

## Ellenőrző kérdések Pszichológia és személyiségfejlesztés I/1. tantárgyból

Suplicz Sándor - főiskolai docens

1. A pszichológia története, fejlődése. /legalább 8 jelentős személy értékelése/(1;4 irodalom)
2. Hogyan jön létre az érzékelés, és melyek a fő értékek Demokritosz szerint?
3. Platon szerint a lélek részei ... Ezt a felosztást ki használta fel a modern pszichológiában?
4. Pszichológiai irányzatok bemutatása /behaviorizmus, gestalt, humanisztikus, kognitív/(1;4)
5. Az alaklélektan feltételezése a külvilág dolgairól.
6. Sorolja fel legalább 3 elemét Piaget, Maslow, Frankl, Rogers, Csíkszentmihályi, Skinner, Moreno, Freud, Jung, Adler, Pavlov, Lorenz munkásságának.
7. Pszichológiai irányzatok bemutatása /kísérleti, pszichoanalitikus, szociál, biológiai, pozitív/ (1;4)
8. Melyik pszichológiai irányzat vizsgálja (hangsúlyozottan) a problémamegoldás folyamatát?
9. Melyik pszichológiai irányzat(ok) fogadják el, hogy a személy egyedi módon értelmezi a valóságot?
10. S. Freud szemlélete, munkásságának főbb eredményei.
11. C. G. Jung személyiségmodellje. Út a selftől a selbstig (1;4;7)
12. A perszóna, a self, az egyéni tudattalan, a kollektív tudattalan és a selbst értelmezése (Jung szerint)
13. Milyen elemekben haladta meg Jung Freud elméletét?
14. Melyek a fő személyiségdimenziók Jung szerint?
15. Az identitás és a lélek rétegeinek összefüggései (Jung szerint)
16. Válasszon egy modern pszichológiai irányzatot! Ismertesse részletesen! Milyen elemeit alkalmazná tanári vagy vezetői munkájában, valamint személyisége fejlesztése érdekében? (1;4)
17. Milyen nem szakmai munkahelyi elvárásoknak kell megfelelnünk?
18. A pszichoszexuális fejlődés fázisainak meghatározása kinek a nevéhez fűződik? Melyek ezek?
19. Mi a jelentése és mi a jelentősége az ödipális komplexusnak?
20. Ki írta le a pszichoszociális fejlődés szakaszait? Milyen pszichológiai irányzathoz tartozott?
21. Az Ön korosztálya melyik pszichoszociális fejlődési szakaszban van?
22. A kognitív fejlődés szakaszai Piaget szerint. Mit jelent az asszimiláció és az akkomodáció?
23. Kohlberg erkölcsi-fejlődéseméletének értelmezése, az erkölcs társadalmi szerepe.
24. Az életkoron kívül milyen tényezők befolyásolják az erkölcsi fejlődést? Ön mit tesz, mit olvas saját további fejlődése érdekében?
25. A tanulás elemi fajtái, értelmezésük, állatkísérletek /legalább 3/. Pl: habituáció ... ..
26. Mitől függ a tanulás eredményessége? Egyéni adottságok ... ..
27. A tudás elemei. (1;4)
28. Az emlékezet működési modellje. Tankönyvolvasás, szemantikus háló, mentális modell. (1;4;6)
29. A tanulási folyamatok elemzése, a hatékonyságot növelő és csökkentő tényezők. Az ön tanulási módszerének elemzése. (1;4)

30. Mit változtatna (a tanultak alapján) a saját tanulási módszerén, szokásain?
31. Figyelem, tudat, tudatelőttés, tudattalan.
32. Érzelmi, erkölcsi és kognitív elemek szerepe a tanulási folyamatokban. (1;4;6)
33. A tanulás, gondolkodás, megértés előadás meghallgatásával, illetve egyéni tanulással elérhető szintjei.
34. A jegyzetkészítés előnyei.
35. A felejtés törvényei. Ebbinghaus görbéje. Az értelmes és „magolós” tanulás görbéje.
36. A konstruktivista tanuláselmélet főbb elemei.
37. Frustráció, agresszió, elhárító mechanizmusok, a stressz oldása. Konfliktuskezelés. (1;4)
38. A börtönkísérlet c. film elemzése.
39. A személyiség fogalma, régi és modern elméletek. Az érett személyiség. Aszketizmus – hedonizmus. (1;4) /
40. A stressz. Arousal és teljesítmény összefüggései, mentális erőfeszítés hatása,
41. A stressz káros hatásai ellen védő faktorok.(1) A stressz élettani hatásai.
42. Svédország egészségpolitikájának főbb szempontjai. Kiemelve az első pont és a stressz összefüggéseit.
43. A rosszul feldolgozott stressz következményei. Hogyan befolyásolja a depressziót a kor és az iskolázottság?
44. Hamvas B. gondolatai a társadalmi stresszről.
45. A konfliktuskezelés sémája. Mire figyeljünk/mit gondoljunk konfliktushelyzetben?
46. Mit jelent a „cooping”? Durkheim értelmezése, a megküzdés társadalmi vetülete.
47. Megküzdési stratégiák. Az érzelemközpontú megküzdés és az elhárító mechanizmusok kapcsolata az Ön egyéni elemzése alapján, saját példa bemutatásával. Pl: a zárthelyi kihívására adott válaszának elemzése.
48. A tanári szerep feszültségének okai, mit tegyünk a csökkentése érdekében?
49. Mi az előnye és mi a hátránya az elhárító mechanizmusok működésének? (2)
50. Mi a kultúra, mit jelent a szocializáció? Milyen funkciói vannak a nyelvnek? (1)
51. Csíkszentmihályi M.: a szívesen végzett feladat, flow. Viktor Frankl alapvetései.
52. Személyiség, személyiségtípusok, a személyiség fejlesztésének lehetőségei. (1;4)
53. Reális és ideális én. Énkép és teljesítmény viszonya. Carl Rogers szemlélete. (1;4)
54. Carl Rogers: It's me. (5)
55. Fejlődéelméletek összehasonlítása Freud, Piaget, Erikson, Kohlberg (1;4)
56. Az identitás fogalma, főbb kérdései (1;4)
57. Miért kevesebb az identitás konfliktus és a pszichés(neurotikus) feszültség a törzsi társadalmakban?
58. Melyek az identitás alapelemei?
59. Melyek a sikeres életutak pszichés jellemzői? Melyek jellemzik Önt ma ezek közül, melyek kevésbé?

60. A serdülőkor jellemzői. Lewin, Havinghurst (1)
61. Kurt Lewin szerint mivel magyarázható a serdülők radikalizmusa?
62. Miben bizonytalan a serdülő? Hogyan csökkenthető az új szerep bizonytalansága?
63. A lelki egészség feltételei.
64. Milyen pszichológiai jellemzői vannak a sikeres csoportoknak?
65. Melyek az erős nemzeti identitással rendelkező európai országok? Sikeresek-e ezek?
66. Milyen következményekkel jár, ha egy csoport önbecsülése meggyengül?
67. A pszichés zavarok identitással összefüggő okai.
68. Hogyan és mire használják a vállalatok az identitást?
69. Adler vélekedése a közösségi összetartozás érzéséről. Mi az individualizmus ára?
70. Melyek az iskola feladatai az identitás fejlesztésében?
71. A tanuláshoz szükséges belső állapot bemutatása. (3)
72. A tanuláshoz szükséges külső körülmények elemzése. (3)
73. A tanulást segítő módszerek ismertetése. (3)
74. Az érzelmek funkciói (1)
75. A figyelem szerepe az észlelésben, a tanulásban. A tudat funkciói (1;4)
76. A kondicionálás típusai. Milyen feladatok tanulhatók ezekkel a módszerekkel?(1;4)
77. Az intelligencia értelmezése. Mit mér az IQ? (1;4)
78. A pályaválasztás. A pályaválasztásban meghatározó életkori szakaszok tartalma Szuper szerint.
79. Pályaorientáció, pályaszocializáció, pálya-identifikáció értelmezése. (1;4)
80. Milyen családi jellemzők hatnak erősen a pályaválasztásra, pálya-identifikációra.
81. Melyek a sikeres pályaválasztás feltételei?
82. Az egyéni karakter és a pályaválasztás kapcsolata Jung szerint.
83. Kötődés, kötődési zavarok. Harlow majomkísérletei (1;4) /pót Zh-ra/

### **Irodalom:**

1. N. Kollár Katalin – Szabó Éva (szerk.): Pszichológia pedagógusoknak, Osiris, Bp. 2004
2. Fehér Irén (szerk.): Pedagógia és pszichológia szöveggyűjtemény, Comenius Bt. Pécs 2001
3. Oroszlány Péter: Könyv a tanulásról AKG Kiadó Bp. 1997
4. Atkinson: Pszichológia, Osiris-századvég Bp. 1994
5. C. Rogers: It's me (Ilyen vagyok), intranet
6. Suplicz Sándor: Pszichológiai értelmező szótár /segédlet/ BMF BGK MPI, intranet
7. E. A. Bennet: Az igazi Jung (1;2;3 fejezet) Animula Egyesület. Bp. 1999