

УДК 159.942

ЕМОЦІЙНІ ПРОЦЕСИ ТА КЕРУВАННЯ ЕМОЦІЯМИ КУРСАНТАМИ*Гнатюк О. М.***Цюприк А. Я.**, канд. пед. наук, доцент
Львівський державний університет безпеки життєдіяльності

Аналізуючи причини невдач, помилок своїх або чужих, курсант нерідко приходиться до висновку, що саме емоції перешкодили впоратися із завданнями. Хтось погано провів ділову зустріч, тому що сильно нервував, хтось невдало виступив публічно, тому що не зумів подолати хвилювання.

Діяльність людини, її поведінка завжди викликають позитивне або негативне ставлення до неї. Ставлення до дійсності відображається в мозку й переживається як задоволення або незадоволення, радість, сум, гнів, сором. Такі переживання називають емоціями, почуттями. [2]

Емоції та почуття здійснюють сигнальну та регулювальну функції, спонукають людину до знань, праці, вчинків або стримують її. Людські емоції і почуття найяскравіше виражають духовні запити і прагнення людини, її ставлення до дійсності. Вони визначаються як особливий клас суб'єктивних психологічних станів, що відображаються у формі безпосередніх переживань і приємних процесів в результаті практичної діяльності.

Емоції є специфічною реакцією організму на зміни у внутрішньому або зовнішньому середовищі. Рейковський Я. підкреслює, що компоненти емоційного процесу характеризують його як внутрішній стан, як акт регулювання, а не як поведінковий акт особи, що суб'єктивно переживає психічні явища. В зв'язку з цим він виділив три основних компоненти емоційного процесу: [1]

Перший – це компонент емоційного збудження, що визначає мобілізаційні зрушення в організмі.

Другий компонент емоційного процесу пов'язаний з тим, яке значення емоційна подія має для суб'єкта – позитивну або негативну.

Третій компонент пов'язаний зі специфічними якісними особливостями події, що має значення для суб'єкта, і відповідно може бути охарактеризований як зміст (або якість) емоції.

Емоціям властива полярність. Вона виявляється в тому, що кожна емоція, кожне почуття за різних обставин можуть виявлятися протилежно: «радість – горе», «любов-ненависть», «симпатія – антипатія», «задоволення – незадоволення». Полярні переживання мають явно виражений позитивний або негативний відтінок. Умови життя та діяльності викликають почуття різного рівня активності. Розрізняють стеничні емоції і почуття – ті, що посилюють активність, спонукають до діяльності, та астеничні – ті, що пригнічують людину, послаблюють її активність. [4]

Залежно від індивідуальних особливостей особистості, її стану і ставлення до ситуації та об'єктів, що викликають переживання, емоції і почуття виявляються більш або менш інтенсивно, бувають довготривалими або короткочасними. [3]

Отже, у вивченні життєдіяльності курсанта найбільш істотно те, що всі основні типи станів не тільки зберігаються в діяльності, а й часто виступають у найбільш чіткій формі поведінки.

Література:

1. Рейковський Я. Експериментальна психологія емоцій. М., 1979.-231с.
2. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб./ О.В. Скрипченко, Л.В. Доменська, З.В. Огороднійчук та ін.- К.: Просвіта, 2001.- 416с.
3. Кон И.С. Психологические особенности подростка / Возрастная и педагогическая психология: учебник для студентов пед.ин-тов.- М.: Просвещение, 1979.
4. Комаров О.М. Режимы праці та відпочинку персоналу / Управління персоналом. - 2005. - № 6.