للانفعال اثر قوي في تحريك السلوك بتنشيطه أو إعاقته، وتوجيهه لتجعل منه أداة تعبر عن الفرح والسرور والابتهاج، أو تجعل منه أداء منفرة لأنه ينم عن الألم والضيق والخوف والحزن والتعبير الانفعالي يثار بمثيرات خارجية ويتأثر بالخبرات الذاتية الوجدانية التي تصاحب الحالة الانفعالية، فالخبرة الانفعالية هي خبرة ذاتية غير إرادية ذات شحنة سلبية أو إيجابية تتأثر تأثراً قوياً بالتقدير المعرفية للموقف الخارجي، وتستثير الميل إلى الفعل وتكون عادة مصحوبة بردود فعل موضوعية جسمية ظاهرة وحشوية فيزيولوجية. وعليه يمكن تحديد خصائص الانفعال بالآتي: 1 ـ الانفعال حالة تغيير مفاجئ تشمل الفرد كله ولا تتيح للفرد القدرة على التكيف مع الموقف. 2 الانفعال ظاهرة نفسية؛ 3- الانفعال حالة تأخذ صورة أزمة عابرة لا تمكث طويلاً، فهي حالة مؤقتة. ـ 4- في بعض الحالات يكون للانفعال مظهر داخلي عضوي، ويعمل على تنشيط الكيان العضوي للكائن الحي ويجعله في حالة تهيؤ. ـ5- الانفعال استجابة تتألف من ثلاث مكونات سلوكية وتتمثل في الحركات الجسمية ذاتية وتتمثل في حالة التهيؤ مثل سرعة دقات القلب وضغط الدم وهرمونية والمتمثلة في إفراز الهرمونات التي تعزز نشاطات المكون الذاتي فقد ظهر أن الجملة العصبية الذاتية مسئولة عن 433 أحداث كثيرة من التغييرات الفيزيولوجية التي تصاحب الانفعالات، فعندما يمر وينشأ معظمها بفعل نشاط الطارئة مثل تسريع التنفس وتوسيع بؤبؤ العين وزيادة نسبة السكر في الدم ووقوف الشعر، وإحداث قشعريرة .

Summarized by © lakhasly.com