

Човекът е социално животно, което преживява света посредством своята психика. Тя е явление, което възниква при срещата на две “тела” – едното е околната среда, а другото е нервната. Продукт на психиката на човек са психичните явления. Те от своя страна се делят на три групи, които си взаимодействат взаимно. Една от тези групи са психичните процеси – познавателни, емоционални и волеви.

Емоционалните психични процеси това са емоциите и чувствата – в действителност това е, което човек преживява, това, което можем да разберем доколко нашите потребности са задоволени или не – това е социалното ни отношение към нещата.

Какво всъщност са емоциите? Това е въпрос, който е разглеждан от сравнително голям брой автори. Единственото общо, което те констатира е, че емоциите са преживявания свързани с инстинктите, с потребностите и мотивите на човек. Те изпълняват функцията на гравитационно поле, в което протичат всички психични процеси – възприятие, мислене, памет, въображение и т.н. Всички те резултират в положителни или отрицателни емоции, т.е. в удовлетворяване или неудовлетворяване на потребностите и мотивите на хората.

От гледна точка на типологията емоциите се делят основно на удовлетствени или неудоволствени. Според силата и времето някои автори разделят емоциите на:

**Слаби**

**Умерени**

**Силни**

### **Краткотрайни**

Полъх на емоции

Емоции

Афект

### **Дълготрайни**

Настроения

Чувства

Страсти

Други автори описват емоциите, като елементарни (нисши) и висши. Според тях това са инстинктите, нагоните, удовлетворяването на социалните потребности.

Друга класификация разделя емоциите на стенични и астенични – реакции, които се изразяват с бурно или пасивно поведение.

Емоциите възникват по конкретни поводи, т.е. те са ситуативни и са много разнообразни. Те са състояние, което се характеризира с възбуда, промени във физиологичните функции, специфични мисли и поведенчески прояви. Те отразяват субективното отношение на човека към въздействията на външната среда. Емоциите настъпват внезапно и трудно се контролират.

Във физиологията с термина емоции се означават някои вродени специфични форми на поведение, които се съпътстват от определени вегетативни реакции. В това отношение съществуват трудности при формулирането на емоциите, тъй като повечето реакции могат да са наблюдават и при отсъствието им.

Например страховете емоции се съпътстват или от активно, или от пасивно отбранителни реакции, но и в двата случая имаме налице еднообразни вегетативни прояви, като – повишаване кръвното налягане, учестяване на пулса, разширение на зениците и др. Яростта е друго емоционално състояние, което се характеризира с агресивни прояви, учестяване сърдечната дейност, хиперадреналинемия, повишаване на телесната температура и др. Реакциите на страх и ярост представляват защитни механизми, чрез които организма на човек се приспособява към заплашващите го ситуации.

Други физиологични промени настъпващи в организма на хората са например двигателните или соматични прояви – мимика (пантонима), промяна на позата, повдигане и извиване на гръбначния стълб, нападение или бягство и др.

Емоционално предизвиканото поведение се свежда обикновено до “борба” или “бягство”. По същество тези реакции са приспособителни и целят запазване на индивида. При това поведение удовлетворените или неудовлетворените изживявания дават ясен външен израз.

Тези реакции предизвикани от емоциите са свързани с лимбичната система. Това е тази част от главния мозък, която в миналото се наричаше rhinencephalon. Тя е най-старата част от мозъчната кора и е разположена в хилуса на двете хемисфери. Основните ѝ връзки са с предните таламусни ядра и хипоталамуса. По този начин се формира една затворена кръгова система, известна като кръг на Папец. Ето защо важно значение и роля при проявление на емоциите имат амигдалата и хипоталамуса.

Като основни функции на емоциите можем да отбележим тяхната познавателност, регулиращата им способност, приспособителната им роля, сигналната им дейност и компенсаторната им функция.

Не само в житейската, но и в психологическата практика думи, като чувство, афект, настроение се използват самостоятелно, т.е. диференцирано от емоциите, а в действителност те са емоционални състояния.

За разлика от емоциите чувствата са обобщение на конкретни емоции – в тях се включват емоции. В психологията някои автори разграничават различни видове чувства:

Нравствени чувства – те са характеристика на личността.

Познавателни чувства – любопитство, удивление, любознание, съмнение, убеждение, пренебрежение и др.

Естетически чувства – чувство за красиво, прекрасно, чувство за низко, грозно.

Религиозни чувства.

Необикновено силното и доминиращо чувство се нарича страст. Друго емоционално състояние, което е по-трайно и се определя от по-незабележими вътрешни и външни влияния е настроението.

Количествено по-силно изразената, но краткотрайна емоционална реакция се нарича афект. Съществуват два вида афекти:

- 1) Физиологичен – той представлява краткотрайна психоза, която трае няколко минути.
  
- 2) Патологичен – винаги е свързан с помрачено съзнание.

Важен момент за разграничаването на двата вида афекта е, че патологичния възниква бързо и няма реален повод. Когато пациента излезе от това състояние той няма никакъв спомен за него. Патологичният афект се наблюдава при крайна психоза.

Когато човек има пълна уравновесеност на емоционалния си живот казваме, че той се намира в състояние на еутимия. Това е много рядко срещано състояние.

По принцип хората са различни по отношение на тяхната емоционална възбудимост и устойчивост. В живота различаваме сдържани, хладни, емоционални хора, хора с по-устойчиви емоции, отзивчиви и други.

На човек винаги му е било интересно дали той осъзнава емоциите си. Някои от тях той не винаги осъзнава, поради въздействието на блокиращи (защитни) механизми, които са свързани с неговия житейски опит и социално-културните норми. Това са така наречените непрестижни емоции. При тях се създават механизми за блокиране на конкретното чувство и тъй като то не може да изчезне се трансформира в друго чувство.

В емоционалния живот на човек съществуват няколко вида разстройства. Те се наблюдават предимно при всички видове патологични заболявания.

Едно от тези разстройства е хипертимията. При нея преобладават стеничните емоции, като радост, гняв. Хипертимията е типичен симптом на синдрома мания. Манията се съчетава с още два симптома – хипербулия и ускорен мисловен процес. Ако хипертимията се проявява в лека форма тя може да не се разпознава от околните, но при средна или тежка се забелязва. Разликата между нормалното и патологичното в случая е в продължителността на това състояние.

Друго емоционално разстройство, което прилича на хипертимията е еуфорията. Тя представлява съчетание на веселост с глуповатост, т.е. редуциране на интелектуалните способности на човек или по недооценка на ситуацията. Тя е по-тежък симптом от хипертимията и е сигнал за заболяване на мозъка – травма или възпаление.

Морията е емоционално разстройство сходно на еуфорията. Изразява се с глуповата веселост, остроумничене, лекомисленост, хипобулия до абулия. Морията е присъща най-вече на челните мозъчни тумори. Много от авторите не я разграничават от еуфорията.

Противоположно на хипертимията патологичен симптом е дистимията – болестно се засилват астеничните емоции (тъга, мъка). Тя е типична за депресиите. При нея може да има и страхува компонента. Дистимията се съчетава и с преживяване за вина или малоценност. В най-тежка форма е, когато имаме депресия в съчетание с налудности, като при това състояния се стига до мъчителна безчувственост. Т.е. пациентите се оплакват, че нямат чувства. Те не осъзнават това, като болестно състояние е не търсят помощ.

Противоположно емоционално разстройство на еуфорията е дисфорията. Тя представлява комбинация от мрачно настроение с гняв, злоба и агресия. Този симптом е сигнал също за органично заболяване на мозък.

Най-честото емоционално състояние, което се среща и при здравите хора, като защитна функция е страхът. В различните езици съществуват няколко думи за описване на страх, което означава, че има различни варианти на това състояние. Например – стряскане, уплаха, боязън, тревога, страх, ужас и т.н. Разликата между нормалното и патологичното състояние е, че при болния страха губи защитната си функция.

Съществуват две състояние на страх. Това са фобията и тревогата.

Фобията представлява повтарящ се ирационален страх и желание за избягване на конкретни обекти, дейности или ситуации. Ирационален страх е, защото всеки който е в

това състояние знае, че обекта на този страх не представлява опасност. Тук разликата между здравия и болния човек е, че при здравия имаме преодоляване на това състояние.

Тревогата е емоционално състояние, което възниква при неопределена опасност и се проявява в очакване на неблагоприятно развитие на нещата. Колкото е по-отдалечен обектът на тревогата, толкова тя е по-неясна. Тревогата е едно от най-често срещаните явления. В психопатологията най-важното при това състояние е да се диференцира обекта на тревогата. По принцип тя има две функции – едната е защитната, а другата е изследването на действителността. Тревогата се среща в основата на много диагнози, на най-често при психичните разстройства.

Друго емоционално разстройство е емоционалната амбивалентност, т.е. двойственост. Тя се изразява в едновременни и бързо сменящи се противоположни чувства към един и същи обект. По принцип това е нормално психично състояние. То е заложено у човека и се разрешава с помощта на вътрешен диалог. Ако няма такъв вече имаме наличие на емоционална амбивалентност. Тя има различни степени. Граничната ѝ степен, при тревожните разстройства може да стои на границата. Тежка степен на емоционална амбивалентност имаме при шизофрения, когато няма диалог между противоположните чувства и те съществуват безконфликтно у един и същи човек.

Паратимия – това е друго емоционално състояние. Тя се определя, като тежък симптом и често се свързва с шизофренията. Паратимията представлява дълбоко несъответствие между повода и емоционалната реакция. Среща се много рядко.

Невъзможността за овладяване и задържане на чувствата е друго разстройство, което се нарича емоционална инконтинентност (незадържане). То може да се наблюдава и при здравите хора при състояние на пренапрежение или умора. Болестно състояние става, когато е трайно и продължава дълго време. Такова е например мозъчната атеросклероза.

Обратното състояние на емоционалната инконтинентност е емоционалната ретенция. При нея не може да се дава външен израз на емоционалното състояние. Това разстройство е по-тежко от предходното.

Апатията или още наричана атимия е състояние при което напълно отсъстват емоции. Тя е симптом на много тежки разстройства, като шизофрения. Също се наблюдава и в случай, когато има тумор в челния дял на мозъка.

Някои автори дават екстазът, като друго емоционално разстройство. То не е продължително, но представлява силно изживяване на блаженство. При него се наблюдава приповдигнато самочувствие, съзнанието е стеснено и е насочено към конкретен обект, налице са тържествени изказвания при засилена двигателна активност или потиснатост. Екстазът е състояние, което се наблюдава най-често при епилепсия, по-рядко при хистерия или при употреба на упойващи вещества.

Това са всички емоционални разстройства описани в литературата, но тъй като знаем, че човек представлява една “загадка” е възможно да съществуват още много.