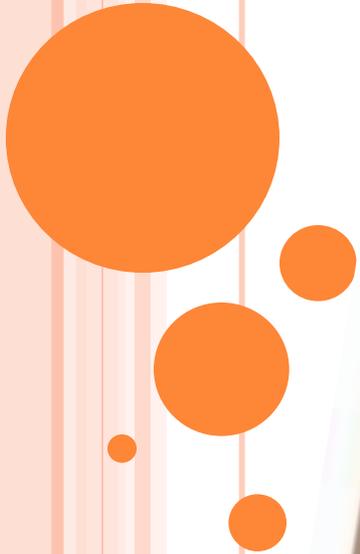


ЭМОЦИИ ТРЕВОГИ И СТРАХА: СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА



ТРЕВОГА И ТРЕВОЖНОСТЬ

Тревога — это эмоциональное переживание.

Тревожность — психологическая особенность, устойчивое свойство человека, характерная для него черта.



ТРЕВОЖНОСТЬ И СТРАХ

Критерии различия:

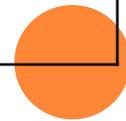
1. степень конкретности угрозы, опасности, которую реагирует человек
2. направленность угрозы
3. способ реагирования человека
4. сложность организации переживания
5. интенсивность переживания

- ощущение внутренней напряженности раздражительность
- собственно тревога → страх ощущение неотвратимости
- надвигающейся катастрофы тревожно-боязливое
- возбуждение



ТРЕВОГА И СТРАХ

СТРАХ	ТРЕВОГА
<p>совершенная определенная, специфичная эмоция</p> <p>всегда несет негативный оттенок</p>	<p>это комбинация эмоций, где страх – лишь одна из них</p> <p>возможна и в виде радостного волнения, волнующего ожидания</p>
<p>ОБЩЕЕ: в страхе и в тревоге есть общий эмоциональный компонент в виде чувства волнения и беспокойства, т.е. в обоих понятиях отображено восприятие угрозы или отсутствие чувства безопасности</p>	

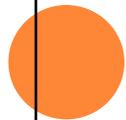


СТРАХ И ТРЕВОГА ПО ЩЕРБАТЫХ Ю.В

Признак	Тревога	Страх
Отношение к опасности	Сигнал опасности	Ответ на опасность
Временные особенности	Возникает до наступления опасности	Возникает во время наступления опасности
Действие на психику	Возбуждающее	Тормозящее
Характер стимулов, вызывающих эмоцию	Неопределенный, абстрактный характер	Определенный, конкретный характер



Направление во времени	Проецирована в будущее	Источником является прошлый травмирующий опыт
Роль мыслительных процессов в формировании психических ощущений	Иррациональный феномен	Рациональный феномен
Локализация в коре	Левое полушарие	Правое полушарие
Форма реагирования	Социально-обусловленная	Инстинктивно-обусловленная



РЕЗЮМЕ

- **Тревога** является эмоциональным переживанием, а **тревожность** – устойчивое свойство человека
- Тревожность и страх различаются по: *степени конкретности угрозы; направленности угрозы; способу реагирования человека; сложности организации переживания; интенсивности переживания.*
- **Страх** – это совершенная определенная, специфичная эмоция. **А тревога** – это комбинация эмоций, где страх – лишь одна из них.
- **Страх** всегда несет негативный оттенок, а **тревога** возможна и в виде радостного волнения, волнующего ожидания



ЛИТЕРАТУРА:

- Щербатых Ю.В. Ивлева Е.И. «Психофизиологические и клинические аспекты страха, тревоги и фобий». Воронеж. Истоки. 1998
- <http://psy.1september.ru/articlef.php?ID=200400804>.
Статья: «ТРЕВОЖНОСТЬ, ТРЕВОГА, СТРАХ: РАЗЛИЧЕНИЕ ПОНЯТИЙ» - Игорь ВАЧКОВ, доктор психологических наук
- Изард К.Э. Психология эмоций СПб., 1999

