

《普通心理学》：情感的两极特性 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/60/2021_2022__E3_80_8A_E6_99_AE_E9_80_9A_E5_c38_60213.htm 情感在性质、强度、紧张度等方面存在的向背两极状态，就是情感的两极性。向背两极性不是各占一端，截然对立，而是在一个连续体上的向背两极的变化。美国心理学家普拉切克提出的情绪三维模式(如图8-2)，就反映了情绪在强度上的变化以及彼此之间的对立性质。在他绘制的空间模型图上，最上面的八个扇面里代表八种基本情绪，它们最强烈，故居于顶端，沿扇面向下，越靠近底部，这种情绪就越微弱。在扇面上越邻近的情绪性质上越相似，距离越远，差异越大，互为对顶角的两个扇形中的情绪则是相互对立的。如憎恨和接受，是对立的两种情绪，靠近憎恨的悲痛与其比较近似，靠近接受的喜悦在性质上与其也更为接近。情感两极性具体表现在以下四个方面。

肯定与否定的两极性。一般来讲，当人们的需要获得满足时产生的是肯定的情感，如满意、愉快、接受、爱慕等；当人们的需要不能得到满足时产生的是消极的情感，如烦恼、忧虑、悲伤、愤怒等。但在社会生活中，有些情感表达并非如此简单，有时历经磨难，愿望终于得以实现时，反倒悲从中来，喜极而泣；有时愿望无法得到满足时，又会哭笑不得。

积极与消极的两极性。从情感对行为的动力作用看，肯定的情感一般起着“增力”作用，促使人们积极行动，提高活动效率；否定的情感更多地产生“减力”作用，使人意志消沉，不思进取，妨碍活动的顺利完成。当然，在具体情境中，不切实际地盲目乐观，过于兴奋，也会造成不良后果，而忧

伤和愤怒有时也能激发人的内在力量，去不断奋斗，有所创造。强与弱的两极性。人的很多情感存在着由弱到强的程度上的变化。就愤怒来讲，前后就有不同的变化：愠怒、愤怒、大怒、暴怒、狂怒。此外，从好感到酷爱，从愉快到狂喜，从忧伤到剧痛，都是强弱两极上的变化。情感的强度越大，人的行为受其支配的可能性就越大，就越难以自控。紧张与轻松的两极性。紧张与轻松的体验常常发生在生活中的危急关头或关键时刻。当消防队员去奋力灭火，医疗人员去救死扶伤，演员上台表演，运动员参加大赛，经常会处于高度的情绪紧张状态，一旦这些任务完成，危险解除或关键时刻过去，随之而来的是一种轻松的情绪体验。当然，紧张感也和当事人的处事经验和应变能力有关，有些人越到紧急关头，反而越镇静和从容。过度的紧张感会使人不知所措，弄巧成拙。激动与平静的两极性。激动通常是由于生活中的重要事件引起的强烈而时间短暂的情绪状态，如狂喜、大怒、极度恐惧等。和激动相对立的是平静的情绪，强度较弱，而持续时间较长。人们正常的学习和工作一般都需要在乎平静的情绪状态下完成，在生活中崇尚“淡泊宁静”也说明平静的情绪对人的生活有重要意义。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com