

מבוא לפסיכולוגיה – תכנית לימודים ייחודית למכינה ייעודית

שנה"ל: תשע"ח

היקף: 4 ש"ש

מרצה: ד"ר דביר קוה

מספרי הקורס: 96-090-16; 96-090-17

מטרות הקורס

1. להקנות לסטודנטים מושגי יסוד מתחום מדע הפסיכולוגיה, אשר יסודרו וירוכזו לפי נושאים שונים, ויגעו הן בצד המחקרי על התפתחותו במאה ועשרים השנים האחרונות והן בפן היישומי לחיי היום יום. הסטודנטים ייחשפו לצורות ניתוח תהליכים ואירועים בתחום היחסים בין פרטים במצבים ומסגרות שונות.
2. להביא בפני הסטודנט את החידושים וההתפתחויות האחרונות בתחום התיאוריה והמחקר בפסיכולוגיה החיובית.
3. יעשה שימוש במצגות, סרטונים לימודיים, ודיון קבוצתי מעמיק.

תכנית סמסטר א'

פסיכולוגיה חיובית

- מהו הזרם החדש של הפסיכולוגיה החיובית, האם הוא מדע? במה הוא שונה מספרי העזרה העצמית האינטואיטיביים.
- מהן התכונות השונות בהן מתמקד המחקר בתחום זה, האם אנו נולדים איתן או לומדים אותן, והאם ניתן לאמן ולפתח אותם אצל בני-אדם שאצלם תכונות אלו פחות מפותחות.
- מיקוד במספר תכונות מצומצם, תוך חשיפה למחקרים עכשוויים הבוחנים את השפעתן.

הפסיכולוגיה בחינוך

מה מייחד את הפסיכולוגיה מתחומי דעת אחרים?

התפתחותה של הפסיכולוגיה המודרנית

במה עוסקים הפסיכולוגים?

היסודות הביולוגיים והאבולוציוניים של ההתנהגות

תורשה והתנהגות – אבולוציה ובררה טבעית, שונות בגנוטיפ האנושי
פעילות מערכת העצבים – הנירון, פוטנציאל פעולה, הולכה סינפטית, נוירורנסמיטרים
ותפקידיהם במערכת העצבים.
ביולוגיה והתנהגות – שיטות לחקר המוח, מערכת העצבים, מבני המוח ותפקידיהם, צדיות
המיספרית, המערכת האנדוקרינית.

חישה ותפיסה

הכרת העולם דרך מערכת החושים – מאירועים פיזיקליים לאירועים מנטליים.
מערכת הראיה, מערכת השמיעה וחושים אחרים
תהליכי ארגון התפיסה – תהליכי קשב
תהליכי זיהוי והיכר – מגנוני מלמטה-למעלה ומלמעלה-למטה

מודעות ומצבי תודעה אחרים

תוכני התודעה, תפקידי התודעה, שינה וחלומות, סמים המשנים את מצב התודעה

למידה וניתוח התנהגות

חקר הלמידה – מהי למידה, ביהביוריזם
התניה קלאסית – למידה של אותות מנבאים
התניה אופרנטית- למידה של תוצאות

זיכרון - פרק ללמידה עצמאית

תהליכים קוגניטיביים

חקר הקוגניציה, שימוש בשפה, קוגניציה חזותית
פתרון בעיות והסקה, שיפוט וקבלת החלטות – קיצורי דרך בחשיבה

תכנית סמסטר ב'

קוגניציה חברתית ויחסים חברתיים, תהליכים חברתיים, חברה ותרבות

הבניית המציאות החברתית – תיאוריית הייחוס, טעות הייחוס הבסיסית, הטיות בשירות העצמי, ציפיות ונבואות המגשימות את עצמן.

עמדות, שינוי עמדות, ותהליכי שכנוע.

דעות קדומות-כיצד נוצרות וכיצד ניתן לשנותן, השפעותיהם של סטריאוטיפים.

יחסי חיבה ואהבה

כוחו של המצב – תפקידים וכללים, נורמות חברתיות, קונפורמיות, קבלת החלטות בקבוצה

אלטרואיזם והתנהגות פרו חברתית

תוקפנות

רגשות (לקריאה עצמאית)

רגשות בסיסיים ותרבות, תיאוריות של רגש, תפקידי הרגש

הבנת אישיות

תיאוריות טיפוסים ותיאוריות תכונות, תכונות ותורשתיות

תיאוריות פסיכודינמיות

תיאוריות הומניסטיות

תיאוריות העצמי

הערכת אישיות

הפרעות פסיכולוגיות

מהו אבנורמלי, בעיית האובייקטיביות, סיווג הפרעות פסיכולוגיות

הפרעות חרדה, פוביות, הפרעה טורדנית-כפייתית

הפרעות במצב הרוח

הפרעות סכיזופרניה

חובות הקורס

1. נוכחות והשתתפות פעילה בשיעורים 10% מהציון.
2. עמידה בהצלחה בשני מבחנים, אחד לסמסטר, סה"כ 90% מהציון.

ביבליוגרפיה

- בייט-מרום, ר., אליס, ש., אשכנזי, מ., צמח, מ. (1988) שיטות מחקר במדעי החברה: עקרונות המחקר וסגנונותיו. האוניברסיטה הפתוחה, ישראל. יחידות 4-6 עמ' 47-58. (רשות)
- בר-אל, צ. ונוימאיר, מ. (1995) מפגשים עם הפסיכולוגיה, מפגש ראשון פסיכולוגיה כללית, חלק ב' מהדורה שניה: האוניברסיטה הפתוחה. (רשות)
- גריג, ריצ'ארד, ג', זימברדו, פיליפ, ג' (2010). מבוא לפסיכולוגיה, כרכים א-ב. האוניברסיטה הפתוחה. (חובה)
- הילגרד, א. ושות'. (1992). מבוא לפסיכולוגיה. אוצר המורה (2 כרכים). (רשות)
- קוה, ד. (2011). מבט הפסיכולוגיה החיובית על הערכת יופי ומצוינות: בניית שאלון ותיקופו, בחינת קשרים עם חוזקות נוספות ורווחה נפשית. חיבור לשם קבלת תואר "דוקטור לפילוסופיה", אוניברסיטת בר אילן, ישראל. (רשות)

Luthans F, Jensen S. M. (2002). Hope: A New Positive Strength for Human Resource Development. *Human Resource Development Review*, 1: 304

Masten, A. S., & Reed, M. J. 2002. Resilience in development. In C. R. Snyder & S.Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*: 74-88. Oxford, UK: Oxford University Press.

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character, strengths and virtues*. New York: Oxford University Press.

Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology An Introduction. *The American Psychological Association. Inc.* 55 (1): 5-14.