

Duygu Kuramları ve İfadesi Nedir?

Çalışma Kağıdı

Duygu kuramları, duyguların kökenini, doğasını ve etkilerini açıklayan farklı psikolojik yaklaşımlardır; duygu ifadesi ise bu duyguların sözel olmayan (jestler, mimikler) ve sözel yollarla dışa vurulmasıdır.

Sorular

1. Hangi duygu kuramı, fizyolojik uyarılmanın ardından gelen bilişsel etiketlemenin duygu yaşantısını belirlediğini savunur?

- A) James-Lange Kuramı
- B) Cannon-Bard Kuramı
- C) Schachter-Singer İki Faktör Kuramı
- D) Ek-Bilişsel Kuramlar

2. Bir kişi, bir ayıyla karşılaştığında önce kalp atışının hızlandığını fark eder ve bu durumun korku olduğunu düşünürse, bu hangi kurama daha yakındır?

- A) Cannon-Bard Kuramı
- B) James-Lange Kuramı
- C) Ek-Bilişsel Kuramlar
- D) Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi

3. Duyguların yüz ifadeleri, beden dili ve ses tonuyla dışa vurulmasına ne ad verilir?

- A) Duygusal düzenleme
- B) Duygu ifadesi
- C) Bilişsel yeniden yapılandırma
- D) Duygusal zeka

4. James-Lange Kuramı'na göre bir durum karşısında ilk ne olur?

5. Schachter-Singer İki Faktör Kuramı'nı açıkla mısınız?

6. Ek-Bilişsel Kuramlar duyguları nasıl açıklar?

7. Tanımla: James-Lange Kuramı

8. Tanımla: Cannon-Bard Kuramı

9. Tanımla: Schachter-Singer İki Faktör Kuramı

Cevap Anahtarı

1. C) Schachter-Singer İki Faktör Kuramı — Schachter-Singer İki Faktör Kuramı'na göre, hem fizyolojik uyarılma hem de bu uyarılmanın bilişsel olarak yorumlanması (etiketlenmesi) duygunun oluşmasında rol oynar.
2. B) James-Lange Kuramı — James-Lange Kuramı'na göre, önce fizyolojik tepki oluşur (kalp atışının hızlanması) ve bu tepki algılandığında duygu (korku) yaşanır.
3. B) Duygu ifadesi — Duygu ifadesi, duyguların sözel olmayan (mimikler, jestler vb.) ve sözel yollarla dışa vurulmasıdır.
4. 1. Bir uyarın (örneğin, bir ayı görmek) fizyolojik bir tepkiyi tetikler (kalp atışının hızlanması, titreme). 2. Bu fizyolojik tepkilere yönelik farkındalık, duygunun yaşanmasına neden olur (kalp atışım hızlandığı için korkuyorum).
5. 1. Fizyolojik uyarılma meydana gelir. 2. Birey bu uyarılmayı bilişsel olarak yorumlar ve etiketler (çevresel ipuçlarına dayanarak). 3. Bu yorumlama sonucunda belirli bir duygu yaşanır (örneğin, hem fizyolojik uyarılma hem de 'tehlike' yorumu korku olarak etiketlenir).
6. 1. Birey, bir olayı veya durumu bilişsel olarak değerlendirir (bilişsel değerlendirme). 2. Bu değerlendirme sonucunda duygu yaşanır (örneğin, bir sınavı 'zorlu ama başarılabilir' olarak değerlendirmek, endişe yerine motive edici bir duyguya yol açabilir).
7. Fizyolojik tepkiler duyguya yol açar.
8. Fizyolojik tepki ve duygu eş zamanlı olarak yaşanır.
9. Fizyolojik uyarılma ve bilişsel etiketleme duyguya yol açar.

Bounlu

Tüm kartlar, adım adım çözümler ve AI hoca desteği Notek uygulamasında.
Sınav tarihlerini Promy otomatik hatırlatıcıya çevirir.