

Kursuse nimetus	Psühholoogia
Kursuse tüüp	Mooduli „Praktilised suhtlemisoskused“ kursus
Eeltingimused kursusel osalemiseks	Puuduvad
Kursuse maht (75-minutiline tund)	21 tundi
Kursuse toimumise aeg	11. klassi 1. õppeperiood

Kursuse lühikirjeldus

Kursus "Psühholoogia" annab ülevaate inimkäitumise põhimõtetest ning psühholoogilistest seaduspärasustest. Kursuse ülesehitus on kujundatud selliselt, et igal tunnil võtame käsitluse alla erineva psühholoogia valdkonna, millest saame sisuka ülevaate. Kursus algab psühholoogia kui teadusharu väljakujunemisest ning sealt edasi saame teada, mis erinevus on teaduslikul, filosoofilisel ning eelteaduslikul psühholoogial. Järgnevalt võtame vaatluse alla ka põhilised psühholoogia suunad, muuhulgas humanistlik psühholoogia, kognitiivne psühholoogia, gestaltpsühholoogia ja palju muid. Erinevates tundides keskenduma valdkondadele nagu emotsioonid, mälu, sotsiaalpsühholoogia, kõige levinumad vaimsed häired, IQ testid ning nende ajalugu, lisaks ka psühhofarmakoloogia põhitõed. Kursuse eesmärk üldisemalt on, et õpilane saaks selgeks psühholoogia põhiteadmised, mida huvi korral tulevikus ülikoolis või iseseisvalt edasi arendada.

Kursuse sisu

Psühholoogiateadus

Psühholoogia kui teadus. Teaduslik psühholoogia ja rahvapsühholoogia. Psühholoogia uurimismeetodid. Psühholoogia harud ja seos teiste teadustega.

Tunnetuse ja tegevuse bioloogiline alus

Inimese närvisüsteem: perifeerne ja kesknärvisüsteem. Närviraku ehitus ja talitlus. Meeleelundid ning aistingud.

Taju ja tähelepanu

Taju ja selle omadused. Tajukujundi tekkimine. Tajuliigid: sügavus-, liikumis-, ruumitaju. Tahtlik ja tahtmatu tähelepanu.

Mälu

Mälu. Töömälu ja pikaajaline mälu. Episoodiline, semantiline ja protseduuriline mälu. Mäluprotsessid: salvestamine, meenutamine, unustamine.

Õppimine

Õppimine, teadmised ja oskused. Õpiviisid: harjumine, tingimine, sotsiaalne õppimine, teadmiste konstrueerimine.

Mõtlemine

Mõtlemine. Mõtlemise elemendid: kujundid, mõisted, skeemid. Keel ja mõtlemine. Probleemide lahendamine ja loov mõtlemine.

Emotsioonid ja motivatsioon

Emotsioon. Emotsiooni komponendid. Põhiemotsioonid ja emotsioonide väljendamine. Vajadused, eesmärgid ja motivatsioon. Bioloogiline ja kultuuriline motivatsioon. Saavutusvajadus.

Individaalsed erinevused

Isiksus, isiksuseomadused. Isiksuse bioloogilised alused. Vaimsed võimed: üldvõimekus ja erivõimekused. IQ. Individaalsed erinevused, norm ja hälbivus.

Sotsiaalsed protsessid

Sotsiaalne võrdlemine ja identiteet. Sotsiaalne tajus. Esmamulje, eelarvamused, stereotüübid. Rühmaprotsessid: sünergia, vastutuse hajumine, konformsus, rühmamõtlemine.

Psühholoogia rakendused

Psühholoogi elukutse ja psühholoogia rakendused. Psühholoogiateadmiste rakendamine igapäevaelus.

Psühholoogia ajalugu

Psühholoogia kui teadusharju väljakujunemine, tuntuimad eksperimendid ning teadlased läbi ajaloo.

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- mõistab inimese taju, tähelepanu, mälu, õppimise, mõtlemise, emotsioonide, motivatsiooni, isiksuse, vaimsete võimete ja sotsiaalsete protsesside põhilisi seaduspärasusi ning tunneb neid enda ja teiste käitumises;
- teab psühholoogias kasutatavaid põhilisi uurimismeetodeid ning eristab teaduslikku teadmist tavateadmises;
- tunneb igapäevaelus kasutatavaid psühholoogiaga seotud mõisteid ja kontseptsioone;
- oskab rakendada psühholoogia seaduspärasusi enda õppimist analüüsides ning õpioskusi arendades;
- mõistab inimeste erinevuste päritolu ja individaalsust ning väärtustab individaalseid ja kultuurilisi erinevusi;
- analüüsib põhiliste sotsiaalsete protsesside mõju inimese käitumisele igapäevaelus;
- mõistab ja kirjeldab psühholoogiateadmiste rakendamise võimalusi igapäevaelus ja rakendab psühholoogiateadmisi enda karjääriplaani koostamisel;
- teab ainevaldkonnaga seotud elukutseid ja ameteid ning mõistab nende töö väärtust ühiskonnas.

Kursuse ülesehitus

Teema	Tundide arv
Psühholoogia ajalugu	1
Psühholoogia vormid	1
Psühholoogia erinevad harud	2
Bioloogiline psühholoogia	1
Inimemotsioonide põhitõed	1
Aju erinevad protsessid	2
Psühholoogi, psühhiaatri ning terapeutide töö tutvustus, kirjeldus	1
RHK-10 (Rahvusvaheliste Haiguste Klassifikatsioon) tutvustus	1
Ajaloo tuntuimad psühholoogia teadlased, eksperimendid	2
Sotsiaalpsühholoogia	1
Psühholoogia kui teadus, uuringute põhitõed, kriitiline mõtlemine	1
Meditatsiooni teaduspõhine lähenemine	1
IQ testid, isiksustestid, suur viisik	2
Psühhofarmakoloogia algteadmised	1
Vaimse tervise põhitõed, psühholoogia roll õppimisel	1

Tagasiside meetodid ja kriteeriumid ning kursusehinde kujunemine

Tagasisidestamine toimub Saku Gümnaasiumi õppekava 3.osas sätestatud hindamise korralduse põhimõtete alusel.

Õpitulemusi hinnatakse numbriliselt viie palli süsteemis.

Kursuse edukaks läbimiseks on vajalik edukalt sooritada 2 kontrolltööd, mille teemad põhinevad eelnevalt kursusel käsitletud teemadele. Lisaks on vajalik kursuse lõpus esitada vabalt valitud psühholoogia valdkonda kuuluval teemal 2-leheline essee, mida hinnatakse arvestatuks/mittearvestatuks.