

ЗАНЯТИЕ 6

17.03.2020 г.

Дисциплина: Психология

Тема: Понятие об эмоциях и чувствах, их особенностях и видах, определение воли и ее характеристика.

1. Посмотрите видеосюжет о типах темперамента по ссылке:

2. [youtube.com>watch?v=xC7zgOGuXso](https://www.youtube.com/watch?v=xC7zgOGuXso)

Ответьте на вопросы:

| № п/п | Характеристика | Холерик | Сангвиник | Флегматик | Меланхолик |
|-------|---------------------|---------|-----------|-----------|------------|
| 1 | Поведение | | | | |
| 2 | Эмоции | | | | |
| 3 | Настроение | | | | |
| 4 | Адаптация | | | | |
| 5 | Терпение | | | | |
| 6 | Общительность | | | | |
| 7 | Отношение к критике | | | | |
| 8 | Отношение к новому | | | | |

3. Составьте кластер по ключевым понятиям темы: эмоции, теории эмоций, аффекты, страсть, настроения, чувства, стресс, фрустрация, мимика, психические состояния, положительные психические состояния, отрицательные психические состояния, стресс, тревога, сон, медитация, гипноз, боль, анальгезия, персеверация, ригидность, вера, эйфория, дисфория, дидактогения, ятрогения, воля, волевой акт, волевые качества.

Ответы на вопросы найдете в тексте:

Эмоции – психические явления, отражающие в форме переживаний личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека. Эмоции служат для отражения субъективного отношения человека к самому себе и к окружающему его миру. Наиболее существенной чертой эмоций является субъективность.

Эмоциональные явления. Разные авторы предлагают различные классификации эмоциональных явлений. Р. М. Грановская выделяет среди эмоциональных явлений аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения, стресс.

Аффект – наиболее мощная эмоциональная реакция. Он полностью захватывает психику человека, предопределяя единую реакцию на ситуацию в целом. Отличительные черты аффекта: ситуативность, обобщенность, большая интенсивность, малая продолжительность.

Чувства – еще более устойчивые психические состояния, имеющие четко выраженный предметный характер. В советской психологии распространенным является утверждение, что чувства отражают социальную природу человека и складываются как значимые отношения к окружающему миру. Нередко эмоцией называют только конкретную форму протекания переживаемого чувства.

Настроение – самое длительное эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение человека. Настроение – равнодействующая многих эмоций, отличается длительностью,

устойчивостью, образует как бы эмоциональный фон для прочих психических явлений (мотивационных, познавательных, волевых).

Стресс – эмоциональное состояние, вызванное неожиданной и напряженной обстановкой. Для организма, находящегося в таком состоянии, характерен комплекс реакций для приспособления к новым условиям: реакция тревоги; сопротивление; истощение.

Воля - свойство человеческой психики, проявляющееся в активной самодетерминации и саморегуляции человеком своей деятельности и поведения вопреки внешним и внутренним препятствиям, влияниям и воздействиям.

функции воли: побудительная (к началу волевого акта, определение, выбор цели), тормозная, регулирующая (основная).

основные волевые качества - настойчивость (связано в большей степени с мотивацией, в меньшей степени – с особенностями нервной системы), упорство (нервная система + мотивация), терпение (особенности нервной системы)

4. Аутопсиходиагностика. Ответить на тест «Мои привычные эмоции».

-Решительность как психическое состояние человека: всегда ли она полезна?

-Что такое состояние психической напряженности?

-Чем состояние психической напряженности отличается от стресса?

-Что вы знаете о фрустрации как психическом состоянии?

-Чем персеверация отличается от ригидности?

-Перечислите специфические психические состояния.

-В чем состоит отличие бодрствования от сна?

-Внушение: что это такое?

-Анальгезия: как она достигается?

-Вера: нужна ли она?

-Что лучше: эйфория или дисфория?

-Дидактогения: в чем виноваты педагог и врач?

- Каковы понятия и основные признаки воли?

- Каковы первичные, вторичные, третичные качества воли?

Для закрепления материала по указанным темам предлагаются вопросы и в других формах:

«Закончить предложение», «Верно или неверно», «Выбрать правильный ответ» и др.

Выполните задания и отправьте преподавателю на почту nina.poletaeva2015@gmail.com

Внеаудиторная самостоятельная работа 2 часа: Прочтите любое произведение и ответьте на вопрос: Анализ художественного произведения темперамента главных героев.