

Prov i Psykologi 2b

Prov i Psykologi 2b

Årskurs: Gymnasiet

Ämne eller kurs: Psykologi 2b

Tema: Emotioner och deras påverkan på lärande

Syfte

Syftet med provet är att bedöma elevernas förståelse för hur emotioner påverkar lärande och hur de kan hantera känslor i studiemiljöer.

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll

Undervisningen ska ge en förståelse för hur emotioner påverkar lärande och minne, samt hur känslor kan påverka motivation och prestation. Eleverna ska lära sig om teknik för att hantera och uttrycka känslor i studiemiljöer.

Kunskapskrav

Eleven kan beskriva hur känslor påverkar inlärningsprocesser och ge exempel på hur man kan hantera känslor för att förbättra lärande. Eleven kan också reflektera över sin egen emotionella utveckling och dess betydelse för studier.

Prov

Faktafrågor

1. Vilken typ av känsla kan ofta leda till ökad motivation i lärande?
 - A) Rädsla
 - **B) Glädje**
 - C) Kval

- D) Avsky
- 2. Vad kallas förmågan att förstå och hantera sina egna känslor och andras känslor?
 - A) Kognitiv förmåga
 - **B) Emotionell intelligens**
 - C) Social kompetens
 - D) Intellectuell kapacitet
- 3. Vilken effekt har stress på inläring?
 - A) Ingen effekt
 - **B) Negativ effekt**
 - C) Positiv effekt
 - D) Bara temporär effekt
- 4. Vilken strategi kan hjälpa vid känslor av nedstämdhet under studier?
 - A) Isolering
 - **B) Diskussion med andra**
 - C) Ignorera känslan
 - D) Öka arbetsbelastningen
- 5. Vad är en vanlig konsekvens av negativa känslor under prov?
 - A) Ökad självkänsla
 - **B) Försämrade prestation**
 - C) Förbättrad minnesfunktion
 - D) Snabbare studietakt
- 6. Vilken känsla är oftast kopplad till belöning och prestation?
 - **A) Glädje**
 - B) Rädsla
 - C) Bitterhet
 - D) Avsky
- 7. Hur kan man bäst hantera provstress?
 - A) Genom att skjuta upp studier
 - **B) Genom att träna avslappningstekniker**
 - C) Genom att studera mer intensivt
 - D) Genom att undvika att tänka på det
- 8. Vilken komponent är inte en del av emotionell intelligens?
 - A) Självmedvetenhet
 - **B) Självupptagenhet**
 - C) Social medvetenhet
 - D) Relationshantering
- 9. Vilken typ av känsla kan främja kreativitet i lärande?
 - A) Rädsla
 - **B) Nyfikenhet**
 - C) Skam
 - D) Avund
- 10. Vad innebär självreglering i kontexten av emotionell intelligens?
 - A) Att helt förneka sina känslor
 - **B) Att hantera och kontrollera sina känslor**

- C) Att öka sina känslomässiga reaktioner
 - D) Att visa inga känslor alls
11. Vilken av följande är en metod för att uttrycka känslor på ett konstruktivt sätt?
- **A) Att skriva dagbok**
 - B) Att hålla inne känslor
 - C) Att kritisera andra
 - D) Att förneka sina känslor
12. Vilken känsla kan ofta leda till prokrastinering?
- A) Entusiasm
 - **B) Rädsla**
 - C) Nyfikenhet
 - D) Glädje
13. Hur kan gruppdiskussioner hjälpa till att hantera känslor?
- A) Genom att förminska känslor
 - **B) Genom att erbjuda stöd och perspektiv**
 - C) Genom att avsluta diskussioner snabbt
 - D) Genom att undvika att prata om känslor
14. Vilken känsla kan stärka vår motivation att studera?
- **A) Glädje**
 - B) Trötthet
 - C) Frustration
 - D) Sorg
15. Varför är självmedvetenhet viktigt för lärande?
- A) Den minskar insikter
 - **B) Den ökar förståelsen av egna känslor och effekter**
 - C) Den förvirrar känslor
 - D) Den leder till ovisshet

Resonerande frågor

1. Beskriv en personlig upplevelse där dina känslor påverkade ditt lärande.
Syftet är att få eleverna att reflektera över sina egna erfarenheter och koppla dem till teorier kring lärande.
2. Hur kan emotionell intelligens integreras i klassrummet för att förbättra inlärning?
Frågan syftar till att få eleverna att tänka på praktiska tillämpningar i utbildning.
3. Vilken roll spelar känslor i grupparbete och hur kan man hantera negativa känslor?
Målet är att elever ska resonera kring dynamiken i grupparbete och att identifiera strategier för att hantera känslor.
4. Kan känslor vara en styrka i lärande, och i så fall hur?
Denna fråga uppmanar elever att se känslor från ett positivt perspektiv, utmanande dem att argumentera för detta.

5. Hur påverkar positiva känslor kreativiteten i lärande?
Frågan leder eleverna till att koppla känslor med kreativa processer och innovation.
6. Reflektera över hur dina känslor påverkar din motivation och prestation.
Elever ska fundera på sitt eget psykologiska tillstånd i relation till deras akademiska liv.
7. Vilken effekt har grupptillhörighet på känslor under lärande?
Elever får möjlighet att diskutera sociala aspekter av känslor i utbildning.
8. Kan självreglering av känslor leda till bättre prestation? I så fall hur?
Frågan uppmuntrar till att se kopplingen mellan emotioner och prestation.

Bedömning

Provets faktafrågor ger sammanlagt 15 poäng, där varje korrekt svar ger 1 poäng. De resonerande frågorna ger totalt 8 poäng, där varje välutvecklat svar ger 2 poäng. För att uppnå betyg:

- E: Minst 8 poäng totalt
- C: Minst 12 poäng totalt, varav minst 3 poäng från resonerande frågor
- A: Minst 18 poäng totalt, varav minst 5 poäng från resonerande frågor