



ЭМОЦИИ И КОНТРОЛЬ НАД НИМИ

АВТОРЫ: БАДАНИНА ИРИНА,
ЗЛОБИН НИКОЛАЙ,
СКРИБЦОВ ИЛЬЯ,
7-Б КЛАСС
РУКОВОДИТЕЛЬ: СТАВИЦКАЯ Е.В.

Актуальность

- ▶ Особенностью подросткового возраста является раздражительность и частая смена настроения.
- ▶ Общаясь , важно контролировать свои эмоции, чтобы взаимодействие было эффективным.
- ▶ Поэтому мы решили изучить эмоции и их проявления у человека и помочь участникам нашего эксперимента научиться их контролировать.

Гипотеза :

Мы предполагаем, что можно научиться самим и обучить других контролировать свое эмоциональное состояние.

Цель :

Подтвердить или опровергнуть выдвинутую гипотезу.



Задачи:

- ❑ изучить психологические теории эмоций, понятия эмоций и чувств в современной психологии, классификацию эмоций (чувства и формы их переживания : настроение, эмоции, аффекты, фрустрации, стресс);
- ❑ изучить влияние эмоций на поведение и деятельность человека; зависимость эмоционального состояния человека от объективных и субъективных факторов;
- ❑ составить рекомендации по управлению эмоциями, апробировать их на практике (провести эксперимент).

План работы:

- ▶ май – середина июня – составление списка литературы, вопросов для изучения;
- ▶ середина июня – сентябрь – изучение литературы;
- ▶ сентябрь – написание теоретической части работы;
- ▶ октябрь – ноябрь – проведение эксперимента;
- ▶ декабрь – написание тезисов;
- ▶ январь – создание видео и постера , окончание оформления работы.

Ожидаемый результат:

- ▶ Создание брошюры с рекомендациями по управлению эмоциями и оказание помощи участникам эксперимента в контроле своего эмоционального состояния.



Спасибо за внимание!

