

ГОУ ВПО РОССИЙСКО-АРМЯНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Составлен в соответствии с государственными требованиями к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников по направлению Психология и Положением «Об УМКД РАУ».



Институт гуманитарных наук

Кафедра: Психологии

Автор: к.п.н. Тевосян Мария Врамовна

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

Дисциплина: _____ Общая психология (часть 3) _____

Для бакалавриата:

Направление: _____ 37.03.01 Психология _____

ЕРЕВАН

Структура и содержание УМКД

1. Титульный лист

2. Перечень и структура элементов, составляющих УМКД

3. Аннотация

- 3.1. Краткое описание содержания данной дисциплины;
- 3.2. Трудоемкость в академических кредитах и часах, формы итогового контроля (экзамен/зачет);
- 3.3. Выписка из ФГОС ВПО РФ по минимальным требованиям к дисциплине (*если дисциплина предусмотрена по ФГОС ВПО РФ как обязательная*);
- 3.4. Взаимосвязь дисциплины с другими дисциплинами учебного плана специальности (направления);
- 3.5. Требования к исходным уровням знаний и умений студентов для прохождения дисциплины

4. Учебная программа

- 4.1. Цели и задачи дисциплины
- 4.2. Требования к уровню освоения содержания дисциплины
- 4.3. Трудоемкость дисциплины и виды учебной работы (в академических часах и зачетных единицах) (см. приложение 1)
 - 4.3.1. Объем дисциплины и виды учебной работы
 - 4.3.2. Распределение объема дисциплины по темам и видам учебной работы
- 4.4. Содержание дисциплины (см. приложение 2)
 - 4.4.1. Разделы дисциплины с указанием видов занятий (лекции, семинарские и практические занятия, лабораторные работы) и их трудоёмкость в академических часах и зачетных единицах
 - 4.4.2. Краткое содержание разделов дисциплины в виде тематического плана
 - 4.4.3. Краткое содержание семинарских/практических занятий и лабораторного практикума**
- 4.5. Материально-техническое обеспечение дисциплины
- 4.6. Модульная структура дисциплины с распределением весов по формам контролей (см. приложение 3)
- 4.7. Формы и содержание текущего, промежуточного и итогового контролей

5. Теоретический блок

- 5.1. Материалы по теоретической части курса¹
 - 5.1.1. Учебник(и)*
 - 5.1.2. Учебное(ые) пособие(я)*
 - 5.1.3. Курс лекций*
 - 5.1.4. Краткие конспекты лекций*
 - 5.1.5. Электронные материалы (электронные учебники, учебные пособия, курсы и краткие конспекты лекций, презентации РРТ и т.п.)²
- 5.2. Глоссарий/терминологический словарь*

6. Практический блок

- 6.1. Планы практических и семинарских занятий**
- 6.2. Планы лабораторных работ и практикумов**
- 6.3. Материалы по практической части курса³
 - 6.3.1. Учебно-методические пособия *
 - 6.3.2. Учебные справочники*
 - 6.3.3. Задачники (практикумы)*
 - 6.3.4. Хрестоматии*

¹ Должен быть хотя бы один вид материалов, из числа указанных в п.п. 5.1.1.- 5.1.5.

² Должен быть хотя бы один вид электронных материалов, указанных в п. 5.1.5.

³ В данном разделе должен быть хотя бы один вид материалов, из числа указанных в п.п. 6.3.1-6.3.5.

6.3.5. Наглядно-иллюстративные материалы*

7. Блок ОДС и КИМ

- 7.1. Вопросы и задания для самостоятельной работы студентов
- 7.2. Тематика курсовых, рефератов, эссе и других форм самостоятельных работ**
- 7.3. Образцы вариантов контрольных работ, тестов и/или других форм текущих и промежуточных контролей**
- 7.4. Перечень экзаменационных вопросов**
- 7.5. Образцы экзаменационных билетов**
- 7.6. Образцы экзаменационных практических заданий**
- 7.7. Банк тестовых заданий для самоконтроля**
- 7.8. Методики решения и ответы к образцам тестовых заданий**

8. Методический блок

- 8.1. Методика преподавания
- 8.2. Методические рекомендации для студентов
 - 8.2.1. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов при изучении конкретной дисциплины
 - 8.2.2. Методические указания по подготовке к семинарским, практическим или лабораторным занятиям**
 - 8.2.3. Методические рекомендации по написанию самостоятельных работ, в том числе курсовых работ, рефератов, эссе и др.**

Условные обозначения:

* Элементы УМКД, отмеченные данным знаком, не обязательны и могут быть включены в УМКД по усмотрению преподавателя.

** Элементы УМКД, отмеченные данным знаком, не обязательны, однако должны быть включены в УМКД, если данный вид занятий предусмотрен учебным планом. Например, конспекты лекций могут отсутствовать, если учебный план дисциплины не содержит лекционных занятий.

Аннотация

Учебная дисциплина "Общая психология, часть 3" представляет собой традиционный раздел курса общей психологии, продолжает знакомить студентов, с общими основами устройства психики человека, с историей, методологией, современным состоянием и структурой исследований в этой области. Содержание курса отражает современное состояние этой динамично развивающейся области. В частности, в данном разделе курса отличительной особенностью является соединение в единой объяснительной рамке процессов саморегуляции, эмоций и чувств, волевых процессов и качеств, роли эмоций и воли в деятельности человека и структуре личности, процессах адаптации, а также сравнительный анализ зарубежных и отечественных исследований по данным темам. Курс знакомит студентов с общими основами функционирования эмоций и воли личности как составных частей единого сложного механизма, и с различными подходами и трудностями эмпирических исследований этих процессов.

Трудоемкость: 72 аудиторных, 36 лекционных, 36 семинарских, экзамен, 5 кредитов.

Данная дисциплина является базовой (обязательной) дисциплиной образовательной программы по направлению 37.03.01 «Психология», имеет неразрывную связь с другими базовыми учебными дисциплинами, является логическим продолжением теоретических и практических дисциплин общепсихологического характера, связана с целым рядом смежных дисциплин профессионального цикла.

Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

Знания: - основных закономерностей, условий и движущих сил психического и личностного развития человека;

- истории развития представлений о психическом отражении в отечественной и зарубежной науке;

-методов и методик психологического исследования

- психофизиологических основ психических процессов

- феноменологии психических процессов

-психологических основ мотивации и деятельности личности

Умения: - свободно и адекватно пользоваться терминологией

- ориентироваться в различных психологических теориях и подходах

- использовать полученные теоретические знания в процессе обучения и практических занятий

-выявлять и анализировать психологические проблемы, сопоставлять теории, методы

- анализировать литературу по изучаемому вопросу

Навыки: - пользования основами методологии научного психологического познания,

- владения системой категорий и методов, необходимых для решения типовых задач

. - владеть объяснительными теоретическими схемами и применять их в процессе выполнения практических работ,

-использования интернет-ресурсов;

Целью дисциплины является повышение уровня психологической компетентности студентов, подготовить специалистов-психологов по одному из важнейших разделов общей психологии - психологии чувств, эмоций и воли, развитию умений учиться, самообразования; умений более эффективно принимать решения с опорой на знание психологической природы человека и общества. Усвоение системы категорий, понятийного аппарата и методов, позволяющих понимать и исследовать эмоции и волю как регуляторов поведения и деятельности человека, основу саморегуляции и адаптации, процесс постановки и решения задач с учетом существующих закономерностей

функционирования и развития фундаментального характера эмоций и воли в развитии и функционировании психики человека и животных.

Основными задачами дисциплины являются:

1. Знакомство обучающихся с историческим развитием взглядов на проблему, современным состоянием ее разработки и основными подходами, теориями и концепциями как отечественных, так и зарубежных ученых в этой области;
2. Формирование основных представлений и навыков психологического анализа эмоционально-волевых основ регуляции поведения и деятельности.
3. Выявление места и значения психологии чувств, эмоций и воли в системе комплексного человекознания и научной психологии;
4. Изучение методов исследования основных эмоциональных состояний и волевых процессов;
5. Формирование представлений о стрессовых состояниях и специфике их воздействия на личность, об основах и методах саморегуляции психических состояний
5. Интеграция и систематизация общепсихологических знаний, обучающихся в контексте системного анализа поведения человека.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать: -основные понятия, определения, классификацию, подходы и теории психологии эмоций и воли,

-Роли эмоциональных и волевых процессов в жизни и регуляции деятельности,

-методы и методики исследования эмоциональных состояний, волевых качеств личности, методы снятия стрессового напряжения с целью гармонизации психического функционирования.

Уметь: -анализировать и сопоставлять психологические факты и их теоретические интерпретации,

- выявлять причинно-следственные связи между психологическими явлениями,

-применять методы регуляции психических состояний

- выявлять специфику эффективного психического функционирования человека и процессов адаптации.

- грамотно ставить профессиональные задачи и выдвигать гипотезы,

- проводить анализ профессиональных и учебных проблемных ситуаций

Владеть: -навыками анализа эмоциональных состояний и подбора методов регуляции,

-навыками исследования эмоциональных состояний и психических качеств

-навыками самооценки и прогноза развития психологического стресса

- навыками самооценки и прогноза развития эмоциональных состояний, начальными навыками психической саморегуляции:

-навыками профессионального общения и взаимодействия, принятия индивидуальных и совместных решений, рефлексии.

Приложение 1.

Таблица трудоемкости дисциплин и видов учебной работы

Виды учебной работы	Всего, в акад. часах	Распределение по семестрам					
		сем	сем	сем	сем.	сем	сем.
1	2	3	4	5	6	7	8
1. Общая трудоемкость изучения дисциплины по семестрам, в т. ч.:		79					
1.1. Аудиторные занятия, в т. ч.:		79					
1.1.1. Лекции		36					
1.1.2. Практические занятия, в т. ч.							
1.1.2.1. Обсуждение прикладных проектов							

1.1.2.2. Кейсы							
1.1.2.3. Деловые игры, тренинги							
1.1.2.4. Контрольные работы		7					
1.1.2.5. Другое (указать)							
1.1.3. Семинары		36					
1.1.4. Лабораторные работы							
1.1.5. Другие виды (указать)							
1.2. Самостоятельная работа, в т. ч.:							
1.2.1. Подготовка к экзаменам							
1.2.2. Другие виды самостоятельной работы, в т.ч. (указать)							
1.2.2.1. Письменные домашние задания							
1.2.2.2. Курсовые работы							
1.2.2.3. Эссе и рефераты							
1.2.2.4. Другое (указать)							
1.3. Консультации							
1.4. Другие методы и формы занятий							
Итоговый контроль (Экзамен, Зачет, диф. зачет - указать)							

Содержание дисциплин

Форма 1. Тематический план и трудоемкость аудиторных занятий (модули, разделы дисциплины и виды занятий) по учебному плану

Разделы и темы дисциплины	Всего (ак. часов)	Лекции (ак. часов)	Практ. Занятия (ак. часов)	Семинары (ак. часов)	Лабор. (ак. часов)	Другие виды занятий (ак. часов)
1	2=3+4+5+6+7	3	4	5	6	7
Модуль 1. Психология эмоций						
Введение	2	2		2		
Раздел 1. Эмоции и чувства						
Тема 1.1.Аффективная сфера личности	8	4		4		
Тема 1.2. Теории эмоций	4	2		2		
Тема 1.3. Психофизиология эмоций	4	2		2		
Тема 1.4 Высшие чувства	4	2		2		
Тема 1.5. Развитие эмоций и их значение в жизни человека	4	2		2		
Раздел 2. Психические состояния и их регуляция						
Тема 2.1. общее представление об адаптации	4	2		2		
Тема 2.2 Характеристика состояний организма и психики. Стресс, регуляция психических состояний.	8	4		4		
Модуль 2. Психология воли						
Тема 2.1 Волевая сфера личности	8	4		4		
Тема 2.2 Теории воли	4	2		2		
Тема 2.3 Структура и физиологическая основа волевых действий	8	4		4		
Тема 2.4 Развитие воли, волевые качества личности	8	4		4		
Тема 2.5 Эмоционально-волевая регуляция	4	2		2		
ИТОГО	72	36		36		

Форма 2. Содержание разделов и тем дисциплины

Модуль 1 Психология эмоций

Введение

Эмоции и воля как формы отражения действительности. Эмоциональные процессы, состояния и свойства личности. Волевые процессы и свойства личности. Особенности эмоциональной и волевой регуляции человека. Эмоции как отражение отношений человека к действительности. Связь эмоций с потребностно-мотивационной сферой; связь эмоций с познавательными

процессами, и относительная самостоятельность их функционирования. Особенности внешнего выражения эмоций. Общественноисторическая природа их проявления.

Основной учебник

Глава 16

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.
2. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. - СПб: Питер, 2001. - 752 с

Дополнительная литература

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М., 1997.
2. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.
4. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.
5. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

1. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.
2. Зимбардо Ф. Застенчивость. — М.: Педагогика, 1991.-208с.
3. Изард К.Э. Психология эмоций пер. с англ. СПб., 1999. 464 с.
4. Изард К.Э. Психология эмоций. СПб. Питер. 2002г.
5. Изард К.Э. Эмоции человека. М., 2000г.
6. Куттер П. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. Перевод с немецкого С. С. Папкина. — СПб.: Б.С.К., 1998. — 115 с.
7. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. М., 1979г.
8. Селиванов В.И. Воля и ее воспитание. М., Знание, 1976г.
9. Экман, Пол., Фризен У. Узнай лжеца по выражению лица. / Пер. с англ. В. Кузина. — СПб.: Питер, 2010. — 272 с.
10. Экман, Пол. Психология эмоций. / пер. с англ. В. Кузин. — СПб.: Питер, 2010. — 336 с

Раздел 1. Эмоции и чувства

Тема 1.1. Аффективная сфера личности

Принцип аффективного отражения. Общее понятие об эмоциональных реакциях. Чувственный тон ощущения. Внешние эмоциональные проявления. Диагностика эмоциональных состояний по речи. Вегетативные реакции при эмоциях. Виды эмоций и их общая характеристика. Классификация эмоций. Соотношение понятий «эмоции» и «чувства». Основные характеристики эмоций. Функции эмоций. Амбивалентность эмоций. Стеничность и астения. Настроение. Аффекты и аффективные реакции

Основной учебник

Глава 16

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.
2. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. - СПб: Питер, 2001. - 752 с

Дополнительная литература

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М., 1997.
2. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.
4. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.
5. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

1. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.
2. Зимбардо Ф. Застенчивость. — М.: Педагогика, 1991.-208с.
3. Изард К.Э. Психология эмоций пер. с англ. СПб., 1999. 464 с.
4. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: МГУ, 1976. С.31, 32, 34, 35, 38-39, 41-44, 46-49, 53-56
5. Изард К.Э. Эмоции человека. М., 2000г.
6. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. М., 1979г.
7. Экман, Пол. Психология эмоций. / пер. с англ. В. Кузин. — СПб.: Питер, 2010. — 336 с

Тема 1.2. Теории эмоций

Вопросы эмоциональной жизни человека, освещенные в разных философских школах. Философские труды Аристотеля, Зенона, Декарта, Спинозы, Канта, Ж.-Жака Руссо. Физиологические основы и психологические теории эмоций. Проблема эмоций в XVIII— XIX вв. Концепции И. Ф. Гербарта, В. Вундта. Концепция происхождения эмоций Ч. Дарвина. Теория Дарвина о рудиментарных эмоциях. Периферическая теория эмоций У. Джемса и Г. Ланге, Кеннона- Барда. Активационная теория Линдсея— Хебба. Теория когнитивного диссонанса Л. Фестингера.

Теория эмоций по К.Е. Изарду. Теория эмоции Пола Экмана.

Основной учебник

Глава 16

3. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.
4. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. - СПб: Питер, 2001. - 752 с

Дополнительная литература

6. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М., 1997.
7. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
8. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.
9. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.

10. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

8. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.

9. Зимбардо Ф. Застенчивость. — М.: Педагогика, 1991.-208с.

10.Изард К.Э. Психология эмоций пер. с англ. СПб., 1999. 464 с.

11.Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: МГУ, 1976. С.31, 32, 34, 35, 38-39, 41-44, 46-49, 53-56

12. Изард К.Э. Эмоции человека. М., 2000г.

13.Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. М., 1979г.

14.Экман, Пол. Психология эмоций. / пер. с англ. В. Кузин. — СПб.: Питер, 2010. — 336 с

Тема 1.3. Психофизиология эмоций

Исследования в области психофизиологических основ эмоциональных реакций. Ведущая роль палео- и нео- кортекса в продуцировании определенных эмоций. Корреляции различных систем организма с эмоциональными состояниями. Аргументы У. Кеннона против теории Джемса-Ланге и его концепция о роли взаимодействия кортикальных и субкортикальных (таламических) центров. Активационная теория эмоций Д. Линдсли: функции гипоталамуса и ретикулярной формации в эмоциональном поведении. Данные электрофизиологических исследований эмоциональных состояний (опыты Олдса, Дельгадо). Значение центральных теорий для психологического исследования эмоций. Учение И.П. Павлова о физиологическом субстрате эмоций и чувств. Теория эмоций П.К. Анохина. Информационная теория эмоций П.В. Симонова.

Основной учебник

Глава 16

5. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.

6. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. - СПб: Питер, 2001. - 752 с

Дополнительная литература

11. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М.:, 1997.

12. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.

13. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.

14. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.

15. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

15. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.

16.Изард К.Э. Психология эмоций пер. с англ. СПб., 1999. 464 с.

17. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: МГУ, 1976. С.31, 32, 34, 35, 38-39, 41-44, 46-49, 53-56
18. Изард К.Э. Эмоции человека. М., 2000г.
19. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. М., 1979г.
20. Экман, Пол. Психология эмоций. / пер. с англ. В. Кузин. — СПб.: Питер, 2010. — 336 с
21. Симонов П.В. Мотивированный мозг. М.: Наука, 1987. С.63-87.

Тема 1.4 Высшие чувства

Чувства. Чувства как продукт специфического обобщения эмоций в форме конкретного или отвлеченного образа их объекта. Относительно константный характер чувств; их предметная отнесенность. Соотношение эмоций и чувств; явление полярности и амбивалентности. Актуальный и инактуальный характер чувств; явление адаптации чувств; возрастная динамика чувств. Теория диссолюции чувств Т. Рибо. Классификация чувств по их устойчивости и уровню обобщенности объекта. Интеллектуальные, эстетические и нравственные чувства. Страсти как предметное обобщение острых эмоциональных переживаний

Основной учебник

Глава 16

7. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.
8. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. - СПб: Питер, 2001. - 752 с

Дополнительная литература

16. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М.: 1997.
17. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
18. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.
19. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.
20. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.
- ***
22. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.
23. Изард К.Э. Психология эмоций пер. с англ. СПб., 1999. 464 с.
24. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: МГУ, 1976. С.31, 32, 34, 35, 38-39, 41-44, 46-49, 53-56
25. Изард К.Э. Эмоции человека. М., 2000г.
26. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. М., 1979г.
27. Экман, Пол. Психология эмоций. / пер. с англ. В. Кузин. — СПб.: Питер, 2010. — 336 с
28. Фромм Э. Искусство любить. М.: Педагогика, 1990. С.16-19, 25-48.

Тема 1.5. Развитие эмоций и их значение в жизни человека

Развитие эмоций и их значение в жизни человека. Индивидуальные различия в эмоциональных проявлениях. . Врожденные эмоции ребенка; условно-рефлекторный характер эмоций. Появление эмоционально-положительного отношения к другим людям (Н.М. Шелованов). Положительные эмоции ребенка как результат удовлетворения потребности в новых впечатлениях. Аффект неадекватности у подростков и пути его устранения. Особенности формирования нравственных чувств. Психологические вопросы воспитания чувств.

Основной учебник

Глава 16

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.
2. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. - СПб: Питер, 2001. - 752 с

Дополнительная литература

21. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М., 1997.
 22. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
 23. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.
 24. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.
 25. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.
- ***
29. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.
 30. Зимбардо Ф. Застенчивость. — М.: Педагогика, 1991.-208с.
 31. Изард К.Э. Психология эмоций пер. с англ. СПб., 1999. 464 с.
 32. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: МГУ, 1976. С.31, 32, 34, 35, 38-39, 41-44, 46-49, 53-56
 33. Изард К.Э. Эмоции человека. М., 2000г.
 34. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. М., 1979г.
 35. Экман, Пол. Психология эмоций. / пер. с англ. В. Кузин. — СПб.: Питер, 2010. — 336 с
 36. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Н. Культура эмоций и психическое здоровье//Вопросы психологии. 1999. №2. С.61-74.

Раздел 2. Психические состояния и их регуляция

Тема 2.1. Общее представление об адаптации

Понятие об адаптации человека. Особенности взаимодействия человека с окружающей средой. Понятие гомеостаза. Уровни адаптации: физиологический, психический, социальный. Подходы к исследованию проблем адаптации в рамках психологических, социологических и иных концепций. Зависимость характера адаптационных процессов от стадии онтогенеза.

Основной учебник

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.

Дополнительная литература

1. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. — Л.: Наука, 1988
2. Маслоу А. Психология бытия. М.: Рефл-бук, 1997. 304 с.
3. Александров, И. А. Понятие адаптации с точки зрения психологии / И. А. Александров. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2018. — № 22 (208). — С. 283-285.
4. Налчаджян А. А. Социально-психологическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегия). М.: Ереван, 1988. 253 с.

Тема 2.2 Характеристика состояний организма и психики. Стресс, регуляция психических состояний

Общее представление о функциональном состоянии организма. Понятие психического состояния. Определение психического состояния по Н. Д. Левитову. Классификации психических состояний. Понятие «психофизиологические состояния» в концепции Е. П. Ильина. Понятие об уровнях функционирования физиологической системы. Личностный принцип регуляции состояний. Стресс. Понятие стресса; стрессовые ситуации и стрессоры. Биологический и психологический аспекты изучения стресса. Понятие общего адаптационного синдрома (Г. Селье) как механизма биологического стресса. Эмоциональный стресс. Классификация стрессов по критерию воздействия стрессоров на отдельные составляющие психофизиологических механизмов регуляции поведения. Эффекты влияния эмоционального стресса на деятельность.

Основной учебник

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.

Дополнительная литература

2. Александровский Ю.А. Пограничные психические расстройства: Руководство для врачей. — М.: Медицина, 1993.
3. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. — Л.: Наука, 1988.
4. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. — СПб.: Свет, 1997.
5. Ильин Е. П. Теория функциональных систем в физиологии и психологии. — М.: Наука, 1978.
6. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. — М.: Наука, 1983.
7. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека. — М.: Просвещение, 1964.
8. Наенко Н. И. Психическая напряженность. — М.: Изд-во МГУ, 1976.
9. Немчин Т. А. Состояния нервно-психического напряжения. — Л.: Изд-во ЛГУ, 1983.
10. Психические состояния. Хрестоматия / Составитель Л. В. Куликов. — СПб.: Питер, 2000.
11. Селье Г. Стресс без дистресса. — Рига: Виеда, 1992.

Модуль 2. Психология воли

Тема 2.1 Волевая сфера личности

Общественно историческая природа воли человека. Формирование способности подчинять свои действия сознательным целям в процессе труда. Воля как особая форма психической произвольной регуляции. Воля как механизм преодоления внешних и внутренних препятствий и трудностей.

Основной учебник

Глава 15

1. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.
2. Ильин Е. П. И46 Психология воли. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2009. — 368 с.:

Дополнительная литература

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М., 1997.
 2. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
 3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.
 4. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.
 5. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.
- ***
1. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.
 2. Селиванов В.И. Воля и ее воспитание. М., Знание, 1976г.
 3. Зимин П. П. Воля и ее воспитание у подростков. — Ташкент, 1985.
 4. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции. — М., 1998.
 5. Гиппенрейтер Ю. Б. О природе человеческой воли // Психологический журнал. 2005. № 3.
 6. Иванников В. А. Проблема воли в современной психологии / В. А. Иванников. Психологические механизмы волевой регуляции. М., 2006.

Тема 2.2 Теории воли

Исторические этапы становления проблемы воли в отечественной научной психологии. Философские вопросы свободы воли. Психологические исследования механизмов волевого поведения. Волонтаристические трактовки воли. Рассмотрение воли с позиций произвольной мотивации. Трактовка воли как выбора решения, побуждения, действия.

Эмоционалистические теории воли (В. Вундт, Т. Рибо). Волонтаристическая теория воли У. Джеймса. Воля как мотивационная сила, необходимая для преодоления силы привычки (Н. Ах). Ассоцианистские подходы к изучению воли. Современные научные подходы к природе и сущности воли. Психофизиологический подход к объяснению природы воли. Воля как

сознательный процесс выбора варианта действия, мотивов и целей деятельности. Мотивационные подходы к изучению воли. Волевая регуляция как разновидность произвольного управления поведением. (Ильин Е.П.).

Основной учебник

Глава 15

3. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.
4. Ильин Е. П. И46 Психология воли. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2009. — 368 с.:

Дополнительная литература

6. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М., 1997.
7. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
8. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.
9. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.
10. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

7. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.
8. Селиванов В.И. Воля и ее воспитание. М., Знание, 1976г.
9. Зимин П. П. Воля и ее воспитание у подростков. — Ташкент, 1985.
10. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции. — М., 1998.
11. Гиппенрейтер Ю. Б. О природе человеческой воли // Психологический журнал. 2005. № 3.
12. Иванников В. А. Проблема воли в современной психологии / В. А. Иванников. Психологические механизмы волевой регуляции. М., 2006.

Тема 2.3 Структура и физиологическая основа волевых действий

Основные характеристики волевого действия. Простое и сложное волевое действие, его структура. Сложная мотивация волевого действия. Волевое действие как дважды произвольное и как действие с двумя смыслами. Учение и И.М. Сеченова о рефлекторном характере произвольного и волевого поведения. Изучение И.П. Павловым условно – рефлекторных механизмов произвольных движений. Роль кортикальных систем в осуществлении сложных произвольных и волевых актов. Концепция Н.А. Бернштейна об управлении двигательными актами.

Основной учебник

Глава 15

5. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.
6. Ильин Е. П. И46 Психология воли. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2009. — 368 с.:

Дополнительная литература

11. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М., 1997.
12. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
13. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.

14. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.
15. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

13. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.
14. Селиванов В.И. Воля и ее воспитание. М., Знание, 1976г.
15. Зимин П. П. Воля и ее воспитание у подростков. — Ташкент, 1985.
16. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции. — М., 1998.
17. Гиппенрейтер Ю. Б. О природе человеческой воли // Психологический журнал. 2005. № 3.
18. Иванников В. А. Проблема воли в современной психологии / В. А. Иванников. Психологические механизмы волевой регуляции. М., 2006.

Тема 2.4 Развитие воли, волевые качества личности

Волевые качества личности, их структура с точки зрения психологии и психофизиологии. Характеристики волевых качеств. Критерии возможных классификаций волевых качеств. Методы их диагностики в психологическом и психофизиологическом анализе. Формирование, развитие и воспитание воли. Детский негативизм и упрямство. Воля как процесс сознательного регулирования поведения. Основные этапы и закономерности формирования волевых действий у ребенка. Роль сознательной дисциплины в формировании воли.

Основной учебник

Глава 15

7. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.
8. Ильин Е. П. И46 Психология воли. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2009. — 368 с.:

Дополнительная литература

16. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М., 1997.
17. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
18. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.
19. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.
20. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

19. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.
20. Селиванов В.И. Воля и ее воспитание. М., Знание, 1976г.
21. Зимин П. П. Воля и ее воспитание у подростков. — Ташкент, 1985.
22. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции. — М., 1998.
23. Гиппенрейтер Ю. Б. О природе человеческой воли // Психологический журнал. 2005. № 3.
24. Иванников В. А. Проблема воли в современной психологии / В. А. Иванников. Психологические механизмы волевой регуляции. М., 2006.

Тема 2.5 Эмоционально-волевая регуляция

Единство психических процессов: интеллектуальных, эмоциональных, волевых. Структура регуляционно-волевых процессов. Различные классификации регуляционно-волевых процессов. Роль речи в организации поведения. Личностный характер волевой регуляции. Эффекты включения волевой регуляции в поведение и деятельность субъекта. Свобода воли и личностная ответственность.

Основной учебник

Глава 15

9. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.
10. Ильин Е. П. И46 Психология воли. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2009. — 368 с.:

Дополнительная литература

21. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М., 1997.
22. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
23. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.
24. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.
25. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.
- ***
25. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.
26. Селиванов В.И. Воля и ее воспитание. М., Знание, 1976г.
27. Зимин П. П. Воля и ее воспитание у подростков. — Ташкент, 1985.
28. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции. — М., 1998.
29. Гиппенрейтер Ю. Б. О природе человеческой воли // Психологический журнал. 2005. № 3.
30. Иванников В. А. Проблема воли в современной психологии / В. А. Иванников. Психологические механизмы волевой регуляции. М., 2006.

Учебник(и)

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. — М., 1997.
2. Маклаков А. Г. Общая психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. — 583 с.
3. Немов Р.С. Психология. М., 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Т.1. М.1989.
5. Психология . Учебник под ред. Крылова А.А., М., ПБОЮЛ, 2000г.

6. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. -672 с.

Учебное(ые) пособие(я)

9. Аскевис-Леерпе Ф., Барух К., Картрон А. Психология: краткий курс, Астрель, М., 2006г.
10. Годфруа Ж. Что такое психология: В 2-х т. М., 1992.
11. Зимбардо Ф. Застенчивость. — М.: Педагогика, 1991.-208с.
12. Изард К.Э. Психология эмоций пер. с англ. СПб., 1999. 464 с.
13. Изард К.Э. Психология эмоций. СПб. Питер. 2002г.
14. Изард К.Э. Эмоции человека. М., 2000г.
15. Куттер П. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. Перевод с немецкого С. С. Папкова. — СПб.: Б.С.К., 1998. — 115 с.
16. Лоренц К. Агрессия (так называемое "зло"): Пер. с нем. - М.: Издательская группа "Прогресс", "Универс", 1994. - 272 с
17. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. М., 1979г.
18. Селиванов В.И. Воля и ее воспитание. М., Знание, 1976г.
19. Селье Г. Стресс без дистресса. М., Наука, 1979г.
20. Симонов П.В. Теория отражения и психофизиология эмоций. М., 1970г.
21. Экман, Пол., Фризен У. Узнай лжеца по выражению лица. / Пер. с англ. В. Кузина. — СПб.: Питер, 2010. — 272 с.
22. Экман, Пол. Психология эмоций. / пер. с англ. В. Кузин. — СПб.: Питер, 2010. — 336 с
1. Фрейд З. Истерия и страх. М. 2006. Том 6
2. Фрейд З. Печаль и меланхолия. /в кн. Психология бессознательного. М., 2006/

Глоссарий/терминологический словарь

аффективная сфера личности, принцип аффективного отражения, эмоциональные реакции, эмоция, аффекты, чувства, настроение, стресс, стеничность и астения, страсть, катарсис, высшие чувства, этические, эстетические, интеллектуальные, практические чувства, воля, волевые действия, волевые качества, детский негативизм, упрямство, волевые особенности личности, структура волевой сферы, абулия, апраксий

Вопросы и задания для самостоятельной работы студентов

1. Понятие об эмоциях. Виды эмоции, их функции в регулировании поведения.

2. Сравнительный анализ понятий “эмоции”, “чувства”, “аффекты”, “настроение”, “стресс”.
3. Понятие о высших чувствах. Интеллектуальные, моральные и эстетические чувства, их функция в жизни человека.
4. Психофизиологические основы эмоций.
5. Психоорганические теории эмоции: теории Джемса—Ланге, У. Кэннона, Линдсея—Хебба.
6. Интеллектуалистические теории эмоции: концепции И. Ф. Гербарта, В. Вундта, теория Л. Фестингера.
7. Эволюционная теория эмоции Ч. Дарвина. Экспрессивная сторона эмоции. Тело и эмоции.
8. Проблема экспрессивной стороны эмоциональных реакции в работах Пола Экмана.
9. Проблема мотивации и эмоции: теории С. Шехтера и П.В. Симонова.
10. Определение понятия эмоции и основные проблемы ее исследования в работах К. Изарда.
11. Удивление: различные оттенки ее переживания и выражения. Распознавание эмоции удивления. Интерес и чувство любопытства.
12. Эмоции удовольствия: различные оттенки ее переживания по содержанию и по интенсивности. Выражение и узнавание эмоции удовольствия.
13. Радость: различные оттенки ее переживания. Выражение и узнавание эмоции радости. Развитие эмоции радости у ребенка.
14. Чувство любви: виды любви, различные оттенки ее переживания. Психологические теории любви. Развитие умения любить, помехи любви. Влюбленность
15. Печаль: различные оттенки ее переживания. выражение и узнавание эмоции печали. Горе, скорбь, депрессия.
16. Страх: различные оттенки ее переживания, выражение и узнавание эмоции страха. Тревога, ужас.
17. Гнев: различные оттенки ее переживания, выражение и распознавание. Ярость, ненависть. Проблема насилия.
18. Презрение и отвращение: различные оттенки их переживания. Выражение и распознавание эмоции презрения и отвращения.
19. Стыд и вина: различные оттенки их переживания, выражение и распознавание. Гордость, высокомерие.

20. Зависть и ревность: различные оттенки их переживания. Выражение и узнавание чувств зависти и ревности.
21. Психология воли. Общая характеристика, этапы и виды волевых действий.
22. Психологические теории воли.
23. Проблема воли в работах античных философов, во времена средневековья и в эпоху Возрождения.
24. Проблема “свободы воли” в трактовке экзистенциализма. Психоаналитические концепции воли.
25. Подход И.П. Павлова к рассмотрению проблемы воли. Трактовка воли с позиции бихевиоризма. Концепция воли в работах Н. А. Бернштейна.
26. Физиологические и мотивационные аспекты волевых действий.
27. Структура волевых действий. Компоненты волевых действий.
28. Волевые качества человека и их развитие.

Тематика курсовых работ, рефератов, эссе и других форм самостоятельных работ

1. Понятие об эмоциях. Виды эмоции, их функции в регулировании поведения.
2. Сравнительный анализ понятий “эмоции”, “чувства”, “аффекты”, “настроение”, “стресс”.
3. Понятие о высших чувствах. Интеллектуальные, моральные и эстетические чувства, их функция в жизни человека.
4. Психофизиологические основы эмоций.
5. Психоорганические теории эмоции: теории Джемса—Ланге, У. Кэннона, Линдсея—Хебба.
6. Интеллектуалистические теории эмоции: концепции И. Ф. Гербарта, В. Вундта, теория Л. Фестингера.
7. Эволюционная теория эмоции Ч. Дарвина. Экспрессивная сторона эмоции. Тело и эмоции.
8. Проблема экспрессивной стороны эмоциональных реакции в работах Пола Экмана.
9. Проблема мотивации и эмоции: теории С. Шехтера и П.В. Симонова.
10. Определение понятия эмоции и основные проблемы ее исследования в работах К. Изарда.

11. Удивление: различные оттенки ее переживания и выражения. Распознавание эмоции удивления. Интерес и чувство любопытства.
12. Эмоции удовольствия: различные оттенки ее переживания по содержанию и по интенсивности. Выражение и узнавание эмоции удовольствия.
13. Радость: различные оттенки ее переживания. Выражение и узнавание эмоции радости. Развитие эмоции радости у ребенка.
14. Чувство любви: виды любви, различные оттенки ее переживания. Психологические теории любви. Развитие умения любить, помехи любви. Влюбленность
15. Печаль: различные оттенки ее переживания. выражение и узнавание эмоции печали. Горе, скорбь, депрессия.
16. Страх: различные оттенки ее переживания, выражение и узнавание эмоции страха. Тревога, ужас.
17. Гнев: различные оттенки ее переживания, выражение и распознавание. Ярость, ненависть. Проблема насилия.
18. Презрение и отвращение: различные оттенки их переживания. Выражение и распознавание эмоции презрения и отвращения.
19. Стыд и вина: различные оттенки их переживания, выражение и распознавание. Гордость, высокомерие.
20. Зависть и ревность: различные оттенки их переживания. Выражение и узнавание чувств зависти и ревности.
21. Психология воли. Общая характеристика, этапы и виды волевых действий.
22. Психологические теории воли.
23. Проблема воли в работах античных философов, во времена средневековья и в эпоху Возрождения.
24. Проблема “свободы воли” в трактовке экзистенциализма. Психоаналитические концепции воли.
25. Подход И.П. Павлова к рассмотрению проблемы воли. Трактовка воли с позиции бихевиоризма. Концепция воли в работах Н. А. Бернштейна.
26. Физиологические и мотивационные аспекты волевых действий.
27. Структура волевых действий. Компоненты волевых действий.
28. Волевые качества человека и их развитие.

Образцы вариантов контрольных работ, тестов и/или других форм текущих и промежуточных контролей

Вариант 1

1. Чувственный тон ощущения. Соотношение понятий «эмоции» и «чувства».
2. Проблема эмоций в XVIII— XIX вв. Концепции И. Ф. Гербарта, В. Вундта.
3. Роль второй сигнальной системы в формировании эмоций.

Вариант 2

1. Основные характеристики эмоций.
2. Концепция происхождения эмоций Ч. Дарвина.
3. Основные виды эмоций. Классификация эмоций. Амбивалентность эмоций.

Перечень экзаменационных вопросов

1. Понятие об эмоциях. Виды эмоции, их функции в регулировании поведения.
2. Сравнительный анализ понятий “эмоции”, “чувства”, “аффекты”, “настроение”, “стресс”.
3. Понятие о высших чувствах. Интеллектуальные, моральные и эстетические чувства, их функция в жизни человека.
4. Физиологические основы эмоций. Роль второй сигнальной системы в формировании эмоций, И.П. Павлов о роли коры больших полушарий в регуляции эмоциональных состояний.
5. Психоорганические теории эмоции: теории Джемса—Ланге, У. Кэннона, Линдсея—Хебба.
6. Интеллектуалистические теории эмоции: концепции И. Ф. Гербарта, В. Вундта, теория Л. Фестингера.
7. Эволюционная теория эмоции Ч. Дарвина. Экспрессивная сторона эмоции. Тело и эмоции.
8. Проблема мотивации и эмоции: теории С. Шехтера и П.В. Симонова.
9. Определение эмоций и их основные аспекты в работах К. Изарда.
10. Развитие эмоций и их значение в жизни человека. Органические потребности как первичные побудители эмоциональных проявлений у детей.
11. Фрустрация как механизм формирования эмоций. Факторы, обуславливающие формирование положительных и отрицательных эмоций.
12. Роль взрослых в формировании эмоций и эмоциональных состояний у детей. Закономерности формирования высших чувств.
13. Роль эмоций в регуляции поведения. Основные функции эмоций. Индивидуальные различия в эмоциональных проявлениях.

14. Психология воли. Общая характеристика, этапы и виды волевых действий. Функции воли.
15. Воля как процесс сознательного регулирования поведения. Произвольные и произвольные движения и действия.
16. Роль воли в жизни человека. Связь воли, чувств, когнитивных процессов.
17. Проблема воли в работах античных философов, во времена средневековья и в эпоху Возрождения.
18. Проблема “свободы воли” в трактовке экзистенциализма. Психоаналитические концепции воли.
19. Подход И.П. Павлова к рассмотрению проблемы воли. Трактовка воли с позиции бихевиоризма. Концепция воли в работах Н. А. Бернштейна.
20. Физиологические и мотивационные аспекты волевых действий.
21. Физиологические основы воли. Апраксия и абулия. Роль второй сигнальной системы в формировании волевых действий.
22. Структура волевых действий. Компоненты волевых действий.
23. Волевые качества человека.
24. Формирование и развитие воли.
25. Решительность и процесс принятия решения. Типы решительности по У. Джемсу.
26. Понятие и уровни адаптации человека. Понятие гомеостаза.
27. Понятие психического состояния. Определение психического состояния по Н. Д. Левитову
28. Классификации психических состояний. Понятие «психофизиологические состояния» в концепции Е. П. Ильина.
29. Понятие об уровнях функционирования физиологической системы. Личностный принцип регуляции состояний.
30. Характеристика состояний организма и психики. Типичные функциональные состояния.
31. Понятие, типы и стадии стресса.
32. Регуляция эмоциональных состояний.
33. Удивление: различные оттенки ее переживания и выражения. Распознавание эмоции удивления. Интерес и чувство любопытства.
34. Эмоции удовольствия: различные оттенки ее переживания по содержанию и по интенсивности. Выражение и узнавание эмоции удовольствия.
35. Радость: различные оттенки ее переживания. Выражение и узнавание эмоции радости. Развитие эмоции радости у ребенка.
36. Чувство любви: виды любви, различные оттенки ее переживания. Психологические теории любви. Развитие умения любить, помехи любви. Влюбленность
37. Печаль: различные оттенки ее переживания. выражение и узнавание эмоции печали. Горе, скорбь, депрессия.
38. Страх: различные оттенки ее переживания, выражение и узнавание эмоции страха. Тревога, ужас.
39. Гнев: различные оттенки ее переживания, выражение и распознавание. Ярость, ненависть. Проблема насилия.

их отстаивать и, значит, формированию социально активной жизненной позиции, ибо здесь достигается личное участие студентов в деятельности как учебно-теоретической, так и практической. Они позволяют формировать умения студентов самостоятельно конструировать знания, ориентироваться в информационном пространстве, организовывать самостоятельную деятельность, интегрировать знания из различных областей науки. **«Метод проектов»** может быть индивидуальным или групповым и использоваться в решении задач урока и внеурочной деятельности.

«Мозговая атака» - метод коллективного «генерирования идей». Он способствует динамичности мыслительных процессов, освобождению от инерции мышления, развитию у обучаемых способности абстрагироваться от конкретных условий, формирует умение сосредоточиться на какой-либо важной цели.

«Метод круглого стола» предполагает активный обмен мнениями участников беседы на определенную тему в процессе межличностного взаимодействия. При подготовке к встрече, преподаватель предлагает студентам выдвинуть для обсуждения интересующую их проблему и подготовить вопросы, которые затем предлагаются гостю «круглого стола».

Методические рекомендации для студентов

Методические указания по организации самостоятельной работы студентов при изучении конкретной дисциплины

Целью самостоятельной работы студентов является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня. **Выделяется** два вида самостоятельной работы – аудиторную, под руководством преподавателя, и внеаудиторную. Тесная взаимосвязь этих видов работ предусматривает дифференциацию и эффективность результатов ее выполнения и зависит от организации, содержания, логики учебного процесса (межпредметных связей, перспективных знаний и др.):

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Одной из обязательных форм самостоятельной работы студентов по курсу «Общая психология» является качественное выполнение определенных учебных заданий. Эта работа ведется в течение учебного семестра. Выполненные и оформленные задания предоставляются на проверку за две недели до экзамена. Каждый отдельный вид работы должен быть сброшюрован, подписан (титульный лист или обложка обязательны) и вложен в отдельный файл.

Критерии оценивания выполненных работ: самостоятельность выполнения, логичность, содержательность, аргументированность, правильность оформления.

Индивидуальный индекс рейтинга самостоятельной работы студента, попавший в интервал 90-100 баллов, свидетельствует об отличном освоении курса «Общая психология» **при условии выполнения всех видов самостоятельной работы к семинарским занятиям;** 65-89 - о хорошем; 50-64 - об удовлетворительном. Индивидуальный индекс рейтинга самостоятельной работы студента, не превысивший 49-и баллов, свидетельствует о недопустимо низком уровне освоения курса.

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание рефератов;
- подготовка к семинарам и лабораторным работам, их оформление;
- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- подготовка рецензий на статью, пособие;
- выполнение микроисследований;
- подготовка практических разработок;
- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач, проведения типовых расчетов, расчетно-компьютерных и индивидуальных работ по отдельным разделам содержания дисциплин и т.д.;
- компьютерный текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

Аудиторная самостоятельная работа реализуется при проведении практических занятий, семинаров, выполнении лабораторного практикума и во время чтения лекций. *На*

практических и семинарских занятиях различные виды СРС позволяют сделать процесс обучения более интересным и поднять активность значительной части студентов в группе.

Практические занятия целесообразно строить следующим образом:

1. Вводное слово преподавателя (цели занятия, основные вопросы, которые должны быть рассмотрены).
2. Беглый опрос.
3. 4. Самостоятельная постановка и решение проблем
5. Разбор типовых ошибок при решении (в конце текущего занятия или в начале следующего).

Видами заданий для **внеаудиторной** самостоятельной работы могут быть:

Для овладения знаниями:

- чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы);
- составление плана текста;
- графическое изображение структуры текста;
- конспектирование текста;
- выписки из текста;
- работа со словарями и справочниками;
- учебно-исследовательская работа;
- использование аудио- и видеозаписи,
- использование компьютерной техники, Интернет и др.;

Для закрепления и систематизации знаний:

- работа с конспектом лекции (обработка текста);
- повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
- составление плана и тезисов ответа;
- составление таблиц для систематизации учебного материала; изучение нормативных материалов;
- ответы на контрольные вопросы;
- аналогичная обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, контент-анализ и др.);
- подготовка сообщений к выступлению на семинаре, конференции; подготовка рефератов, докладов; составление библиографии, тематических кроссвордов; тестирование и др.;

Для формирования умений:

- решение ситуационных производительных (профессиональных) задач;
- подготовка к деловым играм;
- проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности;
- подготовка курсовых и дипломных работ (проектов);
- опытно-экспериментальная работа;
- рефлексивный анализ профессиональных умений с использованием аудио- и видеотехники и др.

В качестве форм и методов контроля внеаудиторной самостоятельной работы студентов могут быть использованы семинарские занятия, коллоквиумы, зачеты, тестирование, самоотчеты, контрольные работы, защита творческих работ и др.

Методические указания по подготовке к семинарским, практическим или лабораторным занятиям

Методическая разработка семинарского занятия

I. Тема занятия.

1. Обоснование выбора темы.
2. Определение места темы в программе курса.
3. Цель занятия. Задачи: познавательные, воспитательные, методические.
4. Литература. Обоснование отбора рекомендуемой литературы с учетом объема чтения, сложности текстов.

II. Форма организации семинара.

1. Обоснование выбора формы проведения семинара в связи с характером подготовки аудитории: а) вопросно-ответная (опрос); б) развернутая беседа на основе плана; в) доклады с взаимным рецензированием; г) обсуждение письменных рефератов с элементами дискуссии; д) групповая дискуссия (направляемая, свободная); е) учебно-ролевая игра.
2. Программа предварительной ориентировки студентов в теме, задачах, объектах, операциях, характере занятия, в литературе. Распределение ролей участников обсуждения, требования к докладам, рефератам, форме и характеру обсуждения темы.

III. План и конспект хода занятия.

1. Программа содержания занятия: основные разделы темы, основные задачи каждого раздела темы, фиксация основных противоречий в ходе решения рассматриваемой проблемы.
2. Конспект содержания разделов программы. Выделение дидактических приемов, обеспечивающих выявление противоречий, доказательность и обоснованность рассматриваемых точек зрения. Выделение положений и задач, предполагающих групповые формы обсуждения. Приемы групповой коммуникации на разных этапах занятия.
3. Резюме обсуждения темы на семинарском занятии.
4. Анализ хода семинарского занятия после его проведения.

Наиболее распространенным видом семинарских занятий является семинар-беседа. Его проводят в форме развернутой беседы по плану с кратким вступлением и подведением итогов преподавателем. Такой вид семинарских занятий предлагает подготовку к семинару по всем вопросам плана всех обучающихся, что позволяет организовать активное обсуждение темы. По конкретным вопросам плана заслушиваются выступления отдельных докладчиков, которые обсуждаются и дополняются другими участниками семинара. Возможно и предварительное распределение вопросов между участвующими в семинаре, по которым они готовят доклады, сообщения. Непосредственно на семинаре идет заслушивание, обсуждение этих докладов (семинар-заслушивание).

Семинар-диспут предполагает коллективное обсуждение какой-либо проблемы с целью установления путей ее решения. Цель такого рода занятий состоит в формировании оценочных суждений, утверждении мировоззренческих позиций, развитии умений студентов вести полемику, защищать свои взгляды и убеждения, лаконично и ясно излагать мысли.

Методические рекомендации по написанию самостоятельных работ, в том числе курсовых работ, рефератов, эссе и др.

Требования к рефератам как форма самостоятельной работы

Объем реферата должен составлять не менее 15 страниц, ссылки на литературу в тексте обязательны.

Структура реферата

- а. Введение (актуальность темы, уровень разработанности проблемы в теории, ссылки на авторов).
- б. Основная часть.
- в. Заключение (обобщение и выводы по теме).

г. Литература (не менее 10 использованных источников).

Объем реферата должен составлять не менее 6 страниц, ссылки на литературу в тексте обязательны.

Структура реферата:

а. Основная часть.

Литература (не менее 5 использованных источников).

Приложение 3.

Распределение весов по видам контролей

Формы контролей	Весы форм текущих контролей в результирующих оценках текущих контролей			Весы форм промежуточных контролей в оценках промежуточных контролей			Весы оценок промежуточных контролей и результирующих оценок текущих контролей в итоговых оценках промежуточных контролей			Весы итоговых оценок промежуточных контролей в результирующей оценке промежуточных контролей	Весы результирующей оценки промежуточных контролей и оценки итогового контроля в результирующей оценке итогового контроля
	M1 ⁴	M2	M3	M1	M2	M3	M1	M2	M3		
Контрольная работа											
Тест											
Курсовая работа											
Лабораторные работы											
Письменные домашние задания											
Реферат											
Эссе											
<i>Другие формы (Указать)</i>											
<i>Другие формы (Указать)</i>											
Весы результирующих оценок текущих контролей в итоговых оценках промежуточных контролей											
Весы оценок промежуточных контролей в итоговых оценках промежуточных контролей											
Вес итоговой оценки 1-го промежуточного контроля в результирующей оценке промежуточных контролей											
Вес итоговой оценки 2-го промежуточного контроля в результирующей оценке промежуточных контролей											
Вес итоговой оценки 3-го промежуточного контроля в результирующей оценке промежуточных контролей											
Вес результирующей оценки промежуточных контролей в результирующей оценке итогового контроля											
Экзамен/зачет (оценка итогового контроля)											(Экзамен/Зачет)
	$\Sigma = 1$	$\Sigma = 1$	$\Sigma = 1$	$\Sigma = 1$	$\Sigma = 1$	$\Sigma = 1$	$\Sigma = 1$	$\Sigma = 1$	$\Sigma = 1$	$\Sigma = 1$	$\Sigma = 1$

⁴ Учебный Модуль

Формат УМКД

При составлении УМКД необходимо соблюдать нижеприведенные требования к формату документа:

1. Параметры страниц (Page setup) должны быть:
 - a. Поля страниц (Margins)
 - i. Верхнее – 2 см или 0.79”,
 - ii. Левое - 2 см или 0.79”,
 - iii. Правое – 2 см или 0.79”,
 - iv. Нижнее – 2 см или 0.79”.
 - b. Размер бумаги (Page size) – А 4.
2. Шрифт текста (Fonts) должен быть Times New Roman, размер – 12, Unicode.
3. Междустрочные расстояния (Абзац текста (Paragraph)) должны быть полуторные.
4. Шрифт заголовков разделов должен быть Times New Roman, размер 12, Unicode, полужирный (Bold), подчеркнутый (Underlined).
5. Шрифт заголовков подразделов должен быть Times New Roman, размер 12, Unicode, полужирный (Bold).
6. Цифры в таблицах должны быть заполнены с правой стороны Font 12, Bold, Times New Roman, Unicode.
7. Тексты в таблицах должны быть заполнены с левой стороны, Font 12, Times New Roman, Unicode.
8. Заголовки в таблицах должны быть заполнены с центра, Font 12 (для таблицы 4 – Font 10, для таблицы 5.1 – Font 11), Bold, Times New Roman, Unicode.