

Psühholoogia valikaine 2022/2023

Juhendaja: Janne Kristi Jaakson (psühholoog)

Kontakt: j.jaakson@saksa.tln.edu.ee

Maht ja aeg: 35 tundi

Sihtgrupp: 10.-12.klass

Psühholoogia valikaine eesmärk on anda õpilasele ülevaade psühholoogia erinevatest takkudest. Aine jooksul võtame läbi teemasid, mis on seotud psühholoogia kui teadusega kui ka praktikaga. Antud valikaine sobib igale õpilasele, kellel on huvi psühholoogia vastu või lihtsalt soov õppida tundma põhjalikumalt vaimse tervise mehhanisme.

Aine läbinud õpilane:

- 1) mõistab inimese taju, tähelepanu, mälu, õppimise, mõtlemise, emotsioonide, motivatsiooni, isiksuse, vaimsete võimete ja sotsiaalsete protsesside põhilisi seaduspärasusi ning märkab neid enda ja teiste käitumises;
- 2) teab psühholoogias kasutatavaid põhimõisteid ja kontseptsioone;
- 3) teab erinevaid eneseabi- ja toimetulekustrateegiaid ja oskab neid rakendada;
- 5) mõistab inimeste erinevuste päritolu ja individuaalsust ning väärtustab individuaalseid ja kultuurilisi erinevusi;
- 6) analüüsib põhiliste sotsiaalsete protsesside mõju inimese käitumisele igapäevaelus;
- 7) mõistab ja kirjeldab psühholoogia teadmiste rakendamise võimalusi igapäevaelus.

Valikkursuse läbimise nõuded:

- Osavõtt vähemalt 70% tundidest (kohalkäimine)
- Tunnis kaasatöötamine
- Kõik kodutööd on esitatud

Aines käsitletavat teemasid:

- Psühholoogia põhimõisted, psühholoogi töö
- Inimene kui tervik
- Emotsioonid ja motivatsioon
- Individuaalsed erinevused ja isiksus
- Meeleoluhäired (depressioon)
- Ärevushäired
- Sõltuvused
- Eneseabi- ja toimetulekustrateegiad
- Sotsiaalsed protsessid