

Tekstovi i pitanja:

Jakov se već neko vrijeme osjeća tjeskobno, nervozan je i raspoloženje mu se često mijenja. Odlučio je posjetiti psihologa koji mu kaže da će se tijekom razgovora usmjeriti na otkrivanje načina na koji on prima i obrađuje informacije iz okoline. Ispitat će i kako te informacije rabi pri pamćenju, mišljenju, rješavanju problema, donošenju odluka i sl. To je važno jer način na koji primamo, obrađujemo i rabimo informacije utječe na naše doživljavanje i ponašanje. Psiholog je zamolio Jakova da mu za početak opiše kako se osjeća, što misli i koji mu se simptomi javljaju u određenim situacijama.

1. Koji teorijski pravac (pristup) prakticira psiholog kojega je Jakov posjetio?
2. Koja se grana psihologije bavi ovom vrstom problema?
3. Koju istraživačku metodu psiholog rabi kada od Jakova traži da opiše svoje misli, osjećaje i simptome?
4. U koju vrstu psihičkih procesa spadaju pamćenje i mišljenje?
5. Psiholozi u praksi u svojem radu primjenjuju spoznaje iz znanstvene psihologije i rabe znanstveni pristup u rješavanju praktičnih problema. Usporedite znanstveni i laički pristup u objašnjavanju psihičkih procesa, osobina i ponašanja.

Umorna i gladna Tina se vraća kući. Razmišlja o sutrašnjem cjelodnevnom vježbanju klavira pred važan nastup koji je vrhunac njezine karijere. Voli glazbenu školu i rado vježba. Ima mnogo dobrih prijatelja glazbenika koji je poštuju i cijene. Odjednom osjeti hladnoću. Vadi kapu iz torbe i nasmije se jer joj je tata opet stavio zelenu, a ne crvenu koju je tražila. Kapa na glavi je bocka, ali na sreću uskoro je prestaje osjećati. Primjećuje da joj ususret ide pas bez ogrlice i osjeti strah. U tom trenutku zazvoni joj mobitel, poseže rukom u džep i javlja se. Na telefonskoj liniji je njezin dečko. Osjeća kako joj cijelo tijelo treperi i zbiva se cijeli val promjena. Poziva je sutra na izlet. Divno, ali onda se sjeti koncertnoga nastupa. I što sada?

6. Kako se naziva područje u kori velikoga mozga u kojem nastaje osjet hladnoće?
7. Koji vidni poremećaj najvjerojatnije ima Tinin otac?
8. Kako se naziva pojava kada nakon nekoga vremena prestanemo osjećati odjevni predmet na sebi?
9. Kako se zove psihički proces koji Tini „omogućuje” da vidi i prepozna psa?
10. U koju skupinu emocija spada strah?
11. O čemu ovisi hoće li čovjek doživjeti strah pri susretu sa psom?
12. Pronađite u tekstu barem dva primjera aktivnosti koji ukazuju na intrinzičnu motiviranost.
13. Pronađite u tekstu barem dva psihosocijalna (stečena) motiva koje Tina zadovoljava.
14. U kojem režnju velikoga mozga Tina čuje zvuk mobitela?
15. Odredite koji se sukob motiva spominje na kraju teksta.
16. Opišite funkciju perifernoga živčanoga sustava pri doživljavanju emocija.
17. Tri Tinine potrebe ili motiva koji se spominju u tekstu poredajte u skladu s hijerarhijom motiva Abrahama Maslowa. Za svaku razinu dovoljno je navesti jednu potrebu ili motiv.

Jana ima poteškoća s učenjem. Smatra da ima loše pamćenje te da zato ne može usvojiti nove školske sadržaje. Dobila je niz jedinica i sada joj već i samo približavanje školskoj zgradi uzrokuje strah. Roditelji su joj u početku prigovarali, ali ona bi se svaki put počela derati i plakati pa su ubrzo odustali od prigovaranja. Jana u plesnoj školi postiže izvanredne uspjehe. Njezine plesne kreacije su uvijek najmaštovitije i originalne. Najbrže nauči nove plesne korake koje trenerica pokazuje.

18. Kako se naziva proces kojim objašnjavamo da samo približavanje školskoj zgradi kod Jane izaziva strah?
19. Kojom su se metodom učenja roditelji „odučili” od prigovaranja?
20. U kojoj vrsti dugoročnoga pamćenja Jana ima pohranjene plesne korake?
21. Koja se dva Janina obrambena mehanizma spominju u tekstu?
22. Kojoj Janinoj sposobnosti (osobini) pripisujemo njezine uspješnosti u plesu?
23. Kako se naziva tip mišljenja koji Jani omogućuje osmišljavanje velikoga broja različitih koreografija?
24. Kako se zove metoda učenja kojom Jana usvaja nove plesne korake koje joj pokazuje trenerica?
25. Primjenjujući svoja znanja iz područja učenja i pamćenja, trima savjetima objasnite Jani kako će poboljšati školski uspjeh.

Ivan i Antun su braća. Roditelji su vrlo rano primijetili da se njihovi sinovi razlikuju u svojim reakcijama. Ivan je oduvijek vrlo burno i eksplozivno reagirao, a Antun je smiren i vrlo rijetko gubi nadzor nad svojim ponašanjem. Čitali su da su te razlike u velikoj mjeri određene nasljeđem. Također, nedavno su uočili i druge promjene u njihovome ponašanju. Kada su ove godine Ivanu rekli da za Svetoga Nikolu stavi čizmicu na prozor, on se nasmijao i rekao da zna da oni stavljaju čokolade. Zaključili su da je on polaskom u školu postao već zreli dječak. Primijetili su i da Antun sve više vremena provodi vani sa svojim prijateljima, a kad je kod kuće uglavnom je u svojoj sobi. Vrlo je kritičan prema odraslima i smatra da su često licemjerni i nemoralni. Pokušaji roditelja da ga uvjere da je u životu važan kompromis i realnost, bezuspješni su.

26. U kojem se razdoblju spoznajnoga razvoja nalazi Ivan prema istraživaču Jeanu Piagetu?
27. U kojem se razvojnome razdoblju nalazi Antun?
28. Kako se naziva osobina po kojoj se Antunovo i Ivanovo ponašanje razlikuju već od vrlo ranih dana života?
29. Kako se naziva Antunov kritički stav prema odraslima i njihovoj sklonosti da u životu rade kompromis i budu realni?
30. U prenatalnome razvoju na plod utječu i okolinski činitelji. Objasnite trudnicama tri različita okolinska činitelja koji mogu biti rizični u trudnoći.

Točni odgovori:

Na pojedinim mjestima je u zagradama nakon točnog odgovora ili ispod odgovora naveden broj bodova koje odgovor na određeno pitanje nosi.

1. Kognitivni pravac (pristup) (2)

2. Klinička psihologija, savjetodavna psihologija (2)

3. Introspekcija, samoopažanje (2)
Opažanje (1)

4. Kognitivni (spoznajni) procesi (2)

5. Problemi kojima se bavi psihologija su zanimljivi mnogim ljudima. Logično razmišljanje ne dovodi uvijek do uspješnog predviđanja ponašanja pojedinaca. Za razliku od toga znanstvena psihologija temelji se na rezultatima empirijskih istraživanja. U pravilu istraživači provode veći broj istraživanja čime dodatno potvrđuju ili ispravljaju svoje teorije. Često se rezultati psiholoških istraživanja ne podudaraju sa racionalnim razmišljanjem ili psihologiziranjem prosječnog čovjeka. Glavne karakteristike znanstvene psihologije su: objektivnost preciznost i pouzdanost. Psihologija kao znanost bavi se samo problemima koje je moguće znanstveno istražiti i provjeriti.

3 boda - Odgovor zadovoljava zahtjevima pitanja. Logično je strukturiran, sadržajan i usmjeren na pitanje.

2 boda - Pitanje je djelomično odgovoreno. Npr. znanstveni pristup je točno objašnjen, ali razlika između znanstvene i svakodnevnice psihologije nije precizirana.

1 bod - Sličnosti i razlike su točno imenovane (identificirane) bez dodatnog objašnjenja.

0 bodova - Odgovor ne zadovoljava standard koji je opisan u rasponu 1–2.

6. Senzorno područje; područje tjelesnih osjeta (2)

Područja koja se nalaze u tjemenu reznju; senzorički centar (1)

7. Sljepoća za boje; daltonizam(2)

Nemogućnost razlikovanja boja (1)

8. Osjetna adaptacija; osjetna prilagodba (2)

Adaptacija; prilagodba; navikavanje; gubitak osjeta (1)

9. Percepcija, opažanje (2)

Kognitivni proces (1)

10. Primarne emocije; jednostavne emocije; osnovne emocije (2)

Neugodne; negativne; urođene (1)

11. O kognitivnoj (spoznajnoj) procjeni; o iskustvu; o učenju (2)

Izgleda li nam pas opasan; o raspoloženju; boji li se psa (1)

12. Vježbanje klavira; koncertni nastup; izlazak s dečkom (navedene dvije aktivnosti) (2)

Naveden samo jedan primjer aktivnosti (1)

13. Imenovanje motiva: motiv za postignućem; motiv za društvom; motiv za poštovanjem; motiv za ljubavlju i pripadanjem ili primjeri koji ukazuju na psihosocijalne motive (navedena dva motiva ili aktivnosti) (2)

Naveden jedan od motiva ili aktivnosti (1)

14. Sljepoočni režanj; temporalni režanj (2)

Bočni režanj; postranični režanj (1)

15. Sukob istovremenog privlačenja i odbijanja (želi na izlet, ali je odbija to što mora vježbati) ili dvostruki sukob istovremenog privlačenja (želi na izlet i želi vježbati) (2)

Opis sukoba (npr. izlet i vježbanje) (1)

16. Doživljavanje emocija praćeno je pojačanom aktivacijom vegetativnog živčanog sustava i to njegovog dijela koji nazivamo simpatikus. Ta aktivacija ima za posljedicu cijeli fizioloških promjena poput ubrzanog kucanja srca, povećanja krvnog tlaka, ubrzanog disanja, usporavanja probave.

Svrha tih promjena je stvoriti dovoljnu količinu energije kako bi se čovjek tj. njegov organizam mogao lakše suočiti sa situacijom koja nam izaziva određene emocije.

3 boda - Odgovor zadovoljava zahtjeve pitanja. U tekstu je jasno opisano koji dio perifernog sustava se aktivira, nabrojane promjene nastaju i koja im je svrha.

2 boda - Pitanje je djelomično odgovoreno. U tekstu je navedeno koji dio sustava se aktivira, nabrojane su 1-2 promjene i nije do kraja jasna njihova svrha; navedeno koji dio sustava se aktivira, nabrojane su promjene, ali ne i njihova svrha; navedeno koji dio sustava se aktivira i koja je svrha aktivacije, ali nisu nabrojane su promjene.

1 bod - Odgovor je djelomično povezan sa pitanjem. U tekstu je samo opisano koji dio perifernog sustava se aktivira ili su samo nabrojane promjene nastaju ili je samo navedena svrha aktivacije.

0 bodova - Odgovor ne zadovoljava standard koji je opisan u rasponu 1-2.

17. Učenici mogu navesti različite potrebe i motive koji odgovaraju trima razinama

Maslowljeve hijerarhije motiva:

fiziološke potrebe: umorna je; gladna je; hladno joj je

potrebe za sigurnošću: ima kuću (stan)

ljubav i pripadanje: dečko; dečkov poziv; prijatelji iz glazbene škole

potrebe za poštovanjem: prijatelji je poštuju i cijene

samoaktualizacija: koncertni nastup

3 boda - Odgovor zadovoljava zahtjeve pitanja. Određeni su motivi i potrebe koji od zadovoljavaju 3 različite razine hijerarhije motiva Abrahama Maslowa. Moguća je bilo koja kombinacija od gore navedenih razina i motiva.

2 boda - Pitanje je djelomično odgovoreno. Određeni su motivi i potrebe koji od zadovoljavaju 2 različite razine hijerarhije motiva Abrahama Maslowa. Moguća je bilo koja kombinacija od gore navedenih razina i motiva.

1 bod - Određeni su motivi i potrebe koji od zadovoljavaju 1 razine hijerarhije motiva Abrahama Maslowa.

Točno su navedene sve potrebe i motivi, ali nisu imenovani prema hijerarhiji motiva Abrahama Maslowa

0 bodova - Odgovor ne zadovoljava standard koji je opisan u rasponu 1-2.

18. Generalizacija (2)

Klasično uvjetivanje (1)

19. Operantno uvjetovanje (kondicioniranje) ; instrumentalno uvjetovanje (kondicioniranje) (2)

Uvjetovanje (kondicioniranje); potkrepljenje (1)

20. Proceduralno pamćenje; nedeklarativno pamćenje; motoričko pamćenje (2)

Pamćenje vještina (1)

21. Kompenzacija, regresija, racionalizacija, agresija (navedena dva obrambena mehanizma) (2)

Naveden samo jedan obrambeni mehanizam ili dva opisa ponašanja koji ukazuju na obrambene mehanizme (1)

22. Kreativnost; stvaralaštvo; tjelesno-kinstetička inteligencija (2)

Maštovitost; talent; originalnost; darovitost (1)

23. Divergentno mišljenje; mišljenje koje ide u različitim smjerovima

Mišljenje kod kojeg nema jednog točnog rješenja (1)

24. Učenje po modelu, modeliranje; metoda učenja opažanjem drugih (2)

Socijalno učenje, imitacija, opašanje; metoda promatranja; (1)

25. Učenici mogu navesti veliki broj različitih savjeta. Na primjer:

Prilikom učenja uvidjeti bitne informacije i njih povezati u smislenu cjelinu.

Napraviti unaprijed plan aktivnosti u kojem će se veliki i zahtjevni poslovi raščlaniti na manje, lakše savladive zadatke. To skraćuje vrijeme učenja i povećava motivaciju.

Nakon ispunjena zadanog plana nagraditi se nekom malom nagradom (sladoled, razgovor s prijateljicom) jer to povećava osjećaj zadovoljstva.

Gradivo treba dobro naučiti i nekoliko puta ponoviti kako bi se čovjek mogao sjetiti istih informacija u stresnim situacijama.

Korištenje neke mnemotehničke metode – npr. pamćenje prvih slova nekog niza riječi koje trebamo zapamtiti. Time olakšavamo pamćenje.

Izbjegavati situacije koje će dovesti do pojave proaktivne ili retroaktivne interferencije jer smanjuju učinkovitost pamćenja.

3 boda - Odgovor zadovoljava zahtjeve pitanja. U tekstu su jasno identificirana 3 savjeta za uspješno učenje.

2 boda - Pitanje je djelomično odgovoreno. U tekstu su identificirana 2 točna savjeta za uspješno učenje ili 3 savjeta su navedena ali ona nisu potpuno točna ili jasna.

1 bod - 1 savjet je točno naveden ili su navedena 2 savjeta ali oni nisu potpuno jasni i točni. (npr. izbjegavati retroaktivnu interferenciju bez navođenja što je to i učiti sa razumijevanjem bez navođenja što to točno znači)

0 bodova - Odgovor ne zadovoljava standard koji je opisan u rasponu 1-2.

26. Razdoblje konkretnih operacija (2)

U trećem razdoblju kognitivnog razvoja prema Piagetu od 7 do 11 godine; operacijsko razdoblje; operacionalno razdoblje; razdoblje konkretnosti (1)

27. Adolescencija; mladenaštvo (2)

Pubertet; razdoblje formalnih operacija (1)

28. Temperament (2)

Način emocionalnog doživljavanja i pokazivanja emocija; narav (1)

29. Mladenački idealizam; mladenačko idealiziranje (2)

Idealizam (1)

30. Učenici mogu navesti veliki broj različitih savjeta. Na primjer:

Izbjegavati stres i negativne situacije – negativne emocije dovode do fizioloških reakcija organizma i ove fiziološke reakcije mogu dovesti do negativnih posljedica jer smanjuju opskrbu ploda kisikom.

Izbjegavati nezdravu hranu jer stvari koje majka uzima preko posteljice dolaze do ploda te utječu na njegov razvoj.

Ako majka konzumira drogu za vrijeme trudnoće, dijete se rađa kao ovisnik jer sve stvari preko posteljice dolaze do ploda.

Konzumiranje alkohola tijekom trudnoće može dovesti do fetalnog alkoholnog sindroma – djeca se rađaju s teškim psihofizičkim oštećenjima.

Pušenje smanjuje dovod kisika do ploda te novorođenčad može biti manje porođajne težine. Izbjegavati zračenja jer mogu dovesti do psihofizičkog oštećenja djeteta.

Izbjegavati opasne sportove jer mogu dovesti do pobačaja ili prijevremenog poroda.

Izbjegavati dodir sa virusima i bakterijama zbog psihofizičkog oštećenja djeteta posebno u fazi embrionalnog razvoja.

3 boda - Odgovor zadovoljava zahtjeve pitanja. U tekstu su jasno identificirana 3 savjeta i objašnjena najmanje 2 savjeta za smanjenje rizika u trudnoći .

2 boda - Pitanje je djelomično odgovoreno. U tekstu su jasno identificirana i objašnjena 2 savjeta za smanjenje rizika u trudnoći; navedena su tri savjeta, a objašnjen je samo jedan.

1 bod - 1 savjet je točno naveden i objašnjen ili su navedena 2 savjeta ali oni nisu potpuno jasno i točno objašnjeni (npr. ne jesti čips jer je nezdrav); samo su navedena 3 savjeta bez objašnjenja.

0 bodova - Odgovor ne zadovoljava standard koji je opisan u rasponu 1-2.