Практичне заняття №14

Тема. Емоції та почуття: психологічна сутність і фізіологічні основи

Мета: охарактеризувати психологічну сутність емоцій і почуттів, їхні основні форми, функції та фізіологічні основи, визначити особливості вищих почуттів і їхнє значення в регуляції поведінки та діяльності особистості.

Завдання:

1. Опрацювати теоретичні питання за темою та скласти письмовий конспект із висвітленням психологічної сутності емоцій і почуттів, їхніх основних форм, функцій, фізіологічних основ та особливостей вищих почуттів.
2. Виконати письмово одне практичне завдання на вибір із запропонованих.

Питання для опрацювання

1. Поняття про емоції та почуття. Їх психологічна сутність і значення в житті людини.
2. Співвідношення понять «емоції» та «почуття». Спільні й відмінні ознаки.
3. Основні функції емоцій у регуляції діяльності та поведінки людини.
4. Фізіологічні основи емоцій. Роль нервової системи та мозкових структур у виникненні й регуляції емоцій.
5. Основні форми переживання емоцій і почуттів
6. Вищі почуття: моральні, інтелектуальні, естетичні та праксичні. Їх характеристика.

Практичні завдання

Завдання 1.

Людина планувала провести вихідний день на природі, однак через раптове погіршення погоди її плани змінилися. Спочатку вона відчула розчарування та роздратування, але згодом вирішила організувати інше дозвілля. Після цього її емоційний стан покращився.

Проаналізуйте ситуацію та дайте відповіді на запитання:

1. Які емоції переживала людина?
2. Які функції емоцій проявляються в цій ситуації?
3. Як емоції впливають на прийняття рішень і зміну поведінки?

4. Чому емоційний стан людини може змінюватися залежно від оцінки ситуації?

Завдання 2. Вплив емоцій на фізіологічні процеси

Під час перегляду трилера людина відчуває страх: її серцебиття прискорюється, дихання стає частішим, м'язи напружуються. Попри те, що вона усвідомлює відсутність реальної небезпеки, організм реагує так, ніби загроза існує.

Проаналізуйте ситуацію та дайте відповіді на запитання:

1. Чому емоційна реакція супроводжується фізіологічними змінами?
2. Яку роль відіграють центральна та вегетативна нервова система у виникненні страху?
3. Яке значення має мигдалеподібне тіло в обробці емоційної інформації?
4. Чому під час переживання емоцій виникають фізіологічні зміни в організмі, навіть якщо людина усвідомлює, що ситуація не становить реальної загрози?

Завдання 3. Фрустрація та емоційні переживання

Людина тривалий час готувалася до реалізації важливого проєкту. Проте через обставини, які від неї не залежали, реалізувати задумане не вдалося. Вона відчуває розчарування, дратівливість, невдоволення собою, а згодом починає уникати обговорення цієї теми.

Проаналізуйте ситуацію та дайте відповіді на запитання:

1.Які перешкоди завадили людині досягти поставленої мети та як вони вплинули на її емоційний стан?

2.Які психологічні механізми лежать в основі виникнення фрустрації?

3.Які форми емоційного реагування можуть виникати в людини за таких обставин?

4.Які наслідки для поведінки та діяльності людини може мати тривалий стан фрустрації?

Результат виконання – письмовий конспект теоретичних питань та виконання одного практичного завдання на вибір із запропонованих, із відповідним теоретичним поясненням.

Оцінювання – максимум 5 балів. Враховуються повнота й правильність розкриття теоретичних питань, науковість викладу, логічність структурування

матеріалу, правильність виконання практичного завдання із відповідним теоретичним поясненням.