



VYUČOVANIE PSYCHOLÓGIE V PREVRÁTENEJ TRIEDE

PRÍRUČKA PRE AKTIVITY V TRIEDE

**Developing Flipped Methods for Teaching (DFM) –
Erasmus+ Strategic Partnership for Higher Education Project**



**Funded by
the European Union**

2020-1-HU01-KA203-078844 Erasmus+ Programme

Financované Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú názormi a vyhláseniami autora(-ov) a nemusia nevyhnutne odrážať názory a stanoviská Európskej únie alebo Európskej výkonnej agentúry pre vzdelávanie a kultúru (EACEA). Európska únia ani EACEA za ne nepreberajú žiadnu zodpovednosť

Obsah zoznamu

Úvod	4
Kapitola 1: Stres a zvládanie	7
Kapitola 2: Riešenie problémov	11
Kapitola 3: Teória mysle	15
Kapitola 5: Medziľudská komunikácia	25
Kapitola 6: Kauzálne atribúcie a očakávania kontroly výsledkov	28
Kapitola 7: Všeobecná rozumová schopnosť – Inteligencia	37
Kapitola 8: Model viacnásobnej inteligencie	41
Kapitola 9: Kontext rodiny: Vzťahy, komunikácia a fungovanie	45
Kapitola 10: Emócie	49
Kapitola 11: Agresivita: Povaha, príčiny a kontrola	53
Kapitola 12: Motivácia	57
Kapitola 13: Teória pripútania	61
Kapitola 14: Podporujúce vzdelávanie	65
Kapitola 15: Nonverbálna komunikácia	69
Kapitola 16: Predsudky a diskriminácia	73
Kapitola 17: Teória kognitívnej disonancie	77
Kapitola 18: Jazyk a poznávanie	81
Kapitola 19: Pamäť a predstavivosť	85
Kapitola 20: Vývoj v ranom detstve	89
Kapitola 21: Sociálny vplyv	93
Kapitola 22: Učebné štýly	97
Kapitola 23: Psychosociálny vývoj v období dospievania	103
Kapitola 24: Duševné zdravie a pohoda	109
Kapitola 25: Sociálno-emocionálny vývoj detí	113
Kapitola 26: Sociálne skupiny	119
Kapitola 27: Kooperatívne učenie	123
Kapitola 28: Identita	129
Kapitola 29: Očakávania v triede - Pygmalionov efekt	135
Kapitola 30: Metakognícia	139

Úvod

Prevrátená trieda je vzdelávací prístup, ktorý obracia tradičný model vyučovania. V typickej triede študenti počas vyučovania počúvajú prednášky a dostávajú priame inštrukcie od učiteľa a potom doma samostatne pracujú na úlohách a projektoch. V obrátenej triede sa obsah výučby študentom poskytuje mimo triedy, často prostredníctvom videoprednášok alebo online materiálov, a čas v triede je venovaný interaktívnym, spoločným aktivitám a diskusiám.

Hoci používanie metódy obrátenej triedy má viacero výhod a jej popularita rastie, výskumníci a odborníci z praxe uvádzajú, že medzi prekážky širokého používania tejto metódy patrí dodatočný čas a technologická podpora v súvislosti s vývojom obrátených vzdelávacích aktivít. Prevrátený prístup si často vyžaduje investíciu značného času a energie zo strany vyučujúcich (napr. nahrávanie videoprednášok; navrhovanie ďalších aktivít v triede).

Preto sa odporúča, aby učitelia obracali svoje kurzy v tíme. Vďaka tímovej práci sa učitelia môžu podeliť o svoje skúsenosti s realizáciou obrátených tried, ako aj o svoje učebné zdroje.

V rámci projektu "Rozvoj obrátených metód výučby" boli počas akademického roka vypracované pedagogické materiály pre obrátenú výučbu (úlohy mimo vyučovania, nástroje na predvýučbu, aktivity v triede) pre výučbu úvodných predmetov psychológie. Vďaka spolupráci šiestich vzdelávacích inštitúcií sú vytvorené materiály dostupné v siedmich jazykoch (angličtina, rumunčina, maďarčina, portugálčina, bulharčina, slovenčina a gréčtina), čím sa rieši priepasť medzi výskumom v oblasti vzdelávania a praxou. Hlavným intelektuálnym výstupom projektu sú pedagogické materiály na výučbu 30 úvodných predmetov psychológie metódami obrátenej triedy.

Vypracované vzdelávacie materiály pomáhajú prekonať ťažkosti pri vypracúvaní viacerých materiálov pre výučbu s dizajnom obrátenej triedy. Každý pedagogický materiál pozostáva z inštruktážneho videa spojeného s nízkoúrovňovým formatívnym hodnotením, ako aj z návrhu aktivít v triede (opísaných v tejto príručke) a nástrojov hodnotenia, ktoré slúžia na vyhodnocovanie výsledkov učenia.

Výučbové videá v dĺžke 10 - 15 minút sú dostupné na kanáli Flipped Methods in Psychology na YouTube. Sú nahovorené v jednom z nasledujúcich jazykov: Okrem vyššie uvedených jazykov sú preložené (s titulkami) do angličtiny a rumunčiny.

Táto príručka obsahuje odporúčané aktivity v triede na vyučovanie niektorých základných pojmov z psychológie. Príloha obsahuje testy pred vyučovaním a po vyučovaní súvisiace s jednotlivými témami. Test pred vyučovaním obsahuje osem uzavretých otázok s možnosťou výberu jednej z viacerých odpovedí. Odporúča sa, aby ich žiaci vyplnili po pozretí výučbového videa (zvyčajne doma, pred začiatkom vyučovacích aktivít v triede). Test po vyučovaní pozostáva z najmenej štyroch otvorených otázok, ktoré sa majú použiť po skončení vyučovacích aktivít súvisiacich s konkrétnymi predmetmi. Testy majú slúžiť ako východisko pre zainteresovaných učiteľov, ktoré môžu využiť na vypracovanie vlastných testov.

Učitelia z vysokých a stredných škôl majú k dispozícii potrebné materiály na vyučovanie predmetu psychológia s metodikou obrátenej triedy. Štúdie naznačujú, že pri zmene tradičných metód na obrátenú triedu sa zlepšil výkon a spokojnosť študentov. Metódy FC zvyšujú motiváciu študentov a ich sebadôveru, ich odhodlanie učiť sa. Použite túto príručku ako východiskový bod pre obrátenú hodinu psychológie.

Túto príručku si môžete stiahnuť z domovskej stránky projektu: <http://www.kre.hu/dfm>

Partnerské inštitúcie, ktoré prispeli k vypracovaniu príručky:

- Károli Gáspár Református Egyetem (Maďarsko)
- Colegiul National Pedagogic Mihai Eminescu (Rumunsko)
- Burgaski Svoboden Universitet (Bulharsko)
- University of Coimbra (Portugalsko)
- Univerzita J. Selyeho (Slovensko)
- Európska Univerzita Cyprus (Cyprus)

Kapitola 1: Stres a zvládanie

Prof. Mariya Aleksieva, PhD; Prof. Milen Baltov, PhD; doc. Prof. Krasimira Mineva, PhD; doc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Prof. Gergana Kirova, Burgaski Svoboden Universitet, Bulharsko

Kontext a zdôvodnenie

Keď sa povie slovo stres, väčšina ľudí si predstaví každodenný rytmus moderného človeka - dopravné zápchy, pracovné zaťaženie, školu, konflikty, napätie v rodine a mnoho ďalších situácií, ktoré vyvolávajú pocity bezmocnosti, negativizmu, apatie a depresie.

Pojem "stres" sa v literatúre objavil už pred jeden a pol storočím. v roku 1936 kanadský fyziológ Hans Selye uverejnil v časopise Nature v rubrike "Listy redakcii" správu s názvom "Syndróm spôsobený rôznymi škodlivými látkami". Pojem "stres" sa veľmi zmenil a dnes sa používa veľmi často. Nejde len o reakcie na fyzické poškodenie, ale aj na udalosti, ktoré vyvolávajú negatívne pocity. Stres je do určitej miery prospešný, pretože podporuje motiváciu, rýchlu adaptabilitu a reakciu v rozhodujúcich momentoch a fyzickú odolnosť.

Pojem "stres" označuje nahromadenie množstva negatívnych emócií, ktoré každý z nás prežíva v určitých situáciách. Vo všeobecnosti ide o fyziologický a psychologický proces, ktorým reagujeme na rôzne udalosti alebo situácie, v ktorých sme vystavení zvýšeným nárokom a tlakom.

Každá zmena v našom živote, ktorej sa tak či onak prispôsobujeme, je spojená so stresom. Aj pozitívne zmeny môžu byť niekedy stresujúce. Podľa Hansa Selyeho (otca vedeckej teórie stresu) by sa mal pozitívny stres nazývať stresom a negatívny stres distresom. Preto môžeme pokojne povedať, že stres je „zabijak“ aj „životná sila“. Je to niečo normálne, ak nie je príliš silné, netrvá príliš dlho, nenarušuje rutinu v našom živote a nemá vplyv na naše zdravie. Keď sa nám podarí správne usmerniť svoje emócie, prijať ich, spracovať, vyjadriť ich a neprehltnúť ich, ovládať ich a nenechať ich ovládať nás, potom veci naozaj prebiehajú inak a zdravšie.

Kľúčové témy

- Koncepcia stresu
- Teórie
- Environmentálne stresory
- Kontextové premenné (situačné faktory)
- Individuálne rozdiely
- Kognitívne hodnotenie
- Typy stresu
- Príznaky posttraumatickej stresovej poruchy
- Zvládanie stresu
- Stresory, ktoré sa nedajú kontrolovať
- Stresory, ktoré možno kontrolovať

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť

Celkovým cieľom hodiny je oboznámiť študentov so zákonitosťami stresu, vplyvom environmentálnych, biologických a genetických faktorov, ako aj s vysvetlením úzkosti, typmi

úzkostných porúch a technikami a metódami zvládania generalizovanej úzkosti a záchvatov paniky.

Špecifickosť cieľa vychádza z poznania techník zvládania stresu a úzkosti, ich účinnosti a očakávaných výsledkov.

Cieľ sa dosahuje prostredníctvom konkrétnych úloh, ktoré priamo súvisia s hlavnými parametrami, v ktorých je učivo prezentované.

Očakávané výsledky

Vedomosti, zručnosti a postoje, ktoré by mali študenti získať na konci tohto modulu.

- Na úrovni VEDOMOSTÍ: Študenti sa oboznámia s podstatou stresu, environmentálnymi stresormi, druhmi stresu a spôsobmi, ako sa prejavuje, a budú poznať techniky na zvládanie stresu.
- Na úrovni ZRUČNOSTÍ: Študenti dokážu rozlišovať medzi rôznymi typmi stresu; dokážu rozlišovať medzi kontrolovateľnými a nekontrolovateľnými stresormi; dokážu používať techniky zvládania stresu.
- Na úrovni VZŤAHU: Študenti budú schopní riešiť prípady súvisiace s reálnymi situáciami v ich prostredí a navrhovať techniky na zvládnutie stresových situácií.

Pedagogické prístupy a aktivity

Aktivita pred vyučovaním

- Študenti si pozrú video lekciiu o *strese a zvládaní*, ktorá je k dispozícii na kanáli *Flipped Methods in Psychology* na YouTube.
- Pred hodinou bol pre študentov pripravený test s uzavretými otázkami (pozri prílohu). Otázky sú zamerané na najvšeobecnejšie parametre témy.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny

Aktivita 1: Počas lekcie prípadovej štúdie

Vyučujúci pripraví úvodnú aktivitu s využitím metódy prípadovej štúdie. Na tento účel sú študenti rozdelení do skupín, v každej skupine by mali byť 3-4 osoby. Každá skupina dostane prípadovú štúdiu, ktorej cieľom je rozvíjať komunikačné zručnosti pri poskytovaní spätnej väzby v stresových situáciách.

- 1. Kráčate po chodníku a okoloidúce auto vám na oblečenie rozprašuje riedke blato. Ako sa máte? Čo by ste urobili vy?
- 2. Triedny učiteľ vás naliehavo požiada o vysvetlenie sťažnosti vášho spolužiaka. Ako sa máte? Čo by ste urobili vy?

- 3. Počas prestávky si chcete kúpiť sendvič v bufete. Obsluhujúci predavač vám povie, že musíte počkať 15 minút. Čo budete robiť?
- 4. Váš mobilný telefón zvoní neskoro v noci. Zdvihnete telefón, ale na druhej strane je ticho. Ako sa máte? Čo by ste urobili vy?
- 5. Nieкто vám v autobuse pošliapie topánky, ale neospravedlní sa. Ako sa máte? Čo by ste urobili vy?
- 6. V priebehu týždňa vám spolužiak povie, že učiteľ matematiky pohrozil písomkou bez toho, aby o tom triedu vopred informoval. Začnete sa obávať. Aké sú dôvody vašich obáv? Čo urobíte, aby ste tento stav prekonali?

Tímy majú 3 až 5 minút na to, aby sa oboznámili s prípadovými štúdiami, vyjadrili sa k nim a rozhodli o odpovediach na otázky. Každý tím reprezentuje hovorca, ktorý oboznámi ostatných s obsahom prípadovej štúdie a s rozhodnutím tímu.

Aktivita 2: Antistresový program

Po diskusii sa venuje téme stresu a jeho zvládaniu.

Potom sa trieda opäť rozdelí do tímov, každý z nich by mal mať 5-6 členov.

Úlohou každého tímu je vypracovať vlastný antistresový program.

Vyučujúci oboznámi účastníkov so základnými krokmi na vytvorenie vlastného antistresového programu:

- 1. Sebahodnotenie reakcií na stres.
- 2. Analýza vlastných sťažností vo vzťahu k zdravotnému stavu.
- 3. Stanovte si cieľ - napríklad vytvorte program na udržanie normálneho, zdravého emocionálneho stavu.
- 4. Rozhodnutie o dodržiavaní pravidiel komfortu a programu komfortu.
- 5. Uzatvorte so sebou dohodu a postavte sa na dobre viditeľné miesto.
- 6. Označovanie relaxačných cvičení: Cvičenie, prechádzky, relaxácia, autogénny tréning, šport, výživa.
- 7. Definícia času (limity - minúty, hodiny), miesta a frekvencie (denne, každý druhý deň, týždenne).

Čas potrebný na absolvovanie programu je 30 minút. Po uzávierke predstaví hovorca každého tímu jeho program. Potom bude nasledovať diskusia, otázky a odpovede.

Ako zhrnutie aktivity by mal vyučujúci vysvetliť, že v praxi nie je potrebné začať so všetkým, čo sa dá urobiť smerom k zníženiu napätia a stresu. Stačia 1-2 cvičenia, kým sa nevytvorí trvalý návyk, ktorý sa potom môže doplniť o ďalšie techniky a pohyby. Psychologickou bariérou je prekonať pocit nedostatku času.

V tomto prípade sa odporúča začať s 5-10 minútami denne. V neposlednom rade si treba uvedomiť, že čím dlhšie sa program realizuje - mesiace, rok -, tým udržateľnejší bude jeho vplyv.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny: Post - test

V aktivite „*Stres a zvládanie - post-test*“ (pozri prílohu) sa vedomosti študentov overujú prostredníctvom kvízu. Na rozdiel od testu pred lekciami sú všetky otázky v tomto teste otvorené, rovnako ako ich obsah.

Interakčný model

- Osobná odborná príprava počas úvodných aktivít - riešenie prípadov, rozdelenie do tímov; vypracovanie antistresového programu;
- Skupiny pracujú na riešení prípadových štúdií a vypracovaní antistresového programu pre tím.
- Individuálna práca - vyplnenie testov a sledovanie videomateriálu doma.

Hodnotenie a odporúčania

Každý študent dostane individuálnu známku na základe výsledkov testu pred hodinou.

Každý tím dostane kvalitatívne hodnotenie svojej práce po dokončení úlohy v triede na základe prezentácií každého tímu. To vytvára súťaž medzi tímami v kritickom myslení a kreativite pri vytváraní antistresových programov pre tímy.

Vyučujúci musí vypracovať vlastné kritériá prispôbené veku a individuálnym charakteristikám študentov, ktoré zároveň súvisia s očakávanými výsledkami odpovedí na test po tom, čo si študenti pozreli video lekciiu.

Poznámky pre lektorov

Je dôležité, aby vyučujúci venoval pozornosť nasledovným aspektom:

- Príprava na túto tému.
- Výber prípadových štúdií na základe individuálnych a pedagogických charakteristík študentov (navrhované prípadové štúdie sú príklady).
- Tímová úloha - Premyslite si, ako rozdeliť študentov do tímov.
- Zváženie času potrebného na prácu a prezentáciu riešení z testu a antistresových programov tímu.

Vyučujúci by mal pripraviť krátke a jasné pokyny, ako urobiť test pred lekciami a test po skončení video lekcii; pokyny k video lekcii (na čo si majú študenti dávať pozor).

Odporúčaná literatúra

Peel, Norman, *The Power of Positive Thinking*, Kibea, 2022

Petermann, Ulrike, *The Captain Nemo Stories: Tales for Coping with Fear and Stress*, East-West, 2018

Wilkinson Gregg, *Stress. What We Should Know About It*, SoftPress, 2007

McGonigle, Kelly, *Stress - Friend or Foe*, The Nest, 2023

Carnegie, Dale, *How to Overcome Anxiety and Stress*, Hummingbird, 2013

Kapitola 2: Riešenie problémov

*Prof. Mariya Aleksieva, PhD; Prof. Milen Baltov, PhD; doc. Prof. Krasimira Mineva, PhD;
Doc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Prof. Gergana Kirova
Burgaski Svoboden Universitet, Bulharsko*

Kontext a zdôvodnenie

Získanie hlbších vedomostí o riešení problémov a formovanie rozhodovacích zručností má veľký význam pre sociálnu adaptáciu a medziľudskú komunikáciu mladých ľudí. Vedomosti a zručnosti v tejto oblasti súvisia s rozvojom sociálnych kompetencií a emocionálnej inteligencie študentov, so zvyšovaním ich sebaúčinnosti v rôznych životných situáciách a s rozvojom pozitívnych aspektov sebaobrazu a reálne vysokého sebavedomia. Táto otázka súvisí s ďalšími aspektmi adaptívneho psychosociálneho fungovania, ako je motivácia k úspechu, šťastie a životná spokojnosť.

Kľúčové témy

Definície, cyklus riešenia problémov, typy problémov, typy heuristik, úloha vhl'adu pri riešení problémov a typy vhl'adu, prekážky pri riešení problémov, úloha odbornosti a tvorivosti pri riešení problémov a neuropsychologické procesy pri riešení problémov.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť

- Používať definície a správne rozpoznávať problémové situácie.
- Rozlišovať typy problémov (dobré alebo zle definované).
- Uplatniť cyklus na riešenie problémových situácií v praxi.
- Adekvátne používať typy mentálnych skratiek na riešenie problémov (heuristiky).
- Zlepšiť sebareflexiu študentov v súvislosti s úlohou a druhmi vhl'adu v cykle riešenia problémov a s prekážkami pri riešení v tomto procese.
- Pochopiť úlohu odborných znalostí, neuropsychologických procesov a tvorivosti pri úspešnom riešení reálnych problémov.

Pedagogické prístupy a aktivity

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou

- Pred hodinou bol pre študentov pripravený test s uzavretými otázkami (pozri prílohu).
- Študenti si pozrú video lekciiu k téme *Riešenie problémov*, ktorá je k dispozícii na kanáli *Flipped Methods in Psychology* na YouTube.

Spätná väzba, ktorá je výsledkom vyplnenia testových položiek, pomáha študentom a vyučujúcim plánovať a úspešne pracovať na hodinách s cieľom objasniť nejasnosti týkajúce sa pojmov, teórií a zákonitostí súvisiacich s procesom riešenia problémov.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny

Počas hodiny vyučujúci ponúkne študentom možnosť rozšíriť si vedomosti o danej téme a hlbšie porozumieť informáciám prezentovaným vo videu prostredníctvom poznania ďalších literárnych zdrojov a internetových zdrojov k danej téme, prezentácie pripravených textov multimediálnym spôsobom a skupinovej diskusie o ťažkostiach v procese skupinovej práce (aktivita I).

Študenti majú možnosť precvičiť si riešenie konkrétnej problémovej situácie aplikovaním získaných teoretických vedomostí o cykle riešenia problémov (aktivita II).

Nakoniec, v skupinovom procese s využitím metódy tvorivého myslenia, brainstormingu, môžu študenti preskúmať úlohu tvorivosti a typy vhladu pri riešení problémov (aktivita III).

Aktivita 1: Tvorba krátkych prezentácií

Počet účastníkov: Skupina 15 študentov

Časové trvanie aktivity: 90 minút

Priebeh aktivity:

Vyučujúci rozdelí skupinu do malých skupín po 5 účastníkoch. Každá skupina musí vytvoriť krátku, 10-minútovú multimediálnu prezentáciu s využitím ďalšej literatúry a voľne dostupných internetových zdrojov o rôznych otázkach súvisiacich s témou prezentovanou vo videu, napr. o cykle riešenia problémov, typoch heuristik a ich úlohe pri riešení problémových situácií a úlohe tvorivého myslenia pri hľadaní inovatívnych riešení.

Po skončení skupinovej práce sa študenti v každej skupine podelia o hotové multimediálne prezentácie s ostatnými. Nasleduje krátka diskusia o ťažkostiach a spôsoboch ich prekonávania pri spoločnej práci na úlohe

Aktivita 2: Riešenie problémovej situácie

Počet účastníkov: 15

Časové trvanie aktivity: 60 min.

Materiály, pomôcky: flipchart, biele flipchartové listy a perá

Priebeh aktivity:

Vyučujúci rozdelí skupinu študentov na tri malé skupiny po 5 účastníkoch a každej skupine zadá problémovú situáciu (pozri Pfeiffer, 1991; Pfeiffer Jones, 1974), ktorú majú vyriešiť pomocou cyklu riešenia problémov. Každá skupina popíše svoju prácu na jednotlivých krokoch riešenia problémovej situácie na flipchartovom hárku a na konci cvičenia predstaví svoje riešenie a postup, ktorý k nemu viedol.

Aktivita 3: Tvorivé riešenie problémov

Účastníci: Skupina 15 študentov

Trvanie: 60 minút

Opis aktivít:

Vyučujúci vyberie problémovú situáciu (pozri Pfeiffer, 1991; Pfeiffer Jones, 1974) a predloží ju skupine študentov s cieľom preskúmať úlohu tvorivosti a typov vhl'adu pri riešení problémov. Prednesie krátku prezentáciu o metóde tvorivého myslenia (brainstorming) a povzbudí skupinu, aby začala pracovať na zadanej úlohe a používala túto metódu. Na konci cvičenia sa uskutoční diskusia, v ktorej sa účastníci podelia o svoje osobné skúsenosti a výsledky skúmania úlohy tvorivosti a vzhľadu pri riešení problémov.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny: Post - test

Po ukončení práce na hodine lektor ponúkne študentom vyplnenie post-testu (pozri prílohu), vyhodnotí výsledky a tým študentom, ktorí test vyplnili, poskytne spätnú väzbu o úrovni vedomostí, ktoré získali v oblasti riešenia problémov.

Poznámky pre lektorov

Vyučujúci si vopred pripraví problémové situácie a materiály (flipcharty, biely papier a perá) na prácu v triede. Študenti musia mať potrebné počítačové a prezentačné vybavenie na prípravu a prezentáciu multimediálnych prezentácií. Vyučujúci musí byť pripravený nasmerovať študentov na vhodnú literatúru a iné zdroje dostupné na internete k téme prednášky.

Odporúčaná literatúra

Eysenck, M. W., & Keane, M. T. (2005). *Cognitive psychology: A student's handbook*. Taylor & Francis.

Davidson, J. E., & Sternberg, R. J. (Eds.). (2003). *The psychology of problem solving*. Cambridge university press.

Pfeiffer, J. (1991). *A Handbook of Structured Experiences for Human Relations Training*, Volume IX, 1st Edition, Pfeiffer.

Pfeiffer, J., Jones, J. (Eds.). (1974). *A Handbook of Structured Experiences for Human Relations Training*. Vol. 1-4, 2. ed., La Jolla, Ca : Univ. Associates.

Sternberg, R. (2011). *Cognitive Psychology*. 6th Edition. Cengage Learning

Kapitola 3: Teória mysle

*Dr. Eleonora Papaleontiou-Louca
Európska Univerzita Cyprus*

Kontext a zdôvodnenie

S cieľom zapojiť sa do interakcie s ľuďmi, predvídať správanie druhých, pochopiť ich zámery, presvedčenia a túžby, interpretovať ich konanie je každý z nás založený na "zdravom rozume" psychológie, ktorá nám umožňuje pripisovať situácie v sebe a v iných (Natassa Kyriakopoulou, 2012). "Teória mysle" je schopnosť, ktorá umožňuje človeku pripisovať duševné stavy (napr. presvedčenie, želania, pocity, plány, vnímanie, zámery, očakávania, želania atď.) sebe a ostatným, s cieľom interpretovať správanie (Premmy 1978 - súč. Woodruff). Teória mysle je tiež, pochopenie jedného z duševných stavov seba a iných. Teória mysle je chápanie duševných stavov človeka a iných.

Psychosociálny vývoj a zlepšenie vo veľkej miere závisí od vývoja "teórie mysle" u detí, čo z nich robí menej tvrdohlavú a egocentrickú a viac kooperatívnu, pretože dokážu ľahšie vidieť a pochopiť vzájomné stanovisko.

Čo by sa stalo, keby neexistovala žiadna teória mysle? "Predstavte si hypotetickú bytosť, ktorá o myslí nevie nič... sociálny svet, svet seba a iných by bol prázdny priestorom pre túto bytosť... Mohol vidieť a počuť iných ľudí, ale nevedel by nič o mentálnych stavoch, ktoré riadia správanie ľudí" (Wellman, 1985, s. 169 - 170).

Výsledky výskumov naznačujú, že matka používala štátny mentálny jazyk, čo predpovedala aj neskoršiu teóriu chápania mysle (Ruffman a kol., 2002). Interakcia matka-dieťa charakterizovaná používaním jazyka mentálneho stavu bola pozitívne spojená s teóriou mysle dieťaťa (Youngblade & Dunn, 1995; Hughes & Dunn, 1998). Okrem toho, vzťahy medzi materským používaním elaboratívnych diskurzov o mentálnych stavoch a detským chápaním mentálnych stavov sú podporované inými štúdiami (Ontai & Thompson, 2002; Peterson & Slaughter, 2003).

Okrem toho používanie mentálnej reči dieťaťom v rozhovoroch so súrodencami a priateľmi vo veku 47 mesiacov súviselo s výkonom úloh nepravdivej viery (Brown, et al., 1996). Deti, ktoré mali lepší výkon vo veku 47 mesiacov v falošnom presvedčení, podvode a emóciách, podali uspokojivé a diferencované správy o emóciách matky a súrodencov o 7 mesiacov neskôr (Dunn & Hughes, 1998). Individuálne rozdiely vo frekvencii mentálnych diskurzov vo farbách bratskej hry, pozorované u detí vo veku 3:11 rokov, korelované s predstaveniami posúdenými o 13 mesiacov neskôr v falošnej viere úlohy a úlohy týkajúce sa pochopenia emócií (Hughes & Dunn, 1998). Dunnov výskum individuálnych rozdielov v sociálnej kompetencii detí ukázal, že vo veku 40 mesiacov boli individuálne rozdiely v sociálnom porozumení spojené s rodinnými premennými, ako napríklad účasť na rozprávaní o pocitoch a behaviorálnej kauzalite a kooperatívne hry so súrodencami, merané 7 mesiacov predtým (Dunn a kol.; 1991).

Ďalšie výskumy o predstieranej hre medzi súrodencami (Youngblade a Dunn, 1995; Hove a kol.; 1998) dali prednosť hypotéze - podloženej štúdiami o vzťahoch medzi veľkosťou rodiny a teóriou rozvoja mysle (Perner a kol.; 1994; Jenkins a Astington, 1996; Lewis a kol.; 1996; Ruffman a kol.; 1998) - tieto deti rozumejú myslí prostredníctvom intenzívnej interakcie s opatrovateľmi a súrodencami. Tieto zistenia nepriamo poukazujú na dôležitosť jazykovej

interakcie medzi dieťaťom a rodinou pre teóriu vývoja mysle alebo nás v každom prípade tlačia k podrobnému preskúmaniu vzťahu medzi mentálnym rozprávaním v rodine a vývojom chápania mysle.

Kľúčové témy

Teória mysle, duševné stavy jednotlivca a druhých, chápanie mysle ľudí, interpretácia správania, sociálne porozumenie

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Študenti budú vedieť správne definovať a chápať pojem "teória mysle".
- Študenti budú vedieť správne vysvetliť a posúdiť teóriu mysle detí, a to pomenovaním 3 testov a popisom jedného z nich.
- Študenti budú poznať schopnosti, ktoré by deti mali mať, keď uspejú v testoch falošnej viery.
- Študenti budú vedieť dve možné vysvetlenia pre zlyhanie v uvedených testoch.

Pedagogické prístupy a aktivity

Študentom sa poskytne video učiva s názvom *Teória mysle*, dostupné na: Názov youtube kanálu *Flipped Methods in Psychology*.

Je veľmi dôležité, aby študenti identifikovali hlavné aspekty pojmu "teória mysle" a vedeli uviesť niekoľko príkladov tohto javu v každodennom živote detí.

Študenti vyplnia test (pre-test) s názvom *Teória mysle*, vid. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvantitatívneho i kvalitatívneho hľadiska, na základe čoho vie pripraviť a rozvrhnúť priebeh vyučovacej hodiny.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Počas vyučovania Vyučujúci zaradí študentov do 5 skupín a požiada ich, aby si vybrali z piatich definícií najvhodnejší na termín "Teória mysle" a potom odôvodnili svoje rozhodnutie v diskusii s celou triedou (Aktivita 1).

Potom sú študenti vyzvaní k tomu, aby vymysleli svoj vlastný scenár "False - Belief" pre predškolské deti, aby ho prezentovali celej triede a vysvetlili metódu práce (Aktivita 2).

Nakoniec, študenti, ktorí opäť pracujú v skupinách, sú vyzvaní k tomu, aby identifikovali 2 dôvody, prečo dokážu malé deti uspieť v testoch falošného presvedčenia, a 2 dôvody, prečo môžu zlyhať. Zistenia sú prezentované a prediskutované s celou triedou (Aktivita 3).

Interaktívne aktivity

Aktivita 1: Skupinová diskusia o definícii Teória mysle

Ciele a zameranie aktivity: Preskúmať porozumenie študentov týkajúce sa definície "teórie mysle" a jej základných zložiek.

Metóda, spôsob práce: skupinová práca

Počet účastníkov: Skupiny 5 študentov

Časové trvanie aktivity: 20 minút

Materiály, pomôcky: Karty s definíciou "Teória mysle", prípadne pero a papier

Priebeh:

Vyučujúci zaradí študentov do 5 skupín a požiada ich, aby si vybrali z piatich predložených definícií, ktoré považujú za najvhodnejšiu na termín "teória mysle" a potom odôvodnia svoje rozhodnutie v diskusii s celou triedou.

Aktivita 2: Vypracovanie scenárov nepravdivých, falošných názorov

Ciele a zameranie aktivity:

Zámerom aktivity je, aby študenti pochopili koncepciu a štruktúru testu "falošnej viery" tým, že ich požiadajú, aby vypracovali vlastné scenáre falošnej viery. Ďalším cieľom aktivity je podporovať aktívnu účasť študentov a facilitovať ich tvorivosť.

Metóda, spôsob práce: skupinová práca

Počet účastníkov: Skupina 5 študentov

Časové trvanie aktivity: 40 minút

Materiály, pomôcky: Bábky, šálky, krabice a iné malé predmety // hračky

Priebeh aktivity:

Študenti sú povzbudzovaní, aby pracovali v skupinách a vypracovali / vymysleli vlastný scenár "falošnej viery" pre deti predškolského a mladšieho školského veku, prezentovali ho celej triede a vysvetlili priebeh formovania scenára.

Aktivita 3: Plagátová prezentácia

Ciele a zameranie aktivity: Študenti objasnia príčiny, prečo by malé deti mohli uspieť alebo zlyhať pri vykonávaní úloh vyplývajúcich z nepravdivého presvedčenia.

Metóda, spôsob práce: skupinová práca

Počet účastníkov: Skupina 5 študentov

Časové trvanie aktivity: 30 minút

Materiály, pomôcky: Farebné ceruzky a perá, zvýrazňovače, veľké (plagátové) papiere, lepidlo (na fixáciu plagátov na stenu alebo tabuľu)

Priebeh aktivity:

Študenti opäť pracujú v skupinách po 5 a vyučujúci ich vyzve, aby identifikovali 2 dôvody, prečo môžu deti uspieť v testoch Falošného presvedčenia, a 2 dôvody, prečo môžu zlyhať v takýchto testoch, svoje návrhy uvádzajú na svoje plagáty. Plagáty sú vyvesené na stenu alebo tabuľu a sú prezentované a diskutované s celou triedou.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny

Študenti vyplnia test (post-test) s názvom *Teória mysle*, vid'. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvalitatívneho i kvantitatívneho hľadiska, na základe čoho reflektuje na vyučovaciu hodinu.

Odporúčaná literatúra

Astington, J. W. (2003). Sometimes necessary, never sufficient: False-belief understanding and social competence. *Individual Differences in Theory of Mind: Implications for Typical and Atypical Development*, 13–38.

Astington, J. W., Harris, P. L., & Olson, D. R. (Eds.). (1988). *Developing theories of mind*. Cambridge University Press.

Baron-Cohen, S., Leslie, A. M., & Frith, U. (1985). Does the autistic child have a "theory of mind"? *Cognition*, 21(1), 37–46. [https://doi.org/10.1016/0010-0277\(85\)90022-8](https://doi.org/10.1016/0010-0277(85)90022-8)

Baron-Cohen, Simon (1991). Precursors to a theory of mind: Understanding attention in others. In Whiten, Andrew (ed.). *Natural theories of mind: evolution, development, and simulation of everyday mindreading*. Blackwell. (pp. 233–251). ISBN 9780631171942.

Bartsch & Wellman, (1995). *Children Talk About the Mind*. Oxford University Press.

Brown, J.R., Donelan-McCall, N. & Dunn J. (1996). Why Talk about Mental States? The Significance of Children's Conversations with Friends, Siblings, and Mothers. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1996.tb01767.x>

Carruthers, P. (1996). Simulation and self-knowledge: a defence of the theory-theory. In P. Carruthers & P.K. Smith, Eds. *Theories of theories of mind*. Cambridge University Press.

Dunn J. & Hughes C. (1998). Young children's understanding of emotions within close relationship. *Cognition and Emotion*, 12, 171-190.

Dunn J., Brown J., Beardsall L. (1991). Family talk about emotions, and children's later understanding of other's emotions. *Developmental Psychology*, 27, 448-455.

Duval, C., Piolino, P., Benjanin, A., Eustache, F., & Desgranges, B. (2011). Age Effects on Different Components of Theory of Mind. *Consciousness and Cognition*. 20 (3), 627–642. doi:10.1016/j.concog.2010.10.025. PMID 21111637. S2CID 7877493.

Flavell, J. H. (1988). The development of children's knowledge about the mind: From cognitive connections to mental representations. In J. W. Astington, P. L. Harris, & D. R. Olson (Eds.), *Developing theories of mind* (pp. 244–267). Cambridge University Press.

Flavell, J. H., Flavell, E. R., & Green, F. L. (1983). Development of the appearance–reality distinction. *Cognitive Psychology*, 15(1), 95–120. [https://doi.org/10.1016/0010-0285\(83\)90005-1](https://doi.org/10.1016/0010-0285(83)90005-1)

Gopnik, A. (1993). How we know our minds: The illusion of first-person knowledge of intentionality. *Behavioral and Brain Sciences*, 16(1), 1–14, 29–113. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00028636>.

- Henry, J. D.; Phillips, L. H.; Ruffman, T. & Bailey, P. E. (2013). A meta-analytic review of age differences in theory of mind. *Psychology and Aging*, 28 (3), 826–839. doi:10.1037/a0030677. PMID 23276217.
- Hughes, C., & Dunn, J. (1998). Understanding mind and emotion: Longitudinal associations with mental-state talk between young friends. *Developmental Psychology*, 34(5), 1026–1037. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.34.5.1026>
- Ian., A. (2011). *Mindreaders : the cognitive basis of "theory of mind"*. Psychology Press. ISBN 9780203833926. OCLC 705929873.
- Jenkins, J.M., & Astington, J.W. (1996). Cognitive factors and family structure associated with theory of mind development in young children . *Developmental Psychology*, 32, 70–78 .
- Kalbe, E. (2010). Dissociating Cognitive from Affective Theory of Mind: A TMS Study. *Cortex*, 46 (6), 769–780. doi:10.1016/j.cortex.2009.07.010. PMID 19709653. S2CID 16815856.
- Lewis, C., Freeman, N., Kyriakidou, C., Maridaki-Kassotaki, K., & Berridge, D. (1996). Social influences on false- belief access: Sibling influences or general apprenticeship? *Child Development*, 67, 2930–2947.
- Miller, C. A. (2006). Developmental relationships between language and theory of mind. *American Journal of Speech-Language Pathology*, 15 (2), 142–154. doi:10.1044/1058-0360(2006/014). PMID 16782686. S2CID 28828189.
- Milligan, K., Astington, J. W., Dack, L. A. (2007). Language and theory of mind: meta-analysis of the relation between language ability and false-belief understanding. *Child Development*, 78 (2), 622–646. doi:10.1111/j.1467-8624.2007.01018.x. PMID 17381794.
- Mitchell, P. (2011). Acquiring a Theory of Mind. In Alan Slater, & Gavin Bremner (eds.) *An Introduction to Developmental Psychology*. Second Edition, BPS Blackwell. page 371
- Mitchell, P. (2011). Acquiring a theory of mind. In Slater, Alan; Bremner, J. Gavin (eds.). *An introduction to developmental psychology* (3rd ed.). John Wiley & Sons Inc. pp. 381–406. ISBN 9781118767207.
- O'Brien, K., Slaughter, V., Peterson, C.C. (2011). Sibling influences on theory of mind development for children with ASD. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 52 (6), 713–719. doi:10.1111/j.1469-7610.2011.02389.x. PMID 21418062. Retrieved 18 May 2021.
- Ontai L.L. & Thompson, R.A. (2008). Attachment, Parent–Child Discourse and Theory-of-Mind Development. *Social Development*, 17(1), 1-210. University of California, Davis
- Papaleontiou - Louca, E. & Thoma, N. (2014). A Review of Young Children’s Metacognitive Ability of Introspection in Contemporary Perspectives in Theory of Mind in Early Childhood Education, (ed. Saharo, O.) 225-242. Information Age Publishing.
- Papaleontiou - Louca, E. (2008). *Metacognition and Young Children's Theory of Mind*. Cambridge Scholars Press.
- Papaleontiou- Louca, E (2019). Do children know what they know? Metacognitive awareness in preschool children, *New Ideas in Psychology*, 54, 56-62, ISSN 0732-118X, <https://doi.org/10.1016-j.newideapsych.2019.01.005>

- Perner, J., Ruffman, T., & Leekam, S.R. (1994). Theory of mind is contagious: You catch it from your sibs. *Child Development*, 65, 1228–1238.
- Peterson, C. et al. (2016). Peer Social Skills and Theory of Mind in Children with Autism, Deafness, or Typical Development. *Developmental Psychology*, 52 (1), 46–57. doi:10.1037/a0039833. PMID 26524383.[permanent dead link]
- Peterson, C., & Slaughter, V. (2003). Opening windows into the mind: Mothers' preferences for mental state explanations and children's theory of mind. *Cognitive Development*, 18(3), 399–429. [https://doi.org/10.1016/S0885-2014\(03\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0885-2014(03)00041-8)
- Premack & Woodruff (1978). Does the chimpanzee have a theory of mind? *Behavioral and Brain Sciences*, 1, 515–526.
- Reiter, A. M. F.; Kanske, P., Eppinger, B, & Li, S. (2017). The Aging of the Social Mind - Differential Effects on Components of Social Understanding. *Scientific Reports*, 7 (1), 11046. Bibcode:2017NatSR...711046R. doi:10.1038/s41598-017-10669-4. ISSN 2045-2322. PMC 5591220. PMID 28887491.
- Ruffman, T., Perner, J., Naito, M., Parkin, L., & Clements, W.(1998). Older (but not younger) siblings facilitate falsebelief understanding. *Developmental Psychology*, 34, 161–174.
- Ruffman, T., Slade, L. & Crowe E. (2002). The Relation between Children's and Mothers' Mental State Language and Theory-of-Mind Understanding. *Child Development*, 73, 3, 734–751.
- Sabbagh, M.A.; Moses, L.J.; Shiverick, S (2006). Executive functioning and preschoolers' understanding of false beliefs, false photographs, and false signs. *Child Development*, 77 (4), 1034–1049. doi:10.1111/j.1467-8624.2006.00917.x. PMID 16942504.
- Shahaeian, A., Peterson, C. C.; Slaughter, V. & Wellman, H. M. (2011). Culture and the sequence of steps in theory of mind development. *Developmental Psychology*, 47 (5), 1239–1247. doi:10.1037/a0023899. PMID 21639620.
- Wellman, H. M. & Liu, D. (2004). Scaling of Theory-of-Mind Tasks. *Child Development*, 75 (2), 523–541. doi:10.1111/j.1467-8624.2004.00691.x. ISSN 1467-8624. PMID 15056204. S2CID 5562001.
- Wellman, H. M. (1985). The child's theory of mind: The development of conceptions of cognition. In S. R. Yussen (Ed.), *The growth of reflection* (pp.169-206). Academic Press.
- Wimmer, H., & Perner, J. (1983). Beliefs about beliefs: Representation and constraining function of wrong beliefs in young children's understanding of deception. *Cognition*, 13(1), 103–128. [https://doi.org/10.1016/0010-0277\(83\)90004-5](https://doi.org/10.1016/0010-0277(83)90004-5)
- Youngblade, L. M., & Dunn, J. (1995). Individual differences in young children's pretend play with mother and sibling: Links to relationships and understanding of other people's feelings and beliefs. *Child Development*, 66, 1472–1492.

Kapitola 4: Duševné zdravie detí a dospelých

*Dr. Eleonora Papaleontiou-Louca
Európska Univerzita Cyprus*

Kontext a zdôvodnenie:

Duševné zdravie je kľúčovou zložkou vývoja a zdravia dieťaťa. Je to dôležitá charakteristika psychiky dieťaťa, pretože vysoká úroveň duševného zdravia mu pomáha rozvíjať jeho zdravý vývoj, sociálnu, emocionálnu, mentálnu a fyzickú úroveň. Duševné zdravie detí a dospelých súvisí s tým, ako myslia a cítia o sebe a o ľuďoch vo svojom okolí. Keď majú deti vhodné duševné zdravie, sú šťastné, rozvíjajú sa u nich pocit šťastia a spokojnosti, ľahšie sa učia, rozvíjajú zdravé vzťahy s rodinou a rovesníkmi a lepšie ovládajú svoje pocity. Keď deti a/alebo dospelí čelia problémom týkajúcim sa ich duševného zdravia, stávajú sa zraniteľnejšími pri vzniku problémov so svojím správaním a negatívnymi pocitmi, ako sú stres, úzkosť, smútok a hnev. Pochopenie normálneho a abnormálneho správania detí a dospelých priamo súvisí s pochopením ich duševného zdravia.

Kľúčové témy

Duševné zdravie, psychopatológia, abnormálne správanie, strach, duševná odolnosť, úzkosť, hodnotenie, dysfunkcia, rizikové faktory, ochranné faktory.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Študenti budú vedieť správne definovať duševné zdravie a interpretovať ho v obdobiach detstva a dospelosti.
- Študenti budú vedieť identifikovať základné charakteristiky duševného zdravia detí a dospelých.
- Študenti budú správne chápať existenciu dobrého, primeraného duševného zdravia.
- Študenti budú získať prehľad o problémoch duševného zdravia detí a dospelých.
- Študenti budú vedieť rozpoznať hlavné kritériá pozorovania abnormálneho správania.
- Študenti budú vedieť diskutovať o príčinách vývoja psychopatologického správania.
- Študenti budú vedieť preskúmať ochranné faktory psychopatológie detí a dospelých.

Pedagogické prístupy a aktivity

Študentom sa poskytne video učiva s názvom *Duševné zdravie detí a dospelých*, dostupné na:
Názov youtube kanálu *Flipped Methods in Psychology*.

Je veľmi dôležité, aby identifikovali hlavné aspekty tejto témy a zdôraznili pozorovanie a rozlišovanie normálneho a abnormálneho správania. Okrem toho budú musieť byť schopní opísať rizikové a ochranné faktory psychopatológie detí a dospelých.

Študenti vyplnia test (pre-test) s názvom *Duševné zdravie detí a dospelých*, vid. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvantitatívneho i kvalitatívneho hľadiska, na základe čoho vie pripraviť a rozvrhnúť priebeh vyučovacej hodiny.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Počas vyučovania začne lektor všeobecnou otázkou o porozumení študentov v hlavných definíciách. Potom predstaví výsledky z predbežného testu a prediskutuje ich so študentmi (Aktivita 1). Okrem toho, lektor poskytne prezentáciu o kritériách abnormálneho správania. Zároveň vysvetlí hodnotiaci postup na klinickom zasadnutí s cieľom pozorovať abnormality. Na základe tejto prezentácie následne realizuje Aktivitu 2. A nakoniec predloží ďalšiu prezentáciu vysvetľujúcu riziká a ochranné faktory vzniku psychopatologických problémov u detí a dospievajúcich. V tejto prezentácii bude lektor používať tabuľky na zobrazenie výsledkov výskumu a odbornej literatúry. Potom sa realizuje Aktivita 3.

Interaktívne aktivity

Aktivita 1: Skupinová diskusia o definíciách

Ciele a zameranie aktivity: Preskúmať porozumenie študentov týkajúce sa definície duševného zdravia a jeho existencie u detí a dospievajúcich.

Metóda, spôsob práce: skupinová práca

Počet účastníkov: Štvorčlenné skupiny

Časové trvanie aktivity: 20 minút

Materiály, pomôcky: pero a papier

Priebeh aktivity: Počas tejto diskusie budú študenti rozdelení do skupín po 4 ľuďoch, aby prediskutovali svoje chyby a navrhli správne odpovede na základe odpovedí, ktoré poskytli v predbežnom teste. Budú tak mať príležitosť spolupracovať na dosiahnutí spoločného cieľa, ktorým je správne odpovedať na otázky z predbežného testu. Prednášajúci potom predloží výsledky svojich analýz na základe odpovedí poskytnutých v predbežnom teste. Potom všetci spoločne identifikujeme a objasníme hlavné body a napravíme chyby, ktoré urobila.

Aktivita 2: Identifikácia problému duševného zdravia u dospievajúcich - úloha

Ciele a zameranie aktivity: Skúmať správanie dospievajúcich na základe charakteristík abnormálneho správania, kritérií a identifikovať dysfunkčné správanie. Cieľom tejto aktivity je vytvoriť a vyhodnotiť simuláciu klinickej role v reálnom čase. Študenti budú mať možnosť zažiť interakciu s adolescentom s úzkosťou z pozície psychológa a/alebo pozorovateľa a napodobniť reálne klinické sedenie.

Metóda, spôsob práce: skupinová práca

Počet účastníkov: Štvorčlenné skupiny

Časové trvanie aktivity: 50 minút

Materiály, pomôcky: počítač, virtuálne psychoterapeutické laboratórium

Priebeh aktivity:

Vo virtuálnom psychoterapeutickom laboratóriu musia študenti používať avatary na klinické posúdenie adolescenta s problémami s úzkosťou. Ide o aktivitu hrania rolí. Prednášajúci bude adolescent, jeden študent bude psychológ a ostatní traja študenti budú pozorovatelia.

"Psychológ" je zodpovedný za kladenie otázok (na základe kritérií hodnotenia a charakteristiky abnormálneho správania). Pozorovatelia budú sledovať sedenie, potom budú musieť pozorovať správanie adolescenta, nahlásiť jeho odpovede a rozhodnúť, či ide o nejakú formu abnormality alebo nie. Ak sa rozhodnú, že existuje problém, budú musieť svoj názor zdôvodniť a uviesť, ktoré správanie opisuje problém, nepríjemné pocity, disfunkciu a odchýlku od normálneho správania.

Používatelia budú komunikovať prostredníctvom svojich avatarov, ktorí budú komunikovať prostredníctvom audio-mikrofónových slúchadiel. Tridsaťminútové sedenie sa uskutoční vo virtuálnom počítačovom laboratóriu nazvanom "psychoterapeutické laboratórium". Avatar psychológa začne sedenie zamerané na posúdenie dysfunkcií, duševného stavu a psychosociálnej anamnézy dieťaťa. Vyučujúci bude postupovať flexibilne, podľa naratívneho kľúča, zatiaľ čo avatar psychológa bude riadiť vývoj sedenia na základe posúdenia a symptomatológie úzkosti. Pozorovatelia musia písať reflexívne poznámky na elektronickom fóre. Na konci sa uskutoční diskusné stretnutie, na ktorom inštruktor sprostredkuje reflexívnu diskusiu o výsledkoch tejto aktivity.

Táto aktivita poskytne študentom príležitosť komunikovať a použiť niektoré odborné zručnosti na posúdenie problému duševného zdravia u dospelého. Okrem toho študenti dostanú v reálnom čase vnútornú spätnú väzbu prostredníctvom reakcií avatara dospelého, čo im umožní experimentovať s rôznymi stratégiami a prístupmi práce s touto populáciou.

Aktivita 3: Kartová hra - rizikové a ochranné faktory

Ciele a zameranie aktivity: identifikovať riziko a ochranné faktory detí a psychopatológie dospelých.

Metóda, spôsob práce: skupinová práca

Počet účastníkov: neobmedzené

Časové trvanie aktivity: 30 minút

Materiály, pomôcky: karty, pero a papier

Priebeh aktivity:

Študenti dostávajú malé karty a sú požiadaní, aby na ne napísali kľúčový pojem niekoľkých faktorov, ktoré ovplyvňujú duševné zdravie detí a dospelých. Tam musia byť "nálepky" založené na faktoroch analyzovaných lektorom v triede.

Polovica študentov bude musieť napísať etiketu, ktorá bude odkazovať na jednu zo štyroch príčin problémov duševného zdravia. Príkladmi označení by mohli byť: matka s depresiou, nízke sebavedomie, zlá komunikácia s členmi rodiny, šikanovanie atď.

Druhá polovica triedy bude musieť písať etikety založené na štyroch ochranných faktoroch podpory dobrého duševného zdravia. Príkladmi týchto označení by mohli byť: šťastné hranie na ihrisku, konzumácia vyváženej stravy, dôvera medzi rovesníkmi atď.

Súčasne so študentskými kartami bude musieť lektor vopred pripraviť karty, na ktoré budú písať hlavné témy štyroch rizík a štyri ochranné faktory.

Po označení všetkých kariet budeme hrať hru s názvom "Skryť a hľadať". Budeme musieť otočiť všetky karty (pripravené lektorom aj študentom), aby sme nevideli štítky. Po jednom študent otočí dve karty. Ak sú dve karty zhodné (čo znamená kľúčový koncept a zhoda tém spolu (napr. dôvera medzi rovesníkmi - sociálny faktor), potom študent dostane jeden bod. Ak dve karty nie

sú rovnaké, potom študent ich vráti späť a nasledujúci študent hrá. Rovnaký postup sa dodrží. Hra končí, keď sa otočia všetky karty. Študent, ktorý získa viac bodov vyhrá hru.

Táto činnosť sa opiera o aktívnu účasť študentov a prináša poznatky o príkladoch rizikových a ochranných faktorov.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny

Študenti vyplnia test (post-test) s názvom *Duševné zdravie detí a dospelých*, vid' príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvalitatívneho i kvantitatívneho hľadiska, na základe čoho reflektuje na vyučovaciu hodinu.

Poznámky pre lektorov

Pokiaľ ide o Aktivitu 2, ako príklad sa použila uvedená Kapitola úzkosti. Prednášajúci má flexibilitu zvoliť si akúkoľvek formu problému duševného zdravia u detí a adolescentov a podľa toho prispôbiť aktivitu. Pre lektora je veľmi dôležité riadiť jeho odpovede (ako avatara adolescenta), aby jasne ukázal odchýlku a dysfunkciu v správaní dospelého.

Pokiaľ ide o Aktivitu 3, lektor musí pred triedou pripraviť karty s témami rizikových a ochranných faktorov. Jeho voľba by mala byť založená na faktoroch, ktoré sa analyzujú vo videu (pred vyučovaním) aj v prednáške (počas vyučovania).

Odporúčaná literatúra:

- Drabick, D. A. G., & Kendall, P. C. (201). Developmental psychopathology and the diagnosis of mental health problems among youth. *Clinical Psychology, 17*(4), 272-280. DOI: 10.1111/j.1468-2850.2010.01219.x.
- Bor, W., Dean, A. J., Najman, J., & Hayatbakhsh, R. (2014). A child and adolescent mental problems increasing in the 21st century? A systematic review. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 48*(7), 606 – 616. DOI: 10.1177/0004867414533834
- Kieling, C., Baker-Henningham, H., Belfer, M., Conti, G., Ertem, I., Omigbodun, O., Rohde, L. A., Srinath, S., Ulkuer, N., & Rahman, A. (2011). Child and adolescent mental health worldwide: evidence for action. *The Lancet, 378*(9801), 1515-1525. DOI: 10.1016/S0140-6736(11)60827-1
- Gallarin, M., & Alonson-Arbiol, I. (2012). Parenting practices, parental attachment and aggressiveness in adolescence: a predictive model. *Journal of Adolescence, 35*(6), 1601-1610. DOI: 10.1016/j.adolescence.2012/07.002
- Essau, C. A., Lewisohn, P. M., Lim, J. X., Ho, M. R., & Rohde, P. (2018). Incidence, recurrence and comorbidity of anxiety disorders in four major developmental stages. *Journal of Affective Disorders, 228*, 248-253. DOI: 10.1016/j.jad.2017.12.014
- Ren, P., Qin, X., Zhang, Y., & Zhang, R. (2018). Is social support a cause or consequence of depression? A longitudinal study of adolescents. *Frontiers in Psychology, 9*, 1634. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.01634

Kapitola 5: Medziľudská komunikácia

*Piedade Vaz-Rebelo, Graça Bidarra, University of Coimbra, Portugalsko
Melinda Sajgó, Mihai Eminescu Pedagogical High School, Romania*

Kontext a zdôvodnenie

Medziľudská komunikácia je základným aspektom ľudskej interakcie a zohráva kľúčovú úlohu pri formovaní našich vzťahov a skúseností. Nejde len o výmenu informácií, ale aj o interpretáciu týchto informácií zo strany odosielateľa aj príjemcu. Účinná komunikácia si vyžaduje, aby príjemca správne dekodoval odoslanú správu a aby mu bola poskytnutá spätná väzba, ktorá zabezpečí vzájomné porozumenie.

Komunikácia prebieha v rôznych kontextoch, napr. v rodine, v škole, v práci alebo v politike, a môže prebiehať tvárou v tvár alebo pomocou rôznych zdrojov a nástrojov, ako sú sociálne médiá, e-mail alebo telefón. Napriek dostupnosti týchto rôznych komunikačných kanálov zostáva medziľudská komunikácia jednou z najdôležitejších foriem komunikácie.

Medziľudská komunikácia je oveľa zložitejšia ako proces opísaný v Shannonovom a Weaverovom komunikačnom modeli, ktorý predpokladá, že odosielateľ zakóduje správu a pošle ju kanálom jednému alebo viacerým príjemcom, ktorí ju dekodujú, interpretujú a v prípade potreby poskytujú spätnú väzbu. V skutočnosti dochádza k neustálym posunom medzi tým, čo chcem povedať, a tým, čo druhá osoba chápe, pričom komunikačný proces môže ovplyvniť mnoho faktorov, ako napríklad kontext, vlastnosti odosielateľa a príjemcu, referenčný rámec a skúsenosti.

Verbálna komunikácia môže byť ústna alebo písomná, neverbálna komunikácia zahŕňa proxemickú, kinestetickú a paralingvistickú komunikáciu. Proxemická komunikácia sa zaoberá spôsobom, akým sa ľudia k sebe navzájom vzťahujú a ako to môže mať komunikačnú funkciu. Kinestetická komunikácia zahŕňa pohyby tela, ako je mávanie, gestikulácia a skákanie, zatiaľ čo paralingvistická komunikácia zahŕňa intonáciu, tón hlasu, kadenciu a farbu.

Neverbálna komunikácia je preferovaným prostriedkom prenosu pocitov a emócií a sprevádza verbálnu komunikáciu, pričom ticho reguluje interakciu. Môže mať nevedomý alebo neúmyselný charakter a je dôležité ho pozorne čítať a interpretovať, aby sme pochopili základné emócie posolstva. Napríklad výraz tváre, držanie tela a tón hlasu môžu vyjadrovať pocity, ako je radosť, smútok, nepokoj, nadšenie, sebadôvera a sklúčenosť.

Watzlawick, Bavelas a Jackson (2011) v knihe *Pragmatics of Human Communication* navrhli päť axiém, ktoré charakterizujú medziľudskú komunikáciu. Axióma 1 hovorí: "Nemôžete nekomunikovať", čo znamená, že všetko, čo robíme a hovoríme, je istým spôsobom komunikácia. Mlčanie je tiež formou komunikácie. Axióma 2 hovorí, že komunikácia sa skladá z obsahu a formy a že ten istý obsah môže byť vyjadrený rôzne, čo mu môže dať aj rôzny význam. Axióma 3 hovorí, že každý z nás si vždy vytvára svoju vlastnú verziu toho, čo pozoruje a zažíva, a tým definuje svoj vzťah k druhým. Axióma 4 hovorí, že v komunikácii používame dva typy kódov. Digitálny kód používa ľubovoľné znaky a podlieha zákonom syntaxe a sémantiky, zatiaľ čo analógový kód používa signály, ktoré odkazujú na to, čo chceme povedať, pričom všetky neverbálne prejavy správania sú príkladom tohto typu kódu. Axióma 5 hovorí, že komunikácia môže byť symetrická alebo komplementárna v závislosti od pomeru síl medzi účastníkmi.

Súhrnne možno povedať, že medziľudská komunikácia je zložitý proces, ktorý zahŕňa verbálne aj neverbálne prvky a je ovplyvnený mnohými faktormi vrátane kontextu, charakteristík odosielateľa a príjemcu a povahy odovzdávanej správy. Správne pochopenie a interpretácia neverbálnych signálov je základom efektívnej komunikácie a budovania pozitívnych vzťahov.

Kľúčové témy

Modul sa zameriava na definovanie pojmu medziľudská komunikácia a zdôrazňuje jej zložitosť, zložky a typy. Verbálnu a neverbálnu komunikáciu charakterizujú aj axiómy ľudskej komunikácie, ktoré navrhli Watzlawick, Bavelas a Jackson (2011).

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Charakterizovať pojem medziľudská komunikácia, rôzne kontexty, v ktorých prebieha, a niektoré používané prostriedky a pomôcky.
- Identifikovať niektoré výzvy a faktory, ktoré môžu ovplyvniť efektívnu medziľudskú komunikáciu.
- Uviest' príklady verbálnej a neverbálnej komunikácie
- Opísať pojem proxemická, kinestetická a paralingvistická komunikácia a ich význam pre neverbálnu komunikáciu.
- Vysvetliť päť axióm, ktoré navrhli Watzlawick, Bavelas a Jackson na charakterizovanie medziľudskej komunikácie, a ich význam.
- Zhodnotiť úlohu komunikácie pri rozvoji vzťahov.
- Identifikovať stratégie na zlepšenie medziľudských komunikačných zručností a uplatniť ich v rôznych kontextoch

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

- Študentom je k dispozícii video lekcija s názvom *Interpersonálna komunikácia*, ktorá je dostupná na kanáli *Flipped Methods in Psychology* na YouTube.
- Študenti absolvujú predbežný test (pozri prílohu)
- Vyučujúci kvantitatívne vyhodnocuje vyplnené testy, čo mu umožňuje pripraviť a naplánovať lekciju.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci vykonáva a vedie pripravené aktivity na tému hodiny. Navrhujú sa rôzne aktivity zamerané na oboznámenie študentov s pojmami, formami a axiómami komunikácie a na rozvoj ich schopnosti používať ich vedome v rôznych kontextoch.

Aktivita 1. Koncepčná mapa

Ciele: Oboznámenie študentov s pojmami prezentovanými vo videu.

Vzory interakcie: Individuálna práca a skupinová diskusia

Počet účastníkov: najmenej 5

Materiály a pomôcky: Karty so slovami, papier, ceruzka.

Trvanie aktivity: 30 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Pojmy prezentované vo videu (vo forme kartičiek so slovami v triede) sú zaradené do nového kontextu a študenti sú požiadaní, aby o danom pojme krátko diskutovali a prezentovali spolužiakom svoje vlastné skúsenosti, postrehy alebo osobné príklady. Spojenia medzi jednotlivými pojmami sú znázornené pomocou myšlienkovkej mapy. Vytvorí sa spoločná myšlienková mapa, ku ktorej každý študent priradí pojem, ktorý prezentoval.

Aktivita 2: Ústny opis a kreslenie

Ciele: Zažiť zložitú medzil'udských vzťahov a dôležitosť spätnej väzby.

Vzory interakcie: Práca vo dvojiciach

Počet účastníkov: najmenej 2

Materiály a pomôcky: Papier, ceruzka.

Trvanie aktivity: 20 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Kreslenie pomocou diagramov by mal ústne "opísať" jeden študent a nakresliť partner na základe toho, čo počul - študenti si to môžu vyskúšať a potom diskutovať o svojich skúsenostiach a postrehoch.

Aktivita 3: Poraz učiteľa

Ciele: Rozvíjať kritické myslenie, hodnotiť a zlepšovať presnosť písomnej komunikácie.

Vzory interakcie: Práca v skupine

Počet účastníkov: najmenej 2

Materiály a pomôcky: Papier, ceruzka.

Trvanie aktivity: 20 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: V krátkom informatívnom texte musia študenti v malých skupinách nájsť a opraviť nesprávne informácie.

Aktivita 4: Vytvorenie jedinečného a originálneho produktu

Ciele: Rozpoznať a interpretovať neverbálnu komunikáciu a rozvíjať schopnosti emocionálnej inteligencie a empatie.

Vzory interakcie: Skupinová práca a diskusia, simulácia,

Počet účastníkov: najmenej 2

Materiály a pomôcky: v závislosti od vytvorenej scény.

Trvanie aktivity: 30 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Študenti si pripraví scénu v malých skupinách a potom ju odprezentujú. Páry musia zistiť, aké emócie boli v scéne zobrazené a aká forma komunikácie bola použitá

Aktivita 5: Prehliadka

Ciele: Analyzovať a syntetizovať pojmy súvisiace s axiómami ľudskej komunikácie a spolupráce s kolegami.

Vzory interakcie: Práca v skupine a diskusia

Počet účastníkov: najmenej 10, v tomto prípade študenti pracujú vo dvojiciach.

Materiály a pomôcky: Papier a ceruzka.

Trvanie aktivity: 30 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Päť stanovišť, päť axióm pre študentov. Na každom stanovišti by sa mala skupina 5-6 študentov spoločne zamyslieť nad jednou z axióm medziľudskej komunikácie a potom svoje myšlienky zaznamenať do súvislého textu. Ďalšia skupina pokračuje v myšlienkovom procese predchádzajúcej skupiny. Prípadné chyby sa dajú opraviť. Na konci prehliadky sa na každom stanovišti nahlas prečíta spoločne napísaný text. Tieto sú prezentované a vystavené v triede na konci hodiny.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny

- Študenti absolvujú test (post-test) (pozri prílohu)
- Vyučujúci vyhodnocuje vykonané testy kvalitatívne aj kvantitatívne, aby sa mohol zamyslieť nad lekciami.

Hodnotenie a odporúčania

Hodnotenie zahŕňa rôzne ukazovatele vrátane pre- a post-testov, výsledkov záverečnej skúšky a známok od vyučujúcich. Okrem toho sú študenti požiadaní, aby vyplnili dotazník na hodnotenie videa.

Hodnotenie by malo byť holistickým procesom, ktorý zohľadňuje rôzne ukazovatele na hodnotenie učenia a pokroku študentov.

Okrem toho používanie videohodnotení a dotazníkov umožňuje študentom poskytnúť spätnú väzbu o svojich skúsenostiach s učením. Táto spätná väzba môže vyučujúcim pomôcť pochopiť, čo v triede funguje dobre a kde je priestor na zlepšenie. Zapojením študentov do procesu hodnotenia získavajú možnosť vyjadriť svoj názor a môžu prispieť k rozvoju vzdelávania.

Poznámky pre lektorov

Vyučujúci si môže vybrať aktivity, ktoré sú pre triedu najvhodnejšie, s ohľadom na časové možnosti. Vyučujúci môže tiež dobre využiť čas, ktorý má k dispozícii, aby zabezpečil, že študenti budú schopní splniť úlohu v danom časovom rámci.

Odporúčaná literatúra

DeVito, J. (2016). *The Interpersonal Communication Book* (14 edition) Pearson Education Limited

Griffin, E., Ledbetter, A., Sparks, G. (2023). *A First Look at Communication Theory* (11e edition) McGraw-Hill.

- Watzlawick, P., Bavelas, J. B., Jackson, D. J. (2011). *Pragmatics of Human Communication: A Study of Interactional Patterns, Pathologies, and Paradoxes*. W.W. Norton & Company, Inc.
- West, R. & Turner, L. (2017). *Introducing Communication Theory: Analysis and Application* (6th edition). McGraw-Hill Education

Kapitola 6: Kauzálne atribúcie a očakávaná kontrola výsledkov

*Graça Bidarra, Piedade Vaz-Rebello, University of Coimbra, Portugalsko
Melinda Sajgó, Mihai Eminescu Pedagogical High School, Romania*

Kontext a zdôvodnenie

Príčinné súvislosti a očakávaná dĺžka kontroly výsledkov sú sociálno-kognitívne motivačné premenné, ktoré zahŕňajú spracovanie informácií v sociálnych interakciách. Príčinné súvislosti súvisia so spôsobom, akým jednotlivci vysvetľujú výskyt určitých udalostí, a podieľajú sa na rôznych kontextoch dosahovania výsledkov, ovplyvňujú výber, pretrvávanie a intenzitu dosahovania výsledkov. Weiner vyvinul teóriu pripisovania v kontextoch úspechov, pričom navrhol trojrozmerný model príčin úspechu a neúspechu v škole. Tieto tri dimenzie sú miesto kauzality, stabilita a kontrolovateľnosť.

Výskum ukázal, že pripisovanie úspechu a neúspechu rôznym príčinám môže mať významný vplyv na motiváciu a výkonnosť človeka. Vo všeobecnosti sú najpriaznivejšie atribúcie, ktoré sa týkajú úsilia a osobnej kontroly. Ak napríklad niekto pripisuje svoj úspech v úlohe vlastnému úsiliu a tvrdej práci, je pravdepodobnejšie, že sa bude cítiť sebavedomejšie a bude motivovaný pokračovať vo vynakladaní úsilia aj v budúcnosti. Na druhej strane, ak niekto pripisuje svoj úspech šťastiu alebo vonkajším faktorom, môže mať pocit, že má nad svojím úspechom malú kontrolu, a môže byť menej motivovaný pokračovať v snažení aj v budúcnosti. Podobne, ak niekto pripisuje svoj neúspech nedostatočnému úsiliu, je pravdepodobnejšie, že sa bude cítiť motivovaný skúsiť to znova a vynaložiť v budúcnosti viac úsilia. Ak však svoj neúspech pripisuje nedostatočným schopnostiam alebo vonkajším faktorom, ktoré nemôže ovplyvniť, môže sa cítiť znechutený a môže byť menej pravdepodobné, že sa bude v budúcnosti snažiť znova. Preto podpora atribúcií zameraných na úsilie a osobnú kontrolu môže byť účinnou stratégiou na podporu motivácie a úspechu. Možno to dosiahnuť poskytovaním spätnej väzby, ktorá zdôrazňuje skôr úsilie a pokrok než len výsledky, a povzbudzovaním jednotlivcov, aby prevzali zodpovednosť za svoj úspech a neúspech.

Očakávanie kontroly výsledku sa vzťahuje na presvedčenie, že človek je schopný úspešne vykonať správanie potrebné na dosiahnutie daného výsledku. Rotter, Seligman a Bandura významne prispeli k pochopeniu vplyvu očakávania kontroly výsledkov na priebeh motivácie. Rotter zaviedol pojem lokácia kontroly, ktorý sa vzťahuje na presvedčenie jednotlivcov o tom, do akej miery môže ich konanie ovplyvniť výsledky v ich živote. Osoby s vnútorným miestom kontroly veria, že majú kontrolu nad výsledkami svojho života, zatiaľ čo osoby s vonkajším miestom kontroly veria, že výsledky určujú vonkajšie faktory. Miesto kontroly súvisí s motiváciou, pretože jednotlivci s vnútorným miestom kontroly majú tendenciu mať vyššiu úroveň motivácie ako tí s vonkajším miestom kontroly.

Seligman vypracoval koncepciu naučenej bezmocnosti, ktorá vzniká vtedy, keď jednotlivci majú pocit, že nemajú kontrolu nad svojím prostredím a že ich konanie nevedie k pozitívnym výsledkom. Tento pocit bezmocnosti môže viesť k zníženej motivácii a nedostatočnej snahe zmeniť situáciu.

Bandurova koncepcia sebaúčinnosti sa vzťahuje na presvedčenie jednotlivca o jeho schopnosti uspieť v určitej situácii. Jednotlivci s vysokou úrovňou sebaúčinnosti majú tendenciu mať vyššiu úroveň motivácie a je pravdepodobnejšie, že dokážu vytrvať tvárou v tvár prekážkam, než jednotlivci s nízkou sebaúčinnosťou. Bandura identifikoval štyri zdroje sebaúčinnosti: osobné skúsenosti s úspechom, pozorovanie iných, ktorí uspeli v podobných situáciách, verbálne presvedčenie a emocionálna aktivácia.

Celkovo tieto koncepcie zdôrazňujú význam presvedčenia jednotlivca o jeho schopnosti kontrolovať výsledky vo svojom živote a o tom, ako toto presvedčenie ovplyvňuje úroveň jeho motivácie. Pochopením týchto konceptov môžu jednotlivci pracovať na vytvorení pozitívnejších a produktívnejších motivačných vzorcov, ako je zameranie sa skôr na úsilie než na prirodzené schopnosti a budovanie sebaúčinnosti prostredníctvom skúseností s úspechom, pozorovania, presvedčania a emocionálnej regulácie.

Kľúčové témy

Modul sa zameriava na definovanie konceptov sociálneho poznania ako kauzálnych atribútov, strednej dĺžky kontroly výsledkov a toho, ako sú spojené s motivačnými vzormi v kontextoch úspechov.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Študenti budú chápať proces učenia ako sociálnu interakciu,
- Študenti budú vedieť správne vysvetliť pojem príčinné atribúcie a ich úlohu v kognitívnych teóriách motivácie.
- Študenti budú vedieť správne opísať Weinerov trojrozmerný model príčin úspechu a neúspechu v škole a atribučné vzory, ktoré najviac podporujú učenie a úspech.
- Študenti budú chápať koncepciu očakávanej dĺžky kontroly výsledkov a jej význam pre motiváciu a dosahovanie cieľov.
- Študenti budú vedieť porovnať a kontrastovať Rotterov lokus ovládania, Seligmanovu naučenú bezmocnosť a Bandurovu vnímanú sebestačnosť ako teórie očakávanej dĺžky kontroly výsledkov.
- Študenti budú správne chápať a vedieť podporiť s existujúcimi skúsenosťami, že spracovanie informácií je subjektívne vnímanie schopnosti kontroly a fungovania seba samého v situáciách výkonnosti, určených systémom osobného presvedčenia.

Pedagogické prístupy a aktivity

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou

Študentom sa poskytne video učiva s názvom *Kauzálne atribúcie a očakávania kontroly výsledkov*, dostupné na: Názov youtube kanálu *Flipped Methods in Psychology*.

Študenti vyplnia test (pre-test) s názvom *Kauzálne atribúcie a očakávania kontroly výsledkov*, vid. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvantitatívneho i kvalitatívneho hľadiska, na základe čoho vie pripraviť a rozvrhnúť priebeh vyučovacej hodiny.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Navrhujú sa rôzne činnosti zahŕňajúce javy, ktoré študenti môžu pochopiť a zažiť, aby sa zažili, ako príčinné súvislosti a výsledky kontroly očakávanej dĺžky ovplyvňujú motivačné vzory a dosiahnuté výsledky.

Aktivita 1: Literatúra a osobné príbehy o príčinných súvislostiach a motivácii

Ciele a zameranie aktivity: Počnúc jednoduchou alegóriou, príbehom o zvierati, lekcia pokračuje skúmaním dôvodov nášho vlastného úspechu a neúspechu príbehov.

Metóda, spôsob práce: Individuálna práca a skupinová diskusia

Počet účastníkov: min. 4

Materiály, pomôcky: La Fontainova bájka O korytnačke a zajacovi, papier, pero, post-it papiere

Časové trvanie aktivity: min. 20 min. závisí od počtu účastníkov

Priebeh:

Učiteľ predstavuje bájku La Fontain O korytnačke a zajacovi, s cieľom analyzovať, ako príčinná súvislosť môže ovplyvniť motiváciu. Študenti prevezmú úlohu korytnačky alebo zajaca, pričom im dajú krátky monológ, v ktorom uvažujú o dôvodoch svojho úspechu alebo neúspechu v pretekoch. Potom sa diskutuje o uvedených dôvodoch, pričom sa rozlišuje medzi vonkajšími a vnútornými príčinami.

Ak vezmeme Heiderovu myšlienku ako východiskový bod (Musíme pochopiť a poznať naše prostredie hľadaním príčin toho, čo sa s nami deje), študenti si spomenú na udalosť, ktorú zažili ako zlyhanie a úspech a napíšu ju na malé kúsky papiera v rôznych farbách. Na zadnej strane papiera označujú faktory, ktoré môžu spojiť s udalosťou, ako príčiny. Predstavujú príbehy o zlyhaní a úspechu tým, že zoskupujú príbehy, ktoré pripisujú vonkajšej príčine, a príbehy, o ktorých si myslia, že boli vyvolané vnútornými faktormi.

Zistené príčiny sú skúmané v troch dimenziách Weinerovej teórie pripisovania. Od študentov sa žiada, aby zväžili príčiny svojho úspešného príbehu podľa miesta kauzality, stability v čase a kontrolovateľnosti a aby označili miesto kauzality v príslušnom rámečku na tabuľke načrtnutej. Štyri vzory atribútov sú odvodené z tabuľky. Použitím ponaučení zo zoskupovania a sprievodnej diskusie ako základu by študenti mali spojiť nasledujúce štyri vyhlásenia, aby opísali nízke a vysoké motivačné vzory: úspech závisí od našich schopností, úspech závisí od šťastia, zlyhanie je nedostatok úsilia, zlyhanie je nedostatok schopnosti.

Aktivita 2: Hra na líniu stanovísk

Ciele a zameranie aktivity: Cieľom činnosti je identifikovať vlastný motivačný vzor a uvažovať o dôvodoch a skúsenostiach, ktoré sú príčinou motivačného vzoru, a hodnotiť ich.

Metóda, spôsob práce: individuálna alebo skupinová práca

Počet účastníkov: minimálne 4

Materiály a nástroje: žiadne

Časové trvanie činnosti: 20 min

Priebeh aktivity:

Študenti sú požiadaní, aby zaujali stanovisko k dvom vyhláseniam (Úspech závisí od schopnosti. Zlyhanie je nedostatok úsilia.), umiestnili sa medzi Áno a Nie podľa toho, či súhlasia alebo

nesúhlasia s vyhlásením. Musia odôvodniť svoje stanovisko, argumentovať za alebo proti vyhláseniu.

Študenti píšú 5-8 viet sebacharakteristiky, v ktorých diskutujú o svojich vlastných motivačných vzoroch, založených na úspechoch a zlyhaniach príbehov a pripisovaní.

Aktivita 3: Metóda Café

Ciele a zameranie aktivity: Metóda Café sa používa na spracovanie troch teórií (Rotter - teória miesta kontroly, Seligman - naučená bezmocnosť, Bandura - vnímaná sebaúčinnosť).

Metóda, spôsob práce: Skupinová práca

Počet účastníkov: minimálne 12

Materiály a nástroje: predpripravené prezentácie teórií na veľkých papieroch, papiere a perá

Časové trvanie aktivity: 20 min.

Priebeh aktivity: Na troch tabuľkách na veľkých listoch papiera sa stručne predstavia teórie. Pri každom stole čaká študent na "hostí", spolužiakov. Základnú myšlienku každej teórie a otázky, ktoré budú viesť diskusiu, učiteľ vopred prediskutuje s tromi študentmi. Trieda sa rozdelí na tri skupiny a postupne navštívi každý z troch stolov. Pri každom stole hosť stručne predstaví teóriu a potom vedie diskusiu na základe pripravených otázok. Kľúčové slová použité v diskusii sú napísané na poznámkovom papieri. Pri odchode si každý študent vezme papier so stručným opisom teórie. Keď všetky tri skupiny prejdú stoly, študenti, ktorí vedú diskusiu, zhrnú, čo bolo povedané pri každom stole.

Aktivita 4: Navodenie naučenej bezmocnosti

Ciele a zameranie aktivity: Skúsenosti s tým, ako môžu očakávania ovplyvniť úspechy.

Metóda, spôsob práce: Skupinová práca

Počet účastníkov: minimálne 4

Materiály a nástroje: papiere s anagramami

Časové trvanie aktivity: 15 min.

Priebeh aktivity: Učiteľ navrhne aktivitu, ktorá pomôže žiakom pochopiť, ako môžu očakávania ovplyvniť výsledky. Každý žiak dostane hárok papiera s tromi anagramami. Žiaci však nie sú informovaní o tom, že ide o dve rôzne úlohy. Jedna skupina žiakov dostane tri anagramy, ktoré je možné vyriešiť, zatiaľ čo druhá skupina dostane tri anagramy, ale prvé dva je nemožné vyriešiť. Žiaci sú inštruovaní, aby každú úlohu začali riešiť až vtedy, keď to povie učiteľ, pričom začnú prvou úlohou, potom druhou a nakoniec treťou. Čo sa stane? Skupina žiakov, ktorá dostane anagramy, ktoré je možné vyriešiť, pravdepodobne dosiahne lepšie výsledky ako skupina, ktorá dostane anagramy, ktoré je nemožné vyriešiť. Druhá skupina môže byť frustrovaná a demotivovaná, čo vedie k poklesu ich celkového výkonu. Poradie úloh môže tiež ovplyvniť výkon žiakov. Žiaci, ktorí dostanú nemožné anagramy ako prví, môžu mať väčšiu pravdepodobnosť, že sa vzdajú alebo sa zneistia počas riešenia ďalších úloh.

Aktivita 5. Rozhovor

Počet účastníkov: minimálne 2

Materiály a nástroje: kĺzanie papierov alebo posteľné, ceruzky

Časové trvanie aktivity: 20 min.

Priebeh aktivity: V rámci záverečnej aktivity majú študenti sformulovať 5 otázok, ktoré pomôžu načrtnúť motivačný vzor rovesníka. Urobia rozhovor so svojimi rovesníkmi a potom na základe materiálu z rozhovoru napíšu krátku charakteristiku s využitím pojmov, ktoré sa naučili na hodine. Charakteristiky si navzájom predstavia a potom vo dvojiciach diskutujú o vyjadrených postrehoch a názoroch.

Výsledkom aktivity na hodine je, že žiaci dostanú podporu pri hodnotení vlastných učebných aktivít, mobilizujú svoju sebaúčinnosť, stanú sa otvorenejšími k sebareflexii a prejdú od nízkeho motivačného vzorca k vysokému motivačnému vzorcu.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny

Študenti vyplnia test (post-test) s názvom *Kauzálna atribúcie a očakávaná kontroly výsledkov*, vid'. príloha.

Žiaci tiež vypracujú zhrnutie hodiny vrátane charakteristiky kľúčových tém, opisu toho, čo sa naučili, a návrhov na zlepšenie.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvalitatívneho i kvantitatívneho hľadiska, na základe čoho reflektuje na vyučovaciu hodinu

Hodnotenie a odporúčania

Hodnotenie zahŕňa rôzne ukazovatele vrátane pre- a post-testoch, zhrnutia učiva, výsledkov záverečnej skúšky a poznámok učiteľa. Okrem toho sú študenti požiadaní o vyplnenie dotazníka, ktorý sa zameriava na hodnotenie videa.

Hodnotenie by malo byť holistickým procesom, ktorý zohľadňuje rôzne ukazovatele na hodnotenie učenia sa a pokroku študentov. Zapojením študentov do tohto procesu môžu učitelia získať cennú spätnú väzbu a poznatky o účinnosti použitých vyučovacích metód a materiálov. Zapojením rôznych ukazovateľov môže učiteľ získať komplexnejšie poznatky o učebnom pokroku a výsledkoch každého žiaka. Test po skončení vyučovania môže pomôcť vyhodnotiť účinnosť vyučovacej hodiny a identifikovať oblasti, v ktorých môžu žiaci potrebovať ďalšiu podporu. Zhrnutie vyučovacej hodiny a poznámky učiteľa môžu poskytnúť cenné informácie o tom, ako si trieda počínala a kde je možné urobiť zlepšenia.

Okrem toho použitie videozáznamu hodnotenia a dotazníkov umožňuje študentom poskytnúť spätnú väzbu o ich skúsenostiach s učením. Táto spätná väzba môže učiteľom pomôcť pochopiť, čo v triede funguje dobre, a identifikovať oblasti, ktoré je potrebné zlepšiť. Zapojením študentov do procesu hodnotenia sa im dáva možnosť vyjadriť svoj názor a môžu prispieť k rozvoju učebných skúseností.

Poznámky pre lektorov

Učiteľ si môže vybrať aktivity, ktoré najlepšie vyhovujú triede, s ohľadom na čas, ktorý má k dispozícii. Učiteľ môže tiež rozumne využiť dostupný čas, aby zabezpečil, že študenti budú schopní dokončiť aktivitu v stanovenom časovom rámci.

Odporúčaná literatúra

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Cordeiro, P. M., Lens, W., & Bidarra, M. G. (2009). O lugar das variáveis motivacionais no processo de instrução e aprendizagem: A teoria dos objectivos de realização. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 43 (2), 305-328.
- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. Nova York: John Wiley & Sons.
- Kaplan, A., Middleton, M. J., Urdan, T., & Midgley, C. (2002). Achievement goals and goal structures. In C. Midgley (Ed.), *Goals, goal structures, and patterns of adaptive learning* (pp. 21-53). New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Lemos, M. S. (2005). Motivação e aprendizagem. In G. L. Miranda, & S. Bahia (Org.) *Psicologia da Educação: Temas de desenvolvimento, aprendizagem e educação* (pp. 193-231). Lisboa: Relógio d'Água.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, v. 80, n. 1, p. 1-28. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0092976>
- Russell, D., & Mcauley, E. (1986). Causal attributions, causal dimensions, and affective reactions to success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, (6), 1174-1185. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.50.6.1174>
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2016). Self-efficacy theory in education. In K. R Wentzel & D. B. Miele (Eds). *Handbook of motivation at school* (2.ed.,pp. 34-52). Routledge.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: on depression, development, and death*. San Francisco: New York: W.H. Freeman.
- Weiner, B. (1986). *An attributional theory of motivation and emotion*. Nova York: Springer-Verlag

Kapitola 7: Všeobecná rozumová schopnosť – Inteligencia

*Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros
J. Selye University, Slovakia*

Kontext a zdôvodnenie

Pojem inteligencia je kľúčovým pojmom psychologických disciplín, ktorým sa označuje mentálna úroveň, rozumová kapacita, chytrosť, bystrosť. Z tohto pohľadu je správne chápanie pojmu, chápanie toho, čo znamená „byť inteligentným“ má mimoriadny význam v porozumení ďalších pojmov, funkcií a procesov kognície. Pojem úzko súvisí s ďalšími základnými pojmami všeobecnej psychológie a aj ďalších aplikovaných psychologických disciplín, ako napríklad pojem učenia, myslenia, logického myslenia, riešenia problémov, kreativity alebo pojem emočnej inteligencie.

Kľúčové témy

Modul sa zameriava na definovanie pojmov inteligencia, intelligenčný kvocient, popisuje modely inteligencie a možné spôsoby merania inteligencie.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Študenti budú vedieť správne definovať a chápať pojem inteligencia a intelligenčný kvocient.
- Študenti sa budú vedieť orientovať v stupňoch mentálnej kapacity.
- Študenti sa budú vedieť orientovať v rôznych modeloch inteligencie a rôznych typoch inteligencie podľa viacerých autorov (ako napr. Binet, Spearman, Cattell, Gardner).
- Študenti budú poznať niekoľko konkrétnych intelligenčných testov.

Pedagogické prístupy a aktivity

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou

Študentom sa poskytne video učiva s názvom *Všeobecná rozumová schopnosť – inteligencia*, dostupné na: Názov youtube kanálu *Flipped Methods in Psychology*.

Študenti vyplnia test (pre-test) s názvom *Všeobecná rozumová schopnosť – inteligencia*, vid. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvantitatívneho i kvalitatívneho hľadiska, na základe čoho vie pripraviť a rozvrhnúť priebeh vyučovacej hodiny.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Aktivita 1: Diskusia na tému inteligencia

Diskusia sa zameriava na kľúčovú otázku chápania inteligencie, či je inteligencia jedna, alebo či existuje niekoľko rôznych nezávislých typov inteligencie.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na diskusiu, argumentáciu, vzájomného presvedčenia. Pre správne formulovanie argumentov a vedenie diskusie je mimoriadne dôležitý správny, detailný a mnohostranný prehľad o téme inteligencie a rôznych chápaní, modelov inteligencie. Ďalej má kľúčový význam spôsob spolupráce, komunikácie členov skupiny, vzájomná podpora, prípadné riešenie konfliktov, reakcia na rôzne, prípadne protichodné názory.

Ciele: Hlavným cieľom aktivity je, aby účastníci prostredníctvom argumentácie a formulovania názorov si prehĺbili vedomosti o téme, ďalej aby dokázali konfrontovať rôznorodé informácie a názory na základe správnych vedomostí. Ďalším cieľom aktivity je, aby účastníci pochopili a zvládli základné piliere a priebeh debaty, diskusie.

Metóda, spôsob práce: skupinová práca

Počet účastníkov: min. 4

Materiály, pomôcky: žiadne, prípadne papier a pero pre zaznamenanie poznámok, prácu môže pomôcť, ak v triede uvoľníme miesto pre skupiny

Časové trvanie aktivity: min. 30 minút (časové trvanie jednotlivých fáz je 5 min, zvyšok času pre úvodné inštrukcie a záver aktivity)

Priebeh: Vyučujúci účastníkov rozdelí na dve skupiny, rozdelenie môže byť náhodné alebo systematické na základe určitého pravidla, dôležité je, aby skupiny mali rovnaký počet členov. Skupiny si určia jedného hovorcu, ktorý bude komunikovať v mene skupiny. Skupinám sa rozdá alebo vylosuje Kapitola, alebo stanovisko v diskusii, to jest, či sa majú zameriavať na možnosť jednotnej alebo viacnásobne inteligencie, teda, že existuje iba jedna inteligencia, alebo existuje niekoľko nezávislých typov inteligencie. Skupina si priradené stanovisko prediskutuje, formulujú argumenty, možné odôvodnenia vlastného stanoviska. V ďalšej fáze aktivity hovorcovia dvoch skupín v mene názoru a argumentov celej skupine sa snažia navzájom presvedčiť, snažia sa presadiť vlastný názor. Ostatní členovia skupiny v tejto fáze do komunikácie nemôžu nahlas prispieť, ale môžu si formulovať a zaznamenávať ďalšie, nové argumenty. Nasledujúca fáza aktivity umožňuje skupinám ďalej diskutovať o téme, podporovať hovorcu novými argumentami. V predposlednej fáze majú hovorcovia ešte jednu možnosť na presvedčenie druhého. Záverečná fáza aktivity sa zameriava na ukončenie diskusie spoločne s cieľom uvoľnenia prípadného napätia a formulovanie spoločného názoru na hlavnú otázku diskusie, ktorý vyhovuje obidvom skupinám.

Vyučujúci v tejto aktivite hrá rolu moderátora, facilitátora. Manažuje priebeh aktivity, podporuje prácu skupín, riadi časové trvanie jednotlivých fáz aktivít na základe vopred určeného časového limitu. Vo fázach skupinovej práce podporuje skupinu, prípadne navrhne oporné body a možnosti argumentácie, vo fázach presvedčania riadi komunikáciu hovorcov, ak je to potrebné, prípadne pripomína ostatným členom skupín možnosť poznamenania prídutých nápadov, argumentov, návrhov. Kľúčovým momentom aktivity je posledná, uvoľňovacia fáza, kedy má vyučujúci moderovať komunikáciu všetkých účastníkov s cieľom vyrovnania a stanovenia spoločného názoru na tému diskusie.

Aktivita dáva možnosť pre flexibilné variovanie a zmenu podmienok a pravidiel – napr. formulovanie otázky diskusie, zmena časového trvania, určenie viac skupín, možnosť zmeny osoby hovorcu počas aktivity, alebo určenie viac hovorcov v skupine.

Aktivita 2: Známe osobnosti s vysokým IQ

Ako sa spomenie aj v úvode videa, poznáme niekoľko osobností v histórii ľudstva s mimoriadnymi schopnosťami, s výrazne vysokým stupňom intelektu, prípadne géniov.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na vyhľadávanie a zbieranie osôb, osobností, slávnych ľudí v minulosti alebo v súčasnosti, ktorí svojim výkonom, výsledkom alebo významnej činnosti sú príkladom mimoriadnej IQ.

Ciele: Cieľom aktivity je upriamiť pozornosť na význam IQ a upriamiť pozornosť na možnosti uplatnenia mimoriadnej, nadpriemernej IQ. Aktivita si vyžaduje schopnosť vyhľadávania relevantných zdrojov informácií, ďalej správne posúdenie výsledkov a aktivity danej osoby z hľadiska mentálnej kapacity.

Metóda, spôsob práce: Individuálna práca a skupinová práca

Počet účastníkov: min. 1

Materiály, pomôcky: papier, pero, ako zdroj pre vyhľadávanie informácií môžeme navrhnúť pomôcky podľa možnosti (mobilné zariadenia, tablety, notebooky, počítače)

Časové trvanie aktivity: min. 10-15 min. (ak pre individuálnu prácu určíme 10 minút, časové trvanie celej aktivity vrátane prezentácií a záveru závisí od počtu účastníkov)

Priebeh: Vyučujúci vyzve účastníkov na vlastnú výskumnú prácu s cieľom vyhľadávania minimálne troch známych osobností s nadpriemerným IQ. Kritériá výberu: osoba svojim výkonom, výsledkom alebo aktivitou je príkladom mimoriadnych intelektových schopností, nadpriemerného IQ, považuje sa za mimoriadne inteligentný, alebo géniom; miesto a čas pôsobenia nie je určené (doma alebo v zahraničí, v minulosti alebo prítomnosti). Počas výskumnej práce účastníci môžu používať prístupné IKT zariadenia. Po ukončení individuálnej práce si účastníci navzájom prezentujú svoje výsledky, mená a významné výsledky osobností. Na záver si účastníci môžu hodnotiť výsledky, zvýrazniť opakujúce sa mená, osobnosti, prípadne určiť spoločný zoznam.

V prípade tejto aktivity je vyučujúci moderátorom aktivity, uvedením úvodného príkladu môže členov inšpirovať. Manažuje aktivitu, sleduje časové trvanie vlastnej aktivity študentov a moderuje prezentáciu výsledkov. Pri závere aktivity určí podmienky, kritériá spoločného zoznamu účastníkov, prípadne uvedie limit počtu osôb v zozname.

Aktivita dáva možnosť pre flexibilné variovanie a zmenu podmienok a pravidiel – napr. oblasť pôsobenia, národnosť, historické obdobie, počet, koľko osôb majú vyhľadať. Ďalej sa môže variovať aj spôsob prezentácie, alebo zostavenia spoločného zoznamu – v tomto prípade sa môže variovať rozsah zoznamu alebo určenie pravidiel poradia.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny

Študenti vyplnia test (post-test) s názvom *Všeobecná rozumová schopnosť – inteligencia*, vid'. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvalitatívneho i kvantitatívneho hľadiska, na základe čoho reflektuje na vyučovaciu hodinu.

Hodnotenie a odporúčania:

Pre hodnotenie osvojených vedomostí slúži post-test k téme. Pre záver témy s cieľom reflexie a poskytnutia spätnej väzby je preto užitočné navrhnúť úlohu, menej formálnu aktivitu v duchu kreatívnej práce.

Aktivita: Nástenka na tému IQ

Ako záver kurzu si účastníci spoločne vytvoria nástenku na tému IQ. Podmienky a pravidlá tvorby sa môžu flexibilne variať na základe možností. Hlavným kritériom je v prvom rade správnosť a relevantnosť informácií poskytnutých na nástenke, ďalej, aby nástenka poskytla komplexný prehľad na tému, obsahovala všetky základné a potrebné informácie o téme uvedené v učive. Ďalej, dôležité je, aby na vytvorení nástenky spolupracovali všetci účastníci kurzu, vyučovacej hodiny, aby výsledný produkt bol výsledkom vzájomnej spolupráce skupiny. Kritériá formálnej úpravy nástenky sa môžu takisto flexibilne prispôbiť možnostiam – nástenka môže byť klasická nástenná forma, alebo vytvorená prostredníctvom online aplikácie (napríklad bezplatné webové aplikácie Padlet, Spiderscribe, CorkBoard, Lino, Popplet).

Vyučujúci pri tejto aktivite má riadiacu rolu, v rámci ktorej určuje kritériá vytvorenia nástenky prispôbené aktuálnym podmienkam a okolnostiam (časové trvanie aktivity, forma, základ nástenky – prázdna nástenka alebo plocha webovej aplikácie, prístupný materiál pre tvorbu obsahu a iné)

Poznámky pre lektorov

S cieľom doplnenie vedomostí o ďalšie relevantné informácie, prípadne zaujímavosti je možné odporúčať nasledujúce materiály: <https://youtu.be/a6tpd3OdcNk>, <https://youtu.be/NPEC-bDB6sQ>

V prípade v súvislosti s Aktivitou 2 uvedenej vyššie pre inšpiráciu môžeme odporučiť, alebo v závere aktivity implementovať nasledujúce materiály: <https://youtu.be/1umvJtjNQkE>, https://youtu.be/exgQ_0EogIo

Odporúčaná literatúra:

Boring, E. G. (1923). Intelligence as the Tests Test It. New Republic 36

Dočkal, V. (2014). Meranie inteligencie. In: Komplexný poradenský systém prevencie a ovplyvňovania sociálnopatologických javov v školskom prostredí. Príloha časopisu Psychológia a patopsychológia dieťaťa, 2014/3, s. 6-28.

Hernangómez, L. a Fernández, C. (2012). Psychológia osobnosti a diferenciálu. Príručka na prípravu CEDE PIR, 07. CEDE: Madrid.

Mackintosh, N. J.(2000) IQ a inteligencia. Praha: Grada.

Martin, M. (2007). Historická a koncepcná analýza vzťahov medzi inteligenciou a rozumom. Španielsko: Málagská univerzita.

Pardel, T., Kováliková, V. (1981): Všeobecná psychológia. Bratislava, SPN.

Siewert, H. H. (1997). Testy inteligencie. Praha: Ikar.

Smékal, V. (2007). Pozvání do psychologie osobnosti. Brno. Barrister & Principal

Kapitola 8: Model viacnásobnej inteligencie

*Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros
J. Selye University, Slovakia*

Kontext a zdôvodnenie

Jedným z kľúčových otázok všeobecnej inteligencie je, či existuje jedna inteligencia, ako všeobecná mentálna úroveň jedinca, alebo existuje viac rôznych typov inteligencie. Podľa prvého chápania človek má jednu inteligenciu, jej úroveň predpokladá zväčša jednotný výkon vo všetkých oblastiach. Podľa modelu viacnásobnej inteligencie existuje viac typov inteligencie a tieto typy inteligencie existujú nezávisle a môžu fungovať prepojene alebo individuálne. Podľa H. Gardnera a jeho modelu existuje až osem rôznych autonómnych kognitívnych kapacít. Na základe Gardnerovho modelu môžeme považovať ľudskú inteligenciu ako individuálny inteligenčný profil, ktorý má vplyv okrem iného na výkon, myslenie, učenie a riešenie problémov jedinca. Gardnerov model sa preto vo veľkej miere môže aplikovať v edukačnej praxi, v pedagogickej psychológii, v oblasti učebných a kognitívnych štýlov alebo aj v oblasti kariérového poradenstva, ďalej môže byť mimoriadne užitočný pri objavovaní nadaní a talentu.

Kľúčové témy

Modul sa zameriava na model viacnásobnej inteligencie Hawarda Gardnera, hlavne na charakteristiku ôsmich typov inteligencie modelu, a to: jazykovo-verbálna inteligencia, fyzikálno-kinestetická inteligencia, logicko-matematická inteligencia, priestorová inteligencia, hudobná inteligencia, interpersonálna inteligencia, intrapersonálna inteligencia a naturalistická inteligencia.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Študenti budú vedieť správne definovať a chápať pojem model viacnásobnej inteligencie.
- Študenti sa budú vedieť orientovať v rôznych modeloch viacnásobne chápanej inteligencie.
- Študenti sa budú vedieť orientovať v modely viacnásobnej inteligencie H. Gardnera.
- Študenti budú poznať osem typov inteligencie H. Gardnera.
- Študenti budú chápať význam inteligenčného profilu v súvislosti s edukačnou praxou.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

Študentom sa poskytne video učiva s názvom *Model viacnásobnej inteligencie*, dostupné na: Názov youtube kanálu *Flipped Methods in Psychology*.

Študenti vyplnia test (pre-test) s názvom *Model viacnásobnej inteligencie*, vid' príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvantitatívneho i kvalitatívneho hľadiska, na základe čoho vie pripraviť a rozvrhnúť priebeh vyučovacej hodiny.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Aktivita 1: Povolania podľa typov inteligencie

Výber povolania a kariérové poradenstvo sú úzko späté s intelligenčným profilom jednotlivca.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na zbieranie čím viac povolaní pre jednotlivé typy inteligencie Gardnerovho modelu viacnásobnej inteligencie.

Ciele: Hlavným cieľom aktivity je, aby účastníci si uvedomili rôznorodosť inteligencie a jednotlivé typy inteligencií viacnásobného chápania inteligencie Gardnera. Pre výber správneho povolania je potrebné chápať a ovládať charakter jednotlivých typov inteligencie. Ďalej je dôležité poznať čo najväčší počet, najširší zoznam povolaní pre bohatý výber.

Metóda, spôsob práce: skupinová práca

Počet účastníkov: min. 4

Materiály, pomôcky: stopky pre meranie času

Časové trvanie aktivity: min. 10 min., ak pre každý typ inteligencie určíme 1 min.

Priebeh: Vyučujúci účastníkom vysvetlí priebeh aktivity: skupina má za úlohu nahlas vymenovať čo najviac povolaní správnych pre jednotlivé typy inteligencií vymenovaných a charakterizovaných v učive. Počas určeného časového intervalu v triede nesmie nastať ticho, vymenovanie musí trvať súvisle počas jednej minúty. Naraz teda musí hovoriť min. jeden z účastníkov a musia dbať na súvislosť. V prvom rade je potrebné, aby účastníci ovládali čím viac povolaní a vedeli správne priradiť k jednotlivým typom inteligencií. Ďalej je potrebná spolupráca a udržiavanie pozornosti, aby niekto vždy vedel pokračovať v slede vymenovaní. Je dôležité, aby sa vytvorila správna dynamika hry, aby účastníci nevykrikovali naraz ale aby sledovali príležitosť, kedy je správne sa ozvať. Je potrebné dbať ešte aj na to, aby sa vymenované povolania neopakovali.

Vyučujúci v tejto aktivite hrá rolu moderátora, facilitátora. Manažuje priebeh aktivity, sleduje, aby sa nevynechal ani jeden typ IQ, sleduje čas v každom kole a upravuje zoznam, ak sa povolania opakujú, alebo do daného typu IQ nepasujú. Počas aktivity prirodzene nastane občas ticho, kedy účastníci nemajú nápad, návrh, v týchto momentoch môže pomôcť, inšpirovať účastníkov. Prirodzene môže nastať aj opak, kedy viac účastníkov sa ozve naraz, v týchto prípadoch môže manažovať, aby sa účastníci ozývali postupne.

Aktivita dáva možnosť pre flexibilné variovanie a zmenu podmienok a pravidiel – napr. zmena časového trvania pre jednotlivé typ, alebo môže určiť aj súbor viac typov inteligencií naraz.

Aktivita 2: Sebareflexia vs. Výsledky intelligenčného testu, intelligenčného profilu

Hodnotenie a konfrontácia vlastného intelligenčného profilu s výsledkami dostupného komplexného intelligenčného testu.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na spoznanie vlastného intelligenčného profilu. Naše sebahodnotenie môže, ale nemusí byť v súlade s výsledkami oficiálneho testu IQ. V takomto

ponímaní tieto skúsenosti môžu pomôcť pri výbere školského zariadenia, profilu alebo povolania.

Ciele: Cieľom aktivity je upriamiť na pozornosť na dôležitosť vlastného inteligenčného profilu, na silné a slabé stránky schopností, ktoré majú kľúčový význam pri formovaní našej budúcnosti.

Metóda, spôsob práce: Individuálna práca

Počet účastníkov: min. 1

Materiály, pomôcky: papier, pero, komplexný inteligenčný test pre každého účastníka

Časové trvanie aktivity: min. 3 hod. - aktivitu môžeme rozdeliť aj na viac častí, v jednej časti sa môžeme zameriavať na sebahodnotiaci proces a v ďalších na vyplnenie inteligenčného testu (nakoľko vyplnenie komplexného inteligenčného testu trvá minimálne 1,5 hod., môžeme jednotlivé subtesty vyplniť vo viacerých etapách).

Priebeh: Vyučujúci vyzve účastníkov, aby si na papier napísali všetkých 8 typov IQ podľa Gardnerovho modelu. Následne sa majú účastníci vyjadriť ku každému typu zvlášť, na základe sebahodnotenie ide o ich silnú, slabú stránku, ktoré typy hodnotia ako ich profilové typy a ktoré menej alebo vôbec nepreferujú. Je dôležité upriamiť pozornosť účastníkov aj na uvádzania odôvodnení, prečo, alebo na základe čoho hodnotia vlastný profil, výkon ako silná, alebo slabá stránka. V ďalšej fáze aktivity vyučujúci rozdá účastníkom IQ testy a každý účastník vyplní test. Vyučujúci testy vyhodnotí (alebo požiadá o pomoc kompetentného odborníka) a zdieľa výsledky s účastníkmi individuálne. V záverečnej fáze aktivity si účastníci porovnávajú výsledky vlastného sebahodnotenia s výsledkami testov a zaznamenajú zhody a odlišnosti v dvoch hodnoteniach.

Vyučujúci v tejto aktivite hrá rolu moderátora, facilitátora. V prvom rade moderuje sebahodnotiaci proces a vyplnenie IQ testov. Následne hrá dôležitú rolu pri procese porovnávania, kde má za úlohu upriamiť pozornosť účastníkov na vytvorenie správneho, reálneho inteligenčného profilu, ktorý zodpovedá reálnym výsledkom a nie je výsledkom skresleného sebaobrazu účastníkov.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny

Študenti vyplnia test (post-test) s názvom *Model viacnásobnej inteligencie*, vid'. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvalitatívneho i kvantitatívneho hľadiska, na základe čoho reflektuje na vyučovaciu hodinu.

Hodnotenie a odporúčania:

Pre hodnotenie osvojených vedomostí slúži post-test k téme. Pre záver témy s cieľom reflexie a poskytnutia spätnej väzby je preto užitočné navrhnúť úlohu, menej formálnu aktivitu v duchu kreatívnej práce.

Aktivita: Televízne noviny, správy, reklamy na tému viacnásobného modelu inteligencie Gardnera

Ako záver kurzu, učiva si účastníci spoločne alebo individuálne pripravia rôzne správy, informácie, novinky, upútavky, propagačné reklamy na tému intelligenčný profil, typy inteligencií, model viacnásobnej inteligencia, dôležitosť intelligenčného profilu pri výbere správneho povolania alebo smeru štúdia.

Vyučujúci pri tejto aktivite má riadiacu rolu, v rámci ktorej určuje kritériá alebo podmienky aktivity – televízne alebo rozhlasové správy alebo reklamy, alebo texty do časopisu, forma alebo spôsob zaznamenania na základe daného technického vybavenia (videonahrávky, zvukové nahrávky, editované textové súbory a pod.). Vyučujúci môže ďalej určiť aj spôsob zdieľania vyhotovených správ a reklám na základe podmienok a možností – môžu si účastníci vytvoriť a zdieľať vlastné televízne alebo rozhlasové relácie alebo číslo vlastného časopisu.

Poznámky pre lektorov:

S cieľom doplnenie vedomostí o ďalšie relevantné informácie, prípadne zaujímavosti je možné odporúčať nasledujúce materiály: <https://youtu.be/rOoyRYkhabY>, <https://youtu.be/FVg9n010Gf0>, <https://youtu.be/32TPd6gKp2A>

V prípadne v súvislosti s Aktivitou 2 uvedenej vyššie pre inšpiráciu môžeme odporúčiť napr. nasledujúce zdroje: <https://www.idrlabs.com/multiple-intelligences/test.php>, <https://alis.alberta.ca/careerinsite/know-yourself/multiple-intelligences-quiz/>, <https://www.literacynet.org/mi/assessment/findyourstrengths.html>, <https://personalitymax.com/multiple-intelligences-test/>.

Odporúčaná literatúra:

Gardner, H. (2016). Štruktúry mysle: teória viacerých inteligencií. Fond hospodárskej kultúry

Gardner, H. (1995). Viacnásobné inteligencie (Vol. 1). Barcelona: Paidós.

Armstrong, T., Rivas, M. P., Gardner, H., & Brizuela, B. (1999). Viacnásobné inteligencie v triede. Buenos Aires, Argentína: jar.

Gardner, H. (1983). Frames of mind. The theory of multiple intelligences. New York: Basic Books. České vydání (1999). Dimenze myšlení. Praha: Portál.

Nolen-Hoeksema, S., Frederickson, B. L., Loftus, G.R. & Wagenaar, W. A. (2012). Psychologie Atkinsonové a Hilgarda. Praha: Portál.

Kapitola 9: Kontext rodiny: Vzťahy, komunikácia a fungovanie

*Dr. Constantina Demetriou
Európska Univerzita Cyprus*

Kontext a zdôvodnenie

Rodina je základnou sociálnou skupinou, ktorá posilňuje sebadôveru a dáva ľuďom pocit, že sú milovaní. Je to skupina dvoch alebo viacerých ľudí, ktorí sú príbuzní na základe narodenia, manželstva alebo adopcie a žijú spolu. Všetkých členov rodiny spája citové puto a podobné hodnoty. Rodina zohráva kľúčovú úlohu pri poskytovaní stability a podpory svojim členom. Je zdrojom starostlivosti, citovej väzby a socializácie. Z tohto hľadiska je nevyhnutná prítomnosť silných rodinných vzťahov. Dobré rodinné vzťahy pozitívne súvisia s pocitom bezpečia a dôvery. Na druhej strane, problematické rodinné vzťahy sú spojené s vysokou mierou úzkosti, konfliktov a problémov s duševným zdravím. Okrem toho musí byť komunikácia v rodine založená na vzájomnom rešpekte. Aktívna komunikácia má pozitívny vplyv na pohodu detí a rodičov, zatiaľ čo konflikty vedú k dysfunkčnej rodine. Napokon, fungovanie rodiny ovplyvňuje spôsob, akým jej členovia, rodičia aj deti, vnímajú seba, ostatných a svet, svoje vzťahy a správanie, ako aj svoje duševné zdravie a pohodu.

Kľúčové témy

Úzka rodina, širšia rodina, rodinné prostredie, rodinné vzťahy, rodinná komunikácia, konflikty, fungovanie rodiny, duševné zdravie detí, pohoda detí, pohoda rodičov.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Pochopiť, čo je to rodina a jej význam ako sociálnej skupiny.
- Opísať typy rodín a vysvetliť životný cyklus rodiny.
- Mať prehľad o dôležitosti silných rodinných vzťahov a ich prepojení s dôverou a bezpečím.
- Vysvetliť, ako môžu zlé rodinné vzťahy ovplyvniť blaho detí a rodičov.
- Zhodnotiť úlohu komunikácie pri rozvoji vzťahov.
- Diskutovať o úlohe konfliktu v rodinnom prostredí.
- Identifikovať charakteristiky fungujúcich a dysfunkčných rodín.

Pedagogické prístupy a aktivity

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou

Študentom odporúčame, aby si **pred hodinou** pozreli video „Kontext rodiny“, aby sa pripravili na hodinu (video je dostupné na kanáli YouTube "Flipped Methods in Psychology"). Je veľmi dôležité, aby identifikovali hlavné aspekty tejto témy a objasnili, čo je pojem, typy a dynamika rodiny a čo znamenajú pojmy rodinné vzťahy, rodinná komunikácia a fungovanie rodiny.

Okrem toho sú študenti požiadaní, aby vyplnili krátky dotazník (pozri prílohu: Pre-test), aby si overili, či porozumeli videu, ktoré videli.

Vyučujúci potom analyzuje výsledky odpovedí na tento dotazník a predloží ich triede na ďalšiu diskusiu.

Počas hodiny, vyučujúci najprv položí všeobecnú otázku, aby študenti pochopili hlavné definície. Potom predstaví výsledky pre-testu a prediskutuje ich so študentmi (aktivita 1). Vyučujúci bude mať aj prednášku o rodinných vzťahoch. Vysvetlí, ako tieto vzťahy ovplyvňujú rodinné prostredie a prispievajú k rozvoju správania dieťaťa. Na základe tejto prezentácie požiada študentov, aby sa spoľahli na svoju predstavivosť a uviedli príklady, ako chápu tieto vzťahy v reálnych rodinných štruktúrach (aktivita 2). Nakoniec sa bude venovať koncepcii komunikácie a fungovania. Vysvetľujú sa príklady funkčných a dysfunkčných rodín. Študenti sú potom vyzvaní, aby sa aktívne zapojili a spolupracovali na pochopení hlavných charakteristík fungujúcej rodiny (aktivita 3).

Interaktívne aktivity

Aktivita 1: Skupinové diskusie - Témy

Cieľ: Preverenie, ako študenti rozumejú trom hlavným kategóriám tejto témy (vzťah, komunikácia, fungovanie).

Účastníci: Skupina 4 študentov

Trvanie: 20 minút

Pomôcky: Materiály a pomôcky: Papier, ceruzka.

Opis aktivity: Počas tejto diskusie sa študenti rozdelia do skupín po 3-4, aby diskutovali o svojich chybách a navrhli správne odpovede na základe odpovedí, ktoré uviedli v pre-teste. Takto majú možnosť spolupracovať na dosiahnutí spoločného cieľa, ktorým je správne zodpovedanie otázok pred testom. Na konci musí každá skupina prijať konečné rozhodnutie o správnej odpovedi. Potom spoločne určíme a objasníme najdôležitejšie body definícií týkajúcich sa témy rodiny.

Aktivita 2: Kartová hra

Cieľ: Pochopenie typov rodín a ich vplyvu na jednotlivých členov rodiny.

Účastníci: Každý študent pracuje samostatne

Trvanie: 20 minút

Pomôcky: Karty, farby, pero a papier

Opis aktivity: Lektor ukáže študentom niekoľko kariet domov a bytov. Študent si potom vyberie obrázok, ktorý podľa neho predstavuje atmosféru domu. Potom musia na mapu nakresliť upravenú verziu domu a pridať všetkých členov rodiny, ktorí v ňom budú bývať. Sú povzbudzovaní k tomu, aby mysleli mimo rámca a predstavovali si nielen tradičné, ale aj moderné rodiny. Musia tiež uviesť tri charakteristiky každého člena rodiny a napísať ich k príslušnému obrázku.

Poslednou časťou tejto úlohy je napísať v odseku, ako vlastnosti jednotlivých členov rodiny ovplyvňujú ostatných členov rodiny a majú na nich pozitívny alebo negatívny vplyv.

Keď všetci dokončia úlohu, študenti rozdelia vytvorené rodiny do skupín. Pri každom prírastku v skupine musí študent zdôvodniť svoje rozhodnutie, prečo priradil svoju kreáciu do danej skupiny.

Na základe vytvorených typov rodín a dynamiky, ktorú opisujú vo vzťahu k charakteristikám členov rodiny, majú študenti možnosť diskutovať o otázkach týkajúcich sa typov rodín a objasniť prípadné nejasnosti. Študenti vyjadrujú svoje názory na návrhy ostatných, kladú otázky, aby pochopili rozhodnutia svojich spolužiakov, a navrhujú rozdelenie do skupín.

Aktivita 3: Kooperatívne učenie

Cieľ: Úvod do rodinnej dynamiky, rolí, vzťahov, hierarchie a komunikácie.

Účastníci: Skupina 5 študentov

Trvanie: 30 minút

Pomôcky: Skladačka

Opis aktivity: Táto aktivita je o skladaní domčekov bez použitia slov. Každý člen skupiny dostane náhodne tri časti skladačky. Celkovo je tu 18 dielikov, ktoré treba poskladať do troch skladačiek. Na dokončenie celého domu si musia požičať diely od ostatných členov skupiny. Vyhráva skupina, ktorá ako prvá dokončí tri domy.

Bez predchádzajúcej diskusie o stratégii sa začína úloha. Úlohou člena skupiny je pozorovať ostatných členov skupiny: ako komunikujú, kto preberá akú úlohu, kto preberá kontrolu, ako ostatní členovia skupiny prijímajú správy a kroky vedúceho atď. Hneď ako skupina skončí, hra sa končí. Každý tím podá správu o svojich skúsenostiach: aké pocity a myšlienky mal počas úlohy, ktorá si vyžaduje spoluprácu. Pozorovatelia podávajú správy o svojich pozorovaniach s použitím týchto kľúčových slov: Úlohy, vzťahy, hierarchia, komunikácia počas úlohy.

Po týchto diskusiách študenti opäť pracujú vo svojich skupinách a musia uviesť dve ťažkosti a dve pozitívne stratégie, ktoré zažili v súvislosti s pravidlami, komunikáciou a hierarchiou. Zhrnuté sú kľúčové pojmy a uvedené sú protipríklady, ktoré načrtávajú charakteristiky funkčnej a dysfunkčnej rodiny.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny

Po skončení hodiny vyučujúci požiada študentov, aby vyplnili post-test, ak si to želajú (pozri prílohu: Post-test). Vyučujúci vyhodnocuje vykonané testy kvalitatívne aj kvantitatívne za účelom reflexie na hodinu.

Poznámky pre lektorov

Je dôležité, aby vyučujúci vopred našiel kartičky na aktivitu 1 a hádanky na aktivitu 2. Môže si ich ľahko pripraviť tak, že si vytlačí niekoľko obrázkov domov a rozstrihá ich na kúsky.

Pozornosť by sa mala venovať tomu, ako sa rozvíjajú diskusie v aktivite 3. Je dôležité, aby vyučujúci prevzal vedúcu úlohu a viedol účastníkov tak, aby sa stratégie a ťažkosti mohli zoskupiť podľa hlavných bodov fungovania a komunikácie.

Odporúčaná literatúra

- Roostin, E. (2018). Family influence on the development of children. PrimaryEdu, *Journal of Elementary Education*, 2(1).
- Koerner, A. F., & Fitzpatrick, M. A. (2002). Toward a theory of family communication. *Communication Theory*, 12(1), 70-91. DOI:10.1111/j.1468-2885.2002.tb00260.x
- Barber, B. K., & Buehler, C. (1996). Family cohesion and enmeshment: Different constructs, different effects. *Journal of Marriage and Family*, 58(2), 433-441. DOI:10.2307/353507
- Kiser, L. J., Bennett, L., Heston, J., & Paavola, M. (2005). Family ritual and routine: Comparison of clinical and non-clinical families. *Journal of Child and Family Studies*, 14(3), 357-372. DOI: 10.1007/s10826-005-6848-0
- Olson, D. H., & Gorall D, M, (2003). Circumplex model of marital and family systems. In F Walsh (Ed.) *Normal Family Processes* (3rd Ed.) New York: Guilford (pp. 514-547).
- Schrodt, P., Ledbetter, A. M., & Ohrt, J. K. (2007). Parental confirmation and affection as mediators of family communication patterns and children's mental well-being. *The Journal of Family Communication*, 7(1), 23-46. DOI:10.1080/15267430709336667

Kapitola 10: Emócie

*István Zsigmond, Károli Gáspár University of the Reformed Church, Hungary
Melinda Sajgó, Mihai Eminescu Pedagogical High School, Romania*

Kontext a zdôvodnenie

Emócie sú komplexné psychologické a fyziologické stavy charakterizované subjektívnymi pocitmi, fyziologickými zmenami a reakciami správania. Často sa spúšťajú na základe vonkajších alebo vnútorných podnetov a zohrávajú dôležitú úlohu pri regulácii nášho správania a reakcií na prostredie

Otázka pamäti a predstavivosti je dôležitá z viacerých dôvodov.

- Osobné skúsenosti Emócie sú základným aspektom ľudskej skúsenosti a zohrávajú kľúčovú úlohu pri formovaní našich myšlienok, správania a interakcií s ostatnými.
- Duševné vzorce Emócie úzko súvisia s duševným zdravím a pochopenie a zvládanie našich emócií nám môže pomôcť zlepšiť celkovú pohodu a znížiť riziko vzniku problémov s duševným zdravím, ako sú úzkosť a depresia.
- Vzťahy: Emócie zohrávajú kľúčovú úlohu v našich vzťahoch s ostatnými. Schopnosť pochopiť a vyjadriť pocity nám môže pomôcť efektívne komunikovať, budovať užšie vzťahy a riešiť konflikty.
- Rozhodovanie: Emócie môžu ovplyvniť naše rozhodnutia, a to tak pozitívne, ako aj negatívne. Keď pochopíme svoje pocity, môžeme robiť informovanejšie a racionálnejšie rozhodnutia a vyhnúť sa impulzívnym alebo škodlivým rozhodnutiam.
- Profesionálny úspech: Emócie môžu ovplyvniť aj náš profesionálny úspech. Ľudia s emocionálnou inteligenciou často lepšie zvládajú dynamiku na pracovisku, budujú silné tímy a efektívne komunikujú s kolegami a klientmi.

Celkovo je Kapitola emócií dôležitá, pretože ovplyvňuje mnohé aspekty nášho života, od osobnej pohody cez vzťahy až po profesionálny úspech. Ak sa o emóciách dozvieme viac, môžeme si osvojiť zručnosti, ktoré potrebujeme na ich lepšie pochopenie a zvládanie, čo vedie k šťastnejšiemu, zdravšiemu a plnohodnotnejšiemu životu.

Kľúčové témy:

Zložky emócií, teórie o emóciách, zdroj a úloha emócií, prejavovanie emócií, základné emócie, emocionálna inteligencia

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Pochopenie podstaty emócií: Patrí sem aj poznávanie rôznych druhov emócií, ich funkcií a spôsobov ich prežívania a vyjadrovania.
- Pochopenie úlohy emócií v poznávaní a správaní: Emócie môžu ovplyvniť naše myslenie a správanie. Preto je dôležité pochopiť ich interakciu s inými kognitívnymi a behaviorálnymi procesmi.

- Rozvoj emocionálnej inteligencie: Emocionálna inteligencia je schopnosť porozumieť vlastným emóciám a zvládať ich, ako aj rozpoznať emócie druhých a reagovať na ne. Rozvoj emocionálnej inteligencie je dôležitým vzdelávacím cieľom pri štúdiu emócií.
- Identifikácia stratégie na zvládanie emócií: Emócie môžu byť niekedy ohromujúce alebo ťažké na zvládnutie, preto je dôležité naučiť sa stratégie na ich reguláciu. To môže zahŕňať techniky, ako je všímavosť, kognitívna reštrukturalizácia a relaxačné cvičenia.
- Pochopenie vplyvu emócií na duševné zdravie: Emócie úzko súvisia s duševným zdravím. Preto je dôležité uvedomiť si potenciálne riziká emocionálnej dysregulácie, ako aj stratégie na podporu emocionálnej pohody.
- Uplatnenie poznatkov o emóciách v reálnom svete: A napokon, dôležité je aplikovať poznatky o emóciách v reálnom svete, napr. v osobných vzťahoch, v práci a v iných sociálnych situáciách. To môže zahŕňať nácvik zručností, ako je aktívne počúvanie, empatia a riešenie konfliktov.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

Pred lekciami: Aby ste študentom pomohli pripraviť sa na aktivity v triede a maximalizovať čas, ktorý strávia na hodine, požiadajte ich, aby si pozreli vzdelávacie video "Pamäť a predstavivosť" na kanáli „Flipped Methods in Psychology“ na YouTube. Študenti budú požiadaní o vyplnenie pre-testu - použijete pre-test z prílohy: Testy ako východiskový bod. Výsledky testu poskytujú približnú predstavu o ťažkostiach, ktoré mali študenti s pochopením témy, preto by sa vyučovacie aktivity mali zamerať na ťažké pojmy.

Pre lepšie pochopenie témy odporúčame niekoľko interaktívnych aktivít na hodine.

Aktivita 1: Interpretácia fotografií

Pripravte si niekoľko fotografií zo športových podujatí, na ktorých účastníci vyhrali, neuspeli alebo sa ocitli v inej emocionálne vypätej situácii. Vytvorte skupiny po 3-4 študentoch. Každá skupina má za úlohu viesť 5-minútovú diskusiu o otázkach typu: "Aké emócie sa odrážajú vo výraze tváre osoby na fotografii? Každá skupina môže predstaviť niekoľko alternatívnych názvov pre emocionálne výrazy a vysvetliť rozdiely medzi podobnými emocionálnymi výrazmi.

Aktivita 2: Ako sa máte? Práca s emocionálnymi kartami

Pripravte si niekoľko (50-80) kartičiek s emocionálnymi výrazmi. Požiadajte každého študenta, aby si vybral kartu, na ktorej podľa neho najľahšie vyjadří svoj súčasný alebo nedávny emocionálny stav. Vybraná karta sa umiestni na stenu obsahujúcu šesť základných emócií. Miesto by malo byť zvolené tak, aby sa študentova kartička nachádzala vedľa kartičky, ktorá vyjadruje rovnaký pocit. Študent by mal opísať kontext, v ktorom vybraný pocit zažil, životnú situáciu, v ktorej sa pocit vyskytol.

Aktivita 3: Krátke prednášky

Pripravte si šesť kariet s nasledujúcimi tematickými okruhmi: 1. Pojem emócie, jej zložky, 2. Teória emócií od Williama Jamesa a Carla Langeho, 3. Teória emócií Waltera Cannona a Philipa Barda, 4. Teória emócií Stanleyho Schachtera, 6. Základné emócie, zásobáreň pocitov. Študenti vytvoria skupiny po 4-5, vyberú si kartičku a potom zbierajú informácie o vybranej téme.

Na základe získaných informácií prednesú 2-3-minútovú prezentáciu s použitím videonávodu, ktorý si pozreli pred hodinou.

Vytvoria dvojice a navzájom si prezentujú svoje nápady. Môžu predkladať návrhy a klásť si navzájom otázky.

Jeden študent prevezme úlohu odborníka a predstaví svoju tému triede. Študenti v triede môžu klásť otázky. Ak študent nevie odpovedať, môže skúšku absolvovať. V tomto prípade sa pokúsi odpovedať spolužiak, ktorý zhromaždil informácie na rovnakú tému.

Aktivita 4: Hovoriaci kolotoč

Každý študent dostane malú kartičku so základnými emóciami na jednej strane a zložkami emócie na druhej strane. Vytvoria dvojice a potom musia tri minúty hovoriť o základnej emócií podľa vlastného výberu a analyzovať základnú emóciu pomocou zložiek emócie. V prípade potreby si pripravte otázky k jednotlivým zložkám.

Po uplynutí času sa vonkajší kruh posunie ďalej a vytvoria sa nové dvojice.

Hodnotenie a odporúčania:

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

Po hodine môžete urobiť písomný test s otvorenými otázkami, aby ste posúdili vedomosti študentov. Ako východisko sa odporúča použiť test v prílohe tejto knihy.

Poznámky pre lektorov:

Na internete nájdete množstvo zdrojov, z ktorých sa dajú vytlačiť hotové kartičky emócií.

Odporúčaná literatúra

McLaren, K. (2010). *The language of emotions: What your feelings are trying to tell you: Sounds True.*

Oatley, K. (1992). *Best laid schemes: The psychology of the emotions: Cambridge University Press.*

Oatley, K., Keltner, D., & Jenkins, J. M. (2006). *Understanding emotions: Blackwell publishing.*

Smith, T. W. (2015). *The book of human emotions: An encyclopedia of feeling from anger to wanderlust: Profile books*

Kapitola 11: Agresivita: Povaha, príčiny a kontrola

Prof. Mariya Aleksieva, PhD; Prof. Milen Baltov, PhD; doc. Prof. Krasimira Mineva, PhD; doc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Prof. Gergana Kirova
Burgaski Svoboden Universitet, Bulharsko

Kontext a zdôvodnenie:

Správne pochopenie agresie a jej úlohy v každodennom živote je dôležité pre zlepšenie sebareflexie a seba porozumenia, pre rozvoj sebakontroly na emocionálnej, kognitívnej a behaviorálnej úrovni, pre primerané ventilovanie hnevu a nahradenie agresívneho správania asertívnym správaním, pre úspešné zvládanie každodenných frustrácií a situácií, keď sme objektom agresívneho konania, pre cielenú a účinnú preventívnu prácu na zvládanie hnevu a agresie.

Kľúčové témy:

Definície a teórie agresie; vzťah medzi frustráciou a agresiou; príčiny výskytu agresívnych prejavov; vplyv mediálnej agresie na jednotlivca; znižovanie hnevu a agresie.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Pochopiť povahu a druhy (nepriateľskej a inštrumentálnej) agresie.
- Rozlišovať medzi agresívnymi a neagresívnymi vzorcami správania.
- Rozpoznať príčiny a faktory, ktoré vedú k agresívnym prejavom - neurologické a chemické príčiny, faktory prostredia, priama provokácia atď.
- Riadiť sa hlavnými teóriami agresie: Agresia a frustrácia, teória sociálneho učenia, teória vybitia agresívnych impulzov a katarzie atď.
- Vedieť, ako znížiť agresivitu zvýšením empatie, znížením hnevu a negatívnych emócií, zvýšením frustračnej tolerancie atď.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

- Študenti si majú pozrieť vzdelávacie video s názvom *Agresia: Povaha, príčiny a kontrola* dostupné na kanáli YouTube *Flipped Methods in Psychology*
- Pre študentov bol pripravený test s uzavretými otázkami (pozri prílohu).

Výsledky testu vyplneného pred lekciami poskytujú študentom a vyučujúcim informácie o úrovni osvojenia si učiva prezentovaného vo videu, o nedostatkoch a ťažkostiach pri pochopení pojmov a teórií súvisiacich s témou, na ktorú by sa mala zamerať práca na hodine.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Počas lekcie sa študenti naučia rozpoznať vlastné včasné varovné signály rastúceho napätia, hnevu a pripravenosti reagovať agresívne (aktivita 1).

Potom majú možnosť zúčastniť sa skupinovej diskusie a podeliť sa o svoje skúsenosti z vopred vyplneného „denníka hnevu“, v ktorom podrobne opisujú situácie a myšlienky súvisiace s napätím a agresívnou pripravenosťou (aktivita 2) a ako sa vyrovnali s vlastnou frustráciou zmenou negatívnych myšlienok a maladaptívnych vzorcov myslenia v týždni, ktorý predchádzal diskusii (aktivita 3).

Nakoniec sú študenti požiadaní, aby v skupinách vypracovali krátky program o prevencii hnevu a agresie v škole s využitím voľne dostupných internetových zdrojov a metódy brainstormingu (aktivita 4).

Aktivita 1: Rozpoznanie včasných varovných signálov rastúceho napätia

Účastníci: Skupina 15 študentov

Trvanie: 30 minút

Opis aktivity:

Študenti preskúmajú svoje vlastné včasné varovné signály rastúceho napätia a hnevu. Na tento účel vyučujúci vydá nasledujúce pokyny:

„Urobte si zoznam včasných varovných príznakov a pridajte k svojmu osobnému zoznamu všetky ďalšie príznaky, ktoré sa môžu vyskytnúť. Potom ich preskúpte - od najľahších prejavov hnevu až po takmer neznesiteľné príznaky.

Napíšte si na stránku, čo musíte urobiť, ako budete reagovať a aké myšlienky by vám pomohli vyrovnáť sa s týmito príznakmi a zastaviť narastajúce napätie, buďte kreatívni. Po úprave zoznamu sa podelte o svoje skúsenosti s ostatnými členmi skupiny.“

Aktivita 2: „Denník hnevu“

Účastníci: Skupina 15 študentov

Trvanie: 40 minút

Opis aktivity:

Nasledujúce cvičenie ponúkame ako domácu úlohu. V rámci nasledujúceho sedenia každý účastník v rámci skupinovej diskusie podá správu o tom, ako sa mu darilo plniť domáce úlohy a aké skúsenosti získal z cvičenia s denníkom hnevu.

Dátum (čas)	Opis situácie	Dešifrovanie myšlienok	Emocionálne vzrušenie Škála: 1-10	Agresívne správanie Škála: 1-10

Aktivita 3: Zníženie frustrácie zmenou myšlienok

Účastníci: Skupina 15 študentov

Trvanie: 40 minút

Opis aktivity:

Vyučujúci ponúka nasledujúce cvičenia ako domácu úlohu. Účastníkom poskytuje tieto poznatky:

„Cieľom tohto cvičenia je poskytnúť príležitosť na precvičenie adaptívnejšieho myšlienkového procesu pomocou *Techniky troch pilierov*. Keď ste frustrovaní, urobte si prestávku, vezmite si papier a pero, rozdeľte si hárok na tri stĺpce a do prvého stĺpca začnite zapisovať svoje negatívne myšlienky. V druhom stĺpci sa pokúste identifikovať škodlivé vzorce myslenia pomocou vzorov uvedených v tabuľke. V treťom stĺpci sa pokúste preformulovať svoje negatívne myšlienky a pozrite sa na ne z pozitívnejšej perspektívy. Pozrite si príklad a skúste si vytvoriť vlastnú tabuľku tak, že do nej zapíšete svoje obvyklé negatívne myšlienky a vzorce myslenia a pokúsite sa ich prepracovať adaptívnym a pozitívnym smerom.“

Po splnení úlohy doma trieda diskutuje o tom, s akými ťažkosťami sa študenti stretli, ako ich prekonal a čo považujú za svoj nesporný úspech.

Negatívne myšlienky	Mentálne vzorce	Prispôsobivé myšlienky
„Nie všetko robím správne.“	Prílišné zovšeobecnenie	„Nie som dokonalý, ale to nie je nikto.“
„Som nedbalý a sebecký.“	Označovanie; Personalizácia	„Nie som sebecký a zbytočný. Starám sa o iných, ale musím sa starať aj o seba.“
„Vedel som, že som im nemal veriť. Nabudúce si budem musieť všetko urobiť sama.“	Nerobte unáhlené závery; pokyny typu „musíš“	„Neviem, prečo neprišli, ale potreboval som ich pomoc, takže musíme nájsť spôsob, ako to zvládnuť pomocou iných.“

Aktivita 4: Vytvorenie krátko programu na prevenciu agresie

Účastníci: Skupina 5 študentov

Trvanie: 90 minút

Opis aktivity:

Skupinová práca na vytvorenie krátkeho vzdelávacieho modulu o prevencii agresie v škole na základe poznatkov o znižovaní agresie prezentovaných v školiacom videu. Účastníkom sa odporúča používať rôzne internetové zdroje s pripravenými cvičeniami na zvládanie hnevu, zvyšovanie empatie, rozvoj komunikačných a sociálnych zručností atď. Vyučujúci v priebehu 5 minút stručne predstaví metódu brainstormingu a ponúkne skupine, aby si ju vyskúšala v praxi s cieľom zvýšiť kreativitu účastníkov a efektívnosť skupinovej práce.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

Hodnotenie a odporúčania:

Po skončení práce na hodine vyučujúci ponúkne študentom vyplniť úlohu po skončení testu s názvom „Agresia: povaha, príčiny a kontrola“ (pozri prílohu: post-test), vyhodnotí výsledky a poskytne účastníkom testu spätnú väzbu o úrovni ich vedomostí o téme agresie v medziľudských vzťahoch.

Poznámky pre lektorov:

Vyučujúci by mal vytlačiť pracovné listy k cvičeniam č. 2 a 3, rozdať ich účastníkom skupiny a dať im pokyn, aby splnili domáce úlohy, ktoré sú súčasťou týchto cvičení, aspoň týždeň pred prácou na túto tému na hodine.

Odporúčaná literatúra

Allen, J. J., & Anderson, C. A. (2017). General Aggression Model. In P. Roessler, C. A. Hoffner, & L. van Zoonen (Eds.) *International Encyclopedia of Media Effects*. Wiley-Blackwell. DOI: 10.1002/9781118783764.wbieme0078.

Aronson, E. (2011). *The Social Animal* (11th edition). Worth Publishers.

Aronson, E., Wilson, T., Akert, R., Sommers, S. (2015). *Social Psychology* (9th Edition). Pearson.

Krahé, B. (2021). *The Social Psychology of Aggression* (3rd Edition). Routledge

Kapitola 12: Motivácia

Prof. Mariya Aleksieva, PhD; Prof. Milen Baltov, PhD; doc. Prof. Krasimira Mineva, PhD; doc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Prof. Gergana Kirova, Burgaski Svoboden Universitet, Bulharsko

Kontext a zdôvodnenie:

Aké veci nás skutočne motivujú konať? V dejinách psychológie navrhovali rôzne teórie, ktoré mali vysvetliť, čo motivuje ľudské správanie. Motivácia je sila, ktorá núti ľudí konať, reagovať, vzťahovať sa k niekomu alebo niečomu tak, ako sa rozhodnú v rôznych situáciách alebo za rôznych okolností. Motivácia má veľa spoločného s túžbou a ambíciami, a ak tieto nie sú prítomné, motivácia neexistuje. Motivácia je túžba dosiahnuť cieľ spojená s energiou pracovať na jeho dosiahnutí. Motívy sú pre danú osobu relatívne stabilné. Motivácia pritom nie je spôsobená len motívmi, ale vychádza aj z rôznych vonkajších, situačných faktorov: vplyv iných ľudí, vplyv prostredia, zložitosť vykonávanej úlohy atď.

Kľúčové témy:

- Čo je motivácia?
- Teórie motivácie
- Znaký na určenie motivácie
- Motivácia - druhy motivácie
- Funkcie motivácie
- Motivačné modely
- Budovanie motivačného systému a osobnostnej aktivity
- Motivácia pre profesionálnu realizáciu
- Postupy pre vnútornú motiváciu

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

Všeobecným cieľom hodiny je oboznámiť študentov s podstatou a niektorými teóriami motivácie, s druhmi motivácie a ich funkciami, so spôsobmi budovania motivačného systému v kontexte hľadania odpovede na otázku: Čo presne sa skrýva za motiváciou a prečo nás núti konať? Podrobnosti cieľa sa určujú na základe odpovede na otázku: Kde presne je hranica medzi nutkaním niečo urobiť a úprimnou túžbou niečo dosiahnuť? Cieľ sa dosahuje prostredníctvom konkrétnych úloh, ktoré priamo súvisia s hlavnými parametrami, v ktorých je učivo prezentované.

Očakávané výsledky

Vedomosti, zručnosti a postoje, ktoré by mali študenti získať/vyformovať na konci tohto modulu.

- Na úrovni VEDOMOSTÍ: Študenti sa oboznámia s významom motivácie pre ďalší rozvoj osobnosti; poznajú druhy motivácie a dokážu ich rozlíšiť; poznajú a uplatňujú

postupy vnútornej motivácie a uvedomujú si význam motivačných faktorov pre profesionálnu realizáciu.

- Na úrovni ZRUČNOSTÍ: Študenti dokážu rozlíšiť, ako funguje motivácia vo vzťahu k trom hlavným zložkám: Aktiváciu, vytrvalosť a intenzitu; dokážu vytvoriť schémy týkajúce sa hlavných zložiek a typov motivácie; dokážu formulovať motivačné rady a identifikovať potenciálne prekážky motivácie.
- Na úrovni vzťahov: Študenti vedia uviesť príklady druhov motivácie: vnútorná motivácia, pozitívna motivácia, negatívna motivácia, sociálna motivácia.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

- Študenti si pozrú video lekciiu o *motivácii*, ktorá je k dispozícii na kanáli *Flipped Methods in Psychology* na YouTube.
- Pre študentov bol pripravený test s uzavretými otázkami - *Motivácia - pre-test* (pozri prílohu). Otázky sú zamerané na najvšeobecnejšie parametre témy, ako napríklad: Ako je definovaná motivácia, hlavné teórie, charakteristiky, diferenciácia potrieb atď.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Aktivita 1: Aktivita pomocou aplikácie mentimeter.com

Vyučujúci pripraví úvodnú aktivitu pomocou aplikácie mentimeter.com. Otázka znie: „Aké asociácie vyvoláva slovo MOTIVÁCIA?“ Každý študent musí navrhnúť tri asociácie. Cieľom je vytvoriť prechod od odpovedí študentov k téme hodiny z hľadiska motivácie.

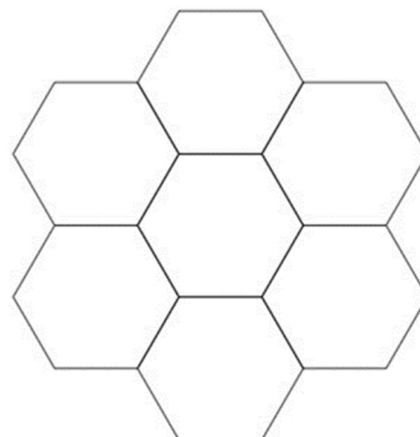
Aktivita 2: Prax šesťuholníkov

V obsahovej časti hodiny sa používa cvičenie na šesťuholníky (pozri obrázok). Na tento účel si vyučujúci musí pripraviť tabuľku s 15 kľúčovými pojmami súvisiacimi s motiváciou.

Šesťuholníky sa vystrihnú a do stredu každého z nich sa napíše pojem.

V triede sa študenti rozdelia do skupín po 4-5 a každej skupine sa rozdá sada šesťuholníkov s pojmami.

Úlohou je dotknúť sa dvoch šesťuholníkov, ak si členovia tímu myslia, že tieto dva pojmy majú niečo spoločné.



Vyučujúci by mal vysvetliť, že každá zo šiestich strán nemusí mať „suseda“, ale že šesťuholník môže mať maximálne šesť spojení s ostatnými.

Čas spracovania je 15-20 minút. Každá skupina komentuje a diskutuje o realizácii úlohy tak, aby vznikla ich vlastná „voština“ súvislostí. Keďže existujú tisíce možností, každá skupina bude mať iný „koláč“.

Potom každá skupina predstaví svoju prácu a vysvetlí prijaté rozhodnutia.

Príklad: Pojmy, ktoré sa môžu použiť:

hnacie sily	emócie	vplyv	akcia	potreby
správanie	ciele	faktory	túžby	udržateľnosť
ambície	ja riadim	úspech	motivácia	stav

Po lekcii - test

Aktivita „Motivácia - post-test“ po skončení lekcie zahŕňa hodnotenie vedomostí študentov prostredníctvom kvízu (pozri prílohu). Na rozdiel od testu pred lekciami sú všetky otázky v tomto teste otvorené a ich obsahové parametre vychádzajú z obsahu video lekcii. Video lekcii si študenti pozreli samostatne a táto Kapitola sa preberala aj na hodine.

Interakčný model:

Organizácia práce je nasledovná:

- Osobný tréning počas úvodných aktivít - aplikácia mentimeter.com, stanovenie témy, rozdelenie do tímov;
- Skupinová práca s využitím nácviku šesťuholníkov (vytvorenie „voštiny“ na základe kľúčových slov z obsahu motivačnej témy);
- Individuálna práca - študenti si doma vyplnia testy a pozrú si videomateriál.

Hodnotenie a odporúčania:

Každý študent dostane individuálnu známku na základe výsledkov testu pred hodinou.

Každý tím dostane kvalitatívne hodnotenie svojej práce po dokončení úlohy v triede na základe prezentácií každého tímu. Tým sa vytvára súťaž medzi tímami v kritickom myslení a kreativite pri navrhovaní jedinečných „voštín“.

Vyučujúci musí vypracovať vlastné kritériá prispôsobené veku a individuálnym charakteristikám študentov, ktoré zároveň súvisia s očakávanými výsledkami odpovedí na test po tom, čo si študenti pozreli video lekcii.

Poznámky pre lektorov:

Pre vyučujúceho je dôležité:

- venovať pozornosť príprave práce na danú tému.
- Aplikácia mentimeter.com - vývoj aktivít.

- Pre tímovú úlohu - vytvoriť tabuľku s pojmami charakteristickými pre objasnenie povahy a úlohy motivácie.
- Pripraviť si potrebný počet viet na dokončenie cvičenia so šesťuholníkom.
- Naplánovať rozdelenie študentov do tímov.
- Zohľadniť čas potrebný na prácu a prezentáciu „voštín“ študentmi.

Vyučujúci musí pripraviť krátke a jasné pokyny, ako urobiť test pred lekciami a test po skončení video lekcii; pokyny k video lekcii (na čo si majú študenti dávať pozor).

Odporúčaná literatúra

Palichev, I., Motivation and well-being of the individual, Abagar, 2021

Pink, D., Motivation, ed. East-West, 2012

Silverstein, S., The Success Model, Anhira, 2021

Covey, St., The Seven Habits of Highly Effective People, Kibea, 2010

Kapitola 13: Teória pripútania

Dr. Constantina Demetriou, Európska Univerzita Cyprus

Kontext a zdôvodnenie:

Teória pripútania zdôrazňuje dôležitosť citovej väzby dieťaťa k opatrovateľovi. Táto väzba ovplyvňuje vývoj dieťaťa počas celého jeho života. Predovšetkým pocit bezpečia, ktorý sa u dieťaťa rozvíja, mu pomáha efektívne spoznávať svet a rozvíjať zmysel pre seba. Naopak, narušenie alebo strata tejto väzby môže mať na dieťa emocionálny a psychologický vplyv, pretože v ňom vyvoláva pocit neistoty. Všetky typy pripútanosti majú vplyv na budúce vzťahy, sociálny, emocionálny a kognitívny vývoj dieťaťa.

Kľúčové témy:

Teória pripútania, Bowlby, Ainsworth, vnútorný pracovný model, experiment s cudzou osobou, bezpečné pripútanie, neisté-vyhýbavé pripútanie, neisté-ambivalentné pripútanie, dezorganizované pripútanie, dostupnosť opatrovateľa, kvalita starostlivosti, temperament.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Pochopiť hlavné vlastnosti lepenia.
- Opísať vývoj citovej väzby medzi dieťaťom a opatrovateľom.
- Vysvetliť interný pracovný model.
- Opísať štúdiu o zvláštnej situácii a jej cieľ.
- Získať prehľad o koncepte a rôznych typoch pripútanosti a ich význame pre vývoj dieťaťa.
- Diskutovať o rozdieloch v správaní detí a rodičov medzi týmito štyrmi typmi.
- Diskutovať o faktoroch, ktoré prispievajú k rozvoju bezpečného alebo neistého pripútania.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

Pred vyučovaním, študentom odporúčame pozrieť si video s názvom "Teória pripútania" (video je dostupné na kanáli YouTube "Flipped Methods in Psychology"), aby sa pripravili na hodinu. Je veľmi dôležité, aby spracovali hlavné aspekty tejto témy a zamerali sa na objasnenie toho, čo je pripútanosť, ako sa vyvíja a ako ovplyvňuje život detí a ich vzťah s rodičmi.

Okrem toho sú študenti požiadaní, aby vyplnili krátky dotazník (pozri prílohu: Pre-test), aby si overili, či porozumeli videu, ktoré videli.

Vyučujúci potom analyzuje výsledky odpovedí na tento dotazník a predloží ich triede na ďalšiu diskusiu.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Počas hodiny, vyučujúci najprv položí všeobecnú otázku, aby študenti pochopili hlavné definície. Potom predstaví výsledky pre-testu a prediskutuje ich so študentmi (aktivita 1). Okrem toho vyučujúci prednesie prezentáciu o teórii pripútanosti a jej fázach, pričom použije tabuľky, výsledky výskumu a videá. Vyučujúci sa bude venovať najmä štýlom pripútania a podeli sa s vami o niektoré poznatky o vzťahu pripútania medzi dieťaťom a opatrovateľom, vysvetlí princípy jednotlivých typov a interpretuje rozdiely v správaní dieťaťa a rodiča medzi jednotlivými štýlmi pripútania. Na základe tejto prezentácie požiada študentov o pozorovanie prípadovej štúdie (aktivita 2). Nakoniec so študentmi prediskutuje faktory, ktoré prispievajú k rozvoju jednotlivých štýlov pripútanosti, pričom ukáže niekoľko fotografií a uvedie príklady (aktivita 3).

Interaktívne aktivity

Aktivita 1: Diskusia v skupine

Cieľ: Skúmanie ich chápania definícií teórie pripútanosti.

Účastníci: Skupina 5 študentov

Trvanie: 20 minút

Pomôcky: Materiály a pomôcky: Papier, ceruzka.

Opis aktivity: Počas tejto diskusie sa študenti rozdelia do skupín po 3-4, aby diskutovali o svojich chybách a navrhli správne odpovede na základe odpovedí, ktoré uviedli v pre-teste. Takto majú možnosť spolupracovať na dosiahnutí spoločného cieľa, ktorým je správne zodpovedanie otázok pred testom. Na konci musí každá skupina prijať konečné rozhodnutie o správnej odpovedi. Potom budeme spoločne pracovať na identifikácii a objasnení najdôležitejších bodov definícií týkajúcich sa pripútanosti.

Aktivita 2: Skupinová práca a diskusia

Cieľ: Pozorovanie a identifikácia štýlu pripútania medzi dieťaťom a matkou a pochopenie správania dieťaťa a rodičov, ktoré tento špecifický štýl podporuje.

Účastníci: Skupina 5 študentov

Trvanie: 45 minút

Pomôcky: Materiály a pomôcky: Papier, ceruzka.

Opis aktivity: Študenti si pozrú krátke video s prípadovou štúdiou interakcie medzi dieťaťom a jeho rodičmi. Na videu je vidieť dieťa, ktoré sa hrá samo a v istom momente ho matka požiada, aby sa s ním hralo. Ukazuje, ako títo dvaja na seba vzájomne pôsobia, ako sa dieťa správa, keď ho matka požiada o disciplínu, ako matka reaguje, keď sa dieťa správa voči nej a svojim hračkám trochu agresívne, a čo sa stane, keď matka odíde do kuchyne variť, keď dieťa odíde samo a čo sa stane, keď sa opäť stretnú.

Potom sa študenti opäť rozdelia do skupín po 4. Musia medzi sebou diskutovať o tom, čo videli na videu, a musia vyplniť tabuľku na pozorovanie a identifikáciu štýlu pripútania medzi ním a matkou, charakteristík správania dieťaťa a správania matky. Aby mohli dospieť ku konečným záverom, musia najprv medzi sebou diskutovať o svojich poznatkoch a kriticky sa zamyslieť nad tým, ako môžu získané teoretické informácie uplatniť v praxi. Po druhé, musia vyriešiť hlavný problém, ktorým je identifikácia štýlu pripútania, a nakoniec musia zistiť, ktoré charakteristiky správania dieťaťa aj jeho matky zohrávajú úlohu pri rozhodovaní žiaka.

Každá skupina má za úlohu prezentovať triede jeden z najlepších príkladov. Ak sa odpovede jednotlivých skupín líšia, musia medzi sebou súťažiť, aby presvedčili zvyšok skupiny, že ich odpoveď je najlepšia. Musia vychádzať zo svojich pozorovaní.

Na záver vyučujúci poskytne študentom správnu odpoveď a vysvetlí im najdôležitejšie body štýlov pripútania. V tejto časti ide najmä o to, aby študenti pochopili, ako sa vyvíja štýl pripútania a ktoré faktory zohrávajú kľúčovú úlohu pri vyjadrovaní pripútania.

Aktivita 3: Individuálne vyhľadávanie vedeckých článkov

Cieľ: Vyhľadávanie publikovaného článku o aspoň jednom z troch faktorov, ktoré prispievajú k rozvoju bezpečnej a neistej pripútania.

Účastníci: Všetky študenti

Trvanie: 20 minút

Pomôcky: Prístup na internet, zariadenie (počítač, mobilný telefón alebo tablet)

Opis aktivity: Študenti musia vyhľadať v niekoľkých online databázach (najlepšie v tých, ktoré sa týkajú psychologických časopisov) celkovo dva články týkajúce sa faktora, ktorý ovplyvňuje vývoj bezpečnej a neistej pripútania. Vyučujúci dá niekoľko pokynov, ako si článok stručne prečítať (napr. najprv si má prečítať zhrnutie a potom časť s výsledkami a pokúsiť sa identifikovať súvislosti medzi prílohou a príčinou).

Na konci hľadania musí každý študent vymenovať faktory a predstaviť ich triede.

Nakoniec vyučujúci dá všetkým študentom súbor v programe Excel a každý z nich musí vyplniť tabuľku s údajmi o každom článku (názov, autor/i, rok vydania, názov faktora a malý opis toho, ako daný faktor prispieva). Po vložení všetkých príspevkov sa hotový súbor Excel bude používať ako databáza na ďalšie čítanie.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

Po skončení hodiny vyučujúci požiada študentov, aby v prípade záujmu vyplnili post-test (pozri prílohu: Post-test). Vyučujúci vyhodnocuje vykonané testy kvalitatívne aj kvantitatívne za účelom reflexie na hodinu.

Hodnotenie a odporúčania:

Existuje niekoľko typov hodnotení.

- Otázky do krížovky:

- Audiovizuálna prezentácia
- Písomná skúška
- Účasť na vzdelávacích aktivitách v skupine

Poznámky pre lektorov

Je dôležité, aby si vyučujúci vopred vybral videá, ktoré chce použiť ako pomocný materiál. Je potrebné vytvoriť niekoľko videí: (1) Prezentácia experimentu „Zvláštna situácia“; (2) Hľadanie prípadovej štúdie o interakcii medzi dieťaťom a matkou. Tieto dve videá nájdete na YouTube.

Dôležité je tiež vopred si pripraviť tabuľku, ktorú budú musieť študenti vyplniť v úlohe 2. Tabuľka musí obsahovať tri stĺpce: Štýl pripútania, správanie dieťaťa a správanie rodiča. Okrem tejto tabuľky musí vyučujúci vytvoriť spoločný súbor v Exceli, do ktorého študenti vložia články, ktoré našli v aktivite 3. V niekoľkých stĺpcoch by mal byť uvedený názov článku, autor(i), názov časopisu (číslo zväzku a čísla) a opis vzťahu medzi faktorom a štýlom pripojenia.

Odporúčaná literatúra

Keenan T., Evans, S. & Crowley K. (2016) *An Introduction to Child Development* Chapter 10: Emotional Development, Section: The development of attachment, pp 259-265.

McKenna, E. (2009). *Cultural Influences on Attachment Behaviours*. Master's Thesis, University of British Columbia, Alberta

Levy, K. N., Ellison, W. D., Scott, L. N., and Bernecker S. L. (2010). Attachment style. *Journal of Clinical Psychology*, 67(2), 193 – 203. doi:10.1002/jclp20756

Kapitola 14: Podporujúce vzdelávanie

István Zsigmond, Károli Gáspár University of the Reformed Church, Hungary

Kontext a zdôvodnenie:

V posledných rokoch rastie povedomie o dôležitosti pochopenia súvislosti medzi disciplinárnymi opatreniami a duševným zdravím. Ukázalo sa, že disciplinárne opatrenia majú významný vplyv na emocionálnu a psychickú pohodu študentov a disciplinárne problémy môžu vzniknúť, ak tieto opatrenia nie sú prispôsobené potrebám študentov. Preto je dôležité, aby pedagógovia a rodičia dbali na to, aké metódy používajú pri výchove svojich detí.

Jedným z faktorov, ktoré môžu prispieť k disciplinárnym problémom v škole, je konflikt záujmov. Ak majú žiaci pocit, že sa neberú do úvahy ich záujmy a potreby, môžu sa stať vzdorovitými alebo opozičnými. To môže viesť k porušeniu disciplíny a spôsobiť ďalšie problémy. Preto je dôležité, aby si učitelia uvedomovali individuálne potreby žiakov a vytvárali prostredie, ktoré je priaznivé pre ich úspech.

Podpora vzdelávania je obzvlášť dôležitá v škole, pretože je to hlavná inštitúcia, ktorá poskytuje mladým ľuďom formálne vzdelanie. Tu je niekoľko dôvodov, prečo je podpora vzdelávania v školách dôležitá:

- Úspechy Podpora vzdelávania pomáha študentom dosiahnuť študijný úspech. Ak sú študenti motivovaní k učeniu a povzbudzovaní, aby sa venovali svojim záujmom, je pravdepodobnejšie, že budú dosahovať dobré výsledky v štúdiu.
- Príprava na povolanie: Vzdelávanie má zásadný význam pri príprave študentov na pracovný život. Podpora vzdelávania pomáha študentom rozvíjať zručnosti a vedomosti, ktoré potrebujú pre budúci kariérny úspech.
- Celoživotné vzdelávanie: Podpora vzdelávania pomáha vzbudiť radosť z učenia a túžbu po celoživotnom vzdelávaní. Je to dôležité, pretože svet sa neustále mení a jednotlivci musia byť prispôsobiví a neustále sa učiť, aby uspeli v dnešnej spoločnosti.
- Socializácia: Podpora vzdelávania pomáha žiakom rozvíjať sociálne zručnosti a budovať vzťahy s rovesníkmi. Je to dôležité pre ich celkovú pohodu a budúci úspech.
- Vlastné imanie: Podpora vzdelávania je základným predpokladom podpory rovnosti príležitostí vo vzdelávaní. Všetci študenti si zaslúžia prístup ku kvalitnému vzdelávaniu bez ohľadu na ich pôvod alebo sociálno-ekonomické postavenie.

Celkovo možno povedať, že podpora vzdelávania v školách má zásadný význam pre študijné výsledky, prípravu na povolanie, celoživotné vzdelávanie, socializáciu a podporu spravodlivosti vo vzdelávaní.

Kľúčové témy:

Disciplína a duševné zdravie, ciele nevhodného správania v škole, reflex rozpoznávania, zásady povzbudzujúcej výchovy

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Pochopenie súvislosti medzi disciplinárnymi metódami a duševným zdravím
- Pochopenie vzťahu medzi konfliktom záujmov a disciplinárnymi problémami v škole
- Pochopenie príčin strachu a neistoty študentov
- Lepšie pochopenie motivácie správania žiakov v škole
- Konceptia cieľov pre zlé správanie v škole - Dreikursov prístup
- Pochopenie konceptu metakognície
- Pochopenie konceptie a princípov povzbudzujúceho vzdelávania
- Vyskúšanie si praktickej aplikácie povzbudzujúcich techník

Pedagogické prístupy a aktivity

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Aktivita 1: Interpretácia fotografií

Pripravte si niekoľko fotografií s príkladmi nevhodného správania v škole (napr. ničenie predmetov, odhadzovanie odpadkov alebo bitky). Vytvorte skupiny po 3-4 študentoch. Každá skupina má za úlohu vybrať si fotografiu a 5 minút sa rozprávať o otázkach typu: Aké sú možné dôvody nesprávneho správania? Každá skupina môže uviesť niekoľko alternatívnych dôvodov správania a vysvetliť rozdiel medzi jednotlivými dôvodmi.

Aktivita 2: Okrúhly stôl

Rozdeľte študentov do malých skupín. Každý člen skupiny sa postupne podeli o svoje nápady alebo myšlienky týkajúce sa základných myšlienok povzbudzujúceho vzdelávania (ako boli prezentované vo videu pred rozhovorom), zatiaľ čo zvyšok skupiny počúva a reaguje.

Aktivita 3: Krátke prednášky

Pripravte šesť skupín a každej skupine dajte opísať jeden zo šiestich princípov, ktoré môžu pomôcť dieťaťu získať pocit bezpečia, ako ich zhrnula Edith Nassier. Každá skupina by mala vypracovať niekoľko praktických situácií, v ktorých sa dá princíp uplatniť, a svoje nápady prezentovať v 2-3-minútovej prezentácii.

Jeden študent prevezme úlohu odborníka a predstaví svoju tému triede. Študenti v triede môžu klásť otázky. Ak študent nevie odpovedať, môže skúšku absolvovať. Ostatní študenti sú vyzvaní, aby sa podelili o svoje myšlienky k prezentovanej téme.

Aktivita 4: Všetky deti potrebujú povzbudenie

Účastníci sú rozdelení do 5 skupín. Každá skupina dostane kópiu kresby, ktorú vytvorilo dieťa. Každá kresba má falošné, škaredé prvky. Členovia skupiny napíšu, čo by dieťa povedalo o kresbe. Ak jazyk vedúcich skupín obsahuje kritiku, tútor navrhne zmeniť ho na povzbudenie.

Aktivita 5: Otázky a odpovede

Študenti vytvoria dvojice. Jeden z dvojice položí otázku, ktorej odpoveď bola ukázaná vo výučbovom videu. Druhý člen páru odpovedá. Ak nevedia odpovedať, zadávateľ otázky ich opraví. Potom si vymenia úlohy.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

Hodnotenie a odporúčania:

Po hodine môžete urobiť písomný test s otvorenými otázkami, aby ste posúdili vedomosti študentov. Ako východisko sa odporúča použiť test v prílohe tejto knihy.

Poznámky pre lektorov:

Na internete nájdete celý rad zdrojov detských kresieb pripravených na tlač.

Odporúčaná literatúra

C. Holley, Lynn – Steiner, Sue (2005) SAFE SPACE: STUDENT PERSPECTIVES ON CLASSROOM ENVIRONMENT, *Journal of Social Work Education*, 41(1). pp. 49-64.

Stefanou, Candice R.- Perencevich, Kathleen C.- DiCintio, Matthew- Turner, Julianne C. (2004): Supporting Autonomy in the Classroom . Ways Teachers Encourage Student Decision Making and Ownership. *Educational Psychologist*, 39 (2) pp. 97-110.

Wilens, William W. : Encouraging Reticent Students' Participation in Classroom Discussions .*Social Education* 68(1), pp. 51-56

Kapitola 15: Nonverbálna komunikácia

Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros, J. Selye University

Kontext a zdôvodnenie:

Komunikácia je sociálna interakcia, pri ktorej sa vedome alebo nevedome odovzdávajú informácie. My, ľudia, neustále komunikujeme, aj vtedy, keď si to neuvedomujeme, čiže je zrejmé, že komunikácia nemá len ústnu alebo len písomnú formu. Komunikácia sa preto môže realizovať rôznymi spôsobmi pomocou komunikačných kanálov, na základe čoho rozlišujeme verbálnu a neverbálnu komunikáciu. Verbálnou komunikáciou je označované komunikácia slovná pomocou reči. Neverbálna komunikácia zahŕňa všetky prejavy komunikácie, ktoré sú neslovné (neverbálne). Význam neverbálnej komunikácie predstavuje podľa profesora psychológie Mehrabiana až 55% komunikácie. Ďalších 38% predstavuje tón a hlas. Prekvapivo majú slová iba miernu, 7%-nú dôležitosť. Inak povedané, 93% komunikácie vysielame inak, než slovné. „Celé naše správanie je komunikácia.“ (Gregory Bateson) V celku môžeme konštatovať, že to, čo vyjadrujeme a pociťujeme, je väčšmi späté s tým, ako komunikujeme neverbálne, než s tým, čo hovoríme slovami.

Kľúčové témy:

Modul sa zameriava na definovanie pojmu neverbálna, nonverbálna komunikácia, ďalej na charakteristiku jej zložiek a možných foriem.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Študenti budú vedieť správne definovať a chápať pojem neverbálna, nonverbálna komunikácia.
- Študenti sa budú vedieť orientovať v existujúcich zložkách nonverbálnej komunikácie.
- Študenti sa budú vedieť orientovať v rôznych formách nonverbálnej komunikácie.
- Študenti budú chápať dôležitosť a význam nonverbálnej komunikácie.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

Študentom sa poskytne video učiva s názvom *Nonverbálna komunikácia*, dostupné na: Názov youtube kanálu *Flipped Methods in Psychology*.

Študenti vyplnia test (pre-test) s názvom *Nonverbálna komunikácia*, vid'. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvantitatívneho i kvalitatívneho hľadiska, na základe čoho vie pripraviť a rozvrhnúť priebeh vyučovacej hodiny.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Aktivita1: Mapa nonverbálnej komunikácie

Mapa nonverbálnej komunikácie, obraz človeka, ľudí s označením nonverbálnych kanálov, foriem a zložiek nonverbálnej komunikácie.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na vytvorenie mapy, ktorého cieľom je ilustrácia všetkých možností nonverbálnej komunikácie. V prvom rade je dôležité, aby účastníci ovládali zložky, formy nonverbálnej komunikácie a ďalej, aby si to vedeli vizuálne vyjadriť, označiť.

Ciele: Hlavným cieľom aktivity je, aby si účastníci prostredníctvom vlastnej kresby uvedomili množstvo nonverbálnych kanálov a možností, ako môže človek komunikovať okrem slovnej, verbálnej komunikácie. Farebné, vizuálne znázornenie kanálov, zložiek a foriem nonverbálnej komunikácie môže pomôcť pri vyjadrovaní sa a pri chápaní komunikácie iných.

Metóda, spôsob práce: individuálna práca

Počet účastníkov: min. 2

Materiály, pomôcky: papier a farebné perá, ceruzky

Časové trvanie aktivity: min. 5 min. pre prípravu a min. 5 min. pre prezentáciu pre každého účastníka

Priebeh: Vyučujúci účastníkom rozdá papiere a farebné perá, ceruzky. Účastníci si nakreslia jednoduchú ľudskú postavu na stred papiera. Následne rôznymi farbami ilustrujú, znázorňujú nonverbálne kanály, možnosti neverbálnej komunikácie podľa vlastnej predstavy. Je dôležité, aby sa účastníci snažili o znázornenie čím viac možností a foriem, do ktorého môžu zakomponovať, znázorniť aj okolité prostredie, iných ľudí alebo predmetov. Po uplynutí 5 minút si účastníci prezentujú vytvorené mapy formou výstavy, v rámci ktorej si navzájom ukážu a komentujú vytvorené mapy.

Vyučujúci v tejto aktivite hrá rolu moderátora, facilitátora. Manažuje priebeh aktivity, podporuje prácu účastníkov, riadi časové trvanie aktivity. Pre inšpiráciu môže nakresliť ľudskú postavu na tabuľu a ilustrovať jednu z možností nonverbálnej komunikácie. Ďalej môže upriamiť pozornosť na menej známe, jednoznačné možnosti.

Aktivita 2: *Nonverbálna komunikácia emócií*

Vyjadrenie základných emócií - radosť, smútok, hnev, prekvapenie, strach, hnus prostredníctvom nonverbálnej komunikácie.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na možné spôsoby vyjadrenia emócií bez používania verbálneho prejavu. Ďalej sa aktivita orientuje na správne rozoznanie a chápanie komunikovaných emócií.

Ciele: Cieľom aktivity je upriamiť na pozornosť na význam nonverbálnej komunikácie pri vyjadrení a chápaní vjaderných emócií.

Metóda, spôsob práce: Skupinová práca

Počet účastníkov: min. 10 účastníkov

Materiály, pomôcky: papier, pero pre každú skupinu a vopred pripravené zoznamy emócií pre každú skupinu (najlepšie je, ak poradie zoznamu emócií je odlišné pre každú skupinu)

Časové trvanie aktivity: cca 20-25 min.

Priebeh: Vyučujúci rozdelí účastníkov do skupín - v skupinách má byť rovnaký počet účastníkov a najlepšie minimálne 3 účastníci v každej skupine. Každá skupina si určí poradie účastníkov a usporiadajú sa do radoch. Posledný člen každej skupiny dostane prázdny papier a pero, prvý

člen skupiny dostane zoznam emócií. Prvý člen každej skupiny sa otočí smerom k vyučujúceho, ostatný opačne, chrbtom. Vyučujúci dá signál, kedy sa aktivita začína. Aktivita prebieha nasledovne: prvý člen skupiny, kto má zoznam emócií, ukáže nonverbálnym spôsobom ďalšiemu členovi v rade, ten to komunikuje ďalej na základe vlastného pochopenia. Takto členovia pokračujú, kým posledný člen napíše na papier rozoznanú emóciu. Potom nasledujú ďalšie kolá s ostatnými emóciami. Po skončení celého zoznamu každá skupina si spolu porovná zoznam prvého a posledného člena. Skupiny majú príležitosť prediskutovať a vzájomne si zdieľať skúsenosti, zážitky.

V prípade tejto aktivity je vyučujúci moderátorom aktivity, dáva signál pre začiatok každého kola a sleduje, aby každá skupina stihla dokončiť a napísať emóciu. Vyučujúci ďalej sleduje, aby účastníci komunikovali iba nonverbálne a iba emócie navrhnuté v zoznamoch.

Aktivita dáva možnosť pre flexibilné variovanie a zmenu podmienok a pravidiel – napr. vyučujúci môže špecifikovať nonverbálne kanály – napr. komunikácia iba rukami, iba tvárou, iba očami, iba pohybmi úst a pod.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

Študenti vyplnia test (post-test) s názvom *Nonverbálna komunikácia*, vid'. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvalitatívneho i kvantitatívneho hľadiska, na základe čoho reflektuje na vyučovaciu hodinu.

Hodnotenie a odporúčania:

Pre hodnotenie osvojených vedomostí slúži post-test k téme. Pre záver témy s cieľom reflexie a poskytnutia spätnej väzby je preto užitočné navrhnúť úlohu, menej formálnu aktivitu v duchu kreatívnej práce.

Aktivita: Napíš báseň alebo zlož pesničku o nonverbálnej komunikácii

Ako záver kurzu si účastníci vytvoria vlastné diela na tému nonverbálna komunikácia. Môžu to urobiť formou básne alebo spievanej piesne, v prípade piesne je potrebné komponovať aj melódiu na napísaný text piesne. Diela si účastníci môžu pripraviť individuálne, vo dvojiciach, malých alebo vo väčších skupinách, závisí to od počtu členov a zloženia skupiny. Pravidlá, kritériá pre vytvorenie umeleckého diela si môže vyučujúci flexibilne variovať podľa možností, alebo individuálnych potrieb účastníkov – môže sa určiť rozsah (minimálny a maximálny počet riadkov) diela, Kapitola (vyučujúci môže zvoliť súbor pojmov, alebo časť témy, napr. zložky alebo formy nonverbálnej komunikácie, ktoré vytvorené dielo musí povinne obsahovať), alebo štýl (charakter alebo žáner) diela. Účastníci si vytvorené diela následne prezentujú, predvedú.

Poznámky pre lektorov:

S cieľom doplnenie vedomostí o ďalšie relevantné informácie, prípadne zaujímavosti je možné odporúčať nasledujúce materiály: <https://youtu.be/1sfM-xx7tHI>, <https://youtu.be/0cIo0PkBs2c>, <https://youtu.be/vicuZSOChYQ>, https://youtu.be/bWyhsqh_e9s, <https://www.skillsyouneed.com/ips/nonverbal-communication.html>.

Odporúčaná literatúra:

Drliková, E. a kol.: Učiteľská psychológia. Bratislava, SPN 1992

Lewis, D.: Tajná reč tela. Praha, Victoria Publishing 1995

Buda, B.: Empatia. Nové Zámky, Psychoprof 1994

Šútovec, J. a kol.: Psychológia a pedagogika. Martin, Osveta 1994

Brockman, John; Matsonová, Katika. Ako sa veci majú. Bratislava : Archa, 1996. Ako komunikujeme, s. 158. ISBN 80-7115-111-4.

Škvareninová, Oľga: Rečová komunikácia. Bratislava: Svornosť, a.s., 2004. 278 s. ISBN 80-10-00290-9

Kapitola 16: Predsudky a diskriminácia

Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros, J. Selye University

Kontext a zdôvodnenie:

O stereotypoch a predsudkoch sa rozpráva veľa, avšak často si ľudia mýlia jeden pojem s druhým, napriek tomu, že tvoria súčasť každodenného života. Práve z toho dôvodu je mimoriadne dôležité vysvetlenie týchto pojmov, aby nadväznosť ďalších pojmov, ako napríklad diskriminácia bola správne chápaná a definovaná. S identitou každého človeka, s jeho identifikáciou s určitou skupinou, či už etnickou, náboženskou, vekovou alebo záujmovou sa spájajú pojmy stereotyp a predsudok. Tvoria súčasť základnej výbavy identity, podieľajú sa na jej formovaní a udržiavaní. Skúmanie diskriminácie umožňuje lepšie pochopiť, ako ovplyvňuje životy ľudí. Vzdelávanie a pôsobenie sa považujú ako najúčinnejšie nástroje v boji proti predsudkom. Správne vzdelávanie môže napríklad odhaliť, z čoho pramenia predsudky, umožní nám objektívnejšie preskúmať vlastné postoje a pomôže nám múdro sa zachovať, keď sa staneme obeťou predsudkov.

Kľúčové témy:

Cieľom učiva je v prvom rade definovanie správneho chápania pojmov stereotypy, predsudky, diskriminácia a ich vplyvu na správanie a rozhodovanie človeka. Ďalším cieľom je vyzdvihnutie spoločných a rozdielnych špecifik jednotlivých javov a poukázanie na vzájomnú prepojenosť medzi uvedenými pojmi.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Študenti budú vedieť správne definovať a chápať pojmy stereotyp, predsudok, diskriminácia vrátane spoločných a rozdielnych špecifik jednotlivých javov.
- Študenti sa budú vedieť orientovať v druhoch a rôznych typoch stereotypov a predsudkov.
- Študenti budú chápať vzájomnú prepojenosť medzi javmi a nadväznosť uvedených pojmov.
- Študenti budú chápať dôležitosť uvedených javov a miesto vzdelania a správneho pôsobenia v boji proti predsudkom a diskriminácii.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním:

Študentom sa poskytne video učiva s názvom *Predsudky a diskriminácia*, dostupné na: Názov youtube kanálu *Flipped Methods in Psychology*.

Študenti vyplnia test (pre-test) s názvom *Predsudky a diskriminácia*, vid'. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvantitatívneho i kvalitatívneho hľadiska, na základe čoho vie pripraviť a rozvrhnúť priebeh vyučovacej hodiny.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Aktivita 1: Kvíz

Kvíz sa zameriava na bežne známe stereotypy a verejnej mienky voči určitým skupinám.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na poukázanie verejnej mienky a stereotypov voči skupinám ľudí, ďalej na to, ako ľahko kategorizujeme ľudí na základe stereotypov a zovšeobecňujeme členov určitej skupiny.

Ciele: Hlavným cieľom aktivity je upriamenie pozornosti na silu verejnej mienky a kategorizácie na základe stereotypizácie. V prvom rade je dôležité, aby popis charakteristika určitej skupiny, stereotypu bolo v súlade s bežnou mienkou danej spoločnosti. Ďalej je dôležité, aby v jednotlivých popisoch, charakteristikách boli pozitívne a negatívne charakteristiky viacmenej v rovnováhe, aby uvedené kategorizácie nemali výlučne pozitívne alebo negatívne zameranie.

Metóda, spôsob práce: individuálna alebo skupinová práca

Počet účastníkov: min. 1

Materiály, pomôcky: pre účastníkov žiadne, prípadne papier a pero pre zaznamenanie typov a odpovedí účastníkov, pre vyučujúceho je potrebný zoznam vopred pripravených kvízových otázok, popisov stereotypov

Časové trvanie aktivity: min. 10 -15 minút (časové trvanie závisí aj od počtu predpripravených charakteristík a od dĺžky záverečnej diskusie)

Priebeh: Vyučujúci vyzve účastníkov na účasť v hre z názvom kvíz na tému stereotypy. Vyučujúci nahlas prečíta vopred pripravené charakteristiky jednotlivých stereotypov a po jednom si účastníci písomne alebo slovné hádajú, ktorej skupiny ľudí, ktorého stereotypu sa popis týka.

Vyučujúci v tejto aktivite hrá rolu moderátora. Manažuje priebeh aktivity, aby si účastníci vedeli vyjadriť odpovede, ďalej hrá mimoriadne dôležitú úlohu pri závere aktivity, aby nechal dostatočný priestor a podporoval diskusiu o jednotlivých stereotypoch. V závere aktivity je veľmi dôležité, aby upriamil pozornosť na to, že stereotypy a predsudky môžu byť skreslené nesprávnymi informáciami a že kategorizácia do skupín môže mať aj negatívne vplyvy.

Aktivita dáva možnosť pre flexibilné variovanie a zmenu podmienok a pravidiel – napr. formulovanie stereotypov podľa vopred určeného kritéria (napr. stereotypy v téme povolání, alebo národnostných skupín), alebo spôsob práce môže byť individuálny alebo skupinový, odpovede môžu účastníci vyjadriť slovné nahlas alebo písomne, alebo účastníci môžu doplniť charakteristiku o ďalšie, vlastné predstavy, návrhy.

Aktivita 2: Situačná hra

Situačné hry zamerané na znázornenie bežne známych stereotypov, predsudkov, ktoré môžu viesť k diskriminácii.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na zdieľanie a získanie vlastných skúseností, zážitkov ohľadom stereotypizácie, diskriminácie. Jedna vec je vedieť o nejakých stereotypoch a iná vec je byť predmetom predsudkov alebo nerovného zaobchádzania. Aktivita sa zameriava na upriamenie pozornosti na negatívne následky stereotypov, predsudkov a diskriminácie, ďalej na rozlišovanie bežnej kategorizácie a diskriminácie na základe predsudkov.

Ciele: Cieľom aktivity je upriamiť pozornosť na množstvo existujúcich stereotypov a predsudkov v bežnej mienke spoločnosti. Ďalším cieľom aktivity je formovanie postojov, senzibilizácia účastníkov v tejto téme, aby pochopili význam a dôležitosť týchto spoločenských javov.

Metóda, spôsob práce: skupinová práca

Počet účastníkov: min. 3

Materiály, pomôcky: voľný priestor vhodný na situačné aktivity, na dramatizáciu, ďalej vopred pripravené situácie, v ktorých sa môže objaviť stereotypizácia

Časové trvanie aktivity: min. 45 min. (závisí od počtu vopred pripravených návrhov, scenárov a prípadne, ak účastníci majú ďalšie, vlastné návrhy, čas sa môže predĺžiť)

Priebeh: Vyučujúci navrhne situáciu, v ktorej sa objavuje kategorizácia, stereotypizácia a vyzve účastníkov na vlastné dramatické predvedenie situácie. Počet účastníkov, charakter situácie a návrhy účastníkov ovplyvňujú konkrétne postavy, príbeh a scenár dramatizácie.

V prípade tejto aktivity je vyučujúci moderátorom aktivity, manažuje priebeh aktivity a prípadne inšpiruje účastníkov, môže dať konkrétne návrhy pre dramatizáciu. Dôležité je, aby vyučujúci sledoval časové trvanie a priebeh konkrétnych scenárov a v prípade nejasností alebo problémov reagoval asertívne, nápomocne. Je veľmi dôležité dbať na vytvorenie a udržanie bezpečného, akceptujúceho prostredia.

Aktivita dáva možnosť pre flexibilné variovanie a zmenu podmienok a pravidiel – vyučujúci môže navrhnúť, aby účastníci dramatizovali tú istú situáciu v rôznych verziách, aby sa zameriavali na pozitívny alebo negatívny dopad danej situácie, aby inscenovali, ako by sa ľudia mali správať v týchto prípadoch, alebo sa zameriavali na tú istú situáciu z hľadiska jednotlivých postáv príbehu. Vyučujúci môže, ale nemusí pripraviť vopred situácie, môže sa stať, že účastníci si radšej navrhnu vlastné príbehy na základe vlastných skúseností.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

Študenti vyplnia test (post-test) s názvom *Predsudky a diskriminácia*, viď príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvalitatívneho i kvantitatívneho hľadiska, na základe čoho reflektuje na vyučovaciu hodinu.

Hodnotenie a odporúčania:

Pre hodnotenie osvojených vedomostí slúži post-test k téme. Pre záver témy s cieľom reflexie a poskytnutia spätnej väzby je preto užitočné navrhnúť úlohu, menej formálnu aktivitu v duchu kreatívnej práce.

Aktivita: *Voľný, neformálny rozhovor*

Aktivity zamerané na dramatizáciu si vyžadujú následné uvoľnenie, spracovanie zážitkov a skúseností. V rámci neformálneho rozhovoru majú možnosť účastníci voľne debatovať o tom, ako prežívali inscenované situácie, aké pocity, myšlienky ich sprevádzali pri aktivite. Ďalej môžu účastníci debatovať o ďalších situáciách, prípadne vlastných skúsenostiach, kedy sa stali obeťami diskriminácie, predsudkov, alebo ak účastníci sa prejavili v istých situáciách nesprávne kvôli skresleným predstavám. Môžu uviesť ďalej konkrétne situácie, kedy sa na základe vlastných skúseností ich mienka zmenila voči určitým osobám, skupinám.

Poznámky pre lektorov:

S cieľom doplnenie vedomostí o ďalšie relevantné informácie, prípadne zaujímavosti je možné odporúčať nasledujúce materiály: <https://youtu.be/zRwt25M5nGw>, <https://youtu.be/DJsY61MgkDU>, <https://youtu.be/lsl31fj4V0E>.

V prípade v súvislosti s Aktivitou 2 uvedenej vyššie pre inšpiráciu môžeme odporučiť, alebo v závere aktivity implementovať nasledujúce materiály: https://youtu.be/b2f2Kqt_KcE, https://youtu.be/1ZFMZ6_v2Oo, https://youtu.be/4p5286T_kn0,

Odporúčaná literatúra

10.3 predsudok. (n.d.). Obnovené z <https://open.lib.umn.edu/sociology/chapter/10-3-prejudice/>

Hare-Mustin, R. T. (1987). Problém pohlavia v teórii rodinnej terapie. *Rodinný proces*, 26(1), 15-27. Získané z <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1545-5300.1987.00015.x>

Fassler, J. (2015, 15. októbra). Ako lekári berú bolesť žien menej vážne. Obnovené z <https://www.theatlantic.com/health/archive/2015/10/emergency-room-wait-times-sexism/410515/>

Hoffmann, D. E. a Tarzian, A. J. (2003). Dievča, ktoré plakalo: Predpojatosť voči ženám pri liečbe bolesti. *Vestník práva, medicíny a etiky*, 29, 13-27. Zdroj: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=383803

Krysan, M., Couper, M., Farley, R. a Forman, T. (2009). Záleží na preferenciách susedstva? Výsledky z video experimentu. *American Journal of Sociology*, 115(2), 527-559. Zdroj: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3704191/>

Priest, R. (1991). Rasizmus a predsudky ako negatívne dopady na afroameričanov v liečbe. *Journal of Counselling & Development*, 70(1), 213-215. Získané z <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/j.1556-6676.1991.tb01586.x>

Sparkman, D. J., Eidelman, S., & Blanchar, J. C. (2016). Multikultúrne skúsenosti znižujú predsudky prostredníctvom posunov osobnosti v otvorenosti voči skúsenostiam. *Európsky vestník sociálnej psychológie*, 46(7), 840-853. Zdroj: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/ejsp.2189>

Čo je to rasizmus. (n.d.). Obnovené z <https://www.ucalgary.ca/cared/racismandpower>

Kapitola 17: Teória kognitívnej disonancie

István Zsigmond, Univerzita reformovanej cirkvi Károli Gáspár, Maďarsko

Kontext a odôvodnenie

Kapitola kognitívnej disonancie je dôležitá, pretože poskytuje pohľad na ľudské správanie, rozhodovacie procesy a spôsoby, akými sa jednotlivci vyrovnávajú s protichodnými presvedčeniami, postojmi alebo hodnotami. Tu je niekoľko kľúčových dôvodov, prečo je kognitívna disonancia významná:

- **Pochopenie správania:** Kognitívna disonancia pomáha vysvetliť, prečo sa ľudia často správajú v rozpore so svojimi presvedčeniami alebo hodnotami. Keď jednotlivci zažívajú stav kognitívnej disonancie, sú motivovaní znížiť neprijemný pocit zmenou svojich postojov, presvedčení alebo správania. Pochopením tohto javu môžeme získať prehľad o tom, prečo ľudia môžu konať zdanlivo protichodným spôsobom.
- **Rozhodovanie:** Kognitívna disonancia ovplyvňuje rozhodovacie procesy. Keď sú jednotlivci konfrontovaní s voľbami, ktoré majú pozitívne aj negatívne aspekty, môžu pociťovať kognitívnu disonanciu. Tento vnútorný konflikt môže ovplyvniť proces rozhodovania, keď jednotlivci zvažujú výhody a nevýhody, racionalizujú svoje rozhodnutia alebo hľadajú informácie, ktoré podporujú ich rozhodnutia.
- **Presvedčanie a ovplyvňovanie:** Teória kognitívnej disonancie má vplyv na techniky presvedčania a ovplyvňovania. Keď jednotlivci pociťujú disonanciu medzi svojimi súčasnými názormi alebo správaním a novými informáciami alebo názormi, s ktorými sa stretávajú, môžu byť motivovaní vyriešiť disonanciu zmenou svojich postojov alebo správania. Pochopenie kognitívnej disonancie môže pomôcť marketérom, inzerentom a komunikátorom pri navrhovaní presvedčivých správ, ktoré apelujú na tento kognitívny proces.
- **Zmena postoja:** Kognitívna disonancia zohráva úlohu pri zmene postoja. Keď jednotlivci zastávajú nekonzistentné presvedčenia alebo postoje, pociťujú nepohodlie, čo ich podnecuje buď k zmene postojov, alebo k hľadaniu informácií, ktoré podporujú ich súčasné presvedčenie. Uvedomenie si vplyvu kognitívnej disonancie môže pomôcť pri navrhovaní intervencií alebo komunikačných stratégií na podporu pozitívnej zmeny postojov.
- **Sebadôslednosť:** Ľudia majú základnú snahu o sebakonzistenciu. Kognitívna disonancia vzniká vtedy, keď je vnímaný rozpor medzi vlastným sebaobrazom a správaním. Tento diskomfort motivuje jednotlivcov, aby znížili nesúlad a zosúladiť svoje konanie so svojím sebaobrazom, čo vedie k zmenám v správaní alebo k racionalizácii s cieľom zachovať konzistentnosť.
- **Učenie a rast:** Kognitívna disonancia môže byť vnímaná ako príležitosť pre osobný rast a učenie. Rozpoznaním a vyriešením kognitívnej disonancie môžu jednotlivci prehodnotiť svoje presvedčenia, kriticky zhodnotiť svoje postoje a prijímať informované rozhodnutia. Môže viesť k hlbšiemu pochopeniu seba samého a sveta a podporiť osobnostný rozvoj.
- **Sociálna psychológia:** Kognitívna disonancia je základným pojmom sociálnej psychológie, ktorý prispieva k pochopeniu postojov, presvedčovania, konformity a skupinovej dynamiky. Poskytuje rámec na skúmanie toho, ako jednotlivci prekonávajú konflikty medzi svojimi vnútornými kogníciami a vonkajšími vplyvmi, čím objasňuje rôzne sociálne javy.

Kognitívna disonancia je celkovo dôležitá Kapitola , pretože nám pomáha pochopiť zložitost' ľudského poznania, správania a rozhodovania. Má praktické využitie v rôznych oblastiach vrátane psychológie, marketingu, komunikácie a spoločenských vied a ponúka poznatky o tom, ako môžeme lepšie porozumieť sebe samým a iným.

Kľúčové témy

Človek ako racionalizujúca bytosť - príklady; koncept kognitívnej disonancie; správanie redukujúce disonanciu; vnútorný postoj a disonancia

Ciele vzdelávania

Na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Aké myšlienky a činy môže kognitívna disonancia vyvolať?
- Koncept redukcie disonancie, metódy redukcie disonancie.
- Ako súvisí stupeň disonancie s motiváciou k redukcii?
- Prečo po rozhodnutiach dochádza k disonancii?
- Aký je vzťah medzi vnútornými postojmi a rozporuplným správaním?
- Čo je efekt nedostatočného odôvodnenia?

Vzdelávacie aktivity

Pred hodinou: Aby ste študentom pomohli, pripravili sa na aktivity v triede a maximalizovali čas strávený na hodine, požiadajte ich, aby si pozreli inštruktážne video "Kognitívna disonancia" na kanáli YouTube "Flipped Methods in Psychology" (s rozprávaním v maďarčine, s titulkami v angličtine, rumunčine, bulharčine, portugalčine a slovenčine). Študentov vyzvite, aby vyplnili predtest - ako východisko použite predtest z prílohy: testy. Výsledky testu poskytnú približnú predstavu o tom, s akými ťažkosťami sa študenti stretli pri pochopení témy, preto by sa aktivity na hodine mali zamerať na ťažké pojmy.

Interaktívne aktivity odporúčané na prácu v triede

Otázky a odpovede

Žiaci vytvoria dvojice. Jeden člen dvojice položí otázku, na ktorú bola odpoveď vo výučbovom videu. Druhý člen dvojice odpovedá. Ak odpoveď nepoznajú, opraví ju zadávateľ otázky. Potom si vymenia úlohy.

Skupinové diskusie - Témy

Požiadajte študentov, aby vytvorili malé skupiny a prediskutovali svoje názory na nasledujúce témy:

- Zadajte študentom nasledujúci scenár: Predstavte si, že sa pokúšate o niečo, po čom veľmi túžite, napríklad byť v nejakom tíme alebo získať prácu. V deň, keď sa váš sen má stať skutočnosťou, pošlete kamaráta, aby zistil výsledok, pretože ste nervózni. On vám povie, že ste neuspeli / nezískali ste to. Aká bude vaša odpoveď? Budete rozčúlení, alebo sa pokúsíte sformulovať vyháňavú vetu, napríklad "aj tak som to naozaj nechcel"? Požiadajte študentov, aby opísali aj reálnu situáciu, v ktorej by niekto mohol zažiť kognitívnu disonanciu. Prípadne môžete triedu rozdeliť do malých skupín a každej skupine prideliť jeden zo scenárov, ktorý si spoločne prečítajú a prediskutujú.

Mohli by tiež pracovať na tom, aby scenár premenili na scenár a zahrli odpovede. Aktivitu môžete začať aj tak, že pred prácou v skupine požiadate študentov, aby samostatne vyplnili scenáre na pracovnom liste.

- Aký je podľa vás najlepší spôsob, ako vyriešiť alebo znížiť kognitívnu disonanciu? Vysvetlite svoju odpoveď.
- Aké negatívne dôsledky môže mať nesprávne zvládanie kognitívnej disonancie?

Osobné skúsenosti

Požiadajte žiakov, aby sa zamysleli nad osobnými skúsenosťami, keď ich rozhodnutia alebo správanie možno interpretovať ako činnosť zameranú na zníženie disonancie. Požiadajte ich, aby sa o tieto skúsenosti podelili v skupinách po štyroch. Každá skupina bude mať za úlohu prezentovať jeden z najlepších príkladov pred triedou.

Sebaobraz

Povedzte študentom, že uvediete sériu názorov. Ak s tvrdením súhlasia, vyzvite ich, aby zdvihli ruky. Pripravte si nekontroverzné výroky, ktoré sú citlivé k ich sebaobrazu.

Príklady výrokov, ktoré sa majú použiť:

- Verím, že by ste nemali plytvať vodou
- Myslím si, že odhadzovanie odpadkov prispieva k znečisťovaniu našej planéty.
- Verím, že štúdium je základnou povinnosťou každého študenta.

Spočítajte počet stojacich študentov. Teraz študentom vysvetlite, že povieť tri ďalšie výroky a oni by mali stáť, ak s výrokom súhlasia. Tieto výroky pridávajú k prvej skupine výrokov prvok osobnej zodpovednosti a konania.

- Počas sprchovania zatváram kohútik, kým sa mydlím.
- Odpadky, ktoré nájdem počas chôdze, zbieram vždy, keď ich vidím.
- Na skúšky sa vždy učím čo najdôkladnejšie.

Následné kroky Toto je vhodný čas na diskusiu o kognitívnej disonancii a o tom, prečo ich činy nezodpovedajú ich presvedčeniu. Keď sa žiaci podelia o svoje odpovede, je vhodný čas poznamenať, že nie všetky dôvody, pre ktoré sa naše činy nezhodujú s našimi presvedčeniami, sú lži. Výhovorky môžu byť pravdou.

Dvojitý kruh

Každý študent si pripraví dve otázky na tému, na ktorú pozná odpovede. Žiaci vytvoria dva sústredné kruhy. Členovia vnútorného kruhu sú otočení smerom von a položia študentovi oproti sebe jednu z otázok. Ten oproti odpovedá. Ak je odpoveď nesprávna, opýtaný ju opraví. Ak je odpoveď správna, opýtaný ju pochváli. Na daný signál sa každý študent vo vonkajšom kruhu posunie doprava, k ďalšiemu pýtajúcemu sa, ktorý položí druhú otázku.

Po obídení vonkajšieho kruhu si žiaci v oboch kruhoch vymenia miesta.

Hodnotenie a odporúčania

Po skončení hodiny môžete použiť písomný test s otvorenými otázkami na posúdenie vedomostí študentov. Ako východisko sa odporúča použiť test z prílohy tejto knihy.

Poznámky pre prednášajúceho

Odporúča sa začať aktivity v triede krátkou prednáškou o pojmoch/otázkach, ktoré sa ukázali ako najťažšie - ako to ukázali výsledky pred testovaním.

Odporúčaná literatúra

Aronson, E. (1999). *The social animal*. New York: Worth. vol, 70, 416.

Covey, M. A. (2009). Cognitive Dissonance: Fifty Years of a Classic Theory. *Journal of Family Theory & Review*, 1(2), 111-113.

Festinger, L. (1962). *A theory of cognitive dissonance* (Vol. 2). Stanford university press.

Tavris, C., & Aronson, E. (2007). *Mistakes were made (but not by me): Why we justify foolish beliefs, bad decisions, and hurtful acts*. Harcourt.

Kapitola 18: Jazyk a poznávanie

István Zsigmond, Univerzita reformovanej cirkvi Károli Gáspár, Maďarsko

Súvislosti a odôvodnenie

Kapitola jazyka a poznania je dôležitá, pretože skúma základný vzťah medzi jazykom a ľudskou myslou. Jazyk je jedinečná ľudská schopnosť, ktorá nám umožňuje komunikovať, vyjadrovať svoje myšlienky a pocity a odovzdávať informácie medzi generáciami. Je to mocný nástroj, ktorý formuje naše vnímanie, chápanie a interakciu so svetom.

Štúdium jazyka a poznania nám pomáha pochopiť, ako sa jazyk získava, spracováva a reprezentuje v mozgu. Odhaľuje, ako jazyk ovplyvňuje naše myslenie, schopnosť riešiť problémy a rozhodovacie procesy. Jazyk nie je len prostriedkom komunikácie, ale zohráva kľúčovú úlohu pri formovaní našich myšlienok, presvedčení a kultúrnych zvyklostí.

Výskum v tejto oblasti má aj praktické dôsledky. Pochopenie vzájomného prepojenia jazyka a poznania môže prispieť k zlepšeniu vzdelávacích postupov, metód výučby jazyka a intervencií pri jazykových poruchách. Môže tiež poskytnúť informácie o vývoji umelej inteligencie a systémov na spracovanie prirodzeného jazyka, čo povedie k pokroku v strojovom učení, interakcii medzi človekom a počítačom a automatizovanom porozumení jazyku.

Okrem toho štúdium jazyka a poznania zlepšuje naše chápanie ľudskej povahy a rozmanitosti ľudských jazykov. Umožňuje nám skúmať podobnosti a rozdiely v jazykových a kognitívnych procesoch v rôznych kultúrach a spoločnostiach. Tieto poznatky podporujú kultúrne porozumenie, empatiu a inkluzívnosť tým, že zdôrazňujú úlohu jazyka pri formovaní našej individuálnej a kolektívnej identity.

Kapitola jazyka a poznávania je dôležitá, pretože poskytuje pohľad na povahu ľudského jazyka, poznávania a ich vzájomného pôsobenia. Má teoretický, praktický a sociokultúrny význam, ovplyvňuje rôzne oblasti a obohacuje naše chápanie toho, čo znamená byť človekom.

Kľúčové témy

vzťah medzi jazykom a myslením; univerzalistický prístup; Piagetova interakcionistická teória; kognitívna reprezentácia; deterministická teória; nativistický prístup; kultúrno-historická teória; teória duálneho kódovania

Ciele vzdelávania

Na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Rozmanitosť vzťahu medzi jazykom a myslením
- Univerzalistické prístupy
- Interakcionistická teória Jeana Piageta
- Úloha kognitívnych reprezentácií v myslení
- Jazyková deterministická teória
- Chomského nativistická teória
- Vygotského kultúrno-historická teória
- Paiviova teória duálneho kódovania

Vzdelávacie aktivity

Pred hodinou: Aby ste študentom pomohli, pripravili sa na aktivity v triede a maximalizovali čas strávený na hodine, požiadajte ich, aby si pozreli inštruktážne video "Jazyk a poznávanie" na kanáli YouTube "Flipped Methods in Psychology". Študentov vyzveme, aby vyplnili predtest - ako východisko použijete predtest z prílohy: testy. Výsledky testu poskytnú približnú predstavu o tom, s akými ťažkosťami sa študenti stretli pri pochopení témy, preto by sa aktivity na hodine mali zamerať na ťažké pojmy.

Interaktívne aktivity odporúčané pre prácu v triede

Otázky a odpovede

Žiaci vytvoria dvojice. Jeden člen dvojice položí otázku, na ktorú bola odpoveď vo výučbovom videu. Druhý člen dvojice odpovedá. Ak odpoveď nepoznajú, opraví ju zadávateľ otázky. Potom si vymenia úlohy.

Krátke prednášky

Pripravte si šesť kariet s nasledujúcimi názvami tém: 1. Univerzalistický pohľad 2. Interakcionistická teória Jeana Piageta 3. Lingvistická deterministická teória 4. Chomského nativistická teória, 5. Vygotského kultúrno-historická teória, 6. Paiviova teória duálneho kódovania.

Žiaci vytvoria skupiny po 4-5 osobách, vyberú si kartičku a potom zbierajú informácie o vybranej téme. Vytvoria dvojice a navzájom si prezentujú svoje nápady. Môžu predkladať návrhy a klásť si navzájom otázky. Na základe zozbieraných informácií prednesú 2-3-minútovú prezentáciu s využitím videonávodu, ktorý si pozreli pred hodinou.

Jeden zo žiakov, ktorý sa ujíma úlohy "odborníka", predstaví triede svoju tému. Študenti v triede môžu klásť otázky. Ak študent nedokáže odpovedať, môže ju vynechať. V takom prípade sa pokúsi odpovedať spolužiak, ktorý zhromaždil informácie o tej istej téme.

Skupinové diskusie - Témy

Požiadajte študentov, aby vytvorili malé skupiny a prediskutovali svoje názory na nasledujúce témy:

- Ktorá teória vzťahu medzi poznaním a jazykom je pre vás prítlačivejšia? Prečo?
- Ako by ste vyučovali rôzne teórie o jazyku a poznávaní v triede?

Dvojitý kruh

Každý študent si pripraví dve otázky týkajúce sa témy jazyka a poznania, na ktoré pozná odpoveď. Študenti vytvoria dva sústredné kruhy. Členovia vnútorného kruhu sú otočení smerom von a položia študentovi oproti sebe jednu z otázok. Ten oproti odpovedá. Ak je odpoveď nesprávna, opýtaný ju opraví. Ak je odpoveď správna, opýtaný ju pochváli. Na daný signál sa každý študent vo vonkajšom kruhu posunie doprava, k ďalšiemu pýtajúcemu sa, ktorý položí druhú otázku.

Po obídení vonkajšieho kruhu si žiaci v oboch kruhoch vymenia miesta.

Hodnotenie a odporúčania

Po skončení hodiny môžete použiť písomný test s otvorenými otázkami na posúdenie vedomostí študentov. Ako východisko sa odporúča použiť test z prílohy tejto knihy.

Poznámky pre prednášajúceho

Odporúča sa začať aktivity v triede krátkou prednáškou o pojmoch/otázkach, ktoré sa ukázali ako najťažšie - ako to ukázali výsledky pred testovaním.

Alternatívne video na tému Jazyk a poznávanie nájdete na stránke Khan Academy - iba v angličtine (www.khanacademy.org).

Odporúčaná literatúra

Carruthers, P. (2002). The cognitive functions of language. *Behavioral and Brain Sciences*, 25(6), 657-674.

Meier, R. P. (1995). The Language Instinct: How the Mind Creates Language. In: JSTOR.

Pinker, S. (2015). *Words and rules: The ingredients of language*. Basic Books.

Sedivy, J. (2014). *Language in mind: An introduction to psycholinguistics*. Oxford University Press.

Kapitola 19: Pamäť a predstavivosť

István Zsigmond, Univerzita reformovanej cirkvi Károli Gáspár, Maďarsko

Súvislosti a odôvodnenie

Kapitola pamäti a predstavivosti je dôležitá z viacerých dôvodov.

- Pochopenie fungovania pamäte nám môže pomôcť zlepšiť našu schopnosť učiť sa a uchovávať informácie. Ak pochopíme, ako sa vytvárajú a obnovujú spomienky, môžeme si vytvoriť stratégie na učenie a zapamätávanie, ktoré budú efektívnejšie.
- Pamäť a predstavivosť sú rozhodujúcimi zložkami tvorivosti. Ak pochopíme, ako tieto kognitívne procesy fungujú, môžeme sa naučiť, ako zlepšiť svoje schopnosti tvorivého myslenia a prichádzať s inovatívnejšími nápadmi.
- Pamäť a predstavivosť zohrávajú dôležitú úlohu v mnohých aspektoch nášho života, od schopnosti orientovať sa v okolitom svete až po sociálne interakcie s ostatnými. Štúdiom týchto procesov môžeme hlbšie pochopiť, ako myseľ funguje a ako môžeme optimalizovať naše kognitívne funkcie.
- Napokon, pamäť a predstavivosť sú fascinujúce témy, ktoré pútali pozornosť vedcov, umelcov a mysliteľov počas celej histórie. Skúmanie týchto tém nám môže pomôcť oceniť zložitosť a bohatosť ľudskej skúsenosti a neuveriteľný potenciál ľudskej mysle.

Zatiaľ čo pamäť sa spolieha na našu schopnosť vybaviť si minulé skúsenosti, predstavivosť nám umožňuje kombinovať a manipulovať s týmito skúsenosťami novým a kreatívnym spôsobom. V tomto zmysle možno predstavivosť považovať za rozšírenie pamäti, pretože nám umožňuje čerpať z našich minulých skúseností a vytvárať nové mentálne reprezentácie sveta okolo nás.

Celkovo sú predstavivosť a pamäť úzko prepojené, pričom pamäť poskytuje predstavivosti surový materiál, s ktorým môže pracovať, a predstavivosť nám umožňuje využívať tento materiál tvorivým a inovatívnym spôsobom.

Kľúčové témy

efekt sériovej polohy, krátkodobá a dlhodobá pamäť, duálny pamäťový model, chunking v krátkodobej pamäti, pamäťové procesy, stratégie rozvoja pamäti, vzťah medzi predstavivosťou a pamäťou,

Ciele vzdelávania

Na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Pochopenie efektu sériovej polohy
- Pochopiť a uplatňovať stratégiu rozdelenia pamäte na časti
- Interpretovať informácie opisujúce pamäťové procesy
- Pochopenie a vykonávanie základných stratégií na zlepšenie pamäte

Pedagogické prístupy a činnosti

Pred hodinou: Aby ste študentom pomohli, pripravili sa na aktivity v triede a maximalizovali čas strávený na hodine, požiadajte ich, aby si pozreli inštruktážne video "Pamäť a

predstavivosť" na kanáli YouTube "Flipped Methods in Psychology". Študentov vyzveme, aby vyplnili predtest - ako východisko použijete predtest z prílohy: Testy. Výsledky testu poskytnú približnú predstavu o tom, s akými ťažkosťami sa študenti stretli pri pochopení témy, preto by sa aktivity na hodine mali zamerať na ťažké pojmy.

Interaktívne aktivity

Na hodine pre lepšie pochopenie témy navrhujeme niekoľko interaktívnych aktivít.

Rozdelenie čísel

Zapamätať si deväťmiestne číslo môže byť problém: 135748965. V súvislosti s dlhším telefónnym číslom, osobným identifikačným číslom atď. (v závislosti od krajiny) možno číslo rozdeliť na časti, aby bolo jednoduchšie: 135-748-965. Telefónne čísla členíme rovnakým spôsobom a niekedy počujete, že ich človek člení ešte ďalej kombinovaním čísel: 3-96-12-74. Ide o zoskupovanie podľa čísla. Kedykoľvek si musíte zapamätať dlhé číslo, môžete ho rozdeliť na časti. Požiadajte žiakov, aby vytvorili dvojice, rozčlenili dlhšie číslo a podelili sa oň so svojimi rovesníkmi.

Rozdelenie na časti pri čítaní

Žiaci dokážu pri čítaní textov (napr. z učebnice) použiť techniku chunkingu. Táto technika im môže pomôcť rýchlejšie sa dostať cez text bez toho, aby to ohrozilo jeho porozumenie. Požiadajte študentov, aby si prečítali vetu z učebnice/internetového zdroja a pokúsili sa ju rozdeliť na kľúčové frázy, a to buď slovne, alebo označením textu. Vyzvite ich, aby za každou kľúčovou vetou nakreslili zvislé čiary, ktoré ich od seba oddelia. Odstránením čítania po slovách a rozdelením dôležitých informácií sa zvýši rýchlosť čítania. U niektorých žiakov s nedostatočnou gramotnosťou môže toto cvičenie zlepšiť aj porozumenie.

Skupinová diskusia

Študenti v skupinách diskutujú:

- Môžu ľudia zlepšiť svoje mnemotechnické schopnosti?
- Aké aktivity môžu ľuďom pomôcť zlepšiť ich mnemotechnické procesy?
- Prečo si myslíte, že je pre ľudí jednoduchšie vymýšľať spôsoby, ako sa stať fyzicky fit, než ako sa stať mentálne fit? (*napr. je to lepšie pochopiteľné a ľahšie vysvetliteľné, veľa sa o tom hovorí*)

Dvojitý kruh

Každý študent si pripraví dve otázky na tému "Pamäť a predstavivosť", na ktoré pozná odpovede. Žiaci vytvoria dva sústredné kruhy. Členovia vnútorného kruhu sú otočení smerom von a položia študentovi oproti sebe jednu z otázok. Ten oproti odpovedá. Ak je odpoveď nesprávna, opýtaný ju opraví. Ak je odpoveď správna, opýtaný ju pochváli. Na daný signál sa každý študent vo vonkajšom kruhu posunie doprava, k ďalšiemu pýtajúcemu sa, ktorý položí druhú otázku.

Po obídení vonkajšieho kruhu si žiaci v oboch kruhoch vymenia miesta.

Hodnotenie a odporúčania

Po skončení hodiny môžete použiť písomný test s otvorenými otázkami na posúdenie vedomostí študentov. Ako východisko sa odporúča použiť test z prílohy tejto knihy.

Odporúčaná literatúra

Bartlett, F. C., & Bartlett, F. C. (1995). *Remembering: A study in experimental and social psychology*. Cambridge university press.

Brown, P. C., Roediger III, H. L., & McDaniel, M. A. (2014). *Make it stick: The science of successful learning*. Harvard University Press.

Modell, A. H. (2003). *Imagination and the meaningful brain*. mit Press.

Schacter, D. L. (2002). *The seven sins of memory: How the mind forgets and remembers*. HMH.

Kapitola 20: Vývoj v ranom detstve

Prof. Mariya Aleksieva, PhD; Prof. Milen Baltov, PhD; doc. Prof. Krasimira Mineva, PhD; doc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Prof. Gergana Kirova, Burgaski Svoboden Universitet, Bulharsko

Kontext a zdôvodnenie:

Rané detstvo - od narodenia až po prechod do školy - je jedinečným obdobím ľudského života, v ktorom sa kladú základy zdravia, učenia, správania a osobnostného rozvoja. To, čo deti zažívajú v týchto prvých rokoch života, má dlhodobé dôsledky nielen na ich individuálny blahobyt počas celého života, ale aj na budúcnosť ich komunit a spoločností.

Kľúčové témy:

- Rané detstvo ako faktor rozvoja dlhodobého zdravia a pohody - všeobecné aspekty.
- Niektoré fakty o období raného detstva
- Periodizácia detstva.
- Vývoj dieťaťa v ranom detstve a úloha dospelých.
- Rast a vývoj - vzory a faktory.
- Vzťahy: základ vývoja dieťaťa.
- Hra: Ako sa deti vyvíjajú a učia?
- Ďalšie faktory, ktoré ovplyvňujú vývoj dieťaťa.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

Všeobecným cieľom lekcie je oboznámiť študentov so všeobecným vzdelaním a rozvojom osobnosti dieťaťa v niekoľkých hlavných aspektoch - telesný, duševný, sociálny a morálny, estetický a umelecký rozvoj.

Špecifickosť cieľa je daná úzkym vzťahom medzi telesným a duševným rozvojom. V tomto zmysle definuje, ako možno harmonicky a súčasne zabezpečiť telesný a duševný rozvoj.

Cieľ sa dosahuje prostredníctvom konkrétnych úloh, ktoré priamo súvisia s hlavnými parametrami, v ktorých je učivo prezentované.

Očakávané výsledky

Vedomosti, zručnosti a postoje, ktoré by mali študenti získať/vyformovať na konci tohto modulu.

- Na úrovni VEDOMOSTÍ: Študenti by sa mali oboznámiť s významom raného detstva pre budúci rozvoj osobnosti; mali by poznať a vedieť identifikovať rôzne štádiá vývoja dieťaťa; mali by sa dozvedieť o úlohe dospelých v procese raného vývoja dieťaťa.
- Na úrovni DOVEDNOSTI: Študenti majú vedieť rozlíšiť klasifikácie rôznych autorov; vedieť vytvoriť schémy týkajúce sa špecifických charakteristík rôznych období raného detstva; vedieť uviesť príklady správania detí a formulovať rady pre

komunikáciu medzi dospelými a deťmi na základe špecifických charakteristík daného obdobia.

- Na úrovni VZŤAHOV: Navrhnuť scenáre pre hranie rolí medzi deťmi a dospelými.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

- Študenti si pozrú video lekciu s názvom „Vývoj v ranom detstve“, ktorá je k dispozícii na kanáli YouTube „Flipped Methods in Psychology“.
- Pre študentov bol pripravený test s názvom *Rozvoj dieťaťa v ranom veku - test pred lekciov* (pozri prílohu). Otázky sú zamerané na najvšeobecnejšie parametre témy, ako napríklad: Usmernenia vo vývoji dieťaťa v ranom detstve; prvé fázy vo vývoji dieťaťa; ktoré vekové obdobie má najpodrobnejšiu diferenciaciu.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Aktivita 1: „Križovka“

Vyučujúci pripraví úvodnú aktivitu vo forme križovky. Ide o získanie výrazu „rané detstvo“ prostredníctvom odpovedí na vertikálne otázky.

Otázky do križovky:

- Kto sa stará o dieťa počas obdobia 0-3 mesiacov? (rodičia)
- Jednou z najdôležitejších oblastí politiky v oblasti rozvoja detí v ranom detstve (zdravie)
- Kto vzdeláva deti v materskej škole? (vychovávatelia)
- Kto je zakladateľom teórie pripútanosti (John Bowlby)
- Čo robí dieťa, keď je hladné? (plače)
- Čo sa dieťa naučí vo veku od 6 do 9 mesiacov? (plaziť sa)
- Piagetova teória vývoja dieťaťa je založená na ... (myslenie)
- Kto vytvoril psychoanalýzu? (Sigmund Freud)
- Ako sa určuje druhé štádium E. Eriksonovej teórie? (vôľa)
- Ako sa nazýva obdobie od 0 do 19 rokov? (detský vek)
- Ako sa nazýva teória E. Maslowa o vývine v ranom detstve? (humanistická)
- Ako sa nazýva prvé z ôsmich štádií vývoja v E. Eriksonovej teórie? (nádej)
- Čo je podľa Vygotského hlavným zdrojom rozvoja? (sociálne prostredie)
- Posledné štádium Eriksonovej teórie sa nazýva...? (múdroseť)

Aktivita 2: Metóda puzzle

Takto môžete stanoviť tému a motivovať študentov k práci. V obsahovej časti hodiny sú študenti rozdelení do skupín po 4 až 6 a používa sa metóda puzzle. Každý študent je zodpovedný za určité informácie a musí ich odovzdať členom skupiny. Jednotlivé informácie sú usporiadané ako puzzle. Odporúča sa, aby bol v každej skupine rovnaký počet študentov. Obsah témy je rozdelený na 4 až 6 častí v závislosti od počtu študentov v skupinách. V prvej fáze študenti navzájom nekomunikujú a každý študuje informácie, ktoré mu boli poskytnuté, samostatne. Potom sa študenti stretnú v "expertných skupinách". Každá expertná skupina pozostáva zo študentov, ktorí sa učia rovnaký obsah. V tejto fáze metódy "experti" porovnávajú svoje nápady a dojmy a pripravujú prezentáciu, ktorú prednesú svojej skupine. V ďalšej fáze sa každý študent vráti do svojej pôvodnej skupiny a prezentuje ostatným, čo sa naučil. Jeho „spoluhráči“ zatiaľ aktívne počúvajú, robia si poznámky a kladú otázky. Každý člen skupiny tak učí malú časť materiálu ostatných členov. V záverečnom kroku by sa mal vyučujúci uistiť, že každý študent má všeobecné pochopenie myšlienok a pojmov, o ktorých sa diskutovalo v skupinách. Môžete to urobiť pomocou krátkeho kvízu o všetkých materiáloch, ktoré sa preberali v rámci skupinovej práce.

Aktivita 3: Aktivita po lekcii - kvíz "Vývoj v ranom detstve"

Aktivita po lekcii s názvom "Vývoj v ranom detstve - post-test" (pozri prílohu) zahŕňa hodnotenie vedomostí študentov prostredníctvom vyplnenia kvízu. Na rozdiel od kvízu pred lekciiou sú všetky otázky v tomto kvíze otvorené a ich obsahové parametre sú zamerané konkrétne na obsah video lekcii, ktorú študenti už videli a pracovali na hodine o obsahu raného detstva.

Vzory interakcie

Organizácia práce je nasledovná:

- osobné školenie počas úvodných aktivít - krížovky, zadanie témy, rozdelenie do tímov;
- skupinová práca podľa metódy puzzle (vytvorenie periodizačnej schémy/podľa autorov);
- individuálna práca - vyplnenie testov a sledovanie videa doma.

Hodnotenie a odporúčania

Každý študent dostane individuálne skóre na základe výsledkov testu pred lekciiou. Každý tím dostane hodnotenie kvality svojej práce na základe výkonu v triede, na základe prezentácií, ktoré študenti predniesli. Tým sa vytvára súťaž medzi skupinami a študenti sú viac motivovaní čo najjasnejšie a najefektívnejšie sprostredkovať informácie svojim spolužiakom. Vyučujúci by si mal vypracovať vlastné kritériá vo vzťahu k očakávaným výsledkom odpovedí v teste po zhladnutí video lekcii.

Poznámky pre lektorov

Je dôležité, aby vyučujúci venoval pozornosť nasledovným aspektom:

- prípravné práce na prácu s témou.
- Križovka - otázky musia zodpovedať obsahu učiva, ktoré sa študenti naučili vertikálne. Odpoveďou je slovné spojenie "rané detstvo".
- Úlohou tímu je rovnomerne rozdeliť text tak, aby čas čítania bol približne rovnaký. V druhej fáze si vyhradíte 5 - 6 minút na diskusiu o použití metódy puzzle na pochopenie obsahu.

Vyučujúci by si mal pripraviť krátke a jasné pokyny na vypracovanie testu pred lekciovou a testu po skončení video lekcie; pokyny k video lekcii (na čo si majú študenti dávať pozor).

Odporúčaná literatúra

Montessori, M., The secret of childhood, Asenevtsi, S., 2017

Piryova, B., Neurobiological foundations of child development, NBU, 2008

Grudeva, M., Prenatal and early childhood (pedagogical and psychological aspects). 1 hour. Varna, MU-Varna, 2019

Boncheva, I., Psychology of child development, Slavena, 2013

Kapitola 21: Sociálny vplyv

*Prof. Mariya Aleksieva, PhD; Prof. Milen Baltov, PhD; doc. Prof. Krasimira Mineva, PhD;
doc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Prof. Gergana Kirova
Burgaski Svoboden Universitet, Bulharsko*

Kontext a zdôvodnenie:

Ako na nás vplýva životné prostredie vo všeobecnosti? Prečo sa správame inak, keď sme sami, ako keď sme medzi inými ľuďmi? Keďže žijeme v sociálnom prostredí, už mnoho rokov je predmetom záujmu psychológov skúmať jeho charakteristiky a typy. Sociálne prostredie je v podstate medziľudský proces, ktorého výsledkom je zmena správania, postojov, spôsobu reči a pocitov v prítomnosti iných. Sociálne prostredie tak mení správanie človeka a väčšinou ho prispôsobuje očakávaniam širokej verejnosti. Ľudia, ktorí sa správajú ako vodcovia skupiny, sú takzvaní agenti sociálneho vplyvu. Existuje šesť typov sociálneho vplyvu: Odmeňovacia moc, donucovacia moc, expertná moc, informačná moc, referenčná moc a legitímna moc.

Kľúčové témy:

- Definície sociálneho vplyvu
- Sociálna moc a sociálny vplyv
- Mechanizmy sociálneho vplyvu
- Druhy sociálneho vplyvu
- Ako odolať sociálnemu vplyvu?
- Faktory ovplyvňujúce presvedčivosť
- Princípy presvedčania Roberta Cialdiniho
- Princíp uprednostňovania
- Princíp nedostatku

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

Hlavným cieľom lekcie je oboznámiť študentov s východiskami sociálnej moci a sociálneho vplyvu, s podstatou, charakteristikami a mechanizmami sociálneho vplyvu a s druhmi sociálneho vplyvu. Opisujú sa faktory, ktoré ovplyvňujú presvedčanie, a základné princípy presvedčania. Venuje sa aj princípom preferencie a nedostatku.

Očakávané výsledky

Vedomosti, zručnosti a postoje, ktoré by mali študenti získať/vyformovať na konci tohto modulu.

- Na úrovni VEDOMOSTÍ: Študenti sa oboznámia s významom sociálneho vplyvu; naučia sa šesť typov sociálneho vplyvu; vedia, ako ho rozpoznať a ako sa mu brániť.

- Na úrovni ZRUČNOSTÍ: Študenti dokážu rozpoznať, ako funguje sociálny vplyv v skupinách, kto sú aktéri sociálneho vplyvu, dokážu rozpoznať mechanizmy sociálneho vplyvu; dokážu sa brániť vplyvu a zároveň si zachovať sebaúctu.
- Na úrovni vzťahov: Študenti dokážu uviesť príklady typov sociálneho vplyvu: Odmeňovacia moc, donucovacia moc, expertná moc, informačná moc, referenčná moc a legitímna moc.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

- Študenti si pozrú video lekciu "*Sociálny vplyv a princípy presvedčania*", ktorá je k dispozícii na kanáli YouTube "*Flipped Methods in Psychology*".
- Pre študentov bol pripravený test s uzavretými otázkami - *Sociálny vplyv a princípy presvedčania - pre-test* (pozri prílohu). Otázky sú zamerané na najvšeobecnejšie parametre témy, ako napríklad: Ako je definovaný sociálny vplyv, hlavné teórie, typy, diferenciácia potrieb atď.?

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Aktivita 1: Počas hodiny: Aktivita s aplikáciou mentimeter.com

Vyučujúci pripraví úvodnú aktivitu pomocou aplikácie mentimeter.com. Otázka znie: "Aké asociácie vyvoláva pojem *sociálny vplyv*?". Každý študent musí navrhnúť tri asociácie. Cieľom je vytvoriť prechod od odpovedí študentov k téme hodiny o sociálnom vplyve.

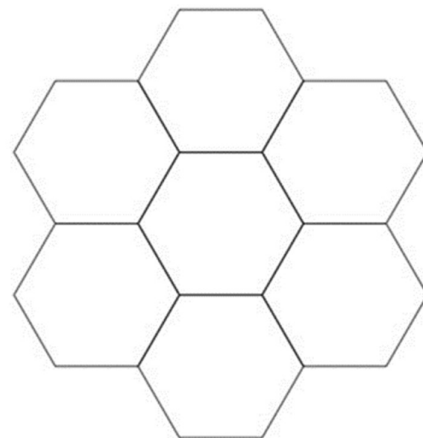
Aktivita 2: Prax šesťuholníkov

V obsahovej časti hodiny sa používa cvičenie na šesťuholníky (pozri obrázok). Na tento účel si vyučujúci pripraví tabuľku s 15 kľúčovými slovami súvisiacimi s témou sociálneho vplyvu.

Šesťuholníky sa vystrihnú a do stredu každého z nich sa napíše pojem.

V triede sa študenti rozdelia do skupín po 4-5 a každej skupine sa rozdá sada šesťuholníkov s pojmami.

Úlohou je dotknúť sa dvoch šesťuholníkov, ak si členovia tímu myslia, že tieto dva pojmy majú niečo spoločné.



Vyučujúci by mal vysvetliť, že každá zo šiestich strán nemusí mať „suseda“, ale že šesťuholník môže mať maximálne šesť spojení s ostatnými.

Čas spracovania je 15-20 minút. Každá skupina komentuje a diskutuje o realizácii úlohy tak, aby vznikla ich vlastná „voština“ súvislostí. Keďže existujú tisíce možností, každá skupina bude mať iný „koláč“.

Potom každá skupina predstaví svoju prácu a vysvetlí prijaté rozhodnutia.

Príklad: Pojmy, ktoré sa môžu použiť:

moc	emócie	vplyv	akcia	potreby
správanie	prijatie	faktory	agent	beznátlakovosť
vysvetlenie	autoriadenie	úspech	motivácia	stav

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

Aktivita po skončení lekcie s názvom "*Sociálny vplyv a princípy presvedčania - post-test*" zahŕňa hodnotenie vedomostí študentov prostredníctvom vyplnenia kvízu (pozri prílohu). Na rozdiel od testu pred lekciami sú všetky otázky v tomto teste otvorené a ich obsahové parametre vychádzajú z obsahu video lekcii. Video lekcii si študenti pozreli samostatne a túto tému prebrali aj na hodine.

Interakčný model

Organizácia práce je nasledovná:

- Osobný tréning počas úvodných aktivít - aplikácia mentimeter.com, stanovenie témy, rozdelenie do tímov;
- Skupinová práca s využitím nácviku šesťuholníkov (vytvorenie „voštiny“ na základe kľúčových slov z obsahu motivačnej témy);
- Individuálna práca - študenti si doma vyplnia testy a pozrú si videomateriál.

Hodnotenie a odporúčania

Každý študent dostane individuálnu známku na základe výsledkov testu pred hodinou.

Každý tím na základe splnenia úlohy v triede dostane kvalitatívne hodnotenie svojej práce na základe prezentácií, ktoré jednotlivé tímy predniesli. Tým sa vytvára súťaž medzi tímami v kritickom myslení a kreativite pri navrhovaní jedinečných „voštín“.

Vyučujúci musí vypracovať vlastné kritériá prispôbené veku a individuálnym charakteristikám študentov, ktoré zároveň súvisia s očakávanými výsledkami odpovedí na test po tom, čo si študenti pozreli video lekcii.

Poznámky pre lektorov

Je dôležité, aby vyučujúci:

- venoval pozornosť príprave práce na danú tému.
- Aplikácia mentimeter.com - vývoj aktivít.

- Pre tímovú úlohu - vytvoril tabuľku s pojmami charakteristickými pre objasnenie povahy a úlohy motivácie.
- Pripravil si potrebný počet viet na dokončenie cvičenia so šesťuholníkom.
- Naplánoval rozdelenie študentov do tímov.
- Zvážil čas potrebný na splnenie úlohy a predstavte „voštiny“ študentom.

Inštrukcie - vyučujúci si musí pripraviť presné a jasné inštrukcie, ako vykonať test pred a po videolekcii; inštrukcie k videolekcii (na čo si majú študenti dávať pozor).

Odporúčaná literatúra

Turner, J. C. (1991). *Social influence*. Thomson Brooks/Cole Publishing Co.

Sammut G., M. W. Bauer (2020), *The Psychology of Social Influence*, Cambridge University Press.

Cialdini, R. B., & Griskevicius, V. (2010). *Social influence*. In R. F. Baumeister & E. J. Finkel (Eds.), *Advanced social psychology: The state of the science* (pp. 385–417). Oxford University Press.

Barret D.W. (2017), *Social Influence*, Wiley and sons.

Kapitola 22: Učebné štýly

Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros, J. Selye University

Kontext a zdôvodnenie:

Proces učenia je kľúčovým psychickým javom v poznávaní sveta, v oblasti kognície, kognitívnych schopností. Existuje viac definícií pojmu učenia, v širšom zmysle slova znamená nadobudnutie individuálnej skúsenosti, v užšom zmysle ide o cieľavedomé systematické nadobúdanie vedomostí, zručností a návykov či foriem správania a v psychologickom ponímaní učenie je relatívne trvalá zmena v správaní, ktorá vyplýva zo skúsenosti. Na základe uvedených chápaní proces učenia je kľúčovou témou v oblasti všeobecnej psychológie, pedagogiky a didaktiky a pedagogickej psychológie. S rastom pedagogických a psychologických poznatkov, ale aj so zvyšujúcimi sa nárokmi na edukáciu a jej výsledky, sa učebným štýlom začala venovať väčšia pozornosť, začali sa v edukačnej praxi viac docieňovať. Učebný štýl je súhrn postupov, ktoré jednotlivec v určitom období preferuje pri učení sa. Učebný štýl je teda individuálnym spôsobom učenia sa, preto môžeme konštatovať, že existuje toľko učebných štýlov, koľko študentov, žiakov, alebo učiacich sa jedincov. Problematika učebných štýlov žiakov je veľmi významná pre riadenie vyučovacieho procesu, má významný vplyv na efektívnosť výchovno-vzdelávacieho procesu a na výsledky žiakov. Učebné štýly je dobré poznať nielen keď sa máme učiť sami, ale aj vtedy, ak máme naučiť niečo niekoho iného. Spôsob učebného štýlu nám umožňuje urobiť to efektívne a tak, aby si to daný človek zapamätal čo najlepšie. Správne a včasné diagnostikovanie dominantného učebného štýlu a tiež reflexívna práca s vlastným vyučovacím štýlom môže byť jednou z mnohých efektívnych ciest, ktoré povedie k lepšiemu vzájomnému porozumeniu medzi učiteľmi, žiakmi a rodičmi.

Kľúčové témy:

Učivo sa zameriava na definovanie pojmov kognitívny štýl, učebný štýl, ďalej sumarizuje známe klasifikácie učebných štýlov (podľa dominancie mozgových hemisfér, podľa motivácie a zámeru, podľa zmyslových preferencií, podľa spôsobu spracovania informácií a podľa teórie viacnásobných inteligencií).

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Študenti budú vedieť správne definovať a chápať pojmy učenie, kognitívny štýl a učebný štýl.
- Študenti sa budú vedieť orientovať v rôznych klasifikáciách učebných štýlov.
- Študenti budú poznať možné spôsoby diagnostikovania, rozpoznania učebných štýlov.
- Študenti budú chápať dôležitosť učebných štýlov v edukačnej praxi, z hľadiska efektívnosti výchovno-vzdelávacieho procesu a z hľadiska motivácie.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním:

Študentom sa poskytne video učiva s názvom *Učebné štýly*, dostupné na: Názov youtube kanálu *Flipped Methods in Psychology*.

Študenti vyplnia test (pre-test) s názvom *Učebné štýly*, vid'. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvantitatívneho i kvalitatívneho hľadiska, na základe čoho vie pripraviť a rozvrhnúť priebeh vyučovacej hodiny.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Aktivita 1: *Ako sa učím*

Určenie faktorov a okolností, ktoré pozitívne alebo negatívne vplyvajú na vlastné učenie sa.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na poukázanie rôznorodosti faktorov, ktoré môžu negatívne alebo pozitívne ovplyvňovať efektívnosť vlastného učebného procesu.

Ciele: Hlavným cieľom aktivity je upriamenie pozornosti na dôležitosť sebapoznania a mapovania faktorov ovplyvňujúcich učenie sa. Na to, aby daný žiak, jednotlivec sa vedel učiť čo najefektívnejšie, musí poznať tie okolnosti a faktory, ktoré mu pomáhajú, musí poznať vlastný učebný štýl. Ďalej je veľmi dôležité si uvedomiť, že každý človek má individuálny učebný štýl a tie isté okolnosti môžu vplyvať opačne pre ľudí z rôznymi učebnými štýlmi.

Metóda, spôsob práce: individuálna a skupinová práca

Počet účastníkov: min. 5-10

Materiály, pomôcky: pre účastníkov papier a pero pre zaznamenanie odpovedí, pre vyučujúceho stopky pre meranie času

Časové trvanie aktivity: min. 20 minút (časové trvanie závisí aj od počtu účastníkov)

Priebeh: Aktivita prebieha v niekoľkých kolách, pri čom úloha účastníkov je rovnaká, mení sa iba forma práce a veľkosti skupín účastníkov. Vyučujúci vyzve účastníkov, aby si rozmysleli vlastné návyky pri učení a za určitý čas (napr. 3 min.) napísali 5-5 okolností, ktoré na ich učebný proces vplyvajú pozitívne a negatívne. V ďalších kolách aktivitu zopakujeme najprv vo dvojiciach, potom postupne vo väčších skupinách, na záver spolu celá skupina. V týchto kolách okrem diskusie o učebných štýloch si majú účastníci nájsť 5-5 okolností, ktoré sú pre všetkých členov skupiny rovnako pozitívne alebo negatívne vplyvajúce. Postupne, ako sa skupiny zväčšujú, sa hra stáva náročnejšou, preto môžeme nechať postupne viac času alebo môžeme znížiť počet okolností.

Vyučujúci v tejto aktivite hrá rolu moderátora. Manažuje priebeh aktivity, meria čas každého kola a sleduje, či je potrebné podmienky modifikovať na základe dynamiky aktivity. Postupne môže upriamiť pozornosť na rôzne, možno menej preferované okolnosti a vplyvy, ktoré skupiny môžu zaradiť do ich spoločného zoznamu. Pri záverečnom kole aktivity môže hrať dôležitú úlohu pri určení spoločných faktorov platných pre každého člena skupiny.

Aktivita dáva možnosť pre flexibilné variovanie a zmenu podmienok a pravidiel – napr. vyzdvihnutie určitých smerov klasifikácie učebných štýlov (vonkajšie alebo vnútorné faktory, socializačné faktory alebo faktory týkajúce sa učiva, vyučujúceho), ďalej môže variovať flexibilne časové trvanie aktivity, alebo môže navrhnúť po každom kole, aby účastníci si navzájom zdieľali a porovnávali vytvorené zoznamy.

Aktivita 2: Navrhovanie optimálneho osobného vzdelávacieho prostredia - online

Učebné prostredie je priestor a podmienky, v ktorých sa človek učí. Zahŕňa všetko okolo človeka, čo môže ovplyvniť jeho učenie, napríklad fyzické prostredie, sociálne prostredie a vzdelávacie zdroje, ktoré má k dispozícii. Učebný štýl a učebné prostredie spolu úzko súvisia, pretože učebné prostredie môže ovplyvniť spôsob učenia sa jednotlivcov na základe ich preferovaného učebného štýlu. Učebný štýl sa vzťahuje na preferovaný spôsob spracovania informácií jednotlivcom. Napríklad vizuálny študent môže uprednostňovať učenie sa prostredníctvom diagramov, obrázkov a videí, zatiaľ čo sluchový študent môže uprednostňovať učenie sa prostredníctvom prednášok, diskusií a zvukových nahrávok.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na navrhovanie a zhromažďovanie vizuálnych prvkov optimálneho osobného učebného prostredia podľa osobného učebného štýlu.

Ciele: Cieľom aktivity je zdôrazniť dôležitosť poznania osobného učebného štýlu. Učebné prostredie môže ovplyvniť účinnosť konkrétneho učebného štýlu. Preto je dôležité pri navrhovaní učebného prostredia zohľadniť rôzne učebné štýly, aby sa zabezpečilo, že všetci študenti sa môžu efektívne učiť. To môže zahŕňať poskytovanie rôznych zdrojov a aktivít, ktoré vyhovujú rôznym učebným štýlom, vytvorenie flexibilného a prispôsobivého učebného priestoru a umožnenie študentom vybrať si preferované metódy učenia vždy, keď je to možné. Vytvorením učebného prostredia, ktoré vyhovuje rôznym učebným štýlom, sa študenti môžu efektívnejšie zapojiť do procesu učenia a dosiahnuť lepšie výsledky.

Interakčný model: individuálna práca

Počet účastníkov: min. 1

Pomôcky, nástroje: mobilné zariadenia, tablety, notebooky, počítače

Trvanie aktivity: min. 15 - 20 min (ak stanovíme 10 minút na individuálnu prácu, trvanie celej aktivity vrátane prezentácie a záveru závisí od počtu účastníkov)

Postup: Lektor vyzve účastníkov, aby urobili vlastný výskum s cieľom zhromaždiť prvky optimálneho osobného vzdelávacieho prostredia a vytvorili koláž zo zozbieraných obrázkov (online). Kritériá výberu: Členovia môžu zozbierať akýkoľvek obrázok z internetu a navrhnúť vlastné optimálne učebné prostredie. Je to miesto, kde sa cítia príjemne, sú zapojení a motivovaní k učeniu, kde môžu skúmať a objavovať nové veci, klásť otázky a experimentovať bez strachu z odsúdenia. Učebné prostredie môže tvoriť celý rad rôznych komponentov. Okrem fyzických vlastností, ako je miesto, kde sa učíte, ako je priestor zariadený a aké zariadenia alebo materiály sa používajú na učenie, tvoria prostredie aj také prvky, ako sú vykonávané činnosti a úlohy, metódy používané na hodnotenie pokroku a výkonu a aká pracovná kultúra ovplyvňuje učenie.

V závislosti od veku, skúseností a kontextu, v ktorom pracujeme, môže prostredie učenia vyzerat' veľmi odlišne. Je dôležité pochopiť, ako môže prostredie ovplyvniť schopnosť sústrediť sa, podávať výkon a zdieľať alebo absorbovať nové myšlienky a informácie.

Na záver individuálnej práce si účastníci navzájom predstavia svoje vizuálne návrhy, priestory, prvky. Potom môžu členovia zhodnotiť svoje výsledky, zvýrazniť opakujúce sa prvky, objekty, priestory, podmienky alebo definovať spoločný zoznam.

Pri tejto aktivite je lektor facilitátorom aktivity, ukazuje osobný vizuálny príklad, ktorý má členov inšpirovať. Riadi aktivitu, sleduje časové trvanie činnosti študentov a moderuje prezentáciu výsledkov.

Aktivita dáva možnosť navrhnúť podmienky a prvky ideálneho osobného učebného prostredia podľa osobných učebných štýlov.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

Študenti vyplnia test (post-test) s názvom *Učebné štýly*, vid'. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvalitatívneho i kvantitatívneho hľadiska, na základe čoho reflektuje na vyučovaciu hodinu.

Hodnotenie a odporúčania:

Pre hodnotenie osvojených vedomostí slúži post-test k téme. Pre záver témy s cieľom reflexie a poskytnutia spätnej väzby je preto užitočné navrhnúť úlohu, menej formálnu aktivitu v duchu kreatívnej práce.

Aktivita: Pojmová mapa

Účastníci si pripraví pojmové mapy na tému učebný štýl. Aktivita sa môže realizovať formou individuálnej, skupinovej alebo spoločnej práce. Účastníci na stred papiera napíšu pojem „učebný štýl“ a za daný čas majú uviesť na papier čím viac slov, pojmov, výrazov v súvislosti s témou. Pri vytvorení pojmovej mapy ma vizualita významnú úlohu, preto účastníci si voľne upravujú mapu z vizuálneho hľadiska, môžu variovať s umiestnením jednotlivých pojmov, s veľkosťou a typom písma, sa farbami, alebo si môžu výrazy spojiť, alebo uviesť prepojenosť určitých výrazov, alebo dôležitosť pojmu voľným spôsobom. Pri vytváraní pojmových máp hrá dôležitú úlohu správna informovanosť v téme, aby uvedené výrazy boli správne, ďalej kreativita, akým spôsobom navrhnu účastníci vlastné mapy.

Poznámky pre lektorov:

S cieľom doplnenie vedomostí o ďalšie relevantné informácie, prípadne zaujímavosti je možné odporúčať nasledujúce materiály:

<https://youtu.be/IopcOwfsoU>, <https://youtu.be/fQYW6vYSGXs>,
https://youtu.be/reja_Mk6RLo, <https://youtu.be/FVg9n0l0Gf0>

V prípadne v súvislosti s Aktivitou 2 uvedenej vyššie pre inšpiráciu môžeme odporučiť, alebo v závere aktivity implementovať nasledujúce materiály:

<https://youtu.be/PLKC2-WYuqU>, <https://youtu.be/KrS5xeizx2w>.

Odporúčaná literatúra:

DRYDEN, G., VOS, J. 2003. *Rewolucja w uczeniu*. Poznań : Zysk i S-ka Wydawnictwo, ISBN 93-7398-457-3.

GARDNER, H. – KORHABER, M. L. – WAKE, W. K. 2001. *Inteligencja. Wielorakie perspektywy*. Warszawa – WsiP, ISBN 83-02-08094-2.

HOLT, J. 1995. *Jak se děti učí*. Praha : Agentúra Strom. ISBN 80-9016-627-X.

PETLÁK, E. 2012. *Inovácie v edukačnom procese*. Dubnica nad Váhom : DTI, ISBN 978-80-89400-39-3.

SCHRADER, J. 2008. *Lerntypen bei Erwachsenen : empirische Analysen zum Lernen und Lehren in der beruflichen Weiterbildung*. Bad Heilbrunn : Klinkhardt, ISBN 978-3-1815-1642-7.

TUREK, I. 2008. *Didaktika*. Bratislava : Iura Edition. ISBN 978-80-8078-198-9.

- ROŻEWICZ, O. 2018. *Czym są Inteligencje Wielorakie i jaki mają one wpływ na edukację?* [on line] [cit. 7.1.2020] <https://o-rozewicz.pl/2018/08/03/inteligencje-wielorakie/>.
- VAŠAŠOVÁ, Z., KALISKÁ, L., ŽITNIAKOVÁ – GURGOVÁ, B. 2017. *Vybrané kapitoly zo psychológie učenia dospelých*. Banská Bystrica : Pedagogická fakulta, ISBN 978-80-557-1273-4.
- WÓJCIK, K. 2008. *Indywidualizacja procesu nauczania, a teoria inteligencji wielorakich*. In *Wszystko dla szkoły*, č. 12, roč. 12, s. 16-17, ISSN 1429-0022.
- Butler, K. A. (1988). *'It's All In Your Mind*, Columbia, CT: Learner's Dimension.
- Carnell, E. and Lodge, C. (2002). *'Supporting Effective Learning*, London: Paul Chapman Publishing.
- Coffield, F., Moseley, D., Hall, E., & Ecclestone, K. (2004). *Learning Styles and Pedagogy in Post-16 Learning: a Systematic and Critical Review*. LSRC Reference, Learning & Skills Research Center, London.
- Education Endowment Foundation (2018). *Metacognition and Self-Regulation* [online]. Available here
- Henry, J. (2007). Professor Pans "Learning Style" Teaching Method [online].
- Honey, P., & Mumford, A. (1982). *'The Manual of Learning Styles*, Maidenhead: Peter Honey.
- Kolb, David A. (2015). *'Experiential Learning*, (2nd ed.), Upper Saddle River, NJ: Pearson Education.
- Lilienfeld, S. O., Lynn, S. J., Ruscio, J., & Beyerstein, B. L. (2010). *'50 Great Myths of Popular Psychology*, Chichester, UK: Wiley-Blackwell.
- Pashler, H. et al. (2008). *'Learning Styles: Concepts and Evidence*, *Psychological Science in the Public Interest*, 9(3), 105-19.
- <https://www.mindtools.com/addwv9h/learning-styles>

Kapitola 23: Psychosociálny vývoj v období dospievania

Eleonora Papaleontiou-Louca, European University of Cyprus

Kontext a zdôvodnenie:

Psychosociálny vývoj v období dospievania. Pozrime sa na niektoré z najčastejších charakteristík života mladých ľudí.

Predovšetkým počas puberty dochádza k tzv. výkyvom nálad, t. j. náhlým dospievajúcich, ktorí môžu byť v jednej chvíli veľmi šťastní a v druhej veľmi

Objavuje sa aj silná nechuť k práci, pocit únavy, nudy, neobratnosť v pohyboch dospievajúceho, čo je spôsobené aj tým, že telo sa prudko mení a dospievajúci sa ešte nenaučili ovládať svoje pohyby; intenzívne snenie, izolácia, nadmerné zaoberanie sa sebou samým, vnútorné aj vonkajšie; neistota ohľadom budúcnosti, pocit prázdnoty - ktorý sa často snažia zakryť rôznymi druhmi závislostí a náhrad; demystifikácia rodičov (kým v detstve ich deti pravdepodobne vnímali ako ideálnych a dokonalých, pretože sa potrebovali cítiť bezpečne), teraz ich vidia reálnejšie, s ich pozitívnymi aj negatívnymi stránkami; túžba byť sám, ale aj socializovať sa; niekedy chcú byť mladí ľudia izolovaní vo svojej izbe, vo svojom osobnom priestore, aby ich nikto nerušil, inokedy zúfalo túžia komunikovať s inými, ísť von s priateľmi, zabávať sa, socializovať sa.

V tomto veku sa často znižuje seba dôvera a sebaúcta, čo vedie k rozvoju pocitov žiarlivosti; v tomto veku sa objavuje aj silná úzkosť, nervozita a reaktivita s príslušnými "výbuchmi"; ďalším fenoménom je "pubertálny egocentrizmus", ktorý má dve podoby: a) imaginárne publikum, keď majú mladí ľudia pocit, že stoja na javisku a že všetky oči sú na nich ako v reflektoroch, t. j. že ich všetci sledujú. b) druhou formou je "osobný mýtus", t. j. pocit neporaziteľnosti - že každého môže postihnúť niečo zlé, len nie jeho samého: Takže keď poviete mladému človeku: "Ak chcete šoférovať, nemali by ste konzumovať alkohol," mohol by odpovedať: "Neboj sa, mám všetko pod kontrolou." Alebo keď poviete dospievajúcej dievčaťu, ktoré by mohlo mať sex: "Dávaj si pozor, mohla by si otehotnieť," mohla mu ľahko odpovedať: "Viem, čo robím, neotehotniem (môže sa to stať iným dievčatám, ale nie mne)."

Okrem toho sa v tomto veku prejavuje citlivosť, skromnosť, ostýchavosť a kvôli spomínanému "imaginárnemu publiku" aj pocit, že sú sledovaní; je tu tiež tendencia k nezávislosti, ale aj k závislosti: hoci sa zdá, že tieto dve veci sú protikladné, často existujú súčasne: na jednej strane môžu mladí ľudia povedať: "Som dosť starý, nebudem sa nikomu zodpovedať za to, kam idem, kedy prídem domov, čo robím atď.", inokedy (keď sa to nejakto "hodí") môžu mladí ľudia vyjadriť postoj závislosti: Chcú, aby sa o nich

Ľudia starali, napr. varili im, prali im oblečenie, žehlili ich atď., a sami za seba nepreberajú zodpovednosť.

Okrem toho sa v tejto fáze života rozvíja kritické myslenie, ktoré vedie k tomu, že mladí ľudia posudzujú všetko a všetkých; počnúc vlastnými rodičmi, učiteľmi, cirkvou, štátom - vo všeobecnosti nevynechávajú z tejto kritiky nikoho. Problém však spočíva v tom, že mladí ľudia počas pozitívneho vývoja svojho myslenia nevedia, ako si svoje práva obhájiť, a často toto kritické myslenie uplatňujú náhle alebo absolútne, čo vedie k strate ich práv.

Počas puberty sa tiež objavuje záujem o sex a rozvoj sexuality, pretože sa vyvíjajú hormóny.

Kľúčové témy:

Dospievajúci, psychosociálny vývoj, výkyvy nálad, únava, nuda, nešikovnosť, snívanie, izolácia, nadmerné zaujatie sebou samým, neistota ohľadom budúcnosti, pocity prázdnoty, demystifikácia rodičov, túžba byť sám, potreba priateľstva, socializácia, sebaúcta, "pubertálny egocentrizmus", imaginárne publikum, "osobný mýtus", kritické myslenie, vývoj sexuality, hormóny

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Stručne opíšete päť najčastejších charakteristík psychosociálneho vývoja dospelých.
- Opíšete dve formy egocentrizmu mládeže a uvedte príklad každej z nich.
- Ktoré dve správanie mladých ľudí by mali upozorniť dospelých, aby kontaktovali odborníka na duševné zdravie?
- Uvedte dva faktory, ktoré ovplyvňujú sebaúctu mladých ľudí, a dva faktory, ktoré ovplyvňujú formovanie identity mladých ľudí.
- Stručne opíšete 3 faktory rodičovského správania, ktoré môžu prispieť k zdravému psychosociálnemu vývoju dospelých.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

Pred vyučovaním, študentom odporúčame pozrieť si video s názvom "Psychosociálny vývoj u dospelých" (video je dostupné na kanáli YouTube "Flipped Methods in Psychology"), aby sa pripravili na hodinu. Je veľmi dôležité, aby rozpoznali najdôležitejšie charakteristiky dospelých a pochopili, čo sa v tomto období života považuje za normálne a čo nie.

Okrem toho sú študenti požiadaní, aby vyplnili krátky dotazník (pozri prílohu: Pre-test), aby si overili, či porozumeli videu, ktoré videli.

Vyučujúci potom vyhodnotí výsledky odpovedí na tento dotazník a predloží ich triede na ďalšiu diskusiu.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Počas hodiny, vyučujúci rozdelí študentov do skupín po piatich a požiada ich, aby vymenovali aspoň päť spoločných charakteristík psychosociálneho vývoja dospievajúcich, ktoré potom zástupca každej skupiny napíše na tabuľu (aktivita 1).

Potom požiada skupinu, aby písomne opísali dva typy egocentrizmu u mladých ľudí a uviedli príklad každého typu. O príklady sa potom podelia s celou triedou (aktivita 2).

Nakoniec vyučujúci požiada účastníkov, aby vymenovali tri správania, ktoré podľa nich môžu byť prospešné pre vzťah medzi mladými ľuďmi a rodičmi, a tri správania, ktoré by mohli byť pre tento vzťah škodlivé. Potom si vyberú jedno pozitívne a jedno (zodpovedajúce) negatívne správanie, predvedú ho v rolovej hre pred celou triedou a prediskutujú svoje závery s celou triedou (aktivita 3).

Po skončení hodiny vyučujúci požiada študentov, aby vyplnili post-test, ak si to želajú (pozri prílohu: Post-test). Vyučujúci vyhodnocuje vykonané testy kvalitatívne aj kvantitatívne za účelom reflexie na hodinu.

Interaktívne aktivity

Aktivita 1: Skupinová diskusia o psychosociálnych charakteristikách dospievajúcich

Cieľ: Preskúmanie vedomostí študentov o najčastejších charakteristikách psychosociálneho vývoja dospievajúcich.

Účastníci: Skupina 5 študentov

Trvanie: 20 minút

Pomôcky: Ceruzka a papier, tabuľa

Opis aktivity: Počas tejto aktivity vyučujúci rozdelí študentov do skupín po piatich a požiada ich, aby vymenovali aspoň päť spoločných charakteristík psychosociálneho vývoja dospievajúcich, ktoré potom zástupca každej skupiny napíše na tabuľu (aktivita 1).

Aktivita 2: Príklady egocentrizmu mladých ľudí

Cieľ: Skúmanie egocentrizmu dospievajúcich, pochopenie rozdielov medzi dvoma typmi egocentrizmu a rozpoznanie rozdielov v každodennom správaní dospievajúcich.

Účastníci: Skupina 5 študentov

Trvanie: 30 minút

Pomôcky: Ústne diskusie v skupinách, pero a papier na zapisovanie výsledkov

Opis aktivity: Potom požiada skupinu, aby písomne opísali dva typy egocentrizmu u mladých ľudí a uviedli príklad každého typu. O príkladoch sa potom diskutuje v celej triede.

Aktivita 3. Hranie rolí (o vzťahoch s rodičmi)

Cieľ: Skúmanie vzťahov s rodičmi a rozvíjanie povedomia o správani, ktoré môže tieto vzťahy posilniť alebo poškodiť.

Účastníci: Skupina 5 študentov

Trvanie: 50 minút

Pomôcky: Hranie rolí

Opis aktivity:

Vyučujúci požiada študentov, aby uviedli tri spôsoby správania, ktoré podľa nich môžu byť prospešné pre vzťah medzi mladými ľuďmi a rodičmi, a tri spôsoby správania, ktoré by mohli byť pre tento vzťah škodlivé. Potom si vyberú jedno pozitívne a jedno (zodpovedajúce) negatívne správanie, predvedú ho v rolovej hre pred celou triedou a prediskutujú svoje závery s celou triedou.

Hodnotenie a odporúčania

Existuje niekoľko typov hodnotení.

- Otázky do krížovky:
- Audiovizuálna prezentácia
- Písomná skúška
- Účasť na vzdelávacích aktivitách v skupine

Odporúčaná literatúra

Birkeland, M. S., Melkivik, O., Holsen, I., & Wold, B. (2012). Trajectories of global self-esteem during adolescence. *Journal of Adolescence*, 35, 43-54.

Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 74–103). Wiley.

Carlson, C., Uppal, S., & Prosser, E. C. (2000). Ethnic differences in processes contributing to the self-esteem of early adolescent girls. *Journal of Early Adolescence*, 20, 44–68.

Connolly, J., Craig, W., Goldberg, A., & Pepler, D. (2004). Mixed-gender groups, dating, and romantic relationships in early adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 14, 185-207.

Furman, W., & Shaffer, L. (2003). The role of romantic relationships in adolescent development. In P. Florsheim (Ed.), *Adolescent romantic relations and sexual behavior: Theory, research, and practical implications* (pp. 3–22). Erlbaum.

Ge, X., Conger, R. D., & Elder, G. H. (2001). Pubertal transition, stressful life events, and the emergence of gender differences in adolescent depressive symptoms. *Developmental Psychology*, 37, 404–417.

Goleman, D. (1994). Emotional intelligence. Bantam.

Harter, S. (2006). The self. In N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 3 Social, emotional, and personality development* (6th ed., pp. 505-570). Wiley.

- Harter, S. (2012). Emerging self-processes during childhood and adolescence. In M. R. Leary & J. P. Tangney, (Eds.), *Handbook of self and identity* (2nd ed., pp. 680-715). Guilford.
- Hihara, S., Umemura, T., & Sigimura, K. (2019). Considering the negatively formed identity: Relationships between negative identity and problematic psychosocial beliefs. *Journal of Adolescence*, *70*, 24-32.
- Holder, D. W., Durant, R. H., Harris, T. L., Daniel, J. H., Obeidallah, D., & Goodman, E. (2000). The association between adolescent spirituality and voluntary sexual activity. *Journal of Adolescent Health*, *26*, 295-302.
- Kim-Spoon, J., Longo, G.S., & McCullough, M.E. (2012). Parent-adolescent relationship quality as moderator for the influences of parents' religiousness on adolescents' religiousness and adjustment. *Journal of Youth & Adolescence*, *41* (12), 1576-1578.
- Marcia, J. (2010). Life transitions and stress in the context of psychosocial development. In T.W. Miller (Ed.), *Handbook of stressful transitions across the lifespan* (Part 1, pp. 19-34). Springer Science & Business Media.
- Masten, A. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, *56*(3), 227-238.
- McAdams, D. P. (2013). Self and Identity. In R. Biswas-Diener & E. Diener (Eds), *Noba textbook series: Psychology*. Champaign, IL: DEF publishers.
- Mendle, J., Harden, K. P., Brooks-Gunn, J., & Graber, J. A. (2012). Peer relationships and depressive symptomatology in boys at puberty. *Developmental Psychology*, *48*(2), 429-435. doi: 10.1037/a0026425
- Papaleontiou- Louca, E. Saed, E. & Thoma, N. (2023). Spirituality of the Developing Person according to Maslow. *New Ideas in Psychology*, *69*, 100994, ISSN 0732-118X, <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2022.100994>.
- Schwartz, P. D., Maynard, A. M., & Uzelac, S. M. (2008). Adolescent egocentrism: A contemporary view. *Adolescence*, *43*, 441- 447.
- Shin, H., & Ryan, A. M. (2014). Early adolescent friendships and academic adjustment: Examining selection and influence processes with longitudinal social network analysis. *Developmental Psychology*, *50*(11), 2462-2472.
- Shomaker, L. B., & Furman, W. (2009). Parent-adolescent relationship qualities, internal working models, and attachment styles as predictors of adolescents' interactions with friends. *Journal of Social and Personal Relationships*, *2*, 579-603.
- Smetana, J. G. (2011). Adolescents, families, and social development. Chichester, UK: Wiley-Blackwell.
- Soller, B. (2014). Caught in a bad romance: Adolescent romantic relationships and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, *55*(1), 56-72.
- Syed, M., & Azmitia, M. (2009). Longitudinal trajectories of ethnic identity during the college years. *Journal of Research on Adolescence*, *19*, 601-624. doi:10.1111/j.1532-7795.2009.00609.x
- Ward, J. V. (2000). *The skin we're in. Teaching our children to be: Emotionally strong, socially smart, spiritually connected*. Free Press.

Kapitola 24: Duševné zdravie a pohoda

*István Zsigmond
Univerzita reformovanej cirkvi Károli Gáspár, Maďarsko*

Súvislosti a odôvodnenie

Kapitola duševného zdravia a pohody je veľmi dôležitá, pretože je základným aspektom celkového zdravia a kvality života človeka. Duševné zdravie sa vzťahuje na emocionálnu, psychologickú a sociálnu pohodu človeka, ktorá ovplyvňuje jeho pocity, myslenie a správanie. Je nevyhnutné, aby si jednotlivci udržiavali dobré duševné zdravie, aby zvládali každodenný stres a výzvy života, budovali zdravé vzťahy a naplnili svoj potenciál.

Kapitola duševného zdravia a pohody je dôležitá z viacerých dôvodov:

- **Osobná pohoda:** Duševné zdravie a pohoda sú základom osobnej pohody jednotlivca. Dobré duševné zdravie umožňuje ľuďom žiť svoj život naplno a užívať si pozitívne zážitky. Pomáha jednotlivcom zvládať stres, budovať zdravé vzťahy a prijímať informované rozhodnutia.
- **Fyzické zdravie:** Duševné zdravie a pohoda sú tiež rozhodujúce pre fyzické zdravie. Zlé duševné zdravie môže viesť k fyzickým problémom, ako sú bolesti hlavy, nespavosť a únava. Môže tiež ovplyvniť imunitný systém, čím sa jedinci stávajú náchylnejšími na choroby.
- **Sociálne väzby:** Dobré duševné zdravie pomáha jednotlivcom budovať a udržiavať sociálne väzby, ktoré sú nevyhnutné pre zdravý a plnohodnotný život. Pozitívne sociálne väzby môžu poskytnúť emocionálnu podporu, pomôcť ľuďom cítiť sa menej osamelo a zlepšiť celkové duševné zdravie.
- **Hospodársky vplyv:** Zlé duševné zdravie môže mať aj významný ekonomický vplyv. Môže viesť k zníženiu produktivity, absenciám a zvýšeným nákladom na zdravotnú starostlivosť. Podporou duševného zdravia a pohody môžu jednotlivci a spoločnosť získať aj ekonomický prospech.
- **Zníženie stigmy:** Duševné zdravie a duševná pohoda boli dlhé roky stigmatizované, čo viedlo k diskriminácii a nedostatočnému prístupu k liečbe. Zvyšovaním povedomia o duševnom zdraví a pohode môžeme znížiť stigmatizáciu a vytvoriť inkluzívnejšiu spoločnosť.

Celkovo sú duševné zdravie a pohoda dôležité pre jednotlivcov aj celú spoločnosť. Podporou dobrého duševného zdravia a pohody môžeme zlepšiť svoj osobný a spoločenský život, fyzické zdravie a ekonomické výsledky.

Kľúčové témy

Pojem duševné zdravie, význam duševného zdravia, zložky koncepcie duševnej pohody, programy na hodnotenie duševného zdravia, referenčné body pri hodnotení duševného zdravia, najdôležitejšie výsledky výskumu týkajúce sa duševného zdravia, ako zlepšiť duševné zdravie

Ciele vzdelávania

Na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Definujte duševné zdravie a pohodu,
- Opíšte metódy hodnotenia duševného zdravia,

- pochopiť teoretické a empirické základy duševného zdravia a pohody,
- Pochopiť výskyt a vplyv duševných porúch,
- Poskytnúť výskumom podložené dôkazy o faktoroch ovplyvňujúcich duševné zdravie.

Vzdelávacie aktivity

Pred hodinou: Aby ste študentom pomohli, pripravili sa na aktivity v triede a maximalizovali čas strávený na hodine, požiadajte ich, aby si pozreli inštruktážne video *Mental Health and Wellbeing* na kanáli *Flipped Methods in Psychology* na YouTube (nahovorené v maďarčine, s titulkami v angličtine, rumunčine, bulharčine, portugálčine a slovenčine). Študentov vyzvite, aby vyplnili predtest - ako východisko použite predtest z prílohy. Výsledky testu poskytnú približnú predstavu o tom, s akými ťažkosťami sa študenti stretli pri pochopení témy, preto by sa aktivity na hodine mali zamerať na ťažké pojmy.

Interaktívne aktivity odporúčané pre prácu v triede

Otázky a odpovede

Žiaci vytvoria dvojice. Jeden člen dvojice položí otázku, na ktorú bola odpoveď vo výučbovom videu. Druhý člen dvojice odpovedá. Ak odpoveď nepoznajú, opraví ju zadávateľ otázky. Potom si vymenia úlohy.

Osobné skúsenosti

Učiteľské projekty 30 základných pojmov súvisiacich s duševným zdravím (napr. subjektívna pohoda, sociálna pohoda, životná spokojnosť). V skupinách po 4 žiaci referujú o vlastných skúsenostiach s vybraným pojmom.

Dvojitý kruh

Každý študent si pripraví dve otázky na tému, na ktorú pozná odpoveď. Žiaci vytvoria dva sústredné kruhy. Členovia vnútorného kruhu sú otočení smerom von a položia študentovi oproti sebe jednu z otázok. Ten oproti odpovedá. Ak je odpoveď nesprávna, opýtaný ju opraví. Ak je odpoveď správna, opýtaný ju pochváli. Na daný signál sa každý študent vo vonkajšom kruhu posunie doprava, k ďalšiemu pýtajúcemu sa, ktorý položí druhú otázku.

Po obídení vonkajšieho kruhu si žiaci v oboch kruhoch vymenia miesta.

Skupinová diskusia

Študenti v skupinách diskutujú:

- Môžu ľudia zlepšiť svoju duševnú kondíciu?
- Aké aktivity môžu ľuďom pomôcť zlepšiť ich duševnú kondíciu? (*napr. aktivity zamerané na odolnosť, všímavosť, sebareflexiu*)
- Prečo si myslíte, že je pre ľudí jednoduchšie vymýšľať spôsoby, ako sa stať fyzicky fit, než ako sa stať mentálne fit? (*napr. je to lepšie pochopiteľné a ľahšie vysvetliteľné, veľa sa o tom hovorí*)

Hodnotenie a odporúčania

Po skončení hodiny môžete použiť písomný test s otvorenými otázkami na posúdenie vedomostí študentov. Ako východisko sa odporúča použiť test z prílohy tejto príručky.

Poznámky pre prednášajúceho

Odporúča sa začať aktivity v triede krátkou prednáškou o pojmoch/otázkach, ktoré sa ukázali ako najťažšie - ako to ukázali výsledky pred testovaním.

Odporúčaná literatúra

World Health Organization. (2018). Mental health: Strengthening our response. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Keyes, C. L. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of consulting and clinical psychology*, 73(3), 539. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2862333/>

National Institute of Mental Health. (2021). Understanding mental health. <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/mental-health-disorders/index.shtml>

Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Simon and Schuster.

Kapitola 25: Sociálno-emocionálny vývoj detí

Eleonora Papaleontiou-Louca, European University of Cyprus

Kontext a zdôvodnenie:

„Sociálno-emocionálny rozvoj detí“ sa vzťahuje na sociálny, emocionálny, etický a duševný rozvoj detí. Vnímanie seba samého sa v tomto veku zameriava na prechod od vonkajších fyzických charakteristík k vnútorným psychologickým charakteristikám. Sebahodnotenie sa vytvára od detstva a zvyčajne sa formuje na základe interpretácie toho, čo si o nás myslia "významní druhí". Môžeme ho rozdeliť na tri aspekty: a. "sebaponímanie" alebo "sebaobraz" je to, čo si o sebe myslíme, t. j. kognitívna časť nášho ja. b. "sebaúcta" je to, ako sa oceňujeme a hodnotíme, t. j. emocionálna časť a c. "sebaprezentácia" je spôsob, akým sa prezentujeme, t. j. behaviorálna časť nášho ja.

Pokiaľ ide o priateľstvá a sociálne zručnosti detí, tie sa prejavujú v ich schopnosti nadväzovať kontakty s ostatnými v sociálnych skupinách a rozvíjať základné sociálne zručnosti, ktoré sú dôležité pre prijatie rovesníkmi. Gottman rozlišoval päť kategórií sociálneho statusu podľa obľúbenosti detí: Najprv je tu kategória "sociometrických hviezd", t. j. mimoriadne obľúbené deti; potom kategória obľúbených detí, ktoré komunikujú s rovesníkmi na vysokej úrovni; potom stigmatizované deti, ktoré sa často dostávajú do konfliktu s učiteľmi (niektoré z nich sú vedúcimi skupiny, ale nie všetky); ďalšou skupinou sú deti, ktoré sú ignorované (a nie odmietané), a nakoniec skupina odmietaných detí, ktoré sú buď príliš agresívne, alebo príliš uzavreté. Zdá sa, že budovanie priateľských väzieb má tú hodnotu, že deťom poskytuje emocionálnu podporu a pomáha im zvládať stres.

Sociálne a emocionálne problémy, ktoré sa vyskytujú v detstve, môžu byť správanie, ktoré porušuje práva iných, alebo deviantné správanie, ako sú vážne a pretrvávajúce ťažkosti s dodržiavaním pravidiel; poruchy pozornosti (ADHD), pri ktorých je porucha pozornosti sprevádzaná hyperaktivitou. Ďalším častým problémom u detí v školskom veku je šikanovanie, ktoré sa vyskytuje približne u 85 % dievčat a 80 % chlapcov. Pokiaľ ide o rozvod rodičov, deti v tomto veku si ho často dávajú za vinu a môžu sa u nich prejaviť rôzne psychické adaptačné problémy, ako sú úzkosť, depresia, poruchy spánku, fobie a iné ťažkosti. Ďalším dôležitým problémom je zneužívanie a zanedbávanie detí, pričom sa rozlišuje fyzické, emocionálne/psychologické, verbálne a sexuálne násilie. Pokiaľ ide o morálny vývin detí, diskutuje sa o teóriách Kohlberga a Gilligana a o teórii vývinu presvedčenia (napr. Fowler). V tomto štádiu majú deti úzke a obmedzené chápanie Boha a často si ho predstavujú v antropomorfnnej podobe. Viera detí v tejto fáze je založená na Božej spravodlivosti a vzájomnosti: Dieťa (človek) v tomto štádiu si napríklad môže myslieť, že ak ponúkam niečo, čo odo mňa Boh chce, je povinný mi vrátiť to, čo chcem ja.

Kľúčové témy:

Sociálno-emocionálny vývoj detí, sebapoňatie, sebaúcta, priateľstvá, sociálne a emocionálne problémy, šikanovanie, zneužívanie/zanedbávanie detí, rozvod, typy rodičov

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Vymenovať 5 spôsobov, ako môžu rodičia a učitelia posilniť sebaúctu detí.
- Opísať rozdiel medzi pojmami a) sebahodnotenie, b) sebaúcta a c) seba prezentácia.
- Uviesť dve osobnostné črty šikanujúcich a dve osobnostné črty obetí v súvislosti s fenoménom šikanovania.
- Opísať 2 rozdiely medzi priateľstvami a. medzi dievčatami a b. medzi chlapcami.
- Vysvetliť, čo rozumieme pod pojmom "významní druhí"; kto sú to pre dieťa v predškolskom veku a ako ovplyvňujú sebavedomie detí?

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

Pred vyučovaním, študentom odporúčame pozrieť si video s názvom "Sociálno-emocionálny vývoj detí" (video je dostupné na kanáli YouTube "Flipped Methods in Psychology"), aby sa pripravili na hodinu. Majú uviesť aspoň dve charakteristiky (stredného) detstva a dva sociálno-emocionálne problémy tohto veku.

Okrem toho sú študenti požiadaní, aby vyplnili krátky dotazník (pozri prílohu: Pre-test), aby si overili, či porozumeli videu, ktoré videli.

Vyučujúci potom vyhodnotí výsledky odpovedí na tento dotazník a predloží ich triede na ďalšiu diskusiu.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Počas hodiny, vyučujúci rozdelí študentov do skupín a požiada ich, aby

- a) Vypracovali návrhy na podporu sebaúcty a potom ich predstavili celej triede. Aktivita 1.
- b) Vysvetlili rozdiel medzi pojmami "sebapoňatie" a "sebaúcta" a uvedli príklad pre každý z týchto pojmov, ktorý potom prezentujú celej triede (aktivita 2).
- c) Vypracovali "scenár šikanovania" a predstavili ho triede formou hrania rolí, po ktorom bude nasledovať diskusia o pocitoch šikanujúceho a obeť a o návrhoch, ako takýmto incidentom predchádzať (aktivita 3).
- d) Pracovali vo dvojiciach a vysvetlili partnerovi, prečo je pre nich priateľstvo dôležité. Potom môže nasledovať diskusia s celou triedou a vyvodenie záverov (aktivita 4).

Po skončení hodiny vyučujúci požiada študentov, aby vyplnili post-test, ak si to želajú (pozri prílohu: Post-test). Vyučujúci vyhodnocuje vykonané testy kvalitatívne aj kvantitatívne za účelom reflexie na hodinu.

Interaktívne aktivity

Aktivita 1: Skupinové diskusie - Témy

Cieľ: Podporovanie uvedomovania si sebaúcty žiakov a ich povzbudzovanie k tomu, aby navrhli, ako ju môžu zvýšiť u seba a u iných.

Účastníci: Skupina 5 študentov

Trvanie: 20 minút

Pomôcky: Ústna diskusia a/alebo písomná aktivita s perom a papierom

Opis aktivity: Pri tejto aktivite vyučujúci rozdelí študentov do skupín a požiada ich, aby pripravili návrhy na podporu sebaúcty a potom ich prezentovali celej triede.

Aktivita 2: Diskusia v skupine

Cieľ: Rozlišovať medzi pojmami "sebahodnotenie" a "sebaúcta" a vedieť ich aplikovať v praxi.

Účastníci: Skupina 5 študentov

Trvanie: 20 minút

Pomôcky: Ústna diskusia a písomná časť s perom a papierom.

Opis aktivity: Vysvetlite rozdiel medzi pojmami "sebahodnotenie" a "sebaúcta" a uveďte príklad pre každý z týchto pojmov, ktorý predstavíte celej triede.

Aktivita 3: Hranie rolí v scenári "šikanovania"

Cieľ: Deti by sa mali vžiť do imaginárneho scenára "šikanovania", pochopiť pocity aktérov a navrhnúť spôsoby, ako sa takémuto správaniu vyhnúť.

Účastníci: Skupina 5 študentov

Trvanie: 30 minút

Pomôcky: Študenti

Opis aktivity: Študenti sú vyzvaní, aby vypracovali "scenár šikanovania" a predstavili ho triede v rámci hrania rolí, po ktorom nasleduje diskusia o pocitoch šikanujúceho a obeť a návrhy, ako takýmto incidentom predchádzať.

Aktivita 4: Expresívny dialóg vo dvojiciach

Cieľ: Podpora emocionálneho vyjadrovania a empatie detí a podpora priateľstiev.

Účastníci: Študenti vo dvojiciach / celá trieda

Trvanie: 20 minút

Pomôcky: Dvojice študentov, expresívne dialógy

Opis aktivity: Študenti majú pracovať vo dvojiciach a vysvetliť partnerovi, prečo je pre nich priateľstvo dôležité. Potom môže nasledovať diskusia s celou triedou a vyvodenie záverov.

Hodnotenie a odporúčania

Existuje niekoľko typov hodnotení.

- Otázky do krížovky:
- Audiovizuálna prezentácia
- Písomná skúška
- Účasť na vzdelávacích aktivitách v skupine

Odporúčaná literatúra

- Alakortes, J., Fyrstén, J., Bloigu, R., Carter, A. R., Moilanen, I. K., & Ebeling, H. E. (2017). Parental reports of early socioemotional and behavioural problems: Does the father's view make a difference? *Infant Mental Health Journal*, *38*, 363–377.
- Assor, A., Roth, G., & Deci, E. L. (2004). The emotional costs of parents' conditional regard: A self-determination theory analysis. *Journal of Personality*, *72*, 47–88.
- Aunola, K., & Nurmi, J.-E. (2004). Maternal affection moderates the impact of psychological control on a child's mathematical performance. *Developmental Psychology*, *40*, 965–978.
- Aunola, K., & Nurmi, J.-E. (2005). The role of parenting styles in children's problem behaviour. *Child Development*, *76*, 1144–1159.
- Aunola, K., Tolvanen, A., Viljaranta, J., & Nurmi, J. E. (2013). Psychological control in daily parent-child interactions increases children's negative emotions. *Family Psychology*, *27*, 453–462.
- Hammond, S. I., Waugh, W., Satlof-Bedrick, E., & Brownell, C. A. (2015). Prosocial behaviour during childhood and cultural variations. *International Encyclopedia of the Social & Behavioural Sciences*, *19*, 228–232.
- Hipson, W. E., & Coplan, R. J. (2018). Social withdrawal in childhood. In T. K. Shackelford & V. A. Weekes-Shackelford (Eds.), *Encyclopedia of evolutionary psychological science* (pp. 1–10). Springer.
- Lansford, J. E., Criss, M. M., Laird, R. D., Shaw, D. S., Pettit, G. S., Bates, J. E., & Dodge, K. A. (2011). Reciprocal relations between parents' physical discipline and children's externalizing behaviour during middle childhood and adolescence. *Development and Psychopathology*, *23*, 225–238.
- Lansford, J. E., Rothenberg, W. A., Jensen, T. M., Lippold, M. A., Bacchini, D., Bornstein, M. H., ... Al-Hassan, S. M. (2018). Bidirectional relations between parenting and behaviour problems from age 8 to 13 in nine countries. *Research on Adolescence*, *28*, 571–590.
- Newton, E. K., Liable, D., Carlo, G., Steele, J. S., & McGinley, M. (2014). Do sensitive parents foster kind children, or vice versa? Bidirectional influences between children's prosocial behaviour and parental sensitivity. *Developmental Psychology*, *50*, 1808–1816.
- Paquette, D. (2004). Theorizing the father-child relationship: Mechanisms and developmental outcomes. *Human Development*, *47*, 193–219.

- Pastorelli, C., Lansford, J. E., Luengo Kanacri, B. P., Malone, P. S., Di Giunta, L., Bacchini, D., ... Tapanya, S. (2016). Positive parenting and children's prosocial behaviour in eight countries. *Child Psychology and Psychiatry*, *57*, 824–834.
- Pettit, G. S., Laird, R. D., Dodge, K. A., Bates, J. E., & Criss, M. M. (2001). Antecedents and behaviour-problem outcomes of parental monitoring and psychological control in early adolescence. *Child Development*, *72*, 583–598.
- Quinn, P. D., & Harden, K. P. (2013). Differential changes in impulsivity and sensation seeking and the escalation of substance use from adolescence to early adulthood. *Development and Psychopathology*, *25*, 223–239.
- Richardson, R. R. (2005). Developmental contextual considerations of parent-child attachment in later middle childhood years. In K. A. Kerns & R. A. Richardson (Eds.), *Attachment in middle childhood* (pp. 24–45). Guilford Press.
- Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006). *Temperament. Handbook of child psychology: Vol. 3, social, emotional, and personality development* (6th ed., pp. 99–166). New York, NY: Wiley.
- Rubin, K. H., Coplan, R. J., & Bowker, J. C. (2009). Social withdrawal in childhood. *Annual Review of Psychology*, *60*, 141–171.
- Rubin, K. H., Root, A. K., & Bowker, J. (2010). Parents, peers, and social withdrawal in childhood: A relationship perspective. *New Directions for Child and Adolescent Development*, *2010*, 79–94.
- Serbin, L. A., Kingdon, D., Ruttle, P. L., & Stack, D. M. (2015). The impact of children's internalizing and externalizing problems on parenting: Transactional processes and reciprocal change over time. *Development and Psychopathology*, *27*(4pt1), 969–986.
- Slagt, M., Dubas, J. S., Deković, M., & van Aken, M. A. G. (2016). Differences in sensitivity to parenting depending on child temperament: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *142*, 1068–1110.
- Stone, L. L., Otten, R., Janssens, J. M., Soenens, B., Kuntsche, E., & Engels, R. C. (2013). Does parental psychological control relate to internalizing and externalizing problems in early childhood? An examination using the Berkeley puppet interview. *International Journal of Behavioural Development*, *37*, 309–318.
- Zahn-Waxler, C., Klimes-Dougan, B., & Slattery, M. J. (2000). Internalizing problems of childhood and adolescence: Prospects, pitfalls, and progress in understanding the development of anxiety and depression. *Development and Psychopathology*, *12*, 443–466.
- Zarra-Nezhad, M., Kiuru, N., Aunola, K., Zarra-Nezhad, M., Ahonen, T., Poikkeus, A.-M., ... Nurmi, J. (2014). Social withdrawal in children moderates the association between parenting styles and the children's own socioemotional development. *Child Psychology and Psychiatry*, *55*, 1260–1269.

Kapitola 26: Sociálne skupiny

*Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros,
J. Selye University, Slovakia*

Kontext a zdôvodnenie:

Pojem sociálna skupina sa viaže najmä k vedným disciplinám sociológie a sociálnej psychológie. Napriek tomu, že pojmy, ako skupina alebo sociálna skupina bežne používame, členstvo v skupinách je bežným javom každodenného života, existuje niekoľko definícií a rôznych chápaní týchto pojmov. Môžeme ďalej konštatovať, že existuje mnoho typov skupín na základe rôznych delení a odborné ponímanie pojmov uvádzajú aj rôzne typy členstva v určitých skupinách. Bežne však môžeme povedať, že každý človek počas svojho života je, alebo sa stáva členom množstva skupín a že tieto členstvá sa dynamicky menia meniacim sa životom, podmienkam a iným okolnostiam. Môžeme konštatovať, že uvedená Kapitola obklopuje náš každodenný život omnoho farebnejšie, rôznorodejšie, ako sa to zdá na prvý pohľad. Je mimoriadne užitočné si uvedomiť a zoradiť skupiny, ktorých sme členmi, uvedomiť si naše postavenie v týchto skupinách a zvýrazniť, ako tieto sociálne skupiny a členstvá determinujú náš život. Je veľmi cenné si sledovať, ako sa menia počas nášho života tieto skupiny, alebo sa mení naše postavenie v určitých skupinách.

Kľúčové témy:

Učivo sa zameriava na definíciu pojmu sociálna skupina. Skupina je zoskupenie niekoľkých ľudí, v rámci skupiny je charakteristická sociálna interakcia a určitá vnútorná štruktúra. Učivo sa ďalej zameriava na bohatú a rôznorodú kategorizáciu sociálnych skupín a charakteristiku štruktúry sociálnej skupiny a na existujúce pozície, roly a statusy v rámci tejto štruktúry.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Študenti budú vedieť správne definovať a chápať pojem sociálna skupina.
- Študenti sa budú vedieť orientovať v klasifikáciách sociálnych skupín podľa rôznych hľadísk.
 - Študenti budú chápať dynamiku a vnútornú štruktúru sociálnych skupín.
- Študenti sa budú vedieť orientovať v rôznych pozíciách, postaveniach v rámci štruktúry skupiny, budú správne chápať pojmy sociálny status, rola.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním:

Študentom sa poskytne video učiva s názvom *Sociálna skupina*, dostupné na: Názov youtube kanálu *Flipped Methods in Psychology*.

Študenti vyplnia test (pre-test) s názvom *Sociálna skupina*, vid'. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvantitatívneho i kvalitatívneho hľadiska, na základe čoho vie pripraviť a rozvrhnúť priebeh vyučovacej hodiny.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Aktivita1: Skupiny, ktorých som členom

Zoznam skupín, ktorých som aktuálne členom.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na poukázanie rôznorodosti sociálnych skupín, ktorých je jednotlivec v danom momente členom. Na prvý pohľad si ani nevedomujeme množstvo skupín, ktorých členstvo sa nás aktívne týka.

Ciele: Hlavným cieľom aktivity je upriamenie pozornosti na dôležitosť členstva v určitých skupinách, ďalej na poukázanie na skutočnosť, že sme členom omnoho viac skupín, ako si to na prvý pohľad myslíme, že niektoré členstvá nie sú dôsledkom vlastnej vôle, že na niektoré členstvá máme vplyv, na iné nie. Cieľom aktivity je aj poukázanie na to, ako vplývajú tieto členstvá na a náš každodenný život, formujú našu osobnosť, správanie.

Metóda, spôsob práce: individuálna práca

Počet účastníkov: min. 1

Materiály, pomôcky: pre účastníkov papier a pero pre zaznamenanie odpovedí

Časové trvanie aktivity: min. 10 minút – 5 minút pre prípravu zoznamu a ďalších 5 pre diskusiu (časové trvanie diskusie závisí od počtu účastníkov)

Priebeh: Vyučujúci vyzve účastníkov, aby si vytvorili zoznam min. 30 sociálnych skupín, ktorých sú aktuálne členmi. Je dôležité upriamiť pozornosť na rôzne klasifikácie a typy sociálnych skupín, aby si účastníci vybrali z čím väčšieho spektra možných skupín.

Vyučujúci v tejto aktivite hrá rolu moderátora a facilitátora. Manažuje priebeh aktivity a priebežne dáva inštinky pre výber členstiev na základe klasifikácií, aby účastníci vedeli naplniť 30 miestny zoznam. Na prvý pohľad môže byť výzvou vytvorenie zoznamu, ale pri dôkladného a mnohostranného premyslenia je úloha ľahko splniteľná. Vyučujúci priebežne upriami pozornosť aj na tie možnosti výberu, kedy sa členom určitej skupiny sa stávame automaticky alebo nevedome, alebo nie na základe vlastného výberu.

Aktivita dáva možnosť pre flexibilné variovanie a zmenu podmienok a pravidiel – napr. vyučujúci môže redukovať počet rozsah zoznamu, alebo formulovať špecifické kritériá výberu skupín (napr. skupiny týkajúce sa voľnočasovej aktivity, vonkajších alebo vnútorných charakteristík, demografických údajov a pod.), prípadne môže navrhnúť namiesto individuálnej formy práce skupinovú, kedy si účastníci môžu navzájom dávať návrhy na členstvá.

Aktivita 2: Ľudia v boxoch

Hra na základe youtube videa s názvom „Don't Put People in Boxes“ (Nezaradujte ľudí do škatúl) dostupné na: <https://youtu.be/zRwt25M5nGw>.

Zameranie: Aktivita sa zameriava na uvedomenie si, do koľkých skupín práve patríme a koľkých ľudí okolo nás sa to isté členstvo sa týka. Aktivita sa zameriava na znázornenie dobre známeho príslovia „Nesúd' knihu podľa obalu!“.

Ciele: Cieľom aktivity je upriamiť pozornosť na skutočnosť, že ľudí posudzujeme, kategorizujeme, aj keď ich nepoznáme, a tieto naše úsudky môžu byť skreslené, nereálne. Na druhej strane, ako my posudzujeme, aj nás posudzujú iní možno nereálne.

Metóda, spôsob práce: skupinová práca

Počet účastníkov: min. 3

Materiály, pomôcky: voľný priestor vhodný pohyb, ďalej pre vyučujúceho vopred pripravené tvrdenia, charakteristiky

Časové trvanie aktivity: min. 20 min. (závisí od počtu vopred pripravených návrhov)

Priebeh: Účastníci sa postavia na jednu stranu triedy, hracieho priestoru. Vyučujúci číta rôzne tvrdenia, charakteristiky. Ak daná veta je na účastníka platí je pravdou, prejde na druhú stranu triedy, hracieho priestoru. Účastníci sa takto pohybujú počas celej aktivity, na základe toho, či na nich aktuálne tvrdenie platí alebo nie.

V prípade tejto aktivity je vyučujúci moderátorom aktivity, manažuje priebeh aktivity. Je potrebné pozorne sledovať situáciu a po prípade nápomocne riešiť reakcie účastníkov. Je veľmi dôležité dbať na vytvorenie a udržanie bezpečného, akceptujúceho prostredia, nakoľko v prípade citlivých tém alebo tvrdení účastníci sa môžu cítiť najprv neprijemne.

Aktivita dáva možnosť pre flexibilné variovanie a zmenu podmienok a pravidiel – vyučujúci môže špecifikovať tému alebo zámer tvrdení na určitú tému, alebo môže vyzvať účastníkov, aby aj oni navrhli rôzne vyjadrenia, charakteristiky.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

Študenti vyplnia test (post-test) s názvom *Sociálna skupina*, vid'. príloha.

Vyučujúci vyplnené testy vyhodnotí z kvalitatívneho i kvantitatívneho hľadiska, na základe čoho reflektuje na vyučovaciu hodinu.

Hodnotenie a odporúčania:

Pre hodnotenie osvojených vedomostí slúži post-test k téme. Pre záver témy s cieľom reflexie a poskytnutia spätnej väzby je preto užitočné navrhnúť úlohu, menej formálnu aktivitu v duchu kreatívnej práce.

Aktivita: Mentimeter na tému sociálna skupina

Mentimeter sa dá použiť rôznymi spôsobmi na hodnotenie učenia sa žiakov v triede. Tu je niekoľko nápadov, ako použiť Mentimeter na hodnotenie na tému Sociálne skupiny:

1. Kvízy: Vytvorte na Mentimetri kvíz s otázkami s viacerými možnosťami odpovede alebo s otázkami typu pravda/nepravda, aby ste overili, či študenti porozumeli téme.

2. Formatívne hodnotenie: Použite Mentimeter na hodnotenie učenia sa študentov počas vyučovacej hodiny alebo aktivity. Vytvorte prieskum alebo anketu, v ktorej položíte otázky súvisiace s preberaným obsahom.
3. Výstupné lístky: Použite Mentimeter na získanie spätnej väzby od študentov na konci hodiny alebo aktivity. Požiadajte ich, aby sa podelili o to, čo sa naučili alebo na čo majú ešte otázky.
4. Reflexie: Mentimeter použite na to, aby sa žiaci zamysleli nad svojím učením. Požiadajte ich, aby sa podelili o to, čo bolo pre nich počas vyučovacej hodiny alebo aktivity najnáročnejšie alebo najzaujímavejšie.

Mentimeter poskytuje spätnú väzbu v reálnom čase, ktorá vám pomôže upraviť vyučovanie tak, aby lepšie vyhovovalo potrebám žiakov. Aplikácia sa tiež ľahko používa a je prístupná z akéhokoľvek zariadenia s pripojením na internet, čo z nej robí pohodlný nástroj na hodnotenie v triede.

Poznámky pre lektorov:

S cieľom doplnenie vedomostí o ďalšie relevantné informácie, prípadne zaujímavosti je možné odporúčať nasledujúce materiály:

<https://youtu.be/Cn2-dlZR9IM>, <https://youtu.be/lGC0zxcgRNJQ>,
https://youtu.be/_wFZ5Dbj8DA,

V prípadne v súvislosti s Aktivitou 2 uvedenej vyššie pre inšpiráciu môžeme odporučiť, alebo v závere aktivity implementovať nasledujúce materiály: <https://youtu.be/zRwt25M5nGw>,
<https://youtu.be/VNQOpTUI1zA>, <https://youtu.be/LHnxPURgC9Q>.

Odporúčaná literatúra:

<https://projects.sjf.edu/media-and-diversity-fall-2020/2020/11/06/dont-put-people-in-boxes/>

<https://open.lib.umn.edu/sociology/chapter/6-1-social-groups/>

<https://www.studysmarter.co.uk/explanations/social-studies/social-relationships/social-groups/>

<https://www.coursesidekick.com/sociology/study-guides/boundless-sociology/types-of-social-groups>

Schaefer, R. T. (2010). Sociology: A brief introduction 12th edition. MCGRAW-HILL US HIGHER ED.

Kapitola 27: Kooperatívne učenie

*Graça Bidarra, Piedade Vaz-Rebello
University of Coimbra, Portugalsko*

Kontext a zdôvodnenie:

Kooperatívne učenie je metóda vyučovania a učenia sa, pri ktorej študenti spolupracujú v malých skupinách, aby si navzájom pomohli pri učení sa akademického obsahu. Skladá sa z dvoch vzájomne prepojených zložiek: Práca s úlohami a tímová práca. Práca s úlohami je plnenie akademických úloh, tímová práca je plnenie úloh v skupine. Spoločná práca je spôsob, ako dosiahnuť cieľ, ktorý by jednotlivec sám nedosiahol. Pozitívna vzájomná závislosť je kľúčovým znakom kooperatívneho učenia, ktoré zahŕňa vzájomnú závislosť cieľov, úloh, zdrojov a prostredia/priestoru. Kooperatívne učenie prebieha nielen vtedy, keď členovia skupiny pracujú na dosiahnutí spoločného cieľa, ale aj vtedy, keď je každý člen zodpovedný za úspech alebo neúspech skupiny.

Učebné prostredie pre kooperatívne učenie sa vyznačuje demokratickými procesmi a aktívnou úlohou študentov pri rozhodovaní o tom, čo a ako sa budú učiť. Vyučujúci môže poskytnúť vysoký stupeň štruktúry pri vytváraní skupín a stanovovaní všeobecných postupov, ale študenti majú kontrolu nad vzájomnými interakciami vo svojich skupinách z minúty na minútu. Je potrebné naučiť študentov sociálne zručnosti, ktoré sú nevyhnutné pre prácu v skupine, ako napríklad chváliť, povzbudzovať, žiadať o pomoc, jasne komunikovať, akceptovať rozdiely, počúvať, pomáhať druhým a motivovať žiakov, aby tieto zručnosti využívali.

Kooperatívne učenie je štruktúrovaná činnosť, pri ktorej si študenti rozvíjajú akademické zručnosti a vzťahy solidarity a vzájomnej pomoci. Arends (2012) opísal šesť fáz kooperatívnej vyučovacej hodiny, medzi ktoré patrí stanovenie cieľov hodiny, prezentácia informácií, rozdelenie študentov do učebných tímov, pomoc študentom pri plnení vzájomne závislých úloh, prezentácia konečného produktu skupine alebo preskúmanie toho, čo sa naučili, a ocenenie úsilia skupiny a jednotlivca.

Existujú rôzne štruktúry a syntaxy kooperatívneho učenia, vrátane skladačky, kooperatívneho skriptovania, spoločného uvažovania vo dvojiciach, skupinového skúmania.

- V systéme Jigsaw sú študenti rozdelení do heterogénnych päť- alebo šesťčlenných učebných tímov, obsah je rozdelený na podtémy a každý člen skupiny je zodpovedný za osvojenie si jednej podtémy. Vytvorí sa nové skupiny, v ktorých študenti analyzujú konkrétnu tému a každý "expertný účastník" sa vracia do pôvodnej skupiny, aby sa podelil o svoje vedomosti. Na overenie získaných vedomostí sa používa kvíz.
- Pri kooperatívnom písaní študenti pracujú v malých skupinách alebo vo dvojiciach, čítajú časť textu a snažia sa zopakovať informácie bez toho, aby venovali pozornosť textu. Druhý člen komentuje činnosť predchádzajúceho člena bez toho, aby si prečítal text, a obaja členovia spoločne upravujú informácie. Vymenia si úlohy a zopakujú toľko častí textu, koľko ich je.

- V programe Think-Pair-Share sa každý študent spáruje s iným študentom alebo malou skupinou, ktorí vytvoria krátku prezentáciu alebo si prečítajú zadanie či záhadnú situáciu, diskutujú o téme s partnerom a rozšíria ju na diskusiu v celej triede.
- Pri skupinovom skúmaní sa študenti môžu podieľať na plánovaní tém aj na prístupe k skúmaniu. Študenti si vyberú tému, ktorú podrobne preskúmajú, a pripravia správu, ktorú odprezentujú celej triede.

Kooperatívne učenie má niekoľko výhod a bolo prítomné vo vzdelávacích koncepciách už od 19. storočia. Medzi tieto výhody patrí zvýšená motivácia a angažovanosť študentov, lepšie schopnosti kritického myslenia, lepšie výsledky a udržanie si vedomostí, zvýšené sebavedomie a sociálne zručnosti a lepšie vzťahy s rovesníkmi a učiteľmi. Podporuje tiež zmysel pre komunitu a spoluprácu medzi študentmi, čo môže mať vplyv na budúcnosť.

Kľúčové témy:

Modul sa zameriava na kooperatívne učenie a jeho základné zložky, pričom definuje úlohy vyučujúcich a študentov. Zahŕňa tiež rôzne fázy kooperatívneho učenia a skúma rôzne stratégie kooperatívneho učenia.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Opísať hlavné znaky kooperatívneho učenia
- Identifikovať predstaviteľov kooperatívneho učenia
- Efektívne pracovať v malých skupinách na dosiahnutie spoločného akademického cieľa a preukázať pozitívnu vzájomnú závislosť a zodpovednosť za individuálny a skupinový úspech.
- Identifikovať sociálne zručnosti, ktoré sú dôležité pre prácu v skupine, napr. pochváliť, povzbudiť, požiadať o pomoc, jasne komunikovať, akceptovať rozdiely, počúvať, pomáhať ostatným a motivovať rovesníkov.
- Opísať hlavné fázy kooperatívneho vyučovania.
- Poznať rôzne stratégie kooperatívneho učenia, ako je napríklad skladačka, kooperatívne písanie scenárov, premýšľanie vo dvojiciach a skupinové skúmanie, aby uľahčili svoje učenie a učenie svojich spolužiakov.
- Analyzovať výhody kooperatívneho učenia z hľadiska študijných výsledkov, sociálnych vzťahov a osobnostného rozvoja.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

- Študenti majú k dispozícii video lekcii s názvom Kooperatívne učenie: *Flipped Methods in Psychology* na kanáli YouTube
- Študenti absolvujú pre-test (pozri prílohu)
- Vyučujúci kvantitatívne vyhodnocuje vyplnené testy, čo mu umožňuje pripraviť a naplánovať lekcii.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Aktivita 1: Skladačka (jigsaw)

Ciele: Zažiť skladačku a spoznať rôzne stratégie kooperatívneho učenia.

Vzory interakcie: Práca v skupine

Počet účastníkov: najmenej 15

Materiály a pomôcky: Papier, ceruzka.

Trvanie aktivity: 45 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Skladačka sa používa na analýzu rôznych stratégií kooperatívneho učenia. V tomto rámci sú študenti zaradení do päť- alebo šesťčlenných heterogénnych študijných tímov. Každéj skupine sa predstaví päť stratégií kooperatívneho učenia, pričom sa obsah rozdelí na podtémy. Každý člen skupiny je zodpovedný za štúdium čiastkovej témy a potom sa zmieša so študentmi z iných skupín, ktorí študovali rovnakú čiastkovú tému, a vytvorí novú skupinu, v ktorej je každý člen odborníkom v inej oblasti. Táto skupina sa nazýva "expertná skupina", pretože má za úlohu podrobne analyzovať príslušnú čiastkovú tému. Potom sa každý "expertný účastník" vráti do pôvodnej skupiny a podelí sa o získané vedomosti.

Na overenie získaných vedomostí sa používa kvíz.

Aktivita 2: Think-Pair-Share

Ciele: Získať skúsenosti s metódou "Think-Pair-Share" a uvedomiť si výhody a výzvy kooperatívneho učenia.

Vzory interakcie: Individuálna práca, práca vo dvojiciach, celá trieda

Počet účastníkov: najmenej 2

Materiály a pomôcky: Papier, ceruzka.

Trvanie aktivity: 30 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Požiadajte študentov, aby sa zamysleli nad jednou výhodou kooperatívneho učenia a potom sa vo dvojici s partnerom podelili o svoje nápady. Po výmene názorov môžu dvojice diskutovať o svojich nápadoch a navrhnúť spoločnú odpoveď, ktorú predstavia triede. Tento proces sa opakuje, tentoraz s ohľadom na výzvy spojené s kooperatívnym učením.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

- Študenti vyplnia post-test (pozri prílohu)
- Vyučujúci vyhodnocuje vykonané testy kvalitatívne aj kvantitatívne, aby sa mohol zamyslieť nad lekciami.

Hodnotenie a odporúčania

Hodnotenie zahŕňa rôzne ukazovatele vrátane pre- a post-testov, výsledkov kvízu a komentárov vyučujúceho. Okrem toho sú študenti požiadaní, aby vyplnili dotazník na hodnotenie videa.

Hodnotenie by malo byť holistickým procesom, ktorý zohľadňuje rôzne ukazovatele na hodnotenie učenia a pokroku študentov.

Okrem toho používanie videohodnotení a dotazníkov umožňuje študentom poskytnúť spätnú väzbu o svojich skúsenostiach s učením. Táto spätná väzba môže vyučujúcim pomôcť pochopiť, čo v triede funguje dobre a kde je priestor na zlepšenie. Zapojením študentov do procesu hodnotenia získavajú možnosť vyjadriť svoj názor a môžu prispieť k rozvoju vzdelávania.

Poznámky pre lektorov

Vyučujúci si môže vybrať aktivity, ktoré sú pre triedu najvhodnejšie, s ohľadom na časové možnosti. Vyučujúci môže tiež dobre využiť čas, ktorý má k dispozícii, aby zabezpečil, že študenti budú schopní splniť úlohu v danom časovom rámci.

Odporúčaná literatúra

- Anderson, B. (2018). Young children playing together: A choice of engagement. *European Early Childhood Education Research Journal*. 26, 142–155.
- Arends, R. I. (2012). *Learning to teach* (9th edition). Boston, MA: McGraw-Hill.
- Aronson, E., & Patnoe, S. (1997). *The jigsaw classroom: Building cooperation in the classroom*. New York: Longman.
- Bidarra G, Santos A, Vaz-Rebello P, Thiel O, Barreira C, Alferes V, Almeida J, Machado I, Bartoletti C, Ferrini F, Hanssen S, Lundheim R, Moe J, Josephson J, Velkova V, Kostova N. Mapping spontaneous cooperation between children in automata construction workshops. *Education Sciences*. 2021; 11(3):137. <https://doi.org/10.3390/educsci11030137>
- Gillies, R. M., & Ashman, A. F. (2003). An historical review of the use of groups to promote socialization and learning. In *Cooperative learning* (pp. 11-28). Routledge.
- Herreid, C. F. (1998). Why isn't cooperative learning used to teach science?. *BioScience*, 48(7), 553-559.
- Knight, J. (2013). *High impact instruction: A framework for great teaching*. Sage Publications: Thousand Oaks, LA, USA, 2013.19.
- Hargreaves, A. (1994). *Changing teachers changing times*. Cassell PLC: London, UK, 1994.
- Joyce, B. & Weil, mM. (2003). *Models of teaching*. Prentice.Hall of India New DeIMi-110001
- Lyman, L.; Foyle, H. C. (1990). *Cooperative grouping for Interactive learning: Students, teachers, and administrators*. NEA School Restructuring Series. National Education Association of the United States ISBN 0-8106-1842-7
- Deutsch, M., Khatr, N., Mitchell, V., Tepavac, L., Zhang, Q., Weitzman, E. A., Lynch, R. (1992). *The Effects of training in cooperative learning and conflict resolution in an alternative High School*. International Center for Cooperation and Conflict Resolution, Box 53, Teachers College, Columbia University, New York, NY <https://eric.ed.gov/?id=ED359272>

Slavin, R.E. (1995). *Cooperative learning: Theory, research, and practice* (2nd edition).
Boston: Allyn & Bacon

Kapitola 28: Identita

*Piedade Vaz-Rebelo, Graça Bidarra
University of Coimbra, Portugalsko*

Kontext a zdôvodnenie:

Formovanie identity je zložitý proces, ktorý sa začína narodením a pokračuje počas celého života. Identita sa skúma v rôznych oblastiach, ako je psychológia, filozofia, umenie, vzdelávanie a zdravie. Erik Erikson je jedným z najvplyvnejších autorov v oblasti identity a je známy tým, že vytvoril koncept "krízy identity". Navrhol teóriu ľudského vývinu, ktorá opisuje vývoj ega prostredníctvom série štádií a epigenézy identity. Eriksonova teória je jedinečná tým, že spája biologické a sociálne aspekty a zohľadňuje kultúrne, sociálne a historické faktory.

Teória životného cyklu, ktorú navrhol Erikson, pozostáva z ôsmich vývojových fáz, z ktorých každá je charakterizovaná krízou, ktorú je potrebné prekonať, aby sa mohol uskutočniť vývoj. Medzi tieto úrovne patrí dôvera verzus nedôvera, autonómia verzus hanba a pochybnosti, iniciatíva verzus vina, kompetencia verzus menejcennosť, identita verzus zmätok identity, intimita verzus izolácia, generativita verzus stagnácia a integrita ega verzus zúfalstvo. Zvládnutie každej krízy je založené na zvládnutí predchádzajúcej krízy a nezvládnutie krízy môže mať negatívny vplyv na vývoj jednotlivca.

Budovanie identity začína vývojom dôvery a nedôvery v detstve, čo súvisí s kvalitou vzťahu s opatrovateľom. Autonómia verzus hanba a pochybnosti sú ďalšou krízou, ktorá sa týka skúmania sveta a rozvoja sebavedomia dieťaťa. Psychosociálna kríza vo fáze iniciatívy a viny zahŕňa rozvoj pocitu iniciatívy a úspechu nad pocitmi viny a menejcennosti. Táto fáza súvisí so školou a prvkom identity, ktorý sa v nej rozvíja, je pocit kompetencie.

Dospievanie je obdobím významného rozvoja identity a kríza identity je normatívnou krízou, ktorá sa v tomto období vyskytuje. Kríza zahŕňa hľadanie uceleného sebachápania a miesta v spoločnosti. Dospievajúci musia zosúladiť svoje vlastné potreby a túžby s očakávaniami a požiadavkami spoločnosti. Neriešenie krízy môže viesť k zmätku identity, negatívnemu sebaobrazu a dezorientácii v živote.

Vývoj identity pokračuje aj v dospelosti, pričom psychosociálna kríza v štádiu intimity a izolácie zahŕňa rozvoj blízkych vzťahov a schopnosť nadväzovať väzby s ostatnými. Fáza medzi generativitou a stagnáciou sa týka starostlivosti o budúce generácie a schopnosti prispievať spoločnosti. A napokon, fáza integrity ega verzus zúfalstvo sa týka reflexie života a pocitu spokojnosti alebo ľútosťi

Celkovo je budovanie identity celoživotný proces, ktorý zahŕňa vzájomné pôsobenie individuálnych a sociálnych faktorov. Eriksonova teória životného cyklu poskytuje rámec na pochopenie rôznych štádií vývoja a kríz, ktoré je potrebné prekonať, aby sa mohol uskutočniť vývoj identity. Teória zdôrazňuje význam kultúrnych, sociálnych a historických faktorov a úlohu vzťahov pri vytváraní identity.

Kľúčové témy:

Modul sa zaoberá pojmom identity a skúma teóriu psychosociálneho vývoja, ktorú vypracoval E. Erikson. Skúmajú sa súvisiace pojmy ako epigenetický princíp, psychosociálne krízy, naplnenie identity, moratória, uzavretie identity a zmätok identity. Prostredníctvom tejto analýzy sa modul zameriava na komplexné pochopenie procesu budovania identity.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Vysvetliť pojem identity, ako ho opísal Erik Erikson, a jeho význam pre psychologický vývin.
- Vysvetliť Eriksonov epigenetický princíp a jeho súvislosť s vývojom identity.
- Analyzovať úlohy sociálnych a kultúrnych faktorov vo vývoji identity.
- Opísať hlavné znaky ôsmich štádií psychosociálneho vývoja a psychosociálne krízy spojené s každým štádiom.
- Analyzovať, ako rané skúsenosti s dôverou alebo nedôverou, autonómiou alebo hanbou a pochybnosťami a iniciatívou alebo vinou formujú sebavnímanie a identitu človeka.
- Porovnať a konfrontovať rôzne statusy identity vrátane dosiahnutia identity, vylúčenia, moratória a difúzie.
- Identifikovať rozdiely medzi zmätením identity a difúziou identity a ich vplyv na psychickú pohodu.
- Aplikovať Eriksonovu teóriu psychosociálneho vývoja na reálne situácie, napr. pochopenie výziev, ktorým mladí ľudia čelia pri rozvíjaní pocitu identity.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

- Študenti dostanú video lekciiu s názvom „*Identita*“, ktorá je k dispozícii na kanáli „*Flipped Methods in Psychology*“ na YouTube.
- Študenti absolvujú pre-test (pozri prílohu)
- Vyučujúci kvantitatívne vyhodnocuje vyplnené testy, čo mu umožňuje pripraviť a naplánovať lekciiu.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Aktivita 1: Pojmové mapy

Ciele: Porozumieť teórii psychosociálneho vývinu, ktorú navrhol Erikson.

Vzory interakcie: Diskusia v skupine

Počet účastníkov: najmenej 4

Materiály a pomôcky: Papier a ceruzka

Trvanie aktivity: 30 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Po zhliadnutí videa študenti v skupinách po 4 vytvoria pojmovú mapu, ktorá znázorňuje kľúčové zložky Eriksonovej teórie identity a umožňuje im vizualizovať vzťahy medzi jednotlivými pojmami.

Aktivita 2: Reflexívne písanie

Ciele: Vytvárať prepojenia medzi teóriou a vlastnými skúsenosťami.

Vzory interakcie: Individuálna práca

Počet účastníkov: aspoň 1

Materiály a pomôcky: Papier a ceruzka

Trvanie aktivity: 30 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Požiadajte študentov, aby napísali reflexívnu esej o tom, ako Eriksonova teória identity a Marciina koncepcia statusu identity súvisia s ich osobným rozvojom.

Aktivita 3: Hranie rolí

Ciele: Táto aktivita podporuje kreativitu a pomáha študentom aplikovať teóriu na reálne situácie.

Vzory interakcie: Práca v skupine

Počet účastníkov: najmenej 4

Materiály a pomôcky: Papier, ceruzka a materiály potrebné pre scenár

Trvanie aktivity: 30 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Študenti navrhnu a zahrajú scenáre, ktoré ilustrujú rôzne statusy Marciinej teórie identity.

Aktivita 4: Prípadové štúdie

Ciele: Táto aktivita podporuje kreativitu a pomáha študentom aplikovať teóriu na reálne situácie.

Vzory interakcie: Skupinová práca a diskusia

Počet účastníkov: najmenej 4

Materiály a pomôcky: Papier, ceruzka, puzdrá

Trvanie aktivity: 30 minút, ale závisí to od počtu účastníkov a prípadov.

Postup: Poskytnite študentom prípadové štúdie, ktoré ilustrujú výzvy, ktorým čelia jednotlivci pri rozvíjaní pocitu identity. Študenti v skupinách po 4 prvkoch analyzujú prípadové štúdie

a diskutujú o tom, do akej miery je Eriksonova teória identity aplikovateľná na jednotlivé prípady.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

- Študenti vyplnia post-test (pozri prílohu)
- Študenti si tiež pripravia zhrnutie hodiny, v ktorom opíšu najdôležitejšie témy, uvedú, čo sa naučili, a predložia návrhy na zlepšenie.
- Vyučujúci vyhodnocuje vykonané testy kvalitatívne aj kvantitatívne, aby sa mohol zamyslieť nad lekciami.

Hodnotenie a odporúčania

Hodnotenie zahŕňa rôzne ukazovatele vrátane pred- a po-testov, zhrnutia učiva, výsledkov záverečnej skúšky a komentárov vyučujúceho. Okrem toho sú študenti požiadaní, aby vyplnili dotazník na hodnotenie videa.

Hodnotenie by malo byť holistickým procesom, ktorý zohľadňuje rôzne ukazovatele na hodnotenie učenia a pokroku študentov.

Okrem toho používanie videohodnotení a dotazníkov umožňuje študentom poskytnúť spätnú väzbu o svojich skúsenostiach s učením. Táto spätná väzba môže vyučujúcim pomôcť pochopiť, čo v triede funguje dobre a kde je priestor na zlepšenie. Zapojením študentov do procesu hodnotenia získavajú možnosť vyjadriť svoj názor a môžu prispieť k rozvoju vzdelávania.

Poznámky pre lektorov

Vyučujúci si môže vybrať aktivity, ktoré sú pre triedu najvhodnejšie, s ohľadom na časové možnosti. Vyučujúci môže tiež dobre využiť čas, ktorý má k dispozícii, aby zabezpečil, že študenti budú schopní splniť úlohu v danom časovom rámci.

Odporúčaná literatúra

- Anderson, B. (2018). Young children playing together: A choice of engagement. *European Early Childhood Education Research Journal*. 26, 142–155.
- Arends, R. I. (2012). *Learning to teach* (9th edition). Boston, MA: McGraw-Hill.
- Aronson, E., & Patnoe, S. (1997). *The jigsaw classroom: Building cooperation in the classroom*. New York: Longman.
- Bidarra G, Santos A, Vaz-Rebello P, Thiel O, Barreira C, Alferes V, Almeida J, Machado I, Bartoletti C, Ferrini F, Hanssen S, Lundheim R, Moe J, Josephson J, Velkova V, Kostova N. Mapping spontaneous cooperation between children in automata construction workshops. *Education Sciences*. 2021; 11(3):137. <https://doi.org/10.3390/educsci11030137>
- Gillies, R. M., & Ashman, A. F. (2003). An historical review of the use of groups to promote socialization and learning. In *Cooperative learning* (pp. 11-28). Routledge.
- Herreid, C. F. (1998). Why isn't cooperative learning used to teach science?. *BioScience*, 48(7), 553-559.

- Knight, J. (2013). *High impact instruction: A framework for great teaching*. Sage Publications: Thousand Oaks, LA, USA, 2013.19.
- Hargreaves, A. (1994). *Changing teachers changing times*. Cassell PLC: London, UK, 1994.
- Joyce, B. & Weil, mM. (2003). *Models of teaching*. Prentice.Hall of India New DeIMi-110001
- Lyman, L.; Foyle, H. C. (1990). *Cooperative grouping for Interactive learning: Students, teachers, and administrators*. NEA School Restructuring Series. National Education Association of the United States ISBN 0-8106-1842-7
- Deutsch, M., Khattr, N., Mitchell, V., Tepavac, L., Zhang, Q., Weitzman, E. A., Lynch, R. (1992). *The Effects of training in cooperative learning and conflict resolution in an alternative High School*. International Center for Cooperation and Conflict Resolution, Box 53, Teachers College, Columbia University, New York, NY <https://eric.ed.gov/?id=ED359272>
- Slavin, R.E. (1995). *Cooperative learning: Theory, research, and practice* (2nd edition). Boston: Allyn & Bacon

Kapitola 29: Očakávania v triede - Pygmalionov efekt

Graça Bidarra, Piedade Vaz-Rebelo, University of Coimbra, Portugalsko

Kontext a zdôvodnenie:

Očakávania v školskom kontexte sú ústrednou témou v oblasti psychológie a vzdelávania. Mimoriadne zaujímavý je "Pygmalionov efekt", ktorý skúma, ako môžu očakávania učiteľov od ich študentov významne ovplyvniť študijné výsledky. Tento koncept prvýkrát navrhol sociológ Robert Merton a neskôr ho v 60. rokoch 20. storočia v školskom kontexte skúmali psychológ Robert Rosenthal a riaditeľka školy Lenore Jacobsonová. Rosenthalova štúdia, známa ako "Pygmalion v triede", ukázala, že žiaci, od ktorých učitelia očakávali intelektuálny pokrok, dosiahli väčší intelektuálny pokrok ako tí, od ktorých to učitelia neočakávali.

Skúmalo sa niekoľko otázok súvisiacich s Pygmalionovým efektom vrátane toho, či očakávania učiteľov ovplyvňujú výsledky žiakov, aké faktory tento efekt brzdia alebo podporujú a ako sa očakávania spracúvajú a prenášajú. Predpokladá sa, že existuje kaskádový efekt, v ktorom diferencované správanie učiteľa ovplyvňuje sebapoňatie, motiváciu a úroveň aspirácií žiaka, čo v konečnom dôsledku vedie k tomu, že žiak splní očakávania, ktoré sa na neho kladú. V ďalších štúdiách sa skúmali faktory, ktoré môžu ovplyvniť veľkosť efektu a spracovanie očakávaní, a to individuálne charakteristiky študenta a spúšťača očakávaní, ciele vzťahu a situačné premenné, ako sú prechody alebo nové situácie. Rosenthal identifikoval štyri faktory, ktoré majú učitelia tendenciu zvládať odlišne so žiakmi, od ktorých majú priaznivejšie očakávania, vrátane vytvárania teplejšej klímy, t. j. využívania neverbálnych komunikačných kanálov, učenia väčšieho množstva materiálu, poskytovania väčšej možnosti odpovedať na otázky a poskytovania väčšej spätnej väzby. Pygmalionov efekt naznačuje, že ľudia dokážu dosiahnuť viac, keď sa to od nich očakáva, a zdôrazňuje význam pozitívnych očakávaní v školskom a sociálnom prostredí.

Kľúčové témy:

Modul sa zameriava na charakteristiku pojmov, ako sú efekt očakávania alebo Pygmalionov efekt, samonapĺňajúce sa proroctvá a opis výskumu, ktorý uskutočnili Rosenthal a Jacobson. Okrem toho modul skúma faktory, ktoré pomáhajú vysvetliť vplyv očakávaní na študijné výsledky.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Pochopiť koncept sebanapĺňajúcich sa proroctiev, jeho pôvod a vplyv na vzdelávanie a psychológiu.
- Analyzovať hlavné zistenia výskumu Pygmalionovho efektu v triede a ich dôsledky pre ďalší výskum v tejto oblasti.
- Vyhodnotiť úlohu očakávaní učiteľov od výsledkov žiakov a to, aké môžu byť tieto očakávania pozitívne alebo negatívne.
- Identifikovať faktory, ktoré ovplyvňujú Pygmalionov efekt.
- Opísať štyri faktory, ktoré navrhol Rosenthal na vysvetlenie toho, ako môžu očakávania učiteľov ovplyvniť študijné výsledky žiakov.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

Študenti by si mali pred hodinou pozrieť video "Očakávaná", ktoré je k dispozícii na kanáli YouTube „Flipped Methods in Psychology“.

Vyučujúci požiada študentov, aby vyplnili pre-test s názvom *Očakávaná* (pozri prílohu: Testy). Vyučujúci kvantitatívne vyhodnocuje vyplnené testy, čo mu umožňuje pripraviť a naplánovať lekciu.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Aktivita 1: Logická hra na analýzu očakávaní

Ciele: Vyučujúci položí štyri otvorené otázky týkajúce sa očakávaní triedy a výskumu Pygmalionovho efektu, ktoré študenti analyzujú v skupinovej práci. Vyučujúci navrhuje pracovať podľa stratégie Jigsaw. Ide o stratégiu kooperatívneho učenia, ktorú pôvodne navrhol Aronson a jeho kolegovia v roku 1971. Cieľom je povzbudiť študentov k spolupráci, prevziať zodpovednosť za svoje učenie a prehĺbiť porozumenie konkrétnej téme. Jeho cieľom je tiež podporiť komunikačné zručnosti a tímovú prácu, aby sa študenti mohli učiť jeden od druhého

Čas: 30 minút

Materiály a pomôcky: Papier, ceruzka.

Priebeh: Študenti sú rozdelení do heterogénnych štvorčlenných študijných skupín. Potom sa prezentujú otázky a každému členovi skupiny sa prideli čiastková Kapitola, na ktorú sa má stať expertom, s cieľom prehĺbiť svoje vedomosti v danej oblasti. Po získaní odborných vedomostí sa vytvoria nové skupiny, v ktorých sa stretnú študenti, ktorí sa stali odborníkmi na rovnakú podtému. V tejto takzvanej "expertnej skupine" študenti spoločne analyzujú a podrobne diskutujú o danej podtému. Potom sa každý "expertný účastník" vráti do pôvodnej skupiny a podeli sa o získané vedomosti. Študenti samostatne vyplnia kvíz, ktorého výsledok sa započíta do výsledku skupiny.

Aktivita 2: Simulácia prostredníctvom efektu očakávaní

Ciele: Cieľom tejto simulácie je, aby si účastníci na vlastnej koži vyskúšali efekt očakávaní a zamysleli sa nad jeho vplyvom na svoj výkon. Môže byť účinným nástrojom na zdôraznenie dôležitosti riadenia očakávaní v triede a v iných kontextoch.

Čas: 45 minút

Materiály a pomôcky: v závislosti od vytvorenej scény.

Priebeh: Vyučujúci rozdelí triedu na dve skupiny, skupinu A a skupinu B. Každá skupina pozostáva z rovnakého počtu účastníkov. Prideli úlohu obom skupinám. Úloha môže zahŕňať riešenie matematického problému, napísanie krátkeho príbehu alebo stavbu veže z určitých

materiálov. Uistite sa, že úloha je dostatočne náročná, aby si vyžadovala úsilie a sústredenie. Pred začatím úlohy povedzte skupine A, že boli vybraní vďaka svojim výnimočným schopnostiam a zručnostiam a že sa od nich očakáva, že úlohu zvládnu mimoriadne dobre. Na druhej strane povedzte skupine B, že boli vybraní náhodne a že od ich výkonu sa nič neočakáva. Nechajte obe skupiny pracovať na úlohe určitý čas, približne 20-30 minút. Na konci času zozbierajte výsledky oboch skupín. Na vyhodnotenie výkonu môžete použiť objektívne meradlá, napríklad výšku veže, počet správnych odpovedí alebo kvalitu príbehu.

Požiadajte účastníkov, aby sa zamysleli nad svojimi skúsenosťami v rámci debrífingu. Ako ovplyvnili očakávania ich výkon? Cítila sa skupina A pod tlakom, aby podala dobrý výkon? Cítila sa skupina B menej motivovaná? Ovplyvnili očakávania kvalitu ich práce?

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

Študenti absolvujú test (post-test) (pozri prílohu Testy)

Študenti si tiež pripravia zhrnutie hodiny, v ktorom opíšu najdôležitejšie témy, uvedú, čo sa naučili, a predložia návrhy na zlepšenie.

Vyučujúci vyhodnocuje vykonané testy kvalitatívne aj kvantitatívne za účelom reflexie na hodinu.

Hodnotenie a odporúčania

Hodnotenie zahŕňa rôzne ukazovatele vrátane pred- a po-testov, zhrnutia učiva, výsledkov záverečnej skúšky a komentárov vyučujúceho. Okrem toho sú študenti požiadaní, aby vyplnili dotazník na hodnotenie videa.

Hodnotenie by malo byť holistickým procesom, ktorý zohľadňuje rôzne ukazovatele na hodnotenie učenia a pokroku študentov. Zapojením študentov do procesu získavajú vyučujúci cennú spätnú väzbu a prehľad o účinnosti používaných vyučovacích metód a materiálov. Zahrnutím rôznych ukazovateľov môže vyučujúci získať komplexnejší obraz o pokroku v učení a výkone každého študenta. Posttest môže pomôcť posúdiť účinnosť vyučovacej hodiny a identifikovať oblasti, v ktorých môžu študenti potrebovať ďalšiu podporu. Zhrnutie vyučovacej hodiny a poznámky vyučujúceho môžu poskytnúť cenné informácie o tom, ako trieda pracovala a v čom sa dá zlepšiť.

Okrem toho používanie videohodnotení a dotazníkov umožňuje študentom poskytnúť spätnú väzbu o svojich skúsenostiach s učením. Táto spätná väzba môže vyučujúcim pomôcť pochopiť, čo v triede funguje dobre a kde je priestor na zlepšenie. Zapojením študentov do procesu hodnotenia získavajú možnosť vyjadriť svoj názor a môžu prispieť k rozvoju vzdelávania.

Poznámky pre lektorov

Odporúča sa začať vyučovacie aktivity krátkou prednáškou o pojmoch/otázkach, ktoré sa ukázali ako obzvlášť ťažké - ako ukázali výsledky predbežného testu.

Môžu sa prezentovať tabuľky alebo iný materiál na podrobnejšie vysvetlenie obsahu videoprezentácie

Odporúčaná literatúra

- Arends, R. I. (2012). *Learning to teach* (9th edition). Boston, MA: McGraw-Hill.
- Aronson, E., & Patnoe, S. (1997). *The jigsaw classroom: Building cooperation in the classroom*. New York: Longman.
- Babad, E. (2009). *The social psychology of the classroom*. New York: Routledge
- Harris, M. J., & Rosenthal, R. (1986). Four factors in the mediation of teacher expectancy effects. In R. S. Feldman (Ed.), *The social psychology of education* (pp. 91-114). Cambridge: Cambridge University Press.
- Jussim, L. (1995). Self-fulfilling prophecies. In A. S. Manstead & M. Hewstone (Eds.), *The Blackwell encyclopedia of social psychology* (pp 509-515). Cambridge, Mass.: Blackwell.
- Rosnow, R. L., & Rosenthal, R. (1997). *People studying people: Artifacts and ethics in behavioral research*. New York: W. H. Freeman and Company (Cap. 3), pp.47-61

Kapitola 30: Metakognícia

*Piedade Vaz-Rebelo, Graça Bidarra, University of Coimbra, Portugalsko
Eleonora Papaleontiou-Louca, European University of Cyprus*

Kontext a zdôvodnenie:

Metakognícia je komplexný a viacvrstvový pojem, ktorý sa skúmal z rôznych hľadísk a disciplín. Jeho pôvod siaha až do starovekého Grécka a v posledných štyroch desaťročiach si získal značnú pozornosť. Termín metakognícia zaviedol psychológ John H. Flavell, ktorý sa považuje za "otca" tejto témy. Metakognícia sa stala dôležitým predmetom výskumu v psychológii a skúma sa vo vývinovej psychológii, experimentálnej a kognitívnej psychológii, pedagogickej psychológii, sociálnej kognícii, klinickej psychológii, neuropsychológii a metakognícii zvierat.

Definovať metakogníciu je ťažké a neexistuje všeobecne prijatá definícia. Vo všeobecnosti sa však opisuje ako myslenie o myslení a monitorovanie a regulácia myslenia. Metakognitívne znalosti znamenajú pochopenie toho, ako funguje vlastná myseľ a aké vedomé pocity sa môžu vyskytnúť počas kognitívnych činností. Metakognitívne procesy sa týkajú schopnosti plánovať, monitorovať a hodnotiť vlastnú kognitívnu činnosť. Metakognícia sa rozšírila okrem kognitívnych aspektov aj na afektívne stavy, motívy a zámery, ako aj na vedomé monitorovanie a kontrolu týchto psychologických javov.

V rámci metakognície sa rozlišuje medzi metakognitívnymi vedomosťami (vedomosťami o tom, čo človek vie) a metakognitívnymi procesmi (vedomosťami o tom, ako človek reguluje to, čo vie). Metakognitívne znalosti zahŕňajú pochopenie fungovania kognitívnych procesov, zatiaľ čo metakognitívne procesy zahŕňajú vedomú kontrolu a reguláciu kognitívnych funkcií. Sebaregulačné procesy v rámci metakognície zahŕňajú plánovanie, monitorovanie a hodnotenie kognitívnych činností, ako aj výkonné procesy a stratégie.

Jedným z hlavných cieľov vzdelávania je podporovať samostatné učenie sa študentov, aby si osvojili zručnosti a stratégie myslenia, ktoré môžu využívať počas celého života. Samostatne riadené procesy zahŕňajú kroky ako plánovanie, monitorovanie a hodnotenie. Plánovanie zahŕňa identifikáciu problémov, určenie stratégií a použitie metód pokusov a omylov. Monitorovanie zahŕňa kontrolu vedomostí, kladenie otázok, testovanie, opravovanie a zmenu učebných stratégií. Hodnotenie sa uskutočňuje na konci procesu, pričom sa porovnávajú výsledky s kritériami účinnosti a efektívnosti.

Efektívni žiaci sú často tí, ktorí sa dokážu sami regulovať, t. j. dokážu presne posúdiť svoje vedomosti a nasmerovať svoje učenie do neznámych oblastí. Metakognícia zohráva kľúčovú úlohu pri motivácii, učení, akademickom úspechu, riešení problémov, kritickom myslení, tvorivosti a ďalších kognitívnych zručnostiach.

Súhrnne možno povedať, že metakognícia je široký a zásadný pojem v rôznych oblastiach štúdia. Zahŕňa myslenie o myslení, monitorovanie a reguláciu kognitívnych procesov a afektívne a motivačné stavy. Metakognitívne vedomosti a procesy sú kľúčom k sebariadenému učeniu a zohrávajú kľúčovú úlohu pri akademickom úspechu a rozvoji kognitívnych zručností.

Kľúčové témy:

Modul sa zaoberá koncepciou metakognície a analyzuje jej zložky, ako sú metakognitívne znalosti a procesy, ako aj zručnosti a stratégie na podporu samostatného učenia.

Ciele vzdelávania – na konci tohto modulu by študenti mali vedieť:

- Pochopiť konceptu metakognície
- Identifikovať zložky metakognície vrátane metakognitívnych znalostí a procesov.
- Opísať výhody rozvoja metakognitívnych zručností na zlepšenie učenia.
- Identifikovať vlastné metakognitívne zručnosti a oblasti, ktoré je potrebné zlepšiť.
- Rozvíjať a uplatňovať metakognitívne zručnosti, ako je plánovanie, monitorovanie a hodnotenie vlastných kognitívnych aktivít.

Pedagogické prístupy a aktivity:

Aktivita pred vyučovaním, práca na doma pred vyučovacou hodinou:

- Študenti dostanú video lekciu s názvom "*Metakognícia*", ktorá je k dispozícii na kanáli YouTube "*Flipped Methods in Psychology*"
- Študenti absolvujú pre-test (pozri prílohu)
- Vyučujúci kvantitatívne vyhodnocuje vyplnené testy, čo mu umožňuje pripraviť a naplánovať lekciu.

Aktivita, činnosť počas vyučovacej hodiny:

Vyučujúci realizuje a vedie pripravené aktivity zamerané na tému učiva.

Metóda, spôsob práce počas vyučovacej hodiny:

Aktivita 1: Skúmanie poznatkov a procesov metakognície

Ciele: Rozpoznať a pochopiť poznatky a procesy súvisiace s metakogníciou.

Vzory interakcie: Vo dvojiciach, skupinová práca, diskusia v triede

Počet účastníkov: najmenej 2

Materiály a pomôcky: Papier, ceruzka, šablóny diagramov alebo tabuliek

Trvanie aktivity: 50 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Aktivita sa začína diskusiou v triede o pojme metakognícia a o vedomostiach a procesoch, ktoré sú s ňou spojené. Vyučujúci môže klásť takéto otázky: Čo znamená premýšľať o vlastnom myslení? Ako ovplyvňuje uvedomovanie si kognitívnych procesov vaše učenie? Napadajú vás príklady metakognitívnych znalostí alebo procesov?

Po diskusii v triede sa študent rozdelia do malých skupín alebo dvojíc na skupinovú aktivitu. Vyučujúci poskytne každej skupine šablónu grafu alebo tabuľky alebo im dá pokyn, aby si vytvorili vlastnú s dvoma stĺpcami: "Metakognitívne vedomosti" a "Metakognitívne

procesy“. Študenti si urobia brainstorming a do prvého stĺpca napíšu príklady metakognície. Vyučujúci ich musí povzbudiť, aby sa zamysleli nad svojimi vlastnými skúsenosťami ako študenti a zvážili príklady, ako napríklad pochopenie rôznych štýlov učenia, dôležitosť sebahodnotenia alebo účinné techniky učenia. V druhom stĺpci by mali študenti vymenovať rôzne už spomenuté procesy metakognície: Plánovať, pozorovať, hodnotiť, uvažovať a regulovať. Požiadajte ich, aby vypracovali krátke opisy alebo vysvetlenia jednotlivých procesov.

Po skončení práce v skupinách sa každá skupina podelí o svoje príklady a vysvetlenia poznatkov a procesov metakognície s celou triedou a porovná príklady jednotlivých skupín.

Aktivita 2: Reflexia vo dvojiciach: Ako sa môžem lepšie učiť?

Ciele: Reflektovanie procesov myslenia a učenia a identifikovanie príležitostí na zlepšenie

Vzory interakcie: Vo dvojiciach

Počet účastníkov: najmenej 2

Materiály a pomôcky: Papier a ceruzka

Trvanie aktivity: 20 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Študenti individuálne uvažujú o svojom myslení a procesoch učenia. Každý študent identifikuje silné a slabé stránky svojich oblastí. O svoje úvahy sa podelia so spolužiakmi a analyzujú, ako môžu zlepšiť svoje vlastné učenie. Pre každú z týchto oblastí sú definované konkrétne stratégie.

Aktivita 3: Aktivácia predchádzajúcich znalostí

Ciele: Úvaha o úlohe predchádzajúcich znalostí v procese vytvárania znalostí. Stratégie na identifikáciu predchádzajúcich znalostí

Vzory interakcie: Individuálne, vo dvojiciach, diskusia

Počet účastníkov: najmenej 2

Materiály a pomôcky: Papier a ceruzka

Trvanie aktivity: 45 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: Vyučujúci poskytne zoznam slov a dá študentom za úlohu sformulovať otázky o každom slove, aby zistili svoje medzery vo vedomostiach. Niektoré slová môžu byť zámerne vymyslené. Každý študent prezentuje svoju originálnu otázku a analyzujú sa rozdiely medzi otázkami na známe a vymyslené slová. Táto analýza pomáha študentom rozpoznať konkrétne problémy a myšlienkové procesy spojené s kladením otázok o neznámych alebo vymyslených pojmoch. Prostredníctvom tejto aktivity si študenti lepšie uvedomujú kľúčovú úlohu predchádzajúcich vedomostí v procese učenia. Uvedomia si, že ich existujúce vedomosti sú základom pre získavanie nových informácií, a pochopia, že je dôležité aktivovať svoje predchádzajúce vedomosti, aby zlepšili porozumenie.

Vyučujúci zavedie účinné stratégie na identifikáciu predchádzajúcich vedomostí a ukáže, ako možno nové informácie prepojiť s existujúcimi vedomosťami. Študenti sa naučia techniky,

ako je aktivácia schém, vytváranie asociácií a využívanie osobných skúseností na uľahčenie zmysluplného učenia. Vo dvojiciach vysvetlia stratégiu a uvedú príklad.

Aby si študenti ešte viac upevnili svoje poznatky, majú možnosť vybrať si tému, ktorá ich zaujíma, a vytvoriť komplexnú pojmovú mapu s využitím podtém, ktoré im poskytne vyučujúci. Identifikujú a kategorizujú pojmy, ktoré už poznajú, a tie, ktoré ešte len budú skúmať.

Aktivita 4: Podpora samostatného učenia

Ciele: Poznať a uplatňovať dimenzie samostatného učenia

Vzory interakcie: Jednotlivo, v pároch

Počet účastníkov: najmenej 2

Materiály a pomôcky: Papier a ceruzka

Trvanie aktivity: 45 minút, ale závisí to od počtu účastníkov.

Postup: V dvojčlenných skupinách študenti naplánujú a zrealizujú aktivitu, ktorá zohľadňuje zložky samostatného učenia, a to:

- Stanovenie si konkrétnych cieľov: To zahŕňa stanovenie konkrétnych, merateľných, dosiahnuteľných, relevantných a časovo ohraničených (SMART) cieľov a snahu o ich dosiahnutie. Tento proces môže jednotlivcom pomôcť sústrediť sa na procesy myslenia a učenia
- Plánovanie: To zahŕňa rozdelenie väčších úloh na menšie, zvládnuťelné kroky a vytvorenie časového harmonogramu ich plnenia. Vypracovanie plánu môže jednotlivcom pomôcť organizovať ich myslenie a procesy učenia
- Pozorovanie: Ide o venovanie pozornosti vlastnému mysleniu a procesom učenia sa a hodnotenie ich účinnosti. Monitorovanie môže jednotlivcom pomôcť rozpoznať, kedy musia upraviť svoje stratégie.
- Hodnotenie: zahŕňa reflexiu efektívnosti vlastného myslenia a učebných procesov a identifikáciu oblastí, ktoré je potrebné zlepšiť. Môže pomôcť jednotlivcom identifikovať oblasti, ktoré je potrebné zlepšiť.

Činnosť po skončení vyučovacej hodiny:

- Študenti vyplnia post-test (pozri prílohu)
- Študenti si tiež pripravia zhrnutie hodiny, v ktorom opíšu najdôležitejšie témy, uvedú, čo sa naučili, a predložia návrhy na zlepšenie.
- Vyučujúci vyhodnocuje vykonané testy kvalitatívne aj kvantitatívne, aby sa mohol zamyslieť nad lekciami.

Hodnotenie a odporúčania

Hodnotenie zahŕňa rôzne ukazovatele vrátane pred- a po-testov, zhrnutia učiva, výsledkov záverečnej skúšky a komentárov vyučujúceho. Okrem toho sú študenti požiadaní, aby vyplnili dotazník na hodnotenie videa.

Hodnotenie by malo byť holistickým procesom, ktorý zohľadňuje rôzne ukazovatele na hodnotenie učenia a pokroku študentov.

Okrem toho používanie videohodnotení a dotazníkov umožňuje študentom poskytnúť spätnú väzbu o svojich skúsenostiach s učením. Táto spätná väzba môže vyučujúcim pomôcť pochopiť, čo v triede funguje dobre a kde je priestor na zlepšenie. Zapojením študentov do procesu hodnotenia získavajú možnosť vyjadriť svoj názor a môžu prispieť k rozvoju vzdelávania.

Poznámky pre lektorov

Vyučujúci si môže vybrať aktivity, ktoré sú pre triedu najvhodnejšie, s ohľadom na časové možnosti. Vyučujúci môže tiež dobre využiť čas, ktorý má k dispozícii, aby zabezpečil, že študenti budú schopní splniť úlohu v danom časovom rámci.

Odporúčaná literatúra

Moraitou, D., & Metallidou, P. (Eds.) (2021). *Trends and Prospects in Metacognition Research across the Life Span: A Tribute to Anastasia Efklides*. Springer

Otero, J. (2009). Question generation and anomaly detection in texts. En D. Hacker, J. Dunlosky y A. Graesser (eds.). *Handbook of metacognition in education* (pp. 47-59). New York: Routledge.

Papaleontiou-Louca, E. (2003). The Concept and Instruction of the Metacognition. *Teacher development* 7 (1), 9-30.

Papaleontiou-Louca, E. (2014). Metacognition - Encyclopaedia entry –Encyclopaedia of Educational Theory and Philosophy, 523-526.

Papaleontiou-Louca, E. (2019). Do children know what they know? Metacognitive awareness in preschool children. *New Ideas in Psychology*, 54, 56–62. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2019.01.005>

Vaz-Rebelo, P., Fernandes, P., Morgado, J., Monteiro, A., Otero, J. (2016). Students' unknowns about natural objects and artifacts. *Educational Psychology*. 36, 1, 176-190. DOI:10.1080/01443410.2014.916398

Morgado, J., Otero, J., Vaz-Rebelo, P., Sanjosé, V., & Caldeira, H. (2014). Detection of explanation obstacles in scientific texts: the effect of an understanding task versus an experiment task. *Educational Studies*. 40 (2), 164-17



Erasmus+

VYUČOVANIE PSYCHOLÓGIE V PREVRÁTENEJ TRIEDE

PRÍRUČKA PRE AKTIVITY V TRIEDE

PRÍLOHA

Developing Flipped Methods for Teaching (DFM) –
Erasmus+ Strategic Partnership for Higher Education Project



**Funded by
the European Union**

2020-1-HU01-KA203-078844 Erasmus+ Programme

Financované Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú názormi a vyhláseniami autora(-ov) a nemusia nevyhnutne odrážať názory a stanoviská Európskej únie alebo Európskej výkonnej agentúry pre vzdelávanie a kultúru (EACEA). Európska únia ani EACEA za ne nepreberajú žiadnu zodpovednosť

Stres a zvládanie záťaže Predtest

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému „Stres a zvládanie záťaže“.

1. Ako by ste definovali pojem stres?

Tick all that apply.

- predĺžená strata reakcie
- všeobecný adaptačný syndróm
- typ maladaptácie

2. Aké sú hlavné štádiá stresu podľa teórie stresu Hansa Selyeho?

Tick all that apply.

- alarm
- rezistencia
- strata reakcie
- vyčerpanosť
- zvládanie

3. Podľa Lazarovej teórie stresu sekundárne hodnotenie znamená:

Tick all that apply.

- A. Osoba posudzuje výzvu alebo hrozbu (stresory).
- B. Osoba posudzuje svoje vlastné osobné zdroje na riešenie hrozby a zvládnutie situácie.

4. Ktoré z nasledujúcich príznakov stresu nie sú kognitívne?

Tick all that apply.

- zhoršená pozornosť
- depresívna nálada
- váhanie
- nízke sebavedomie
- neustále negatívne myšlienky

5. Ktorí ľudia sú menej zraniteľní voči stresu?

Tick all that apply.

- A. S nízkym sebavedomím
- B. S vnútorným zameraním kontroly
- C. Typ osobnosti A
- D. So zmyslom pre koherenciu

6. Čo znamená tieseň?

Tick all that apply.

- A. prvé štádium stresu
- B. pozitívny stres
- C. patogénny stav stresu

7. Aké sú príznaky syndrómu „vyhorenia“?

Tick all that apply.

- A. Vynaložili ste príliš veľa úsilia
- B. Cítite sa vyčerpaní a bezmocní
- C. Máte menej energie
- D. Je ťažké vynaložiť nejaké úsilie

8. Ktoré stratégie NEPATRIA do zvládania zameraného na problém?

Tick all that apply.

- A. Plánovanie a organizovanie
 - B. Práca na riadení času
 - C. Vyhýbanie sa
 - D. Požiadanie o podporu
 - E. Prerámovanie stresovej situácie
 - F. Kúpanie sa/osprchovanie sa
-

Stres a zvládanie záťaže Posttest

Vážení študenti, žiadame vás, aby ste vyplnili nasledujúci dotazník na tému "Stres a zvládanie záťaže".

1. Ako by ste definovali pojem stres?

2. Čo znamená sekundárne hodnotenie stresu?

3. Aké osobné vlastnosti robia ľudí zraniteľnejšími voči stresu?

4. Vymenujte 4 hlavné stratégie zvládania záťaže!

5. Vymenujte stresory, ktoré sa nedajú kontrolovať!



Riešenie problémov Predtest

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému „Riešenie problémov“.

1. Ľudia s kreatívnym myslením majú niektoré z nasledujúcich charakteristík. Označte ich (4 správne odpovede!)

Tick all that apply.

- divergentné myslenie
- konvergentné myslenie
- nízka produktivita
- vysoká produktivita
- nesúlاد
- konformita
- rigidita
- flexibilita

2. Ako sa začína cyklus riešenia problémov (1 správna odpoveď)?

Mark only one oval.

- A. definovaním problému
- B. organizovaním informácií
- C. identifikovaním problémovej situácie
- D. organizovaním zdrojov riešenia problému

3. Ako by ste charakterizovali dobre štruktúrovaný problém (1 správna odpoveď)?

Mark only one oval.

- dobre definovaný a obsahujúci usmernenia k riešeniu
- nejasne definovaný a neobsahujúci usmernenia k riešeniu

4. Insight slúži hlavne na riešenie (1 správna odpoveď):

Mark only one oval.

- A. dobre štrukturovaného problému
- B. nejasne štrukturovaného problému
- C. obidve

5. Konvergentné myslenie v procese riešenia problémov sa používa na nájdenie (1 správna odpoveď):

Mark only one oval.

- A. niekoľko alternatívnych riešení
- B. iba jedno správne riešenie
- C. obidve

6. Čo je podľa vás „fixácia“ (1 správna odpoveď)?

Mark only one oval.

- prekážka pri riešení problémov
- použitie rovnakého riešenia v rôznych problémových situáciách
- snaha úspešne riešiť problémy za každú cenu

7. Definícia pojmu „heuristika“ týkajúca sa riešenia problémov je (1 správna odpoveď):

Mark only one oval.

- Predchádzajúce riešenia podobných problémov, z ktorých vyberáme najvhodnejšie riešenie aktuálneho problému.
- Mentálne intuitívne skratky vedúce k riešeniu problému.
- Prvé riešenie problému, ktoré sa nám podarí nájsť.

8. Označte heuristiky pri riešení problémov, ktoré poznáte (4 správne odpovede)!

Tick all that apply.

- A. identifikovať problém a dosiahnuť náhľad
- B. pracovať vpred
- C. generovať a testovať
- D. brainstorming
- E. definovanie problému a divergentné myslenie
- F. pokus a omyl
- G. pracovať dozadu
- H. definovanie problému a konvergentné myslenie
- I. analýza prostriedkov a cieľov
-

Riešenie problémov Posttest

Vážení študenti, pozreli ste si video lekciu na tému: "Riešenie problémov". Teraz vás prosíme o vyplnenie nasledujúceho testu.

1. Aké sú charakteristiky problémových situácií?

2. Aké stratégie používate pri riešení problémov?

3. Aká je podľa vás úloha odborných znalostí pri riešení problémov?

4. Akí ľudia sú úspešnejší pri hľadaní riešení problémových situácií: odborníci alebo nováčikovia v danej oblasti? Uvedli by ste argumenty na podporu svojho postoja?

5. Môžeme dôverovať náhlemu objaveniu sa riešenia v mysli známej ako vhľad? Uvedte, prosím, príklad riešenia problému prostredníctvom náhľadu!



Teória mysle Predtest

Vážení študenti, žiadame vás, aby ste vyplnili nasledujúci dotazník na túto tému "Teória mysle".

1. Ktorá z nasledujúcich fráz najlepšie popisuje, čo je „Teória mysle“:

Mark only one oval.

- Teória sa vyvinula s cieľom zníženia egocentrizmu detí, aby viac spolupracovali.
- Je ťažké vidieť a pochopiť uhol pohľadu ostatných.
- Schopnosť pripisovať mentálne stavy sebe a iným.
- Úsilie, ktoré človek vynakladá, aby interpretoval správanie.

2. Ktorá z nasledujúcich možností nie je dôvodom úspechu dieťaťa v úlohe „Falošná viera“?

Mark only one oval.

- Deti si dokážu zapamätať a reflektovať predchádzajúce presvedčenia.
- Deti chápu, že túžby sú objektívne skúsenosti medzi ľuďmi.
- Deti chápu, že konáme na základe reprezentácií.
- Deti chápu, že medzi ľuďmi s rôznymi skúsenosťami môžu existovať rôzne reprezentácie toho istého objektu.

3. Základným cieľom testov Falošného viera je posúdiť, či:

Mark only one oval.

- deti dokážu rozlišovať medzi svojimi myšlienkami a myšlienkami iných.
- deti môžu podvádzať ostatných.
- deti prejavujú empatiu voči iným.
- deti rozlišujú realitu a podvod.

4. Deti, ktoré uspejú v úlohách s Falošnou vierou, veria, že ľudia:

Mark only one oval.

- konajú podľa stavu skutočného sveta.
- majú protichodné presvedčenia.
- konajú na základe toho, čo za nich veria iní.
- konajú na základe svojich duševných stavov.

5. Ktorá z nasledujúcich možností nie je štádiom Vývoja Teórie mysle?

Mark only one oval.

- Deti chápu, čo sú duševné stavy a že tie vedú k správaniu.
- Deti si uvedomujú, že myseľ sa líši od fyzického sveta.
- Deti sa učia, že myseľ presne reprezentuje udalosti.
- Deti chápu, že myseľ je sprostredkovateľom pri interpretácii reality.

6. Ktorá z nasledujúcich možností nie je dôvodom zlyhania dieťaťa v úlohe „Falošná viera“?

Mark only one oval.

- Chýba schopnosť rozpoznať, že myšlienky ľudí sa môžu líšiť od ich vlastných.
- Nedostatok pochopenia koncepcie trvalého objektu.
- Testy môžu vyžadovať porozumenie komunikačným konvenciám.
- Testy môžu vyžadovať pochopenie zložitého formulovania otázok.

7. Ktorá z nasledujúcich možností nie je dôsledkom nedostatku Teórie mysle?

Mark only one oval.

- Nedostatok schopnosti duševnej predstavivosti.
- Ťažkosti v „pretvárkovej hre“.
- Nedostatok diskriminácie medzi vonkajšími a vnútornými činmi.
- Ťažkosti pri klamaní.

8. Ktorá z nasledujúcich možností neovplyvňuje úspešnosť detí v testoch Teórie mysle?

Mark only one oval.

- Veľkosť rodiny.
 - Výchovné štýly v rodine.
 - Povaha rozhovorov rodinných príslušníkov.
 - Kvalita väzby dieťa-rodíč.
-

Teórie mysle Posttest

Milí študenti, prosím, odpovedzte na nasledujúce krátke otázky.

1. Ako by ste definovali „Teóriu mysle“?

2. Ako môžeme posúdiť Teóriu mysle malých detí? Vymenujte 3 testy a popíšte jeden z nich.

3. Uvedte 2 možné náznaky schopností, ktoré by deti mohli mať, keď uspejú v testoch Falošnej viery.

4. Aké môžu byť 2 možné vysvetlenia zlyhania v testoch Falošnej viery?

Duševné zdravie detí a dospelých

Predtest

Prosím, odpovedzte na nasledujúce otázky.

1. Duševné zdravie ovplyvňuje:

Mark only one oval.

- Myšlienky
- Pocity
- Správanie
- Všetky vyššie uvedené

2. Duševné zdravie detí a dospelých súvisí s kvalitou ich života.

Mark only one oval.

- Pravda
- Falošné

3. Ktoré z nasledujúcich charakteristík charakterizujú duševné zdravie detí a dospelých:

Tick all that apply.

- Schopnosť prispôbiť sa v rôznych situáciách
- Mať veľa hračiek
- Súdržnosť rodiny
- Bývanie s dvoma rodičmi
- Psychická odolnosť
- Byť dobrý v škole

4. Aby bolo možné rozlíšiť abnormálne a normálne správanie, je potrebné posúdiť:

Mark only one oval.

- Vývojové štádium dieťaťa
- Výkonnosť dieťaťa
- Existenciu dysfunkcií
- Všetky vyššie uvedené

5. Aké je približne percento detí a dospelých, ktoré trpia duševnými poruchami a čelia psychickým problémom?

Mark only one oval.

- 5%
- 10%
- 20%
- 30%

6. Rodina je rozhodujúcou príčinou duševných porúch mládeže, keď:

Mark only one oval.

- Chýba dôvera
- Členovia rodiny dobre komunikujú
- Rodičia reagujú na potreby mladých ľudí
- Rodina sa vyznačuje prispôbivosťou

7. S akou najčastejšou duševnou poruchou sa stretávajú dospelávajúci?

Tick all that apply.

- Úzkosť
- Depresia
- Samovražda
- Autizmus
- Obezita
- Konflikty s rovesníkmi
- Porucha pozornosti a hyperaktivita

8. Ktoré z nasledujúcich faktorov môžu zvýšiť možnosť vzniku psychopatologických problémov u dieťaťa a/alebo dospelávajúceho?

Mark only one oval.

- Psychopatológia rodičov
- Šikanovanie
- Abnormálny vývoj mozgu
- Všetky vyššie uvedené

9. Ktoré z nasledujúcich faktorov môžu pozitívne ovplyvniť duševné zdravie detí a dospelávajúcich?

Tick all that apply.

- Podporujúce rodinné prostredie
 - Mať veľa priateľov
 - Užívanie si hranie
 - Mať priestor na iniciatívu
 - Mať možnosť chodiť do školy
 - Cítiť sa bezpečne
-

Duševné zdravie detí a dospelých

Posttest

Prosím, odpovedzte na nasledujúce otázky a uveďte svoju odpoveď.

1. Čo si predstavujete pod pojmom "duševné zdravie"?

2. Opíšte hlavné prvky, ktoré musí hodnotenie duševného zdravia obsahovať.

3. Uveďte kritériá rozlišovania normálneho a abnormálneho správania u detí a dospelých.

4. Napíšte 4 faktory, ktoré negatívne ovplyvňujú duševné zdravie detí a dospelých!

5. Napíšte 4 faktory, ktoré pozitívne ovplyvňujú duševné zdravie detí a dospelých!

6. Čo môžeme ako ľudia, ako spoločnosť urobiť pre budovanie lepšieho duševného zdravia detí a dospelých?

Interpersonálna komunikácia Predtest

Odpovedzte na nasledujúce otázky a označte správnu odpoveď.

1. Interpersonálnu komunikáciu možno definovať ako:

Mark only one oval.

- komplexný proces, ktorý zahŕňa mnoho prvkov a môže mať mnoho významov
- lineárny prenos informácií od odosielateľa k príjemcovi
- prenos informácií, ale aj nadväzovanie kontaktu s inými, proces, ktorý môže zahŕňať rôznorodú dynamiku a významy

2. Z toho, čo hovorí odosielateľ a čo vníma prijímateľ:

Mark only one oval.

- zmeny v prijímaní správy sú spôsobené výlučne problémami v komunikačnom kanáli
- je možné uvažovať len o jednej interpretácii správy
- prebieha lineárny proces, ktorý závisí len od kódovania správy
- prebieha komplexný proces, ktorý môže závisieť od rôznych fyzikálnych faktorov, ale aj od psychosociálnych a osobnostných faktorov

3. "Gestá sú všetko". Táto fráza sa používa na zdôraznenie dôležitosti:

Mark only one oval.

- neverbálnej reči
- verbálneho jazyka
- verbálneho aj neverbálneho jazyka
- písomného verbálneho jazyka

4. Neverbálna komunikácia má vlastnosti, ako napríklad:

Mark only one oval.

- odovzdávanie výslovného a explicitného obsahu správy
- byť nezávislá od verbálneho jazyka, a preto by sa mala interpretovať nezávisle od neho
- mať vždy vedomý charakter
- prenos pocitov a emócií

5. Proxemická komunikácia zahŕňa:

Mark only one oval.

- prenos informácií prostredníctvom paralingvistických prvkov, ako je intonácia alebo rytmus ústneho prejavu
- prenos informácií prostredníctvom pohybov tela
- spôsob, akým sa ľudia priestorovo umiestňujú vo vzťahu k ostatným
- prenos informácií prostredníctvom gest

6. Keď odovzdávame správu prostredníctvom slov, používame jazyk:

Mark only one oval.

- ktorý možno klasifikovať len podľa príjemcu
- verbálny
- neverbálny
- ktorý možno klasifikovať len podľa odosielateľa

7. Paralingvistická komunikácia zahŕňa:

Mark only one oval.

- aspekty komunikácie, ako je tón hlasu, intenzita alebo rýchlosť, s akou hovoríte
- činnosti, ako je mávanie, gestikulácia alebo iné pohyby na vyjadrenie emócií
- prenos informácií prostredníctvom usporiadania v priestore

8. Axióma ľudskej komunikácie, ktorá postuluje, že človek nemôže nekomunikovať, to dokazuje:

Mark only one oval.

- ľudská komunikácia by sa mala zameriavať na ústnu verbálnu komunikáciu
 - všetko, čo robíme a hovoríme, či už vedome alebo nevedome, je istým spôsobom komunikácia
 - mlčanie nemožno považovať za formu komunikácie
 - komunikácia zahŕňa len digitálny kód
-

Interpersonálna komunikácia Posttest

Odpovedzte na nasledujúce otázky.

1. Charakterizujte verbálnu a neverbálnu komunikáciu a jej formy.

2. Uveďte význam výrazu "gesto je všetko" a vysvetlite, o aké formy komunikácie ide.

3. Opíšte axiómy medziludskej komunikácie, ktoré navrhli Watzlawick, Johnson a Beaver.

4. Možno ticho považovať za formu komunikácie? Zdôvodnite svoju odpoveď.

Sociálne poznávanie Predtest

Odpovedzte na nasledujúce otázky označením správnej odpovede!

1. Očakávanie kontroly výsledku sa vzťahuje na:

Mark only one oval.

- a priori úsudky o výskyte určitých udalostí.
- a posteriori úsudky o výskyte určitých udalostí.
- pojmy ako miesto kontroly, naučená bezmocnosť a vnímaná sebaúčinnosť.
- a) a c) sú správne.

2. Ktoré zdroje vnímanej sebaúčinnosti majú väčší vplyv na očakávanú dĺžku kontroly výsledku?

Mark only one oval.

- Osobné skúsenosti s úspechom
- Pozorovanie iných úspešných v danej situácii
- Verbálne presvedčenie
- Emocionálna aktivácia

3. Slabá motivácia k úspechu existuje vtedy, keď:

Mark only one oval.

- neúspech sa pripisuje nedostatočnému úsiliu
- neúspech sa pripisuje nedostatku schopností
- úspech sa pripisuje šťastiu
- b) a c) sú správne

4. Naučená bezmocnosť súvisí s :

Mark only one oval.

- vnímaním možnosti kontroly
- vnútorným miestom kontroly
- zovšeobecnením reakcií bezmocnosti na iné situácie

5. Tvrdenie "Aby som uspel, musím tvrdo pracovať" dokazuje:

Mark only one oval.

- vnútorný lokus kontroly
- vnútornú kauzálnu atribúciu
- vonkajší lokus kontroly
- vonkajšiu kauzálnu atribúciu

6. Pri posudzovaní dimenzie lokusu kauzality sú príkladmi vonkajších príčin:

Mark only one oval.

- schopnosti a šťastie
- náročnosť úlohy a úsilie
- náročnosť úlohy a šťastie
- len šťastie

7. O ego-defenzívnej zaujatosti možno hovoriť, ak:

Mark only one oval.

- úspech sa pripisuje vnútorným a stabilným príčinám a neúspech vonkajším alebo nestabilným príčinám
- úspech sa pripisuje vonkajším a stabilným príčinám a neúspech vonkajším a stabilným príčinám.
- úspech sa pripisuje vonkajším a nestabilným alebo stabilným príčinám a neúspech vnútorným alebo nestabilným príčinám.

8. Kauzálne atribúcie súvisia s:

Mark only one oval.

- spôsob, akým jednotlivci vysvetľujú výskyt určitých udalostí
 - potrebou ľudí pochopiť a zvládnuť prostredie
 - rôznymi kontextami realizácie
 - s kognitívnymi teóriami motivácie
 - všetky uvedené príčiny sú správne
-

Sociálne poznávanie Posttest

Odpovedzte na nasledujúce otázky.

1. Citát "Veriť, že to dokážeme" zodpovedá ktorému zdroju sebaúčinnosti?
Zdôvodnite svoju odpoveď!

2. Aký je vzťah medzi kauzálnymi atribútmi a očakávaním kontroly výsledkov?

3. Ktorá z dimenzií kauzálnych atribúcií má najväčší vplyv na očakávanie kontroly výsledku?

4. Charakterizujte atribučné vzorce vysokej a nízkej motivácie k úspechu, pričom zdôraznite ich vzťah k dimenziám kauzálnych atribúcií!

Všeobecná rozumová schopnosť - Inteligencia - Pred-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému Inteligencia

1. Kto zaviedol pojem IQ (intelligenčný kvocient)?

Označte iba jednu elipsu.

- Charles Spearman
 Alfred Binet
 William Stern

2. Ktorá z uvedených definícií je správna k pojmu IQ?

Označte iba jednu elipsu.

- kvantitatívna miera inteligencie
 nadpriemerné intelektové schopnosti
 fluidná a kryštalická inteligencia

3. Ktorá z uvedených definícií je správna k pojmu miera inteligencie podľa Williama Sterna?

Označte iba jednu elipsu.

- pomer mentálneho a chronologického veku
 súbor mentálnych schopností
 špecifické intelektuálne schopnosti

4. Ako klasifikoval inteligenciu Charles Spearman?

Označte iba jednu elipsu.

- inteligencia ako jedna kapacita
- inteligencia ako dvojfaktorový model (g, s)
- inteligencia ako súbor viacerých, od seba nezávislých typov intelektových schopností

5. Autormi prvého opravdivého intelligenčného testu boli:

Označte iba jednu elipsu.

- Weschler a Stern
- Spearman a Cattell
- Binet a Simon

6. Inteligencia je vrodenná alebo získaná schopnosť?

Označte iba jednu elipsu.

- iba vrodenná
- iba získaná
- sčasti vrodenná a sčasti získaná

7. Podľa najjednoduchšieho chápania ako môžeme definovať inteligenciu?

Označte iba jednu elipsu.

- to, čo merajú intelligenčné testy
- schopnosť aplikovať získané vedomosti počas celého života
- všeobecná mentálna schopnosť uvažovať, riešiť problémy, premýšľať abstraktne, učiť sa, chápať nový materiál a využívať skúsenosti

8. Aký rozsah IQ zodpovedá priemernej inteligencii podľa Gaussovej krivky?

Označte iba jednu elipsu.

80-120

100-110

90-110

Všeobecná rozumová schopnosť - Inteligencia - Post-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému
Inteligencia

1. Kto, kedy a s akým cieľom vytvoril prvé intelligenčné testy?

2. Kto a kedy zaviedol pojem IQ a ako definoval intelligenčný kvocient?

3. Charakterizujte rozdiel medzi chápaniami inteligencie Charlsa Spearmana a
Reymonda Cattela!

4. Vymenujte, aké stupne inteligencie, teda mentálnej kapacity rozlišujeme podľa súčasnej medzinárodnej klasifikácie chorôb!

Model viacnásobnej inteligencie - Pred-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému Model viacnásobnej inteligencie

1. Kto je zakladateľom teórie viacnásobnej inteligencie?

Označte iba jednu elipsu.

- Howard Gardner
 Alfred Binet
 Wilhelm Wundt

2. V ktorom roku vznikol model viacnásobnej inteligencie?

Označte iba jednu elipsu.

- 1813
 1983
 1912

3. Koľko rôznych typov inteligencie tvoria model viacnásobnej inteligencie?

Označte iba jednu elipsu.

- 2
 8
 15

4. Ktorý z typov inteligencie modelu viacnásobnej inteligencie charakterizuje nasledujúce tvrdenie: "Je to schopnosť ovládať čísla, vzťahy a logické vzorce, výpočty efektívne, ľahko analyzovať situácie a problémy"?

Označte iba jednu elipsu.

- fyzikálno-kinestetická inteligencia
- priestorová inteligencia
- logicko-matematická inteligencia

5. Ktorý z typov inteligencie modelu viacnásobnej inteligencie charakterizuje nasledujúce tvrdenie: "Je to schopnosť rozlišovať a vnímať emocionálne stavy a medziľudské znamenia druhých a účinne reagovať na takéto činy praktickým spôsobom"?

Označte iba jednu elipsu.

- interpersonálna inteligencia
- intrapersonálna inteligencia
- naturalistická inteligencia

6. Ktoré z nasledujúcich tvrdení charakterizuje hudobnú inteligenciu?

Označte iba jednu elipsu.

- je to schopnosť používať vlastné telo na vyjadrenie myšlienok a pocitov a ich osobitostí koordinácie, rovnováhy, obratnosti, sily, flexibility a rýchlosti
- Je to schopnosť oceniť s určitosťou vizuálny a priestorový obraz, graficky reprezentovať myšlienky a senzibilizovať farbu, čiaru, tvar, postavu, priestor a ich vzájomné vzťahy, mentálne mapy, plány alebo náčrty
- Je to schopnosť vnímať, rozlišovať, transformovať a vyjadrovať rytmus, tón a hudobných zvukov

7. Aké povolanie sa hodí pre ľudí s vysokou fyzikálno-kinestetickou inteligenciou?

Označte iba jednu elipsu.

- športovci, tanečníci, chirurgovia
- hudobníci, skladatelia, dirigenti
- politici, novinári, rečníci

8. Ktorý z typov modelu viacnásobnej inteligencia je najnovším prírastkom do zoznamu?

Označte iba jednu elipsu.

- priestorová inteligencia
 - naturalistická inteligencia
 - hudobná inteligencia
-

Model viacnásobnej inteligencie - Post-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému Model viacnásobnej inteligencie

1. Charakterizujte jazykovú inteligenciu!

2. Aké povolanie/povolania by ste odporúčali pre osobu s vysokou interpersonálnou inteligenciou a prečo?

3. Aký prínos má pre pedagogické pôsobenie model viacnásobnej inteligencie?

4. Definujte model viacnásobnej inteligencie!

Kontext rodiny: Vzťahy, fungovanie a komunikácia

Predtest

Prosím, odpovedzte na nasledujúce otázky označením správnej odpovede!

1. Ktoré z nasledujúcich dimenzií sa považujú za dôležité prvky chápania rodinného prostredia?

Mark only one oval.

- Komunikácia
- Fungovanie
- Vzťahy
- Všetky vyššie uvedené

2. Prvá fáza rodinného životného kruhu je definovaná ako:

Mark only one oval.

- Fáza nezávislosti
- Fáza spájania
- Štádium rodičovstva
- Fáza prázdneho hniezda

3. Dobré rodinné vzťahy charakterizuje:

Mark only one oval.

- Dôvera a konflikt
- Dôvera a pocit bezpečia
- Pocity bezpečia a prispôsobivosť
- Dôvera a prispôsobivosť

4. Problematické rodinné vzťahy sú spojené s existenciou problémov s duševným zdravím.

Mark only one oval.

- Pravdivé
- Nepravdivé

5. Rodinná komunikácia je založená na výmene informácií, ktoré možno zdieľať len ústne.

Mark only one oval.

- Pravdivé
- Nepravdivé

6. Rodinnú komunikáciu možno definovať ako:

Mark only one oval.

- Lineárny postup medzi odosielateľom a príjemcom
- Kruhový postup, ktorý vytvára dialóg
- Lineárny postup, ktorý vytvára dialóg

7. Ktoré z nasledujúcich charakteristík sa presadzujú v rámci rodinnej diskusie?

Tick all that apply.

- Riešenie problémov
- Rozhodovanie
- Vnímanie rodiny ako skupiny
- Dôvera
- Prispôsobenie
- Prijatie seba samého
- Prijatie rolí
- Hierarchia

8. Fungovanie rodiny je založené na:

Mark only one oval.

- Len na prispôsobení
 - Len hierarchia a vedenie
 - Zodpovednosti a roly
 - Existencia pravidiel
-

Kontext rodiny: Vzťahy, fungovanie a komunikácia - Posttest

Prosím, odpovedzte na nasledujúce otázky tak, že uvediete svoju odpoveď!

1. Opíšte hlavné charakteristiky vzťahov v zdravej rodine.

2. Ako môžu rodinné diskusie podporiť dobrú komunikáciu?

3. Čo urobí člen rodiny, aby sa vyhol konfliktu, a prečo?

4. Koľko charakteristík obsahuje fungovanie rodiny? Vymenujte ich!

5. Prečo problematické rodinné vzťahy súvisia s problémami duševného zdravia?

6. Rodina je základná sociálna skupina. Vysvetlite prečo!



Emócie Predtest

1. Ktorá z nasledujúcich emócií NIE JE základnou emóciou?

Mark only one oval.

- Šťastie
- Hnev
- Strach
- Závist'

2. Čo znamená "úroveň vzrušenia"?

Mark only one oval.

- Kvalita komunikácie medzi rovesníkmi.
- Vyjadrenie emócií prostredníctvom správania.
- Všeobecný stav bdlosti a aktivácie nášho tela.

- 3.

Kto/čie meno sa spája s teóriou, podľa ktorej je kognitívne hodnotenie danej situácie primárnym faktorom pri rozvoji emócií?

Mark only one oval.

- James a Lange
- James a Bard
- Cannon a Bard
- Schachter

4. Podľa Stanleyho Schachtera majú naše rôzne emócie špecifické, odlišné fyzické reakcie.

Mark only one oval.

- Pravdivé
 Nepravdivé

5. Emócie pomáhajú ľuďom zostať nažive a zohrávajú dôležitú úlohu aj v komunikácii medzi rovesníkmi

Mark only one oval.

- Pravdivé
 Nepravdivé

6. Čo povedal Ekman o emóciách?

Mark only one oval.

- Niektoré tzv. základné emócie sú v niektorých kultúrach bežné, ale v iných kultúrach sa nevyskytujú.
- Niektoré tzv. základné emócie sú vo všetkých kultúrach spojené s podobnými výrazmi tváre.
- Vyjadrenie všetkých emócií závisí od konkrétnej kultúry.

7. Pozitívne pocity nás nútia priblížiť sa k príčine pocitu a negatívne pocity nás nútia vzdialiť sa od nej.

Mark only one oval.

- Pravdivé
 Nepravdivé

8. Aké sú zložky emocionálneho procesu?

Tick all that apply.

- zmena úrovne vzrušenia
 - reakcia správania
 - kognitívne hodnotenie
 - subjektívny pocit
 - komunikácia medzi rovesníkmi
-

Emócie Posttest

1. Stručne predstavte Cannonovu a Bardovu teóriu emócií!

2. Vymenujte základné emócie, na ktorých sa zhodujú všetci výskumníci.

3. Opíšte, čo znamená "emocionálna inteligencia"!

4. S ktorou z uvedených teórií emócií súhlasíte najviac? Prečo?

Agresia: povaha, príčiny a kontrola

Predtest

Vážený študent, dovoľujeme si Vás požiadať o vyplnenie tohto dotazníka na túto tému: Agresia, povaha, príčiny a kontrola.

1. Aké sú charakteristiky agresívneho správania? /označte správne odpovede/

Tick all that apply.

- Správanie, ktoré poškodzuje iných
- Správanie, ktoré vedie k sebadeštrukcii
- Správanie, ktoré spôsobuje fyzickú bolesť iným
- Sebazraňujúce správanie
- Správanie, ktoré spôsobuje duševnú bolesť iným

2. Ktorá časť mozgu je spojená s agresívnym správaním? /označte správnu odpoveď/

Mark only one oval.

- Hypotalamus
- Pravá hemisféra
- Amygdala
- Ľavá hemisféra

3. Agresia je často spojená s frustráciou. Uvedte správne tvrdenia o tomto vzťahu:

Tick all that apply.

- Frustrácia zvyšuje pravdepodobnosť agresívneho správania
- Frustrácia vždy plodí agresiu
- Agresivita je vždy spôsobená nedostatkom zdrojov /depriváciou/
- Ak je frustrácia neúmyselná a pochopiteľná, agresivita sa môže znížiť

4. Ktoré z týchto dvoch tvrdení je správne:

Mark only one oval.

- Nosenie zbrane podporuje agresívne správanie
- Nosenie zbrane vždy vyvoláva agresiu

5. Bandurova teória sociálneho učenia uvádza /určte pravdivé tvrdenie/:

Mark only one oval.

- Agresia je skôr naučená ako vrodená.
- Agresia nie je spojená s napodobňovaním.

6. Aké sú charakteristiky asertívneho správania? /označte správne odpovede/

Tick all that apply.

- Keď dokážeme povedať "nie".
- Keď bránime svoje hranice.
- Ide o deštruktívnu agresiu.
- Keď otvorene prejavujeme svoj hnev.

7. Aké sú spôsoby zvládania agresie a hnevu? /označte správne odpovede/

Tick all that apply.

- Tréning komunikačných zručností
- Formovanie empatie voči druhým
- Prejavovanie hnevu

8. Aké sú techniky zvládania verbálnej agresie? /označte správne odpovede/

Tick all that apply.

- Nebrať si veci osobne
 - Nereagujte na hnev druhej osoby vlastným hnevom
 - Pozerajte sa na situáciu vážne
-

Agresia: povaha, príčiny a kontrola

Posttest

Vážený študent, pozreli ste si video lekciu na tému: "Agresia: povaha, príčiny a kontrola ". Teraz vás žiadame, aby ste vyplnili tento dotazník.

1. Ako by ste definovali agresiu?

2. Opíšte vzťah medzi frustráciou a agresiou!

3. Ako definuje agresiu Bandura ?

4. Čo znamená asertívne správanie?

5. Vymenujte niektoré základné techniky zvládania hnevu a agresie:

Motivácia Predtest

1. Ako je definovaná motivácia? /označte správne odpovede/

Tick all that apply.

- Túžba dosiahnuť cieľ
- Absencia emócií
- Energia k dosiahnutiu cieľa
- Hierarchický systém potrieb
- Vlastnosť

2. Aké sú hlavné teórie motivácie? /označte správne odpovede/

Tick all that apply.

- Behaviorálne teórie
- Kognitívne teórie
- Inštrumentálne teórie
- Teória sociálneho učenia
- Teórie presvedčania
- Humanistické teórie

3. Ktoré štyri charakteristiky definujú motiváciu? /označte správne odpovede/

Tick all that apply.

- Aktivácia
- Intenzita
- Syntetizovanie
- Trvanlivosť
- Valencia
- Smer

4. Podľa Maslowovej teórie sa potreby rozlišujú na: /vyber správne odpovede/:

Tick all that apply.

- Deficitné potreby
- Potreby strednej úrovne
- Potreby rastu

5. Podľa Maslowovej teórie sú na najvyššej úrovni potrieb /označte správnu odpoveď/:

Mark only one oval.

- Potreby bezpečnosti
- Potreba sebarealizácie
- Potreba rešpektu

6. Vnútoraná motivácia zahŕňa /uvedte správne odpovede/:

Tick all that apply.

- Spokojnosť s výsledkom
- Odmena za účasť
- Pocit kompetentnosti
- Pochvala za výsledok

7. Vonkajšia motivácia zahŕňa /označte správne odpovede/:

Tick all that apply.

- Odmena za výsledok
- Sebapotvrdenie
- Hrozba zlyhania
- Schválenie od ostatných

8. Motivácia k učeniu sa týka /označte správnu odpoveď/

Mark only one oval.

- Vnútoraná motivácia k učeniu
 - Podmienky prostredia
 - Interakcia medzi osobnými motívami a faktormi prostredia
-

Motivácia Posttest

1. Ako je definovaná motivácia?

2. Ktoré sú hlavné teórie motivácie?

3. Ktoré sú 5 úrovni potrieb v Maslowovej motivačnej hierarchii?

4. Ako sú definované motivačné modely podľa behaviorizmu?

5. Uvedte hlavné črty vnútornej motivácie:

Teória pripútanosti Predtest

1. Kto je otcom teórie pripútania?

Mark only one oval.

- Freud
- Bowlby
- Erikson
- Piaget

2. Kto vyvinul experiment podivnej situácie?

Mark only one oval.

- Mary Main
- Judith Solomon
- Mary Ainsworth
- John Bowlby

3. Podľa interného pracovného modelu má dieťa s bezpečným pripútaním pozitívny pohľad na seba a naopak. Dieťa s neistým pripútaním má negatívny pohľad na seba.

Mark only one oval.

- Správne
- Nesprávne

4. Ktorá z nasledujúcich vlastností je hlavnou charakteristikou bezpečne pripútaného dieťaťa?

Mark only one oval.

- radosť
- vyhýbanie sa
- odpor
- zmätenosť

5. Ktorá z nasledujúcich vlastností je hlavnou charakteristikou ambivalentne pripútaného dieťaťa?

Mark only one oval.

- radosť
- vyhýbanie sa
- odpor
- zmätenosť

6. Ktorá z nasledujúcich vlastností je hlavnou charakteristikou vyhýbavo pripútaného dieťaťa?

Mark only one oval.

- radosť
- vyhýbanie sa
- odpor
- zmätenosť

7. Ktorá z nasledujúcich vlastností je hlavnou charakteristikou neusporiadane pripútaného dieťaťa?

Mark only one oval.

- radosť
- vyhýbanie sa
- odpor
- zmätenosť

8. Rodičia neistých dezorganizovaných detí sa správajú násilne.

Mark only one oval.

- Správne
- Nesprávne

9. Ktorý z nasledujúcich faktorov ovplyvňuje rozvoj citovej väzby?

Mark only one oval.

- dostupnosť rodiča
- temperament dieťaťa
- kvalita starostlivosti
- všetko vyššie uvedené
-

Teória pripútanosti Posttest

1. Vymenujte štyri typy pripútanosti!

2. Opíšte 2 vlastnosti dieťaťa pre každý štýl pripútania.

3. Opíšte 2 charakteristiky rodičov pre každý štýl pripútania.

4. Ako funguje interný pracovný model?

5. Opíšte fázy Experimentu podivnej situácie.

6. Ako vplýva temperament dieťaťa na rozvoj neistej väzby s rodičom?



Podnecovanie vzdelávania Predtest

1. Čo je príčinou vyrušovania v škole?

Mark only one oval.

- nedostatok motivácie študentov
- nevyriešené konflikty záujmov medzi učiteľom a žiakmi
- nevyhovujúce rodinné prostredie
- príliš prísne pravidlá školy

2. Ako môžeme pochopiť rušivé správanie študentov?

Mark only one oval.

- rozhovorom so študentom
- konzultáciou s rodičmi
- pozorovaním a analýzou pozorovania
- zapojením psychológa

3. Aké sú formy rušivého správania?

Mark only one oval.

- hľadanie pozornosti, boj o moc, pomstychtivosť a odradzovanie
- opozícia, argumentovanie
- odmietnutie robiť školské povinnosti
- obťažovanie a šikanovanie spolužiakov

4. Čo rozumieme pod pojmom nesprávne ciele správania?

Mark only one oval.

- Keď študent nedokáže posúdiť svoj potenciál a stanoví si nedosiahnuteľný cieľ
- Keď si žiak neuvedomuje svoje schopnosti a očakáva od seba priveľa
- Keď študent chce splniť očakávania učiteľa
- Keď študent hľadá uznanie od komunity nevhodnými prostriedkami

5. Čo opisuje metódu varovania?

Mark only one oval.

- Požadovaný efekt dosahuje správnym ovplyvňovaním správania žiakov
- Je to dlhodobý účinný, nežiaduce správanie sa neopakuje
- Z krátkodobého hľadiska sa zdá, že dosiahne svoj cieľ, no má presne opačný efekt
- Odrádza to aj ostatných študentov od nesprávneho správania

6. Ako učiteľ vie, s ktorou formou rušivého správania sa stretáva?

Mark only one oval.

- Na základe pocitov, ktoré v nich správanie žiakov vyvoláva
- Na základe správania žiakov
- Na základe správania ostatných žiakov
- Na základe usmernenia školského psychológa

7. Čo je najčastejšou príčinou nesprávnych cieľov správania?

Mark only one oval.

- deviácia
- zlý pedagogický prístup
- príliš zhovievavé pravidlá
- odradzovanie

8. Ktorá metóda je vhodná na podporu vzdelávania?

Mark only one oval.

- obohacujúce
 - úplná absencia trestu
 - racionálne požiadavky
 - výzvy
-

Podnecovanie vzdelávania Posttest

1. Aké sú príčiny neriešených konfliktov záujmov medzi učiteľmi a žiakmi v škole?

2. Prečo podľa Dreikursa učitelia nedokážu primerane reagovať na správanie žiakov?

3. Čo rozumieme pod pojmom chybné ciele správania?

4. Aké sú princípy podpory vzdelávania?

Nonverbálna komunikácia - Pred-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému Nonverbálna komunikácia!

1. Na základe komunikačných kanálov rozlišujeme verbálnu a nonverbálnu komunikáciu.

Označte iba jednu elipsu.

- Správne
- Nesprávne

2. Mimika znamená:

Označte iba jednu elipsu.

- posunky, pohyby tela
- výrazy tváre
- telesný kontakt
- telesná vzdialenosť

3. Proxemia znamená:

Označte iba jednu elipsu.

- posunky, pohyby tela
- výrazy tváre
- telesný kontakt
- telesná vzdialenosť

4. Haptika znamená:

Označte iba jednu elipsu.

- posunky, pohyby tela
- výrazy tváre
- telesný kontakt
- telesná vzdialenosť

5. Intimné pásmo telesnej vzdialenosti platí:

Označte iba jednu elipsu.

- do cca 45 cm
- od 45 cm do 120 cm
- od 120 cm do cca 3,6 m
- od 4m do cca 7 m

6. Osobné pásmo telesnej vzdialenosti platí:

Označte iba jednu elipsu.

- do cca 45 cm
- od 45 cm do 120 cm
- od 120 cm do cca 3,6 m
- od 4m do cca 7 m

7. Spoločenské pásmo telesnej vzdialenosti platí:

Označte iba jednu elipsu.

- do cca 45 cm
- od 45 cm do 120 cm
- od 120 cm do cca 3,6 m
- od 4m do cca 7 m

8. Oficiálne pásmo telesnej vzdialenosti platí:

Označte iba jednu elipsu.

- do cca 45 cm
 - od 45 cm do 120 cm
 - od 120 cm do cca 3,6 m
 - od 4m do cca 7 m
-

Nonverbálna komunikácia - Post-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému
Nonverbálna komunikácia!

1. Charakterizujte nonverbálnu komunikáciu!

2. Vymenujte zložky nonverbálnej komunikácie!

3. V čom spočíva význam a dôležitosť nonverbálnej komunikácie?

4. Vyjadrite názor na nasledujúci citát: "Nie je možné nekomunikovať!"

Predsudky a diskriminácia- Pred-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému Predsudky a diskriminácia!

1. Ktorá veta z nasledujúcich definuje pojem stereotyp?

Označte iba jednu elipsu.

- rigidné a iracionálne zovšeobecnenie o určitej kategórii ľudí
- štandardizovaná predstava jedinca o sebe samom alebo o členoch iných skupín
- nerovnoprávne zaobchádzanie s ľuďmi na základe ich príslušnosti k určitej skupine

2. Ktorá veta z nasledujúcich definuje pojem predsudok?

Označte iba jednu elipsu.

- rigidné a iracionálne zovšeobecnenie o určitej kategórii ľudí
- štandardizovaná predstava jedinca o sebe samom alebo o členoch iných skupín
- nerovnoprávne zaobchádzanie s ľuďmi na základe ich príslušnosti k určitej skupine

3. Ktorá veta z nasledujúcich definuje pojem diskriminácia?

Označte iba jednu elipsu.

- rigidné a iracionálne zovšeobecnenie o určitej kategórii ľudí
- štandardizovaná predstava jedinca o sebe samom alebo o členoch iných skupín
- nerovnoprávne zaobchádzanie s ľuďmi na základe ich príslušnosti k určitej skupine

4. Predsudok je, na rozdiel od stereotypu, zvyčajne negatívny, iracionálny a riadi sa emóciami.

Označte iba jednu elipsu.

- Správne
- Nesprávne

5. Pôvodným významom latinského slova „discriminare“ je:

Označte iba jednu elipsu.

- nerovnoprávnosť
- rozlišovať
- rovnosť

6. Medzikultúrne rozdiely môže znížiť najmä:

Začiarknite všetky vyhovujúce možnosti.

- izolácia a útlak
- multikultúrne skúsenosti
- pôsobenie a vzdelanie
- rigidita a zovšeobecnenie

7. Účinnými nástrojmi v boji proti predsudkom sú najmä:

Začiarknite všetky vyhovujúce možnosti.

- empatia a pochopenie
- vzdelávanie a informovanosť
- rasizmus a sexizmus
- útlak a ignorácia

8. Označte z nasledujúcich, ktoré črty/charakteristiky sú spoločné pre stereotypy a predsudky!

Začiarknite všetky vyhovujúce možnosti.

- úsudok
 - negatívny charakter
 - iracionálne
 - zovšeobecnenie
-

Predsudky a diskriminácia - Post-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému Predsudky a diskriminácia!

1. Charakterizujte pojem stereotypy a uveďte niekoľko príkladov!

2. Charakterizujte pojem predsudky a uveďte niekoľko príkladov!

3. Charakterizujte pojem diskriminácia!

4. Podľa Vás čo môže pomôcť, čo môže byť účinným nástrojom v boji proti predsudkom?

Kognitívna disonancia Predtest

1. Kto vytvoril teóriu kognitívnej disonancie?

Mark only one oval.

- Fritz Heider
- Charles E. Osgood
- Leon Festinger
- Elliot Aronson

2. O čom sú teórie rovnováhy v oblasti sociálnej psychológie?

Mark only one oval.

- O vzťahu a harmónii medzi rôznymi kogníciami
- O dynamike medziľudských vzťahov
- O sociálnom poznávaní a vytváraní dojmu
- O stratégiách riešenia konfliktov

3. Čo znamená kognitívna disonancia vo Festingerovej teórii?

Mark only one oval.

- nekonzistentnosť poznatkov
- stav arousalu vznikajúci z nezlučiteľného konfliktu medzi dvoma kogníciami
- nesúlads medzi poznaním a normami prostredia
- stres, ktorý si uvedomíte počas verejnej komunikácie

4. Ako možno podľa Festingera znížiť kognitívnu disonanciu?

Mark only one oval.

- Zmenou našich názorov a myšlienok
- Zmenou nášho správania
- Obidve predchádzajúce možnosti
- Ani jedna z predchádzajúcich možností

5. V ktorej z nasledujúcich situácií zažívate kognitívnu disonanciu?

Mark only one oval.

- Viete, že fajčenie je nezdravé a vidíte ženu fajčiť na ulici
- Máte dve možnosti, ako si vybrať prácu: jedna je veľmi vzrušujúca a navyše dobre platená, druhá je nudná a ponúka priemerný plat
- Hoci je pre vás dôslednosť dôležitá, na dovolenke dovoľíte svojim deťom ísť spať neskôr
- Usilovne ste sa učili na test a ukázalo sa, že každý dostane najlepšiu známku, kto ho napíše

6. Čo museli urobiť účastníci dobre známeho experimentu Festingera a Carlsmitha?

Mark only one oval.

- O úlohách museli ostatným účastníkom klamať
- Museli podvádzať pri úlohách
- Museli odolávať vplyvu experimentátora
- Mali sa rozhodnúť, ktorá úloha bola zaujímavejšia

7. Kognitívnu disonanciu zažívame vtedy, keď vonkajšia odmena alebo trest nevysvetlí konanie, ktoré je pre nás nepriaznivé, napríklad klameme. Aký je názov tohto fenoménu?

Mark only one oval.

- nedostatočný efekt odôvodnenia
- efekt odôvodnenia úsilia
- efekt odôvodnenia rozhodnutia
- efekt ľútosti po rozhodnutí

8. Ktorá z nasledujúcich oblastí je populárnym smerom výskumu kognitívnych disonancie?

Mark only one oval.

- zmena postoja
 - sociálne poznanie
 - procesy učenia
 - sebaschémy
-

Kognitívna disonancia Posttest

1. Vysvetlite koncept kognitívnej disonancie!

2. Čo bolo nové vo Festingerovej teórii kognitívnej disonancie v porovnaní s inými teóriami konzistencie?

3. Akými spôsobmi možno znížiť kognitívnu disonanciu? Napíšte príklady!

4. Aké boli hlavné smery výskumu teórie kognitívnej disonancie? Napíšte aj príklady pokusov!

Jazyk a poznávanie Predtest

1. Kto je spojený s natívnym prístupom?

Mark only one oval.

- Jean Piaget
- Karen Wynn
- Noam Chomsky
- Lev Vigotszkij

2. Aká je primárna funkcia reči podľa univerzalistického prístupu?

Mark only one oval.

- Poznávanie sveta.
- Komunikácia medzi rovesníkmi.
- Obe rovnako.

3. Univerzalistický aj interakcionalistický prístup tvrdia, že myslenie je primárne medzi myslením a rečou a že reč je na ňom založená.

Mark only one oval.

- Pravda.
- Nepravda.

4. Podľa teórie Jeana Piageta...

Mark only one oval.

- v prvom roku a pol života dieťa objavuje svet, a tak sa formujú jeho kognitívne reprezentácie.
- kognitívne reprezentácie sú prítomné už pri narodení dieťaťa.

5. Čo si myslia stúpenci determinizmu?

Tick all that apply.

- Jazyk obmedzuje naše myslenie.
- Jazyk a myslenie sa najprv vyvíjajú oddelene a potom sa spájajú.
- Ľudia, ktorí hovoria rôznymi jazykmi, aj myslia rôzne.
- Ak pre niečo nemáme slovo, ale chceme to vyjadriť, vymýšľame nové slová.

6. Kedy sa podľa Vygotského reč a myslenie spájajú?

Mark only one oval.

- Ešte pred narodením.
- Počas prvého mesiaca.
- Vo veku dvoch rokov.
- Vo veku šiestich rokov.

7. Keď sa v škole učíme cudzí jazyk, učíme sa gramatické pravidlá a slová podobným mechanizmom, ako sa malé dieťa učí hovoriť.

Mark only one oval.

- Pravda.
- Nepravda.

8. Na základe našich súčasných poznatkov sa naše spomienky neukladajú len verbálne, ale aj inými spôsobmi.

Mark only one oval.

Pravda.

Nepravda.

Jazyk a poznávanie Posttest

1. Čo hovorí univerzalizmus o vzťahu medzi jazykom a myslením?

2. Ako podľa Leva Vygotského prebieha osvojovanie si jazyka?

3. Čo znamená "teória duálneho kódovania"?

4. Aké dôkazy podporujú oddelenie jazyka a myslenia?

Pamäť a imaginácia Predtest

1. V ktorom storočí boli výskumnými údajmi naznačené významné súvislosti medzi pamäťou a imagináciou?

Mark only one oval.

18. storočie
 19. storočie
 20. storočie

2. Ktorú časť zoznamu slov na zapamätanie je najťažšie vybaviť?

Mark only one oval.

- začiatok
 stred
 koniec

3. Kam ukladáme posledné slová zo zoznamu na zapamätanie?

Mark only one oval.

- krátka pamäť
 dlhá termálna pamäť
 skúšame si ich

4. Ktorá je horná hranica krátkodobej pamäte?

Mark only one oval.

- 8 jednotiek
- 9 jednotiek
- 10 jednotiek

5. Ktorá z týchto možností nie je pravdivá, pokiaľ ide o precvičovanie?

Mark only one oval.

- pomáha preniesť informácie z krátkodobej do dlhodobej pamäte
- ak si neopakujeme, zabúdame
- precvičovaním môžeme zvýšiť kapacitu krátkodobej pamäte

6. Na zlepšenie zapamätávania by mal učiteľ

Mark only one oval.

- požiadať deti, aby si myšlienky, ktoré si majú zapamätať, viackrát zopakovali
- požiadať deti, aby si zapísali myšlienky, ktoré si majú zapamätať
- je užitočné, ak aktivuje viacero zmyslových kanálov

7. Je to pravda? Dobre nacvičené činnosti sa stávajú automatickými tak, že si ich nemusíme pripomínať.

Mark only one oval.

- Áno
- Nie

8. Tí, ktorí uprednostňujú svet obrazov, uprednostňujú kódovanie informácií nasledujúcim spôsobom

Mark only one oval.

verbálne

vizuálne

sluchové

Pamäť a imaginácia Posttest

1. Predstavte model duálnej pamäte.

2. Opíšte tri fázy pamäťových procesov.

3. Ako možno zvýšiť kapacitu krátkodobej pamäte?

4. Aké metódy na zlepšenie zapamätania poznáte?

5. Opíšte experimenty, ktoré poznáte v súvislosti so vzťahmi medzi imaginárnymi obrazmi a skutočnými spomienkami.

6. Aký je vzťah medzi emóciami a pamäťovými procesmi?

Vývoj v ranom detstve Predtest

1. Ktoré sú smery v ranom vývoji dieťaťa?

Tick all that apply.

- motorický vývoj
- kognitívny vývoj
- sexuálny vývoj
- emocionálny vývoj

2. Ktoré sú obdobia vo vývoji dieťaťa podľa Aristotela?

Mark only one oval.

- detstvo, puberta, dospelie
- detstvo, puberta, dospelý vek

3. Na čo sa zameriava vývoj dieťaťa vo veku 15+ rokov podľa Jeana Jacquesa Rousseaua?

Mark only one oval.

- vývoj snov
- morálny vývoj
- intenzívny rozvoj mysle

4. Ktoré sú prvé 3 štádiá periodizácie vývoja dieťaťa podľa Vygotského a Rubinsteina?

Mark only one oval.

- dojčenský, detský a predškolský vek
- dojčenský, predškolský a mladší školský vek

5. Ktoré sú posledné 2 štádiá v periodizácii vývoja dieťaťa podľa Vygotského a Rubinsteina?

Mark only one oval.

- puberta, dospelie
- vek základnej školy, puberta

6. Aké hlavné vlastnosti dieťaťa sa formujú v druhom štádiu - 2- 3. rok života - podľa periodizácie Erika Eriksona?

Mark only one oval.

- nezávislosť a odhodlanie
- zručnosti a podriadenosť
- dôvera a nedôvera

7. Aké sú hlavné vlastnosti dieťaťa, ktoré sa formujú v piatom štádiu - 12 až 18 rokov - podľa periodizácie Erika Eriksona?

Mark only one oval.

- osobná identifikácia a zámena rolí
- intimita a osamelosť
- podnikavosť a pocit viny

8. Ktoré vekové obdobie má najpodrobnejšie členenie?

Mark only one oval.

- detstvo
- dospelý vek
- dospelie
-

Vývoj v ranom detstve Posttest

1. Ako je definované štádium raného detského vývinu?

2. Prečo sú prvé 3 roky v živote dieťaťa dôležité?

3. Vymenujte hlavné smery, v ktorých prebieha vývoj dieťaťa v ranom veku.

4. Vymenujte hlavné obdobia vo vývine dieťaťa podľa Vygotského a Rubinsteina.

5. Vymenujte hlavné obdobia vo vývine človeka podľa periodizácie E. Eriksona.



Sociálny vplyv Predtest

Vážení študenti, dovoľujeme si vás požiadať o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému "Sociálny vplyv a princípy presvedčania".

1. Vzniká referenčný výkon:

Mark only one oval.

- zo sociálnej roly a sociálnej pozície presvedčovateľa;
- schopnosť presvedčovateľa nájsť informácie, ktoré sú schopné ovplyvniť;
- keď sa presvedčaný snaží podobať presvedčateľovi;
- zo znalostí presvedčaného v určitej oblasti.

2. Všimnite si spôsoby uplatňovania sociálneho vplyvu:

Tick all that apply.

- Presvedčanie
- Poradenstvo
- Aktivácia
- Informovanie
- Podnecovanie
- Kontrola

3. Keď sa nedokážeme orientovať v požiadavkách sociálnej situácie, a preto sa správame ako všetci ostatní, je to príklad:

Mark only one oval.

- Normatívny sociálny vplyv
- Informačný sociálny vplyv

4. Zdrojom legitímnej autority je:

Mark only one oval.

- sociálna rola a sociálne postavenie ovplyvňujúceho;
- schopnosť presvedčovateľa nájsť informácie, ktoré sú schopné ovplyvniť;
- snaha presvedčaného podobať sa presvedčateľovi;
- znalosti presvedčaného v určitej oblasti.

5. Pri centrálnych cestách presvedčania majú ľudia tendenciu venovať pozornosť :

Mark only one oval.

- Príťažlivosti a dôveryhodnosti presvedčovateľa
- Sile a logike argumentov použitých v komunikácii.

6. Na rozdiel od sociálneho vplyvu je presvedčanie vždy:

Mark only one oval.

- zámerné
- neúmyselné
- aj-aj

7. Emocionálne posolstvá v presvedčovacej komunikácii majú na príjemcov silnejší vplyv. Ktoré emócie obsahujú najefektívnejšie posolstvá?

Mark only one oval.

- radosť
- hnev
- smútok
- strach
- prekvapenie
- znechutenie

8. Keď sa ocitneme v pre nás novej sociálnej situácii, na základe pozorovania ostatných sa orientujeme, ktoré správanie je prijateľné, a ktorý z princípov sociálneho vplyvu je v činnosti:

Mark only one oval.

- moc a autorita
 - nedostatok
 - sympatie
 - konsenzus (sociálny dôkaz)
 - zväzok a dôslednosť
 - reciprocita
-

Sociálny vplyv Posttest

Vážení študenti, dovoľujeme si vás požiadať o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému "Sociálny vplyv a princípy presvedčania".

1. Definujte pojem "sociálny vplyv".

2. Opíšte, ako sa v konkrétnej sociálnej situácii brániť vplyvu autority:

3. Popíšte, ako by ste využili princíp "sympatie", aby ste boli úspešnejší v presvedčovacej komunikácii:

4. Uvedte príklad z každodenného života na uplatnenie "princípu nedostatku":

5. Podľa R. Cialdiniho princíp reciprocity znamená:



Učebné štýly - Pred-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému Učebné štýly!

1. Pojmy učebný štýl a kognitívny štýl sú významovo úplne totožné, označujú spôsob získavania informácií

Označte iba jednu elipsu.

- Správne
 Nesprávne

2. Koľko učebných štýlov existuje?

Označte iba jednu elipsu.

- existuje iba jeden štýl
 existuje maximálne 5 rôznych štýlov
 existuje toľko učebných štýlov, koľko študentov, žiakov, alebo učiacich sa jedincov

3. Na základe klasifikácie učebných štýlov podľa dominancie mozgových hemisfér pravá hemisféra je typická pre

Označte iba jednu elipsu.

- pre divergentný (umelecký) kognitívny, učebný štýl a pre nonverbálne myslenie a cítenie
- pre racionálny (vedecký) kognitívny, učebný štýl a zabezpečuje činnosti spojené s verbálnym a písomným prejavom

4. Na základe klasifikácie učebných štýlov podľa motivácie a zámeru nasledujúci popis označuje ktorý učebný štýl?:

... sa vyznačuje žiakovou vypočítavosťou, snahou zapáčiť sa, votrieť sa do priazne učiteľa, často i nekorektným spôsobom...

Označte iba jednu elipsu.

- povrchový učebný štýl
- hĺbkový učebný štýl
- utilitaristický učebný štýl

5. Klasifikácia učebných štýlov nazývaný akronymom VARK označuje nasledujúce:

Označte iba jednu elipsu.

- V - voľba, A - argumentácia, R - realizácie, K - kognícia
- V - zrak, A - sluch, R - verbalizácia, K - pohyb
- V - variácia, A - asociácia, R - rozhodovanie, K - kognícia

6. Klasifikácia učebných štýlov podľa spôsobu spracovania informácií Model skúsenostného učenia navrhol:

Označte iba jednu elipsu.

- A. Kolb
 H. Gardner
 N. Fleming

7. Na základe typov učebných štýlov odvodených z teórie viacnásobnej inteligencie rozlišujeme viac typov inteligencií, ako *logicko-matematický učebný štýl, jazykový učebný štýl, vizuálny-priestorový učebný štýl, kinestetický-pohybový učebný štýl, hudobný učebný štýl, interpersonálny a intrapersonálny učebný štýl.*

Označte iba jednu elipsu.

- správne
 nesprávne

8. Diagnostikovanie učebných štýlov je možné

Označte iba jednu elipsu.

- iba formou špeciálnych testov
 iba formou seba pozorovania
 formou pozorovania, rozhovoru, projektívnych metód a formou rôznych testov
-

Učebné štýly - Post-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému Učebné štýly!

1. Charakterizujte pojmy kognitívny štýl a učebný štýl!

2. Vymenujte a charakterizujte učebné štýly klasifikované podľa motivácie a zámeru!

3. Vymenujte učebné štýly klasifikované podľa teórie viacnásobnej inteligencie H. Gardnera!

4. Uvedte stručne, prečo je dôležité poznať pre nás charakteristický, dominantný učebný štýl a uvedte niekoľko možných spôsobov diagnostikovania prevažujúceho učebného štýlu!

Psychosociálny vývoj dospelievajúcich

Predtest

1. Ktoré štádium Eriksonovho psychosociálneho vývinu zodpovedá vývinu približne 5-12 ročných detí:

Mark only one oval.

- Dôvera vs. nedôvera
- Autonómia vs. hanblivosť a pochybnosti
- Iniciatíva vs. pocit viny
- Produktivita vs. menejcennosť
- Other: _____

2. Naše sebavedomie sa týka:

Mark only one oval.

- čomu o sebe veríme
- ako sa cítime
- ako sa prezentujeme pred ostatnými
- všetky vyššie uvedené skutočnosti sa vzťahujú na pojem "sebaúcta"

3. Neposkytnutie stravy dieťaťu je príkladom:

Mark only one oval.

- Fyzické zneužívanie
- Fyzické zanedbávanie
- Zanedbávanie zdravotnej starostlivosti
- Emocionálne zneužívanie

4. Ktorá z nasledujúcich možností NIE JE príkladom sociálno-emocionálnych problémov v správaní detí?

Mark only one oval.

- Trvalé porušovanie práv iných
- Opozičné vzdorovité správanie
- Porucha pozornosti a hyperaktivita
- Všetky uvedené príklady sú príkladmi sociálno-emocionálnych problémov v správaní detí

5. Ktorá z nasledujúcich teórií NIE JE teóriou morálneho vývoja detí?

Mark only one oval.

- Eriksonova teória
- Kohlbergova teória
- Gilliganova teória
- Všetky uvedené teórie sú teóriami morálneho vývoja

6. V prípade rozvodu rodičov...

Mark only one oval.

- dieťa sa môže cítiť zodpovedné za rozvod rodičov
- dieťa môže pociťovať úzkosť
- dieťa môže pociťovať depresiu
- môžu byť pravdivé všetky uvedené príklady

7. Sebahodnotenie dieťaťa je v korelácii...

Mark only one oval.

- pozitívne s vysokými cieľmi dieťaťa
- negatívne s vysokými cieľmi dieťaťa
- negatívne s výkonom dieťaťa
- negatívne s duševným zdravím

8. Starostlivosť, ale nie kontrola správania detí je príkladom nasledujúceho štýlu výchovy:

Mark only one oval.

- Zanedbávajúci rodičovský štýl
 - Autoritatívny štýl výchovy
 - Permisívny rodičovský štýl
-

Psychosociálny vývoj dospelých

Posttest

1. Opíšte veľmi stručne päť najčastejších charakteristík psychosociálneho vývoja dospelých.

2. Opíšte dve formy egocentrizmu dospelých a uveďte jeden príklad každý z týchto dvoch typov.

3. Ktoré dva typy správania dospelých by mali byť pre dospelých alarmujúce a mali by sa snažiť radu od odborníka na duševné zdravie?

4. Uvedte dva faktory, ktoré ovplyvňujú sebaúctu dospelujúcich, a dva faktory, ktoré ovplyvňujú formovanie identity dospelujúcich.

5. Stručne opíšte 3 faktory správania rodičov, ktoré môžu byť prospešné pre zdravý psychosociálny vývoj dospelujúcich.



Duševné zdravie a pohoda Predtest

1. Aké aspekty duševného zdravia sú definované v programe zdravotnej starostlivosti EÚ?

Mark only one oval.

- pozitívne a negatívne
- subjektívne a objektívne
- spokojnosť so životom, pomer pozitívnych emócií
- zvládanie ťažkostí, prínos pre spoločenský život

2. Pozitívny, užitočný život možno opísať
Prosím, označte, odpoveď, ktorá NIE je správna!

Mark only one oval.

- v šiestich dimenziách
- je hlavným zdrojom pozitívnych emócií
- možno ho opísať pomocou pojmov sebaaprijatie, osobné vzťahy a adaptácia na prostredie
- je ústredným prvkom duševného zdravia

3. Subjektívna pohoda je psychologický opis "šťastia".

Mark only one oval.

- Pravda
- Nepravda

4. Podľa výskumných údajov subjektívna pohoda

Tick all that apply.

- súvisí s altruistickým správaním
- nesúvisí s dĺžkou života
- súvisí s príjmom
- môžu byť ovplyvnené politickým rozhodnutím

5. Označte pravdivé tvrdenie

Mark only one oval.

- Duševné zdravie znamená neprítomnosť duševných porúch
- Duševné zdravie je podmienené prevahou pozitívnych emócií a užitočného sociálneho správania.

6. Pocit spokojnosti so životom je základným faktorom subjektívnej pohody

Mark only one oval.

- Pravda
- Nepravda

7. Označte pravdivé tvrdenia

Tick all that apply.

- Existuje súvislosť medzi subjektívnou pohodou a cieľavedomým správaním
- Výkonnosť práce možno určiť na základe úrovne subjektívnej pohody
- Subjektívna pohoda závisí najmä od toho, koľko kníh čítame
- Existuje významná korelácia medzi časom štúdia a subjektívnou pohodou

8. Hľadanie výziev prispieva k subjektívnej pohode

Mark only one oval.

Pravda

Nepravda

Duševné zdravie a pohoda Posttest

1. Aké koncepcie sa týkajú oblasti duševného zdravia? Prosím, opíšte ich!

2. Aké sú hlavné výsledky výskumu v oblasti duševného zdravia a subjektívnej pohody?

3. Čo môžeme urobiť pre zlepšenie nášho duševného zdravia?

4. Prečo je dôležité skúmať oblasť duševného zdravia?

Sociálno-emocionálny vývoj detí

Predtest

1. Ktoré štádium Eriksonovho psychosociálneho vývinu zodpovedá vývinu približne 5-12 ročných detí:

Mark only one oval.

- Dôvera vs. nedôvera
- Autonómia vs. hanblivosť a pochybnosti
- Iniciatíva vs. pocit viny
- Produktivita vs. menejcennosť

2. Naše "sebavedomie" sa týka:

Mark only one oval.

- čomu o sebe veríme
- ako sa cítime
- ako sa prezentujeme pred ostatnými
- všetky vyššie uvedené skutočnosti sa vzťahujú na pojem "sebaúcta"

3. Neposkytnutie stravy dieťaťu je príkladom:

Mark only one oval.

- Fyzické zneužívanie
- Fyzické zanedbávanie
- Zanedbávanie zdravotnej starostlivosti
- Emocionálne zneužívanie

4. Ktorá z nasledujúcich možností NIE JE príkladom sociálno-emocionálnych problémov v správaní detí?

Mark only one oval.

- Trvalé porušovanie práv iných
- Opozičné vzdorovité správanie
- Porucha pozornosti a hyperaktivita
- Všetky uvedené príklady sú príkladmi sociálno-emocionálnych problémov v správaní detí

5. Ktorá z nasledujúcich teórií NIE JE teóriou morálneho vývoja detí?

Mark only one oval.

- Eriksonova teória
- Kohlbergova teória
- Gilliganova teória
- Všetky uvedené teórie sú teóriami morálneho vývoja

6. V prípade rozvodu rodičov (Vyberte najsprávnejší)

Mark only one oval.

- dieťa sa môže cítiť zodpovedné za rozvod rodičov
- dieťa môže pociťovať úzkosť
- dieťa môže pociťovať depresiu
- môžu byť pravdivé všetky uvedené príklady

7. Sebahodnotenie dieťaťa je v korelácii

Mark only one oval.

- pozitívne s vysokými cieľmi dieťaťa
- negatívne s vysokými cieľmi dieťaťa
- negatívne s výkonom dieťaťa
- negatívne s duševným zdravím

8. Starostlivosť, ale nie kontrola správania detí je príkladom nasledujúceho štýlu výchovy:

Mark only one oval.

- Zanedbávajúci rodičovský štýl
 - Autoritariansky rodičovský štýl
 - Autoritatívny rodičovský štýl
 - Permisívny rodičovský štýl
-

Sociálno-emocionálny vývoj detí Posttest

1. Opíšte veľmi stručne 5 spôsobov, ktoré môžu rodičia a učitelia použiť na zvýšenie sebaúctu detí.

2. Stručne popíšte rozdiel medzi pojmami a) sebahodnotenie, b) sebaúcta a c) sebaaprezentácia.

3. Uveďte dve charakteristiky osobnosti tyranov a dve charakteristiky osobnosti obetí vo fenoméne šikanovania.

4. Stručne opište 2 rozdiely medzi priateľstvami a. medzi dievčatami a b. medzi chlapcami.

5. Čo si predstavujeme pod pojmom "dôležití ostatní"; Kto sú to pre predškolskú a ako môžu ovplyvniť sebavedomie dieťaťa?



Kooperatívne učenie Predtest

1. Spolupráca je forma interakcie, ktorá zahŕňa:

Mark only one oval.

- len dvoch jednotlivcov so spoločným cieľom
- dvoch alebo viacerých jednotlivcov s rôznymi cieľmi
- dvoch alebo viacerých jednotlivcov so spoločným cieľom
- dvaja alebo viacerí jednotlivci bez definovaných cieľov

2. K akému druhu učenia môžeme priradiť nasledujúcu vetu: "Dosiahnem svoje ciele, ak ostatní dosiahnu svoje ciele".

Mark only one oval.

- Súťaživé učenie
- Kooperatívne učenie
- Individualistické učenie
- Sociálne učenie

3. Pri kooperatívnej organizácii učebnej činnosti pracujú žiaci:

Mark only one oval.

- je funkciou ich osobných cieľov a odmena, ktorú dostanú, závisí od pomoci ich spoločníkov
- je funkciou skupinových cieľov a odmeny, ktoré dostanú, závisia od kvality skupinovej práce
- je funkciou ich skupinových cieľov a odmeny, ktoré dostávajú, sú nezávislé od odmen, ktoré dostávajú ich spolužiaci
- je funkciou ich osobných cieľov a odmeny, ktoré dostávajú, závisia od kvality ich vlastnej práce

4. Ktoré z nasledujúcich tvrdení necharakterizuje kooperatívne učenie?

Mark only one oval.

- Poskytuje alternatívu k súťaživým a individualistickým štruktúram
- Zahŕňa niekoľko stratégií s rôznymi postupmi
- Vedie k aktívnemu učeniu a zapojeniu žiakov
- Je podobné bežnej skupinovej práci

5. Pozitívna vzájomná závislosť je spojená s:

Mark only one oval.

- Ciele
- Zdroje
- Úloha
- Ciele, zdroje, úloha a priestor

6. Ktoré z tvrdení o stratégiách kooperatívneho učenia je nepravdivé?

Mark only one oval.

- Môžu sa používať v rôznych odboroch
- Môžu sa používať na rôznych úrovniach školského vzdelávania
- Používajú sa len vo formálnom kontexte
- Majú vplyv na sociálne a akademické výsledky

7. Ktorá z nasledujúcich stratégií zahŕňa vytvorenie expertných skupín?

Mark only one oval.

- Myslenie vo dvojici - zdieľanie
- Kooperatívne skriptovanie
- Skladačka
- Spoločné učenie

8. Pri kooperatívnom učení je hodnotenie:

Mark only one oval.

- individuálne
 - v skupine
 - individuálne a v skupine
 - hodnotenie sa nevykonáva
-

Kooperatívne učenie Posttest

1. Aké sú hlavné charakteristiky kooperatívneho učenia?

2. Charakterizujte dve stratégie kooperatívneho učenia.

3. Opíšte fázy vyučovacej hodiny realizovanej s využitím kooperatívneho učenia.

4. Ktoré výhody sa pripisujú kooperatívnemu učeniu?

Identita Predtest

Odpovedzte na nasledujúce otázky.

1. Eriksonov pojem psychosociálneho moratória je charakteristický pre krízu

Mark only one oval.

- Dôvera verzus nedôvera
- Iniciatíva vs. vina
- Identita vs. zmätok identity
- Integrita vs. zúfalstvo

2. Z Eriksonovho pohľadu je identita ega procesom súvisiacim:

Mark only one oval.

- s osobou, ale aj so spoločnosťou,
- len s osobou
- len so spoločnosťou
- len so syntézou, ktorú každá osoba uskutočňuje z rôznych dimenzií vývoja

3. Erikson charakterizuje vývoj ako sériu:

Mark only one oval.

- psychosociálnych štádií
- psychosexuálne štádiá
- profesijné štádiá
- morálne štádiá

4. V Eriksonovej teórii psychosociálneho vývinu je každé štádium charakterizované:

Mark only one oval.

- inou psychosociálnou krízou
- stupnicou úspechov
- rozhodnutie o profesionálnych otázkach
- morálnou dilemou

5. V nadväznosti na Marcia sa hovorí, že identita, ktorá vedie k tomu, že jednotlivec pred prijatím rozhodnutia skúma rôzne možnosti, je:

Mark only one oval.

- Difúzia identity
- Uzavretie identity
- Dosiahnutie identity
- Negatívna identita

6. V Eriksonovej teórii vývinu je dospelie:

Mark only one oval.

- moratórium
- posledné štádium ľudského vývoja
- jediné vývinové štádium, v ktorom sa rozvíja identita
- štádium, v ktorom sa prijímajú rozhodnutia, ktoré sa neskôr nesmú zmeniť

7. V nadväznosti na J. Marcia, ktorý stav identity je definovaný kombináciou skúsenosti krízy spojenej s ešte neprijatým záväzkom?

Mark only one oval.

- Dosiahnutie identity
- Identita vylúčenia
- Moratória
- Difúzia identity

8. Erikson tvrdí, že negatívna stránka štádia identity verzus difúzia môže viesť jednotlivca k:

Mark only one oval.

- považuje vonkajší svet za ohrozujúci
 - pociťuje ťažkosti pri rozhodovaní
 - hodnotí životnú dráhu ako neúspech
 - odkloniť sa od intímnych vzťahov
-

Identita Posttest

Odpovedzte na nasledujúce otázky!

1. Identifikujte a charakterizujte princípy vývinu, ktoré navrhol Erikson.

2. Analyzujte Eriksonov prínos k štúdiu identity a opíšte hlavné rozmery tohto konceptu.

3. Čo charakterizuje koncept psychosociálneho moratória podľa Eriksona a aký je jeho prínos pre pochopenie konštrukcie identity?

4. Aké statusy identity navrhuje J. Marcia a aké kritériá ich definujú?

Sociálna skupina - Pred-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému Sociálna skupina!

1. Sociálna skupina je zoskupenie minimálne dvoch ľudí, pre skupinu je charakteristická určitá forma sociálnej interakcie, vzájomné pôsobenie, má vnútornú štruktúru, ktorá určuje sociálne pozície, role, a skupina funguje na základe určitých pravidiel a noriem.

Označte iba jednu elipsu.

- Správne
 Nesprávne

2. Koľko členov môže mať *stredná skupina* podľa klasifikácie skupín na základe početnosti?

Označte iba jednu elipsu.

- 12-20 členov
 20-50 členov
 40-60 členov

3. Rôzne *odborny alebo profesie* patria do ktorého typu skupín podľa klasifikácií z hľadiska *sociálnej angažovanosti*?

Označte iba jednu elipsu.

- psychologické skupiny
 spoločenské organizácie

4. Ktorý typ skupiny podľa klasifikácie z hľadiska spôsobu, akým sú explicitne vytvárané pozície členov označuje nasledujúci popis :
... vznikajú na základe osobného záujmu a osobných vzťahov, napr. v triede môže byť skupina žiakov, ktorých spájajú spoločné názory, postoje, sympatie.

Označte iba jednu elipsu.

- formálne skupiny
 neformálne skupiny

5. Aké typy skupín rozlišujeme podľa klasifikácie z hľadiska spôsobu, akým je jednotlivec spätý so skupinou?

Začiarknite všetky vyhovujúce možnosti.

- členské skupiny
 otvorené skupiny
 referenčné skupiny
 uzavreté skupiny
 zrušiteľné skupiny
 nezrušiteľné skupiny

6. *"Strategicky kvôli výhodám"* označuje nasledujúci spôsob, ako sa môžeme stať členmi určitej skupiny:

Označte iba jednu elipsu.

- dobrovoľne
- automaticky
- donútením
- utilitárne

7. Sociálna interakcia je vzájomné pôsobenie vybraných členov skupiny, uskutočňuje sa iba podľa písomných pravidiel; každá sociálna skupina má rovnaké pravidlá interakcie, ktoré nezávisia od charakteru skupiny, od jej činností, od skupinových hodnôt, noriem, cieľov.

Označte iba jednu elipsu.

- Správne
- Nesprávne

8. *Formálny vodca* skupiny je, ...

Označte iba jednu elipsu.

- ktorého si skupina určí, ale jedinci si ho nemusia rešpektovať.
 - ktorý nie je do funkcie oficiálne zvolený, ale členovia ho rešpektujú.
-

Sociálna skupina - Post-test

Vážení študenti, prosíme Vás o vyplnenie nasledujúceho dotazníka na tému Sociálna skupina!

1. Stručne charakterizujte pojem sociálna skupina!

2. Uvedte minimálne 3 hľadiská klasifikácie sociálnych skupín!

3. Vyberte si jedno hľadisko klasifikácie sociálnych skupín, vymenujte a stručne charakterizujte typy skupín vybraného klasifikačného hľadiska!

4. Uvedte minimálne 15 skupín, ktorých ste členom!

Pygmalionský efekt Predtest

Odpovedzte na nasledujúce otázky.

1. Pygmalionský efekt je príkladom:

Mark only one oval.

- operatívne podmieňovanie
- posilňovanie
- sebaaplňiace sa proroctvo
- kognitívna disonancia

2. Štúdia Rosenthala a Jacobsona (1968) o efekte očakávania , známom ako Pygmalionov efekt, sa týka:

Mark only one oval.

- experimentálnu štúdiu v školách
- experimentálnu štúdiu na zvieratách v laboratóriu
- štúdia v prirodzenom kontexte
- dokumentárnu štúdiu o sociálnych presvedčeniach

3. Ktorý faktor má najväčší vplyv na očakávania učiteľa od žiaka?

Mark only one oval.

- Pohlavie
- Predchádzajúce výsledky
- Sociálna trieda
- Fyzický vzhľad

4. Ktorá z premenných sprostredkujúcich efekt očakávania súvisí s možnosťou reagovať, ktorú má študent?

Mark only one oval.

- Emocionálna podpora
- Vstup
- Výstup
- Spätná väzba

5. Ktorá z moderujúcich premenných efektu očakávania súvisí s vekom študenta?

Mark only one oval.

- Kognitívna rigidita
- Sebahodnotenie
- Načasovanie vyvolania očakávaní
- Nové situácie alebo prechody

6. Výsledky štúdie, ktorú vypracovali Rosenthal a Jacobson, naznačujú, že:

Mark only one oval.

- konanie osoby je v súlade s jej presvedčením
- správanie a konanie voči ostatným ovplyvňuje ich očakávania, správanie a výkon pozitívne aj negatívne
- činy človeka sa môžu stať sebanaplnujúcim sa proroctvom správania iných
- všetky uvedené údaje sú správne

7. Pygmalionský efekt poukazuje na to, že sebakoncept je ovplyvnený:

Mark only one oval.

- náhodné poznámky cudzích ľudí
- naša vlastná disciplína, vôľa a vnútorná sila
- naše pozorovanie sveta okolo nás
- očakávania významných iných ľudí

8. Ktorý zo štyroch faktorov navrhnutých Rosenthalom na sprostredkovanie očakávaní zahŕňa neverbálnu komunikáciu?

Mark only one oval.

- Sociálno-emocionálna klíma
 - Vstup
 - Výstup
 - Spätná väzba
-

Pygmalionský efekt Posttest

Odpovedzte na nasledujúce otázky.

1. V čom spočíva efekt očakávania?

2. Do akej miery môže byť efekt očakávania vysvetlením školskej neúspešnosti?

3. Aké sú hlavné problémy, ktoré spôsobujú efekt očakávania?

4. Ako odlišíte sprostredkujúce premenné od moderujúcich premenných na tento účinok?

Metakognícia Predtest

Odpovedzte na nasledujúce otázky.

1. Čo sa nepovažuje za metakogníciu?

Mark only one oval.

- Myslenie o myslení
- Nechanie si povedať, čo si má myslieť
- Kladenie otázok počas myslenia
- Prekonávanie myslenia

2. Prečo je dôležité učiť študentov o metakognícii?

Mark only one oval.

- Žiaci môžu monitorovať proces učenia sa a stať sa nezávislými žiakmi
- Žiaci presne vedia, aký obsah sa majú naučiť
- Podporuje činnosti učiteľa
- Podporuje spoluprácu medzi žiakmi

3. Konceptia metakognície je zásluhou:

Mark only one oval.

- Flawell
- Piaget
- Freud
- Erikson

4. Metakognícia prispieva k ...

Mark only one oval.

- plánovaniu domácich úloh pre žiakov
- pochopeniu procesu učenia
- pochopeniu toho, ako funguje vyučovanie

5. V súčasnosti metakognícia zahŕňa:

Mark only one oval.

- len kognitívne rozmery
- kognitívne a afektívne dimenzie, ako aj monitorovacie procesy
- len monitorovacie procesy

6. Ktorú stratégiu NIE je možné považovať za autoregulačnú stratégiu učenia?

Mark only one oval.

- Plánovanie
- Monitorovanie
- Hodnotenie
- Sledovanie pokynov učiteľa na vypracovanie úlohy

7. Čo je to metakognícia?

Mark only one oval.

- Premýšľanie o tom, o čom by text mohol byť
- Vytváranie mentálnych obrazov v mysli
- Premýšľanie počas čítania
- Žiadna nie je správna

8. Ktorú činnosť možno považovať za príklad metakognície?

Mark only one oval.

- Čítanie
 - Riešenie matematických úloh
 - Sebahodnotenie
 - Písanie domácich úloh
-

Metakognícia Posttest

Odpovedzte na nasledujúce otázky.

1. Ako možno definovať metakogníciu? Opíšte kľúčové charakteristiky tohto pojmu

2. Prečo je dôležité učiť študentov o metakognícii?

3. Ako implementovať metakogníciu do procesu učenia? Opíšte prosím príklady.

4. Aké sú rozdiely a podobnosti medzi výkonným monitorovacím procesom a výkonným regulačným procesom podľa Kluweho?

