

# PSIHOLOGIJA

## I. SVRHA I CILJ

Temeljni je cilj ovoga predmeta da na općekulturnoj razini omogući učenicima znanja iz psihologije kao znanosti.

Ostvarivanjem nastavnih sadržaja treba postići aktivan i stvaralački odnos učenika prema stečenim znanjima radi poticanja prihvatljivih oblika ponašanja, važnih za intelektualni, emocionalni i socijalni razvoj. Gimnazijska dob određuje potrebu za spoznavanjem općih načela psihičkoga funkcioniranja. Isticanjem međudjelovanja fizičkih, bioloških i socijalnih uvjeta i učinaka potiče se kod učenika sposobnost za razumijevanje samoga sebe te razumijevanje osobitosti ponašanja drugih ljudi.

## II. PROGRAMSKA GRADA

### 1. ZADACI

Ističući sadržaje kojima se razrađuje prilagodivanje ličnosti socijalnim zahtjevima i frustracijama izazvanima socijalnim procesima, potiče se učenikovo razumijevanje određenih psihičkih pojava i lakše suočavanje s njima.

Osobita je zadaća nastave psihologije ta da se učenicima sustavno prenosi humanistički pogled na svijet i društvo.

### 2. SADRŽAJI

## Dvogodišnji program

### Drugi razred (35 sati)

#### 2.1. PSIHOLOGIJA KAO ZNANOST

- 2.1.1. Definicija i predmet psihologije kao znanosti.
- 2.1.2. Kratak povijesni pregled i glavni pravci suvremene psihologije.
- 2.1.3. Metode psihologije: opažanje - introspekcija i opažanje ponašanja drugih, pokus u laboratorijskim i prirodnim uvjetima.
- 2.1.4. Razne tehnike za skupljanje podataka - intervju, upitnik, test

#### 2.2. BIOLOŠKE OSNOVE PONAŠANJA

- 2.2.1. Živčani sustav i ponašanje, fiziološke osnove psihičkih procesa.
- 2.2.2. Osjeti, osjetna područja (kakvoća, jačina i lokalni znak).
- 2.2.3. Mjerenje osjetljivosti - apsolutna i razlikovna osjetljivost.

#### 2.3. PERCEPCIJA

- 2.3.1. Percepcija kao osnova spoznaje, doživljavanje prostora, kretanja, udaljenosti, konstantnosti oblika, veličine i boje.
- 2.3.2. Perceptivne iluzije i varke.

#### 2.4. MOTIVACIJE I EMOCIJE

- 2.4.1. Emocije i njihova uloga u doživljavanju, ponašanju, vrste emocija
- 2.4.2. Tjelesne promjene koje prate emocije i njihova registracija, detektor laži.
- 2.4.3. Stresne situacije i načini suočavanja s njima.
- 2.4.4. Motivi, njihova hijerarhija, razvijanje motivacije, borba motiva: konfliktna situacije i ponašanje u njima.
- 2.4.5. Frustracija i načini reagiranja na nju, obrambeni mehanizmi ličnosti.

#### 2.5. UČENJE I PAMĆENJE

- 2.5.1. Faze pamćenja, čimbenici uspješnoga pamćenja.
- 2.5.2. Zaboravljanje - opći tijek i uzroci zaboravljanja, ovisnosti o načinu učenja, dubini obrade, vremenu i vrsti aktivnosti poslije učenja.
- 2.5.3. Temeljna načela i vrste učenja, objašnjenje klasičnoga i instrumentalnoga uvjetovanja te mehaničkoga učenja.
- 2.5.4. Objašnjenje učenja uvidom u situaciju, učenja na osnovici promatranja ponašanja drugih ljudi: imitacije, identifikacije, učenje uloga.
- 2.5.5. Bihevioristički i kognitivistički pristup učenju
- 2.5.6. Čimbenici uspješnoga učenja - praktični pristup, upute kako treba organizirati učenje i kako učiti.

### Treći razred (35 sati)

### 1. ZADACI

Nastaviti na obradenim općim sadržajima iz prethodnoga razreda, naglašavajući teme iz razvojne i sistematske psihologije, s ciljem usvajanja posebnih tehnika psihološke znanosti.

### 2. SADRŽAJI

#### 2.1. TEME IZ RAZVOJNE PSIHOLOGIJE

- 2.1.1. Djetinjstvo, prenatalni razvoj, rano djetinjstvo, značajke razvoja djeteta te dobi.
- 2.1.2. Školsko dijete, značajke razvoja te djece i problemi koji se javljaju u djece te dobi.
- 2.1.3. Adolescencija - doba promjena, činitelji koji utječu na te promjene, seksualno i emocionalno sazrijevanje, promjene interesa, aspiracija ideala.
- 2.1.4. Adolescentni konflikti i problemi.
- 2.1.5. Odrasla dob, što je zrelost i kriteriji zrelosti, prilagodba na partnera, roditeljstvo.
- 2.1.6. Starost, biološke promjene i promjene u sposobnostima, zdravlje i bolest, potrebe i problemi starijih ljudi.

**LIČNOST**

1. Uloga naslijedja i okoline za razvoj ličnosti.
2. Teorije ličnosti i načini procjene ličnosti.
3. Poremećaji ponašanja, neuroze i psihoze, dijagnoza i terapija poremećaja ponašanja.
4. Mentalno zdravlje, što je zdravlje, a što bolest.

**INTELIGENCIJA I STVARALAŠTVO**

- 3.1. Što su sposobnosti, što je inteligencija, kako se razvija, dispozicije, okolina, samoaktivitet kao determinante razvoja.
2. Mjerenje inteligencije, individualne razlike
3. Stvaralaštvo, odredjenje toga pojma, načini registriranja stvaralačkoga mišljenja i ponašanja.
- 3.4. Načini poticanja stvaralačkoga mišljenja i ponašanja.

**TEME IZ SOCIJALNE PSIHOLOGIJE**

- 2.4.1. Socijalne skupine, što čini skupinu, vrste skupina, dinamika skupine: načini komunikacije u skupini, tipovi vodstva, odnos među članovima i položaj u skupini, skupini ciljevi, konformiranje, masovno ponašanje.
- 2.4.2. Sukobi među skupinama.
- 2.4.3. Gledišta, stereotipi, predrasude, objašnjenja i definicije tih pojmova, razlike među njima, načini ispitivanja i mjerenja.
- 2.4.4. Utjecaj stavova, stereotipa i predrasuda na ponašanje.
- 2.5. PRIMIJENJENA PSIHOLOGIJA
- 2.5.1. Područja primijenjene psihologije: industrijska, klinička i školska psihologija te različite djelatnosti unutar tih područja.
- 2.5.2. Što i kako radi psiholog u praksi, detaljniji prikaz na djelatnosti savjetovanja u izboru zanimanja.

**Jednogodišnji program - 70 sati****PSIHOLOGIJA KAO ZNANOST**

- 1.1. Definicija i predmet psihologije kao znanosti, kratak povijesni pregled i glavni pravci suvremene psihologije
2. Metode psihologije: opažanje - introspekcija i opažanje ponašanja drugih, pokus u laboratorijskim i prirodnim uvjetima, razne tehnike za skupljanje podataka - intervju, anketa, test.

**BIOLOŠKE OSNOVE PONAŠANJA**

3. Živčani sustav i ponašanje, fiziološke osnove psihičkih procesa.
- Osjeti i osjetna područja (kakoć, jačina i lokalni znak), mjerenje osjetljivosti - apsolutna i diferencijalna osjetljivost.

**PERCEPCIJA**

1. Percepcija kao osnova spoznaje, doživljavanje prostora, kretanja, udaljenosti, stalnost oblika, veličine, boje, perceptivne varke i iluzije.

**MOTIVACIJE I EMOCIJE**

1. Emocije i njihova uloga u doživljavanju i ponašanju, vrste emocija, tjelesne promjene koje prate emocije i njihova registracija: stresne situacije i načini suočavanja.
2. Motivi, njihova hijerarhija, razvijanje motivacije, borba motiva: konfliktne situacije i ponašanje u njima, frustracija i načini reagiranja: obrambeni mehanizmi i ličnosti.

**UČENJE I PAMĆENJE**

1. Faze pamćenja, čimbenici uspješnoga pamćenja, zaboravljanje - opći tijek i uzroci zaboravljanja,

ovisnost o načinu učenja, dubini obrade, vremenu i vrsti aktivnosti poslije učenja.

- 2.5.2. Temeljna načela i vrste učenja: klasično i instrumentalno uvjetovanje, mehaničko učenje uvidom u situaciju, učenje promatranjem ponašanja drugih ljudi: imitacija, poistovjećivanje, učenje uloga, bihevioristički pristup učenju.
- 2.5.3. Činitelji uspješnoga učenja - praktični pristup, upute kako treba organizirati učenje i učiti.
- 2.6. TEME IZ RAZVOJNE PSIHOLOGIJE
- 2.6.1. Djetinjstvo, prenatalni razvoj, rano djetinjstvo, školska dob, značajke razvoja djeteta u svakoj od tih dobi.
- 2.6.2. Adolescencija - značajke i problemi te dobi, činitelji koji utječu na prođene, seksualno i emocionalno sazrijevanje, promjene interesa, aspiracija ideala, adolescentski konflikti i problemi.
- 2.6.3. Odrasla dob - kriteriji zrelosti, prilagodba na partnera, roditeljstvo, starost - biološke promjene i promjene sposobnosti, zdravlje i bolest, potrebe i problemi starijih ljudi.

**2.7. LIČNOST**

- 2.7.1. Uloga naslijedja i okoline na razvoj ličnosti, teorije ličnosti i načini procjene ličnosti.
- 2.7.2. Poremećaji ponašanja, neuroze i psihoze, dijagnoza i terapija poremećaja ponašanja, mentalno zdravlje.

**2.8. INTELIGENCIJA I STVARALAŠTVO**

- 2.8.1. Sposobnosti, što je inteligencija, kako se razvija, dispozicije, okolina, samoaktivitet kao determinante razvoja, mjerenje inteligencije, individualne razlike.

- 2.8.2. Stvaralaštvo, određenje pojma, načini registriranja stvaralačkoga mišljenja i ponašanja, načini na koje se stvaralaštvo potiče.
- 2.9. **TEME IZ SOCIJALNE PSIHOLOGIJE**
- 2.9.1. Socijalne skupine, vrste skupina, što čini skupinu, dinamika skupina: načini komunikacije u skupini, tipovi vodstva, odnos među članovima i položaj u skupini, skupini ciljevi, konformiranje, sukobi među skupinama, masovno ponašanje.
- 2.9.2. Gledišta, stereotipi, predrasude, objašnjenje i načini definicije tih pojmova, razlike među njima,

utjecaj stavova, stereotipa i predrasuda na ponašanje.

2.10. **PRIMIJENJENA PSIHOLOGIJA**

- 2.10.1. Područja primijenjene psihologije: industrijska, klinička, školska psihologija te različite vrste djelatnosti unutar tih područja, što i kako radi psiholog u praksi, detaljniji prikaz djelatnosti savjetovanja u izboru zanimanja.

**Jednogodišnji program - 35 sati**

2.1. **PSIHOLOGIJA KAO ZNANOST**

- 2.1.1. Definicija i predmet psihologije kao znanosti, kratak povijesni pregled i glavni pravci suvremene psihologije
- 2.1.2. Metode psihologije: opažanje, pokus, razne tehnike za skupljanje podataka.

2.2. **BIOLOŠKE OSNOVE PONAŠANJA**

- 2.2.1. Živčani sustav i ponašanje.
- 2.2.2. Osjeti: osjetna područja, mjerenja osjetljivosti.

2.3. **PERCEPCIJA**

- 2.3.1. Percepcija kao osnova spoznaje, doživljavanje prostora, kretanja, udaljenosti, stalnosti oblika, veličine, boje, perceptivne varke i iluzije.

2.4. **MOTIVACIJE I EMOCIJE**

- 2.4.1. Emocije i njihova uloga u doživljavanju i ponašanju, vrste emocija.
- 2.4.2. Motivi, njihova hijerarhija, razvijanje motivacije, borba motiva: konfliktne situacije, frustracija i načini reagiranja.

2.5. **UČENJE I PAMĆENJE**

- 2.5.1. Faze pamćenja, čimbenici uspješnoga pamćenja, zaboravljanje - opći tijek i uzroci zaboravljanja.
- 2.5.2. Temeljna načela i vrste učenja: bihevioristički i kognitivistički pristup učenju.
- 2.5.3. Činitelji uspješnoga učenja - praktični pristup, napuci kako treba organizirati učenje i učiti.

2.6. **TEME IZ RAZVOJNE PSIHOLOGIJE**

- 2.6.1. Djetinjstvo, prenatalni razvoj, rano djetinjstvo, školska dob, značajke razvoja djeteta u svakoj od tih dobi.
- 2.6.2. Adolescencija - značajke i problemi te dobi, činitelji koji utječu na promjene.
- 2.6.3. Odrasla dob - kriteriji zrelosti, prilagodba na partnera, roditeljstvo, starost - promjene, potrebe i problemi starijih ljudi.

2.7. **LIČNOST**

- 2.7.1. Uloga nasljedja i okoline na razvoj ličnosti, teorije ličnosti i načini procjene ličnosti.
- 2.7.2. Poremećaji ponašanja, dijagnoza i terapija poremećaja ponašanja, mentalno zdravlje.

2.8. **INTELIGENCIJA I STVARALAŠTVO**

- 2.8.1. Sposobnosti, što je inteligencija, kako se razvija, mjerenje inteligencije, individualne razlike.
- 2.8.2. Stvaralaštvo, određenje toga pojma, načini registriranja stvaralačkoga mišljenja i ponašanja, načini na koje se stvaralaštvo potiče.

2.9. **TEME IZ SOCIJALNE PSIHOLOGIJE**

- 2.9.1. Socijalne skupine, vrste skupina, dinamika skupine, sukobi među skupinama, masovno ponašanje.
- 2.9.2. Gledišta, stereotipi, predrasude, definicije tih pojmova, načini ispitivanja i mjerenja, utjecaj stavova, stereotipa i predrasuda na ponašanje.

2.10. **PRIMIJENJENA PSIHOLOGIJA**

- 2.10.1. Područje primijenjene psihologije: industrijska, klinička, školska psihologija, što i kako radi psiholog u praksi.

**III. DIDAKTIČKE UPUTE**

Osobito je važno istaknuti sadržaje u kojima je riječ o prilagođivanju ličnosti socijalnim zahtjevima i frustracijama izazvanim tim procesima. Kao teme za raspravu dobro je iskoristiti pojave vezane uz reagiranje na frustracije, kao što su sklonost agresivnom ponašanju: svadje, nasilje, apatičnost, obeshrabrenost, povlačenje u sebe te drugi osobni problemi.

Srdačan odnos nastavnika, koji s razumijevanjem reagira na učeničke probleme glede određenih psihičkih pojava, potiče učenikov aktivan odnos prema mnogim problemima i afirmira stvaralaštvo u nastavi. Napominjemo da ovaj program daje slobodu nastavnicima da sami, u skladu sa sklonostima učenika, posvete veću pozornost nekim temama, a manju nekima drugim predloženim temama.

Preporučljivo je da se nastava psihologije izvodi što je više moguće na seminarski način, uz demonstracije i vježbe. U tu je svrhu poželjno posjedovati odgovarajuću opremu (reakciometar, pribor za demonstraciju optičkih varki, dijaprojektor itd.).