

Лабораторное занятие

Тема : Эмоции и чувства

План:

- 1 Понятия об эмоциях и чувстве. Функции эмоций и чувств.
 1. Роль чувств в познавательной и практической деятельности человека.
 2. Физиологические механизмы чувств.
 3. Выразительность чувств. Формы их протекания.
 4. Высшие чувства: моральные, интеллектуальные, эстетические, практические – как результат общественного развития

Проверка знаний студентов по данному плану.

Основные понятия по теме:

Эмоции – реакции человека и животных на воздействия внутренних и внешних раздражителей, имеющих ярко выраженную субъективную окраску.

Чувство – отражение в сознании человека его отношений к действительности, возникающее при удовлетворении или неудовлетворении высших потребностей.

Астенические чувства (эмоции) – переживания снижающие активность личности.

Аффект – психическое состояние, в основе которого лежит сильное, бурное и относительно кратковременное эмоциональное переживание.

Амбивалентность – одновременное переживание противоположных эмоций и чувств, например, радости и горя, смеха и печали.

Апатия – психическое состояние, вызванное утомлением, проявляющееся в потере интереса и безразличия к окружающему.

Депрессия – подавленное настроение, связанное со снижением побуждений, отрицательным эмоциональным переживанием и общей пассивностью поведения.

Любознательность – интеллектуальное чувство, проявляющееся как потребность в познании.

Сценические чувства (эмоции) – переживания, повышающие активность личности.

Страсть – сильное, стойкое, все охватывающее чувство, проявление эмоций, характеризующихся волевой направленностью.

Стресс – состояние напряжения, возникающего под влиянием экстремальных воздействий.

Настроение – устойчивое переживание каких-либо эмоций.

Эмпатия – процесс сопереживания, включение в эмоциональное состояние другого человека, способность понять переживания другого.

Решение психологических задач по теме.

Задача . Укажите, какие психологические условия определяют различия чувств в каждом примере.

А. Два товарища – Миша и Андрей – после окончания школы решили поступить на физико-математический факультет университета. Миша давно решил стать физиком. Выписывал журнал «Квант», посещал физический кружок, а Андрюша еще не нашел себя и решил поступить на физмат, чтобы и после школы не расставаться со своим лучшим другом. Конкурс они оба не выдержали. Андрей легко решил эту неудачу, а Миша перенес ее как большую личную трагедию.

Б. На дорогу выскочила лягушка. Мальчишка смотрит на нее с любопытством, женщина – с брезгливостью, дочка ее – с ужасом, отец равнодушно, а старичок – биолог с восхищением: «Какой красивый экземпляр! Обратите внимание на нежность тонов, на богатство расцветки, на форму тела, идеально приспособленную к жизни и в воде и на суше одновременно!»

Задача . Какое явление в области чувств, проявилось в следующем примере? Как оно называется?

Я не знаю, - пишет юноша девушке, - люблю я тебя или ненавижу. Мне кажется, что эти чувства во мне кажутся перемешаны. Ставлю вопрос: почему я могу тебя любить? Не нахожу ответа. Но нет, кажется, оснований и для ненависти. Может быть, ты сможешь мне помочь понять самого себя, и чем вызвано мое такое нелепое состояние по отношению к тебе.

Задача . Какие закономерности в происхождении эстетических чувств проявились в каждом примере?

А. Н.Г. Чернышевский писал, что светская красавица покажется крестьянину «решительно невзрачной», аристократу милей «бледный цвет, тоски примета», маленькие ручки, хрупкая фигура. Для крестьянина признаком женской красоты является румяный цвет лица, крепкая фигура, большие, способные к труду руки.

Б. Женщины многих африканских племен носят на руках и ногах железные кольца. Женщины богатых людей носят, чуть ли не пуд таких украшений. Они – символ богатства, благодаря им женщина кажется красивой и себе и другим.

Задача . Определите, к какой категории эмоциональных явлений (настроение, аффект, эмоции, чувство, страсть, стресс, фрустрация, депрессия и т.д.) относится описываемое в каждом примере переживание.

По каким признакам можно это установить.

А. Получив в свои ворота гол, игроки стали неузнаваемыми – куда девался их задор и одержимость

Б. Вовремя сдачи вступительного экзамена по математике сильный ученик, отличник, не может справиться с простенькой задачей. Говорит, что у него какое-то странное состояние: все забыл.

В. Ученик 6-го класса рассказывает, что когда он очень расстроен, то всегда начинает всем говорить грубости. Злоба так его захватывает, что он хочет ее вылить на других. Из-за этого возникают ссоры, драки и всякого рода недоразумения. Позже он жалеет о случившемся и раскаивается.

Г. Добросовестная и прилежная ученица была спрошена учителем. В это время в класс вошел директор школы. Девочка растерялась, сразу замолчала. На наводящие вопросы отвечала сбивчиво. Создалось впечатление, что она не знает урока. После того как директор вышел из класса, девочка бойко и уверенно ответила по материалу, который безуспешно пыталась воспроизвести ранее.

Д. При обучении прыжкам с парашютом некоторые новички не находят в себе силы покинуть борт самолета. Иных только повторным приказом удается заставить сделать шаг за борт самолета. Страх и волнение не оставляют их и тогда, когда шелковый купол раскрывается над ними, они теряют способность воспринимать происходящее и не могут сделать ни одного разумного действия. Иногда такое состояние не преодолевается и приходится расставаться с мыслью о прыжках.

. Отмечалось, что к концу полета космического корабля «Аполлон 7» космонавты все чаще проявляли раздражительность и нетерпение. Они иногда начинали вступать в спор с операторами наземных наблюдательных станций. Дело кончилось тем, что космонавты сняли с себя все биодатчики. Космонавт Эйзел отказался даже обсуждать данный инцидент с руководителями полета и обвинил наземный центр в том, что там наговорили космонавтам «красивые слова» о снаряжении, хотя оно никуда не годится.

3. В условиях аварийной ситуации у оператора Ч. наблюдается учащенное мигание, сухость во рту, усиленная двигательная активность, напряженность голоса, блокирование процесса восприятия: Ч слушает и не слышит, смотрит и не видит. Объем восприятия узок, показания приборов воспринимаются с ошибками, мыслительная деятельность заметно затруднена. Нарушается инструкция об определенном порядке действий. Наблюдаются сенсорные и двигательные отвлечения: оператор смотрит в окно, переходит с места на место, дает без надобности сигнализацию. Все это приводит к выпадению ряда необходимых операций и прямо ошибочным действиям.

Выполнение студентами экспериментальных заданий.

Цвета	Эмоции								
	Интерес	Радость	Удивление	Грусть	Гнев	Отвращение	Стыд	Страх	Утомление
Серый									
Синий и т.д.									

Опыт 1. Цель: показать связь познавательного и эмоционального аспектов отражения на примере зрительных впечатлений.

Материал: Восемь цветных бумажек размером 3 x 3 см . Список восьми цветов (По Люшеру: серый, синий, зеленый, красный, желтый, фиолетовый, коричневый, черный) и список 9-ти эмоций (По Изарду). Они определяют строки и столбцы таблицы.

Ход опыта. Студентам предлагается для каждого цвета определить наиболее соответствующее ему эмоциональное состояние (или несколько состояний). Каждый делает это индивидуально, на своем листке, проставляя знак «+» в соответствующие ячейки таблицы. Затем надписи обобщаются на доске и выделяются наиболее вероятные для группы ассоциации цвета и эмоции.

Для каждого цвета определяется последовательность эмоций: от более вероятных к менее вероятным. Для каждой эмоции определяется последовательность цветов – также от более вероятных к менее вероятным.

На основе полученных данных сделать вывод о тенденциях связи определенных цветов и эмоций.

Опыт 2.

Цель: показать связь познавательного и эмоционального аспектов отражения на примере слуховых впечатлений.

Материал: список 8-ми бессмысленных слов: терилья, щещп, жертус, кесуфе, вумп, тибещ, гувеза, лучец, и 9-ть эмоций (По Изарду), определяющих строки и столбцы таблицы.

Цвета	Эмоции								
	Интерес	Радост	Удивлени	Груст	Гне	Отвращени	Сты	Стра	Утомлени

		ь	е	ь	в	е	д	х	е
Териль									
я									
Щешп									
и т.д.									

Ход опыта. Студентам предлагается для каждого бессмысленного слова подобрать наиболее соответствующую ему эмоцию (или несколько эмоций). Ведущий занятия произносит в слух каждое «слово», повторяя его 3-4 раза, причем делает это одинаково ровным, монотонным голосом, с ударением на каждом слоге. Студенты при необходимости повторяют «слова» и проставляют знак «+» на своих листках в соответствующей ячейке таблицы. Затем индивидуальные записи обобщаются на доске. Для каждого «слова» определяется последовательность эмоций: от более вероятных к менее вероятным. Для каждой эмоции определяется последовательность «слов» – также от более вероятных к менее вероятным.

Сделать вывод о связи различных звуко сочетаний с эмоциями. Сравнить групповые результаты опытов 1 и 2. Какая общая закономерность в них проявилась? Как различается звуковая и цветовая палитра эмоций по результатам опытов? Каковы возможные причины этих различий, объективные и субъективные?

Опыт 3

. **Цель:** показать влияние чувств на запоминание.

Материал: список из 30-ти слов из них 10-ть могут считаться связанными с чувством удовольствия, 10 – с чувством неудовольствия и 10 – безразличными. Первые помечаны в списке знаком «+», вторые – знаком «-», третьи – «0»:

Бумага «0», подарок «+», скука «-», танцы «+», лампа «0», несчастье «-», музыка «+», рана «-», окно «0», поэзия «+», печаль «-», красота «+», карандаш «0», мечта «+», стена «0», кража «-», здание «0», змея «-», удача «+», похороны «-», деньги «+», болезнь «-», пробка «0», любовь «+», число «0», буква «0», война «-», тетрадь «0», радость «+», обман «-».

Ход опыта. Не объясняя заранее что раскрывает опыт, экспериментатор просит испытуемых внимательно слушать слова, которые читаются монотонно и в медленном темпе. По окончании чтения испытуемые записывают все оставшиеся в памяти слова независимо от порядка. Запись проверяют. Каждый испытуемый на своем листке отмечают число правильно воспроизведенных слов со знаком «+», со знаком «-», и со знаком «0».

В результате проведенного опыта испытуемые отвечают на вопрос, влияют ли чувства на запоминание, и если влияют то как. Какие слова запоминаются в большем количестве, а какие – в наименьшем.

Опыт 4.

Цель: влияние индивидуального и группового словаря для обозначения эмоциональных состояний.

Материал: 15 – 20 фотографий людей в различных состояниях.

Ход опыта: последовательно предъявляются все изображения в течение нескольких секунд (до 5-10 секунд). Предлагается определить эмоциональное состояние изображенных людей одним или несколькими словами.

После выполнения задания подсчитывается число различных определений и частота каждого из них. Объективной основой отнесения различных выражений к одной и той же категории является сходство стимулов, но они по условию опыта должны быть достаточно разнообразными. Поэтому повторы определений свидетельствуют об обобщенности отражения, а их разнообразие (в пределе – по числу стимулов) – о выраженности субъективной чувствительности к нюансам эмоциональных состояний.

Обобщение групповых результатов ведется на доске. Для каждого стимула выписывается ряд актуальных определений, подсчитывается их частота в группе и устанавливается ранг частотности. Групповые данные соотносятся с существующими представлениями о видах эмоций. Обычно среди самых частых определений оказываются 6-9 базальных эмоций: радость, гнев, страх, печаль, удивление, отвращение и т.д.

Сравнив индивидуальные данные с групповыми, сделать **вывод** о субъективных тенденциях в интерпретации: а) тенденции обобщать или выделять особенные в различных стимулах и б) о тенденции реагировать на отдельные стимулы так же, как и другие, и / или своеобразно.

Опыт 5. Цель: проверка общих законов возникновения положительных аффектов.

Материал: беспорядочно разрезанный рисунок, выполненный на плотной бумаге; множество других деталей рисунков, не имеющих отношения к основному.

Ход опыта. Испытуемому предлагается сложить рисунок из отдельных частей (одной части не хватает, но зато много лишних). По условиям эксперимента через каждые две минуты перемешиваются все части и испытуемый по сигналу начинает складывать сначала. Через 10 – 15 попыток экспериментатор незаметно подкладывает недостающую часть и дает испытуемому выполнить задание.

Обработка данных. В протокол заносят данные отражающие ход эксперимента

Номер эксперимента	Поведение Испытуемого	Замечания

Группа студентов, наблюдавшая работу испытуемого, обсуждает общие законы возникновения положительных аффектов и сравнивает с полученными данными:

возникающее эмоциональное напряжение обычно сдерживается, положительные аффекты могут возникать по незначительному поводу и быть неадекватными ситуации.

Отчёт о проделанной работе по теме:

- 1) цели и задачи занятия
- 2) План лабораторного занятия
- 3) Результаты опытов
- 4) Сравнительный анализ результатов
- 5) выводы