

```html

# Provkonstruktion

**Årskurs:** Gymnasiet

**Ämne eller kurs:** Psykologi 2a

**Tema:** Emotioner och deras påverkan på beteende

## Syfte

Syftet med provet är att bedöma elevernas förståelse för emotioner, deras funktioner, samt hur dessa påverkar beteende och beslut. Provets utformning syftar även till att pröva elevernas förmåga att tillämpa teorier om känslor i praktiska situationer.

## Koppling till styrdokument

### Centralt innehåll

Undervisningen ska ge en förståelse för emotioner, deras funktioner och hur de påverkar beteende och beslut. Eleverna ska också lära sig olika teorier om känslor och hur man kan hantera och förstå sina egna och andras emotioner.

### Kunskapskrav

Eleven kan beskriva vad emotioner är och ge exempel på deras påverkan på individer och deras beteenden. Eleven kan reflektera över hur emotioner kan hanteras i olika situationer och ge exempel på emotionella tillstånd.

## Prov

### Faktafrågor

1. Vilken teori beskriver att känslor är resultatet av fysiologiska reaktioner?
  - A) Cannon-Bard teorin
  - B) Schachter-Singers tvåfaktorsteori
  - **C) James-Lange teorin**
  - D) Ingen av ovanstående
2. Vilka komponenter ingår i en emotion?
  - A) Endast subjektiv upplevelse
  - B) Endast fysiologiska reaktioner
  - **C) Subjektiv upplevelse, fysiologiska reaktioner och beteende**
  - D) Endast beteende
3. Hur påverkar emotioner våra beslut?
  - **A) De kan leda till både impulsiva och rationella beslut**

- B) De påverkar inte våra beslut
  - C) De leder alltid till rationella beslut
  - D) De leder alltid till impulsiva beslut
4. Vilken teori menar att känslor och fysiologiska reaktioner uppstår samtidigt?
- A) James-Lange teorin
  - **B) Cannon-Bard teorin**
  - C) Schachter-Singers tvåfaktorsteori
  - D) Ingen av ovanstående
5. Vad är en emotionell hantering?
- A) Att överälska känslor
  - **B) Att medvetet hantera och reglera sina känslor**
  - C) Att överföra känslor till andra
  - D) Att ignorera sina känslor
6. Vilken av följande är ett exempel på en positiv känsla?
- A) Ilska
  - **B) Glädje**
  - C) Rädsla
  - D) Avsky
7. Vilken påverkan har emotioner på sociala relationer?
- **A) De kan både stärka och försvaga relationer**
  - B) De har ingen påverkan på sociala relationer
  - C) De försvagar alltid relationer
  - D) De stärker alltid relationer
8. Hur kan känslor leda till missförstånd i kommunikation?
- **A) När känslor inte uttrycks på ett klart sätt**
  - B) Genom att alltid säga vad man känner
  - C) Genom att ignorera känslor
  - D) När endast positiva känslor uttrycks
9. Vilken känsla är vanligtvis förknippad med stressiga situationer?
- A) Lycka
  - **B) Ängest**
  - C) Trötthet
  - D) Apati
10. Vad handlar Schachter-Singers teori om?
- A) Endast fysiologiska reaktioner
  - **B) Kombination av fysiologiska och kognitiva faktorer**
  - C) Endast kognitiva faktorer
  - D) Ingen teori om känslor
11. Vad kan vara en effekt av att hantera sina känslor väl?
- A) Ökade konflikter
  - **B) Förbättrade relationer**
  - C) Ökade missförstånd
  - D) Ingen påverkan alls
12. Vilken funktion har känslor i beslutsfattande?
- **A) De ger viktig information om vår omgivning**
  - B) De skapar förvirring i processen
  - C) De har enbart negativa effekter
  - D) De spelar ingen roll

13. I vilken situation kan emotionell hantering vara speciellt viktigt?

- **A) Vid konflikter**
- B) Vid glada tillfällen
- C) När man är ensam
- D) Ingen av ovanstående

14. Hur kan förståelse för sina egna känslor påverka ens beteende?

- A) Det har ingen påverkan
- **B) Det kan leda till mer medvetna beslut**
- C) Det kommer alltid att leda till negativa beslut
- D) Det gör att man inte känner något

15. Vad innebär det att reflektera över sina känslor?

- A) Att förneka sina känslor
- **B) Att tänka efter på varför man känner som man gör**
- C) Att dela med sig av sina känslor till andra
- D) Att ignorera sina känslor

## Resonerande frågor

1. Beskriv ett tillfälle där du har känt en stark känsla och analysera hur den påverkade dina val i situationen.

Denna fråga ger elever möjlighet att reflektera över personlig erfarenhet och hur känslor påverkar deras beslut.

2. Jämför två olika emotionella teorier och diskutera hur var och en förklarar känslor.

Denna fråga utmanar elever att kritiskt analysera och jämföra teorier vilket visar på djup förståelse.

3. Hur kan förståelse för emotioner förbättra våra relationer med andra? Ge konkreta exempel.

Detta uppmanar elever att applicera sina kunskaper i praktiska sammanhang och tänka på sociala aspekter av emotioner.

4. Diskutera hur olika kulturer kan tolka emotioner olika och varför det är viktigt att förstå detta.

Frågan utmanar elever att tänka globalt och reflektera över kulturella skillnader i emotionell förståelse.

5. Vilken roll spelar emotioner i vår beslutsprocess, och kan de ibland vara mer tillförlitliga än rationella val? Resonera kring detta.

Elever får möjlighet att visa djupgående analys och jämförelse mellan känslor och rationellt tänkande.

6. Reflektera över en situation där du har förbisett en känsla. Hur påverkade det slutresultatet?

Denna fråga ger elever möjlighet att tänka kritiskt på sina handlingar och känslor samt deras konsekvenser.

7. Hur kan emotionell intelligens påverka arbetet i grupper och team? Ge exempel.

Uppmanar elever att koppla emotionell förståelse till samarbeten och lagarbete, vilket visar på praktisk tillämpning.

8. Vad anser du är den mest betydelsefulla känslan i människors liv, och varför? Förklara din ståndpunkt.

Denna fråga visar elevernas förmåga till djup reflektion och personlig insikt om emotioner.

## Bedömning

Faktafrågorna ger högst 15 poäng, där varje korrekt svar ger 1 poäng. De resonerande frågorna ger högst 10 poäng, där varje fråga kan bedömas med 1-5 poäng beroende på djup och insikt.

Totalt krävs:

- Minst 8 poäng för betyg E
- Minst 12 poäng för betyg C (minst 3 poäng från resonerande frågor)
- Minst 18 poäng för betyg A (minst 5 poäng från resonerande frågor)

...