

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
 Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
 высшего образования
 «Владимирский государственный университет
 имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
 (ВлГУ)



УТВЕРЖДАЮ
 Проректор
 по образовательной деятельности

А.А.Панфилов

« 29 » 08 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ
 (наименование дисциплины)

Направление подготовки 37.03.01 - Психология

Профиль/программа подготовки – Психология

Уровень высшего образования – академический бакалавриат

Форма обучения – очно-заочное

Семестр	Трудоемкость зач. ед./ час.	Лекции, час.	Практич. занятия, час.	Лаборат. работы, час.	СРС, час.	Форма промежуточной аттестации (экзамен/зачет/зачет с оценкой)
6	2/72		18		54	зачет
Итого	2/72		18		54	зачет

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель изучения дисциплины направлена на развитие психологической компетентности в области эмоционального взаимодействия субъектов образовательного процесса. Изучение дисциплины учитывает

Индивидуальные образовательные потребности студентов и ориентирует их на значимость эмоционального компонента профессиональной деятельности и необходимость развития с вузовской скамьи специфических качеств личности, обеспечивающих успешную эмоциональную адаптацию в профессии.

Задачи: развитие у студентов педагогической и коммуникативной направленности (направленности на ученика, на положительное эмоциональное общение с учащимися, коллегами); формирование навыков эмоциональной саморегуляции; выработка умений предупреждать и разрешать негативные эмоциональные ситуации; познание и анализ своих индивидуальных особенностей во взаимодействии с развитие психологической зоркости, отзывчивости, педагогического такта; формирование навыков самопрезентации, представления уровня своей квалификации, выстраивание линии индивидуального стиля деятельности (общения).

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Психология эмоций» относится к вариативной части учебного плана.
Пререквизиты дисциплины: «Общая психология», «Возрастная психология».

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

Код формируемых компетенций	Уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине характеризующие этапы формирования компетенций (показатели освоения компетенции)
1	2	3
ПК-1	Способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности	Знать стандартные программы по предупреждению и способы профилактики отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, систему психологических категорий и методов, необходимых для профессиографии, а так же психологические последствия влияния на человека различных видов профессиональной деятельности. Уметь применять программы и методы, направленные на гармонизацию психического функционирования человека и предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, разрабатывать программу психологического обследования субъектов труда и их деятельности в связи с конкретным социальным заказом. Владеть навыками анализа последствий влияния на человека профессиональной деятельности, а также

		стандартными программами, профилактики отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, навыками проведения психологического анализа конкретных видов труда, профессиональных задач и ситуаций; разработки психологического портрета профессионала.
ПК-4	Способность к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам	<p>Знать основные психологические феномены, категории и методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики с позиций, существующих в отечественной и зарубежной науке подходов, основные закономерности функционирования и развития психики, а также личностные, возрастные и социальные факторы, влияющие на это развитие.</p> <p>Уметь анализировать психологические теории, описывающие закономерности функционирования и развития психики, анализировать и сопоставлять психологические теории, описывающие влияние на функционирование и развитие психики личностных, возрастных и социальных факторов с реальной ситуацией, возникающей в процессе профессиональной деятельности.</p> <p>Владеть методами анализа и выявления специфики функционирования и развития психики, позволяющими учитывать влияние возрастных этапов, кризисов развития, гендерных, этнических, профессиональных и других факторов, навыками применения психологических знаний в процессе решения практических профессиональных задач.</p>

4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 часов

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС		
1.	Эмоциональные состояния и эмоциональные особенности	6	1-2		2		6	1/50%	
2.	Негативные эмоции и состояния	6	3-4		2		6	1/50%	
3.	Позитивные эмоции и состояния	6	5-6		2		6	1/50%	Рейтинг – контроль № 1
4.	Индивидуальные различия в эмоциональной сфере	6	7-8		2		6	1/50%	
5.	Значение эмоций и чувств в жизни и деятельности	6	9-10		2		6	1/50%	

6.	Саморегуляция личности При эмоциональных расстройствах	6	11-12	2	6	1/50%	Рейтинг – контроль № 2
7.	Проблема педагогической индифферентности	6	13-14	2	6	1/50%	
8.	Эмоции учащихся и их Значение в учебной деятельности	6	15-16	2	6	1/50%	
9.	Прикладные аспекты психологии эмоций	6	17-18	2	6	1/50%	Рейтинг – контроль № 3
Всего за 6 семестр:		6	18	18	54	9/50%	зачет
Наличие в дисциплине КИ/КР				-			
Итого по дисциплине		6	18	18	54	9/50%	зачет

Содержание практических занятий по дисциплине

Тема № 1: Тема 1: Эмоции и чувства

Задание: 1 Объясните сущность понятий: «эмоции», «чувства», «эмоциональные инграммы».
2 Ответьте на вопрос: какова современная точка зрения на взаимосвязь чувств и эмоций?

Тема № 2: Эмоции и индивидуальность

Задание:

1 Объясните сущность понятий: «эмоциональные состояния», «эмоциональные реакции», «индивидуальный эмоциональный стиль».
2 Ответьте на вопрос: в чём состоит взаимосвязь эмоциональных состояний с индивидуальными особенностями личности? Решите психологическую задачу: психологи считают, что существует позитивный способ переживать любые чувства. Обоснуйте положение о том, что любые эмоции потенциально могут быть жизнеутверждающими и при каких условиях? Что является жизнеутверждающим или разрушительным началом – сами эмоции или то, как мы с ними справляемся? Раскройте значение и сущность следующей, предложенной психологами схемы эмоционального поведения человека: «Войди в них, почувствуй их накал, справишься с ними и выйдешь». О каких эмоциях идет речь?

Тема № 3: Классификация эмоций

Задание:

1 Объясните сущность понятий: «эмоция», «настроение», «аффект», «страсть». Ответьте на вопрос: какие условия способствуют отрицательных эмоций?
3 Решите ситуационные задачи: психологи считают стресс интереснейшим феноменом духа и тела. Он вызывает взаимодействие между мозгом, нервной и эндокринной системами. Прочитайте примеры современных стрессовых ситуаций, и объясните, как в этих ситуациях организм реагирует на стресс? Каким может быть поведение человека этих ситуация, и каковы могут быть последствия такого поведения? Примеры ситуаций: теряются ключи; в последний момент отменяется свидание или встреча; не удалось хорошо выступить с докладом; не понял близкий друг, подруга; вашу работу оценили формально, несправедливо низко;

Тема № 4: Эмоции, дестабилизирующие поведение и деятельность

Задание:

1 Объясните сущность понятий: «тревога», «фрустрация», «стресс».
Ответьте на вопрос: каковы внешние проявления и последствия отрицательных эмоций?
3 Решите психологические и ситуационные задачи:
Задача 1 Есть старинная индийская легенда о человеке, который увидел веревку, испугался и убежал, приняв ее за змею. О каком психическом процессе идет речь? Приведите примеры ситуаций, вызывающих подобное поведение у взрослых и детей? В чем состоит негативная сторона такого поведения? Может ли человек направить силу

данного психического процесса и свое поведение в позитивное русло?

Тема № 5: Психология стрессовых состояний

- 1 Объясните сущность понятий: «деструктивность», «агрессия»,
- 2 Ответьте на вопрос: каков механизм возникновения стресса?

Тема № 6: Положительные эмоциональные состояния

Задание:

- 1 Объясните сущность понятий: «эмоциональность», «толерантность», «психологическая защита».
- 2 Ответьте на вопрос: каково влияние положительных эмоций и состояний на жизнь человека?

Тема № 7: Моделирование эмоций в деятельности

Задание:

- 1 Объясните сущность понятий: «моделирование эмоций», «ситуация успеха», «оптимизм».

Тема № 8: Методы саморегуляции

Задание:

- 1 Объясните сущность понятий: «самонаблюдение», «самоанализ», «саморегуляция», «самовоспитание».

Тема № 9: «Прикладные аспекты психологии эмоций»

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В преподавании дисциплины «Психология эмоций» используются разнообразные образовательные технологии как традиционные, так и с применением активных и интерактивных методов обучения.

Активные и интерактивные методы обучения:

- Интерактивная лекция (тема № 1-9);
- Групповая дискуссия (тема № 1-9);
- Проблемное обучение (тема № 3-9);
- Обучение на основе опыта (тема № 3-7)
- Разбор конкретных ситуаций (тема № 4-9).

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Вопросы к зачету

- 1 Эмоциональные состояния и эмоциональные особенности личности.
- 2 Возможные основания классификации эмоций.
- 3 Современная точка зрения на содержание и взаимосвязь чувств и эмоций. Виды чувств человека.
- 4 Эмоциональные состояния и их взаимосвязь с индивидуальными особенностями личности.
- 5 Негативные эмоции и состояния.
- 6 Природа и механизмы образования негативных эмоций и состояний.
- 7 Условия возникновения отрицательных эмоций и состояний.
- 8 Внешние проявления и последствия.
- 9 Стрессовые состояния и умение преодолеть стресс.
- 10 Позитивные эмоции и состояния.
- 11 Стимулирующее, благотворное влияние положительных эмоций и состояний на жизнь человека.

- 12 Природа и механизм возникновения, источники положительных эмоций.
- 13 Возможное моделирование эмоций.
- 14 Индивидуальные различия в эмоциональной сфере человека.
- 15 Индивидуальность и эмоции.
- 16 Эмоциональные особенности людей в зависимости от эмоциональной возбудимости и устойчивости.
- 17 Эмоциональные свойства личности и характеристика эмоционально сентиментальных, страстных, холодных натур.
- 18 Возрастные особенности эмоций и чувства людей.
- 19 Саморегуляция личности при эмоциональных состояниях.
- 20 Самонаблюдение, самоанализ, саморегуляция, самовоспитание.
- 21 Признаки и содержание саногенного и патогенного мышления.
- 22 Психотехника работы с собственными проблемами, идентификация проблемы.
- 23 Принятие собственной проблемы. Поиск стратегии решения.
- 24 Значение эмоций и чувств в жизни и деятельности современного человека.
- 25 Необходимость и особенности управления эмоциями, чувствами, эмоциональными состояниями в общении и деятельности.
- 26 Проявления эмоций и культура поведения.
- 27 Психология профессионального общения.
- 28 Этика и психология критики и конфликтов.
- 29 Проблема эмоций в профессиональной деятельности педагога.
- 30 Роль эмоций в деятельности учителя.
- 31 Эмоциональная устойчивость и успешность деятельности учителя.

Задания для самостоятельной работы

- Положительное эмоциональное общение и его роль в педагогической деятельности.
- Эмоциональность как профессионально важное качество учителя. Феномен «эмоционального стораения» учителя.
- Проблема педагогической индифферентности.
- Педагогическая индифферентность как самостоятельный феномен профессиональной деятельности учителя. Природа и сущность. Механизм возникновения и факторы, способствующие её возникновению.
- Индивидуальные и личностные особенности, определяющие склонность к развитию педагогической индифферентности.
- Методика определения склонности к педагогической индифферентности и пути коррекции.
- Эмоции учащихся и их значение в учебной деятельности. Роль эмоционального фактора в познавательной деятельности.
- Балансировка когнитивного, поведенческого и эмоционального компонентов как условие эффективности знаний.
- Выделение специфических эмоций учебной деятельности.
- Характеристика признаков выражения специфических эмоций учебной деятельности.
- проблема психологической подготовки учителя к распознаванию эмоций учащихся.
- Основные направления в исследовании эмоциональной сферы человека.
- Возможность экспериментального исследования эмоций в зарубежной и отечественной психологии, Экспериментальное исследование выражения эмоций: вербального и невербального компонентов.
- Физиологические корреляты эмоций.
- Проблема надёжности различных методов исследования эмоций.
- Исследование эмоциональной стороны деятельности учителя (эмпатия, «эмоциональное стораение», педагогическая индифферентность).

Рейтинг – контроль №1

- 1 Понятие педагогической индифферентности, природа и сущность.
- 2 Причины, ведущие к эмоциональной дезадаптации учителя в процессе выполнения им профессиональной роли.
- 3 Группы учителей, наиболее предрасположенных к возникновению педагогической индифферентности.

4 Условия, необходимые для нормальной адаптации эмоциональной сферы учителя в процессе профессионализации.

Рейтинг – контроль № 2

- 1 Эмоции учащихся и их значение в учебной деятельности.
- 2 Роль эмоционального фактора в познавательной деятельности.
- 3 Выделение специфических эмоций учебной деятельности.
- 4 Характеристика признаков выражения специфических эмоций учебной деятельности.

Рейтинг – контроль №3

- 1 «Воспитанная воля» и её роль в эмоциональной регуляции поведения и деятельности.
- 2 Психологические механизмы защиты, их положительная и отрицательная роль.
- 3 Понимание себя и применение самокоррекции эмоциональных состояний.
- 4 Формирование желания самосовершенствования и самовоспитания.

Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ	
		Количество экземпляров изданий в библиотеке ВлГУ в соответствии с ФГОС ВО	Наличие в электронной библиотеке ВлГУ
Основная литература			
1. Асмолов А. Психология личности М., – М.: НИЦ ИНФА-М, 2015. – 249 с. – ISBN 978-5-16-009649-0.	2015		http://znanium.com/catalog/product/451796
2. Измайлов Ч.А. Психофизиологические основы эмоций: - М.: Издательство Юрайт, 2016. – 396 с. – ISBN 978-5-9916-6481-3.	2016		https://urait.ru/uploads/pdf_review/19849489-BB3E-45F3-B0AC-427CBA62856D.pdf
3Ильин Е.П. Психология воли. / Г.В. Борорздина – М.: НИЦ ИНФА-М, 2015. – 436 с. – ISBN 978-5-16-010816-6.	2015		http://znanium.com/catalog/product/502847
4. Измайлов Ч.А. Психофизиологические основы эмоций: Учеб. пособ. - / Ч.А. Измайлов. – М.: НИЦ ИНФА-М, 2014. – 154 с. – ISBN 978-5-16-009028-3.	2014		http://znanium.com/catalog/product/770771
Дополнительная литература			
1. Анатомия человека: учебник для медицинских училищ и колледжей / З.Г. Брыксина, М.Р. Сашиц, С.В. Чава. - М.: ГЭОТАР-Медиа. - 424 с.: ил. - ISBN 978-5-9704-3258-7.	2015		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970437742.html
2. Изотова Е.И. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика: Учеб. пособ. для	2008	1	

студ. вузов.- / Е. И. Изотова. – Москва : Эксмо, 2008. – 734 с.: - ISBN 978-5-699- 23343-4.			
3. Клепцова Е.Ю. Психология и педагогика толерантности: Учеб. пособ. Для слушателей системы деп. Проф. Образов.- М.: Академ. проект, 2004 / Е. Ю.Клепцова, - М.: ГООТАР-Медиа. – 576 с.: ил. – ISBN 978-5-9704-2912-9.	2014	1	

7.2. Периодические издания


7.3. Интернет-ресурсы


1. <http://znaniuni.com/>
2. <http://www.diss.rsl.ru/>
3. <http://polpred.com/>
4. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
5. <http://grebennikon.ru/>
6. <http://www.iprbookshop.ru/>


8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ


Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического/лабораторного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения: Word, Excel, PowerPoint

Рабочую программу составил старший преподаватель Макарова Е.Н. 
(ФИО, подпись)

Рецензент
(представитель работодателя) медицинский психолог ГКУЗ ВО ОПБ №1 Крылова Т.А. 
(место работы, должность, ФИО, подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ПЛиСП
Протокол № 1 от 29.08.19 года
Заведующий кафедрой ПЛиСП к. ис. н., доц. Филатова О.В. 
(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии
направления 37.03.01- Психология
Протокол № 1 от 29.08.19 года
Председатель комиссии 
(ФИО, подпись)

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**


Рабочая программа одобрена на 20 20 / 20 21 учебный года

Протокол заседания кафедры № 15 от 2.07.20 года

Заведующий кафедрой _____  Филатова О.В.

Рабочая программа одобрена на 20 21 / 20 22 учебный года

Протокол заседания кафедры № 11 от 23.06.21 года

Заведующий кафедрой _____  Филатова О.В.

Рабочая программа одобрена на 20 22 / 20 23 учебный года

Протокол заседания кафедры № 10 от 26.05.22 года

Заведующий кафедрой _____  Филатова О.В.

Рабочая программа одобрена на 20 ____ / 20 ____ учебный года

Протокол заседания кафедры № ____ от ____ года

Заведующий кафедрой _____ Филатова О.В.

Рабочая программа одобрена на 20 ____ / 20 ____ учебный года

Протокол заседания кафедры № ____ от ____ года

Заведующий кафедрой _____ Филатова О.В.

Рабочая программа одобрена на 20 ____ / 20 ____ учебный года

Протокол заседания кафедры № ____ от ____ года

Заведующий кафедрой _____ Филатова О.В.