

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кемеровский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России)



УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе
к.б.н., доцент В.В. Большаков

« 13 » _____ 20 26 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ И СОСТОЯНИЙ

Специальность

Клиническая психология

Квалификация выпускника

клинический психолог

Форма обучения

очная

Факультет

педиатрический

Кафедра-разработчик рабочей программы

клинической психологии

Семестр	Трудоемкость		Лекции, ч	Практ. занятия, ч	Лаб. занятия, ч	КПЗ, ч	Семинары, ч	СРС, ч	КР, ч	Экзамен, ч	Форма промежу- точного контроля (экзамен/ зачет)
	зач.ед.	ч.									
VI	3	108	24	48				36			зачет
Итого:	3	108	24	48				36			зачет

Кемерово, 2026

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – специалитет по специальности 37.05.01 Клиническая психология квалификация «Клинический психолог», утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 683 от «26» мая 2020 г. (рег. в Министерстве юстиции РФ № 58849 от 06.07.2020 г.).

Рабочую программу разработал:
доцент кафедры клинической психологии, к. ист. н., доцент
Г.В. Акименко

Рабочая программа согласована с научной библиотекой
О.Н. Самотоева
« 05 » 02 2026 г.



Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры клинической психологии, протокол №7 от «5» февраля 2026 г.

Рабочая программа согласована с учебно-методической комиссией
Председатель: к.п.н., доцент Е.В. Янко
протокол № 3 от « 12 » 03 2026 г.

Рабочая программа согласована с деканом педиатрического факультета,
к.м.н., доцентом О.В. Шмаковой
« 12 » 03 2026 г.

Рабочая программа зарегистрирована в учебно-методическом отделе
Регистрационный номер 3792
Руководитель УМО Н.Э. Коломиец
д-р фармацевт. наук, профессор Н.Э. Коломиец

« 13 » 03 2026 г.

ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Цели и задачи освоения дисциплины

1.1.1. Целями освоения дисциплины «**Психология эмоций и состояний**» формирование у студентов системы представлений об эмоциональной сфере личности, об индивидуальных особенностях, закономерностях ее развития и нарушения, а также овладение навыками эмпирических исследований эмоциональных особенностей человека.

1.1.2. Задачи дисциплины:

- сформировать знание о категориальном аппарате психологии эмоций и мотивации, историю развития представлений об эмоциях и мотивации
- иметь представление о классификациях и характеристиках эмоциональных состояний и типах эмоционального реагирования, мотивационных образованиях человека
- выявить индивидуальные особенности, закономерности развития и нарушения эмоций;
- овладение студентами методами эмпирического исследования эмоциональной и мотивационно-потребностной сфер личности, методами регуляции эмоций и развития мотивации человека

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

1.2.1. Дисциплина «Психология эмоций и состояний» относится к вариативной части, формируемой участниками образовательных отношений.

1.2.2. Для изучения дисциплины необходимы знания и умения, формируемые предшествующими дисциплинами/практиками:

- Введение в клиническую психологию
- Общая психология
- Теория личности в современной клинической психологии

1.2.3. Изучение дисциплины необходимо для получения знаний и умений, формируемых последующими дисциплинами/практиками:

- Психологическая безопасность
- Психотерапия: теория и практика
- Методология клинико-психологического исследования
- Основы психологического консультирования

1.2.4. В основе преподавания данной дисциплины лежат следующие типы профессиональной деятельности:

1. психодиагностический;
2. консультативный и психотерапевтический;

1.3. Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины

1.3.1. Универсальные компетенции

п/п	Наименование категории универсальных компетенций	Код компетенции	Содержание компетенции	Индикаторы универсальных компетенции	оценочные средства
	Психологическая оценка, диагностика и экспертиза	ОПК-3	Способен применять надежные и валидные способы количественной и качественной психологической оценки при решении научных, прикладных и экспертных задач, связанных со здоровьем человека, в том числе с учетом принципов персонализированной медицины	ИД-1 ОПК-3 Знать теоретические основы и правила практического применения адекватных, надежных и валидных способов качественной и количественной психологической оценки при решении научных, прикладных и экспертных задач, связанных со здоровьем и психологическим благополучием человека. ИД-2 ОПК-3 Уметь применять современные психодиагностические методы и методики при работе с пациентами (клиентами) с нарушениями здоровья и адаптации с учётом социально-демографических, нозологических и индивидуально-психологических характеристик. ИД-3 ОПК-3 Владеть навыками обработки и интерпретации данных психодиагностического обследования.	Лекция Доклад с презентацией Семинарские занятия Самостоятельная работа Тестовые задания Ситуационные задачи Коллоквиум Case-study Психологическое тестирование

	Психологическое консультирование	ОПК - 4	Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию и неврачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности клинического психолога	ИД-2 оПК - 4 Уметь разрабатывать и реализовывать комплексные программы психологического консультирования и психотерапии в индивидуальной, семейной и групповой формах с учетом психологической, возрастной, социо-культурной специфики пациентов (клиентов) и оценивать их эффективность.	Лекция Доклад с презентацией Семинарские занятия Самостоятельная работа Тестовые задания Ситуационные задачи Коллоквиум Case-study Психологическое тестирование
--	----------------------------------	----------------	--	---	---

1.3 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Трудоемкость всего		Трудоемкость по семестрам (ч)	
		в зачетных единицах (ЗЕ)	в академических часах (ч)	семестры	
				VI	
Аудиторная работа, в том числе:		2	72	72	
Лекции (Л)		0,66	24	24	
Лабораторные практикумы (ЛП)					
Практические занятия (ПЗ)		1,34	48	48	
Клинические практические занятия (КПЗ)					
Семинары (С)					
Самостоятельная работа студента (СРС), в том числе НИР		1	36	36	
Промежуточная аттестация:	зачет (З)			3	
	экзамен (Э)				
Экзамен / зачёт				Зачет	
ИТОГО:		3	108		

2. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость модуля дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 ч.

2.1. Структура дисциплины

№ п/п	Наименование разделов и тем	Семестр	Всего часов	Виды учебной работы						СРС
				Аудиторные часы						
				Л	ЛП	ПЗ	КП 3	С	КР	
1	Раздел 1. Психология эмоций и состояний: теоретические основы и практическое значение	VI	36	8		16				12
1.1	Тема 1. Понятие и основные характеристики эмоций. Значение исследования эмоций в психологии. Соотношение эмоций и чувств.	VI	9	2		4				3
1.2	Тема 2. Функции эмоций. Взаимосвязь эмоций с другими психическими процессами, состояниями и свойствами личности	VI	9	2		4				3
1.3	Тема 3. Физиологические основы эмоций и психологические теории эмоций. Проблема эмоций в VIII-XIX вв. Концепции И.Ф. Гербарта, В. Вундта.	VI	9	2		4				3

№ п/п	Наименование разделов и тем	Семестр	Всего часов	Виды учебной работы						СРС
				Аудиторные часы						
				Л	ЛП	ПЗ	КП 3	С	КР	
	Биологизаторский подход к пониманию происхождения эмоций (Ч. Дарвин и П.К. Анохин)									
1.4	Тема 4. Нейрофизиологические и психофизиологические исследования эмоций	VI	9	2		4				3
2	Раздел 2. Основные эмоциональные переживания	VI	36	18		18				12
2.1	Тема 5. Основные эмоциональные переживания и их характеристика: аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения, стресс	VI	9	2		4				3
2.2	Тема 6. Субъективно-оценочные методы диагностики психического состояния.	VI	9	2		4				3
2.3	Тема 7. Психофизиологические методы диагностики психических состояний. Индивидуальные особенности, развитие и нарушения эмоций	VI	9	2		4				3
2.4	Тема 8. Саморегуляция поведенческих проявлений Особенности регуляции отдельных психических состояний Методы и способы саморегуляции	VI	9	2		4				3
2.5	Тема 9. Развитие эмоциональной сферы личности в онтогенезе	VI	9	2		4				3
2.6	Тема 10. Органические потребности как первые побудители эмоциональных проявлений у детей	VI	9	2		4				3
2.7	Тема 11. Закономерности формирования высших чувств.	VI	9	2		4				3
2.8	Тема 12. Нарушения эмоциональных свойств личности Индивидуальные особенности в эмоциональных проявлениях	VI	9	2		4				3
2.9	Тема 13. Аутогенная тренировка, ее история, механизм и модификации. Методика формирования способности к психическому самоуправлению.	VI	9	2		4				3
	Экзамен / зачёт	VI								
	ИТОГО:	VI	108	24			48			36

2.2 Тематический план лекционных (теоретических) занятий

№ п/п	Наименование раздела, тема лекции	Кол-во часов	Семестр	Результат обучения в виде формируемых компетенций
РАЗДЕЛ 1. ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ И СОСТОЯНИЙ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ		8	VI	УК-3 (ИД-2, ИД-3), УК-5 (ИД-1, ИД-2), УК-6 (ИД-1, ИД-2, ИД-4)
1	Тема 1. Понятие и основные характеристики эмоций. Значение исследования эмоций в психологии. Соотношение эмоций и чувств.	2	VI	
2	Тема 2. Функции эмоций. Взаимосвязь эмоций с другими психическими процессами, состояниями и свойствами личности	2	VI	
3	Тема 3. Физиологические основы эмоций и психологические теории эмоций. Проблема эмоций в VIII-XIX вв. Концепции И.Ф. Гербарта, В. Вундта. Биологизаторский подход к пониманию происхождения эмоций (Ч. Дарвин и П.К. Анохин)	2	VI	
4	Тема 4. Понятие и основные характеристики эмоций. Значение исследования эмоций в психологии. Соотношение эмоций и чувств.	2	VI	
РАЗДЕЛ 2. ОСНОВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ		8	VI	УК-3 (ИД-1, ИД-4), УК-5 (ИД-2, ИД-3), УК-6 (ИД-1, ИД-3)
5	Тема 5. Основные эмоциональные переживания и их характеристика: аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения, стресс	2	VI	
6	Тема 6. Субъективно-оценочные методы диагностики психического состояния.	2	VI	
7	Тема 7. Психофизиологические методы диагностики психических состояний. Индивидуальные особенности, развитие и нарушения эмоций	2	VI	
8	Тема 8. Саморегуляция поведенческих проявлений Особенности регуляции отдельных психических состояний Методы и способы саморегуляции	2	VI	
9	Тема 9. Развитие эмоциональной сферы личности в онтогенезе			
10	Тема 10. Органические потребности как первые побудители эмоциональных проявлений у детей			
11	Тема 11. Закономерности формирования высших чувств.			
9	Тема 12. Проблема тревоги и тревожности в психологии	2	VI	
10	Тема 13. Субъективно-оценочные методы диагностики психического состояния.	2	VI	
Итого:		24	VI	

2.3. Тематический план практических занятий

№ п/ п	Наименование раздела, тема занятия	Вид занят ия (ПЗ, С, КПЗ, ЛП)	Кол- вочасов		Семестр	Результат обучения в виде формируемых компетенций
			Ауд итор	СРС		
РАЗДЕЛ 1. ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ И СОСТОЯНИЙ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ		ПЗ	16	12	VI	УК-3 (ИД-2, ИД-3), УК-5 (ИД-1, ИД-2), УК-6 (ИД-1, ИД-2, ИД-4)
1	Тема 1. Понятие и основные характеристики эмоций. Значение исследования эмоций в психологии. Соотношение эмоций и чувств.	ПЗ	4	3	VI	
2	Тема 2. Функции эмоций. Взаимосвязь эмоций с другими психическими процессами, состояниями и свойствами личности	ПЗ	4	3	VI	
3	Тема 3. Физиологические основы эмоций и психологические теории эмоций. Проблема эмоций в VIII-XIX вв. Концепции И.Ф. Гербарта, В. Вундта. Биологизаторский подход к пониманию происхождения эмоций (Ч. Дарвин и П.К. Анохин)	ПЗ	4	3	VI	
4	Тема 1. Понятие и основные характеристики эмоций. Значение исследования эмоций в психологии. Соотношение эмоций и чувств.	ПЗ	4	3	VI	
РАЗДЕЛ 2. ОСНОВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ		ПЗ	16	12	VI	УК-3 (ИД-1, ИД-4), УК-5 (ИД-2, ИД-3), УК-6 (ИД-1, ИД-3)
5	Тема 5. Основные эмоциональные переживания и их характеристика: аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения, стресс	ПЗ	4	3	VI	
6	Тема 6. Субъективно-оценочные методы диагностики психического состояния.	ПЗ	4	3	VI	
7	Тема 7. Психофизиологические методы диагностики психических состояний. Индивидуальные особенности, развитие и нарушения эмоций	ПЗ	4	3	VI	
8	Тема 8. Саморегуляция поведенческих проявлений Особенности регуляции отдельных психических состояний Методы и способы саморегуляции	ПЗ	4	3	VI	
9	Тема 9. Развитие эмоциональной сферы	ПЗ	4	3	VI	

№ п/ п	Наименование раздела, тема занятия	Вид занят ия (ПЗ, С, КПЗ, ЛП)	Кол- вочасов		Семестр	Результат обучения в виде формируемых компетенций
			Ауд итор	СРС		
	личности в онтогенезе					
10	Тема 10. Органические потребности как первые побудители эмоциональных проявлений у детей	ПЗ	4	3	VI	
11	Тема 11. Закономерности формирования высших чувств.	ПЗ	4	3	VI	
12	Тема 5. Проблема тревоги и тревожности в психологии	ПЗ	4	3	VI	
13	Тема 6. Субъективно-оценочные методы диагностики психического состояния.	ПЗ	4	3	VI	
Итого:			48	36		

2.4. Содержание дисциплины

РАЗДЕЛ 1. ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ И СОСТОЯНИЙ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ

Тема 1. Понятие и основные характеристики эмоций. Значение исследования эмоций в психологии. Соотношение эмоций и чувств.

Содержание темы:

1. Возникновение патопсихологии как области знания, пограничной между психологией и психиатрией.
2. Научные, практические и методологические предпосылки выделения патопсихологии как самостоятельной ветви клинической психологии. История развития патопсихологии в России и за рубежом.
3. Основные направления научных исследований в отечественной и западной современной патопсихологии.

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

Тема 2. Функции эмоций. Взаимосвязь эмоций с другими психическими процессами, состояниями и свойствами личности

Содержание темы:

1. Функции эмоций:
 - Оценочная.
 - Сигнальная.
 - Защитная.
 - Мобилизирующая.
 - Организующая.
 - Регуляция. .
2. Взаимосвязь с психическими процессами:.
3. Взаимосвязь с состояниями.
4. Взаимосвязь с личностью.

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

Тема 3. Физиологические основы эмоций и психологические теории эмоций. Проблема эмоций в VIII-XIX вв. Концепции И.Ф. Гербарта, В. Вундта. Биологизаторский подход к пониманию происхождения эмоций (Ч. Дарвин и П.К. Анохин)

Содержание темы:

1. Физиологические основы эмоций и психологические теории эмоций.
2. Проблема эмоций в VIII-XIX вв. Концепции И.Ф. Гербарта, В. Вундта.
3. Биологизаторский подход к пониманию происхождения эмоций (Ч. Дарвин и П.К. Анохин)
4. Психоаналитический и бихевиористский подходы к пониманию эмоций. Активационная теория Линдсея-Хебба.
5. Когнитивные теории эмоций (С. Шехтер, Л. Фестингер, Р. Лазарус).
6. Теории базовых и дифференциальных эмоций (К. Изарда, У. Мак-Дауголл, Р. Плутчик).
7. Р. Плутчик).
8. Изучение проблемы эмоций в отечественной психологии (С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, В.К. Виллюнас).
9. Информационная концепция эмоций П.В. Симонова.

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

10. Тема 4. Понятие и основные характеристики эмоций. Значение исследования эмоций в психологии. Соотношение эмоций и чувств.

Содержание темы:

1. Понятие и основные характеристики эмоций.
2. Значение исследования эмоций в психологии.
3. Соотношение эмоций и чувств.

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ

Тема 5. Основные эмоциональные переживания и их характеристика: аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения, стресс

Содержание темы:

1. Основные эмоциональные переживания и их характеристика: аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения, стресс
2. Чувства
3. Соотношение эмоций и чувств
4. Синдром выгорания в аспекте профессионального стресса.
5. Понятие, симптомы профессионального выгорания. Синдром выгорания в концепции В.В.Бойко (фаза напряжения, резистенции, истощения). Диагностика синдромов профессионального выгорания.

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

Тема 6. Субъективно-оценочные методы диагностики психического состояния..

Содержание темы:

1. 4 группы признаков (симптомов) стресса: физиологические, когнитивные / интеллектуальные, эмоциональные, поведенческие / социальные.
2. Диагностические методики, выявляющие стрессовое состояние.
3. Самодиагностика по предложенным методикам.
4. Гендерные особенности в переживании стресса.

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

Тема 7. Психофизиологические методы диагностики психических состояний.

Индивидуальные особенности, развитие и нарушения эмоций

Содержание темы:

1. Психофизиологические методы диагностики психических состояний.
2. Индивидуальные особенности, развитие и нарушения эмоций
3. Методики оценки психологических защит и копинг-стратегий.
4. Самодиагностика и составление психологической характеристики собственных особенностей совладающего поведения.

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

Тема 8. Саморегуляция поведенческих проявлений Особенности регуляции отдельных психических состояний Методы и способы саморегуляции

Содержание темы:

1. Понятие психологической готовности.
2. Формирование психологической готовности с помощью имитационного моделирования и идеомоторной тренировки.
3. Специальные гимнастики: дыхательная, изометрическая.
4. Нервно-мышечная релаксация и ее значение в регуляции психического состояния. Побочные эффекты релаксации. Активизация компенсаторных механизмов.
5. Формирование начальных навыков психического самоуправления: управление вниманием, саморегуляция мышечного тонуса, управление ритмом дыхания, приемы самовоспитания и выработки коммуникативных качеств и др.

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

Тема 9. Основные эмоциональные переживания и их характеристика: аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения, стресс

Содержание темы:

Острые стрессовые реакции, посттравматическое стрессовое расстройство

1. Последствия стресса: дезадаптивные психические состояния, острые стрессовые реакции, эмоциональное заражение. ПТСР как вариант негативного последствия длительного стресса. Исторический обзор представлений о ПТСР.
2. Факторы, влияющие на развитие ПТСР.
3. Диагностические критерии ПТСР (по МКБ-10).
4. Психологические типы пациентов ПТСР

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

Тема 10. Органические потребности как первые побудители эмоциональных проявлений у детей.

Содержание темы:

1. Развитие эмоциональной сферы личности в онтогенезе.
2. Органические потребности как первичные побудители эмоциональных проявлений у детей. Факторы, обуславливающие формирование положительных и отрицательных эмоций у детей.
3. Роль взрослых в формировании эмоций и эмоциональных состояний у детей. Закономерности формирования высших чувств.
4. Индивидуальные различия в эмоциональных проявлениях.
5. Индивидуальные особенности эмоций: эмоциональная возбудимость, глубина, лабильность – ригидность, эмоциональная устойчивость, экспрессивность, эмоциональная отзывчивость, оптимизм – пессимизм.
6. Нарушения эмоциональных свойств личности: аффективная слабость, возбудимость, вязкость, истощаемость.

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

Тема 11. Закономерности формирования высших чувств

Содержание темы:

1. Формирование высших чувств — моральных, эстетических, интеллектуальных
2. Факторы, влияющие на формирование высших чувств
3. Биологические предпосылки
4. Социальная среда
5. Воспитательные воздействия.

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

Тема 12. Проблема тревоги и тревожности в психологии

Содержание темы:

1. Понятие тревоги и тревожности.
2. Тревога как проявление эмоциональной сферы.
3. Страх как опредмеченная тревога.
4. Тревожность как свойство личности.
5. Личностная и ситуативная тревожность.

6. Виды ситуативной тревожности. Агрессия как вид эмоционального состояния: понятие и опыт исследований в психологии. Агрессивность как свойство личности.

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

Тема 13. Аутогенная тренировка, ее история, механизм и модификации. Методика формирования способности к психическому самоуправлению.

Содержание темы:

1. Аутогенная тренировка.
2. История и механизм аутогенной тренировки.
3. Классический вариант аутогенной тренировки (методика И.Г.Шульца).
4. Низшая и высшая степени аутотренинга.
5. Методики аутогенной тренировки в форме гетеротренинга.
6. Модификации аутогенной тренировки и область их применения.
7. Недостатки аутогенной тренировки.
8. Метод программируемой психофизиологической саморегуляции.
9. Психофизическая тренировка.
10. Методика ПФК (психофизического контура с обратной связью)..

Форма контроля и отчетности усвоения материала: ситуационные задачи, контрольные вопросы, опорный конспект.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: да.

2.5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Наименование раздела, тема	Вид самостоятельной работы обучающегося (аудиторной и внеаудиторной)	Кол-во часов	Семестр
РАЗДЕЛ 1. ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ И СОСТОЯНИЙ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ		12	6
Тема 1. Понятие и основные характеристики эмоций. Значение исследования эмоций в психологии. Соотношение эмоций и чувств.	Опорный конспект, контрольные вопросы (вопросы для самоподготовки), выполнение индивидуального задания.	3	6
Тема 2. Функции эмоций. Взаимосвязь эмоций с другими психическими процессами, состояниями и свойствами личности	Контрольные вопросы (вопросы для самоподготовки), ситуационные задачи, тестовые задания на платформе https://moodle.kemsma.ru/	3	6
Тема 3. Физиологические основы эмоций и психологические теории эмоций. Проблема эмоций в VIII-XIX вв. Концепции И.Ф. Гербарта, В. Вундта. Биологизаторский подход к пониманию происхождения эмоций (Ч. Дарвин и П.К. Анохин)	Ситуационные задачи, выполнение индивидуального задания, контрольные вопросы (вопросы для самоподготовки).	3	6
Тема 1. Понятие и основные характеристики эмоций. Значение исследования эмоций в психологии. Соотношение эмоций и чувств.	Опорный конспект, контрольные вопросы (вопросы для самоподготовки), тестовые задания на платформе https://moodle.kemsma.ru/	3	6

Наименование раздела, тема	Вид самостоятельной работы обучающегося (аудиторной и внеаудиторной)	Кол-во часов	Семестр
Итого		12	2
РАЗДЕЛ 2. ОСНОВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ		12	6
Тема 5. Основные эмоциональные переживания и их характеристика: аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения, стресс	Ситуационные задачи, выполнение индивидуального задания, контрольные вопросы (вопросы для самоподготовки).	6	6
Тема 6. Субъективно-оценочные методы диагностики психического состояния.	Контрольные вопросы (вопросы для самоподготовки), опорный конспект тестовые задания на платформе https://moodle.kemsma.ru/	6	6
Тема 7. Психофизиологические методы диагностики психических состояний. Индивидуальные особенности, развитие и нарушения эмоций	Опорный конспект, выполнение индивидуального задания, тестовые задания на платформе https://moodle.kemsma.ru/	6	6
Тема 8. Саморегуляция поведенческих проявлений Особенности регуляции отдельных психических состояний Методы и способы саморегуляции	Ситуационные задачи, контрольные вопросы (вопросы для самоподготовки), опорный конспект.	6	6
Тема 9. Развитие эмоциональной сферы личности в онтогенезе	Контрольные вопросы (вопросы для самоподготовки), ситуационные задачи, тестовые задания на платформе https://moodle.kemsma.ru/	6	6
Итого:		12	6
Всего:		36	6

3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

3.1. Занятия, проводимые в интерактивной форме

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид учебных занятий	Кол-во час	Формы интерактивного обучения	Кол-во час
	РАЗДЕЛ 1. ПСИХОЛОГИЯ ЭМОЦИЙ И СОСТОЯНИЙ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ И ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ		6		6
1	Тема 1. Понятие и основные характеристики эмоций. Значение исследования эмоций в психологии. Соотношение эмоций	Лекция	2	Лекция-презентация	

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид учебных занятий	Кол-во час	Формы интерактивного обучения	Кол-во час
	и чувств.				
2	Тема 2. Функции эмоций. Взаимосвязь эмоций с другими психическими процессами, состояниями и свойствами личности	Практическое занятие	2	Междисциплинарное обучение Контекстное обучение	6
3	Тема 3. Физиологические основы эмоций и психологические теории эмоций. Проблема эмоций в VIII-XIX вв. Концепции И.Ф. Гербарта, В. Вундта. Биологизаторский подход к пониманию происхождения эмоций (Ч. Дарвин и П.К. Анохин)	Практическое занятие	2	Информационные технологии Контекстное обучение	
	РАЗДЕЛ 2. ОСНОВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ		4		4
4	Тема 5. Основные эмоциональные переживания и их характеристика: аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения, стресс	Лекция	2	Лекция-презентация	2
5	Тема 6. Субъективно-оценочные методы диагностики психического состояния.	Практическое занятие	2	Междисциплинарное обучение Опережающая самостоятельная работа	2
	Тема 7. Психофизиологические методы диагностики психических состояний. Индивидуальные особенности, развитие и нарушения эмоций	Лекция	2	Лекция-презентация	2
	Тема 8. Саморегуляция поведенческих проявлений	Практическое занятие	2	Междисциплинарное обучение Контекстное обучение	2

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид учебных занятий	Кол-во час	Формы интерактивного обучения	Кол-во час
	Особенности регуляции отдельных психических состояний Методы и способы саморегуляции				

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Контрольно-диагностические материалы для промежуточной аттестации.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета.

Билет включает 2 вопроса для зачета и 1 ситуационную задачу.

4.3. Критерии оценки по дисциплине в целом

Характеристика ответа	Оценка ECTS	Баллы в РС	Оценка итоговая
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Знания об объекте демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно.	A -B	100-91	5
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.	C-D	90-81	4
Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.	E	80-71	3
Дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, теорий, явлений, вследствие непонимания студентом их существенных и несущественных признаков и связей. В ответе отсутствуют выводы.	Fx- F	< 70	2 Требуется пересдача/ повторное

Характеристика ответа	Оценка ECTS	Баллы в РС	Оценка итоговая
Умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции.			изучение материала

5. ИНФОРМАЦИОННОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Информационное обеспечение дисциплины

ЭБС 2026 <https://kemsma.ru/science/library/prepodavatelyam-i-avtoram/>

	Интернет-ресурсы:
11	Мир психологии - http://psychology.net.ru
12	Психологическая библиотека - http://www.zipsites.ru/psy/psylib
13	Портал психологических изданий - https://psyjournals.ru/
14	Вопросы психологии - http://www.voppsy.ru/
15	Страна Психология - http://psyhelp.rodim.ru/site/index.html
	Компьютерные презентации:
16	Образовательный портал на официальном сайте КемГМУ - http://moodle.kemsma.ru
	Электронные версии конспектов лекций:
17	Образовательный портал на официальном сайте КемГМУ - http://moodle.kemsma.ru
	Учебные фильмы:
18	Образовательный портал на официальном сайте КемГМУ - http://moodle.kemsma.ru

5.2. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

№ п/п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы
	Основная литература
1	Сидоров, П. И. Клиническая психология / Сидоров П. И., А. В. Парняков. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 880 с.- // ЭБС «Консультант студента». - URL : https://www.studentlibrary.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
2	Столяренко, Л. Д. Основы психологии и педагогики : учебное пособие для вузов / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. - 4-е изд., перераб. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2020. - 134 с. // Образовательная платформа Юрайт. – URL : https://urait.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
3	Шадриков, В. Д. Общая психология : учебник для вузов / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилев. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 411 с. // Образовательная платформа Юрайт. – URL : https://urait.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
	Дополнительная литература

№ п/ п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы
4	Немов, Р. С. Психология : учебник для вузов. В 2-х ч. Ч. 2 / Р. С. Немов. - Москва : Издательство Юрайт. 2022. - 292 с. - (Высшее образование) // Образовательная платформа Юрайт. - URL : https://urait.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
5	Гуревич, П. С. Психология и педагогика : учебник и практикум для академического бакалавриата / П. С. Гуревич. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2019. - 429 с. // Образовательная платформа Юрайт. – URL : https://urait.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
6	Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник для вузов / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 381 с. // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.
7	Лукацкий, М. А. Психология: учебник / М. А. Лукацкий, М. Е. Остренкова. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 704 с.: ил. - (Серия «Психологический комpendиум врача») // ЭБС «Консультант студента». - URL : https://www.studentlibrary.ru . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.

5.3. Методические разработки кафедры

№ п/ п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы
1	
2	

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Помещения: г. Кемерово, ул. Назарова, д.1/1 - Малый зал (лекционная аудитория), ауд. 234 а (учебная комната), ауд. 234 б (комната для самостоятельной подготовки).

Оборудование: столы, стулья, учебная доска, экран.

Средства обучения:

Технические: компьютер с выходом в Интернет.

Демонстрационные материалы: наборы мультимедийных презентаций, таблицы, видеоматериалы.

Оценочные средства: тестовые задания по изучаемым темам, ситуационные задачи.

Учебные материалы: учебники, учебные пособия, раздаточные дидактические материалы.

Программное обеспечение: Linux лицензия GNU GPL, LibreOffice лицензия GNU

Оценочные средства.

Список вопросов для подготовки к зачёту (в полном объёме):

1. Психология эмоций и состояний в системе наук.
2. Эмоциональные состояния и эмоциональные особенности личности.
3. Возможные основания классификации эмоций.
4. Современная точка зрения на содержание и взаимосвязь чувств и эмоций. Виды чувств человека.
5. Эмоциональные состояния и их взаимосвязь с индивидуальными особенностями личности.
6. Негативные эмоции и состояния.
7. Природа и механизмы образования негативных эмоций и состояний.
8. Условия возникновения отрицательных эмоций и состояний.
9. Внешние проявления и последствия.
10. Стрессовые состояния и умение преодолеть стресс.
11. Позитивные эмоции и состояния.
12. Стимулирующее, благотворное влияние положительных эмоций и состояний на жизнь человека.
13. Природа и механизм возникновения, источники положительных эмоций.
14. Возможное моделирование эмоций.
15. Индивидуальные различия в эмоциональной сфере человека.
16. Индивидуальность и эмоции.
17. Эмоциональные особенности людей в зависимости от эмоциональной возбудимости и устойчивости.
18. Эмоциональные свойства личности и характеристика эмоционально сентиментальных, страстных, холодных натур.
19. Возрастные особенности эмоций и чувства людей.
20. Саморегуляция личности при эмоциональных состояниях.
21. Самонаблюдение, самоанализ, саморегуляция, самовоспитание.
22. Признаки и содержание саногенного и патогенного мышления.
23. Психотехника работы с собственными проблемами, идентификация проблемы.
24. Принятие собственной проблемы. Поиск стратегии решения.
25. Значение эмоций и чувств в жизни и деятельности современного человека.
26. Необходимость и особенности управления эмоциями, чувствами, эмоциональными состояниями в общении и деятельности.
27. Проявления эмоций и культура поведения.
28. Психология профессионального общения.
29. Этика и психология критики и конфликтов.
30. Проблема эмоций в профессиональной деятельности психолога.
31. Роль эмоций в деятельности учителя.
32. Эмоциональная устойчивость и успешность деятельности психолога

. Тестовые задания и вопросы предварительного контроля (примеры):

1. Стресс начинается со стадии

- а) адаптации;
- б) тревоги;
- в) резистентности;
- г) истощения.

Ответ: б) тревоги;

2. Способствует переходу стресса в дистресс

- а) положительный эмоциональный фон;
- б) наличие достаточных ресурсов для преодоления стресса;
- в) опыт решения подобных проблем в прошлом;
- г) негативный прогноз на будущее.

Ответ: г) негативный прогноз на будущее.

3. Способствует переходу стресса в эустресс

- а) чрезмерная сила стресса;
- б) большая продолжительность стрессорного воздействия;
- в) одобрение действий индивидуума со стороны социальной среды;
- г) недостаток нужной информации

Ответ: в) одобрение действий индивидуума со стороны социальной среды;

Ситуационные задачи (примеры):

Ситуационная задача №1

Задача 1. Произошел обвал многоэтажного жилого дома. Многие люди оказались под завалами, в труднодоступных местах, спасатели ведут работы по спасению, однако это может занять длительное время.

Вопрос: Что в первую очередь должен делать психолог в этой ситуации?

Ответ: В описанной ситуации психолог может **поддерживать и ободрять людей**, которые психологически травмированы происходящим, стараться не распространять слухи

Задача 2. Дмитрий, 15 лет, находясь в оздоровительном лагере, пережил ситуацию, когда его друзья, отправившись на прогулку по озеру на лодке, утонули из-за внезапно начавшегося шторма. Лодке, где был Дмитрий, удалось подплыть близко к берегу, мальчик был спасен. Спустя 8 месяцев после трагедии мать беспокоится, что сын громко кричит во сне. Обсуждать события на озере он отказывается.

Вопрос: Какая психологическая помощь может быть оказана?

Ответ: Первым этапом в оказании психологической помощи является комплексная диагностика, включающая клинико-психологическое интервью и специализированные тесты, такие как шкала PTSD Symptom Scale и опросник депрессии Бека. Это позволяет оценить степень ПТСР и выявить сопутствующие нарушения. Затем применяется когнитивно-поведенческая терапия (КПТ), направленная на работу с когнитивными искажениями и экспозиционную терапию для постепенного столкновения с травматическими воспоминаниями. В случае с Дмитрием это может включить безопасное обсуждение трагедии и техники десенсибилизации.

Дополнительно используются методы арт-терапии, такие как рисование или создание коллажей, способствующие катарсису и снижению тревожности.

Список тем рефератов (в полном объёме)

1. «Экстремальные, чрезвычайные, кризисные ситуации»,
2. «Острое стрессовое расстройство (острая стрессовая реакция)»,
3. «Профессиональное (эмоциональное, психическое) выгорание»,
4. «Посттравматическое стрессовое расстройство»,
5. «Стокгольмский синдром»,
6. «Стрессогенные стили мышления и работа с ними»,
7. «Экстренная допсихологическая помощь / помощь при острой реакции на стресс (в том числе и самопомощь)»,
8. «Синдром хронической усталости»,
9. «Панические атаки»

Далее представлены темы, для которых обязательно нужно продемонстрировать на группе, т.е. предстать в роли психолога или тренера и провести на группе.

1. «Нервно-мышечная релаксация (Джекобсон Э.) и аутогенная тренировка (Шульц И.Г.) как методы психической саморегуляции»
2. Гимнастика для нормализации функционального состояния (управление тонусом мышц) и самомассаж как методы психической саморегуляции
3. Дыхательная гимнастика как один из методов психической саморегуляции
4. «Управление психическим состоянием с помощью переключения и концентрации внимания, и Прием «Репродукция положительных эмоций»»,
5. «Основные правила (девизы) эффективного мышления для управления стрессом (с позиции когнитивно-поведенческой психотерапии)»
- «Техники якорения и диссоциации при работе с людьми с психической травмой»,
7. «Формула АВС (Эллис) в работе с мышлением»,
8. Методы саморегуляции до воздействия стрессора
9. Методы саморегуляции во время действия стрессора
10. Постстрессовая саморегуляция личности
11. Методы рациональной психотерапии для снижения стресс-напряжения

Темы эссе

1. Философские аспекты эмоций: от античности до современности.
2. Нейрофизиологические механизмы генерации и регуляции эмоций.
3. Влияние когнитивных процессов на эмоциональное восприятие и выражение.
4. Роль эмоций в социальной интеракции и формировании межличностных отношений.
5. Эмоциональные расстройства: теоретические модели и подходы к диагностике и терапии.
6. Эволюция эмоций: биологические и психологические аспекты.
7. Эмоции в контексте кросс-культурных исследований: сравнительный анализ.
8. Влияние эмоций на принятие решений и поведенческие стратегии.
9. Эмоции и творчество: синергетические связи и взаимное обогащение.
10. Эмоциональный интеллект: понятие, измерение и развитие.

