

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сахалинский государственный университет»

Кафедра экологии, биологии и природных ресурсов

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе



С.Ю.Рубцова

(подпись, расшифровка подписи)

«20» июля 2019 г.

Рабочая программа дисциплины
Б1.В.ДВ.03.01 Психофизиология эмоциональных состояний

(психолого-педагогический модуль)

Уровень высшего образования
Бакалавриат

Направление подготовки

44.03.05 «Педагогическое образование»
(с двумя профилями подготовки)

(код и наименование направления подготовки)

Биология и химия

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация
бакалавр

Форма обучения
очная

РПД адаптирована для лиц с ограниченными возможностями и инвалидов

Южно-Сахалинск

2019

Рабочая программа дисциплины «Психофизиология эмоциональных состояний» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 06.03.01 Направление подготовки «Биология»

Программу составила:



Римма Авбаровна Кутбиддинова, кандидат психологических наук, доцент

Рабочая программа дисциплины «Психофизиология эмоциональных состояний» утверждена на заседании кафедры психологии

протокол № 2 « 15 10 2019 г.

Заведующий кафедрой Власенкова Е.Г.
фамилия, инициалы



подпись

Рецензент: (представители работодателей и/или академических сообществ)

Жарашова Анна Ивановна старший методист ТБЧ

Ф.И.О., должность, место работы

Центр психолого-педагогической помощи семье и детям

Ф.И.О., должность, место работы

1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины – обучение студентов теоретическим и практическим основам психофизиологии эмоциональных состояний личности.

Задачи дисциплины:

- познакомить студентов с основами психофизиологии;
- обучить студентов основным техникам регуляции эмоциональных состояний;
- обучить навыкам диагностики эмоциональных состояний.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Психофизиология эмоциональных состояний» изучается по выбору в 6 семестре (Б1.В.ДВ.06.02). Взаимосвязана с такими дисциплинами как «Психология», «Возрастная психология», «Психофизиология функциональных состояний», «Биология человека».

Пререквизиты дисциплины: «Анатомия и морфология человека», «Биохимия», «Физиология животных, человека, высшей нервной деятельности», «Возрастная анатомия и физиологии человека», «Психология»

Постреквизиты дисциплины: «Возрастная психология», «Патология человека», «Медицинская генетика», «Психофизиология научения и обучения», «Здоровьесберегающие технологии».

3. Формируемые компетенции и индикаторы их достижения по дисциплине (модулю)

Коды компетенции	Содержание компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОК-5	способностью к коммуникации в устной и письменной формах на русском и иностранном языках для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия	Знать: принципы построения эффективной коммуникации. Уметь: применять принципы построения эффективной коммуникации при взаимодействии с другими людьми. Владеть: основными приемами установления контакта и межличностного и межкультурного взаимодействия.
ОК-6	способностью работать в коллективе, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	Знать: основные закономерности межэтнического разнообразия, понимать стереотипы при взаимодействии с людьми. Уметь: применять техники и приемы работы в разнорациональных коллективах. Владеть: умениями устанавливать доброжелательные отношения в коллективах с социальными, этническими, конфессиональными и культурными различиями.
ПК-7	способностью использовать знания основ психологии и педагогики в преподавании биологии, в просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня биолого-экологической грамотности общества	Знать: основы психологии и педагогики. Уметь: применять психолого-педагогические техники и приемы в процессе преподавания биологии. Владеть: навыками проведения просветительской деятельности в сфере биолого-экологической грамотности общества.

4 Структура и содержание дисциплины «Психофизиология эмоциональных состояний»

4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, акад. часов	
	6 семестр	всего
Общая трудоемкость	108	108
Контактная работа:		
Лекции (Лек)	14	14
Практические занятия (ПР)	30	30
Лабораторные работы (Лаб)	-	-
Контактная работа в период теоретического обучения (КонтТО)	4	4
Промежуточная аттестация: зачет		
Самостоятельная работа:		
<i>Доклад «Психология и психофизиология эмоций»;</i>	12	12
<i>Доклад «Роль симпатической и парасимпатической системы»;</i>	12	12
<i>Доклад «Стресс и его роль в жизни человека». Подобрать методы саморегуляции;</i>	12	12
<i>Реферат по направлению «Нейрокультурная теория эмоций П. Экмана»;</i>	12	12
<i>Провести самодиагностику эмоциональных состояний.</i>	12	12

4.2 Распределение видов работы и их трудоемкости по разделам дисциплины

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины/ темы	Виды учебной работы (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		контактная					
		семестр	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа	
1.	Психофизиология эмоций. Морфофункциональный субстрат эмоций.	6	2	6	-	12	Доклад «Психология и психофизиология эмоций»
2.	Когнитивные и некогнитивные факторы возникновения эмоций. Теории эмоций. Круг Папеца и лимбическая система мозга.	6	4	6	-	12	Доклад «Роль симпатической и парасимпатической системы»

3.	Биологические теории эмоций. Таламическая теория эмоций. Нейробиологическая теория эмоций П.К. Анохина. Теория Джеймса-Ланге.	6	4	6	–	12	Доклад «Стресс и его роль в жизни человека». Подобрать методы саморегуляции.
4	Потребностно-информационная теория эмоций П.В. Симонова. Теория дифференциальных эмоций К. Изарда.	6	2	6	–	12	Реферат по направлению «Нейрокультурная теория эмоций П. Экмана»
5	Психофизиологическая диагностика и методы изучения эмоций. Диагностика эмоциональных переживаний.	6	2	6	–	12	Провести самодиагностику эмоциональных состояний.
Итого:			14	30		60	Зачет

4.3 Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Психофизиология эмоций. Морфофункциональный субстрат эмоций

Эмоции – особый класс психических процессов и состояний, связанных с потребностями и мотивами, отражающих в форме непосредственных субъективных переживаний (удовлетворения, радости, страха и т.д.) значимость действующих на индивида явлений и ситуаций. Сопровождая практически любые проявления жизненной активности человека, эмоции служат одним из главных механизмов внутренней регуляции психической деятельности и поведения, направленных на удовлетворение потребностей.

По критерию длительности эмоциональных явлений выделяют, во-первых, эмоциональный фон (или эмоциональное состояние), во-вторых, эмоциональное реагирование. Указанные два класса эмоциональных явлений подчиняются разным закономерностям. Эмоциональные состояния в большей степени отражают общее глобальное отношение человека к окружающей ситуации, к себе самому и связаны с его личностными характеристиками. Эмоциональное реагирование – это кратковременный эмоциональный ответ на то или иное воздействие, имеющий ситуационный характер. Наиболее существенными характеристиками эмоций являются их знак и интенсивность. Положительные и отрицательные эмоции всегда характеризуются определенной интенсивностью.

Важную роль в обеспечении эмоций играет ретикулярная формация ствола мозга. Волокна от нейронов ретикулярной формации идут в различные области коры больших полушарий. Большинство этих нейронов считаются «неспецифическими», т.е. в отличие от нейронов первичных сенсорных зон, зрительных или слуховых, реагирующих только на один вид раздражителей, нейроны ретикулярной формации могут отвечать на многие виды стимулов. Эти нейроны передают сигналы от всех органов чувств (глаз, кожи, мышц, внутренних органов и т.д.) к структурам лимбической системы и коре больших полушарий.

Некоторые участки ретикулярной формации обладают более определенными функциями. Так, например, особый отдел ретикулярной формации, называемый голубым пятном (это плотное скопление нейронов, отростки которых образуют широко ветвящиеся сети с одним выходом, использующие в качестве медиатора норадреналин) имеет отношение к пробуждению эмоций. От голубого пятна к таламусу, гипоталамусу и многим областям коры идут нервные пути, по которым пробудившаяся эмоциональная реакция может широко распространяться по всем структурам мозга. Недостаток норадреналина в мозгу приводит к депрессии. Положительный эффект электрошоковой терапии, в большинстве случаев устраняющей депрессию у пациента, связан с усилением синтеза и ростом концентрации норадреналина в мозге. Результаты исследования мозга больных, покончивших с собой в состоянии депрессии, показали, что он обеднен норадреналином и серотонином. Возможно, что норадреналин играет роль в возникновении реакций, субъективно воспринимаемых как удовольствие. Во всяком случае, дефицит норадреналина проявляется в появлении депрессивных состояний, связанных с тоской, а недостаток адреналина связывается с депрессиями тревоги.

Другой отдел ретикулярной формации, называемый черной субстанцией, представляет собой скопление нейронов, также образующих широко ветвящиеся сети с одним выходом, но выделяющих другой медиатор – дофамин, который способствует возникновению приятных ощущений. Не исключено, что он участвует в возникновении особого психического состояния – эйфории.

Лобные доли из всех отделов коры больших полушарий мозга в наибольшей степени ответственны за возникновение и осознание эмоциональных переживаний. К лобным долям идут прямые нейронные пути от таламуса, лимбической системы, ретикулярной формации.

Ранения людей в области лобных долей мозга показывают, что чаще всего у них наблюдаются изменения настроения от эйфории до депрессии, а также своеобразная утрата ориентировки, выражающаяся в неспособности строить планы. Иногда изменения психики напоминают депрессию: больной проявляет апатию, утрату инициативы, эмоциональную заторможенность, равнодушие к сексу. Иногда же изменения сходны с психопатическим поведением: утрачивается восприимчивость к социальным сигналам, появляется несдержанность в поведении и речи.

Межполушарная асимметрия и эмоции. В обеспечение эмоциональной сферы человека левое и правое полушария головного мозга вносят разный вклад. Более эмоциогенным является правое полушарие. Так, у здоровых людей обнаружено преимущество левой половины зрительного поля (т.е. правого полушария) при оценке выражения лица, а также левого уха (тоже правого полушария) – при оценке эмоционального тона голоса и других звуковых проявлений человеческих чувств (смеха, плача), при восприятии музыкальных фрагментов. Выявлено также более интенсивное выражение эмоций (мимические проявления) на левой половине лица. Существует также мнение, что левая половина лица в большей степени отражает отрицательные, правая – положительные эмоции. По некоторым данным эти различия проявляются уже у младенцев, в частности в асимметрии мимики при вкусовом восприятии сладкого и горького.

Эмоциональные нарушения при поражении правого полушария выражены сильнее, при этом отмечается избирательное ухудшение способности оценивать и идентифицировать эмоциональную экспрессию в мимике. При левосторонних поражениях

у больных часто возникают приступы тревоги, беспокойства и страха, усиливается интенсивность отрицательных эмоциональных переживаний. Больным с поражениями правого полушария более свойственны состояния благодушия, веселости, а также безразличия к окружающим. Им трудно оценить настроения и выявить эмоциональные компоненты речи других людей. Клинические наблюдения за больными с патологическим навязчивым смехом или плачем показывают, что патологический смех часто связан с правосторонними поражениями, а патологический плач – с левосторонними.

Функция восприятия эмоций по выражению лица у больных с поврежденным правым полушарием страдает больше, чем у людей с поврежденным левым полушарием. При этом знак эмоций не имеет значения, однако, когнитивная оценка значимости эмоциональных слов оказывается у таких больных адекватной. У них страдает только восприятие эмоций. Право- и левосторонние поражения по-разному влияют и на временные аспекты эмоциональных явлений: с поражением правого полушария чаще связаны внезапные аффективные изменения, а с поражением левого – долговременные эмоциональные переживания.

По некоторым представлениям левое полушарие ответственно за восприятие и экспрессию положительных эмоций, а правое – отрицательных. Депрессивные переживания, возникающие при поражении левого полушария, рассматриваются как результат растормаживания правого, а эйфория, нередко сопровождающая поражение правого полушария, – как результат растормаживания левого.

Существуют и другие подходы к описанию специфики межполушарного взаимодействия в обеспечении эмоций. Например, высказывается предположение, что тенденция правого полушария к синтезу и объединению множества сигналов в глобальный образ играет решающую роль в выработке и стимулировании эмоционального переживания. В то же время преимущество левого полушария в анализе отдельных упорядоченных во времени и четко определенных деталей используется для видоизменения и ослабления эмоциональных реакций. Таким образом, когнитивные и эмоциональные функции обоих полушарий тесно связаны и в когнитивной сфере, и в регуляции эмоций.

По другим представлениям каждое из полушарий обладает собственным эмоциональным «видением» мира. При этом правое полушарие, которое рассматривается как источник бессознательной мотивации, в отличие от левого воспринимает окружающий мир в неприятном, угрожающем свете, но именно левое полушарие доминирует в организации целостного эмоционального переживания на сознательном уровне. Таким образом, корковая регуляция эмоций осуществляется в норме при взаимодействии полушарий.

Тема 2. Когнитивные и некогнитивные факторы возникновения эмоций.

Теории эмоций. Круг Папеца и лимбическая система мозга

С развитием когнитивной психологии многие современные теории фокусируют внимание на когнитивных процессах как основном механизме появления эмоций. Существенное влияние на развитие когнитивной теории эмоций оказали опыты С. Шехтера. В них впервые было продемонстрировано, что увеличение активации организма, хотя и является необходимым условием развития эмоции, определяет лишь интенсивность эмоции, тогда как ее специфика зависит от ситуации, осознания ее смысла и значения.

Теория когнитивной активации С. Шехтера основана на исследованиях, в которых с помощью фармакологических веществ манипулировали состоянием испытуемых,

поднимая их возбуждение, о чем они и не догадывались. Затем экспериментаторы создавали обстановку непринужденного веселья или, наоборот, напряженности. В первом случае люди чувствовали себя счастливыми и раскованными, во втором – их охватывало чувство гнева. Таким образом было показано, что содержанием эмоции, ее качеством можно управлять, если побудить испытуемого приписывать тем или другим нейтральным стимулам либо обстоятельствам роль источника своего возбуждения. По мнению С. Шехтера, эмоциональные состояния – продукт взаимодействия двух факторов: активации и заключения субъекта о причинах его возбуждения. Для эмоции необходимы два компонента: активация организма (как неспецифическая эмоциональность) и осознание ее наличия и причин появления на основе анализа ситуации, в которой она проявилась.

Последующая эмпирическая проверка теории С. Шехтера пошла по пути повторения его экспериментов с манипулированием уровня активации различными веществами и помещением субъекта в ситуации с разным контекстом. На выяснение роли когнитивных процессов в возникновении эмоций были направлены и другие опыты, в которых проверялась возможность ослабления возникших естественным путем отрицательных переживаний (страх, тревога), если приписать их причину нейтральным стимулам, например постоянно действующему шуму. Положительный результат доказывал бы решающую роль когнитивных процессов (интерпретации, заключения и т.п.) в модуляции эмоциональных переживаний. Однако результаты оказались противоречивыми. Не во всех случаях приписывание причины эмоционального состояния нейтральному фактору приводило к снижению интенсивности переживаний.

Этот прием не действовал в отношении лиц с высокой личностной тревожностью, а также находящихся в состоянии стресса. Попытка применить данный метод в клинической практике также не дала положительных результатов. Не удалось снизить ни тревожность, ни другие негативные эмоциональные состояния. Предполагают, что причина этих неудач – сильная сконцентрированность внимания больных на истинных причинах их болезненного состояния.

Возможно, что эти данные не отрицают теории С. Шехтера, согласно которой для получения эффекта приписывания причин возбуждения нейтральным стимулам необходимо, чтобы субъект находился в состоянии неопределенности по отношению источника активации и чтобы у него имелась возможность информационного поиска ее причин. Результаты действительно показывают, что феномен приписывания может возникать только в новых условиях и при среднем уровне негативных аффектов.

Однако возможно и альтернативное объяснение влияния факта приписывания: ослабление негативных эмоций может быть связано с уменьшением неопределенности из-за получения более точной информации о симптомах активации и ее причинах. Такая интерпретация хорошо согласуется с потребностно-информационной теорией эмоций П.В. Симонова, связывающей появление отрицательных эмоций с дефицитом имеющейся информации о способах и средствах удовлетворения актуальной потребности, что определяет низкую вероятность достижения цели. За счет дополнительной информации у субъекта возрастает вероятность удовлетворения потребности, что усиливает положительные эмоции и минимизирует отрицательные.

Суммируя, можно сказать, что когнитивный механизм генерации и изменения эмоций для своего проявления требует определенных условий. Его действия легче обнаружить в новой ситуации и при среднем уровне активации нервной системы. Повышенная личностная тревожность и патологически доминирующие отрицательные

эмоции блокируют действие этого механизма.

Многие исследователи, несмотря на неубедительность экспериментальных данных, продолжают преувеличивать значение когнитивного механизма в возникновении эмоций. Известный теоретик эмоций Р. Лазарус продолжает придерживаться мнения, что «когнитивное опосредование – необходимое условие для эмоций». Он полагает, что даже эмоции, вызванные фармакологическими веществами или целиком зависящие от подкорковых структур мозга, опосредованы когнитивными операциями. С его точки зрения, самый простой акт восприятия может осмысливаться, сопровождаться когнитивной оценкой, которая и генерирует эмоцию.

В другом варианте когнитивной теории эмоций эмоция рассматривается как функция контекста, создаваемого субъектом. Авторы теории подчеркивают, что только язык и самоотчет (вербальный фактор) имеют отношение к механизму генерации эмоциональных переживаний. При этом поведенческие и физиологические проявления эмоций рассматриваются как сопровождение или следствие эмоциональных состояний. С точки зрения когнитивно ориентированных исследователей, нейрофизиологический механизм, имеющий отношение к эмоциям, способен обеспечивать не эмоции, а лишь условия для них. Хотя и не все исследователи придерживаются такой крайней точки зрения о первичности когнитивных процессов в эмоциональных явлениях, тем не менее многие специалисты в области эмоций в своих работах концентрируются на когнитивных механизмах.

Вместе с тем если не сводить все процессы обработки информации к когнитивным, понимая под ними осознанный уровень анализа, приводящий к заключению, а разделять их на автоматические и контролируемые, связывая с актом осознания лишь последние, то некоторые информационные процессы, порождающие эмоции, по своей природе могут быть и некогнитивными.

Между когнитивными и эмоциональными процессами существуют не только прямые, но и обратные отношения. Когнитивная деятельность может быть не только источником эмоций, но и сама зависеть от эмоционального состояния субъекта. Эмоции влияют на селективность нашего внимания к сенсорным сигналам, на эффективность и стратегию исполнительной деятельности. Зависимость когнитивных процессов от эмоций нашла отражение в мнении о том, что в радости мы видим мир через розовые очки, а в страхе смотрим на него через суженный канал зрения. Тесные связи между аффективными и когнитивными процессами выражаются и в том, что чувственное переживание служит маркером для считывания информации о событиях из памяти, где она хранится вместе с эмоциональным переживанием, сопровождавшим данное событие в момент его возникновения.

Возникновение и протекание эмоций тесно связано с деятельностью модулирующих систем мозга, причем решающую роль играет лимбическая система.

Лимбическая система – комплекс функционально связанных между собой филогенетически древних глубинных структур головного мозга, участвующих в регуляции вегетативно-висцеральных функций и поведенческих реакций организма. Термин «лимбическая система» ввел в 1952 г. П. Мак Лин. Однако еще ранее в 1937 г. Дж. Папезц предположил наличие «анатомического» эмоционального кольца. В него входили: гиппокамп – свод – мамиллярные тела – переднее ядро таламуса – поясная извилина – гиппокамп. Папезц считал, что любая афферентация, поступающая в таламус, разделяется на три потока: движения, мысли и чувства. Поток «чувств» циркулирует по

анатомическому «эмоциональному кольцу», создавая таким образом физиологическую основу эмоциональных переживаний.

Круг Папеца лег в основу лимбической системы. В своих основных частях она сходна у всех млекопитающих. К лимбической системе, кроме кольца Папеца, принято относить: некоторые ядра гипоталамуса, миндалевидное тело или миндалину (клеточное скопление, величиной с орех), обонятельную луковицу, тракт и бугорок, неспецифические ядра таламуса и ретикулярную формацию среднего мозга. В совокупности эти морфологические структуры образуют единую гипоталамо-лимбико-ретикулярную систему. Центральной частью лимбической системы является гиппокамп. Кроме того, существует точка зрения, что передняя лобная область является неокортикальным продолжением лимбической системы.

Нервные сигналы, поступающие от всех органов чувств, направляясь по нервным путям ствола мозга в кору, проходят через одну или несколько лимбических структур – миндалину, гиппокамп или часть гипоталамуса. Сигналы, исходящие от коры, тоже проходят через эти структуры. Различные отделы лимбической системы по-разному ответственны за формирование эмоций. Их возникновение зависит в большей степени от активности миндалевидного комплекса и поясной извилины. Однако лимбическая система принимает участие в запуске преимущественно тех эмоциональных реакций, которые уже апробированы в ходе жизненного опыта.

Тема 3. Биологические теории эмоций. Таламическая теория эмоций. Нейробиологическая теория эмоций П.К. Анохина. Теория Джеймса-Ланге

Способность когнитивных процессов вызывать эмоции существенно возрастает, когда они касаются значимых для индивида событий, т.е. тех, которые являются предметом желаний или, наоборот, представляют опасность. Иными словами, сами когнитивные процессы стимулируются аффектом, создаваемым биологически или социально значимыми воздействиями (или их отсутствием), и только вторично они вносят свой дополнительный вклад в развитие и содержание эмоций, часто радикально изменяя их.

Существует большой круг эмоциональных явлений, возникающих в составе безусловных рефлексов. Биологически значимые стимулы являются источником различных эмоциональных переживаний. Это отчетливо демонстрируют реакции новорожденных. Ощущение сладости сопровождается выражением интереса. Попадание в рот чего-либо горького вызывает реакцию отвращения. Другим простым примером эмоции в составе безусловного рефлекса является переживание боли. В исследованиях на животных показано, что между аверсивной стимуляцией (в частности, болевой), гневом и агрессией существуют внутренние связи. Когда животные содержатся вместе и подвергаются наказанию, они часто начинают драться. И. Беркович исследовал отношения боль–гнев–агрессия у человека, используя воздействие холодной воды, высокой температуры и противных запахов. Он подтвердил, что боль, а также неприятная стимуляция могут быть достаточной причиной, чтобы вызвать эмоцию гнева и агрессии.

Многие эмоции не требуют участия коры и осознанных процессов обработки информации. Дж. ЛеДокс исследовал подкорковый путь для условно рефлекторной реакции страха у крыс с удаленной зрительной и слуховой корой. Он показал, что реакция страха может реализоваться с помощью подкорковых структур таламуса и миндалины.

Отношения эмоциональных и когнитивных процессов можно описать следующим образом. Мы сначала чувствуем, а только затем узнаем и понимаем то, что мы переживаем. Чувство в определенном смысле определяет то, что мы знаем, так как оно задает направление, в котором развивается мыслительная деятельность. При этом сами когнитивные, оценочные операции, которые влияют на эмоции, реализуются в мозге,

который уже эмоционален и не является аффективно-нейтральным. По существу, чисто когнитивной детерминанты эмоций вообще не существует. Эмоция на значимый стимул – это единство аффективно-когнитивных процессов

Теория Джеймса-Ланге – одна из первых теорий, пытавшихся связать эмоции и вегетативные сдвиги в организме человека, сопровождающие эмоциональные переживания. Она предполагает, что после восприятия события, вызвавшего эмоцию, человек переживает эту эмоцию как ощущение физиологических изменений в собственном организме, т.е. физические ощущения и есть сама эмоция. Как утверждал Джеймс: «мы грустим, потому что плачем, сердимся, потому что наносим удар, боимся, потому что дрожим».

Теория неоднократно подвергалась критике. В первую очередь отмечалось, что ошибочно само исходное положение, в соответствии с которым каждой эмоции соответствует свой собственный набор физиологических изменений. Экспериментально было показано, что одни и те же физиологические сдвиги могут сопровождать разные эмоциональные переживания. Эти сдвиги имеют слишком неспецифический характер и потому сами по себе не могут определять качественное своеобразие и специфику эмоциональных переживаний. Кроме того, вегетативные изменения в организме человека обладают определенной инертностью, т.е. могут протекать медленнее и не успевают следовать за той гаммой чувств, который человек способен иногда переживать почти одновременно (например, страх и гнев или страх и радость).

Таламическая теория Кеннона – Барда. Эта теория в качестве центрального звена, ответственного за переживание эмоций, выделила одно из образований глубоких структур мозга – таламус (зрительный бугор). Согласно этой теории при восприятии событий, вызывающих эмоции, нервные импульсы сначала поступают в таламус, где потоки импульсации делятся: часть из них поступает в кору больших полушарий, где возникает субъективное переживание эмоции (страха, радости и др.). Другая часть поступает в гипоталамус, который, как уже неоднократно говорилось, отвечает за вегетативные изменения в организме. Таким образом, эта теория выделила как самостоятельное звено субъективное переживание эмоции и соотнесла его с деятельностью коры больших полушарий.

Биологическая теория П.К. Анохина, как и теория Дарвина, подчеркивает эволюционный приспособительный характер эмоций, их регуляторную функцию в обеспечении поведения и адаптации организма к окружающей среде. Согласно этой теории в поведении живых существ условно можно выделить две основные стадии, которые, чередуясь, составляют основу жизнедеятельности: стадию формирования потребностей и стадию их удовлетворения. Каждая из стадий сопровождается своими эмоциональными переживаниями: первая, в основном, негативной окраской, вторая, напротив, позитивной. Действительно, удовлетворение потребности, как правило, связано с чувством удовольствия. Неудовлетворенная потребность всегда является источником дискомфорта. Таким образом, с биологической точки зрения эмоциональные ощущения закрепились как своеобразный инструмент, удерживающий процесс адаптации организма к среде в оптимальных границах и предупреждающий разрушительный характер недостатка или избытка каких-либо факторов для его жизни.

Суть теории П.К. Анохина состоит в следующем: положительное эмоциональное состояние (например, удовлетворение какой-либо потребности) возникает лишь в том случае, если обратная информация от результатов выполненного действия точно совпадает с ожидаемым результатом, т.е. акцептором действия. Таким образом, положительная эмоция, связанная с удовлетворением потребности, закрепляет правильность любого поведенческого акта в том случае, если его результат достигает цели, т.е. приносит пользу, обеспечивая приспособление. Напротив, несовпадение получаемого результата с ожиданиями немедленно ведет к беспокойству (т.е. к отрицательной эмоции) и к дальнейшему поиску, который может обеспечить достижение требуемого результата, и, следовательно, к полноценной эмоции удовлетворения. С точки

зрения Анохина, во всех эмоциях, начиная от грубых низших и заканчивая высшими социально обусловленными, используется одна и та же физиологическая архитектура функциональной системы.

Тема 4. Потребностно-информационная теория эмоций П.В. Симонова. Теория дифференциальных эмоций К. Изарда

К некогнитивным факторам, вызывающим эмоции, П.В. Симонов относит потребность и оценку возможности (вероятности) ее удовлетворения, которую субъект совершает произвольно и часто неосознанно.

Им разработана потребностно-информационная теория эмоций, согласно которой правило возникновения эмоций выражается в следующей структурной формуле:

$\mathcal{E} = [П, (Ин - Ис), \dots]$, где \mathcal{E} – эмоция, ее степень, качество и знак; П – сила и качество актуальной потребности; (Ин – Ис) – оценка вероятности удовлетворения потребности на основе врожденного и онтогенетического опыта; Ин – информация о средствах и времени, прагматически необходимых для удовлетворения потребности; Ис – информация о существующих средствах и времени, которыми реально располагает субъект в данной ситуации.

Согласно информационной теории эмоций положительные эмоции возникают в ситуации избытка прагматической информации по сравнению с ранее существующим прогнозом (при «мгновенном срезе») или в ситуации возрастания вероятности достижения цели (если генез эмоций рассматривать в его динамике). Отрицательные эмоции представляют реакцию на дефицит информации или на падение вероятности достижения цели в процессе деятельности субъекта. Многообразие эмоций согласно концепции определяется многообразием потребностей. Эмоций столько сколько потребностей. У человека витальные потребности (голод, жажда и др.) дополнены социальными и идеальными потребностями. Среди последних выделяют идеологические потребности – производные от социальных и идеальных.

Социальные потребности вместе с потребностью для других формируют духовные потребности (совесть).

В 1984 г. американские исследователи Д. Прайс и Дж. Баррелл провели психологические исследования с целью проверки потребностно-информационной теории эмоций. Для этого они предложили испытуемым мысленно представить событие, которое у них было связано с эмоциональными переживаниями. Затем на специальных шкалах испытуемый отмечал силу эмоционального переживания, предполагаемую вероятность достижения цели и силу желания разрешить проблему, которая вызвала эмоции. Количественная обработка полученных данных подтвердила зависимость трех переменных: эмоции, силы потребности и вероятности ее удовлетворения. Исследователи назвали эту зависимость общим законом человеческих эмоций.

П.В. Симонов полагает, что функция прогнозирования вероятности удовлетворения потребности (вероятности подкрепления) поделена между двумя информационными структурами мозга – фронтальными отделами новой коры и гиппокампом. Фронтальная кора ориентирует поведение на высоковероятные события в отличие от гиппокампа, реагирующего на сигналы маловероятных событий. Известно, что чем выше у интактного животного вероятность подкрепления, тем быстрее вырабатывается условный рефлекс. После разрушения фронтальной коры формирование пищевого условного рефлекса при низкой вероятности подкрепления заметно ускоряется по сравнению с интактным животным. Этот результат объясняют тем, что после разрушения одного из двух блоков информационной системы, состоящей из фронтальной коры и гиппокампа, мозг перестает дифференцировать высоко- и низковероятные события. Поэтому сигналы, подкрепляемые с разной вероятностью, становятся одинаково эффективными.

Теория дифференциальных эмоций. Центральным положением этой теории является представление о существовании некоторого числа базисных эмоций, каждая из которых обладает присущими только ей мотивационными и феноменологическими свойствами.

Базисные эмоции (радость, страх, гнев и др.) ведут к различным внутренним переживаниям и различным внешним проявлениям и могут взаимодействовать друг с другом, ослабляя или усиливая одна другую.

Каждая эмоция включает три взаимосвязанных компонента: 1) нейронную активность мозга и периферической нервной системы (неврологический компонент); 2) деятельность поперечно-полосатой мускулатуры, обеспечивающей мимическую и пантомимическую выразительность и обратную связь в системе «тело/лицо-мозг» (выразительный компонент); 3) субъективное эмоциональное переживание (субъективный компонент). Каждый из компонентов обладает определенной автономностью и может существовать независимо от других.

К сожалению, теория дифференциальных эмоций не дает удовлетворительного объяснения тому, как актуализируется та или иная эмоция, каковы внешние и внутренние условия ее пробуждения. Кроме того, недостатком этой теории является нечеткость в определении собственно базисных эмоций. Их число колеблется от четырех до десяти. Для выделения базисных эмоций используются эволюционные и кросскультурные данные. Наличие сходных эмоций у человекообразных обезьян и людей, а также у людей, выросших в разных культурах, свидетельствует в пользу существования ряда базисных эмоций. Однако способность эмоциональных процессов вступать во взаимодействие и образовывать сложные комплексы эмоционального реагирования затрудняет четкое выделение фундаментальных базисных эмоций.

Тема 5. Психофизиологическая диагностика и методы изучения эмоций. Диагностика эмоциональных переживаний

Изучение физиологических механизмов эмоций – многосторонний процесс, который включает эксперименты на животных, связанные с раздражением и разрушением отдельных участков мозга, изучение особенностей эмоционального реагирования у пациентов с различными поражениями мозга, а также лабораторные исследования здоровых людей при переживании ими искусственно создаваемых эмоциогенных ситуаций.

Электрическая стимуляция мозга. Стимуляция разных отделов мозга через вживленные электроды нередко вызывает эмоциональные переживания у пациентов, а также своеобразные изменения поведения у животных. При стимуляции различных отделов гипоталамуса у кошки может быть получена, например, реакция «бегства», когда животное отчаянно ищет убежища. Стимуляция образований среднего мозга ведет к активации с положительной или отрицательной эмоциональной окраской или к состоянию успокоения. Раздражение передней и нижней поверхности височной доли вызывает чувство страха; переднего и заднего отделов гипоталамуса – тревоги и ярости; перегородки – наслаждения; миндалевидного тела – страха, ярости и гнева, а в некоторых случаях и удовольствия.

Широкую известность приобрели опыты Д. Олдса, в которых крысам вживляли электроды в разные области гипоталамуса. Крысы, обнаружив связь между нажатием педали и получением стимуляции, в некоторых случаях продолжали стимулировать свой мозг с поразительным упорством. Они могли нажимать на педаль по несколько тысяч раз в час в течение десяти часов, доходя до полного изнеможения. Участки гипоталамуса, которые крысы стремились раздражать, получили название «центров удовольствия». По аналогии с этим были выявлены участки мозга, раздражения которых животные всеми силами старались избегать.

Электростимуляцию проводили также у некоторых больных во время операций на головном мозге. Некоторые из таких операций проходят без общего наркоза, поскольку манипуляции с мозговой тканью не вызывают боли. Во время подобной операции с больным вступали в контакт и выясняли, что он испытывает при раздражении тех или иных точек. Больные нередко сообщали о приятных ощущениях, возникавших при раздражении участков мозга, которые примерно соответствуют расположению «центров

удовольствия» у животных. Точно так же были выявлены участки, раздражение которых вызывало неприятные ощущения.

Разрушение мозга. Частично влияние повреждения разных отделов мозга было проанализировано выше, когда рассматривалась проблема морфофизиологического субстрата эмоций. Клиника очаговых поражений мозга дает немало сведений о том, как влияют на протекание эмоциональных переживаний человека повреждение лобных долей мозга, левого и правого полушария.

Наряду с этим имеется большой массив экспериментальных исследований на животных, в которых проводилось целенаправленное разрушение или удаление отдельных эмоциогенных зон с целью выявления эффектов этого вмешательства. Хорошо известны эксперименты на обезьянах с разрушением миндалевидного ядра, в результате чего ранее доминирующий в группе самец занимал самое низкое положение в стадной иерархии.

Диагностика эмоциональных переживаний. Физиологические проявления эмоциональных переживаний здорового человека широко исследуются в лабораторных условиях. При этом, как правило, используется метод психологического моделирования, т.е. либо создаются условия, непосредственно вызывающие у индивида эмоциональное напряжение (например, критические замечания в адрес его деятельности в условиях эксперимента), либо испытуемому предъявляют внешние стимулы, заведомо провоцирующие возникновение тех или иных эмоций (например, фотографии, вызывающие отвращение). При изучении физиологических коррелятов эмоциональных переживаний обычно сравниваются данные, полученные в состоянии покоя и при эмоциональном напряжении.

Изучение мимики лица. По выражению лица человека нередко можно определить, какие чувства он переживает. Особенности мимики при переживании эмоций получили название лицевой экспрессии. В работах П. Экмана была разработана особая техника идентификации эмоций по выражению лица. Существует атлас фотоэталонов лицевой экспрессии для 6 базисных эмоций: гнева, страха, печали, отвращения, удивления, радости. Кроме этого, была детально изучена анатомия лицевых мышц, было выделено 24 варианта реакций отдельных мышц и 20 вариантов, отражающих работу групп мышц. Проводилось прямое сопоставление силы переживания с активностью мышц лица. Оказалось, например, что переживание счастья связано с активностью большой скуловой мышцы. Чем сильнее активность этой мышцы, тем выше уровень субъективной оценки переживаемого «счастья» при просмотре приятного фильма. По активности большой скуловой мышцы можно предсказывать появление положительного эмоционального переживания. В то же время отрицательные эмоции (гнев, печаль) сочетаются с подавлением активности большой скуловой мышцы и возрастанием активности мышцы нахмуривания.

Реакции сердечно - сосудистой системы. Изменения деятельности сердца, вне зависимости от того, идет ли речь об урежении или учащении сердечных сокращений, служат наиболее надежными объективными показателями степени эмоционального напряжения у человека по сравнению с другими вегетативными функциями при наличии двух условий: эмоциональное переживание характеризуется сильным напряжением и не сопровождается физической нагрузкой.

Сильное эмоциональное напряжение без всякой физической нагрузки может существенно изменять частоту сердечных сокращений. Например, у переводчиков-синхронистов частота сердечных сокращений (ЧСС) во время работы достигает иногда 160 ударов в минуту. При этом даже значительная физическая нагрузка у них же увеличивает ЧСС до 145 ударов в минуту.

4.4 Темы и планы практических/лабораторных занятий

Тема 1. Психофизиология эмоционально-потребностной сферы

1. Психофизиология потребностей.

2. Определение и классификация потребностей.
3. Физиологические механизмы возникновения витальных потребностей.
4. Природа чувства голода и жажды.
5. Биохимические корреляты потребности в ощущениях.
6. Мотивация как фактор организации поведения.
7. Мотивационное возбуждение, вызывающее доминирующую биологическую мотивацию.
8. Первичный и вторичные очаги возбуждения.
9. Принцип доминанты А.А. Ухтомского, основополагающий принцип в формировании мотиваций и их иерархической смене.
10. Роль симпатической системы в обеспечении мотивационного возбуждения.
11. Физиологические теории мотиваций. Функциональная система и мотивация.

Тема 2. Когнитивные и некогнитивные факторы возникновения эмоций

1. Психоаналитические теории эмоций.
2. Арнольд: Эмоция как функция когнитивных процессов.
3. Теория эмоций Дж.Келли. Дж.Келли
4. Л. Фестингер: Теория когнитивного диссонанса.

Тема 3. Теории эмоций (2 ч.)

1. Мотивационная теория эмоций Р.У. Липер.
2. Адаптационная теория эмоций Плутчика.

Тема 4. Теории эмоциональных состояний

1. Эмоции в рамках учения А.Н. Леонтьева
2. Нейрокультурная теория эмоций П. Экмана

Тема 5. Диагностика эмоциональных переживаний и методы саморегуляции

1. Диагностика эмоциональных состояний.
2. Наблюдение и эксперимент.
3. Тестовые методы.
4. Методы саморегуляции.

5 Темы дисциплины (модуля) для самостоятельного изучения

Тема 1. Психофизиология эмоций. Морфофункциональный субстрат эмоций.

Задание: написать доклад на тему «Психология и психофизиология эмоций»

Требования к докладу

Доклад – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой публичное выступление по предоставлению полученных результатов решения определённой учебно-исследовательской темы.

1. Доклад не копируется дословно из первоисточника, а представляет собой новый вторичный текст, создаваемый в результате осмысленного обобщения материала первоисточника;

2. При написании доклада следует использовать только тот материал, который отражает сущность темы;

3. Изложение должно быть последовательным и доступным для понимания докладчика и слушателей;

4. При подготовке доклада использовать не менее 3-х первоисточников.

Доклад должен быть выполнен печатным способом на одной стороне бумаги формата А4 через полтора интервала (шрифт Times New Roman, 12 пт.). Текст следует печатать, соблюдая следующие размеры полей: верхнее и нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 10 мм. Выравнивание текста по ширине. Разрешается использовать

компьютерные возможности акцентирования внимания на определенных терминах, формулах, применяя выделение жирным шрифтом, курсив, подчеркивание. Объем доклада 2-5 страниц печатного текста.

Подготовка презентации к докладу поощряется дополнительными баллами.

Тема 2. Когнитивные и некогнитивные факторы возникновения эмоций. Теории эмоций. Круг Папеца и лимбическая система мозга.

Задание: написать доклад на тему «Роль симпатической и парасимпатической системы».

Тема 3. Биологические теории эмоций. Таламическая теория эмоций. Нейробиологическая теория эмоций П.К. Анохина. Теория Джеймса-Ланге.

Задание: написать доклад на тему «Стресс и его роль в жизни человека». Подобрать методы саморегуляции.

Тема 4. Потребностно-информационная теория эмоций П.В. Симонова. Теория дифференциальных эмоций К. Изарда.

Задание: написать реферат по теме «Нейрокультурная теория эмоций П. Экмана».

Требования к реферату

Реферат (от латинского *«referre»* – докладывать, сообщать) – небольшая письменная работа, посвященная определенной теме, обзору источников по какому-то направлению. Обычно целью реферата является – сбор и систематизация знаний по конкретной теме или проблеме.

В ходе выполнения работы студент не только получает сведения в определенной области, но и развивает практические навыки анализа литературы.

Реферат состоит из введения, основного текста, заключения и списка литературы. Реферат при необходимости может содержать приложение. Каждая из частей начинается с новой страницы.

Заголовки должны четко и кратко отражать содержание разделов, подразделов. Заголовки следует печатать с прописной буквы. Переносы слов в заголовках не допускаются. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой. В конце заголовка точку не ставят.

Титульный лист является первой страницей реферата, заполняется по строго определенным правилам и оформляется на отдельном листе бумаги.

Содержание размещается после титульного листа. В нем приводятся все заголовки работы и указываются страницы.

Во введении реферата указываются актуальность темы реферата, цель реферата, задачи, которые необходимо решить, чтобы достигнуть указанной цели. Кроме того, во введении реферата дается краткая характеристика структуры работы и использованных информационных источников (литературы). Объем введения для реферата – 1-1,5 страницы.

Основной текст разделён на главы. Если текст достаточно объёмный, то главы дополнительно делятся на параграфы. Главы можно заканчивать выводами, хотя для реферата это не является обязательным требованием. Главы и параграфы реферата нумеруются.

Если реферат маленький (общий объем – 8-10 стр.), то его можно не разбивать на главы, а просто указывается «Основная часть», которая выступает в качестве заголовка единственной главы. На основную часть реферата приходится 6-16 страниц.

В заключении формируются выводы, а также предлагаются пути дальнейшего изучения темы. Здесь необходимо указать, почему важны и актуальны рассматриваемые в реферате вопросы. В заключении должны быть представлены ответы на поставленные во введении задачи, сформулирован общий вывод и дано заключение о достижении цели реферата. Заключение должно быть кратким, четким, выводы должны вытекать из содержания основной части.

При составлении списка литературы следует придерживаться общепринятых стандартов. Список литературы у реферата – 4-12 позиций. Работы, указанные в списке

литературы, должны быть относительно новыми, выпущенными за последние 5-10 лет. Более старые источники можно использовать лишь при условии их уникальности.

Тема 5. Психофизиологическая диагностика и методы изучения эмоций. Диагностика эмоциональных переживаний.

Задание: Провести самодиагностику эмоциональных состояний по самонаблюдению и психологическим диагностикам.

Самонаблюдение за эмоциональными состояниями можно вести, отвечая на следующие вопросы и записывая в «Дневник самонаблюдения»:

1. Какая ситуация вызвала у вас эмоциональный отклик? Опишите её вкратце.
2. Какие чувства/эмоции вы испытали?
3. Если бы эмоция могла бы говорить – о чем бы она могла вам сообщить? Или к каким действиям вас побуждала?
4. Какие возникли мысли после пережитых эмоций?
5. Каким образом вы выразили свои эмоции?
6. Можно ли было выразить эмоции по-другому? Опишите как.
7. Как отреагировали на ваше поведение окружающие?
8. Что из пережитого опыта вы можете отнести к положительным последствиям ситуации?
9. Что из пережитого опыта вы можете отнести к негативным последствиям ситуации?

Дневник эмоций – это техника отслеживания своего эмоционального состояния с целью улучшения самопонимания и самоконтроля.

Эта техника основана на базовых принципах эмоциональной компетентности: осознание приводит к управлению; то, что мы не осознаём, управляет нами.

Мы устроены таким образом, что сначала чувствуем, затем думаем. И это одна из причин того, что мы редко задумываемся о том, какие именно эмоции мы испытываем. В то время как именно эмоции являются «ключами» к нашим мотивам и потребностям, источниками нашей энергии или ее утечки!

В этом смысле к эмоциональному менеджменту можно применить известную цитату классического менеджмента: «Вы не можете управлять тем, что не можете измерить» (Деминг).

Задачи дневника чувств и эмоций: получить реальную картину своего эмоционального состояния; понять свой ведущий (типично преобладающий) эмоциональный фон; наглядно увидеть взаимосвязь и различия между эмоциями, потребностями и своими намерениями; получить простую структурную схему для самоанализа и самоконтроля.

Пример «Дневника эмоций»

Понедельник, ДД/ММ/ГГ				
Время	<u>Ситуация</u> (что происходит, что я делаю)	<u>Мысли</u> (что я об этом думаю)	<u>Эмоции</u> (что я чувствую в связи с этим)	<u>Выводы</u> (о чем мне говорят мои эмоции? чего я хочу в этой ситуации?)
8.45	Стою в пробке, опаздываю на работу.	<p>«Почему именно сегодня, когда утром совещание, меня угораздило опоздать?!»</p> <p>«Ну ведь сто раз уже давал себе обещание гладить рубашку с вечера, чтобы утром не метаться в спешке!»</p> <p>«Сейчас начнется... шеф при всех обязательно сделает замечание, или шуточку в своем стиле...»</p>	Злость, раздражение, чувство вины.	<p>1. Я теряю самоконтроль и энергию, продолжая заниматься самообвинением.</p> <p>2. Я хочу успокоиться и настроиться на хороший рабочий день, несмотря на опоздание. Для этого мне лучше сейчас вспомнить повестку дня на совещание, чем проклинать эти пробки.</p> <p>3. Мне очень неприятно «терять лицо» при коллегах, и уж лучше я буду раньше просыпаться, чем потом полдня подавлять своё раздражение.</p>

Эта на первый взгляд простая техника может дать вам много практической информации для понимания причин собственной неэффективности, источников стресса и нахождения личных ресурсов. Конечно же, для этого нужна более глубокая работа с коучем. Часто в коучинге мы работаем с клиентом над такими темами:

1. О каких ситуациях в дневнике чувств вам было писать легче, а о каких — сложнее?

2. Какие эмоциональные состояния обычно вам помогают, а от каких вы бы хотели избавиться?

3. Обратите особенное внимание, в каких ситуациях чаще всего вы испытываете к себе жалость, самообвинение, страх? О чем вам говорят эти ситуации? и т.д.

При регулярном ведении «Дневника эмоций» через некоторое время (примерно месяц) у вас вырабатывается навык самопонимания и эмоционального самоконтроля. Кроме того, само по себе ведение такого дневника делает ваше эмоциональное состояние более стабильным и позитивным.

6. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
1.	Психофизиология эмоций. Морфофункциональный субстрат эмоций.	Лекция 1 Семинар 1. Самостоятельная работа	Лекция с использованием презентации Развернутая беседа с обсуждением доклада Доклад «Психофизиология и психофизиология эмоций». Групповая дискуссия «Потребности личности» Практические упражнения
2.	Когнитивные и некогнитивные факторы возникновения эмоций. Теории эмоций. Круг Папеца и лимбическая система мозга.	Лекция 2. Семинар 2. Самостоятельная работа	Лекция с использованием презентации Развернутая беседа с обсуждением доклада Доклад «Роль симпатической и парасимпатической системы»
3.	Биологические теории эмоций. Таламическая теория эмоций. Нейробиологическая теория эмоций П.К. Анохина. Теория Джеймса-Ланге.	Лекция 3. Семинар 3. Самостоятельная работа	Лекция с использованием презентации Развернутая беседа с обсуждением доклада Доклад «Стресс и его роль в жизни человека». Подобрать методы саморегуляции. Практические упражнения
4.	Потребностно-информационная теория эмоций П.В. Симонова. Теория дифференциальных эмоций К. Изарда.	Лекция 4. Семинар 4. Самостоятельная работа	Лекция с использованием презентации Развернутая беседа с обсуждением доклада Реферат по направлению «Нейрокультурная теория эмоций П. Экмана»
5.	Психофизиологическая диагностика и методы	Лекция 5.	Лекция с использованием презентации

изучения эмоций. Диагностика эмоциональных переживаний.	<i>Семинар 5. Самостоятельная работа</i>	<i>Развернутая беседа с обсуждением доклада Провести самодиагностику эмоциональных состояний.</i>
--	--	---

7 Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Тестирование студентов (текущий контроль успеваемости)

1. Чем характеризуется аффект, как психическое эмоциональное состояние?
 - а) Потерей самоконтроля;
 - б) Поведенческим алгоритмом;
 - в) Скрипт-программой поведения;
 - г) Копинг-стратегией.
2. Стресс, который рассматривается в качестве некоего психического эмоционального процесса, имеет определённые:
 - а) Градации;
 - б) Срезы;
 - в) Фазы;
 - г) Критерии.
3. С помощью чего изучается агрессивность и враждебность как психологические эмоциональные свойства личности?
 - а) Теста-задания Т. Дембо и С.Я. Рубинштейн;
 - б) Тестовой методики А. Басса и А. Дарки;
 - в) Теста-опросника Г.Ю. Айзенка и А.Г. Шмелева;
 - г) Методики С.Л. Рубинштейна и К.А. Абульхановой-Славской.
4. Какие виды есть у тревожности, как у психологического качества личности?
 - а) Креативная, когнитивная, разумная и интеллектуальная тревожность;
 - б) Общая, устойчивая, ситуативная и личностная тревожность;
 - в) Поверхностная, основательная, практическая и воображаемая тревожность;
 - г) Реальная, мнимая, моральная и невротическая тревожность.
5. Что такое фрустрация?
 - а) Следствие неудовлетворения какой-либо потребности;
 - б) Задержка психического развития;
 - в) Зона ближайшего и зона актуального развития;
 - г) Проявление бессознательной мотивации.
6. Каким способом в детстве развиваются положительные эмоции?
 - а) через внимание;
 - б) через общение;
 - в) через игру.
7. Какие ученые занимались классификацией эмоций?
 - а) Э.К. Абашидзе, Ш.С. Агаевым, В.С. Агеевым, А. Адлером;
 - б) Г.Ю. Айзенком, М.А. Алемаскиным, Р. Амтхауэром, Б.Г. Ананьевым;
 - в) В. Вундтом, У. Макдауэллом, С.Л. Рубинштейном, А.Н. Леонтьевым;
 - г) А.В. Брушлинским, И.В. Дубровиной, В.С. Мухиной, Г.М. Андреевой.
8. Когда один человек испытывает к другому противоречивые чувства, как это называется?
 - а) Амбивалентность, двойственность чувств;
 - б) Прямолинейность, непосредственность чувств;

- в) Ситуативность, опосредованность чувств;
 - г) Обобщенность, абстрактность чувств.
9. Что легче всего поддается четкому описанию среди разнообразных аспектов возникновения эмоций?
- а) Внутренние переживания;
 - б) Эмоциональное поведение;
 - в) Физиологическая активация;
 - г) Виды эмоциональной деятельности.
10. Сила наших эмоций, по мнению А.Н. Леонтьева, зависит главным образом:
- а) От личностного значения той потребности, с которой связана эмоция;
 - б) От физического состояния человека;
 - в) От анализа полученных сведений о предмете потребности;
 - г) От мотивационной направленности деятельности.
11. От чего возникают отрицательные эмоции, по П.В. Симонову?
- а) от того, что имеющаяся информация необходима;
 - б) от того, что имеющаяся информация недостаточна;
 - в) от того, что имеющаяся информация достаточна;
 - г) от того, что имеющаяся информация не нужна.
12. С чем связан стресс, по Г. Селье?
- а) С тем, что информация, имеющаяся у человека об окружающей обстановке, избыточна;
 - б) С прогрессирующим истощением резервов организма;
 - в) Со способностью каждого человека идти на риск;
 - г) С минорным настроением людей.
13. Что из данного относится к фазе стресса?
- а) фаза возбуждения;
 - б) фаза истерики;
 - в) фаза истощения.
14. Какой ученый выделил эмоциональные психологические типы людей?
- а) К.Г. Юнг;
 - б) З. Фрейд;
 - в) А. Адлер;
 - г) Э. Фромм.
15. Что из ниже перечисленного является типом эмоциональных переживаний?
- а) воображение;
 - б) эмоциональный стресс;
 - в) неуравновешенность.
16. Что такое длительные, устойчивые, предметные отношения к какому-либо объекту?
- а) внимание;
 - б) чувства;
 - в) симпатия.

Вопросы к зачету

1. Психофизиология эмоций. Морфофункциональный субстрат эмоций
2. Когнитивные и некогнитивные факторы возникновения эмоций.
3. Теории эмоций. Круг Папеца и лимбическая система мозга
4. Биологические теории эмоций. Таламическая теория эмоций.
5. Нейробиологическая теория эмоций П.К. Анохина.
6. Теория Джеймса-Ланге

7. Потребностно-информационная теория эмоций П.В. Симонова.
8. Теория дифференциальных эмоций К. Изарда
9. Психофизиологическая диагностика и методы изучения эмоций.
10. Диагностика эмоциональных переживаний.
11. Психофизиология потребностей. Определение и классификация потребностей.
12. Физиологические механизмы возникновения витальных потребностей.
13. Природа чувства голода и жажды. Биохимические корреляты потребности в ощущениях.
14. Мотивация как фактор организации поведения. Мотивационное возбуждение, вызывающее доминирующую биологическую мотивацию.
15. Первичный и вторичные очаги возбуждения.
16. Принцип доминанты А.А. Ухтомского, основополагающий принцип в формировании мотиваций и их иерархической смене.
17. Роль симпатической системы в обеспечении мотивационного возбуждения.
18. Физиологические теории мотиваций. Функциональная система и мотивация.
19. Психоаналитические теории эмоций.
20. Теория эмоций Дж.Келли. Дж.Келли
21. Фестингер Л.: Теория когнитивного диссонанса.
22. Мотивационная теория эмоций Р.У. Липер.
23. Адаптационная теория эмоций Плутчика.
24. Эмоции в рамках учения А.Н. Леонтьева.
25. Нейрокультурная теория эмоций П. Экмана

8. Система оценивания планируемых результатов обучения

Форма контроля	За одну работу		Всего
	Миним. баллов	Макс. баллов	
Присутствие и активность на занятиях	22	44	66
Творческие задания	8	10	18
Конспектирование и подготовка доклада, реферата	12	36	48
Наличие терминологического словаря (от 20 до 40 терминов).	10	10	20
Итоговая аттестация.	52	100	152

9 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1 Основная литература

1. Соколова Л. В. Психофизиология. Развитие учения о мозге и поведении. 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для академического бакалавра. М.: Юрайт, 2019. – 210 с.
2. Ляксо Е.Е., Ноздрачев А.Д., Соколова Л.В. Возрастная физиология и психофизиология. М.: Юрайт, 2019. – 396 с.
3. Черенкова Л.В., Краснощекова Е.И., Соколова Л.В. Психофизиология в схемах и таблицах. М.: Юрайт, 2019. – 236 с.

9.2 Дополнительная литература

1. Психология состояний [Электронный ресурс]: учебное пособие/ А.О. Прохоров [и др.]- Электрон. текстовые данные. - М.: Когито-Центр, 2011.- 624 с.- Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15299>.
2. Полеткина И. Психофизиология эмоций [Электронный ресурс]: <https://avidreaders.ru/read-book/psihofiziologiya-emociy.html>

3. Александров Ю. Основы психофизиологии [Электронный ресурс]: <https://bio.wikireading.ru/5504>
4. Калиниченко С.Г., Коротина О.А. Психофизиология. [Электронный ресурс]: <http://kineziolog.su/sites/default/files/psychophysposobie.pdf>
5. Данилова Н.Н. Психофизиология: учеб. для вузов /Н.Н. Данилова. –М.: Аспект Пресс, 2007. – 367 с.
6. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2001. - 454 с.
7. Марютина Т.М. Введение в психофизиологию / Т.М. Марютина, О.Ю. Ермолаев. – М.: Флинта, 2001. – 400 с.
8. Николаева А.В. Психофизиология: психологическая физиология с основами физиологической психологии. – М., 2008. – 624 с.
9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. СПб.: Питер, 2008. – 712 с.

9.3 Периодические издания

1. Журнал «Вопросы образования» // <https://vo.hse.ru/about>
2. Журнал «Наука и школа» // <http://nauka-i-shkola.ru/>

9.4 Программное обеспечение

- Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN 1 License (бессрочная),(лицензия 49512935);
- Microsoft VisualFoxPro Professional 9/0 Win32 Single Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 49512935);
- Microsoft Sys Ctr Standard Sngl License/Software Assurance Pack Academic License 2 PROC (бессрочная), (лицензия 60465661)
- Microsoft Exchange Small Business CAL Russian Software Assurance Academic OPEN Level Device CAL Device CaL (бессрочная), (лицензия 60465661),
- Microsoft Win Home Basic 7 Russian Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351),
- Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная) (лицензия 61031351),
- Microsoft Windows Proffesional 8 Russian Upgrade Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351),
- Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549),
- Microsoft Windows Server Datacenter 2003 R2 English Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549),
- Microsoft Internet Security&Accel Server Standart Ed 2006 English Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549),
- Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
- Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
- Microsoft Windows Server Standart 2008 R2 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
- Microsoft Windows Server CAL 2008 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
- Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Расширенный Russian Edition. 1000-1499 Node 2 year Educational Renewal License (лицензия 2022-190513-020932-503-526), срок пользования с 2019-05-13 по 2021-04-13
- ABBYYFineReader 11 Professional Edition, (бессрочная), (лицензия AF11-2S1P01-102/AD),

- Microsoft Volume Licensing Service, (бессрочная), (лицензия 62824441),
- Autodesk AutoCAD 2010 Russian, (бессрочная), (лицензия 391-12011783),
- CorelDRAW Graphics Suite X5 Education License ML (1-60), (бессрочная), (лицензия 4088083),
- Microsoft Windows Server Standart Russian License/Software Assurance Pack Academic, (бессрочная), (лицензия 60939880),
- Microsoft Windows Server CAL Russian License/Software Assurance Pack Academic, (бессрочная), (лицензия 62590127),
- Mathcad Education – University Edition (25 pack), Academic Mathcad License Mathcad Extensions, Mathcad Professor Home Use License, Mathcad Professor Home Use Extensions, (бессрочная), (лицензия 3A1830135);
- Lucas-Nulle контракт №6-ОАЭФ2014 от 05.08.2014;
- Microsoft Windows Pro 64bit DOEM, (бессрочная), контракт № 6-ОАЭФ2014 от 05.08.2014
- Справочно-правовая система "Консультант Плюс", сетевая студенческая версия версия «проф». В составе базы: «Судебная практика», «Сахалинский выпуск», «Законопроекты», «деловые бумаги», «международное право», «финансист», «эксперт-приложение», «документы СССР», «комментарии законодательства», «консультации для бюджетных организаций».
- Справочно-правовая система "Консультант Плюс", сетевая версия «проф». В составе базы: «документы СССР», «бюджетные организации», «строительство», «суды общей юрисдикции», «сахалинский выпуск», «деловые бумаги», «корреспонденция счетов», «международное право», «эксперт-приложение».
- 1С-Бухгалтерия: 8.1. Регистрационный номер 801274453;
- 1С-Университет. Регистрационный номер 8100238488;
- Программный комплекс «Планы», «Планы СПО» Договор № 4782 от 15.02.2018 года;
- «Антиплагиат. ВУЗ». Лицензионный договор №194 от 22.03. 2018 года;
- «Диплом-стандарт». Договор № 13651 от 14.05.2013 года (продлонгация от 18.01.2017);
- «Диплом-стандарт». Договор № 12209 от 14.06.2013 года (продлонгация от 18.01.2017);
- «Кибер ДИПЛОМ СПО» Договор № 11911 от 15.05.2018 года
- Программное обеспечение «Авторасписание AVTOR+ конвертер поручений» лицензионный договор № 5462 от 29.11.18
- 1С: Предприятие 8. Комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях. Сублицензионный договор № 180/2017 от 26.01.2017
- Программный комплекс "ГРАНД-Смета 2018". Свидетельство № 4221_181 от 22.03.2019

9.5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

1. Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU (<http://www.elibrary.ru>)
2. https://kniga.com/index.php?route=product/product/mini&product_id=160394
3. <https://studopedia.org/9-207338.html>
4. <http://becmology.ru/blog/warrior/emotion01.htm>
5. <http://psyfactor.org> – психологические статьи, книги, курсы и семинары.
6. <http://www.psychologies.ru/> – психологический журнал, статьи.
7. <https://www.b17.ru/> – профессиональный сайт психологов, статьи, консультации.
8. <http://psychojournal.ru/> – научно-популярный психологический портал, на котором собраны статьи, книги, фильмы, презентации и даже рефераты по психологии.
9. <https://psy-practice.com/> – статьи по психологии и психотерапии.

10 Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Учебные и учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;
- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
- письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

Для глухих и слабослышащих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
- письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
- экзамен и зачёт проводятся в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены университетом, или могут использоваться собственные технические средства.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для глухих и слабослышащих:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;

- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения:

Для слепых и слабовидящих:

- для глухих и слабослышащих:

- автоматизированным рабочим местом для людей с нарушением слуха и слабослышащих;

- акустический усилитель и колонки;

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- передвижными, регулируемые эргономическими партами СИ-1;

- компьютерной техникой со специальным программным обеспечением.

11 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Материально-техническое обеспечение дисциплины: учебная аудитория для проведения занятий лекционно-практического типа укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: доска меловая – 1, экран – 1, мультимедиапроектор -1 Персональный компьютер – 1; Колонки – 2; программа для создания и демонстрации презентаций MicrosoftPowerPoint. Помещение для самостоятельной работы: аудитория укомплектована специализированной мебелью, оснащена компьютерной техникой: компьютерами с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

К рабочей программе прилагаются:

Приложение 1 – Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине (модулю);

Приложение 2 – Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).

Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине

Вопрос:

Нервная система - это

Варианты ответа:

1. совокупность нервных образований в организме человека и позвоночных животных;
2. нервные волокна, проводящие импульсы;
3. нервные волокна, иннервирующие скелетную мускулатуру;
4. нервные волокна, заполняющие пространство в головном мозге;

Вопрос:

Межполушарная асимметрия мозга – это

Варианты ответа:

1. не равноценность, качественное различие того вклада, которое делает левое и правое полушарие мозга в каждую психическую функцию;
2. качественная характеристика ощущений;
3. доминирование правой руки как мощного средства адаптивного поведения человека;
4. ассиметричная локализация нервного аппарата второй сигнальной системы;

Вопрос:

Места функциональных контактов, образуемых нейронами, называются

Варианты ответа:

1. синапсами;
2. медиаторами;
3. рецепторами;
4. нейронами;

Вопрос:

Часть Н.С. контролирующая состояние сердца, внутренних органов, мускулатуры, желез и кожи называют:

Варианты ответа:

1. периферической;
2. соматической;
3. вегетативной;
4. центральной;

Вопрос:

Психика – это

Варианты ответа:

1. отражение физиологических процессов в мозге;
2. самостоятельное, не зависимое от мозга явление;
3. продукт мозга, субъективный образ реального мира;
4. биотоки мозга;

Вопрос:

По топографическому принципу Н.С. подразделяют на

Варианты ответа:

1. центральную и периферическую;
2. центральную и соматическую;
3. центральную и вегетативную;
4. вегетативную и соматическую

Вопрос:

ЦНС включает те части нервной системы, которые лежат внутри:

Варианты ответа:

1. мышц;

2. черепа и позвоночного столба;
3. кровеносной системы;
4. органов пищеварения;

Вопрос:

Появление отрицательных эмоций связано с:

Варианты ответа:

1. особенностями индивидуального поведения человека и животных;
2. дефицитом имеющейся информации о способах и средствах удовлетворения актуальной потребности;
3. избыточностью информации о возможности удовлетворения потребности;
4. характеристиками заданной ситуации;

Вопрос:

Структура лежащая в основе лимбической системы, в которую входят: гиппокамп, свод, мамиллярные тела, переднее ядро таламуса и поясная извилина это:

Варианты ответа:

1. черная субстанция;
2. кольцо Папеца;
3. ретикулярная формация;
4. голубое пятно;

Вопрос:

Метод изучения зрачковых реакций, используемый для субъективного отношения людей к тем или иным внешним раздражителям:

Варианты ответа:

1. окулография;
2. электромиография;
3. пулометрия;
4. пневмография;

Вопрос:

Стрессор это:

Варианты ответа:

1. стимул, вызывающий стрессовую реакцию;
2. реакция, различных мозговых структур на раздражение;
3. защитных механизмов организма;
4. соотношение отделов вегетативной нервной системы;

Вопрос:

Кольцо Папеца лежит в основе

Варианты ответа:

1. продолговатого мозга;
2. лимбической системы;
3. фронтальных зон коры;
4. мозжечка;

Вопрос:

Реакцию бегства у кошки вызывает раздражение

Варианты ответа:

1. гипофиза;
2. мозжечка;
3. гипоталамуса;
4. мозолистого тела;

Вопрос:

Минутный объем крови применяют при исследовании:

Варианты ответа:

1. дыхательной системы;
2. вегетативной нервной системы;

3. эндокринной системы;
4. сердечно-сосудистой системы;

Вопрос:

К патологическому сну не относят:

Варианты ответа:

1. летаргический;
2. наркотический;
3. сомнамбулизм;
4. монофазный;

Вопрос:

Возникновение и протекание эмоций тесно связано с деятельностью:

Варианты ответа:

1. мозжечка;
2. мозолистого тела;
3. модулирующих систем мозга;
4. гипофиза;

Вопрос:

Формируясь прижизненно под влиянием социальных воздействий ВПФ человека.

Варианты ответа:

1. не восстанавливаются после травматического воздействия;
2. остаются неизменными;
3. подвергаются незначительным изменениям;
4. меняют свою психологическую структуру;

Вопрос:

Автор теории общего адаптационного синдрома:

Варианты ответа:

1. В. Геллер.
2. Г. Селье;
3. Д. Олдс;
4. Р. Девидсон;

**Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины
«Психофизиология эмоциональных состояний»**

Работа с учебной и научной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к зачету. Она включает проработку лекционного материала – изучение рекомендованных источников и литературы по тематике лекций. Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, предложенных преподавателем схем, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект должен быть выполнен в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны быть выполнены также аккуратно, содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом. В процессе работы с учебной и научной литературой студент может: делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике); составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора); готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы); создавать конспекты (развернутые тезисы, которые).

Необходимо отметить, что работа с литературой не только полезна как средство более глубокого изучения любой дисциплины, но и является неотъемлемой частью профессиональной деятельности будущего выпускника.

Методические указания по организации внеаудиторной самостоятельной работы на занятии способствуют организации последовательного изучения материала, вынесенного на самостоятельное освоение в соответствии с учебным планом, программой учебной дисциплины/профессионального модуля и имеет такую структуру как: тема; вопросы и содержание материала для самостоятельного изучения; форма выполнения задания; алгоритм выполнения и оформления самостоятельной работы; критерии оценки самостоятельной работы; рекомендуемые источники информации (литература основная, дополнительная, нормативная, ресурсы Интернет и др.).

В качестве форм самостоятельной работы при изучении дисциплины предлагаются: работа с научной и учебной литературой; подготовка доклада к практическому занятию; более глубокое изучение с вопросами, изучаемыми на практических занятиях; подготовка к зачету.

Задачи самостоятельной работы: обретение навыков самостоятельной научно-исследовательской работы на основании анализа текстов литературных источников и применения различных методов исследования; выработка умения самостоятельно и критически подходить к изучаемому материалу. Технология самостоятельной работы должна обеспечивать овладение знаниями, закрепление и систематизацию знаний, формирование умений и навыков. Апробированная технология характеризуется алгоритмом, который включает следующие логически связанные действия студента: чтение текста (учебника, пособия, конспекта лекций); конспектирование текста.

УТВЕРЖДЕНО
Протокол заседания кафедры
№ _____ от _____

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

в рабочей программе (*модуле*) дисциплины «Психофизиология эмоциональных состояний»
по направлению подготовки 06.03.01 «Биология», профиль «Общая биология»
на 2019/2020 учебный год

1. В _____ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

1.1.;

1.2.;

...

1.9.

2. В _____ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

2.1.;

2.2.;

...

2.9.

3. В _____ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

3.1.;

3.2.;

...

3.9.

Составитель
дата

подпись

расшифровка подписи

Зав. кафедрой

подпись

расшифровка подписи