физического состояния, опыта, мировосприятия и т. д.

Настроение – это обобщенное эмоциональное состояние, не связанное с какой-то ситуацией. Оно проявляется во всех сферах жизни и влияет и на наше общение, и на профессиональную деятельность, и на отношение к действительности в целом.

Настроение многообразно и многопланово. Это сложный сплав, своеобразный микс эмоциональных переживаний. Его трудно бывает диагностировать и описать даже самому индивиду. Настроение неоднозначно, оно может сочетать в себе и положительные, и отрицательные эмоции, радость и грусть, умиротворение и нетерпение, раздражение и наслаждение.

Известный российский психолог С. Л. Рубинштейн, подчеркивая неопределенность настроения, называл его «расплывчатым» и «переливчато-многообразным».

4. Классификация эмоций

По знаку:

Эмоции делятся на положительные и отрицательные. Примером первых является *радость и интерес*, примером вторых – *страх, гнев, ярость*.

По интенсивности и длительности:

Настроение – устойчивое эмоциональное состояние человека, окрашивающее в течение некоторого времени все его переживания. В отличие от чувств настроения не имеют явной направленности на какой-то объект.

Эмоция (в узком смысле слова) - переживание, возникающее у человека в ходе удовлетворения актуальной потребности.

Чувство - высшая, культурно обусловленная эмоция человека, связанная с определенным объектом. Чувство играет мотивирующую роль, направляя активность человека в определенном направлении.

Высшие чувства человека принято делить:

Интеллектуальные чувства — чувства, связанные с познавательной деятельностью человека. Они возникают в процессе учебной и научной работы, а также творческой деятельности в различных видах искусства, науки и техники.

Нравственные чувства — чувства, в которых отражается отношение человека к требованиям общественной морали. Они связаны с мировоззрением человека, его мыслями, идеями, принципами и традициями (чувство долга, патриотизма, любви к Родине).

Эстетические чувства — это чувства, возникающие у человека в связи с удовлетворением или неудовлетворением его эстетических потребностей. К ним относятся чувства прекрасного и безобразного, возвышенного и низменного и т. д.

Страсть - чисто человеческое эмоциональное состояние. Это сплав эмоций, мотивов и чувств, сконцентрированных вокруг определенного вида деятельности или предмета.

Аффект – интенсивная, но кратковременная эмоциональная вспышка, захватывающая всю психику человека. Аффект приводит к утрате человеком чувства реальности, навязывая ему необходимость выполнения определенных действий, что сопровождается видимыми изменениями в его поведении. Чаще всего это негативные состояния, которые приводят к бурной эмоциональной разрядке и влекут за собой ощущение усталости, подавленности, депрессии.

По степени мобилизации организма:

Эмоции по воздействию на организм делят на стенические, которые активизируют организм и поднимают настроение (гнев, ярость, восторг), и астенические (тоска, печаль, грусть, стыд), расслабляющие человека и подавляющие активность организма.

По специфическому содержанию (модальности):

Радость – положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность. В ее основе лежит переживание чувственного удовольствия. У человека радость – социальное чувство, проявлением которого является улыбка. Эмоция радости важна для психического и соматического здоровья человека.

Удивление – не имеющее четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства. Оно вызывается резким изменением обстановки и может вызывать последующие позитивные эмоции – если обстоятельства оказались благоприятны, или негативные.

Страдание – отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей.

Печаль – негативная эмоция, связанная с переживанием негативного факта (смерть, разлука, разочарование).

Гнев – отрицательное эмоциональное состояние, отрицательное по знаку, как правило, протекающее в форме аффекта, и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения важных для субъекта потребностей.

Отвращение – отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами, соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта.

Презрение – отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождается рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта чувства.

Страх – отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности.

Страх отличается от тревоги. Особую группу составляют социальные страхи, мешающие человеку нормально адаптироваться в обществе.

Стыд – отрицательное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.

5. Роль и функции эмоций в деятельности и поведении человека

Функция эмоций — это узкое природное предназначение, работа, выполняемая эмоциями в организме, а их роль (обобщенное значение) - это характер и степень участия эмоций в чем-либо, определяемая их функциями, или же их влияние на что-то помимо их природного предназначения (т. е. вторичный продукт их функционирования).

Роль эмоций для животных и человека может быть положительной и отрицательной. Функция эмоций, исходя из их целесообразности, предопределена природой быть только положительной, иначе, зачем бы они появились и закрепились? Можно возразить, что эмоции могут оказывать на организм и разрушительное воздействие. Но это связано с чрезмерно выраженными сопутствующими эмоциям физиологическими изменениями в организме, связанными не с качеством регулирования (эмоциональным), а с его интенсивностью. Это роль эмоций, а не их функция. Витамины и соль полезны для организма, но их избыточный прием может привести к заболеванию или отравлению. Так и с эмоциями. Выполняя свои биологические функции, эмоции «не спрашивают» человека, полезно ему это или вредно с его точки зрения. Роль же эмоций оценивается именно с личностных позиций: мешает возникшая эмоция или ее отсутствие достижению цели, нарушает или нет здоровье человека и т. д.

Различия между функцией и ролью отчетливо можно проиллюстрировать на двигательном аппарате, функцией которого является перемещение человека и животных в пространстве, а роль этого перемещения определяется познанием окружения, приближением к источнику питания и овладением им и т. д., т. е. тем, что человек или животное приобретает в процессе выполнения двигательным аппаратом своей функции.

РОЛЬ:

Роль эмоций в управлении поведением и деятельностью:

• *Отражательно-оценочная роль эмоций.* Эта роль эмоций проявляется за счет субъективного компонента эмоционального реагирования (переживания) на начальном этапе произвольного управления (при

возникновении потребности и развертывании на ее основе мотивационного процесса) и на конечном этапе (при оценке достигнутого результата: удовлетворении потребности, реализации намерения).

• *Побудительная роль эмоций.* По мнению С. Л. Рубинштейна, «...эмоция в себе самой включает влечение, желание, стремление, направленное к предмету или от него, так же как влечение, желание, стремление всегда более или менее эмоционально»

• *Мотивационная роль эмоций.* Эмоции играют заметную роль на всех этапах мотивационного процесса: при оценке значимости внешнего раздражителя, при сигнализации о возникшей потребности и оценке ее значимости, при прогнозировании возможности удовлетворения потребности, при выборе цели.

• *Активационно-энергетическая роль эмоций.* Влияние эмоций на физические возможности человека и животных было известно давно. Еще Б. Спиноза писал, что эмоции увеличивают или уменьшают «способность тела к действию».

• *Деструктивная роль эмоций.* Эмоции могут играть в жизни человека не только положительную, но и отрицательную (разрушительную) роль. Они могут приводить к дезорганизации поведения и деятельности человека. Во многих случаях дезорганизующая роль эмоций, очевидно, связана не столько с их модальностью, сколько с силой эмоционального возбуждения. Здесь проявляется «закон силы» И. П. Павлова (при очень сильных раздражителях возбуждение переходит в запредельное торможение).

Коммуникативная роль эмоций. Роль эмоций в когнитивных процессах:

Коммуникативная роль эмоций заключается в том, что с их помощью люди могут общаться друг с другом, передавая друг другу важную для их жизни информацию. Правильнее было бы говорить, что не сами эмоции как внутренние переживания человека реализуют данную роль, а сопровождающие эмоции телодвижения и телесные изменения. В число этих телесных изменений входят жесты, мимика, пантомимика, модуляции голоса, покраснение, побледнение, высыхание или увлажнение кожи и другое. Мимические и пантомимические движения позволяют человеку передавать свои переживания другим людям, информировать их о своем отношении к явлениям, объектам и т.д.

Эмоциональные реакции, состояния и отношения могут оказывать влияние на протекание познавательных психических процессов.

Ощущения. Люди, находящиеся в состоянии выраженной депрессии, описывают свои ощущения как притупленные, неяркие, невыразительные: все вокруг как бы окрашивается в оттенки серого цвета, другие цвета становятся бледными, неинтересными, пища кажется безвкусной, пресной

или одинаковой на вкус, звуки становятся или приглушенными или чрезмерно громкими, тело наливается непривычной тяжестью, так что каждое движение вызывает чувство дискомфорта. *В приподнятом настроении человек, наоборот, ощущает необычайную легкость, все вокруг окрашивается в сочные цвета, все вызывает интерес и желание действовать, пища приобретает все оттенки вкуса.* Известно, что страх повышает болевую чувствительность, а гнев или азарт — понижает, например, во время упоения боем человек может не чувствовать значительных повреждений.

Восприятие. Сильные эмоциональные реакции могут существенно влиять на точность и содержание восприятия. Искажения эти могут быть настолько серьезными, что разные люди, бывшие свидетелями сцен с сильным эмоциональным воздействием, могут совершенно по-разному описывать произошедшее. Это обстоятельство хорошо известно следователям по уголовным делам. Эмоциональные состояния оказывают влияние на избирательно негативные стороны жизни, что может служить диагностическим признаком — больше например, в подавленном состоянии человек обращает внимание на плохое, тем больше оснований для суждения о его сниженном настроении. Влияние эмоционального отношения на восприятие известно всем: когда что-то или кто-то очень нравится, недостатки и изъяны не замечаются, человек их буквально «не видит» и искренне считает, что другие его просто дурачат или завидуют ему.

Мышление. Эмоциональные реакции могут оказывать существенное влияние на процессы мышления. Сильный страх приводит к путанице в мыслях, человек не в состоянии контролировать ход мыслей, допускает множество ошибок, не может выполнить простейших задач. Радость, чувство эмоционального подъема в определенных пределах, наоборот, способствует продуктивности мышления, у человека рождаются новые идеи и решения, его мышление становится свободным, нетривиальным. Эмоциональные состояния оказывают влияние не только на продуктивность, но и на динамику и содержание мышления. В подавленном состоянии мышление замедляется, становится тугоподвижным, неповоротливым, в содержании преобладают темы неудачи, поражения, невозможности решения проблем. В приподнятом эмоциональном состоянии темп мышления ускоряется, появляется ориентация на дело и достижения. Эмоциональные отношения также влияют на процесс мышления. Это можно подтвердить тривиальными примерами вдохновения, вызванного чувством любви, или

фиксации мышления на одной тематике при переживании ревности или ненависти и т.д.

Память. Лучшее запоминается и дольше хранится в памяти эмоционально окрашенный материал — тексты, события, сцены, сами по себе переживания. Материал, не вызывающий эмоционального отклика, интереса, требует для его запоминания большего количества повторений, что находит свое отражение в так называемой «зубрежке». Кроме того, он и сохраняется хуже.

ФУНКЦИИ:

Функция оценки значимости для субъекта той или иной ситуации или объектов в их отношении к его мотивационной сфере. Отражательно-оценочная роль эмоций проявляется и в их связи с потребностями, выступающими в качестве внутренних стимулов. Тесная связь эмоций с потребностями очевидна, и неудивительно, что П. В. Симонов разработал теорию эмоций, во многом базирующуюся на обусловленности эмоций потребностями и вероятностью удовлетворения последних, а Б. И. Додонов создал классификацию эмоций, базирующуюся на видах потребностей

Функция побуждения заключается в том, что эмоции не только сигнализируют о потребности или желании, но и с достижением ими определенной интенсивности они настоятельно побуждают субъекта их удовлетворить. Нехватка или несовместимость чего-то с внутренними условиями существования организма или личности вызывает эмоциональные переживания, иногда очень сильные, побуждающие человека действовать.

Подкрепляющая функция заключается в том, что после достижения ситуации, получения предмета или выполнения действия, способных удовлетворить потребность, возникает состояние, в ряде случаев очень сильное, как награда за достижение цели, которая в свою очередь в дальнейшем становится силой, побуждающей к достижению подобных ситуаций.

Дифференцирующая и синтезирующая функция эмоций проявляется в таких феноменах, как избирательность восприятия, направленность мышления и наличие аффективных комплексов. Именно эмоциональное отношение к происходящему позволяет субъекту отобрать из бесчисленного множества впечатлений те, которые отвечают его насущным потребностям.

Функция мобилизации органов действия и «аварийного» разрешения ситуации ярко проявляется в состоянии аффекта, когда человек совершает действия, по силе и стремительности несопоставимые с его обычными возможностями. В этих же состояниях проявляется и организующая функция

эмоций, когда все психические процессы объединяются для достижения одной цели.

Коммуникативную функцию выполняют, строго говоря, не сами по себе эмоции, а те выразительные движения, которые их сопровождают. У человека и высших животных, ведущих стадный образ жизни, процессы научения, предупреждения друг друга об опасности, побуждения других особей к совершению каких-либо действий и другие формы взаимодействия во многом связаны с выразительными движениями.

Компенсаторная функция эмоций, которая, по П. В. Симонову, состоит в замещении информации, недостающей для принятия решения или вынесения суждения о чем-либо. Возникающая при столкновении с незнакомым объектом, эмоция придает этому объекту соответствующую окраску (нравится он или нет, плохой он или хороший), в частности, в связи с его схожестью с ранее встречавшимися объектами.

Сигнальная функция эмоций состоит в том, что они в сознании человека могут служить сигналами происходящих в данный момент процессов в его организме. Эта функция эмоций имеет прямое отношение к потребностям человека, к процессу их удовлетворения.

Регулятивная функция выражается в том, что стойкие переживания направляют наше поведение, поддерживают его, заставляют преодолевать встречающиеся на пути препятствия. Регулятивные механизмы эмоций снимают избыток эмоционального возбуждения. Когда эмоции достигают крайнего напряжения, происходит их трансформация в такие процессы, как выделение слезной жидкости, сокращение мимической и дыхательной мускулатуры (плач).

Защитная функция эмоций заключается в том, что в некоторых жизненных ситуациях эмоции могут предохранять организм от различного рода угроз для его благополучия. Предохранительная функция эмоций может проявляться в следующих вещах: эмоции мобилизуют организм на преодоление препятствий, представляющих угрозу для организма, предохраняют организм от перегрузок, экономя энергию, необходимую для жизни. Аффекты, например, способствуют мобилизации энергии организма или ее разрядке, если она является излишней и угрожает благополучию организма; стрессы, делая организм малоактивным, способствуют экономии и использованию его энергии для выполнения наиболее важных жизненных функций.

6. Изменение эмоционально - волевой сферы у инвалидов и лиц пожилого возраста

В качестве существенных факторов, влияющих на состояние эмоциональной сферы людей пожилого и старческого возраста, можно отметить следующие:

- утрату родственников и близких друзей;
- неудовлетворительное материальное положение;
- уход из семьи детей или плохие отношения с ними;
- Страх перед заболеванием и немощью;
- чувство одиночества, ненужности, отчужденности от внешнего мира.

Специальные исследования показывают, что в процессе нормального, физиологического старения существенно изменяется эмоциональная сфера человека. Так, оказалось, что у 50% обследованных (практически здоровые люди, средний возраст составляет 72 года) появились ранее не свойственные им состояния грусти, подавленности, мрачные мысли. У остальных отмечалась более яркая выраженность эмоциональных черт, характерных для них и раньше: тревожность, раздражительность, гневливость. Помимо этого с возрастом медленнее изживаются, приобретая затяжной характер, отрицательные реакции. Эмоции высшего порядка (отношение к искусству, литературе и т.д.) сохранились у большинства обследованных.

Изменение в эмоциональной сфере являются следствием постепенного ослабления контролирующей и тормозной функций коры головного мозга.

С возрастом увеличиваются эмоциональная неустойчивость, невротическая утомляемость, неуверенность в себе, внутренняя напряженность. Наиболее резкие изменения в эмоциональной сфере происходят до 60-летнего возраста.

Эмоциональный настрой человека через конкретные внутренние механизмы может оказывать положительное или отрицательное влияние на функционирование организма, на состояние его органов и систем, на психическую сферу. Такие отрицательные эмоции, как уныние, печаль, тоска, страх, ненависть, злоба, зависть, недоброжелательность угнетающе действуют на психическое состояние, на деятельность ЦНС, на весь организм в целом.

Наиболее типичными эмоциональными расстройствами в процессе старения являются подозрительность, повышенная тревожность (тревога), недоверие, страхи, депрессии.

Исследователи указывают на то, что только около 10% пожилых людей имеют те или иные формы патологического состояния тревоги. В большинстве случаев указывается на наличие различных фобий, из которых наиболее распространенной считается агорафобия (боязнь открытых пространств), связанная со страхом «покидать дом». Другие часто упоминаемые источники тревоги и беспокойства – социальные ситуации, боязнь стать жертвами преступлений, возможность падений.

Депрессия – это аффективное состояние, характеризующееся отрицательным эмоциональным фоном, изменением мотивационной сферы, когнитивных представлений и общей пассивностью поведения.

По мнению Американской ассоциации психологов, на наличие депрессии указывает присутствие по крайней мере пяти из перечисленных симптомов, удерживающихся на протяжении не менее двух недель:

- подавленное настроение в течение большей части дня;
- утрата интереса к источникам удовольствий и ко всем видам активности;
- непреднамеренное снижение веса более чем на 5% в месяц, существенное увеличение или уменьшение аппетита;
- бессонница или пересыпание почти ежедневно;
- психомоторная возбудимость или явно выраженная заторможенность;
- постоянная утомляемость или упадок сил;
- чувство собственной бесполезности или необоснованное чувство вины;
- снижение мыслительных способностей и концентрации внимания;
- постоянные мысли о смерти.

Депрессия ускоряет развитие процессов старения. Она проявляет себя, как состояние почти полного внутреннего застоя, нередко связанное с хроническими болезнями, преждевременным старением и ранней смертью.

Страх.

1. Страх бедности. Если человек хочет стать богатым, он должен отбросить все, что ведет к бедности.
2. Страх болезни. Человек создает болезни своими вредными привычками.

3. Страх старости. Человек слишком часто представляет себя старым и хилым. Существует мнение, что ничто так быстро не старит человека, как постоянно сверлящая мысль, что стареешь.

4. Страх перед людским судом. Человеку кажется, что все его осуждают и постоянно говорят о нем, он становится очень чувствительным.

5. Страх потерять любовь. По разным причинам возникает комплекс неполноценности, теряется уверенность в себе; человек начинает бояться, что кто-нибудь отнимает у него близкого и дорогого человека;

6. Страх смерти. Мысли о неизлечимых болезнях и смерти преследуют человека постоянно, подчас заменяя собой все остальное. По мнению И.И.Мечникова, люди не хотят умирать, поскольку стареют и умирают преждевременно, не дожив до естественного конца.

Существует мнение, что страх и агрессия легче рождают аналогичные чувства в окружении данного человека, чем его положительные эмоции: любовь, радость, благодушие.

Тревога.

Состояние тревоги (тревога, тревожность) – особое эмоциональное состояние психической напряжённости человека, возникающее в результате предчувствия им неопределённой, иногда неосознаваемой, неотвратимо приближающейся опасности.

Компонентами тревожного состояния обычно являются такие эмоции, как умеренный страх, стыд, вина и некоторые другие. Эмоциональные реакции на опасность в состоянии тревоги могут сопровождаться такими физическими ощущениями, как дрожь, учащённое дыхание, сердцебиение, усиленное потовыделение, понос, рвота, в психологической сфере – чувство нетерпения и т.п.

7. Расстройство эмоций.

Мания — психическое расстройство, сопровождающееся чувством радости, легкости, повышенного настроения и аффектом гнева повышение настроения с чувством радости, которым больные заражают окружающих, и аффектом гневливости.

Маниакальное буйство - возбуждение со злобой, яростью, разрушительными тенденциями, агрессией.

Мория— повышенное настроение с элементами паясничанья, дурашливостью, склонностью к плоским шуткам, т.е. двигательным возбуждением. Всегда с элементами снижения критики и интеллектуальной недостаточностью (при органическом поражении лобных долей).

Эйфория — благодушное, беспечное, беззаботное настроение, переживание полного удовлетворения своим состоянием, недостаточная оценка происходящих событий. В отличие от мании нет последних 2 составляющих из триады (состояния алкогольного, наркотического опьянения, органические заболевания ГМ, соматические заболевания – туберкулез).

Эксплозивность— повышенная эмоциональная возбудимость, склонность к бурным проявлениям аффекта, неадекватная по силе реакция. Реакция гнева с агрессией может возникнуть по незначительному поводу.

Эмоциональное застревание— состояние, при котором возникшая аффективная реакция фиксируется на длительное время и оказывает влияние на мысли и поведение. Пережитая обида «застревает» надолго у злопамятного человека. Человек, усвоивший определенные догмы, эмоционально для него значимые, не может принять новые установки, несмотря на изменившуюся ситуацию (эпилепсия).

Амбивалентность (двойственность чувств) —одновременное сосуществование двух противоположных эмоций, сочетающееся с амбитендентностью (при шизофрении, истерических расстройствах: невроз, психопатии).

Слабодушие (недержание аффекта)— легкая умиляемость, сентиментальность, недержание эмоций, слезливость (сосудистые заболевания головного мозга).

Дисфория — злобно-тоскливое настроение с переживанием недовольства собой и окружающими, нередко агрессивными тенденциями. Часто сопровождается выраженными аффективными реакциями гневливости, ярости с агрессией, отчаяния с суицидальными тенденциями (эпилепсия, травматическая болезнь ГМ, абстиненция у алкоголиков, наркоманов).

Тревога— переживание внутреннего беспокойства, ожидание неприятности, беды, катастрофы. Чувство тревоги может сопровождаться

двигательным беспокойством, вегетативными реакциями. Тревога может перерасти в панику, при которой больные мечутся, не находят себе места или застывают в ужасе, ожидая катастрофу.

Эмоциональная слабость— лабильность, неустойчивость настроения, изменение его под влиянием незначительных событий. У больных легко могут возникать состояния умиления, сентиментальности с появлением слезливости (слабодушие).

Болезненное психическое бесчувствие (*anaesthesia psychica dolorosa*) - больные мучительно переживают утрату всех человеческих чувств — любви к близким, сострадания, горя, тоски.

Апатия (от греч. *apatia* — бесчувственность; синонимы: анормия, антинормия, болезненное безразличие) — расстройство эмоционально-волевой сферы, проявляющееся безразличием к себе, окружающим лицам и событиям, отсутствием желаний, побуждений и полной бездеятельностью (шизофрения, органические поражения ГМ – травмы, атрофические процессы с явлениями аспонтанности).

Эмоциональная монотонность— больного наблюдается ровное, холодное отношение ко всем событиям независимо от их эмоциональной значимости. Нет адекватного эмоционального резонанса.

Эмоциональная холодность— события, значимые в обычном состоянии, воспринимаются как факт.

Эмоциональное огрубение- проявляется в утрате наиболее тонких дифференцированных эмоциональных реакций: исчезает деликатность, сопереживание, появляется расторможенность, назойливость, бесцеремонность (органические поражения ГМ, шизофрения).

Депрессия— психическое расстройство, сопровождающееся пониженным настроением, чувством тоски, тревоги и выраженным аффектом страха.

8. Депрессивный синдром

Депрессия— психическое расстройство, сопровождающееся пониженным настроением, чувством тоски, тревоги и выраженным аффектом страха.

понижение настроения с ощущением подавленности, угнетенности, тоски и аффектом страха

замедление мышления

замедление речедвигательной активности

В зависимости от выраженности компонентов триады на 1ом полюсе будет депрессивный ступор наиболее выраженной моторной, идеаторной заторможенностью, а на 2ом – депрессивный/меланхолический раптусс тоской, тревогой, суицидальными попытками. Эти состояния могут легко переходить друг в друга.

По глубине:

Психотического уровня – отсутствие критики, наличие бредовых идей самообвинения, самоуничужения.

Невротического уровня – сохраняется критика, отсутствуют бредовые идеи самообвинения, самоуничужения

По происхождению:

Эндогенная – возникает спонтанно (аутохтонно), характерна сезонность (весна-осень), суточные колебания настроения (акцент на 1ую половину дня). Одним из крайних проявления тяжести является психическая анестезия (болезненное психическое бесчувствие).

Реактивная – возникает в результате сверхсильного психотравмирующего фактора. Особенностью является то, что в структуре всегда звучит та ситуация, которая привела к данному расстройству.

Инволюционная – возникает в период возрастного обратного развития, чаще у женщин. По клинической картине это тревожная депрессия.

Соматогенная – возникает в результате соматического страдания.

Маскированная (соматизированная, ларвированная) – на 1-ый план выступают соматовегетативные маски депрессивных расстройств.

9. Маниакальный синдром

Мания — психическое расстройство, сопровождающееся чувством радости, легкости, повышенного настроения и аффектом гнева.

повышение настроения с чувством радости, которым больные заражают окружающих, и аффектом гневливости.

ускорение мышления (может доходить до «скачки идей»)

усиление речедвигательной активности

Может сопровождаться сверхценными идеями переоценки собственной личности или бредовыми идеями величия.

Состояние развернутой мании является непродуктивным. Полностью отсутствует критика к своему состоянию. Легкие случаи носят название гипомании, при этом можно говорить о довольно продуктивном состоянии.

Выделяют несколько вариантов маниакального синдрома.

Простые:

веселая мания - наиболее характерная для маниакально-депрессивного психоза (повышенно-оптимистическое настроение с умеренным речедвигательным возбуждением)

гневливая мания (повышенное настроение, придирчивость, недовольство, раздражение)

мания с дурашливостью, при которой повышенное настроение с двигательным и речевым возбуждением сопровождается манерностью, детскостью, склонностью к нелепым шуткам

спутанная мания (повышенное настроение, бессвязность речи и беспорядочное двигательное возбуждение).

Маниакальное буйство - возбуждение со злобой, яростью, разрушительными тенденциями, агрессией.

Сложные:

Бредовые маниакальные состояния - развитие на фоне маниакального состояния бреда, галлюцинаций, признаков психического автоматизма без помрачения сознания.

Маниакальные состояния с дурашливостью - повышенное настроение, склонность к нелепым и плоским шуткам, гримасничаньям, тенденции к совершению нелепых поступков. Возможны бредовые идеи, вербальные галлюцинации, психические автоматизмы.

Маниакальные состояния с развитием острого чувственного бреда - патетика, экзальтированность, многоречивость. При развитии острого

чувственного бреда возникает инсценировка с изменением восприятия окружающего, с ощущением, что разыгрывается спектакль, главную роль в котором играет больной.

10. Дисфория

Дисфория — психическое состояние, которое сопровождается приступами агрессии и гнева, наплывами злобно-тоскливого настроения и повышенной раздражительностью. Это симптоматическое проявление опасно для личности, так как может спровоцировать суицидальные мысли или действия насильственного характера.

КЛАССИФИКАЦИЯ

Существует несколько разновидностей болезни:

Гендерная дисфория связана с расстройством идентичности, когда наблюдаются отторжение и неприятие половой принадлежности.

Предменструальная дисфория наблюдается у женщин в период менструального цикла. Возникает из-за сбоев в реакции мозга на гормональные перестройки организма. И другие.

Задание:

Выбрать один из вопросов и написать ответ в тетрадь. Ответы на вопросы могут повторяться только у 2-3 человек.

1. Расскажите о стрессе как неспецифической реакции организма.
2. Дайте классификацию видов психического стресса.
3. Назовите условия возникновения информационного и эмоционального стресса.
4. В чем заключаются индивидуальные особенности в проявлении стресса?
5. Какие механизмы регуляции психических состояний вы знаете?
6. Что такое интрапсихический конфликт?
7. Какие способы избегания чрезмерного эмоционального напряжения вы знаете?