

DUYGULAR

Duygu yaşantısı vücutta 3 farklı düzeyde gerçekleşir;

- * Öznel yaşantı deneyimi
- * Duygusal davranış düzeyi
- * Fizyolojik olaylar

Kalp ya da öfke gibi duygu durumlarında

- * Kalp atışı ve solunum artar
- * Göz bebekleri büyür.
- * Salya salgılanması ketlenir
- * Kanın pıhtılaşma hızı artar
- * Deriden kan çekilmesiyle tüyler ürperir.
- * Kan şekeri enerji sağlama adına kanda daha yoğun hale gelir.
- * Kan acil durumlarda kullanılmak üzere mide, karar vermede kullanmak için beyne harekete geçmek için kullanılmak üzere iskelet kaslarına gönderilir.

Duygular-heyecanlar: Bulunulan ortamın algılanmasıyla ortaya çıkan, iç organları harekete geçirerek beden, davranış ve bilinçte farklılık oluşturarak kendini hissettiren süreçlerdir.

Duyguların ifadesi beyindeki limbik sistem ve otonom sinir sistemi tarafından koordine edilir.

Plutchik, bireylerin uyum sağlayıcı davranışlarını güdüleyen duyguları 8 temel kategoriye ayırmıştır

- * korku
- * sevinç/neşe
- * öfke/kızgınlık
- * üzüntü/hüzün
- * tiksinti/iğrenme
- * umut/beklenti
- * kabul etme/edilme
- * hayret/şaşkınlık/süpriz

Plutchik duyguları belirli bir sıralamaya göre dizerek bir duygu çemberi/tekerleği oluşturmuştur.

- * Neşe ve kabul etme= aşk
- *Kabul etme ve korku= teslim olma
- *Korku ve şaşkınlık/sürpriz= dehşet
- *sürpriz ve üzüntü= hayal kırıklığı
- *üzüntü ve iğrenme= pişmanlık
- *İğrenme ve öfke= hor görme
- *Öfke ve beklenti= hırçınlık
- *Beklenti ve neşe= iyimserlik

Duygu Kuramları

- *James-Lange Kuramı
- *Canon-Bard Kuramı
- *Bilişsel Kuram
- *Sosyobiyojik Kuram

James-Lange Kuramı: Beden çevrede gerçekleşen belirli özelliklere göre tepkide bulunur ve tepkimim farkına varıldığında fizyolojik değişmelerle birlikte duygu durumu meydana gelir.

[Uyaran] ->[Algı/yorum] ->[Fizyolojik değişim/otonom uyarılma] -> [Duruma özel duygunun hissedilmesi]

Canon-Bard Kuramı: James-Lange kuramının eksiklerini gidermeyi amaçlamıştır.Duygular ve bedensel davranışlar aynı anda ortaya çıkar.

[Başlatan olay] -> [Beyinde talamusun harekete geçmesi]

[otonom sistemin uyarılması] [Bilinçli duygu]

Bilişsel Kuramı: Bedendeki fizyolojik değişikliklerin şekillenmesinde bilişsel unsurlar olarak tanımlanan algı, anlayış, edinilen bilgi ve tecrübelerin kodlanması ve geri çağırılması şekilleri, düşünme şekilleri gibi zihinsel süreçleri etkilidir.Bu noktada Schacter ve Singer Kuramı öne çıkar.

Bilişsel kuramda farklı olarak bir geri bildirim mekanizması bulunmaktadır.

[Uyaran] -> [Algı/yorum]

[uyaran] [bağlam] [geri bildirim]

[fizyolojik değişim ->[Duruma özel duygunun hissedilmesi]

otonom uyarılma]

Siz birleştirin artık kitaba göre cnk yaptım olmuyor burda :)

Sosyobiyojik Kuram: Duyguların evreye uyum aracı olduğunu ve yıllar sürecinde değişip bugünlere geldiğini sanunan kuramdır.

Plasebo Etkisi: Kiřilerin gerçek bir tedavi olamksızın, aslında hiç bir fizyolojik etkisi olmayan ve ilaç sanılarak içilen haplar yoluyla tedavi gördükleri inancıyla iyileşme göstermelerini anlatan kavramdır.

Jest ve mimikler: Duygu ve düşünceleri destekleyerek gözle görülür somut hale gelmelerine katkıda bulunan hareketlerdir.Esas ve İkincil olarak sınıflandırılır.

1. Esas jest ve mimikler: Duygu ve düşünceleri destekleyen onları somut hale getiren hareketlerdir. 3 gruba ayrılır.

*Anlatım jest ve mimikleri: Yüz ifadelerinde ortaya çıkan biyolojik kökenli temel duyguları dile getiren hareketlerdir. Mutluluk, fke, şaşkınlık, üzüntü, tiksinti gibi duygular evrenseldir.

*Toplumsal jest ve mimikler:Bireyin toplumsal rolü gereėi ortaya koymak zorunda olduėu hareketlerdir.

*şematik jest ve mimikler:Tiyatro oyuncularının, pandomim sanatçılarının yaptıkları taklit hareketleri gibi. İşle ilgili belli bir mesleği yürütenlerin örn:borsada çalışanların sergilemek zorunda oldukları hareketler.

2. İkincil jest ve mimikler: Bedenin gereksinimleriyle ilgili olarak toplumsal nitelikli olmayan esneme, hapşırma, öksürme gibi bedensel hareketleri içerir. Sürekli esnemek , yapılan konuşma ile ilgili düşünce ve duygularıda yansıtabileceği için önemlidir.

AOFDerleri.com