

Forløb 1 (MBO)	Livet som HF-elev
Forløbets indhold og fokus	<p>I dette forløb sættes der fokus på elevernes hverdag, både som elev og som ungt menneske. I forløbet er der fokus på præstation i det senmoderne samfund, læring og motivation samt stress og coping</p> <p>Centrale begreber: Det senmoderne samfund, Ziehe: Den narcissistiske socialisationstype, Spejling, Giddens: Ontologisk sikkerhed, Aftraditionalisering, Sociale arenaer, Narrativ identitet, Perfekthedskultur, Præstationspres, Opmærksomhed: Fokuseret (selektiv opmærksomhed), Delt opmærksomhed, Multitasking, Opgaveskift (switch tasking), Edgar Dales læringspyramide, Mindset: Fastlåst, udviklende, Motivation, Indre og ydre motivationsfaktorer, Selvbestemmelsesteorien, Læringsformer, Den behavioristiske læringsteori: Klassisk betingning, Operant betingning, Imitation, Kognitiv læringsteori: Kognitive skemaer, Assimilation, Akkomodation, Vygotsky: Zonen for nærmeste udvikling, Hukommelse: Korttidshukommelse, Arbejdshukommelse, Langtidshukommelse, Stress: Kortvarig stress, Kronisk stress, Langvarig stress, Arousal, Udbrændthed, Coping, Problemfokuseret coping, Emotionsfokuseret coping</p>
Faglige mål	<ul style="list-style-type: none"> - demonstrere indgående kendskab til fagets stofområder, primært i forhold til det normalt fungerende menneske – redegøre for og kritisk forholde sig til psykologisk viden i form af psykologiske teorier, begreber og undersøgelser og kunne forstå dem i en historisk-kulturel kontekst - formulere konkrete psykologifaglige problemstillinger i aktuelt stof samt udvælge og anvende relevant psykologisk viden fra forskellige kilder, herunder digitale medier, til at undersøge disse problemstillinger og kunne forholde sig kritisk til den anvendte viden på et fagligt grundlag
Kernestof	<p><i>Kognition og læring:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - psykologiske, sociale, digitale og kulturelle forholds betydning for læring, motivation og hukommelse

	<ul style="list-style-type: none"> - perceptionens og tænkningens betydning for menneskets forståelse af sig selv og omverdenen <p><i>Personlighed og identitet:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - individuelle forskelle i livsstil og håndtering af udfordringer, herunder stress og coping.
<p>Anvendt materiale.</p>	<p>Christensen, Cæcilie Dohn: 17-årig tog study drugs for at præstere i gymnasiet: https://nyheder.tv2.dk/2021-04-13-17-aarig-tog-study-drugs-for-at-praestere-i-gymnasiet-bivirkningerne-stopper-karaktererne-vil-foelge-mig-hele-livet</p> <p>DR (2018): De perfekte piger - episode 1: https://www.dr.dk/drtv/se/de-perfekte-piger_52514</p> <p>DR (2023): Helt væk på piller – episode 1: https://www.dr.dk/drtv/se/helt-væk-paa-piller_-pushermoede-i-en-park_416405</p> <p>Dweck, Carol: <i>A summery of the two mindsets and the power of believing that you can improve</i> (uddrag - engelsk): https://fs.blog/carol-dweck-mindset/</p> <p>Haaning, Karen (2021): “Dit mindset kan afgøre, om du får succes i karrieren” i <i>Vigour</i>: https://vigour.dk/artikler/den-enkle-guide/dit-mindset-kan-afgoere-om-du-faar-succes-i-karrieren/3961c126-0469-4826-a2fd-a143f7107014</p> <p>Kulager, Frederik (2018): ”Her er hvad sociale medier gør ved unge” i <i>Zetland</i>: https://www.zetland.dk/historie/se6ERJx4-aOZj67pz-26ec1</p> <p>Larsen, O.S. (2024). <i>Psykologiens veje</i>. Systime.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Læringsformer (p5294) - Samspilsprocesser (p5291) - Coping (p5806) <p>Mindhjælper: https://mindhjælper.dk/brevkasse/svaere-foeelser-og-taenker/jeg-har-virkeligt-haft-svaert-ved-at-finde-motivationen-til-gymnasiet/</p> <p>Nielsen, Silas Bay (2021): “Alexander besvime af stress mens han børstede tænder”, <i>DR</i>: https://www.dr.dk/mitliv/tvaers/alexander-</p>

	<p>besvime-de-af-stress-mens-han-boer-stede-taender-jeg-stillede-store-krav-til</p> <p>Pedersen, C. S. (2024). "Motivation" i <i>Temaer til psykologi – Grundbog til C-niveau</i>. Systime. https://temaertilpsykologi.systime.dk (p151)</p> <p>Ravn, F.A.P. & Wolf, T. (2024). <i>Psykologi - fra celle til selfie</i>. Columbus. Kap 3: individet i det senmoderne samfund</p> <ul style="list-style-type: none"> - 3: Individet i det senmoderne samfund - 3.1: Den narcissistiske socialisationstype - 3.2: Anthony Giddens: Refleksiv selvidentitet - Narrativ identitet - 3.9: Præstationspres - 3.10: Stress - At fremme læring: Edgar Dales læringspyramide (Gl. udgave) - 6.4: Hukommelse <p>Riisager, M. (2024). <i>Psykc</i>. Frydenlund. https://psykc.ibog.frydenlund.dk</p> <ul style="list-style-type: none"> - 4.2: Opmærksomheden - 4.2.1: Opmærksomheden i en digitaliseret verden <p>YouTube: Moonwalking Bear/Basketball awareness test https://www.youtube.com/watch?v=KB_ITKZm1Ts</p> <p>YouTube: Carol Dweck (engelsk) https://www.ted.com/talks/carol_dweck_the_power_of_believing_that_you_can_improve</p> <p>YouTube: introduktion til Vygotsky: https://www.youtube.com/watch?v=0T9GOIoJWJ4</p> <p>YouTube: The difference between classical and operant conditioning https://www.youtube.com/watch?v=H6LEcM0E0io</p> <p>Omfang: 14 moduler af 90 minutter = 21 timer Sider: ca. 60</p>
Arbejdsfor mer	Gruppearbejde, læreroplæg, skriveøvelser, eksamensøvelse, diskussionsøvelser i grupper

Forløb 2 (DVS)	De vigtige relationer
Forløbets indhold og fokus	<p>Dette forløb handler om det forhold, at mennesker er dybt afhængige af relationer til andre og at vi har et grundlæggende behov for at høre til. Dette behov påvirker vores følelser, hvordan vi tænker, og de ting vi gør. Når man begynder at tænke over det, vil man opdage, at utroligt mange sider af vores liv på en eller anden måde har med sociale relationer at gøre. Det gælder for børn, unge og voksne. Vi skal i dette kapitel se på det overordnede spørgsmål:</p> <p>Hvorfor danner mennesker sociale relationer, og hvordan påvirker de os?</p> <p>Begreber</p> <p>Tilknytning, Tilknytningsadfærd, Selektiv tilknytning, Separationsangst, Fremmedsituationen, Tilknytningsmønstre: Tryk, undgående, nervøs og desorganiseret tilknytning, Sikker base, Udforskningsadfærd, Temperament, vanrøgt, BEIP-projektet, Resiliens, Kauai-undersøgelsen, Risikofaktorer, Beskyttende faktorer, Synkronisering, Empati, Normeringer, Dunbars tal, Venskabskirklerne, Udadvendthed, Dyadiske relationer, Ensomhed, Social smerte, Gyrus cingularis anterior, Social kognition, Selvopfyldende profeti, Social sammenligning, Nonverbal kommunikation, identitet, Jeg-identiteten, Personlig identitet, Social identitet, Kollektiv identitet, Det senmoderne samfund, Aftraditionalisering, Individualisering, Selviscenesættelse, Narcissisme, Tilknytning, Tidligt formede forventninger til relationer, Kritik af tilknytningsteori.</p>
Faglige mål	<p>Demonstrere indgående kendskab til fagets stofområder, primært i forhold til det normalt fungerende menneske – redegøre for og kritisk forholde sig til psykologisk viden i form af psykologiske teorier, begreber og undersøgelser og kunne forstå dem i en historisk-kulturel kontekst formulere konkrete psykologifaglige problemstillinger i aktuelt stof samt udvælge og anvende relevant psykologisk viden fra forskellige kilder,</p>

	herunder digitale medier, til at undersøge disse problemstillinger og kunne forholde sig kritisk til den anvendte viden på et fagligt grundlag
Kernestof	<p><i>Socialpsykologi:</i> Venskaber; ensomhed; social kognition; kommunikation på digitale medier</p> <p><i>Udviklingspsykologi:</i> Tilknytning; temperament; resiliens; samspil ansigt til ansigt; diskussionen om arv og miljø</p> <p><i>Kognition og læring:</i> Social kognition</p> <p><i>Personlighed og identitet:</i> Udadvendthed (fem-faktor-modellen); identitet i det senmoderne samfund</p>
Anvendt materiale.	<p>Pedersen, C. S. (2024). Temaer til psykologi – Grundbog til C-niveau. Systime. https://temaertilpsykologi.systime.dk</p> <p>Kap. 4 de vigtige relationer</p> <ul style="list-style-type: none"> - Født til at danne relationer - -tidlig modgang og resiliens - Digitalt og offentligt omsorgssvigt - Venskab - Ensomhed - Det virtuelle samvær - Identitet og anerkendelse - De tidlige relationers betydning <p>Lumholt, K. (2022, 18. marts). Kig på vuggestuerne for at finde årsagen til de unges mistrivsel. Kristeligt Dagblad.</p> <p>Barse, M. (2019, 8. maj). Studie: Børn med ADHD mangler oftere en tryk relation til deres mødre. Videnskab.dk. https://www.videnskab.dk</p> <p>Erichsen, J. R. (2019, 10. januar). Det er pinligt, at jeg føler mig så ensom, at jeg har svært ved at komme ud af døren. VICE.</p>

	<p>https://www.vice.com/da/article/det-er-pinligt-at-jeg-foeler-mig-saa-ensom-at-jeg-har-svaert-ved-at-komme-ud-af-doeren-broadly/</p> <p>You-tube: Mary Ainsworth – fremmedsituationstesten (engelsk): https://www.youtube.com/watch?v=JqlbvpXp74k</p> <p>Omfang: 16 moduler af 90 minutter Sider: ca. 40</p>
Arbejdsformer	Gruppearbejde, læreroplæg, skriveøvelser, eksamensøvelser, diskussionsøvelser i grupper

Forløb 3 (DVS)	Os og dem
Forløbets indhold og fokus	<p>I dette forløb vil vi interessere os for det forhold, at vi mennesker er sociale væsner, der lever i grupper. Det er der masser af positive sider ved, men det hænger også sammen med nogle af de mørkere sider ved mennesket. Livet i grupper betyder, at vi skal forholde os til andre grupper, og vi ser ud til at have en tendens til at opdele i "os" og "dem". Vi kan finde på at se ned på andre grupper, tale negativt om dem og ligefrem hade dem. Vi kan behandle medlemmer af andre grupper dårligt, og i ekstreme tilfælde kan vi gå i krig mod andre grupper eller gøre frygtelige ting mod dem. Det er den slags fænomener, vi skal se på i dette kapitel, som tager udgangspunkt i det overordnede spørgsmål: Hvorfor opdeler vi i "os" og "dem", og hvilke konsekvenser har det?</p> <p>Begreber</p> <p>Indgruppe, Udgruppe, Social kategorisering, Stereotyper, Fordomme, Diskrimination Minimalgruppeeksperiment, Taifels</p> <p>Minimalgruppeeksperiment, Social identitetsteori, social identitet, Favorisering af indgruppen, Ekstremisme, Radikalisering, Usikkerhed, Social indflydelse, Konformitet, Lydighed, Milgrams lydighedseksperiment, Ideologi, moralsk frakobling, eufemisme, fordelagtige sammenligninger, dehumanisering, Mobning, Kognitiv bias, Myside bias, Identitets-beskyttende kognition, Blå løgne, Kontaktteorien, Rekategorisering, Fælles identitet, Frigørende værdier:</p>
Faglige mål	<p>Demonstrere indgående kendskab til fagets stofområder, primært i forhold til det normalt fungerende menneske – redegøre for og kritisk forholde sig til psykologisk viden i form af psykologiske teorier, begreber og undersøgelser og kunne forstå dem i en historisk-kulturel kontekst formulere konkrete psykologifaglige problemstillinger i aktuelt stof samt udvælge og anvende relevant psykologisk viden fra forskellige kilder, herunder digitale medier, til at undersøge disse problemstillinger og kunne forholde sig kritisk til den anvendte viden på et fagligt grundlag</p>

<p>Kernestof</p>	<p>Socialpsykologi: Stereotyper, fordomme og diskrimination; indgrupper og udgrupper; social identitetsteori; ekstremisme; konformitet og lydighed</p> <p>Udviklingspsykologi: Medfødt tendens til at opdele i "os" og "dem"; indlæring af stereotyper, fordomme og diskrimination gennem opvæksten</p> <p>Kognition og læring: Social kategorisering; stereotyper; myside bias (kognitiv bias)</p> <p>Personlighed og identitet: Social identitet; empati forstået som et personlighedstræk</p>
<p>Anvendt materiale.</p>	<p>Pedersen, C. S. (2024). Temaer til psykologi – Grundbog til C-niveau. Systime. https://temaertilpsykologi.systime.dk/?id=162</p> <p>Kap. 2 metode i psykologi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vigtige psykologiske metoder - Kritisk vurdering af undersøgelse <p>Kap. 5 Os og dem</p> <ul style="list-style-type: none"> - Introduktion til os og dem - Social Identitet - Situationens magt - Gruppen farver vores tænkning - Reduktion af fordomme <p>Larsen, O. S. (2018). Psykologiens veje. Systime. https://psykveje.systime.dk</p> <p>Kap 24 Ondskab</p> <ul style="list-style-type: none"> - Moralsk frakobling <p>Nielsen, C. (2017, 28. marts). Fan-undersøgelse overrasker: Derfor må rivalopgør ikke nedtones. TV3 Sport. https://www.tv3sport.dk</p> <p>Lange, R. M. (2021, 30. juli). Dansk politik viser tegn på ekkokamre og polarisering. Fagbladet 3F.</p>

	<p>Søndergaard, B. (2019, 16. maj). Forsker: Danskere og indvandrere fravælger hinanden. Kristeligt Dagblad.</p> <p>Skjødt Pedersen, C. (2025). Undersøgelse: Kontakt mellem kristne og muslimske fodboldspillere. Temaer til psykologi.</p> <p>Frikvarteret, M. L. (2011, 10. marts). Mobbere ignorerer moralske standarder. Videnskab.dk. https://videnskab.dk/kultur-samfund/mobbere-ignorerer-moralske-standarder/</p> <p>Danmarks Radio. (2020). Min morfar, Hitlers ven [TV-dokumentar]. DR. https://www.dr.dk/drtv/program/min-morfar-hitlers-ven_197703</p> <p>You-tube video: Hvad er en sammenhæng? Forklaret for en 8 årig Justesen, M. H. (2020, 15. april). Hvad er en sammenhæng? Forklaret til en 8-årig. Videnskab.dk.</p> <p>Omfang: 17 moduler af 90 minutter Sider: ca. 45</p>
Arbejdsformer	<p>Gruppearbejde, læreroplæg, skriveøvelser, eksamensøvelser, diskussionsøvelser i grupper</p>