

Hemläxa

Årskurs: Gymnasiet

Ämne eller kurs: Psykologi 2a

Tema: Emotioner och deras påverkan på beteende

Ordkollen

Här listas fem ämnesord på läxans tema som är bra att känna till betydelsen av.

- **Emotioner:** Känslomässiga tillstånd som påverkar vårt sätt att tänka och agera.
- **Teori:** En systematisk uppsättning av idéer som förklarar fenomen, i detta fall känslor.
- **Beslut:** Val mellan olika alternativ, ofta påverkat av känslor.
- **Sociala relationer:** Interaktioner mellan individer som kan påverkas av känslomässiga tillstånd.
- **Empati:** Förmågan att förstå och känna med andra människors känslor.

Instuderingsfrågor

1. Vad är en emotion och varför är den viktig för människans beteende?
2. Beskriv James-Lange teorin om känslor.
3. Hur förklarar Cannon-Bard teorin känslor och fysiologiska reaktioner?
4. Vad innebär Schachter-Singers tvåfaktorsteori?
5. Ge exempel på hur känslor kan påverka beslut i vardagen.
6. Vilken roll spelar känslor i sociala interaktioner?
7. Beskriv en situation där du har upplevt starka känslor. Hur påverkade det ditt beteende?
8. Hur kan vi hantera känslor i stressiga situationer?
9. Diskutera fördelarna med emotionell intelligens.
10. Vad har du lärt dig om sambandet mellan känslor och beteende från dagens lektion?

Skrivuppgift

Uppgift 1: Reflekterande text

Skriv en reflekterande text där du beskriver en specifik situation där du upplevde starka känslor. Analysera hur dessa känslor påverkade ditt beteende och beslut samt reflektera över hur du hanterade situationen.

Svarslängd: ca. 300 ord (En halv sida)

Uppgift 2: Jämförelse av teorier

Skriv en kort jämförelse mellan James-Lange, Cannon-Bard och Schachter-Singers teorier om känslor. Vilka är de största skillnaderna och kan du relatera dem till egna erfarenheter?

Svarslängd: ca. 250 ord (En halv sida)

Uppgift 3: Emotionell hantering i sociala situationer

Skriv ner tre scenarier från ditt liv där emotionell hantering var viktig. Beskriv hur du hanterade situationerna och vad du lärde dig av dem.

Svarslängd: ca. 200 ord (En halv sida)

Tags: [Läxa](#)