

Психологија – изборни предмет, смер: хотелско-ресторатски

1. модул – психологија као наука и пракса

Критеријуми оцењивања за оцену 5 ученик :

1. Препознаје различите области примене психолошких сазнања и животне ситуације у којима се људи обраћају психологу за помоћ

- Ученик детаљно наводи минимум 5 различитих области примене психологије (нпр. клиничка психологија, организациона психологија, едукативна психологија, спортска психологија, криминалистичка психологија) и даје конкретне примере из сваке.
 - Објашњава минимум 5 животних ситуација у којима људи траже помоћ психолога (нпр. анксиозност, кризе у односима, проблеми у раду, трауме, депресија), повезујући их са одговарајућим психолошким интервенцијама.
 - Користи релевантне стручне термине и показује дубинско разумевање контекста.
-

2. Прави јасне и комплексне везе између психологије као науке и других дисциплина, уметности и културе

- Идентификује и образлаже везе психологије са наукама (нпр. биологија/неуронаука, социологија), уметношћу (нпр. улога психологије у креативном процесу или арт-терапији) и културом (нпр. утицај културних норми на понашање).
 - Наводи конкретне примере синтезе, попут психолошких анализа књижевних ликова или утицаја културних различитости на комуникацију.
 - Критички дискутује о улози психологије у развоју мултидисциплинарних пројеката (нпр. јавно здравље, дигитални медији).
-

3. Разликује научни од лаичког приступа и критички се односи према медијским садржајима о психолошким феноменима

- Детаљно објашњава карактеристике научног приступа (емпиријски докази, систематска анализа) и супротставља их лаичким мишљењима (нпр. популарни "психолошки савети" без научне основе).

- Анализира минимум 3 примера текстова/видеа из медија (нпр. "тестови личности" на друштвеним мрежама, сензационалистички чланци о психологији), истичући њихове недостатке и потенцијалну заблуду.
-

4. Препознаје и критички оцени примере злоупотребе психологије

- Наводи минимум 3 конкретна примера злоупотребе (нпр. манипулација у маркетингу, псеудотерапије, коришћење психолошких техника за контролу маса) и објашњава њихове последице по појединце или друштво.
- Повезује злоупотребу са кршењем етичких кодекса психолога (нпр. немар према добробити клијента, недостатак информисане сагласности).
- Предлаже мере за превенцију таквих појава (нпр. едукација јавности, строжа регулатива).

- **Критеријуми оцењивања за оцену 4 ученик:**

1. Препознаје различите области примене психолошких сазнања и животне ситуације у којима се људи обраћају психологу за помоћ

- Ученик наводи 3-4 области примене психологије (нпр. клиничка, едукативна, организациона психологија) и даје опште примере из сваке.
 - Описује 3-4 животне ситуације у којима људи траже помоћ психолога (нпр. стрес, породични конфликти, проблеми у учењу), али везе са интервенцијама су непотпуно образложене.
 - Корити основне термине, али са могућим мањим недоследностима.
-

2. Прави основне везе између психологије као науке и других дисциплина, уметности и културе

- - Идентификује везе психологије са наукама (нпр. медицина), уметношћу (нпр. филмови који приказују психичке поремећаје) или културом (нпр. традиционални приступи родитељству), али са ограниченом анализом.
 - Наводи 1-2 примера синтезе (нпр. утицај психологије на маркетинг), али без детаљне аргументације.
 - Показује основну свесност о улози психологије у ширем контексту.

3. Разликује научни од лаичког приступа и критички се односи према медијским садржајима

- Објашњава главне разлике између научног и лаичког приступа (нпр. нагласак на емпиријским доказима), али са непотпуним детаљима.
- Анализира 2 примера текстова/видеа из медија (нпр. "тестови среће" у часописима), али са површном критичком рефлексијом.
- Предлаже општа решења за проверу садржаја (нпр. "треба консултовати стручњаке"), али без конкретних поступака.

4. Препознаје примере злоупотребе психологије

- Наводи 2 примера злоупотребе (нпр. манипулативне рекламе, лажни тестови личности) са основним објашњењем последица.
- Повезује злоупотребу са етичким принципима (нпр. "непоштовање приватности"), али без дубље анализе.
- Предлаже опште мере превенције (нпр. "образовање"), али без специфичности.

- **Критеријуми оцењивања за оцену 3 ученик :**

1. Препознаје основне области примене психолошких сазнања и животне ситуације у којима се људи обраћају психологу за помоћ

- - Ученик наводи 2-3 области примене психологије (нпр. клиничка психологија, школска психологија) са општим или непотпуним примерима (нпр. "психолог помаже људима са проблемима").
 - Описује 2-3 животне ситуације за консултацију код психолога (нпр. стрес, конфликти), али без јасне везе са конкретним интервенцијама.
 - Користи основне термине са непрецизностима (нпр. мешање појмова "психијатар" и "психолог").

2. Прави основне и непотпуне везе између психологије и других дисциплина, уметности и културе

- Наводи 1-2 једноставне везе (нпр. "психологија и медицина" или "психологија у филмовима") без детаљнијег образложења.
 - Примери су општи и без конкретног контекста (нпр. "психологија се користи у уметности").
 - Показује минимално разумевање улоге психологије у ширем друштвеном контексту.
-

3. Разликује научни и лаички приступ уз ограничену критичку анализу

- Површно разликовање:
 - Наводи основне разлике (нпр. "наука се базира на истраживањима, а лаици на мишљењима"), али без примера или детаља.
 - Анализира 1 пример текста/видеа из медија (нпр. "тест личности на интернету") са површним коментаром (нпр. "није поуздано").
 - Нема конкретних предлога за проверу садржаја или критички приступ је непотпуно развијен.
-

4. Препознаје опште примере злоупотребе психологије

- Основно препознавање:
 - Наводи 1-2 општа примера злоупотребе (нпр. "лажни тестови", "манипулативне рекламе") са врло основним објашњењем (нпр. "то није етички").
 - Не повезује примере са етичким кодексима или друштвеним последицама на систематичан начин.
 - Предлози за превенцију су врло општи (нпр. "треба бити пажљив").

● Критеријуми оцењивања за оцену 2 ученик :

1. Препознаје различите области примене психолошких сазнања и животне ситуације у којима се људи обраћају психологу за помоћ
 - Наводи основне области психологије (нпр. клиничка, едукативна, организациона) са непотпуним или непотпуним разумевањем, уз могуће грешке.
 - Помене једноставне животне ситуације у којима људи траже психолошку помоћ (нпр. стрес, породични проблеми), али без конкретних примера или детаља.
 - Показује ограничено разумевање везе између теорије и праксе.

2. Прави везу између психологије као науке и других наука, уметности и културе
 - Наводи очигледне везе са другим наукама (нпр. биологија, социологија) или уметностима (нпр. улога психологије у филму), али без образложења.
 - Помене површне примере утицаја културе на психолошке феномене (нпр. традиционални обичаји), без критичке анализе.
 - Не успоставља јасне или комплексне везе између дисциплина.

3. Разликује научни од лаичког приступа психолошким питањима и критички се односи према текстовима и псеудотестовима у медијима
 - Частично разликује научни приступ (нпр. експерименти) од лаичких мишљења (нпр. "народска психологија"), али са значајним грешкама.
 - Препознаје очигледне псеудотестове у медијима (нпр. "Који сте лик из серије?"), али не објашњава зашто су ненаучни.
 - Показује ограничену критичку перспективу према текстовима о психологији, често прихватајући информације површно.

4. Препозна примере злоупотребе психологије
 - Идентификује једноставне случајеве злоупотребе (нпр. манипулација у рекламама), али без анализе механизма или последица.
 - Не препознаје субтилније облике злоупотребе (нпр. псеудонаучне методе у едукацији).
 - Може навести опште примере (нпр. коришћење психологије за контролу маса), али без конкретних детаља.

• **Критеријуми оцењивања за оцену 1 ученик :**

1. Препознаје различите области примене психолошких сазнања и животне ситуације у којима се људи обраћају психологу за помоћ
 - Спорадично наводи поједине области психологије (нпр. "клиничка психологија"), али са значајним грешкама или неразумевањем.
 - Помене неконкретне или погрешне животне ситуације у којима људи траже помоћ (нпр. "кад су људи тужни"), без икакве везе са стварном праксом.
 - Не види везу између теоријских сазнања и примене у стварном свету.
2. Прави везу између психологије као науке и других наука, уметности и културе
 - Наводи неповезане или погрешне везе са другим дисциплинама (нпр. "психологија и математика су исте").
 - Не препознаје утицај културе или уметности на психолошке феномене, или даје безсмислене примере.
 - Одговори су непотпуни, непотпуни или непотпуни.

3. Разликује научни од лаичког приступа психолошким питањима и критички се односи према текстовима и псеудотестовима у медијима
 - Не разликује научни и лаички приступ или прави основне грешке (нпр. "сва психологија је само мишљење").
 - Не препознаје псеудотестове у медијима чак ни када су очигледни (нпр. "тест личности на друштвеним мрежама је истинит").
 - Нема критички став — прихвата информације из медија без икаквог преиспитивања.
4. Препозна примере злоупотребе психологије
 - Не идентификује конкретне случајеве злоупотребе или наводи потпуно нетачне примере (нпр. "психолози увек лажу").
 - Не разуме концепт злоупотребе психолошких метода, чак ни у основним ситуацијама.
 - Одговори су често нерелевантни или одступају од теме.

2. Модул – психички живот човека

- Критеријуми оцењивања за оцену 5 ученик :

1. Психички живот особе посматра као целину међусобно повезаних процеса, особина и стања чији се развој одвија током целог живота као јединство психичког и телесног функционисања
 - Комплексно објашњава интеграцију психичких процеса (нпр. емоције, перцепција, меморија) и њихову улогу у формирању личности, уз навођење примера из различитих животних фаза (адолесценција, зрелост).
 - Анализира узајамну повезаност телесног и психичког здравља (нпр. утицај стреса на имуни систем, улога физичке активности у менталној стабилности).
 - Користи научне теорије и концепте (нпр. холизам, биопсихосоцијални модел) за образложење динамичког развоја личности током живота.
2. Аргументовано дискутује о утицају наслеђа, средине и личне активности на развој личности
 - Критички анализира интеракцију генетичких, еколошких и индивидуалних фактора (нпр. теорије о природи vs. нега, епигенетика), уз коришћење студија случаја или истраживања.
 - Показује дубину у расправи о томе како лични избори (нпр. образовање, хобији) могу модификовати утицај средине и наслеђа.

- Аргументи су подупети научним доказаима, а ученик препознаје ограничења појединачних фактора у објашњавању личности.
- 3. Користећи стечена психолошка сазнања, препознаје емоције и мотиве сопственог понашања, понашања других људи и ликова из књижевности и филмова
 - Примењује психолошке теорије (нпр. теорију емоција Плутчика, мотивационе хијерархије Маслоуа) за анализу сложених емоционалних стања (нпр. амбвалентност, сублимација).
 - Идентификује скривене мотиве код ликова из књижевних/филмских дела (нпр. комплекси, одбрамбени механизми) и повезује их са универзалним психолошким обрасцима.
 - Демонстрира емпатију и самосвест кроз рефлексiju властитих емоција и понашања, користећи терминологију прецизно и контекстуално.
- 4. У учењу користи стратегије и технике успешног учења и памћења
 - Систематски примењује напредне стратегије (нпр. активно учење, интерливинг, мнемотехнике) прилагођене различитим типовима садржаја.
 - Евалуира ефикасност техника (нпр. кроз саморефлексију или тестирање) и модификује их према потребама.
 - Креира индивидуалне методе учења на основу знања о раду мозга (нпр. интервали понављања, ефекти мултитаскинга).
 - Дели искуства са другима, објашњавајући психолошку позадину истрајаних метода (нпр. улога консолидације меморије у дуготрајном памћењу).

Критеријуми оцењивања за оцену 4 ученик :

1. Психички живот особе посматра као целину међусобно повезаних процеса, особина и стања чији се развој одвија током целог живота као јединство психичког и телесног функционисања

- Показатељи:
 - Објашњава психички живот као динамички систем у којем се процеси (нпр. мишљење, памћење), особине (карактер) и стања (емоције) међусобно утичу.
 - Наводи примере везе телесног и психичког функционирања (нпр. утицај стреса на здравствено стање, улога физичке активности у емоционалној равнотежи) али примери нису увек јасно и доследно повезани
 - Указује на континуитет развоја током живота, али може имати мање прецизности у објашњењу фазних промена или механизма интеграције.
-

2. Аргументовано дискутује о утицају наслеђа, средине и личне активности на развој личности

- Показатељи:
 - Наводи примере утицаја сва три фактора (наслеђе: генетска склоност ка интровертности; средина: породично окружење; лична активност: избор да се супротстави страху).
 - Пореди релативни значај фактора у различитим ситуацијама (нпр. наслеђе може доминирати код физичких особина, средина код вредности).
 - Користи основне теорије (нпр. Пијажеову теорију когнитивног развоја, Бандурин социјалан учење) у дискусији, али без дубље синтезе или критичке анализе.
-

3. Користећи стечена психолошка сазнања, препознаје емоције и мотиве сопственог понашања, понашања других људи и ликова из књижевности и филмова

- Показатељи:
 - Анализира емоције (нпр. љутњу, тугу) и мотиве (потреба за припадношћу, жеља за успехом) код себе и других, користећи основне психолошке концепте (нпр. Маслоу хијерархију потреба).
 - Употребљава терминологију (нпр. "пројекција", "рационализација") за тумачење понашања ликова из дела књижевности или филмова.
 - Може имати потешкоћа у препознавању сложених или сукобљених мотивација (нпр. амбивалентност).
-

4. У учењу користи стратегије и технике успешног учења и памћења

- Показатељи:
 - Примењује основне технике учења (нпр. мнемотехнике, мапирање концепата, интервалено понављање) у пракси.
 - Објашњава везе између стратегија и когнитивних процеса (нпр. "интервалено понављање помаже дугорочном памћењу").
 - Експериментише са различитим методама, али може имати мању систематичност или флексибилност у прилагођавању техника различитим ситуацијама.

Критеријуми оцењивања за оцену 3 ученик :

1. Психички живот особе посматра као целину међусобно повезаних процеса, особина и стања чији се развој одвија током целог живота као јединство психичког и телесног функционисања

- Показатељи:
 - Описује психички живот као сложени систем, али са непотпуним или површним објашњењем међусобних утицаја (нпр. "мишљење и емоције су повезани", без детаљнијег образложења).
 - Наводи основне примере везе телесног и психичког функционисања (нпр. "стрес може изазвати главобољу"), али без анализе механизма.
 - Помене развој током живота, али са ограничењима у разумевању континуитета или интеграције телесног и психичког (нпр. "људи се мењају током живота", без конкретних фаза).
-

2. Аргументовано дискутује о утицају наслеђа, средине и личне активности на развој личности

- Показатељи:
 - Наводи бар два фактора (наслеђе, средина, лична активност), али са непотпуним или непотпуно аргументованим примерима (нпр. "наслеђе утиче на изглед, средина на вредности").
 - Тешкоће у поређењу значаја фактора или у вези са теоријама (нпр. "наслеђе је важно", али без референце на студије или теорије).
 - Дискусија је фрагментарна, ослања се на опште тврдње (нпр. "средина много утиче", без конкретних доказа).
-

3. Користећи стечена психолошка сазнања, препознаје емоције и мотиве сопственог понашања, понашања других људи и ликова из књижевности и филмова

- Показатељи:
 - Препознаје основне емоције (нпр. љутњу, срећу) и мотиве (жеља за прихватањем) код себе и других, али са ограничењима у анализи (нпр. не уочава суптилне емоције или унутрашње конфликте).
 - Користи психолошке термине површно или са грешкама (нпр. меша "мотив" и "емоцију").

- Тешкоће у тумачењу ликова из књижевности/филмова осим у очигледним ситуацијама (нпр. лик је љут јер је нешто изгубио).
-

4. У учењу користи стратегије и технике успешног учења и памћења

- Показатељи:
 - Користи једноставне технике учења (нпр. подвлачење, кратко понављање), али несистематски или без разумевања њихове сврхе.
 - Објашњава везе између стратегија и памћења непотпуно (нпр. "повнављање помаже", али не зна зашто).
 - Ограничена способност прилагођавања техника различитим задацима (нпр. користи исту методу за све врсте градива).

Критеријуми оцењивања за оцену 2 ученик :

1. Психички живот особе посматра као целину међусобно повезаних процеса, особина и стања чији се развој одвија током целог живота као јединство психичког и телесног функционисања

- Показатељи:
 - Описује психички живот као групу изолованих елемената (нпр. "емоције и мишљење постоје", без икакве везе).
 - Наводи везе телесног и психичког функционирања врло површно или са грешкама (нпр. "ако си тужан, боли те стомак", без објашњења).
 - Помене развој током живота, али га не поистовећује са интеграцијом тела и психике (нпр. "беба се развија у одраслу особу", без нагласка на узајамном утицају).
-

2. Аргументовано дискутује о утицају наслеђа, средине и личне активности на развој личности

- Показатељи:
 - Наводи један од три фактора (наслеђе, средина, лична активност) или их меша (нпр. "све је у генима", игноришући утицај средине).
 - Аргументи су нејасни, непотпуни или нетачни (нпр. "наслеђе одређује карактер", без примера).
 - Не користи теорије или студије за подршку тврдњи (нпр. "средина је важна јер...", без конкретизације).

3. Користећи стечена психолошка сазнања, препознаје емоције и мотиве сопственог понашања, понашања других људи и ликова из књижевности и филмова

- Показатељи:
 - Препознаје само очигледне емоције (нпр. "срећан/тужан") и мотиве (нпр. "жели да победи"), али често погрешно тумачи сложеније стање (нпр. "љути се зато што је лош").
 - Не користи психолошку терминологију или је користи нетачно (нпр. "емоција" уместо "мотив").
 - Тешкоће у анализи ликова из књижевности/филмова чак и у једноставним ситуацијама (нпр. не уочава да лик лаже из страха).

4. У учењу користи стратегије и технике успешног учења и памћења

- Показатељи:
 - Користи неефикасне или пасивне технике (нпр. читање текста 10 пута, без активног учешћа).
 - Не разуме сврху стратегија учења (нпр. "подвучем све јер тако треба").
 - Не може објаснити везе између техника и когнитивних процеса (нпр. "учим напамет, али не знам зашто то радим").

Критеријуми оцењивања за оцену 1 ученик :

1. Психички живот особе посматра као целину међусобно повезаних процеса, особина и стања чији се развој одвија током целог живота као јединство психичког и телесног функционисања

- Показатељи:
 - Описује психичке процесе, особине или стања изоловано, без икаквог нагласка на њиховој међусобној вези (нпр. "емоције су осећаји").
 - Не указује на везе између телесног и психичког функционирања или даје нетачне тврдње (нпр. "тело и ум немају везе").
 - Не разуме континуитет развоја током живота (нпр. "људи се не мењају после одрастања").
-

2. Аргументовано дискутује о утицају наслеђа, средине и личне активности на развој личности

- Показатељи:
 - Не разликује факторе (нпр. меша наслеђе и средину) или наводи само један без аргумената (нпр. "све је у генима").
 - Аргументи су нерелевантни, нетачни или одсутни (нпр. "наслеђе нема везе са личношћу").
 - Не помиње теорије или студије, чак и у основним контекстима.
-

3. Користећи стечена психолошка сазнања, препознаје емоције и мотиве сопственог понашања, понашања других људи и ликова из књижевности и филмова

- Показатељи:
 - Препознаје само најочигледније емоције (нпр. "срећан" или "тужан") са честим грешкама (нпр. "љути се зато што је луд").
 - Не користи психолошку терминологију или је користи погрешно (нпр. "мотив" уместо "емоција").
 - Не уочава мотиве код себе, других или ликова (нпр. "не знам зашто сам то урадио").
-

4. У учењу користи стратегије и технике успешног учења и памћења

- Показатељи:
 - Користи пасивне или неефикасне методе (нпр. читање текста без разумевања, учење напамет у последњем тренутку).
 - Не разуме сврху стратегија учења или памћења (нпр. "учим тако што гледам у књигу").
 - Не може да повеже технике са когнитивним процесима (нпр. "не знам како се памти").
-

су непотпуни, непотпуно повезани са темом или критично нетачни.

3. модул : ментално здравље

Критеријуми оцењивања за оцену 5 ученик :

1. Аргументовање значаја очувања менталног здравља и превенције поремећаја
 - Ученик детаљно образлаже значај менталног здравља кроз конкретне примере (нпр. везе између психичког и физичког здравља, утицај на социјалне односе).
 - Активно промовише здраве стилове живљења (нпр. баланс рада и одмора, физичку активност, исхрану) и нуди креативне стратегије за превенцију менталних поремећаја.
 - Користи научне податке или статистику да подржи своје ставове и показује емпатију према особама са психичким тешкоћама.
2. Препознавање узрока фрустрација и конструктивно решавање конфликта
 - Тачно идентификује комплексне узроке фрустрација (нпр. социјални притисак, неусклађене личне вредности) и анализира како се они манифестују у различитим контекстима.
 - Разрађује конструктивне методе решавања (нпр. комуникација "ја-порука", медијација, постављање реалистичних циљева) и примењује их у хипотетичким или стварним сценаријима.
 - Критички оцени негативне стратегије (нпр. избегавање, агресија) и образложи зашто су неефикасне.
3. Препознавање механизма одбране на примерима
 - Наводи и објашњава бар 5 механизма одбране (нпр. потискивање, проекција, рационализација) са прецизним примерима из књижевних дела, филмова или стварних ситуација.
 - Анализира утицај ових механизма на психичко здравље (нпр. краткорочна користи vs. дугорочни ризици).
 - Предлаже алтернативне, здраве начине суочавања са проблемима уместо ослањања на одбрамбене механизме.
4. Фазе реаговања на стрес
 - Детаљно описује све фазе стреса (алармна, фаза отпора, фаза исцрпљености) и повезује их са физиолошким променама (нпр. улога кортизола).
 - Илуструје фазе кроз конкретне животне ситуације (нпр. припрема испита, губитак посла) и објашњава како разумевање фаза може допринети ефикаснијем управљању стресом.
 - Предлаже персонализоване стратегије за смањење стреса у свакој фази (нпр. технике дисања, планирање времена).
5. Диференцирање врста менталних поремећаја
 - Јасно разликује основне категорије поремећаја (анксиозни, афективни, психотични) и наводи њихове дијагностичке критеријуме (нпр. према DSM-5).

- Даје примере специфичних поремећаја (нпр. опсесивно-компулзивни поремећај, биполарни поремећај) и описује њихове симптоме, узроке и могуће терапијске приступе.
- Разматра стигму везану за менталне болести и аргументује важност раног превазилажења препрека за трагање за помоћи.

Критеријуми оцењивања за оцену 4 ученик :

1. Аргументовање значаја очувања менталног здравља и превенције поремећаја
 - Ученик образлаже значај менталног здравља кроз опште примере (нпр. утицај стреса на свакодневни живот, важност социјалне подршке).
 - Показује позитиван став према здравим стиловима живљења (нпр. довољан сан, редовна физичка активност) и наводи основне начине превенције менталних поремећаја.
 - Користи опште познате чињенице или примере из живота да подржи своје ставове, али без дубље анализе или научних извора.
2. Препознавање узрока фрустрација и конструктивно решавање конфликта
 - Тачно препознаје основне узроке фрустрација (нпр. неусклађени очекивања, неуспех у постизању циљева) и описује их у једноставним ситуацијама.
 - Показује преференцију за конструктивно решавање конфликта (нпр. отворена комуникација, тражење компромиса), али са ограниченим развојем стратегија или примера.
 - Уме да идентификује неке негативне реакције (нпр. избегавање), али са непотпуном анализом њихове неефикасности.
3. Препознавање механизма одбране на примерима
 - Наводи и објашњава 3-4 механизма одбране (нпр. потискивање, рационализација, пројекција) са основним примерима (нпр. из личног искуства или једноставних ситуација).
 - Указује на утицај ових механизма на психичко здравље, али са површнијом анализом (нпр. "одлагање решава проблема").
 - Предлаже основне алтернативе за суочавање са проблемима, али без детаљне разраде.
4. Фазе реаговања на стрес
 - Тачно наводи фазе стреса (алармна, фаза отпора, фаза исцрпљености) и описује их у општим цртама.
 - Даје једноставне примере реакција на стрес (нпр. нервозу пред испит) и повезује их са одређеном фазом.
 - Наводи основне стратегије за смањење стреса (нпр. релаксација, организовање времена), али без персонализованих приступа.
5. Диференцирање врста менталних поремећаја
 - Разликује основне врсте менталних поремећаја (нпр. анксиозни, депресивни, психотични) и наводи њихове кључне карактеристике (нпр. симптоме анксиозности).

- Даје основне примере поремећаја (нпр. генерализована анксиозност, депресија) са општим описом симптома, без детаљног помињања узрока или терапија.
- Схвата важност превазилажења стигме, али са ограниченим аргументима или дубином.

Критеријуми оцењивања за оцену 3 ученик :

1. Аргументовање значаја очувања менталног здравља и превенције поремећаја
 - Ученик наводи основне разлоге за очување менталног здравља (нпр. "бити срећан", "избећи болести") уз минимално образлагање или једноставне примере (нпр. "треба се дружити").
 - Показује освјешћеност о здравим стилевима живљења (нпр. "важно је спавати довољно"), али без разраде или веза са превенцијом менталних поремећаја.
 - Користи опште фразе или лична мишљења без подршке чињеницама или структурираним аргументима.
2. Препознавање узрока фрустрација и конструктивно решавање конфликта
 - Препознаје очигледне узроке фрустрација (нпр. "када нешто не иде како желим") у врло једноставним ситуацијама.
 - Показује основну преференцију за конструктивно решавање (нпр. "треба разговарати"), али са ограниченим разумевањем метода или непотпуним примерима.
 - Може да наведе неке неконструктивне реакције (нпр. "љутити се"), али не анализира њихову штетност.
3. Препознавање механизма одбране на примерима
 - Наводи 1-2 механизма одбране (нпр. потискивање, рационализација) са врло једноставним или непотпуним примерима (нпр. "заборавим нешто непријатно").
 - Има основно разумевање да се механизми одбране користе за избегавање проблема, али не описује њихов утицај на дугорочно здравље.
 - Не предлаже јасне алтернативе за суочавање са проблемима.
4. Фазе реаговања на стрес
 - Наводи називе фаза стреса (нпр. алармна, отпор, исцрпљеност), али са грешкама у редоследу или непотпуним описом.
 - Даје врло опште примере реакција на стрес (нпр. "осећам нервозу"), али их не повезује јасно са одређеном фазом.
 - Наводи основне методе за смањење стреса (нпр. "одустати"), али без конкретних стратегија.
5. Диференцирање врста менталних поремећаја
 - Наводи називе основних менталних поремећаја (нпр. депресија, анксиозност), али их меша или не разликује јасно.

- Описује основне карактеристике (нпр. "туга за депресију", "стрепња за анксиозност") са непотпуним или погрешним информацијама.
- Не помиње узроке, терапије или стигму везану за поремећаје.

Критеријуми оцењивања за оцену 2 ученик :

1. Аргументовање значаја очувања менталног здравља и превенције поремећаја
 - Ученик наводи врло опште тврдње о значају менталног здравља (нпр. "бити здрав је важно"), без икаквог образложења или примера.
 - Показује нејасан став према здравим стиловима живљења, ограничен на изоловане фразе (нпр. "треба се хранити добро"), без везе са превенцијом менталних проблема.
 - Не користи аргументе, чињенице или примере да подржи своје ставове.
2. Препознавање узрока фрустрација и конструктивно решавање конфликта
 - Препознаје врло површне узроке фрустрација (нпр. "кад не добијем оно што желим") у непотпуним или непотпуно описивим ситуацијама.
 - Показује нејасну преференцију за конструктивно решавање (нпр. "треба нешто да урадим"), без конкретних метода или објашњења.
 - Не разликује конструктивне и неконструктивне реакције или их меша.
3. Препознавање механизма одбране на примерима
 - Наводи 1 механизам одбране (нпр. потискивање) са непотпуним или погрешним примером (нпр. "не мислим на проблем").
 - Има врло ограничено разумевање улоге механизма одбране, често мешајући их са обичним понашањем (нпр. "одлажем задатке").
 - Не предлаже алтернативе или их предлаже непотпуно (нпр. "треба се тргнути").
4. Фазе реаговања на стрес
 - Наводи називе фаза стреса са значајним грешкама (нпр. меша редослед или употребљава нетачне термине).
 - Даје нејасне или нетачне примере реакција на стрес (нпр. "осећам се лоше"), без повезивања са фазама.
 - Не наводи стратегије за смањење стреса или их описује непотпуно (нпр. "не треба се нервирати").
5. Диференцирање врста менталних поремећаја
 - Наводи називе менталних поремећаја са грубим грешкама (нпр. меша депресију и анксиозност, користи ненаучне изразе).
 - Описује карактеристике поремећаја непотпуно или погрешно (нпр. "депресија је кад си тужан цео дан").
 - Не разуме везе између симптома, узрока или начина лечења.

Критеријуми оцењивања за оцену 1 ученик :

1. Аргументовање значаја очувања менталног здравља и превенције поремећаја
 - Ученик наводи нејасне или непотпуне тврдње о менталном здрављу (нпр. "треба бити срећан") без икаквог образложења, примера или везе са превенцијом.
 - Показује неразумјевање здравих стилова живљења, ограничено на непотпуне фразе (нпр. "не треба се лоше осећати") без везе са менталним здрављем.
 - Не користи аргументе, чињенице или логичку структуру у одговорима.
2. Препознавање узрока фрустрација и конструктивно решавање конфликта
 - Не препознаје очигледне узроке фрустрација или их описује непотпуно (нпр. "кад нешто није како треба").
 - Показује неспремност за конструктивно решавање конфликта, са одговорима попут "не знам" или непотпуним предлозима (нпр. "треба нешто промјенити").
 - Не разликује конструктивне и деструктивне реакције или их меша у нетачним контекстима.
3. Препознавање механизма одбране на примерима
 - Наводи механизме одбране са нетачним примерима (нпр. "не волим школу" као потискивање) или их меша са обичним понашањем.
 - Има потпуно погрешно разумевање улоге механизма (нпр. "то је кад лажеш себе").
 - Не предлаже алтернативе или предлаже нереална рјешења (нпр. "само се не брине").
4. Фазе реаговања на стрес
 - Наводи фаза стреса са критичним грешкама (нпр. изоставља фазу исцрпљености или користи ненаучне називе).
 - Даје нетачне или непостојеће примере реакција на стрес (нпр. "осећам се уморно" за алармну фазу).
 - Не наводи стратегије за смањење стреса или их описује апстрактно (нпр. "треба се смирити").
5. Диференцирање врста менталних поремећаја
 - Наводи називе поремећаја са грубим грешкама (нпр. "шизофренија је кад си љут") или их не разликује (нпр. "депресија и анксиозност су исто").
 - Описује карактеристике поремећаја нетачно или митски (нпр. "психопати су опасни").
 - Не разуме основне концепте симптома, узрока или начина управљања поремећајима.

Модул 4 – особа у социјалној интеракцији

Критеријуми оцењивања за оцену 5:

1. Повезивање фактора са процесом социјализације
 - Објашњава утицај различитих фактора (породица, вршњаци, школа, медији, култура) на социјализацију, наводећи конкретне примере из различитих контекста.
 - Анализира како ови фактори обликују ставове, вредности и понашање појединца.
2. Препознавање препрека комуникацији
 - Идентификује више типова препрека (нпр. језичке, културолошке, емоционалне) и детаљно објашњава њихов утицај на комуникацију.
 - Предлаже ефикасне стратегије за превазилажење препрека, користећи стварне или симулиране ситуације.
3. Активно слушање и јасно изражавање
 - Демонстрира активну пажњу током дијалога (нпр. поставља питања, парафразира, избегава прекидање).
 - Изражава своје ставове, емоције и потребе прецизно и асоцијално, прилагођавајући се контексту и публици.
4. Предупређивање конфликта кроз критичко опажање
 - Објашњава утицај стереотипа, грешака у опажању (нпр. хало-ефекат, први утисак) на конфликте.
 - Користи технике попут "Ја-порука" и емпатије да спречи ескалацију конфликта у симулираним сценаријима.
5. Поштовање различитости и људских права
 - У групним активностима активно промовише инклузивност и равноправност, критички реагујући на дискриминаторне изразе.
 - Повезује принципе родне равноправности и људских права са свакодневним ситуацијама у школи или заједници.
6. Препознавање социјалне дистанце
 - Наводи примере социјалне дистанце у медијима, историји или друштву (нпр. сегрегација, предрасуде) и анализира њихов утицај на међуљудске односе.
 - Дискутује о последицама социјалне дистанце на интеграцију група.
7. Аргументована подршка медијацији
 - Упореди медијацију са другим методама решавања конфликта (нпр. судски процес), истичући њене предности (нпр. очување односа, брже решење).
 - Симулира процес медијације, показујући разумевање улоге неутралног трећег лица.
8. Критичка анализа предрасуда и дискриминације
 - Открива примере стереотипа и дискриминације у медијима или окружењу, објашњавајући њихово порекло и последице.

- Предлаже конкретне акције за сузбијање насилног понашања или конформизма (нпр. кампање свијести, подршка жртвама).
9. Просоцијално понашање и алтруизам
- Описује личне или посматране примере алтруизма (нпр. волонтирање, помагање вршњаку) и анализира њихов значај за заједницу.
 - Иницира просоцијалне активности у школи, показујући лидерске

Критеријуми оцењивања за оцену 4:

1. повезивање фактора са процесом социјализације
 - Објашњава утицај најважнијих фактора (нпр. породица, вршњаци, медији) на социјализацију, наводћи примере, али са ограниченим контекстуалним разумевањем.
 - Указује на везу између фактора и понашања, али са мање детаљне анализе.
2. Препознавање препрека комуникацији
 - Идентификује основне препреке (нпр. језичке, емоционалне) и делимично објашњава њихов утицај.
 - Предлаже опште стратегије за превазилажење препрека, али са мање конкретних примера из праксе.
3. Активно слушање и јасно изражавање
 - Показује основне вештине активног слушања (нпр. не прекида, потврђује разумевање), али са мање парафразирања или дубљих питања.
 - Изражава своје мисли и осећања јасно, али са повременим тешкоћама у адаптацији контексту.
4. Предупређивање конфликта кроз критичко опажање
 - Препознаје утицај грешака у опажању (нпр. први утисак) на конфликте, али са мање детаљног објашњења.
 - Користи основне технике за смањење тензија (нпр. "Ја-поруке"), али са мање конзистентности у симулираним ситуацијама.
5. Поштовање различитости и људских права
 - Поштује различитости у групи и избегава дискриминаторне изразе, али са мање иницијативе за промовисање равноправности.
 - Повезује људска права са свакодневним ситуацијама уз подршку наставника или материјала.
6. Препознавање социјалне дистанце
 - Наводи основне примере социјалне дистанце (нпр. изоловање група) и делимично објашњава њихов значај.
 - Дискутује о последицама социјалне дистанце уз подстицај наставника.
7. Аргументована подршка медијацији
 - Наводи предности медијације у односу на сукоб (нпр. мирно решење), али са мање упоређивања са другим методама.
 - Учествује у симулираној медијацији уз умерену подршку.
8. Критичка анализа предрасуда и дискриминације

- Препознаје очигледне примере стереотипа или дискриминације и објашњава њихову штетност.
 - Изражава спремност за реакцију на насилно понашање, али са мање конкретних предлога за акцију.
9. Просоцијално понашање и алтруизам
- Наводи примере просоцијалног понашања из личног искуства или окружења, али са мање анализе њиховог утицаја.
 - Учествује у просоцијалним активностима, али углавном као следбеник, а не иницијатор.

Критеријуми оцењивања за оцену 3:

1. повезивање фактора са процесом социјализације
 - Наводи основне факторе социјализације (нпр. породица, вршњаци) без детаљнијег објашњења њиховог утицаја.
 - Повезује факторе са понашањем површно, без анализе механизма.
2. Препознавање препрека комуникацији
 - Препознаје очигледне препреке (нпр. бука, језичке разлике), али не објашњава њихов утицај на комуникацију.
 - Предлаже опште или непотпуне стратегије за превазилажење препрека (нпр. "треба слушати").
3. Активно слушање и јасно изражавање
 - Слуша без прекидања, али не користи технике активног слушања (нпр. парафразирање).
 - Изражава основне мисли и осећања, али са тешкоћама у структурирању или прилагођавању контексту.
4. Предупређивање конфликта кроз критичко опажање
 - Наводи да грешке у опажању могу изазвати конфликте, али не детаљније образлаже.
 - Користи "Ја-поруке" или друге технике повремено и непотпуно.
5. Поштовање различитости и људских права
 - Избегава отворено дискриминаторно понашање, али не учествује активно у промовисању равноправности.
 - Разуме основне принципе људских права уз сталну подршку наставника.
6. Препознавање социјалне дистанце
 - Наводи једноставне примере социјалне дистанце (нпр. изоловање у школи) без анализе узрока или последица.
 - Дискусију води уз стално подстицање наставника.
7. Аргументована подршка медијацији
 - Наводи да је медијација "боља од свађе", али не упоређује је са другим методама.

- Учествоује у симулираној медијацији уз знатну помоћ и упутства.
- 8. Критичка анализа предрасуда и дискриминације
 - Препознаје експлицитне примере дискриминације (нпр. вређање) и наводи да су "погрешни", али не анализира њихову позадину.
 - Реагује на насиље само када је експлицитно указано.
- 9. Просоцијално понашање и алтруизам
 - Наводи основне примере помагања (нпр. позајми оловку), али не разматра њихов значај.
 - Учествоује у просоцијалним активностима само као пасиван учесник.

Критеријуми оцењивања за оцену 2:

1. повезивање фактора са процесом социјализације
 - Назива поједине факторе социјализације (нпр. породица) без објашњења њиховог утицаја.
 - Повезује факторе са понашањем непотпуно или непотпуно, са честим грешкама.
2. Препознавање препрека комуникацији
 - Указује на очигледне препреке (нпр. бука) само уз подстицај наставника, без објашњења.
 - Предлаже нереалне или непотпуне стратегије за превазилажење препрека (нпр. "не знам").
3. Активно слушање и јасно изражавање
 - Слуша саговорника са видљивим потешкоћама (нпр. често прекида, губи пажњу).
 - Изражава мисли и осећања непотпуно, са конфузијом или нејасноћом у изражавању.
4. Предупређивање конфликта кроз критичко опажање
 - Наводи да "људи греше", али не објашњава везе са конфликтима.
 - Ретко или непотпуно користи технике за смањење конфликта, чак и уз подршку.
5. Поштовање различитости и људских права
 - Избегава отворену дискриминацију, али не препознаје суптилне облике неравноправности.
 - Показује ограничено разумевање људских права, често захтевајући понављање инструкција.
6. Препознавање социјалне дистанце
 - Наводи пример социјалне дистанце само када је експлицитно приказан (нпр. изоловање у филму), без анализе.
 - Не види везе између социјалне дистанце и друштвених проблема.
7. Аргументована подршка медијацији

- Наводи да је медијација "добра" без аргумената или упоређивања са другим методама.
 - Учествоје у симулираној медијацији са минималним ангажманом и без разумевања улоге.
8. Критичка анализа предрасуда и дискриминације
- Препознаје екстремне примере дискриминације (нпр. физичко насиље) само када су назначени.
 - Не показује спремност за реакцију или само понавља опште фразе (нпр. "треба бити фин").
9. Просоцијално понашање и алтруизам
- Наводи примере помагања само ако су изричито тражени (нпр. "неко је помогао другару").
 - Не види везе између просоцијалног понашања и добробити заједнице.

Критеријуми оцењивања за оцену 1:

1. повезивање фактора са процесом социјализације
 - Назива 1-2 фактора социјализације (нпр. "породица") без икаквог објашњења утицаја.
 - Не уме да повеже факторе са понашањем или процесима, чак и уз директан подстицај.
2. Препознавање препрека комуникацији
 - Указује на препреке само ако су експлицитно назначене (нпр. "гласна музика"), али без разумевања њиховог утицаја.
 - Предлаже нереалне или непојмљиве стратегије (нпр. "не знам", "ништа").
3. Активно слушање и јасно изражавање
 - Слушање је непотпуно, са честим прекидањем или потпуним неразумевашњем саговорника.
 - Изражава мисли и осећања нејасно, са конфузијом или нерелевантним одговорима.
4. Предупређивање конфликта кроз критичко опажање
 - Не препознаје везе између грешака у опажању и конфликта.
 - Не користи технике за смањење конфликта чак и уз упутства.
5. Поштовање различитости и људских права
 - Понекад показује отворено непоштовање или игнорише принципе равноправности.
 - Не разуме основне концепте људских права, чак и уз понављање.
6. Препознавање социјалне дистанце
 - Не препознаје примере социјалне дистанце чак и у експлицитним ситуацијама.
 - Не види везе између дистанце и друштвених проблема.
7. Аргументована подршка медијацији

- Не разуме појам медијације или је поистовећује са "свађом".
 - У симулираним ситуацијама пасиван или деструктиван.
8. Критичка анализа предрасуда и дискриминације
- Не препознаје чак и екстремне примере дискриминације (нпр. насиље).
 - Не показује спремност за реакцију или подржава погрешне обрасце понашања.
9. Просоцијално понашање и алтруизам
- Не наводи примере просоцијалног понашања или их поистовећује са "слабошћу".
 - Не учествује у просоцијалним активностима, чак и под притиском.

6. модул – адолесценција

Критеријуми за оцену 5 :

1. Опис најважнијих карактеристика адолесцентског доба
 - Детаљно и структурирано описује биолошке, психолошке и социјалне карактеристике адолесценције (нпр. пубертет, трагање за идентитетом, развој апстрактног мишљења, потреба за припадношћу).
 - Објашњава међусобну повезаност ових карактеристика и њихов утицај на доношење одлука и емоционални развој.
 - Користи примере из студија, књижевности или медија да илуструје динамику адолесцентског развоја.
2. Препознавање и критички однос према проблемима и ризичним понашањима
 - Идентификује најчешће проблеме (нпр. анксиозност, депресија, злоупотреба супстанци, несигурни сексуални односи) и ризична понашања (нпр. експериментисање са дрогама, самоповређивање).
 - Критички анализира узроке и последице ових понашања, позивајући се на теоријске моделе (нпр. социјални притисак, недостатак родитељске подршке).
 - Предлаже конкретне стратегије превенције и интервенције (нпр. едукативне кампање, улога школа, приступ психичком здрављу).
3. Препознавање и супротстављање вршњачком притиску
 - Анализира различите облике вршњачког притиска (директни, индиректни, онлајн) и њихов утицај на одлуке и понашање.
 - Демонстрира ефективне стратегије за одолевање притиску (нпр. асертивна комуникација, тражење подршке, изградња самопоуздања).
 - У симулираним ситуацијама или стварним примерима показује способност да се супротстави негативном утицају, истовремено поштујући своје и туђе границе.

Критеријуми за оцену 4 :

1. Опис најважнијих карактеристика адолесцентског доба
 - Наводи биолошке, психолошке и социјалне карактеристике адолесценције (нпр. пубертет, трагање за идентитетом), али са непотпуним објашњењем њихове међусобне повезаности.
 - Описује утицај адолесцентског развоја на одлуке и емоције, али без дубље анализе или конкретних примера из различитих извора.
2. Препознавање и критички однос према проблемима и ризичним понашањима
 - Идентификује најчешће проблеме (нпр. злоупотреба супстанци, несигурни сексуални односи) и ризична понашања, али са ограниченим разумевањем њихових узрока и последица.
 - Предлаже опште стратегије за превенцију (нпр. "треба разговарати са родитељима"), али без детаљнијег образложења или теоријских референци.
 - Користи примере из личног искуства или медија, али са мањом критичком анализом.
3. Препознавање и супротстављање вршњачком притиску
 - Препознаје основне облике вршњачког притиска (нпр. директно навођење на нежељено понашање) и делимично објашњава њихов утицај.
 - Демонстрира основне стратегије за одолевање притиска (нпр. одбијање, тражење подршке), али са мање асертивности или креативности у симулираним ситуацијама.
 - Указује на важност поштовања граница, али не анализира дубље социјалне динамике.

Критеријуми за оцену 3:

1. Опис најважнијих карактеристика адолесцентског доба
 - Наводи основне карактеристике адолесценције (нпр. физичке промене, жеља за независношћу), али без детаљнијег објашњења њиховог значаја или међусобних веза.
 - Повезује карактеристике са понашањем површно (нпр. "adolесценти су нестрпљиви јер траже слободу").
2. Препознавање и критички однос према проблемима и ризичним понашањима
 - Препознаје очигледне проблеме (нпр. пушење, ваннаставне активности) и ризична понашања, али не разуме њихове узроке или дугорочне последице.
 - Предлаже опште и непотпуне стратегије (нпр. "треба бити пажљив"), без конкретних примера или теоријске позадине.
 - Користи једноставне примере из блиског окружења, али без критичке анализе.
3. Препознавање и супротстављање вршњачком притиску

- Препознаје директни вршњачки притисак (нпр. "ако не урадиш ово, нећемо бити пријатељи") уз подршку наставника.
- Користи основне начине одолевања (нпр. "кажем не"), али са тешкоћама у асертивности или разумевању дубљих социјалних динамика.
- У симулираним ситуацијама реагује пасивно или непотпуно, често захтевајући упутства.

Критеријуми за оцену 2:

1. Опис најважнијих карактеристика адолесцентског доба
 - Наводи 1-2 основне карактеристике (нпр. "мења се тело") без икаквог објашњења или контекста.
 - Не уме да повеже карактеристике са процесима адолесценције (нпр. "не знам зашто се то дешава").
2. Препознавање и критички однос према проблемима и ризичним понашањима
 - Препознаје ризична понашања само ако су експлицитно назначена (нпр. "пушење је лоше"), али без разумевања узрока или последица.
 - Предлаже нереалне или непотпуне стратегије (нпр. "не треба то радити"), без конкретних примера или логичне везе са темом.
3. Препознавање и супротстављање вршњачком притиску
 - Указује на вршњачки притисак само када је директан и екстреман (нпр. "наторају ме да украдем"), али без разумевања суптилнијих облика.
 - Користи неадекватне или пасивне стратегије (нпр. "ћутим" или "бежим"), чак и уз подршку наставника.

Критеријуми за оцену 1:

1. Опис најважнијих карактеристика адолесцентског доба
 - Назива 1-2 физичке промене (нпр. "расту длаке") без икаквог објашњења или контекста.
 - Не разуме везе између адолесценције и психосоцијалних промена (нпр. "не знам шта се дешава").
2. Препознавање и критички однос према проблемима и ризичним понашањима
 - Не препознаје ризична понашања чак ни када су експлицитно истакнута (нпр. "пушење је нормално").
 - Предлаже стратегије без везе са стварношћу (нпр. "само немој да те боли") или не предлаже ништа.
3. Препознавање и супротстављање вршњачком притиску
 - Не препознаје ни директни вршњачки притисак (нпр. "то је само шала").
 - Реагује пасивно или подстиче деструктивно понашање (нпр. "урадио бих то да ме прихвате").

- **Показује потпуно недостајуће разумење** кључних појмова (нпр. поистовећује адолесценцију са "бити млад").
- **Користи погрешне или вантематске примере** (нпр. "адолесценти воле сладолед").
- **Не учествује у дискусијама** или их омета (нпр. подсмех, одбијање сарадње).
- **Не види везе** између теорије и живота (нпр. "ово није битно за мене").
- **Игнорише етичке принципе** или отворено крши норме (нпр. подржава дискриминацију).