

Лекция 7 Психологическая регуляция поведения и деятельности

1. Воля и волевая регуляция поведения человека.
2. Мотивационно-потребностная сфера личности.
3. Эмоции и чувства в жизни и деятельности человека.

Основная литература

1. Лебедев, А. Н. Психология для экономистов : учебник и практикум для вузов / А. Н. Лебедев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 328 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-5093-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/450257> (дата обращения: 10.03.2020).

Дополнительная литература

1. Психология и педагогика: Учебное пособие [Электронный ресурс] / Э.В. Островский, Л.И. Чернышова; Под ред. Э.В. Островского - М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 381 с. <http://znanium.com/bookread2.php?book=398710>

2. Крысько, В. Г. Психология и педагогика в схемах и комментариях [Электронный ресурс] : Учеб. пособие / В. Г. Крысько. - 7-е изд., перераб. и доп. - М.: Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2013. - 218 с. - ISBN 978-5-9558-0358-6 (online) (Вузовский учебник), 978-5-16-009486-1 (online) (ИНФРА-М). - Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=488267>

3. Психология и педагогика: учебное пособие / Ю.Ю. Рассыпнова, Н.М. Гурьянова, Н.Н. Бекренева. — Пенза: РИО ПГАУ, 2017. — 214 с. <https://rucont.ru/read/3944457?file=632153&f=3944457>

1. Воля и волевая регуляция поведения.

Воля – есть сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий.

Воля как характеристика сознания и деятельности возникла вместе с возникновением общества и трудовой деятельности.

Главная функция воли заключается в сознательной регуляции активности в затруднительных условиях жизнедеятельности. Это регулирование выражено в умении видеть и преодолевать внутренние и внешние препятствия.

В основе этой регуляции лежит взаимодействие процессов возбуждения и торможения нервной системы.

Главная функция воли подразделяется на 2 другие:

- активизирующую (побудительную), которая обеспечивает активность человека;
- тормозную функцию, которая выступает в единстве с побудительной функцией и проявляется в сдерживании нежелательных проявлений активности.

Волевые действия бывают простые и сложные.

К простым волевым действиям относятся те, при которых человек без колебаний идет к намеченной цели, ему ясно, чего и каким путем он будет добиваться. Побуждение к действию переходит в само действие почти автоматически.

Для сложного волевого действия характерны следующие этапы:

- осознание цели и стремление достичь ее;
- осознание ряда возможностей достижения цели;
- появление мотивов, утверждающих или отрицающих эти возможности;
- борьба мотивов и выбор;
- принятие одной из возможностей в качестве решения;
- преодоление внешних препятствий, объективных трудностей самого дела, всевозможных помех до тех пор, пока принятое решение и поставленная цель не будут достигнуты, реализованы.

Преодоление препятствий требует волевого усилия. **Волевое усилие** – особое состояние нервно-психического напряжения, мобилизующего физические, интеллектуальные и моральные силы человека.

Выполняя различные виды деятельности, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия, человек вырабатывает в себе **волевые качества**: целеустремленность, решительность, самостоятельность, инициативность, настойчивость, выдержку, дисциплинированность, мужество.

Целеустремленность – сознательная и активная направленность личности на достижение определенного результата деятельности. Очень часто, когда говорят о целеустремленности, используют такое понятие, как настойчивость.

От настойчивости нужно отличать упрямство. Упрямство – это отрицательное качество человека. Упрямый человек всегда старается настоять на своем, несмотря на нецелесообразность данного действия.

Самостоятельность – способность принимать решения и умение не поддаваться влиянию различных факторов, препятствующих достижению поставленной цели.

Решительность – отсутствие излишних колебаний и сомнений при борьбе мотивов, своевременное и быстрое принятие решений.

От решительности, как позитивного волевого качества, необходимо отличать импульсивность, которая характеризуется торопливостью в принятии решений, необдуманностью поступков.

Нередко усилия воли направляются человеком не столько на то, чтобы победить и овладеть обстоятельствами, сколько на то, чтобы преодолеть самого себя. Ни одна более или менее сложная жизненная проблема человека не решается без участия воли. Никто на Земле никогда еще не добился выдающихся успехов, не обладая выдающейся силой воли. Человек в первую очередь тем и отличается от всех остальных живых существ, что у него, кроме сознания и интеллекта, есть еще и воля, без которой способности оставались бы пустым звуком.

Воля участвует в регуляции практически всех основных психических процессов: ощущений, восприятия, памяти, мышления, воображения и речи. Развитие этих познавательных процессов от низших к высшим означает приобретение человеком волевого контроля над ними.

Воля и волевые качества могут не сформироваться у человека, если условия жизни и воспитания в детстве были неблагоприятными.

1. Ребенок избалован, все его желания беспрекословно осуществлялись (легкий мир - воля не требуется)
2. Ребенок подавлен жесткой волей и указаниями взрослых, не способен принимать сам решения.

Родители, стремясь воспитать волю у ребенка, должны соблюдать следующие правила:

- не делать за ребенка то, чему он должен научиться, а лишь обеспечить условия для успеха его деятельности;
- активизировать самостоятельную деятельность ребенка, вызвать у него чувство радости от достигнутого, повышать веру ребенка в его способность преодолевать трудности;
- даже маленькому ребенку полезно объяснять, в чем заключается целесообразность тех требований, приказов, решений, которые взрослые предъявляют ребенку, и постепенно учить ребенка самостоятельно принимать разумные решения.
- ничего не решать за ребенка школьного возраста, а лишь подводить его к рациональным решениям и добиваться от него непреклонного осуществления принятых решений.

Волевые действия, как и вся психическая деятельность, связаны с функционированием мозга. Важную роль при осуществлении волевых действий выполняют лобные доли мозга. Там происходит сличение достигнутого результата с предварительно составленной программой по достижению цели. Поражение лобных долей приводит к болезни абулии – болезненному безволию.

Воля является важным компонентом психики человека, неразрывно связанной с познавательными мотивами и эмоциональными процессами.

2. Мотивационно-потребностная сфера личности.

Мотивация является ведущим фактором регуляции активности личности, ее поведения и деятельности. Проблема мотивации является проблемой причин поведения личности. Знание мотивации необходимо для эффективного взаимодействия с человеком. Это особенно важно для представителей таких профессий как врач, педагог, менеджер, руководитель, т.е. для профессий так называемого социномического типа.

Мотивация – это совокупность психических процессов, которые придают поведению энергетический импульс и общую направленность. Мотивация – это движущие силы поведения человека, которые складываются из отдельных мотивов.

Понятие мотива в современной психологии не является однозначным. Сформулируем простое рабочее определение. **Мотив** – это внутреннее побуждение личности к тому или иному виду активности (деятельность, общение, поведение), связанной с удовлетворением определенной потребности.

Как мы видим из определения существует определенная связь мотивов с категорией «потребность». Раскрывая связь между данными категориями, обычно психологи настаивают на признании того, что мотивом является не сама потребность, а предметы и явления объективной действительности.

А.Н. Леонтьев отмечал, что предмет деятельности, являясь мотивом, может быть, как вещественным, так и идеальным, но главное, что за ним всегда стоит потребность, что он всегда отвечает той или иной потребности, т.е. **потребность** – это нужда в чем-либо.

В качестве мотивов могут выступать и идеалы, интересы личности, убеждения, социальные установки, ценности, но при этом мы предполагаем, что за всеми этими причинами все равно стоят потребности личности во всем их многообразии (от биологических до высших социальных).

Известный американский психолог А.Маслоу сформулировал позитивную теорию мотивации. В рамках своей теории Маслоу выделяет пять базовых потребностей. Между ними устанавливается достаточно четкая иерархия.

Физиологические потребности (голод, жажда, сексуальность и др.). По мнению автора теории, физиологические потребности самые мощные, самые насущные из всех потребностей, и до тех пор пока они не удовлетворены, потребности более высокого уровня, социальные потребности, не будут актуализированы.

Потребности в безопасности (защита от страданий, боли, неустроенности). В нормальном обществе у человека потребность в безопасности редко выступает как активная сила. Эта потребность доминирует лишь в критических, экстремальных ситуациях (война, стихийные бедствия, социальные кризисы). В отсутствии таких экстремальных обстоятельств, при нормальном течении событий потребность в безопасности проявляется только в мягких формах, например, в желании устроиться на работу в солидную, стабильную фирму или в откладывании денег на черный день и т. д.

Потребность в принадлежности и любви или социальных связях. Она включает в себя стремление к общению, принадлежности к социальной группе, желание дружеских отношений и любви.

Потребность в признании. Это рост личной значимости, уверенности, самоуважения, завоевание статуса, признания, престижа. Удовлетворение этой потребности порождает у личности чувство уверенности в себе, чувство собственной значимости, силы, чувство собственной необходимости и полезности в этом мире. Неудовлетворение этой потребности вызывает чувство слабости, униженности, беспомощности. Что в свою очередь может послужить пусковым механизмом асоциального и деликвентного поведения.

Потребность в самоактуализации. Это стремление быть тем, кем ты можешь быть. Это соответствие собственной природе. Эта потребность у разных людей может выражаться по-разному. Один человек желает стать идеальным родителем, другой стремится достичь спортивных высот, третий актуализирует себя в научном или художественном творчестве. Общая тенденция состоит в том, что человек начинает ощущать потребность в самоактуализации только после того, как удовлетворит предыдущие потребности.

Позднее Маслоу представляет еще 2 потребности: потребность в познании и понимании, а также эстетические потребности. Эти потребности он также относит к базовым, фундаментальным.

Потребность в познании и понимании. Это потребность связана со стремлением к истине, влечением к непознанному, таинственному, необъяс-

ненному. Реализация этой потребности не сводится только к приобретению новой информации. Человек стремится также к пониманию этой информации. Стремление к познанию всегда предшествует стремлению к пониманию. Неудовлетворение данной потребности может стать причиной серьезной психопатологии.

Эстетические потребности. Описание этой группы потребностей у Маслоу отличается наибольшей неопределенностью. По мнению Маслоу, эстетические потребности обнаруживаются практически у любого здорового ребенка и взрослого человека. Свидетельства существования этих потребностей можно обнаружить в любой культуре, на любой стадии развития человечества, начиная с первобытных племен.

Несмотря на то, что эти потребности описаны уже после потребности в самоактуализации, по своему смыслу в иерархическом ряду они очевидно занимают место, предшествующее самоактуализации. В интерпретации некоторых авторов потребность в познании и понимании включается в состав потребности в самоактуализации.

Неудовлетворение потребностей человека, как уже отмечалось, может приводить к серьезным последствиям. Длительное неудовлетворение жизненно важных потребностей приводит к возникновению состояния фрустрации. **Фрустрация** (лат. – **тщетное ожидание, обман**) – это психическое состояние, наполненное тревогой, досадой, расстройством, внутренним дискомфортом, общей напряженностью. Такое состояние возникает в случае, если не наступает событие, которого человек ожидал, не исполняются надежды, возникают преграды на пути к цели. Фрустрация возникает, когда человек не может ни достичь цели, ни отказаться от нее. Фрустрация может стать причиной различных психопатологий.

Как уже говорилось, мотивы могут проявляться в интересах личности, убеждениях, психологических установках. Мотивы бывают осознаваемые и неосознаваемые.

Интерес – мотив, способствующий ориентировке в какой-либо области, ознакомлению с новыми фактами, более полному и глубокому отражению действительности.

Интересы заставляют личность активно искать пути и способы удовлетворения возникшей у нее жажды знания и понимания. Удовлетворение интереса, как правило не приводит к его угасанию, а вызывает возникновение новых интересов, отвечающих более высокому уровню познавательной деятельности.

Интересы могут быть классифицированы по содержанию, цели, широте и устойчивости.

Убеждения – это система мотивов личности, побуждающих ее поступать в соответствии со своими взглядами, принципами, мировоззрением.

Знания об окружающем мире природы и общества и их определенное понимание образуют упорядоченную и внутренне организованную систему воззрений, называемую мировоззрением. Когда они приобретают для человека особый личностный смысл, он испытывает настоятельную потребность утвердить эти мысли и принципы, защитить их, добиться того, чтобы их разделили и другие люди.

Убеждения и интересы – это осознаваемые мотивы. К неосознаваемым мотивам относятся психологические установки.

Психологическая установка – это неосознаваемая личностью готовность действовать определенным образом, что ведет к построению или изменению способа и характера поведения, восприятия и общения.

Ставшие классическими исследования Д.Н. Узнадзе и его сотрудников показали процесс формирования фиксированных установок, определяющих поведение личности. Сущность многих установок – предвзятость. Предвзятость является результатом поспешных и недостаточно обоснованных выводов, сделанных на основе некоторых факторов личного опыта человека или это результат некритического усвоения стереотипов мышления – стандартизированных суждений, принятых в определенной общественной группе.

Установки по отношению к различным фактам общественной жизни могут быть позитивными и негативными, принимающими характер предубеждения. В структуре установки были выделены 3 составляющие (подструктуры):

- когнитивная (познание) подструктура – это образ того, что готов познать и воспринять человек;
- эмоционально-оценочная подструктура – это комплекс симпатий и антипатий к объекту установки;
- поведенческая подструктура – это готовность определенным образом действовать в отношении объекта установки, осуществлять волевые усилия.

К неосознаваемым мотивам относятся также **влечения**, которые определяются как неопредмеченное побуждение.

Все сказанное позволяет заключить, что мотив является не просто одной из составляющих деятельности, а выступает в качестве компонента сложной системы – мотивационной сферы личности.

Мотивационная сфера личности – совокупность стойких мотивов, имеющих определенную иерархию и выражающих направленность личности.

3. Эмоции и чувства в жизни и деятельности человека.

Любые проявления активности человека сопровождаются эмоциональными переживаниями. Эмоции – это особый класс субъективных психологических состояний, отражающих личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций в форме переживаний.

Формы эмоций

Все эмоции можно разделить в зависимости от длительности, интенсивности, предметности и неопределенности, также качества эмоций на:

- эмоциональные реакции,
- эмоциональные состояния,
- эмоциональные отношения.

Эмоциональные реакции характеризуются высокой скоростью возникновения и быстротечностью, интенсивностью и предметностью. К эмоциональным реакциям относится аффект, собственно эмоции, фрустрации.

Собственно эмоции – это кратковременное, но достаточно сильно выраженное переживание человеком радости, горя, страха ит.п. Они возникают по поводу удовлетворения или неудовлетворения потребностей и имеют хорошо осознаваемую причину появления.

Аффект – быстро возникающее очень интенсивное и кратковременное эмоциональное состояние, вызываемое сильным или особо значимым для человека стимулом. Чаще всего аффект является следствием конфликта. Он всегда проявляется бурно и сопровождается снижением способности к переключению внимания, сужением поля восприятия (внимание фокусируется в основном на объекте, вызвавшем аффект). При аффекте мало продумываются последствия совершаемого, вследствие чего поведение человека становится импульсивным. Про такого человека говорят, что он не помнит себя, находится в беспамятстве. После аффекта часто наступает упадок сил, равнодушие ко всему окружающему или раскаяние в содеянном. Частое проявление аффекта в нормальной обстановке свидетельствует либо о невоспитанности человека, либо об имеющемся у него нервно-психическом заболевании.

Эмоциональные состояния характеризуются: большей длительностью, которая может измеряться часами и днями, в норме – меньшей интенсивностью, поскольку эмоции связаны со значительными энергетическими тратами, в некоторых случаях беспредметностью, так как повод и причина могут быть скрыты, а также некоторой неопределенностью модальности эмоционального состояния. К эмоциональным состояниям относится настроение.

Настроение – это слабо выраженное устойчивое эмоциональное состояние, причина которого человеку может быть не ясна. Оно постоянно присутствует у человека в качестве эмоционального тона, повышая или понижая его активность в общении или работе.

Эмоциональные отношения иначе еще называют чувствами. **Чувства**

– это устойчивые эмоциональные переживания, связанные с каким-то определенным объектом или категорией объектов, обладающих особым значением для человека. Чувства отличаются от эмоциональных реакций и эмоциональных состояний длительностью – они могут длиться годами, а иногда и всю жизнь, например чувство любви или ненависти. В отличие от состояний чувства предметны – они всегда связаны с предметом или действием с ним.

В зависимости от направленности чувства делятся на:

- моральные (переживание человеком его отношения к другим людям);
- интеллектуальные (чувства, связанные с познавательной деятельностью);
- эстетические (чувства красоты при восприятии искусства, явлений природы);
- практические (чувства, связанные с деятельностью человека).

Роль эмоций

Эмоции играют чрезвычайно важную роль в поведении и деятельности человека.

Отражательно-оценочная роль эмоций. Эмоции дают субъективную окраску происходящему вокруг нас и в нас самих. Это значит, что на одно и то же событие разные люди могут эмоционально реагировать совершенно differently. Например, у болельщиков проигрыш их любимой команды вызовет разочарование, огорчение, у болельщиков же команды соперника – радость. Эмоции помогают оценивать не только прошедшие и происходящие события, но и будущие. Например, предвкушение удовольствия, когда человек идет в театр или на концерт, или ожидание неприятных переживаний, если плохо подготовился к экзамену.

Управляющая роль эмоций. Эмоции важны для управления поведением человека. Это один из психофизиологических механизмов этого управления. Эмоции влияют на мотивацию и на процесс принятия решения о действии или поступке. Физиологические изменения возникающие в результате

той или иной эмоции влияют на качество деятельности и работоспособность человека.

Дезорганизующая роль эмоций страх может нарушить поведение человека, связанное с достижением какой-либо цели, вызывая у него пассивно-оборонительную реакцию (ступор при сильном страхе, отказ от выполнения задания). Дезорганизующая роль эмоций видна и при злости, когда человек стремится достичь цели во что бы то ни стало, тупо повторяя одни и те же действия, не приводящие к успеху.

При сильном волнении человеку бывает трудно сосредоточиться на задании, он может позабыть, что ему надо делать. Один курсант летного училища при первом самостоятельном полете забыл, как сажать самолет, и смог совершить это только под диктовку с земли своего командира.

Управляя поведением человека, эмоции выполняют различные функции.

Функции эмоций: защитная, мобилизующая, компенсаторная, сигнальная.

Защитная функция эмоций связана с возникновением страха. Страх предупреждает человека о реальной или мнимой опасности, способствуя тем самым лучшему продумыванию возникшей ситуации, более тщательному определению вероятности достижения успеха или неудачи. Тем самым страх защищает человека от неприятных для него последствий, а возможно и от гибели.

Мобилизующая функция эмоций проявляется, например, в том, что страх может способствовать мобилизации резервов человека за счет выброса в кровь дополнительного количества адреналина. (при опасности и спасении бегством, радость также способствует мобилизации)

Компенсаторная функция эмоций состоит в возмещении информации, недостающей для принятия решения или вынесения суждения о чем-либо. Когда мы сталкиваемся с чем-то незнакомым объектом или явлением, эмоция придает этому объекту или явлению соответствующую окраску положитель-

ную или отрицательную, в зависимости от того на что это похоже из ранее встречавшегося. Хотя с помощью эмоции человек выносит обобщенную и не всегда обоснованную оценку объекта или ситуации, она все же помогает ему выйти из тупика, когда он не знает, что ему делать в данной ситуации.

Сигнальная функция эмоций. Эмоция, как правило, имеет внешнее выражение, с помощью которого человек или животное сообщает другому о своем состоянии.

Механизмы эмоций. Имеется несколько теорий, объясняющих, почему возникают эмоции.

Теория эмоций Джеймса-Ланге

Теория разработана независимо Уильямом Джеймсом (в 1884 г.) и Карлом Ланге (в 1885 г.)

Американский психолог У. Джеймс и датский психолог Г.Н. Ланге выдвинули периферическую теорию эмоций, основанную на том, что эмоции связаны с определенными физиологическими реакциями. Они утверждают, что мы не потому смеемся, что нам смешно, а нам потому смешно, что мы смеемся. Смысл этого парадоксального утверждения заключается в том, что произвольное изменение мимики и позы приводит к непроизвольному появлению соответствующей эмоции. Эти ученые говорили: изобразите гнев – и вы сами начнете переживать это чувство; начните смеяться – и вам станет смешно; попробуйте с утра ходить, еле волоча ноги, с опущенными руками, согнутой спиной и грустной миной на лице – и у вас действительно испортится настроение.

Основная идея – эмоции являются следствием осознания человеком рефлекторных физиологических изменений в организме, а не наоборот.

Некоторые аспекты теории сегодня:

- периферическая теория эмоций предполагает, что источник эмоционального переживания находится на «периферии» организма – в телесных реакциях (мышечных, сосудистых), а не в ЦНС.

- когнитивные теории эмоций (С. Шактер 1962 г.) унаследовали из тео-

рии Джеймса-Ланге идею о первичности физиологических реакций перед психологическим переживанием. Они предполагают, что переживание эмоции – это интерпретация физиологических реакций организма в конкретном контексте.

- современные теоретики развивают идеи Джеймса-Ланге, предполагая, что опыт эмоций модулируется не только физиологической обратной связью, но и другой информацией.

Критика теории Джеймса-Ланге:

- неспецифичность висцеральных изменений. Одни и те же физиологические реакции (например, увеличение частоты сердечных сокращений, потливость, расширение зрачков) могут быть связаны с разными эмоциями или состояниями, не связанными с эмоциями.

- медленность физиологических изменений по сравнению со скоростью возникновения эмоций.

- данные экспериментов, показавших, что искусственное вызывание телесных реакций (например, инъекция адреналина) не всегда порождает полноценное эмоциональное переживание (холодная эмоция Мараньона).

- Противопоставление «низших» и «высших» эмоций . Л.С. Выготский критиковал теорию за то, что она противопоставляет «низшие», элементарные эмоции, полностью обусловленные физиологическими сдвигами в организме, и «высшие», истинно человеческие переживания (эстетические, интеллектуальные, нравственные)

Хотя отрицать наличие условно-рефлекторной связи между переживанием эмоции и ее внешним и внутренним проявлениями нельзя, содержание эмоции не сводится только к физиологическим изменениям в организме.

Таким образом, хотя теория Джеймса-Ланге подвергалась критике и модифицировалась со временем, её отдельные идеи остаются актуальными для современной психологии эмоций.

Теория эмоций Эдмунда Гельгорна

Она относится к физиологическим концепциям в психологии. Гельгорн

считал, что ключевая функция эмоций – энергетическая мобилизация организма в ответ на внешние и внутренние стимулы. Эмоции напрямую влияют на физиологические процессы, настраивая тело на действие.

1. Положительные эмоции:

- усиливают инервацию мышц; повышается готовность к движению
- расширяются мелкие артерии – улучшается кровоток;
- ускоряют кровообращение – ткани получают больше кислорода и питательных веществ;
- повышают температуру кожи – тело согревается;
- улучшают питание тканей – эффект «омоложения»

2. Отрицательные эмоции (печаль, страх, гнев)

- вызывают спазм сосудов – ухудшается кровоснабжение органов;
- парализуют или ослабляют мышечную активность – движения становятся медленными, неуверенными;
- провоцируют озноб, ощущение нехватки воздуха, тяжесть в груди;
- нарушают питание тканей – кожа, волосы, ногти, зубы страдают первыми;
- запускают процессы старения организма при хроническом воздействии.

Примеры физиологических реакций:

Радость – улыбка, расслабленные плечи, теплая кожа, учащенное, но ровное дыхание.

Страх – бледность кожи, дрожь, похолодание конечностей, прерывистое дыхание, сухость во рту.

Гнев – покраснение лица, напряжение мышц челюсти и шеи, учащенный пульс, сжатие кулаков.

Концепция Гельгорна дополняет другие модели эмоций.

Ограничения теории: она фокусируется на физиологическом аспекте, оставляя в стороне когнитивные и социальные факторы эмоций (например, влияние культурных норм или личного опыта)

Информационная (потребностно-информационная) теория эмоций П.В. Симонова.

Интересную гипотезу о причинах появления эмоций выдвинул П.В. Симонов. Он утверждает, что эмоции появляются вследствие недостатка или избытка сведений, необходимых для удовлетворения потребности. Степень эмоционального напряжения определяется силой потребности и величиной дефицита информации, необходимой для достижения цели. Отрицательные эмоции, по мнению Симонова, возникают при недостатке сведений, необходимых для достижения цели, что в жизни бывает чаще всего. Например, эмоция страха развивается при недостатке сведений, необходимых для защиты.

Суть теории – возникновение эмоций через призму потребностей и информации.

Симонов утверждал, что эмоции отражают

- величину и качество актуальной потребности человека
- оценку вероятности её удовлетворения на основе врожденного и приобретенного опыта.

Ключевая идея: эмоция – это результат когнитивной обработки информации о том, насколько имеющиеся ресурсы позволяют удовлетворить возникшую потребность.

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте характеристику воли как процесса сознательного регулирования поведения.
2. Что относится к волевым качествам человека?
3. Каким образом мотивационная сфера характеризует личность? Какие вы знаете основные мотивы поведения человека?
4. Что такое «эмоции»? Раскройте соотношение понятий «эмоции» и «чувства».
5. Какие теории возникновения эмоций вы знаете?
6. Раскройте роль эмоций в регуляции поведения.