

Názov vzdelávacieho programu: PSYCHOLÓGIA PRE TRETÍ VEK

Ciele vzdelávacieho programu

Ciele vzdelávacieho programu Psychológia pre tretí vek možno rozdeliť na dve skupiny: Primárnymi cieľmi vzdelávacieho programu je vytvoriť frekventantom sumu vedomostí z vedného odboru psychológia, a to prostredníctvom vybraných psychologických vied, ktorým zodpovedajú jednotlivé predmety vzdelávacieho programu a vytvoriť, resp. zlepšiť prostredníctvom týchto vedomostí sociálno-psychologické zručnosti frekventantov v ich vlastnom živote. Sekundárnym cieľom vzdelávacieho programu by potom bolo zlepšiť prežívanie frekventantov v danej fáze ich života, a to napr. zmenami postojov k dôležitým oblastiam života (aktuálna vývinová fáza – starší dospelý vek, resp. staroba, sociálne vzťahy, zdravie a zdravý životný štýl, seberealizácia, možné psychické a somatické ochorenia a pod.).

Očakávané výsledky vzdelávania

Absolvent rozumie problematike základných a aplikovaných psychologických vied: Všeobecná psychológia (predmet Úvod do psychológie), Sociálna psychológia (predmet Základy sociálnej psychológie a Sociálno-psychologický výcvik), Psychopatológia (predmet Vybrané témy zo psychopatológie). Absolvent rozumie obsahu metakognícií a vie ich aplikovať vo vzťahu k vlastnej osobe, vie efektívne využívať stratégie týkajúce sa psychických procesov prebiehajúcich v bežných i problémových životných situáciách. Absolvent si uvedomuje vlastnú autonómiu, reflektuje v životných situáciách vlastnú identitu, uplatňuje efektívne komunikačné stratégie, dokáže zhodnotiť adekvátnosť vlastného životného štýlu a postojov, reflektuje získané vedomosti vo vlastnej koncepcii psychického zdravia, je efektívny v percepcii, prežívaní, hodnotení a udržaní sociálnych vzťahov, dokáže formulovať vlastné životné výzvy v súlade so svojimi potrebami a záujmami.

Požadované predchádzajúce skúsenosti

Nie sú požadované žiadne predchádzajúce skúsenosti

Systém a technické zabezpečenie výučby

Výučba frekventantov v rámci vzdelávacieho programu Psychológia pre tretí vek prebieha prostredníctvom štandardných foriem a metód v piatich semestroch, z ktorých každý je venovaný jednej z vybraných psychologických vied (Úvod do psychológie, Základy sociálnej psychológie, Sociálno-psychologický výcvik, Vybrané kapitoly zo psychopatológie). Vzdelávanie je realizované lektorom prostredníctvom siedmich stretnutí v rámci semestra, z ktorých každé je dotované časom 120 minút s prestávkou. Vyučovanie sa uskutočňuje každý druhý týždeň v semestri v popoludňajších hodinách. Vyučovacie hodiny sú realizované v seminárnej miestnosti Katedry pedagogickej a školskej psychológie Pedagogickej fakulty UKF č. 407 s kapacitou 36 miest, s 18 dvojmiestnymi lavicami, počítačom a pevne umiestneným dataprojektorom, mechanicky sťahovacím bielym premietacím plátnom, veľkoplošnou obrazovkou, zaťahovacou keramickou tabuľou a flipchartovým stojanom. Frekventanti majú samozrejme k dispozícii aj sanitárne vybavenie katedry. Vyučovanie prebieha najmä prostredníctvom prednáškových metód, ktoré sú dopĺňované prezentáciami, modelovaním a konkretizáciou, s následnou diskusiou s frekventantami k predmetnej problematike. Vyučovanie predmetu Sociálno-psychologický výcvik prebieha prostredníctvom metód aktívneho sociálneho učenia (tzv. zážitkové metódy).

Metódy záverečného hodnotenia

Požaduje sa minimálne 85%-ná účasť a aktivita na vyučovacích hodinách. Záverečné hodnotenie pozostáva z kolokviálnej skúšky pred príslušnou komisiou. Ku kolokviálnej skúške je pripustený frekventant, ktorý odovzdá záverečnú prácu, zodpovedajúcu obsahovo a formálne daným

náležitostiam. Kolokviálna skúška je verbálna a pozostáva z obhajoby záverečnej práce a diskusie zväčša na témy, ktoré sa týkajú obsahu záverečnej práce.

Profil absolventa študijného odboru Psychológia – Univerzita tretieho veku pri UKF v Nitre

Vedomosti

Absolvent si pamätá a rozumie teoretickým poznatkom základných a aplikovaných psychologických vied a dokáže ich použiť v bežných životných situáciách. Teoretické poznatky sú sýtené týmito oblasťami: Úvod do psychológie, Základy sociálnej psychológie, Sociálno-psychologický výcvik, Vybrané témy zo psychopatológie.

Zručnosti

Absolvent rozumie obsahu metakognícií a vie ich aplikovať vo vzťahu k vlastnej osobe a osobnosti. Absolvent pozná individuálne efektívne a aplikovateľné stratégie týkajúce sa psychických procesov prebiehajúcich v bežných i problémových životných situáciách. Absolvent pozná svoje osobnostné charakteristiky, typické prejavy správania v sociálnych situáciách, svoje slabé i silné stránky.

Kompetencie

Absolvent si uvedomuje vlastnú autonómiu a reflektuje vlastnú identitu, uplatňuje efektívne komunikačné stratégie, dokáže zhodnotiť adekvátnosť vlastného životného štýlu a postojov, uvedomuje si relatívnosť zdravia a choroby, je efektívny v sociálnych vzťahoch, dokáže formulovať vlastné životné výzvy v súlade so svojimi potrebami a záujmami.

INFORMAČNÉ LISTY VZDELÁVACÍCH BLOKOV

Informačný list vzdelávacieho bloku	
Názov VP: Psychológia pre tretí vek	
Názov VB: Úvod do psychológie	
Garant VP: doc. PhDr. Viktor Gatial, PhD.	
Lektor/i VB: doc. PhDr. Viktor Gatial, PhD.	
Obdobie štúdia VB: Ročník: 1. Semester: zimný	Forma výučby: Prednáška
	Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách) za VB: 7 stretnutí x 2 hodiny
Podmieňujúce VB: -	
Všeobecný cieľ VB: Poskytnúť frekventantom poznatky o jednotlivých témach všeobecnej psychológie s dôrazom na prípravu ku kritickému hodnoteniu ďalších odborných informácií zo psychológie, ktoré sú súčasťou štúdia i praxe.	
Vzdelávací štandard	Obsahový štandard VB:
	1. Predmet, základné kategórie psychológie, postavenie psychológie v systéme vied, biologická determinácia prežívania a správania, psychická regulácia správania. 2. Úvod do kognitívnej psychológie. Pozornosť, pociťovanie a percepcia. 3. Predstavy a fantázia. 4. Pamäť a učenie. 5. Myslenie, inteligencia, tvorivosť. 6. Motivácia, záťaž, správanie sa človeka v záťažových situáciách, coping. 7. Emócie a city.
	Výkonový štandard (výsledky vzdelávania) VB:
	Frekventant: 1. pozná postavenie psychológie v systéme vied, definuje základné psychologické kategórie, pozná princípy vedeckého prístupu v psychológii. 2. pozná, rozlišuje a definuje jednotlivé psychické javy (proces, stavy a osobnostné vlastnosti človeka). 3. pozná a rozlišuje záťažové situácie a copingové stratégie.
Metódy dosiahnutia výsledkov vzdelávania:	
Prednáška, prezentácia, modelovanie, konkretizácia, uvádzanie príkladov z praxe.	
Spôsob hodnotenia a ukončenia VB:	
Minimálne 85% účasť na prednáškach. Hodnotenie výsledku: prospel/neprospel udeľuje garant VB.	
Literatúra:	
ČEREŠNÍK, M., DOMANKUŠOVÁ, H., GATIAL, V., JUHÁSOVÁ, A. 2014. <i>Psychológia tretieho veku</i> . Nitra: UKF. ISBN 978-80-558-0551-1.	
VEREŠOVÁ, M. a kol. 2023. <i>Všeobecná psychológia</i> . Nitra: Enigma.	

Poznámky: VP = vzdelávací program ; VB = vzdelávací blok viazaný na príslušný semester

Informačný list vzdelávacieho bloku	
Názov VP: Psychológia pre tretí vek	
Názov VB: Základy sociálnej psychológie	
Garant VP: doc. PhDr. Viktor Gatíal, PhD.	
Lektor/i VB: Mgr. Andrea Juhášová, PhD.	
Obdobie štúdia VB: Ročník: 1. Semester: letný	Forma výučby: Prednáška
	Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách) za VB: 7 stretnutí x 2 hodiny
Podmieňujúce VB: Úvod do psychológie	
Všeobecný cieľ VB: Poskytnúť frekventantom poznatky o jednotlivých témach sociálnej psychológie s dôrazom získanie základných poznatkov o sociálnej psychológii ako vede a o začlenení človeka v systéme sociálnych vzťahov a jeho pôsobení v rámci mikro a makroštruktúry.	
Vzdelávací štandard	Obsahový štandard VB:
	1. Definícia a predmet sociálnej psychológie, postavenie sociálnej psychológie v systéme psychologických disciplín a história sociálnej psychológie. 2. Socializácia a sociálne učenie. 3. Sociálna percepcia a poznávanie. 4. Postoje, stereotypy, predsudky a ich zmeny. 5. Sociálna komunikácia. 6. Sociálne správanie – afiliácia, atraktivita, láska, agresia. 7. Prosociálne správanie, sociálne konflikty.
	Výkonový štandard (výsledky vzdelávania) VB:
	Frekventant: 1. pozná postavenie sociálnej psychológie v systéme vied, definuje predmet sociálnej psychológie, pozná vplyv hlavných psychologických škôl a smerov na sociálnu psychológiu. 2. pozná, rozlišuje a definuje jednotlivé sociálno – psychologické javy (socializácia, sociálne učenie, sociálna percepcia a poznávanie, postoje, stereotypy a predsudky). 3. pozná procesy sociálnej komunikácie a sociálneho správania.
Metódy dosiahnutia výsledkov vzdelávania: Prednáška, prezentácia, modelovanie, konkretizácia, uvádzanie príkladov z praxe.	
Spôsob hodnotenia a ukončenia VB: Minimálne 85% účasť na prednáškach. Hodnotenie výsledku: prosper/neprosper udeľuje garant VB.	
Literatúra: ČEREŠNÍK, M., DOMANKUŠOVÁ, H., GATIAL, V., JUHÁSOVÁ, A. 2014. <i>Psychológia tretieho veku</i> . Nitra: UKF. ISBN 978-80-558-0551-1. KOLLÁRIK, T. et al. 2003. <i>Sociálna psychológia</i> . Bratislava: UK. VEREŠOVÁ, M. a kol. 2007. <i>Sociálna psychológia. Človek vo vzťahoch</i> . Nitra: Enigma.	

Poznámky: VP = vzdelávací program; VB = vzdelávací blok viazaný na príslušný semester

Informačný list vzdelávacieho bloku	
Názov VP: Psychológia pre tretí vek	
Názov VB: Sociálno-psychologický výcvik	
Garant VP: doc. PhDr. Viktor Gatiaľ, PhD.	
Lektor/i VB: PaedDr. Lucia Rapsová, PhD.	
Obdobie štúdia VB: Ročník: 2. Semester: zimný	Forma výučby: seminár
	Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách) za VB: 7 stretnutí x 2 hodiny
Všeobecný cieľ VB: Programovo rozvíjať osobné kapacity, individuálny potenciál frekventantov a ich sociálne spôsobilosti v oblasti interpersonálnej percepcie, emočného sebvýjadrenia, interpersonálnej komunikácie, zvládania záťažových situácií a tvorivosti.	
Vzdelávací štandard	Obsahový štandard VB:
	1. Ciele, pravidlá a podmienky aktívneho sociálneho učenia. 2. Interpersonálna percepcia a poznávanie. 3. Emočné sebvýjadrenie. 4. Interpersonálna komunikácia, spätná väzba a jej pravidlá. 5. Zvládanie záťažových situácií. 6. Tvorivosť. 7. Záverečná sebareflexia, tvorba plánu osobného rozvoja.
	Výkonový štandard (výsledky vzdelávania) VB:
Frekventant: 1. pozná a charakterizuje ciele, pravidlá a podmienky aktívneho sociálneho učenia. 2. pozná a aplikuje poznatky o procesoch sociálnej percepcie a poznávania pri riešení modelových situácií. 3. pozná, akú rolu majú city a emócie v živote, identifikuje a funkčne vyjadruje vlastné city a emócie, pozná a aplikuje konštruktívne spôsoby zvládania negatívnych emócií. 4. pozná a aplikuje poznatky o procesoch sociálnej komunikácie a sociálneho správania pri riešení modelových situácií. 5. pozná a rozlišuje bariéry efektívnej komunikácie, pozná a aplikuje pravidlá spätnej väzby v komunikácii. 6. pozná príčiny, dôsledky i možnosti zvládania stresu v živote človeka, aplikuje zásady duševnej hygieny a relaxačné techniky. 7. pozná a diferencuje bariéry tvorivosti, pozná a aplikuje metódy na rozvíjanie tvorivosti v medziľudských vzťahoch. 8. pozná a aplikuje metódy sebareflexie pri záverečnom sebahodnotení a tvorbe plánu osobného rozvoja.	
Metódy dosiahnutia výsledkov vzdelávania:	
Metódy aktívneho sociálneho učenia	
Spôsob hodnotenia a ukončenia VB:	
Minimálne 85% účasť na prednáškach. Hodnotenie výsledku: prospel/neprospel udeľuje garant VB.	
Literatúra:	

ČEREŠNÍK, M., DOMANKUŠOVÁ, H., GATIAL, V., JUHÁSOVÁ, A. 2014. *Psychológia tretieho veku*. Nitra: UKF. ISBN 978-80-558-0551-1.

BRATSKÁ, M. 2000. *Metódy aktívneho sociálneho učenia a ich aplikácia*. Bratislava: UK.

BRINDZA, J. 1996. *Sociálna komunikácia*. Banská Bystrica: PF UMB.

BRUNOVÁ, T., ADAMCZYK, G. 2007. *Řeč těla - Přesvědčte svou mimikou, gesty a držením těla*. Praha: Grada.

HERMOCHOVÁ, S. 1989. *Metódy aplikovanej sociálnej psychológie*. Bratislava: Dom techniky.

HERMOCHOVÁ, S. 1991. *Metódy aplikovanej sociálnej psychológie IV*. Praha: UK.

HERMOCHOVÁ, S. 2004. *Hry pro dospělé*. Grada Publishing.

HUPKOVÁ, M. *Rozvíjanie sociálnych spôsobilostí v pomáhajúcich profesiách*. Bratislava: Iris.

Poznámky: VP = vzdelávací program; VB = vzdelávací blok viazaný na príslušný semester

Informačný list vzdelávacieho bloku	
Názov VP: Psychológia pre tretí vek	
Názov VB: Vybrané kapitoly zo psychopatológie	
Garant VP: doc. PhDr. Viktor Gatial, PhD.	
Lektor/i VB: doc. PhDr. Viktor Gatial, PhD.	
Obdobie štúdia VB: Ročník: 2. Semester: letný	Forma výučby: prednáška
	Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách) za VB: 7 stretnutí x 2 hodiny
Podmieňujúce VB: Psychológia zdravia	
Všeobecný cieľ VB: Cieľom predmetu je poskytnúť frekventantom poznatky o vybraných psychopatologických jednotkách s dôrazom na poznanie ich špecifík a diferenciačných kritérií.	
Vzdelávací štandard	Obsahový štandard VB:
	1. Vývinové poruchy 2. Poruchy z autistického spektra 3. Schizofrénie 4. Afektívne poruchy 5. Úzkostné poruchy, posttraumatické poruchy 6. Disociatívne poruchy 7. Poruchy osobnosti
	Výkonový štandard (výsledky vzdelávania) VB:
	Frekventant: 1. pozná charakteristiku nozologických jednotiek v psychopatológii. 2. pozná špecifiká nozologických jednotiek v psychopatológii. 3. diferencuje vybrané poruchy psychiky.
Metódy dosiahnutia výsledkov vzdelávania:	
Prednáška, prezentácia, modelovanie, konkretizácia, uvádzanie príkladov z praxe.	
Spôsob hodnotenia a ukončenia VB:	
Minimálne 85% účasť na prednáškach. Hodnotenie výsledku: prospel/neprospel udeľuje garant VB.	
Literatúra:	
ČEREŠNÍK, M., DOMANKUŠOVÁ, H., GATIAL, V., JUHÁSOVÁ, A. 2014. <i>Psychológia tretieho veku</i> . Nitra: UKF. ISBN 978-80-558-0551-1.	
OREL, M. 2012. <i>Psychopatologie</i> . Praha: Grada.	
SVOBODA, M., ČEŠKOVÁ, E., KUČEROVÁ, H. 2006. <i>Psychopatologie a psychiatrie</i> . Praha: Portál.	
VÁGNEROVÁ, M. 2012. <i>Psychopatologie pro pomáhající profese</i> . Praha, Portál.	

Poznámky: VP = vzdelávací program; VB = vzdelávací blok viazaný na príslušný semester