**ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ РО ПСИХОЛОГИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ**

**1 КУРСА ПЕДИАТРИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА**

**Занятие 3.**

**Тема 3. Эмоционально-волевая сфера психики. Эмоции и чувства. Эмоциональные состояния и их следствия. Воля и структура волевого акта. Эмоциональная компетентность в профессиональной деятельности врача.**

**Цель занятия:**

**-** анализ эмоционально-волевой сферы психики человека, управление эмоциями в профессиональной деятельности врача;

- формирование эмоциональной компетентности врача; развитие рефлексии и саморефлексии;

- развитие способности анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе профессионального взаимодействия, формирование основ толерантного общения.

**Основные понятия темы**: эмоции, чувства, чувственный тон, настроение, аффект, фрустрация, стресс, эустресс, дистресс, психологические механизмы защиты, копинг - стратегии, эмоциональный интеллект, воля, волевой акт.

**Задания:**

**1 задание**. Изучите материал 3 лекции по психологии по теме занятия.

**2 задание.** По материалам лекции и учебного пособия «Психологический практикум» ПИСЬМЕННО ответьте на вопросы для самоконтроля знаний по 3 теме практикума.

**3 задание.**  ПИСЬМЕННО выполните тестирование по 3 теме Психологического практикума ( с 1 по 10 тестовые задания.)

**4 задание**. Выполните задачу № 3 темы 3 Психологического практикума (в электронном виде).

**5 задание.** Пройдите методику на диагностику эмоционально-волевой сферы психики:

**Инструкция к тесту**

Вам предлагается заполнить опросник, состоящий из 46 утверждений. Читайте внимательно каждое утверждение и ставьте крестик (или галочку) в той графе, которая лучше всего отражает Ваше мнение.

**Укажите пол: М Ж**

**Тест**

**Бланк для ответов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№утверждения**  | **Совсем несогласен**  | **Скорее несогласен**  | **Скорее согласен** | **Полностью согласен** | **№утверждения** | **Совсем несогласен** | **Скорее несогласен** | **Скорее согласен** | **Полностью согласен** |
| **1** |   |   |   |   | **24** |   |   |   |   |
| **2** |   |   |   |   | **25** |   |   |   |   |
| **3**  |   |   |   |   | **26** |   |   |   |   |
| **4**  |   |   |   |   | **27** |   |   |   |   |
| **5** |   |   |   |   | **28** |   |   |   |   |
| **6** |   |   |   |   | **29** |   |   |   |   |
| **7** |   |   |   |   | **30**  |   |   |   |   |
| **8** |   |   |   |   | **31**  |   |   |   |   |
| **9** |   |   |   |   | **32**  |   |   |   |   |
| **10** |   |   |   |   | **33** |   |   |   |   |
| **11** |   |   |   |   | **34** |   |   |   |   |
| **12** |   |   |   |   | **35** |   |   |   |   |
| **13** |   |   |   |   | **36** |   |   |   |   |
| **14** |   |   |   |   | **37** |   |   |   |   |
| **15** |   |   |   |   | **38**  |   |   |   |   |
| **16** |   |   |   |   | **39** |   |   |   |   |
| **17**  |   |   |   |   | **40**  |   |   |   |   |
| **18**  |   |   |   |   | **41** |   |   |   |   |
| **19** |   |   |   |   | **42** |   |   |   |   |
| **20** |   |   |   |   | **43** |   |   |   |   |
| **21** |   |   |   |   | **44** |   |   |   |   |
| **22** |   |   |   |   | **45**  |   |   |   |   |
| **23** |   |   |   |   | **46** |   |   |   |   |

**№ Утверждение**
1. Я замечаю, когда близкий человек переживает, даже если он (она) пытается это скрыть
2. Если человек на меня обижается, я не знаю, как восстановить с ним хорошие отношения
3. Мне легко догадаться о чувствах человека по выражению его лица
4. Я хорошо знаю, чем заняться, чтобы улучшить себе настроение
5. У меня обычно не получается повлиять на эмоциональное состояние своего собеседника
6. Когда я раздражаюсь, то не могу сдержаться, и говорю всё, что думаю                                   7. Я хорошо понимаю, почему мне нравятся или не нравятся те или иные люди                         8. Я не сразу замечаю, когда начинаю злиться
9. Я умею улучшить настроение окружающих

10. Если я увлекаюсь разговором, то говорю слишком громко и активно жестикулирую         11. Я понимаю душевное состояние некоторых людей без слов
12. В экстремальной ситуации я не могу усилием воли взять себя в руки
13. Я легко понимаю мимику и жесты других людей
14. Когда я злюсь, я знаю, почему
15. Я знаю, как ободрить человека, находящегося в тяжелой ситуации
16. Окружающие считают меня слишком эмоциональным человеком
17. Я способен успокоить близких, когда они находятся в напряжённом состоянии
18. Мне бывает трудно описать, что я чувствую по отношению к другим
19. Если я смущаюсь при общении с незнакомыми людьми, то могу это скрыть
20. Глядя на человека, я легко могу понять его эмоциональное состояние
21. Я контролирую выражение чувств на своем лице
22. Бывает, что я не понимаю, почему испытываю то или иное чувство
23. В критических ситуациях я умею контролировать выражение своих эмоций
24. Если надо, я могу разозлить человека
25. Когда я испытываю положительные эмоции, я знаю, как поддержать это состояние
26. Как правило, я понимаю, какую эмоцию испытываю
27. Если собеседник пытается скрыть свои эмоции, я сразу чувствую это
28. Я знаю как успокоиться, если я разозлился
29. Можно определить, что чувствует человек, просто прислушиваясь к звучанию его голоса 30. Я не умею управлять эмоциями других людей
31. Мне трудно отличить чувство вины от чувства стыда
32. Я умею точно угадывать, что чувствуют мои знакомые
33. Мне трудно справляться с плохим настроением

34. Если внимательно следить за выражением лица человека, то можно понять, какие эмоции он скрывает
35. Я не нахожу слов, чтобы описать свои чувства друзьям                                                              36. Мне удаётся поддержать людей, которые делятся со мной своими переживаниями
37. Я умею контролировать свои эмоции
38. Если мой собеседник начинает раздражаться, я подчас замечаю это слишком поздно
39. По интонациям моего голоса легко догадаться о том, что я чувствую
40. Если близкий человек плачет, я теряюсь
41. Мне бывает весело или грустно без всякой причины
42. Мне трудно предвидеть смену настроения у окружающих меня людей
43. Я не умею преодолевать страх
44. Бывает, что я хочу поддержать человека, а он этого не чувствует, не понимает
45. У меня бывают чувства, которые я не могу точно определить
46. Я не понимаю, почему некоторые люди на меня обижаются

**Фото 2 и 3 заданий, выполненных письменно и печатный вариант 4 задания высылаются одним файлом! Файл должен быть правильно подписан: ФИ студента, номер группы, номер темы.**

**Литература**:

1. Бордовская, Н. В. Педагогика и психология : учебник для вузов / Н. В. Бордовская. – СПб. : Питер, 2014. – 624 с.

2. Клиническая психология : учебник для вузов. – 4-е изд., перераб. и доп. / под ред. Б. Д. Карвасарского. – СПб. : Питер, 2013. – 864 с.

3. Немов, Р. С. Психология / Р. С. Немов : в 3-х т. – Т. 1.Общие вопросы психологии. – М. :Юрайт, 2013.

4. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2013. – 712 с.

5. Холмогорова, А. Б. Клиническая психология / А. Б. Холмогорова : в 4-х т. – Т. 2. –М. : Академия, 2012.