

AFECTIVITATEA

Afectivitatea este o componentă fundamentală a psihicului uman, prezentă în activitatea noastră cotidiană, în comportamentul și în cogniția noastră, deopotrivă. De-a lungul timpului, s-a susținut că omul se definește fie prin afectivitatea sa complexă, fie prin activitatea cognitivă superioară (în special, gândirea). Trebuie văzut că, în această problemă, nu se pot adopta poziții exclusiviste. Omul dispune în mod exclusiv de gândire, are interacționează însă cu afectivitatea la foarte multe nivele. Prin afectivitate, devenim conștienți de nevoile proprii, de situațiile generate de mediul extern care cer adaptări specifice, de provocările pe care le întâlnim în raporturile cu alți oameni. Afectivitatea se definește ca ansamblu al proceselor psihice care reflectă, sub forma unor trăiri subiective specifice, raportul de concordanță, respectiv de discordanță, dintre dinamica evenimentelor interne (stările proprii de necesitate, motivație) și dinamica evenimentelor externe (stimulii, situațiile obiective și proprietățile lor).

Procesele afective dispun de următoarele trăsături de bază:

- **polaritatea** (derivă din concordanța, respectiv discordanța dintre așteptările interne ale individului și condițiile obiective, externe). Din acest punct de vedere, afectele noastre se împart în
 - a) pozitive (plăcere, satisfacție, bucurie);
 - b) negative (repulsie, frică, insatisfacție).
- **intensitatea** (stările afective sunt cu atât mai intense cu cât stimulul care le generează este mai puternic sau mai încărcat de semnificație)
- **durata** – de regulă, stările afective durează atât timp cât durează acțiunea stimulului; există însă și cazuri în care trăirea emoțională durează mult timp după ce acțiunea stimulului a încetat
- **convertibilitatea** – orice stare emoțională se poate transforma în opusul ei (bucuria în tristețe, iubirea în ură etc.)
- **ambivalența** – este proprietatea unei structuri emoționale de a include două trăiri de tip antagonic (cum este cazul geloziei care include o trăire pozitivă, de apropiere și afecțiune și una negativă, de respingere și îndepărtare)

Procesele afective se clasifică în funcție de durată, intensitate și nivel de conștientizare în:

- a) Procese și stări afective primare
 - 1. **ton emoțional** (însoțește toate procesele cognitive, de la percepție până la gândire);
 - 2. **trăiri de esență organică** (procesele care sunt generate de proasta sau de buna funcționare a organelor noastre interne);
 - 3. **stări de afect** (sunt trăiri impulsive, violente, explozive, de scurtă durată)
- b) Procese și stări afective complexe
 - 1. **emoții situaționale curente**, generate de însușirile obiectelor (culoare, formă, miros);

2. **emoții integrate** - acompaniază toate formele de activitate umană (învățarea, jocul etc.);
3. **dispoziții** (reprezintă stări afective de fond, cu o durată medie de existență)

c) Procese și stări afective superioare

1. **sentimente** (sunt structuri afective complexe, stabile, de lungă durată și intensitate medie, specific umane);
2. **pasiuni** (sunt structuri afective stabile, de durată și intensitate mare și care prezintă un grad potențial de risc pentru echilibrul psihic al individului uman).

Stările și procesele afective ne influențează comportamentul, astfel încât putem vorbi despre comportamente afective. Dintre cele mai importante tipuri de comportamente afective, enumerăm:

- a) răspunsul emoțional imediat (comportamentul de surpriză, comportamentul de frică, comportamentul de furie, sincopa);
- b) răspunsul emoțional secundar (reacția care urmează răspunsului emoțional imediat);
- c) efecte persistente ale emoțiilor (care sunt observabile în cazul stimulilor care au putut genera procese și stări afective de lungă durată).

Rolul afectivității în cadrul sistemului personalității umane este covârșitor. Afectivitatea are rolul de a regla toate procesele și activitățile psihice, de la cele inferioare la cele superioare, de a ne permite să facem aprecieri și valorizări cu privire la obiectele, evenimentele sau fenomenele pe care le întâlnim în activitatea cotidiană. La rândul ei, funcționarea proceselor afective este mediată și corectată în mod continuu de către procesele psihice cognitive superioare, în special, de gândire.