

Lektionsplanering

Årskurs: Gymnasiet

Ämne: Psykologi 1

Tema: De främsta psykologiska teoribildningarna

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll

Denna lektion fokuserar på de mest framträdande psykologiska teoribildningarna såsom psykoanalys, behaviorism, kognitiv psykologi och humanistisk psykologi. Vi kommer att utforska deras grundprinciper och hur de har bidragit till vår förståelse av mänskligt beteende och mental hälsa.

Kunskapskrav

Eleven ska kunna beskriva och jämföra centrala psykologiska teorier och deras tillämpningar inom området psykologi.

Lärarledda instruktioner

Introduktion till psykologiska teoribildningar (10 min)

- Definiera vad en teoribildning är och varför den är viktig inom psykologin.
- Översikt av de olika teoribildningarna som kommer att behandlas under lektionen.
- Syftet med lektionen och hur teorierna knyter an till praktiska tillämpningar.

Psykoanalys (15 min)

- Presentation av Sigmund Freuds psykoanalytiska teori.
- Diskussion om begrepp som det omedvetna, drömtolkning och försvarsmekanismer.
- Reflektera över teorins betydelse och kritik.

Behaviorism (15 min)

- Förklara vad behaviorism är och dess grundläggande principer (ex. klassisk och operant betingning).
- Diskutera viktiga personer inom behaviorismen, såsom B.F. Skinner

och John Watson.

- Exempel på tillämpningar av behavioristiska metoder i terapi.

Kognitiv psykologi och humanistisk psykologi (10 min)

- Beskriva vad kognitiv psykologi handlar om, inklusive fokus på tankar och perception.
- Presentation av humanistisk psykologi och dess betoning på individens potential och självkänsla.
- Diskutera skillnader mellan de två inriktningarna och deras tillämpningar.

Aktivitet

Eleverna delas in i små grupper för att utforska en specifik psykologisk teori. De ska presentera teoretiska grundprinciper och ge exempel på tillämpningar av dessa teorier. Användaren kan skriva "Aktivitet" så tar jag fram en fullständig aktivitetsbeskrivning.

Exit-ticket

- Vad är psykoanalys? Svar: En teori som fokuserar på det omedvetna och dess inflytande på beteende.
- Vem är en nyckelfigur inom behaviorismen? Svar: B.F. Skinner.
- Vad handlar kognitiv psykologi om? Svar: Den studerar tankar, minnen, och hur vi bearbetar information.
- Vad kännetecknar humanistisk psykologi? Svar: Betoningen på individens potential och betydelsen av att förstå subjektiva upplevelser.
- Ge ett exempel på hur behavioristiska metoder kan tillämpas. Svar: Användning av belöningar för att förstärka önskvärt beteende.

Hemuppgift

Eleverna får i uppgift att välja en psykologisk teori och skriva en kort uppsats (1-2 sidor) där de beskriver teorins grundprinciper, kritiska synpunkter och tillämpningar. Användaren kan skriva "Hemuppgift" så tar jag fram en färdig hemuppgift baserat på det förslag jag skrivit.

Citat

"The mind is everything. What you think you become." – Buddha, ca 500 f.Kr.
Detta citat anknyter till de psykologiska teoribildningarna genom att understryka vikten av våra tankar och hur de formar vår verklighet, något som kognitiv psykologi särskilt fokuserar på.

Nästa lektion

Vi ska gå djupare in på tillämpningar av psykologiska teorier inom terapi och behandling. Detta tema är relevant för att förstå hur teori omsätts i praktiska metoder för att hjälpa människor. Användaren kan skriva "Nästa" så tar jag fram en lektionsplanering baserat på mitt förslag.

Tags: [Lektion](#)