

SOCIÁLNÍ PSYCHOLOGIE

JARO 2019

MGR. ZUZANA KROČÁKOVÁ

CÍLE

Naučit se přemýšlet o sobě a o pedagogických situacích a lépe jim porozumět s využitím psychologických poznatků.

Proč?

Abyste se snáze stali takovým pedagogem, jakým chcete být.

Abyste si našli si vlastní cestu, jak věci dělat, na níž budete spokojeni.

DOCHÁZKA

- ☛ Můžete mít JEDNU absenci, jejichž důvody mohou být jakékoli a nemusíte se omlouvat.
- ☛ Pokud se nemůžete zúčastnit svého semináře, můžete si jej přijít nahradit do jiné seminární skupiny bez předchozího ohlášení. (začínáme sudým týdnem)
- ☛ Semináře se konají v úterý 8.00 a v 11.00 v uč. 58
- ☛ Pokud by měla vaše absence překročit povolenou, informujte mne o tom do 14 dnů od této absence a požádejte si o zadání náhradní práce na

PRÁCE V SEMINÁŘI

Aby byl seminář opravdu seminářem, přeju si

...abyste byli přítomni pozorností i myšlenkami.

...abyste přemýšleli, diskutovali, ptali se a oponovali.

...abyste přinášeli svá témata, zkušenosti, názory, postřehy.

...abyste byli otevření, vytvářeli si názory a přijímali nové úhly pohledu na známé věci.

...abyste si chtěli něco odnést, ne jen sedět.

OZVĚTE SE, POKUD...

... mluvíme o něčem, co už jste probrali jinde.

... mluvíme o něčem, co vám připadá nepoužitelné, moc teoretické, bez kontaktu s praxí.

...vám to nedává smysl.

...nesouhlasíte či máte jinou zkušenost.

PTEJTE SE, POKUD...

... nerozumíte.

... chcete jít víc do hloubky.

... chcete téma propojit se svou zkušeností.

PREKONCEPTY (volné psaní)

Čím se (podle vás) zabývá sociální psychologie?

Jaká jsou její témata, která zkoumá?

Co z ní můžete využít?

PREKONCEPTY (s nápovědou)

Co z toho, co jste viděli ve videu, je objektem zkoumání sociální psychologie?

AKTIVITZACE losováním jmen

inspirace metodou Dylana Wiliama
další techniky v

zkrácená verze:

<https://youtu.be/boTTgeSn7ys>



Zátěžové situace

ZÁTĚŽOVÉ SITUACE

Co to je?

= náročné situace, které ke svému zvládnutí vyžadují zvýšené úsilí a které jsou doprovázeny silnými emocemi.

FRUSTRACE

DEPRIVACE

STRES

NÁROČNÉ ŽIVOTNÍ SITUACE (komplexní)

FRUSTRACE

Co to

je?

Stav, vznikající ze skutečnosti, že jedinec nemohl náležitě uspokojit své potřeby.

Frustrace se projevuje
nepříjemnými pocity →
nutnost reagovat



EMOČNÍ ZÁTĚŽ

Co s ní?

Řízené (vědomé) odžití emocí

MARSHMALLOW TEST

Na základě videa i vlastních zkušeností a znalostí dejte do souvislostí následující pojmy:

FRUSTRACE

POTŘEBY

FRUSTRAČNÍ TOLERANCE

POCITY

OKAMŽITÉ USPOKOJENÍ

SLAST

ODMĚNA

NEPŘÍJEMNÉ

SEBEKONTROLA

MARSHMALLOW TEST

- ★ 94 dětí ze školky Stanfordovy univerzity
- ★ 60. léta 20. století
- ★ vysledován vliv na životní úspěšnost

DNEŠNÍ POHLED: <https://psychologie.cz/marshmallow-test-v-opravne/>

REAKCE NA FRUSTRACI

*agrese obrácená ven

*agrese obrácená dovnitř

*racionalizace

*projekce

*únik

*kompenzace

*vytváření póz, masek

*náhradní cíl

*rezignace

*regrese/transgrese

*identifikace

*substituční chování

více v **Řezáč Jaroslav: Sociální psychologie**