

**Задания бакалаврам по дисциплине
ПСИХОЛОГИЯ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ**

Направление подготовки

44.03.03 – Специальное (дефектологическое) образование

Профиль подготовки

Дошкольная дефектология

В электронном виде (максимум за 2 недели до начала сессии переслать на mail.ru stlena70@mail.ru; или <https://vk.com/id58537639>) 1 задание, остальные задания – обсуждаются на сессии

1 задание (в электронном виде)

Файл в формате «Презентация Microsoft PowerPoint 97-2003 (.ppt)» под именем автора, например, «Иванова_ГА_ППРР» на выбранную тему контрольной работы.

При раскрытии темы следует следовать логике изложения:

а) дается определение основным терминам **с позиции разных авторов с обязательным указанием на них;**

б) дается классификация явления с разных точек зрения;

в) описывается структура и функции понятия (например, структура и функции агрессии);

г) дифференцируется выбранное понятие с близкими по значению, например, разводятся понятия «агрессия, агрессивность и агрессивное поведение»;

д) описывается динамика и особенности проявления явления в зависимости от возраста, прогноз – что будет в последствии, если состояние перейдет в длительное;

е) предлагается набор методик диагностики изучаемого явления (для каждого возраста отдельно). Выбранные методики затем представляются в отдельную папку. Тесты/методики должны быть строго научны, и включать необходимые данные;

ж) предлагается обзор современных моделей коррекции, профилактики, преодоления и пр., т.е. психолого-педагогическое сопровождение;

з) ссылки на сайты.

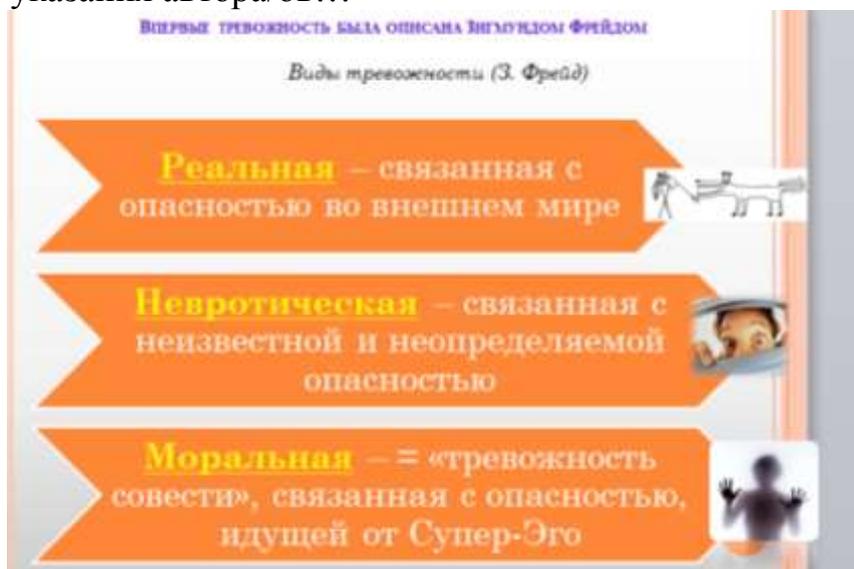
Указывается список литературы не менее 5 за последние 5 лет, которые вы использовали при подготовке материалов с обязательной ссылкой и конкретным указанием автора.

Например, **Асинхрония** (Г. Е. Сухарева, Г. К. Ушаков) – выраженное опережение в развитии одних психических функций и свойств формирующейся личности и значительное отставание темпа и сроков созревания других.

Критерии оценки презентации

1. Не менее 30 слайдов (титульный лист, содержание, список использованных источников не считаются)
2. Структурность и оригинальность подачи материала
3. Логика изложения
4. Выполнение в едином стиле, эстетичность
5. Верность орфографии и грамматики
6. Краткость изложения (желательно в схемах, таблицах)
7. Обязательно на белом фоне черными буквами, основной текст шрифтом Times New Roman!, заголовки - Times New Roman или Segoe Script

8. д. содержать «сопровождение»: стихи, легенды, крылатые высказывания по теме, фото или картины, содержащие примеры проведения коррекции, терапии, оборудования, помещений и пр.
9. не допускается использовать картинки на весь слайд!!
10. Нельзя использовать понятие и классификацию и др. характеристики явления без указания автора/ов!!!



Обратите внимание, как оформляется ссылка и, следовательно, список литературы:

Ссылка: Панфилова, М. А. Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. – Москва : ГНОМ и Д, 2000. – 160 с.

Требования к оформлению методики (прилагается отдельно)

Название методики (ссылка на источник в [])

Цель методики

Возраст, на который рассчитана методика

Автор: А. И. Захаров; модификация М.А. Панфиловой

Полный текст методики (возраст, на который рассчитана методика, особенности проведения, инструкция, текст)

Интерпретация:

Критерии оценки:

Стимульный материал:

Внимание: студент готовит стимульный материал одной методики, у которой есть стимульный материал (например, графический) и оформляет ее в соответствии с требованиями, предъявляемыми к методикам диагностики. В случае, если нет такого материала, то готовится 1 коррекционная игра по выбранной теме.

Материал д.б. легким, эстетичным, надежно упакован (например, в прозрачной пластиковой упаковке или папочке), полезным, диагностическим или развивающим, маленьким по объему и весу.

Примерные темы для презентации – контрольной работы
(одна и та же тема не должна быть у разных студентов)

Тематика контрольных работ

1. Беспокойство и тревога.
2. Страх.
3. Состояния меланхолии и депрессии.
4. Паника.
5. Эйфория, радость, удовлетворение.
6. Скука и апатия.
7. Духовные состояния.
8. Сосредоточенность, рассеянность, внимание как состояния.
9. Состояния напряжения и нервно-психического напряжения.
10. Синтония/дружелюбие.
11. Фрустрация.
12. Состояния сенсорного голода.
13. Состояния в условиях индивидуальной изоляции.
14. Одиночество.
15. Состояние в условиях групповой изоляции.
16. Состояние в условиях публичности.
17. Стресс.
18. Состояния в экстремальных условиях.
19. Агрессия как психическое состояние.
20. Усталость. Утомление.
21. Монотония.
22. Аффект.
23. Психологическое благополучие.
24. Сон. Депривация сна. Сновидения.
25. Посттравматическое стрессовое расстройство
26. Профессиональное выгорание
27. Состояние вины
28. Саморегуляция неравновесных состояний.
29. Любовь.
30. Гнев. Ненависть.
31. Измененные состояния сознания

2 задание: написать в тетрадь краткие ответы на вопросы к семинарским занятиям

Тема 1 Эмоциональные состояния

Настроение. Беспокойство, тревога, страх. Печаль и меланхолия.

Преодоление негативных эмоциональных состояний.

Положительные эмоциональные состояния.

Тема 2 Тензионные, тонические и активационные состояния

Состояния напряжения, эмоционального разрешения. Состояния фрустрации.

Состояния сенсорного голода. Одиночество. Стресс.

Состояния бодрствования. Агрессия/агрессивность как состояние, черта личности и форма поведения. Состояния утомления и монотонии.

Состояние сонливости. Сон. Сновидения. Состояния возбуждения, скуки и апатии. Вдохновение. Сосредоточенность и рассеянность. Духовные состояния. Состояние подъема.

Тема 3 Психические состояния детей.

Этапы эмоционального развития детей. Общие эмоциональные особенности детей. Функции психических состояний детей. Особенности типичных психических состояний детей.

Особенности психических состояний детей раннего, дошкольного и младшего школьного возраста. Общее и особенное в картине типичных психических состояний детей с ограниченными возможностями здоровья с 1 года до 10 лет.

Тема 4 Детерминанты актуализации состояний в разные возрастные периоды

Отличительные особенности психических состояний детей от взрослых. Взаимоотношения психических состояний с процессами и свойствами личности у дошкольников и младших школьников.

Тема 5 Психические состояния в учебной деятельности

Психические состояния школьников с ограниченными возможностями здоровья. Психические состояния педагогов. Взаимосвязь внешних проявлений психических состояний учащихся и учителей в процессе учебной деятельности. Психологический климат и психические состояния. Защитные механизмы и состояния студентов.

Тема 6 Психические состояния в профессиональной деятельности педагогов.

Психические состояния людей, увлеченных компьютерами.

Тема 7 Диагностика психических состояний

Методы и методики изучения и измерения психических состояний.

Диагностика эмоциональных состояний дошкольников.

Диагностика типичных психических состояний младших школьников.

Особенности диагностики психических состояний подростков.

Изучение и измерение психических состояний лиц юношеского возраста.

Диагностика психических состояний взрослых.

Раздел 4. Тема 8 Феноменология регуляции психических состояний

Регуляция психических состояний.

Классификация способов и приемов саморегуляции.

Психология самоуправления.

Особенности саморегуляции неравновесных состояний в профессиональной деятельности.

Профилактика и преодоление негативных психических состояний.

Тема 9 Способы саморегуляции психических состояний

Нетрадиционные техники саморегуляции.

3 задание: выполните тестовые задания

Уровень А – вопросы с одним ответом

1. Первый этап изучения психических состояний носил название: А. Донаучный. Б. Эмпирико-натуралистический период. В. Описательный период. Г. Теоретико-экспериментальное изучение.

2. Нирвана обозначает: А. Состояние высшего блаженства; Б. Сдержанность; В. Гнев; Г. Равнодушие.
3. Выдвинул Концепцию о гомеостазе и адаптации: А. Сеченов; Б. Селье; В. Бернар; Г. Гераклит.
4. Началом изучения психических состояний как особой категории психических явлений в стране служат исследования: А. Сеченова; Б. Левитова; В. Выготского; Г. Селье.
5. В переводе с латинского означают прохождение, продвижение: А. состояния; Б. свойства; В. процессы; Г. явления.
6. Психические состояния выступают как: А. система организации психических процессов; Б. субъективное отношение к отражаемому явлению; В. константный способ индивидуального приспособления к окружающему; Г. механизм оценки отражаемой действительности.

Уровень Б – вопрос с точным ответом (ответом на вопрос будет слово, словосочетание или число)

- 1) Разная степень развернутости, включенности одних и тех же свойств ... разное психическое состояние.
- 2) ... – совокупность внутренних условий, в структуру которых входит характер, направленность, чувства и способности, опыт, процессы, природно-биологическая организация.
- 3) Системообразующий смысл обуславливает ... сознания.
- 4) При обратимых ситуациях возникают устойчивые ... поведения и система ...
- 5) При необратимых ситуациях возникают ... и отношения, открываются новые знания, изменяется картина мира.

Уровень В – вопрос с множественным выбором

1. Выделите системные признаки психических состояний: А. субстративный; В. временный; Д. пространственный; Ж. устойчивость; Б. целостность; Г. ситуативность; Е. информационный; З. энергетический; И. связь с личностными особенностями и психическими процессами
2. Выделите категориальные признаки психических состояний: А. субстративный; В. временный; Д. пространственный; Ж. устойчивость; Б. целостность; Г. ситуативность; Е. информационный; З. энергетический; И. связь с личностными особенностями и психическими процессами.
3. Выделите обратимые ситуации: А) конфликты; Б) смерть близкого; В) неожиданные, пугающие действия; Г) развод; Д) длительные травмирующие ситуации (пьянство); Е) обиды; Ж) измена; З) переезд; И) новая работа.
4. Выделите трудные необратимые ситуации: А) конфликты; Б) смерть близкого; В) неожиданные, пугающие действия; Г) развод; Д) длительные травмирующие ситуации (пьянство); Е) обиды; Ж) измена; З) переезд; И) новая работа.
5. К структурным ситуационным свойствам ситуации относят: А) Сложность; Б) Задачи; В) Ясность; Г) Сила.

Уровень Г – вопрос на соответствие

1. Соотнесите проявления психических состояний и их примеры

А. Психические процессы	А. Импульсивность, необдуманность поступков, агрессия, метания, плач, потеря контроля
-------------------------	---

Б. Физиологические процессы	Б. От отсутствия ощущений до болевых, переживание шока, безвыходности, безвыходности; обострение эмоционального восприятия: «все как в тумане», снижение памяти, отсутствие логики, в речи – молчание, рассеянность внимания
В. Нервная система	В. Боли в сердечно-сосудистой системе, расстройство частоты, ритма и глубины дыхания
Г. Поведение	Г. Головные боли, головокружения, бессонница (сонливость), снижение аппетита, расстройство менструального цикла, боли в области живота

2. Соотнесите психические состояния по преобладанию психических процессов и их примеры:

А. любознательность, любопытство, удивление, изумление, недоумение, сомнение, озадаченность, мечтательность, заинтересованность, сосредоточенность	А. Волевые
Б. радость, огорчение, грусть, возмущение, злость, обида, удовлетворенность и неудовлетворенность, бодрость, тоска, обреченность, угнетенность, подавленность, отчаяние, страх, робость, ужас, влечение, страсть, аффект	Б. Гностические
В. активность, пассивность, решительность и нерешительность, уверенность и неуверенность	В. Эмоциональные

3. Соотнесите автора и название его концепции

А. Культурно-историческая теория психического развития	Б. Деятельностный подход	В. О субординации внешних и внутренних факторов	Г. Концепция психологического опосредования условий труда	Д. Концепция психического образа в регуляции профессиональной деятельности	Е. Концепция системно-деятельностной регуляции
А. Завалова, Ломов	Б. Л.Г. Дикая	В. Л.С. Выготский	Г. А.Н. Леонтьев	Д. С. Л. Рубинштейн	Е. Винфрид Хаккер

4. Соотнесите уровень вертикальной или иерархической структуры психических состояний и их описание:

А. Социально-психологическое	А. нейрофизиологические характеристики, морфологические и биохимические изменения, сдвиги физиологических функций вызывают изменения состава крови
Б. Психологический	Б. Отношение к объекту, проявляется в поведении, деятельности, общении
В. Психофизиологический	В. изменения психических функций (Мышление, внимание, восприятие, память и т.д.) и настроения человека
Г. Физиологический	Г. вегетативные реакции, изменения психомоторики, сенсорики способствует повышению тонууса симпатической системы, выделению большого количества гормонов

5. Соотнесите автора и определение психического состояния, данного им

А. А.О.	А. самостоятельная целостная характеристика психической деятельности
---------	--

Прохоров	за определенный период времени, показывающая своеобразие психических процессов
Б. Н.Д. Левитов	Б. общий функциональный уровень, на фоне которого развивается процесс
В. В.Н. Мясищев	В. субъективное отражение личностью ситуации в виде устойчивого целостного синдрома в динамике психической деятельности, выражающегося в единстве поведения и переживания в континууме времени

Уровень Д – вопрос на упорядочивание

1. Расположите в правильной последовательности этапы развития психологии психических состояний: 1) Эмпирико-натуралистический период. 2) Первое упоминание о специфическом состоянии души. 3) Теоретико-экспериментальное изучение. 4) Описательный период.
2. Расположите в правильной последовательности иерархическую структуру психических состояний: 1) степень обобщенности (общие, особенные, индивидуальные); 2) уровневость, совпадающая с уровневой организацией человека; 3) субъективность – объективность.
3. Расположите правильно стадии механизма возникновения и формирования психических состояний: 1) неравновесное состояние становится доминантой и обуславливает формирование новообразования; 2) выраженность состояния и закрепление его в конкретной деятельности и поведении; 3) формированием динамического опорного ядра.
4. Расположите правильно основные стадии скорби: 1) Обычно наступает в течение года после смерти близкого человека (уменьшение количества эпизодов печали, способность вспоминать о прошлом с удовольствием, возобновление повседневной активности); 2) Стадия обычно длится от одного до трех дней (шок, неверие, отрицание, оцепенение, рыдание, смятение); 3) Обычно длится в течение года (болезненная тоска, погруженность в переживания, яркий образ умершего в душе, слезливость, бессонница, анорексия, потеря интереса к жизни, раздражительность и беспокойство)
5. Определите последовательность фаз детского горя (Джродж Е. Вильямс): 1) фаза сделки; 2) депрессия; 3) разрешения; 4) изоляция; 5) гнев.

4 задание: написать в тетрадь краткие ответы на вопросы к экзамену

№	Формулировка вопроса
1.	Психические состояния как объект психологических исследований.
2.	Взаимоотношения психического состояния и внешней среды.
3.	Функции психических состояний.
4.	Состав психических состояний.
5.	Концепция неравновесных состояний.
6.	Принципы и классификация психических состояний
7.	Психические состояния как случайные и закономерные.
8.	Равновесные и неравновесные психические состояния.
9.	Положительные и отрицательные психические состояния.
10.	Психические состояния по степени продолжительности.
11.	Психические состояния по степени распространенности.

12.	Методы измерения психических состояний.
13.	Классификация эмоциональных психических состояний.
14.	Настроение.
15.	Психические состояния беспокойства и тревоги.
16.	Психическое состояние страха.
17.	Состояние меланхолии. Психическое состояние печали.
18.	Состояния эйфории, радости, удовлетворения.
19.	Состояние возбуждения.
20.	Состояния скуки и апатии.
21.	Вдохновение.
22.	Духовные состояния.
23.	Состояние подъема.
24.	Сосредоточенность и рассеянность.
25.	Состояния нервно-психического напряжения.
26.	Состояние эмоционального разрешения.
27.	Состояние фрустрации.
28.	Состояние сенсорного голода.
29.	Состояния в условиях индивидуальной изоляции.
30.	Проблема одиночества.
31.	Состояние в условиях групповой изоляции.
32.	Состояние в условиях публичности.
33.	Стресс.
34.	Особенности состояний и поведения людей в экстремальных условиях.
35.	Состояния сна, его депривация.
36.	Сновидения.
37.	Профилактика нарушений сна.
38.	Этапы эмоционального развития детей.
39.	Влияние психических состояний на здоровье человека.
40.	Психические состояния школьников.
41.	Психические состояния учителей.
42.	Защитные механизмы и состояния студентов.
43.	Проблема саморегуляции в современной психологии.
44.	Классификация способов и приемов саморегуляции.
45.	Специфика регуляции психических состояний.
46.	Психология самоуправления.
47.	Профилактика утомления.
48.	Преодоление страхов и тревожности.
49.	Снижение монотонии.
50.	Профилактика и преодоление меланхолии и печали.

Учебная литература и другие информационные источники

а) основная литература

Прохоров, А. О. Методики диагностики и измерения психических состояний личности [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. О. Прохоров. – Москва : Пер Сэ, 2012. – 176 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Психология состояний [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. О. Прохоров [и др.]. – Москва : Когито-Центр, 2011. – 624 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

б) дополнительная литература

Баранова, Э. А. Диагностика процессов саморегуляции у дошкольников : учеб.-метод. пособие / Э. А. Баранова. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2010. – 42 с. : ил.

Велиева, С. В. Типичные психические состояния дошкольников : учеб. пособие / С. В. Велиева. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2014. – 133 с.

Ломов, Б. Ф. Психическая регуляция деятельности [Электронный ресурс] : избранные труды / Б. Ф. Ломов. – Москва : Когито-Центр : Ин-т психологии РАН, 2013. – 624 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Прохоров, А. О. Смысловая регуляция психических состояний [Электронный ресурс] / А. О. Прохоров. – Москва : Когито-Центр : Ин-т психологии РАН, 2013. – 352 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

<http://akademroditel.ru;> [http://almanah.ikprao.ru/;](http://almanah.ikprao.ru/) <http://detlich.ru;>
<http://www.studzona.com;> <http://www.psy-master.ru;> <http://www.psyline.ru;>
[http://www.psycho-therapy.ru/;](http://www.psycho-therapy.ru/) [http://www.veinclinic.ru/treatmentpat/;](http://www.veinclinic.ru/treatmentpat/)
[http://www.psychol-ok.ru/;](http://www.psychol-ok.ru/) [http://www.psynavigator.ru/;](http://www.psynavigator.ru/) www.koob.ru