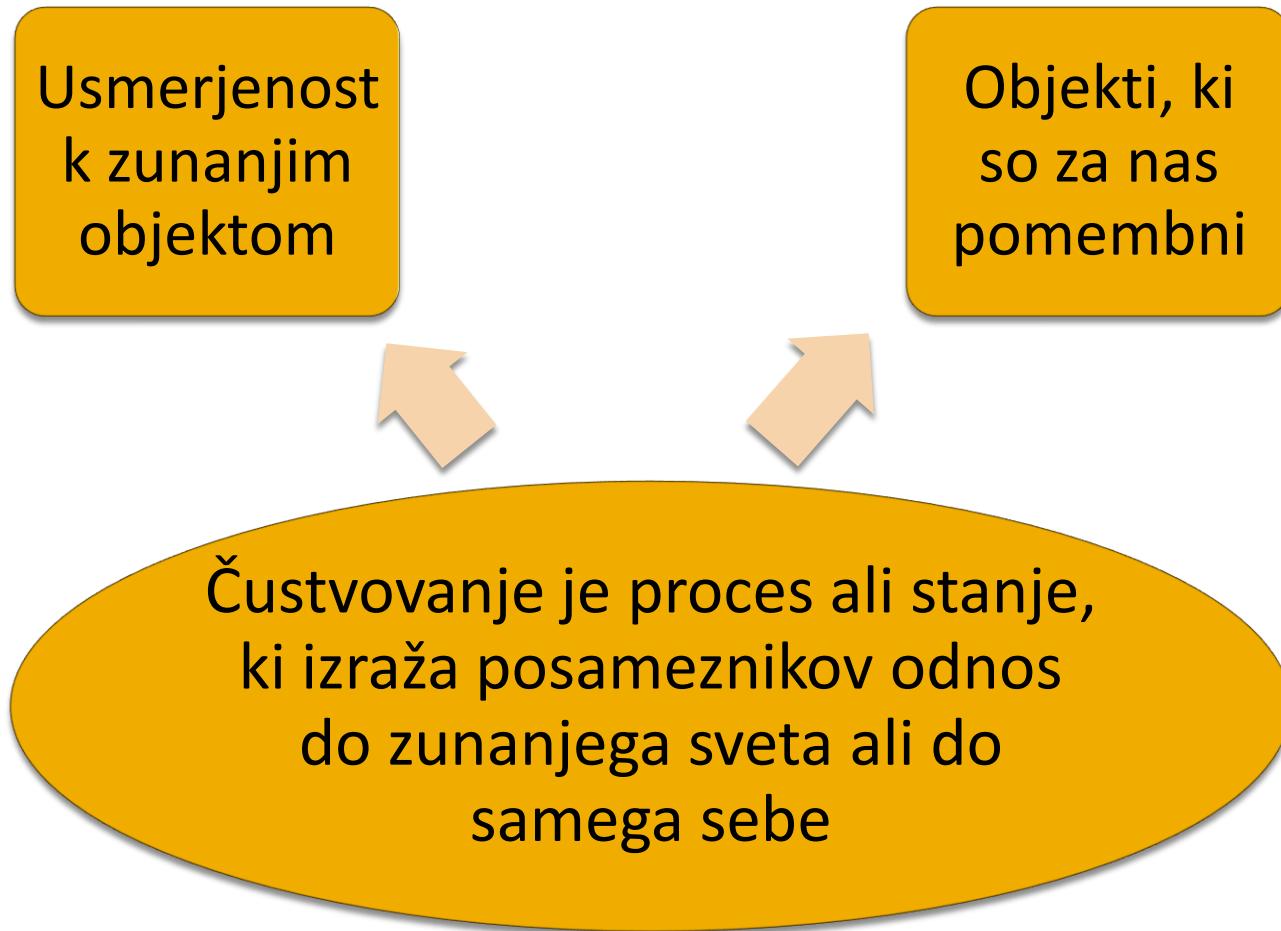


ČUSTVOVANJE



Opredelitev čustvovanja



Funkcije čustev

1. *Prilagoditvena funkcija* – prilagajanje spremembam v odnosu med posameznikom in okoljem → aktivacijska funkcija omogoča lažje spoprijemanje z novo situacijo
2. *Usmerjevalna funkcija* – usmerjajo in spodbujajo – približevanje in izogibanje → delujejo kot motivi
3. *Uravnavanje socialnih odnosov* → izražanje čustev deluje kot informacija

Vrste čustev

1. Vrednostni vidik
 1. Prijetna/pozitivna
 2. Neprijetna/negativna
2. Aktivnostni vidik
 1. Aktivna ali vzburjajoča
 2. Mirna ali pomirjajoča
3. Jakostni vidik
 1. Močna
 2. Šibka

Afekti in razpoloženja

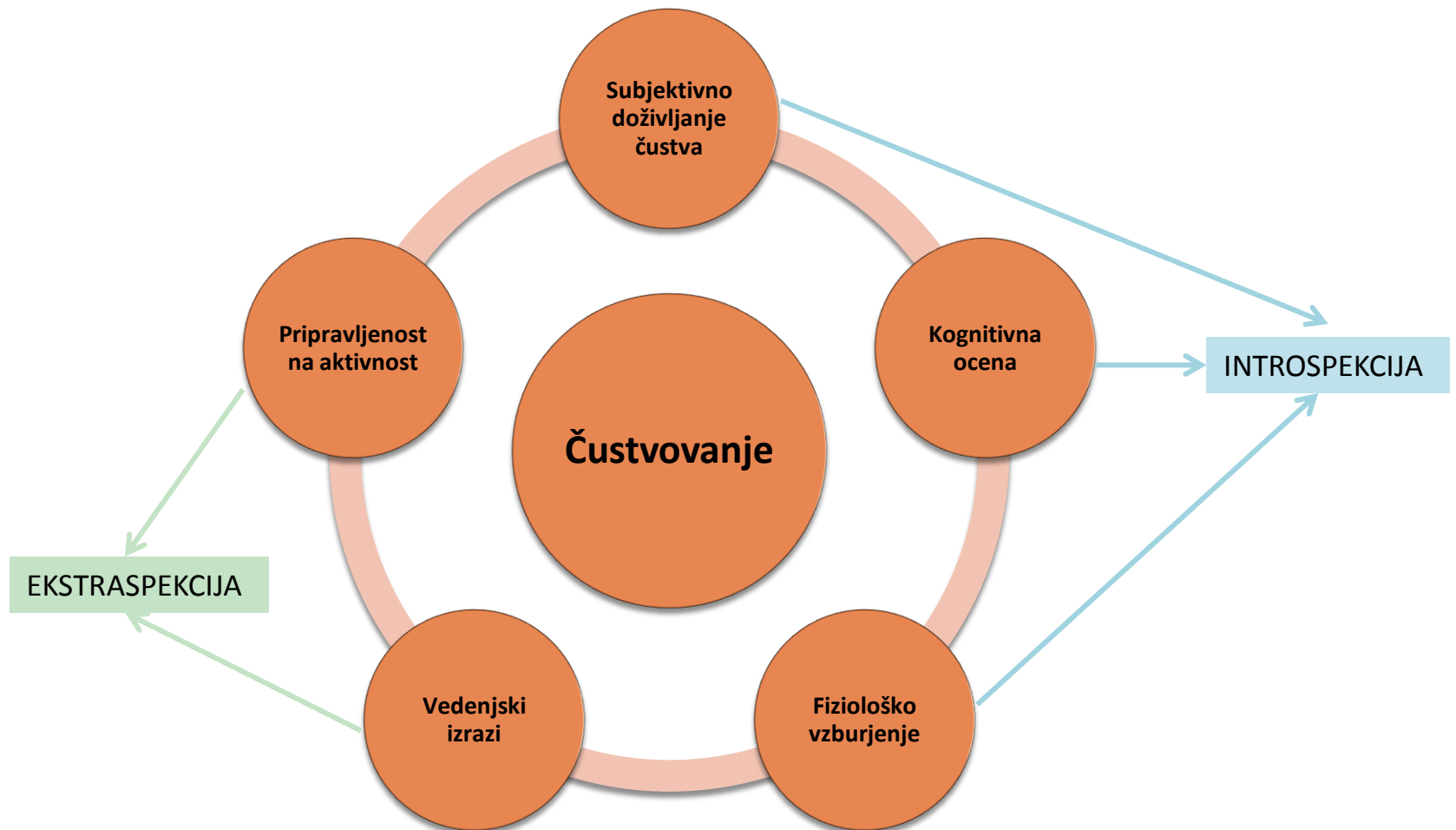
- Afekti so zelo močna, kratka čustvena stanja, ki nastanejo hipno in izzovejo močne fiziološke reakcije.
- Razpoloženja so šibka in dolgotrajna čustvena stanja, ki so manj intenzivna, a zelo vplivajo na vedenje posameznika.

Osnovna in sestavljena čustva

□ Plutchik:

- osnovna čustva: prirojena in univerzalna; funkcija: prilagoditev
 - Veselje-žalost; strah-jeza; sprejemanje-zavračanje; pričakovanje-presenečenje
- sestavljena čustva so lahko diade ali triade osnovnih čustev
 - Npr. ljubezen: veselje in sprejemanje
 - Npr. ljubosumje: ljubezen (veselje in sprejemanje) in strah

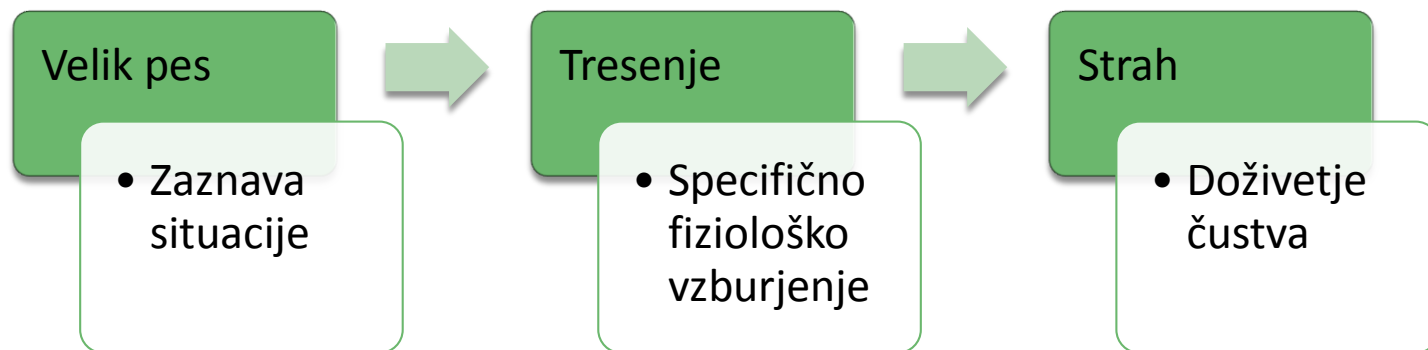
Kompleksnost čustev



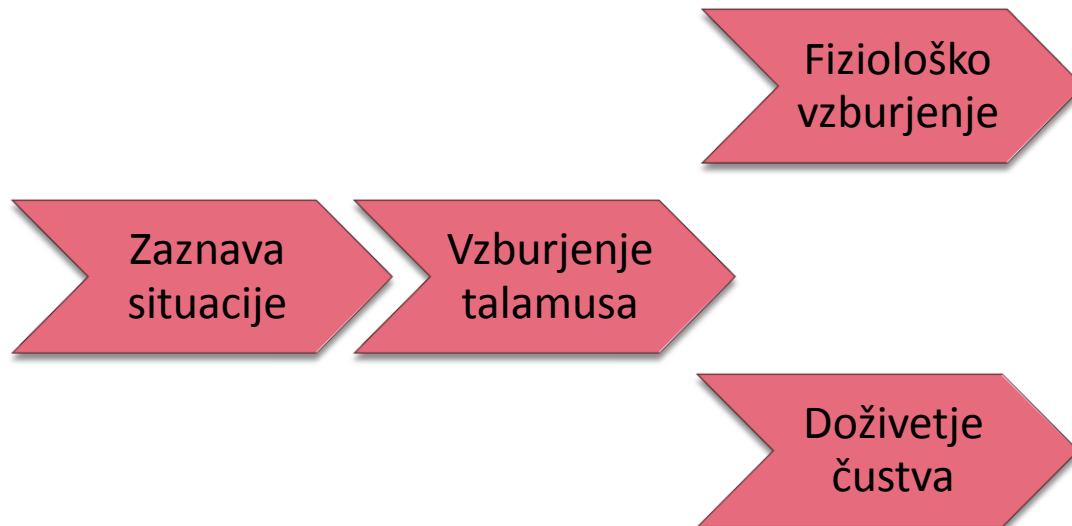
Teorije čustvovanja

1. James-Langova teorija
2. Cannon-Bardova teorija
3. **Schachterjeva teorija – kognitivni procesi**

James-Langova teorija



Cannon-Bardova teorija



Schachterjeva teorija

