

**САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ЧАСТЬ 3»**

ВЫПОЛНИЛА СТУДЕНТКА 2 КУРСА
ОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

АНДРЕЕВА ОЛЬГА ВЛАДИМИРОВНА

ПРЕПОДАВАТЕЛЬ МАРКОВСКАЯ Г.Г.

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ 2016



СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ПОНЯТИЕ МОТИВАЦИИ, ВИДЫ И
УРОВНИ.....3

РАЗДЕЛ 2. ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ЕЕ
ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ.....8



РАЗДЕЛ 1. ПОНЯТИЕ МОТИВАЦИИ, ВИДЫ И УРОВНИ.....	3
1.1.ПЛАН-КОНСПЕКТ ПО ТЕМЕ.....	4
1.2.АВТОРСКАЯ РУБРИКА.....	5
1.3.КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА.....	6
1.4.KEYWORDS.....	6
1.5.ГЛОССАРИЙ.....	7
1.6.ЛИТЕРАТУРА.....	8
1.7.ВОПРОСЫ К ТЕМЕ.....	9



1.1. ПЛАН-КОНСПЕКТ ПО ТЕМЕ «ПОНЯТИЕ МОТИВАЦИИ, ВИДЫ И УРОВНИ»

Впервые термин «Мотивация» употребил немецкий философ Артур Шопенгауэр (1788-1860) в 1813 году.

Мотивация – это побуждение к действию.

Виды: (Подробнее в документе)

Внешняя/внутренняя

Устойчивая/неустойчивая

Положительная/отрицательная

Уровни мотивации или степень развитости

Существует три подхода

(обо всём подробно написано в документе)



1.2. АВТОРСКАЯ РУБРИКА «ПОНЯТИЕ МОТИВАЦИИ, ВИДЫ И УРОВНИ»

В АВТОРСКОЙ РУБРИКЕ ХОЧУ РАССКАЗАТЬ ПРО СВОЮ МОТИВАЦИЮ НА УРОВНЕ САМОРЕГУЛЯЦИИ. ВСЕ МЫ ПРЕКРАСНО ЗНАЕМ, ЧТО ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ДОСТИЧЬ УСПЕХА В ЧЕМ-ЛИБО НЕОБХОДИМО ХОРОШО ПОСТАРАТЬСЯ, И, НА МОЙ ВЗГЛЯД, НАШИМ ГЛАВНЫМ ПОМОЩНИКОМ В ЭТОМ ДЕЛЕ ЯВЛЯЕТСЯ САМОРЕГУЛЯЦИЯ.

Я ПОСТАРАЮСЬ РАССКАЗАТЬ О ТОМ, КАК У МЕНЯ ПОЛУЧАЕТСЯ КОНТРОЛИРОВАТЬ САМУ СЕБЯ.



1.3. КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

- 1) МОТИВАЦИЯ
- 2) МОТИВ
- 3) ПОТРЕБНОСТЬ
- 4) ЦЕЛЬ

1.4. KEYWORDS:

- 1) MOTIVATION
- 2) MOTIVE
- 3) NEED
- 4) OBJECTIVE



1.5.ГЛОССАРИЙ

МОТИВАЦИЯ – ЛЮБАЯ ПРИЧИНА ПОВЕДЕНИЯ
ОПОСРЕДОВАННОГО ПСИХИКОЙ ИЛИ ПОБУЖДЕНИЕ К
ДЕЙСТВИЮ.

МОТИВ – ПОБУЖДЕНИЯ К ДЕЯТЕЛЬНОСТИ,
СВЯЗАННЫЕ С УДОВЛЕТВОРЕНИЕМ ПОТРЕБНОСТЕЙ
СУБЪЕКТА.

ПОТРЕБНОСТЬ – НУЖДА В ЧЕМ ЛИБО.

ЦЕЛЬ – ОСОЗНАННЫЙ ОБРАЗ РЕЗУЛЬТАТА,
ПОБУЖДАЮЩИЙ К ДЕЙСТВИЮ.



1.6.ЛИТЕРАТУРА

1) КОНСПЕКТ ТЕТРАДИ ПО ПРЕДМЕТУ «ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ»



1.7.ВОПРОСЫ К ТЕМЕ

«ПОНЯТИЕ МОТИВАЦИИ, ВИДЫ И УРОВНИ»

1. ЧТО ТАКОЕ МОТИВАЦИЯ?

2. ПЕРЕЧИСЛИТЕ ОСНОВНЫЕ ВИДЫ МОТИВАЦИИ

3. НАЗОВИТЕ ТРИ ПОДХОДА УРОВНЯ МОТИВАЦИИ



РАЗДЕЛ 2. ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ.....	10
2.1. ПЛАН-КОНСПЕКТ ПО ТЕМЕ	11
2.2. АВТОРСКАЯ РУБРИКА.....	12
2.3. КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА.....	13
2.4. KEYWORDS.....	13
2.5. ГЛОССАРИЙ.....	14
2.6. ЛИТЕРАТУРА.....	15
2.7. ВОПРОСЫ К ТЕМЕ.....	16



2.1. ПЛАН-КОНСПЕКТ ПО ТЕМЕ «ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ»

ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ – ЭТО НАУКА О ПОЗИТИВНЫХ СТОРОНАХ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ЖИЗНИ, ТАКИХ КАК БЛАГОПОЛУЧИЕ, СЧАСТЬЕ И ПРОЦВЕТАНИЕ. СОЗДАТЕЛЕМ ПОЗИТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ ЯВЛЯЕТСЯ МАРТИН СЕЛИГМАН.

В ОТЛИЧИЕ ОТ ТРАДИЦИОННОЙ ПСИХОЛОГИИ, ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ИЗУЧАЕТ ТЕ ЧЕРТЫ ХАРАКТЕРА И ОСОБЕННОСТИ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ПОВЕДЕНИЯ, КОТОРЫЕ ХАРАКТЕРНЫ ДЛЯ УДОВЛЕТВОРЕННЫХ, СЧАСТЛИВЫХ ЛЮДЕЙ.



2.2. АВТОРСКАЯ РУБРИКА «ПОЗИТИВНАЯ

ПСИХОЛОГИЯ И ЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ»

СОВРЕМЕННОМУ МИРУ ОЧЕНЬ НЕ ХВАТАЕТ ПОЗИТИВА, ДОБРОТЫ, ИСКРЕННОСТИ, ЧУВСТВ, ДРУЖЕЛЮБНОСТИ, ВЕРЫ, ПОНИМАНИЯ, НЕ ХВАТАЕТ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ.

ОЧЕНЬ ХОЧЕТСЯ, ЧТОБЫ ЛЮДИ ПОНЯЛИ ЭТО, ВЕДЬ ЧЕМ БОЛЬШЕ ЛЮДЕЙ БУДЕТ СЧАСТЛИВЫМИ, ТЕМ СВЕТЛЕЕ БУДЕТ ЭТОТ МИР, МИР В КОТОРОМ МЫ ЖИВЁМ.



2.3. КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

ЭМОЦИИ

СЧАСТЬЕ

ОПТИМИЗМ

2.4. KEYWORDS:

EMOTIONS

HAPPINESS

OPTIMISM



2.5.ГЛОССАРИЙ

ЭМОЦИИ – ЭТО СУБЪЕКТИВНЫЕ РЕАКЦИИ ЧЕЛОВЕКА НА ВОЗДЕЙСТВИЯ ВНЕШНИХ И ВНУТРЕННИХ РАЗДРАЖИТЕЛЕЙ.

СЧАСТЬЕ –ЭТО ПСИХИЧЕСКАЯ УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ПРИЯТИЕМ ЖИЗНИ ТАКОЙ, КАКОЙ ОНА И ЯВЛЯЕТСЯ.

ОПТИМИЗМ – ЭТО ВЗГЛЯД НА ЖИЗНЬ С ПОЗИТИВНОЙ ТОЧКИ ЗРЕНИЯ, УВЕРЕННОСТЬ В ЛУЧШЕМ БУДУЩЕМ.



2.6.ЛИТЕРАТУРА

ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ (ЭЛЕКТРОННЫЙ РЕСУРС) /
ВИКИПЕДИЯ –РЕЖИМ ДОСТУПА:

[HTTPS://RU.M.WIKIPEDIA.ORG/WIKI/ПОЗИТИВНАЯ_ПСИХ
ОЛОГИЯ](https://ru.m.wikipedia.org/wiki/Позитивная_психология)

КОНСПЕКТ ПО ПРЕДМЕТУ: ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ



2.7. ВОПРОСЫ К ТЕМЕ «ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ЕЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ»

1. Кто является создателем позитивной психологии?
2. Что такое счастье?
3. Что изучает позитивная психология?

