

emocje





# emocje – definicje

✦ **silne odczucie o charakterze pobudzenia**



✦ **pozytywnego**

- **pod wpływem szczęścia, zachwytu, spełnienia**

✦ **negatywnego**



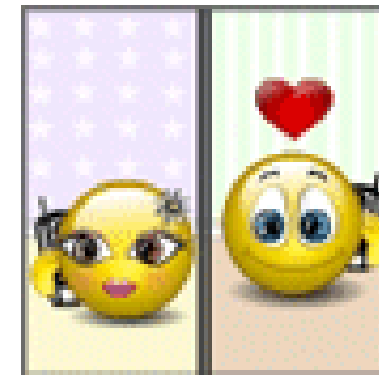
- **pod wpływem gniewu, odrazy, strachu**



# emocje – definicje

**procesy psychiczne, które poznaniu i czynnościom podmiotu nadają**

- ✿ **jakość**
- ✿ **określają znaczenie, jakie mają**
  - ✓ **będące źródłem emocji przedmioty**
  - ✓ **zjawiska**
  - ✓ **inni ludzie**
  - ✓ **własna osoba**





# emocje – definicje

- ✿ **subiektywny stan psychiczny**
- ✿ **uruchamia priorytet dla związanego z nią programu działania**
- ✿ **odczuwaniu towarzyszą zwykle zmiany**
  - **somatyczne**
  - **ekspresje mimiczne i pantomimiczne**
  - **zachowania**





# cechy procesów emocjonalnych

## ✿ znak

- pozytywny – przyjemność
- negatywny – przykrość



## ✿ natężenie

- wiąże się z wielkością wpływu tego procesu na zachowanie, tok myśli itp.

## ✿ treść

- określa znaczenie bodźca i usposabia do konkretnego zachowania



# emocje – podział

## pierwotne

- ✿ **niższe**
- ✿ **dotyczą zaspokojenia biologicznych potrzeb organizmu**

## wtórne

- ✿ **wyższe**
- ✿ **mają charakter społeczny**
- ✿ **dotyczą sfery wartości i wiedzy**
- ✿ **obejmują**
  - **uczucia moralne (etyczne)**
  - **uczucia estetyczne**
  - **uczucia intelektualne**





# typy emocji

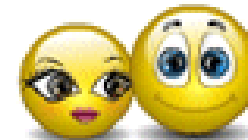
- ☀ uczucia
- ☀ afekty
- ☀ nastroje
- ☀ namiętności





# uczucia

**stany psychiczne wyrażające ustosunkowanie się człowieka do określonych zdarzeń, ludzi i innych elementów otaczającego świata, polegające na odzwierciedleniu stosunku człowieka do rzeczywistości**

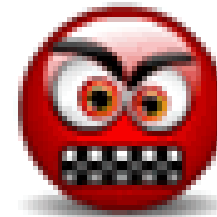






# afekty

- ✦ uczucia powstające najczęściej pod wpływem silnych bodźców zewnętrznych
- ✦ zwłaszcza działające nagle
  - gniew
  - złość
  - rozpacz
  - radość
  - strach

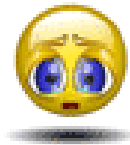




# nastroje



- ✦ **uczucia długotrwałe**
- ✦ **mała siła**
- ✦ **spokojny przebieg**
  - **zadowolenie lub niezadowolenie**
  - **wesołość lub smutek**
  - **niepokój**
  - **tęsknota**





# **namiętności**



- ✿ **trwałe skłonności do przeżywania różnych nastrojów i afektów w związku z określonymi celami dążeń człowieka**
- ✿ **duża siła pobudzająca**
- ✿ **ukierunkowują myśli, spostrzeżenia, pamięć i inne procesy psychiczne**
- ✿ **charakterystyczne dla wieku młodego, z czasem słabną**
- ✿ **niektóre (np. chciwość) mogą narastać**





# czynniki wywołujące emocję

specyficzna orientacja w otoczeniu

✦ **ocena poznawcza** – rozpoznanie przez podmiot określonego zdarzenia jako znaczącego



✦ **ocena pierwotna** – proces determinujący czy emocja się pojawi, a jeśli tak, to jaka będzie jej siła

✦ **ocena wtórna** – wiąże się z rozważeniem w jaki sposób można uporać się z problemem i z emocjonalnymi konsekwencjami wystąpienia tego problemu



# funkcje emocji

- ✿ **pobudzają nas do podjecie określonego działania, ukierunkowują i podtrzymują takie działania wobec określonych celów, które są dla nas korzystne (funkcja motywacyjna)**
- ✿ **pomagają w organizowaniu naszych doświadczeń**
- ✿ **regulują interakcje społeczne**
- ✿ **mogą pobudzać do zachowań prospołecznych**
- ✿ **emocje mają funkcję komunikacyjną**



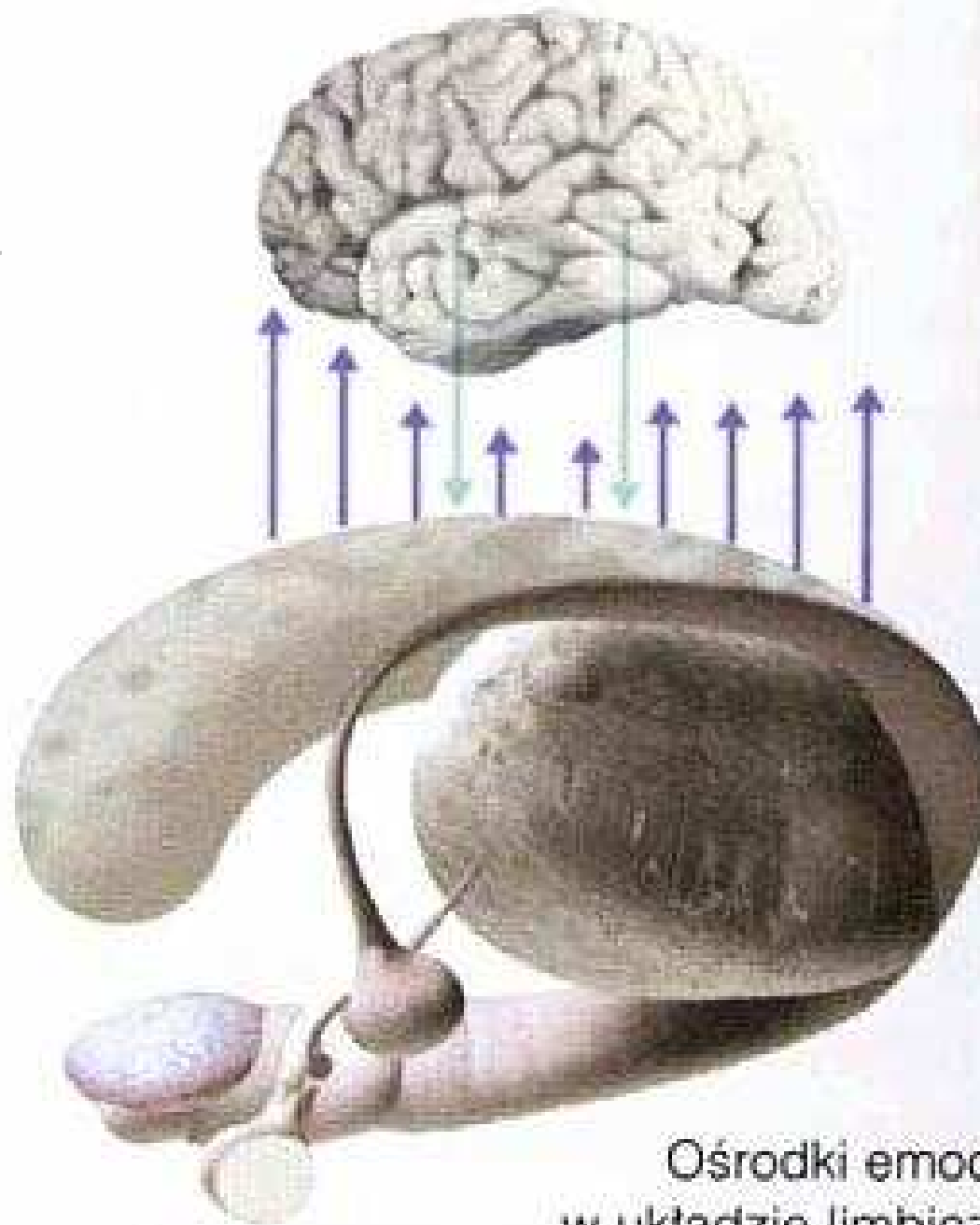


# mechanizmy emocji:

➔ **podkorowe**

➔ **korowe**

Ōsrodki percepcyjne w korze



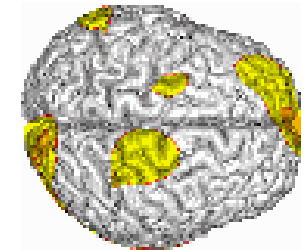
Ōsrodki emocyjne  
w układzie limbicznym



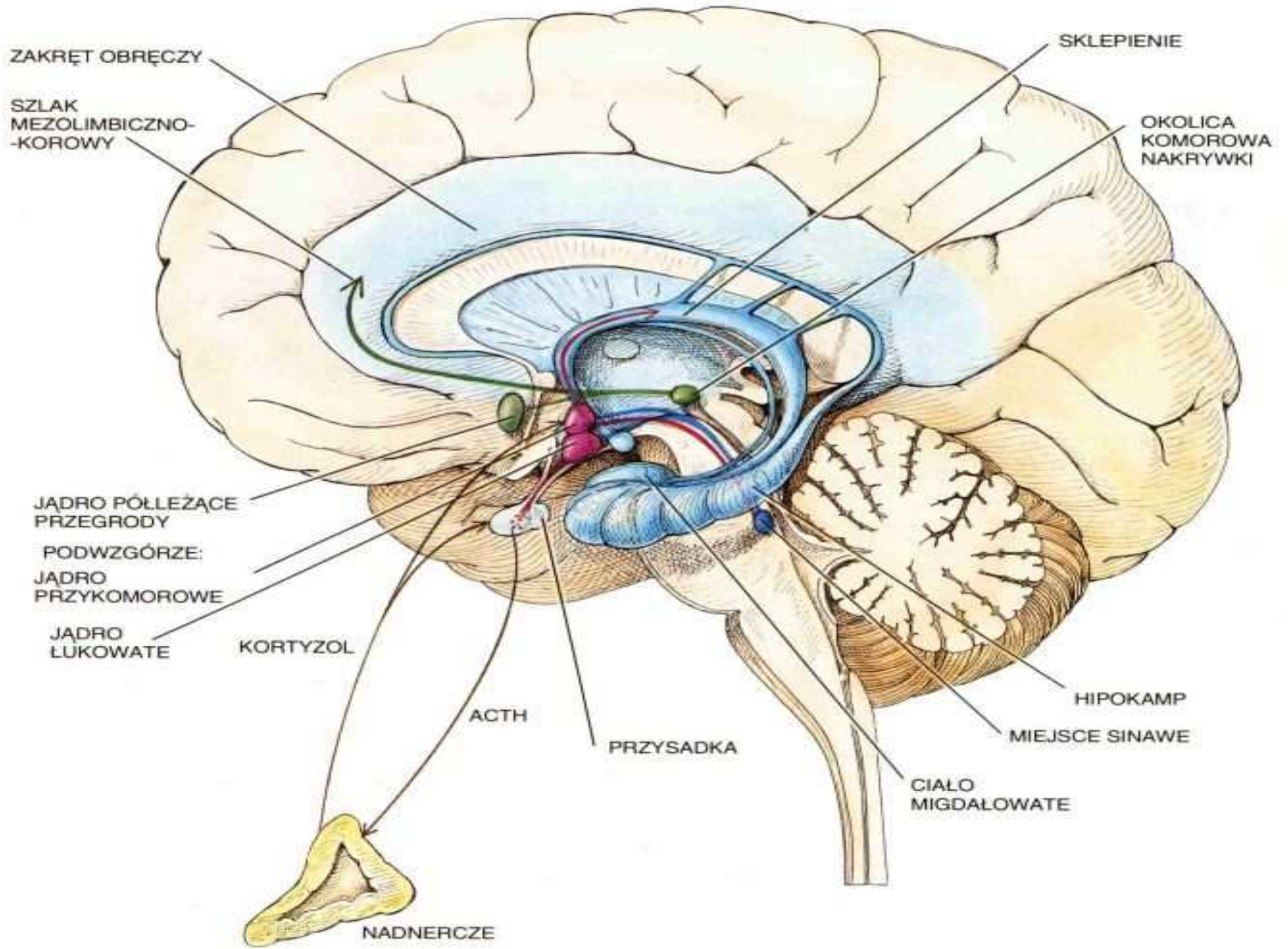
# podkorowe mechanizmy emocji

## układ limbiczny tworzą:

- ✦ **hipokamp z korą śródwęchową zakrętu przyhipokampowego**
- ✦ **zakręt obręczy i zakręty oczodołowe**
- ✦ **ciało migdałowe**
- ✦ **część brzuszna gałki bladej i prążkowiec**
- ✦ **przegroda**
- ✦ **niektóre struktury między- i śródmózgowia**











# objawy uszkodzenia ciała migdałowatego

**zależą od tego, które z jego jąder zostało uszkodzone**

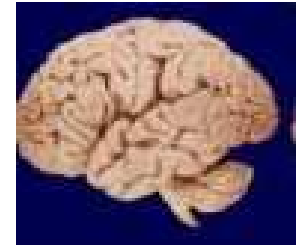
- ✿ **zahamowanie, łagodność**
- ✿ **agresję, napady wściekłości**
- ✿ **zanik lęku**
- ✿ **wzmożona aktywność seksualna**
- ✿ **patologiczna żarłoczność**



*Zespół Kluver-Bacy'ego po obustronnym uszkodzeniu ciała migdałowatego. Małpy z tym zespołem nie były w stanie odróżnić znaczenie bodźca negatywnego od pozytywnego, wskutek czego jadły rzeczy normalnie dla nich niejadalne, kopulowały z różnymi przedmiotami i przestały obawiać się bodźców świadczących o zagrożeniu.*



# korowe mechanizmy emocji



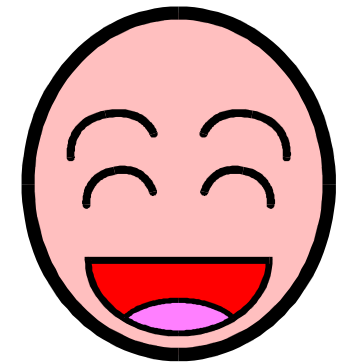
## nowatorska koncepcja Hebba

*odczuwanie przyjemności związane jest z mózgowymi procesami integracyjnymi, natomiast dezintegracja i rozpad organizacji mózgowych wywołuje przykre stany emocjonalne*



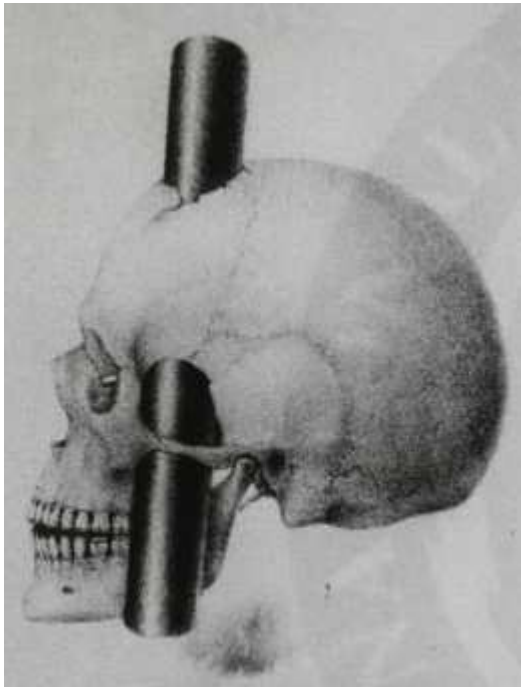
## **regulacyjna funkcja kory mózgowej wobec reakcji emocjonalnych przejawia się w następujących zachowaniach:**

- ✦ dostosowaniu wielkości i cech reakcji emocjonalnych do sytuacji**
- ✦ tworzeniu i przechowywaniu sposobów zachowania się, służących redukcji stanów emocjonalnych**
- ✦ pośredniczeniu w wywoływaniu reakcji emocjonalnych**





# historia słynnego brygadzisty



**stalowy pręt przebił  
lewy policzek Phineas'a  
Gage'a i przechodząc przez  
lewą przedczołową część  
mózgu wyszedł otworem  
wybitym na szczycie  
czaszki**

**współcześni badacze  
potwierdzają silny związek  
kory przedczołowej  
z ciałem migdałowatym**





## zespół Phineasa Gage'a charakteryzują:

- ☀ konfabulacje
- ☀ zachowania „kolekcyjne”
- ☀ niekontrolowane reakcje
- ☀ nie respektowanie norm (społecznych, etycznych)
- ☀ zanik odpowiedzialności
- ☀ niemożność nawiązywania głębszych więzi z ludźmi
- ☀ dziecinna bez troska
- ☀ brak doznawania uczuć



**przy zachowaniu względnie normalnego poziomu funkcjonowania intelektualnego, pamięci i mowy**



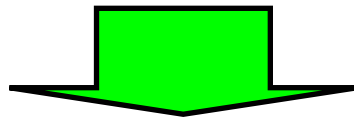
# **płaty czołowe stanowią mózgowie centrum regulacji osobowości**

**potwierdzają to neurochirurgiczne zabiegi lobotomii**

**(Egas Moniz, Nobel 1949)**

**istotne zmiany osobowości pacjenta**

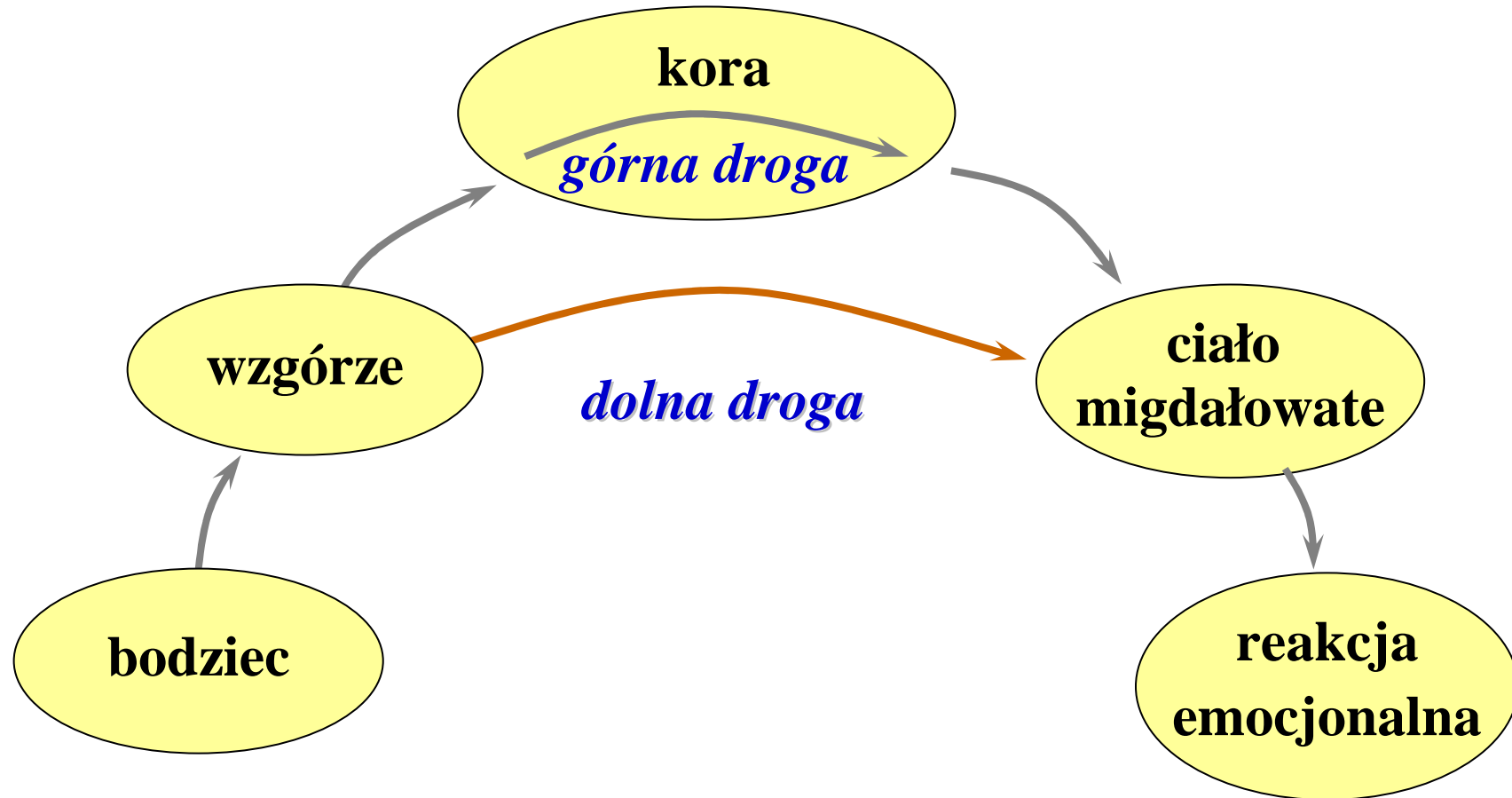
**przerwaniem połączeń między okolicą oczodołową  
a strukturami podkorowymi**



**czołowe zaburzenia emocjonalne**

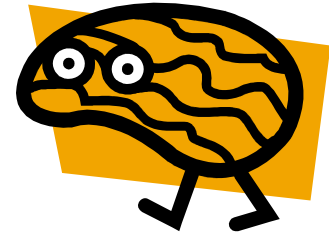


# dolne i górne drogi do ciała migdałowatego





# dolne i górne drogi do ciała migdałowatego



- ✦ droga dolna omija korę, dostarcza ciało migdałowatemu impulsy nieprzetworzone świadomie  
odpowiedzialna za reakcje emocjonalne nieświadome
- ✦ droga górna umożliwia sekwencję
  1. bodziec
  2. świadome rozpoznanie
  3. ocena
  4. reakcja afektywna
  5. zachowanie





# badania nad procesami nieświadomymi

## ✦ efekt samej ekspozycji

wzrost pozytywności ocen wraz z częstością  
eksponowania bodźców

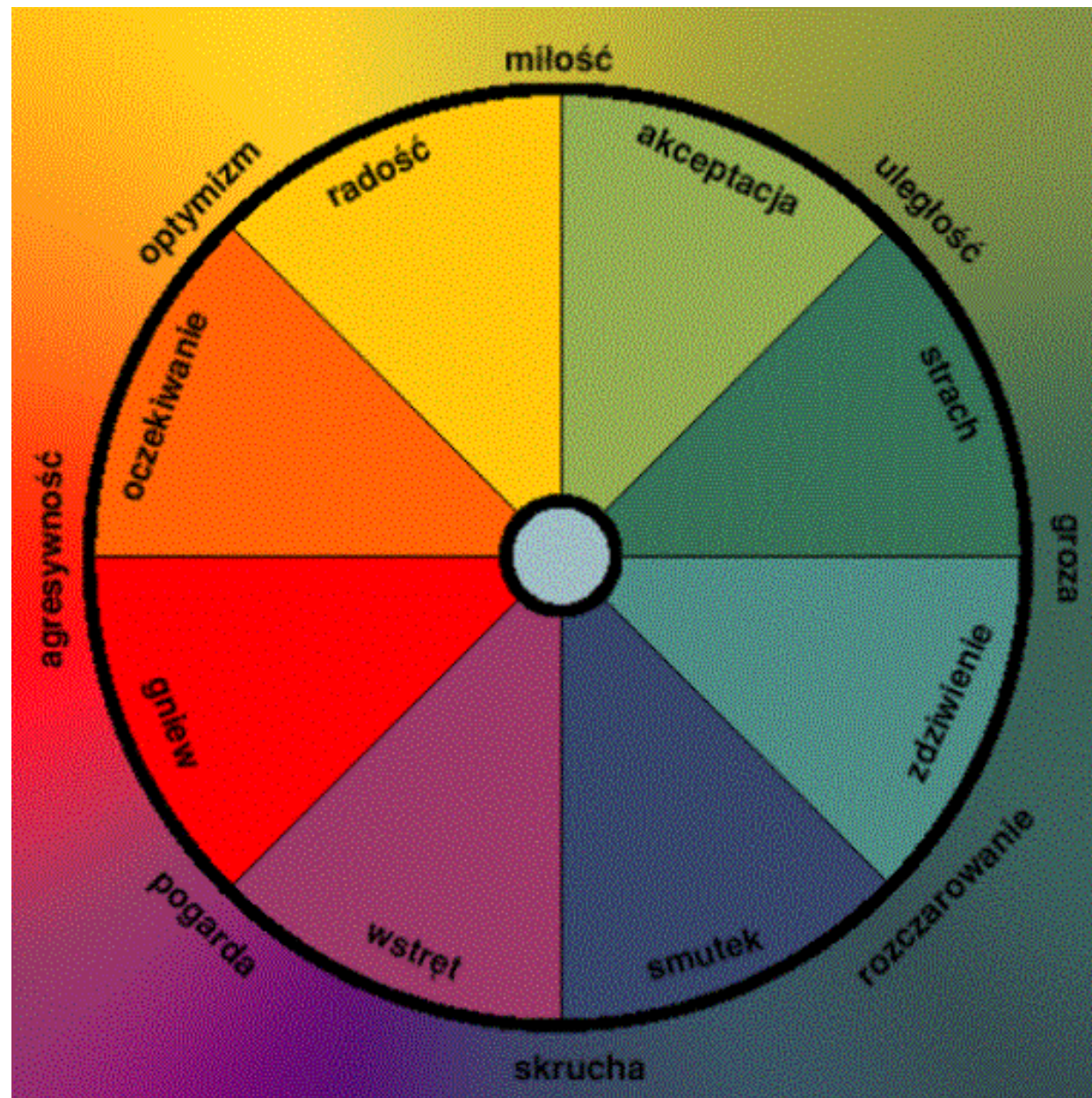
✦ niezależnie od ich rozpoznania jako  
znanych czy uznania za nieznane



✦ znaczenie bodźców niezauważalnych  
w reklamie



# koło emocji





lek





# strach



- ✦ **silna przykra emocja**
- ✦ **wrodzony**
- ✦ **pojawiająca się w sytuacjach realnego zagrożenia**
- ✦ **wrodzoną reakcją organizmu w takiej sytuacji jest odruch ucieczki**
- ✦ **przejawy fizjologiczne**
  - ▢ **staniecie włosów na głowie**
  - ▢ **napięcie wszystkich mięśni**
  - ▢ **w przypadku bardzo silnego strachu jako element przygotowania do ucieczki może nastąpić nieświadome wypróżnienie**



# strach a lęk

- +** psychopatologia odróżnia strach od lęku, którego obiekt jest zawsze irracjonalny





# lęk

☀ stan emocjonalny związany z antycypacją niebezpieczeństwa nadchodzącego z zewnątrz lub pochodzącego z wewnątrz organizmu

☀ objawy

- niepokój
- uczucie napięcia
- skrepowanie
- zagrożenie

☀ lęk staje się patologiczny gdy

- stale dominuje w zachowaniu
- nie pozwala na swobodę
- w konsekwencji prowadzi do zaburzeń



**reakcje lękowe tracą swoją przystosowawczą funkcję i są nieadekwatne do bodźców, a niepokój wywołują sytuacje nie mające znamion zagrożenia**





# typy lęku

- ✿ **odczuwany** – wyczekiwanie na wydarzenia przykre, o których nie wiemy nic konkretnego
- ✿ **domniemany** – na podstawie wyobrażeń, a nie rzeczywistego zagrożenia
- ✿ **ukryty** – przemieszczenie z przejawu w postać np. somatyczną
- ✿ **wolnopłynący** – uczucie przenikającego nieokreślonego niepokoju
- ✿ **napadowy** (paniczny) – ostry napad lęku z poczuciem przerażenia oraz z silnymi objawami wegetatywnymi
- ✿ **agitacja** – silny lęk z towarzyszącym niepokojem ruchowym
- ✿ **fobiczny** (sytuacyjny) – obawa przed określoną sytuacją, która doprowadza do jej unikania





# komponenty wegetatywne lęku

- ✿ pocenie się
- ✿ drżenie
- ✿ tężenie mięśni
- ✿ mrowienie
- ✿ ból serca
- ✿ zakłócenia oddychania
- ✿ biegunka
- ✿ moczenie się

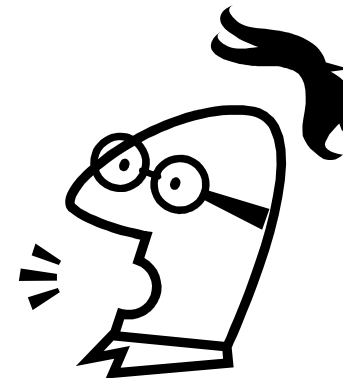






# poziomy lęku

- ✿ **fizjologiczny**
- ✿ **poznawczo-afektywny**
- ✿ **behawioralny**





## **poziom fizjologiczny**

- ✿ kołatanie serca**
- ✿ wzrost częstotliwości oddychania**
- ✿ pocenie się**
- ✿ nudności, ból żołądka (ssanie)**
- ✿ suchość w ustach**
- ✿ podwyższony tremor i tonus mięśniowy**
- ✿ zaczerwienienie twarzy**
- ✿ zmiany brzmienia głosu**





# poziom poznawczo-afektywny

- ✿ **brak zdecydowania**
- ✿ **słabe skupienie uwagi**
- ✿ **drażliwość**
- ✿ **utrata pewności siebie**
- ✿ **natręctwa myślowe**





## poziom behawioralny

- ✿ obgryzanie paznokci
- ✿ spowolnienie ruchów
- ✿ nasilenie tików nerwowych
- ✿ odizolowanie się od grupy
- ✿ nasilenie pobudliwości psychoruchowej

