



Утвърдил: .....

Декан

Дата .....

## СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"

Факултет: **Философски**

Специалност: (код и наименование)

Ф	Ф	С	0	4	0	1	1	3
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Социология

### УЧЕБНА ПРОГРАМА

Дисциплина:

И	3	6	6
---	---	---	---

### ВЪВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЯТА

Преподавател: **Проф. И. Зиновиева**

Асистент: **Мартин Петров Янков**

Учебна заетост	Форма	Хорариум
Аудиторна заетост	Лекции	30
	Семинарни упражнения	30
<b>Обща аудиторна заетост</b>		<b>60</b>
Извънаудиторна заетост	Реферат	15
	Доклад/Презентация	15
	Научно есе	15
	Самостоятелна работа в библиотека или с ресурси	45
<b>Обща извънаудиторна заетост</b>		<b>90</b>
<b>ОБЩА ЗАЕТОСТ</b>		<b>150</b>
<b>Кредити аудиторна заетост</b>		<b>2</b>
<b>Кредити извънаудиторна заетост</b>		<b>3</b>
<b>ОБЩО ЕКСТ</b>		<b>5</b>

№	Формиране на оценката по дисциплината	% от оценката
1.	Участие в тематични дискусии в часовете	20%
2.	Две контролни работи по време на семестъра	60%
3.	Изпит	20%

### Критерии на оценяване

За оценка „Отличен“	Активно участие в почти всички занятията през семестъра, показани задълбочени знания по всички въпроси на контролните работи и изпита, добър стил на изложение на мателиала.
За оценка „Много добър“	Активно участие в голямата част от занятията през семестъра, показани са задълбочени знания по голямата част от въпросите на контролните работи и изпита, има несъществени пропуски, налице е добър стил на изложение на мателиала.
За оценка „Добър“	Активно участие в поне половината от занятията през семестъра, показани са основни знания по всички въпроси на контролните работи и

	изпита, има съществени пропуски, налице е добър стил на изложение на материала.
За оценка „Среден“	Активно участие в поне половината от занятията през семестъра, показани са минимално необходимите знания по въпросите на контролните работи и изпита, има редица съществени пропуски.

<b>Предварителни изисквания:</b>	
Няма	

<b>Анотация на учебната дисциплина:</b>	
<p>Да запознае студентите с основните феномени на психиката и начина, по който те участват в процесите на ученето и стимулирането на поведението. Да покаже как психологическите знания се използват в реалния живот и как на тяхна основа се формират знания и умения, как се планират и реализират политики за оптимизиране на поведението на участниците в учебния и възпитателния процес. Учебният материал е илюстриран с демонстрации, примери и дидактични игри.</p>	

<b>Очаквани резултати:</b>	
<p>Студентите придобиват умения да интерпретират наблюдаваното поведение в учебния процес, да изграждат адекватни хипотези за основните потребности и мотиви, които го пораждат, да разбират участието на Аза, емоциите и нагласите. Знанията по психология ще подпомогнат бъдещите експерти да планират политики за въздействие и търсене на адекватни мотиватори в посока на постигане на желани резултати.</p>	

#### *Учебно съдържание*

№	Тема:	Хорариум
1	Природа на психичното. Подходи към изследването на психиката. Основни психологически професии.	2 ч.л. + 2 ч.упр.
2	Алтернативни форми на съзнанието: сън и сънища, психоактивни вещества, медитация, хипноза.	2 ч.л. + 2 ч.упр.
3	Възприятие. Характеристики на възприятието. Осмисленост на възприятието.	2 ч.л. + 2 ч.упр.
4.	Видове памет. Загуба на паметта. Конструктивност на паметта. Начини за подобряване на паметта.	2 ч.л. + 2 ч.упр.
5.	Интелигентност. Генетични фактори и фактори на средата. Измерване на интелигентността. Тестове за интелигентност. Тестове за умствени способности.	2 ч.л. + 2 ч.упр.
6.	Поведение: основни схеми на поведението, стимулиране на поведението, формиране на желано поведение, манипулация на поведението.	2 ч.л. + 2 ч.упр.
7.	Контролна работа	2 ч.л. + 2 ч.упр.
8.	Преживявания. Настояния. Емоции. Видове емоции.	2 ч.л. + 2 ч.упр.
9.	Изразяване на емоциите и социален контрол върху емоциите. Чувства. Борба на чувствата. Последици от емоциите и чувствата.	2 ч.л. + 2 ч.упр.
10.	Емоционална регулация на поведението. Търсене на усещания. Хронично отлагане на задълженията. Неавтентична емоционалност.	2 ч.л. + 2 ч.упр.
11.	Аз и вътрешен свят на човека. Аз-концепция и самоуважение. Самоактуализация. Индивидуализация на Аза. Културна рамка на Аза.	2 ч.л. + 2 ч.упр.
12.	Песимизъм и оптимизъм.	2 ч.л. + 2 ч.упр.
13.	Стрес. Източници на стреса, начини за справяне със стреса, заболявания, причинени от стрес.	2 ч.л. + 4 ч.упр.

14.	Контролна работа	2 ч.л. + 2 ч.упр.
15.	Психотерапия. Основни школи в психотерапията. Ефективност на психотерапията.	2 ч.л. + 2 ч.упр.

**Конспект за изпит**

№	Тема:
1	Природа на психичното. Подходи към изследването на психиката. Основни психологически професии.
2	Алтернативни форми на съзнанието: сън и сънища, психоактивни вещества, медитация, хипноза.
3	Възприятие. Характеристики на възприятието. Осмисленост на възприятието.
4.	Видове памет. Загуба на паметта. Конструктивност на паметта. Начини за подобряване на паметта.
5.	Интелигентност. Генетични фактори и фактори на средата. Измерване на интелигентността. Тестове за интелигентност. Тестове за умствени способности.
6.	Поведение: основни схеми на поведението, стимулиране на поведението.
7.	Формиране на желано поведение – принципи и правила. Манипулация на поведението.
8.	Преживявания. Настоения. Емоции. Видове емоции.
9.	Изразяване на емоциите и социален контрол върху емоциите. Чувства. Борба на чувствата. Последици от емоциите и чувствата.
10.	Емоционална регулация на поведението. Търсене на усещания. Хронично отлагане на задълженията. Неавтентична емоционалност.
11.	Аз и вътрешен свят на човека. Аз-концепция и самоуважение. Самоактуализация.
12.	Индивидуализация на Аза. Културна рамка на Аза.
13.	Стрес. Източници на стреса, начини за справяне със стреса, заболявания, причинени от стрес.
14.	Песимизъм и оптимизъм.
15.	Психотерапия. Основни школи в психотерапията. Ефективност на психотерапията.

**Библиография**

**Основна:**

Зиновиева, И. (2011). *Личност и индивидуалност*. София: Издателство на Професионален център ЛМ.

Зиновиева, И. (2010). *Смисъл и смислова регулация на поведението*. София: Издателство на Професионален център ЛМ.

Сиймън, Д., Кенрик, Д. (2002). *Психология*. София: НБУ.

**Допълнителна:**

Андреева, Л. (съст.) (1999) *Хрестоматия по психология на познанието*. София: ЛИК.

Шулц, Д., Шулц, С. (2006). *История на модерната психология*. София: Наука и изкуство.

Дата: 10 февруари 2016 г.

Съставил: проф. И. Зиновиева