

## ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ “2103 - Εισαγωγή στην Ψυχολογία”

### 1. ΓΕΝΙΚΑ

|  |   |                                      |                           |
|--|---|--------------------------------------|---------------------------|
| <b>ΣΧΟΛΗ</b>   | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής, Αθλητισμού & Διαιτολογίας   |                                      |                           |
| <b>ΤΜΗΜΑ</b>   | Διαιτολογίας & Διατροφολογίας   |                                      |                           |
| <b>ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>   | Προπτυχιακό   |                                      |                           |
| <b>ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>   | <b>2103</b>   | <b>ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>               | <b>2<sup>ο</sup></b>      |
| <b>ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>  | <b>Εισαγωγή στην Ψυχολογία</b>  |                                      |                           |
| <b>ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</b>  |   | <b>ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b> | <b>ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ</b> |
| <i>σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων</i> |   |                                      |                           |
| Διαλέξεις Θεωρίας  |   | 2                                    |                           |
| Φροντιστήριο   |   | 1                                    |                           |
| <i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο 4.</i>   |   | <b>3</b>                             | <b>4</b>                  |
| <b>ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b><br><i>Υποβάθρου, Γενικών Γνώσεων, Επιστημονικής Περιοχής, Ανάπτυξης Δεξιοτήτων</i>  | Υποβάθρου - Επιστημονικής Περιοχής  |                                      |                           |
| <b>ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:</b>  | Όχι   |                                      |                           |
| <b>ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:</b>   | Ελληνική  |                                      |                           |
| <b>ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS</b>   | ΟΧΙ   |                                      |                           |
| <b>ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)</b>  | <a href="https://eclass.uth.gr/courses/DND_U_227/">https://eclass.uth.gr/courses/DND_U_227/</a> |                                      |                           |

### 2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

#### Μαθησιακά Αποτελέσματα

Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.

Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α

- Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης
- Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και Παράρτημα Β
- Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων

Το μάθημα αποτελεί μια εισαγωγή στις βασικές έννοιες, τις μεθόδους και τους τομείς εφαρμογής της Ψυχολογίας ως σύγχρονης επιστήμης. Στόχος του είναι να εισαχθούν οι φοιτητές/φοιτήτριες στους τρόπους μελέτης της ανθρώπινης συμπεριφοράς και να κατανοήσουν το σύνθετο πλέγμα των παραγόντων που την επηρεάζουν. Ειδικότερα, γίνεται μια σύντομη ιστορική αναδρομή και παρουσιάζονται κριτικά οι βασικότερες σχολές σκέψης της Ψυχολογίας. Επιχειρείται να αναδειχθεί ο τρόπος, με τον οποίο αυτές οι σχολές προσπαθούν να ερμηνεύσουν την ανθρώπινη ανάπτυξη και τη μάθηση. Παρουσιάζονται οι βασικές μέθοδοι έρευνας που χρησιμοποιεί η επιστήμη της Ψυχολογίας και τίγονται θέματα δεοντολογίας. Το μάθημα επίσης περιλαμβάνει μια εισαγωγή στις γνωστικές λειτουργίες (αντίληψη, προσοχή, μνήμη, γλώσσα, σκέψη, νοημοσύνη), στα συναισθήματα και στις ψυχικές διαταραχές.

Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές και οι φοιτήτριες αναμένεται να:

- Έχουν γνωρίσει βασικές έννοιες της επιστήμης της Ψυχολογίας και να μπορούν να τις εφαρμόσουν σε παραδείγματα της καθημερινής ζωής.
- Είναι σε θέση να συγκρίνουν και αξιολογούν κριτικά τις βασικές ψυχολογικές θεωρίες
- Έχουν εξοικειωθεί με τις βασικές μεθόδους που χρησιμοποιούνται στην Ψυχολογίας.
- Είναι σε θέση να εντοπίζουν τους παράγοντες που επιδρούν και διαμορφώνουν την ανθρώπινη συμπεριφορά
- Μπορούν να περιγράψουν τους κανόνες ηθικής και δεοντολογίας που διέπουν την ψυχολογική έρευνα

#### Γενικές Ικανότητες

Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα:

Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών

Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις

Λήψη αποφάσεων

Αυτόνομη εργασία

Ομαδική εργασία

Εργασία σε διεθνές περιβάλλον

Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον

Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών

Σχεδιασμός και διαχείριση έργων

Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα

Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον

Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας

και ευαισθησίας σε θέματα φύλου

Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής

Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

- Αυτόνομη Εργασία
- Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών
- Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής
- Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα

### 3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. **Ορισμός και Αντικείμενο της Ψυχολογίας**, Ιστορία της Ψυχολογίας, Σχολές Σκέψης της Ψυχολογίας
2. **Κλάδοι της Ψυχολογίας**. Το έργο του ψυχολόγου. Θέματα Δεοντολογίας.
3. **Μέθοδοι της Ψυχολογίας**.
4. **Μάθηση**. Η Μάθηση στα πλαίσια του Συμπεριφορισμού. Κλασσική Εξαρτημένη Μάθηση. Λειτουργική Εξαρτημένη Μάθηση. Επιδράσεις στην Εκπαίδευση. Κριτική θεώρηση των συμπεριφοριστικών προσεγγίσεων.
5. **Εισαγωγή στις Γνωστικές Λειτουργίες**. Μοντέλο Επεξεργασίας Πληροφοριών.
6. **Αντίληψη**. Διαφορά Αίσθηση – Αντίληψης. Βασικές αρχές αντιληπτικής οργάνωσης (θεωρία Gestalt). Θεωρίες αναγνώρισης αντικειμένων. Ανάπτυξη της αντίληψης.
7. **Μνήμη**. Κωδικοποίηση – Αποθήκευση – Ανάσυρση. Βραχύχρονη και Μακρόχρονη Μνήμη. Είδη Μνήμης. Αποτυχίες της Μνήμης – Λήθη. Μνημονικές Στρατηγικές.
8. **Σκέψη**. Ορισμός. Δομές Σκέψης (έννοιες, σχήματα, θεωρίες, σενάρια, γνωστικοί χάρτες, νοητικά μοντέλα). Μηχανισμοί σκέψης. Γνωστικό ύφος: Αποκλίνουσα και Συγκλίνουσα Σκέψη.
9. **Γλώσσα**. Τομείς Γλώσσας. Σχέση Γλώσσας και Σκέψης. Ερμηνείες Γλωσσικής Ανάπτυξης. Γλωσσική Ανάπτυξη και Παράγοντες που την επηρεάζουν.
10. **Συναισθήματα**. Ορισμός. Βασικές θεωρίες για τα συναισθήματα. Συναισθήματα και Γνωστική εκτίμηση. Συναισθηματική έκφραση και επικοινωνία.
11. **Νοημοσύνη**. Αξιολόγηση των νοητικών ικανοτήτων. Σύγχρονες θεωρίες. Συναισθηματική Νοημοσύνη. Νοητική αναπηρία.
12. **Ψυχικές διαταραχές**. Ορίζοντας την παθολογία. Αγχώδεις διαταραχές. Διαταραχές Προσωπικότητας.

### 4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

|   |  |  |
|---|--|--|
| <p><b>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</b><br/>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</p>   | <p>Δια ζώσης</p>   |  |
| <p><b>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</b><br/>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</p>   | <p>Υποστήριξη Μαθησιακής διαδικασίας μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-class<br/>Χρήση ΤΠΕ στη Διδασκαλία και επικοινωνία με φοιτητές<br/>Αξιοποίηση του συστήματος HEAL---LINK για την πρόσβαση στην διεθνή βιβλιογραφία---εξειδικευμένα περιοδικά του γνωστικού αντικειμένου</p>            |  |
| <p><b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b><br/>Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.<br/>Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη &amp; ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.<br/><br/>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης ώστε ο συνολικός φόρτος εργασίας σε επίπεδο εξαμήνου να αντιστοιχεί στα standards του ECTS</p> | <p><b>Δραστηριότητα</b></p>  | <p><b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b></p> |
|   | <p>Διαλέξεις</p>   | <p>80</p>                              |
|   | <p>Ασκήσεις</p>  | <p>20</p>                              |
|   |  |  |
|   |  |  |
|   |  |  |
|   |  |  |
|   |  |  |
|   |  |  |
|   |  |  |
| <p><b>Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)</b></p>   | <p><b>100</b></p>  |  |
| <p><b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</b><br/>Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης<br/><br/>Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες<br/><br/>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</p>  | <p>Γραπτή τελική εξέταση που περιλαμβάνει ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής<br/><br/>Προαιρετική εκπόνηση 5 γραπτών εργασιών. Η επιτυχής ανταπόκριση των φοιτητών και φοιτητριών σε αυτές προσμετράται στη τελική βαθμολογία (προϋπόθεση για την προσαύξηση: η βάση στη τελική γραπτή εξέταση).</p> |  |

## 5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

|  |
|--|
| <p>-Προτεινόμενη Βιβλιογραφία :</p> <p>Nolen-Hoeksema S., Fredrickson B., Loftus G., Lutz C. (2022). <i>Εισαγωγή στην Ψυχολογία των Atkinson &amp; Hilgard</i>. Αθήνα: Παπαζήσης</p> <p>Schacter, D. L., Gilbert, D. T., &amp; Wegner, D.M. (2012). <i>Ψυχολογία</i> (Επιμ. Σ. Βοσνιάδου). Αθήνα: Gutenberg.</p> <p>-Συναφή επιστημονικά περιοδικά:<br/> <b>Ψυχολογία: Το περιοδικό της Ελληνικής Ψυχολογικής Εταιρείας</b><br/> <b>Hellenic Journal of Psychology</b><br/> <b>Cognitive development</b><br/> <b>Intelligence</b><br/> <b>Emotions</b><br/> <b>British Journal of Psychology</b></p> |
|--|