

## A TANTÁRGY ADATLAPJA

### 1. A képzési program adatai

1.1 Felsőoktatási intézmény	<b>Babes-Bolyai Tudományegyetem</b>
1.2 Kar	<b>Pszichológia és Neveléstudományok kar</b>
1.3 Intézet	<b>Alkalmazott Pszichológia Intézet</b>
1.4 Szakterület	<b>Pszichológia</b>
1.5 Képzési szint	<b>Klinikai pszichológia: diagnózis és beavatkozás</b>
1.6 Szak / Képesítés	<b>Pszichológia – magyar nyelven Pszichológus/ Képesítési kód: L060080010</b>

### 2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	<b>Felnőtt fejlődés és optimális öregedés pszichológiája</b>						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve	<b>dr. Marschalkó Eszter Enikő egyetemi adjunktus</b>						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	<b>dr. Marschalkó Eszter Enikő egyetemi adjunktus</b>						
2.4 Tanulmányi év	II	2.5 Félév	I	2.6. Értékelés módja	V	2.7 Tantárgy típusa	<b>DSIN</b>

### 3. Teljes becsült idő (az oktatási tevékenység féléves óraszama)

3.1 Heti óraszám	4	melyből: 3.2 előadás	1	3.3 szeminárium/labor	2
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám	56	melyből: 3.5 előadás	14	3.6 szeminárium/labor	28
A tanulmányi idő elosztása:					70 óra
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása					26
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					26
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, bemutatók, esszék kidolgozása					14
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					2
Vizsgák					2
Más tevékenységek: .....					
3.7 Egyéni munka össz-óraszama	70				
3.8 A félév össz-óraszama	154				
3.9 Kreditszám	4				

### 4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1 Tantervi	
4.2 Kompetenciabeli	

### 5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Az előadásokon való aktív részvételnek előfeltétele, az egyes témákhoz megadott könyvészet elolvasása, az online oktatáshoz szükséges felszerelés megléte, internetes hozzáférés.</li> </ul>
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Az előadásokon való aktív részvételnek előfeltétele, az egyes témákhoz megadott könyvészet elolvasása, az online oktatáshoz szükséges felszerelés megléte, internetes hozzáférés.</li> </ul>

## 6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

<b>Szakmai kompeten- ciák</b>	<p>C1. A diplomázó ismeri az elméleti alapokat és a klinikai pszichológia szakmai etikáját</p> <p>C2. A végzett használja a következő ismereteket ismereteket a pszichodiagnosztikához és az egészség és az egészség szempontjából releváns pszichológiai tényezők értékeléséhez. betegség szempontjából</p> <p>C5. Folyamatos oktatás és képzés</p>
<b>Transzverzális</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A szakma gyakorlására érvényes deontológiai elveknek megfelelő szakmai feladatvégzés</li> <li>• Hatékony multidiszciplináris csapatmunka technikák alkalmazása különböző hierarchikus szinteken</li> <li>• A szakmai kompetenciáknak a társas környezet dinamikájához való igazítása, a folyamatos fejlődés iránti szükséglet (ön) értékelése révén</li> </ul>

## 7. A tantárgy célkitűzései (az elsajátítandó jellemző kompetenciák alapján)

7.1. A tantárgy általános célkitűzése	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A szakterület és szakterület alapfogalmainak, elméleteinek és módszereinek ismerete és megértése; megfelelő felhasználásukat a szakmai kommunikációban</li> <li>• Alapvető ismeretek felhasználása különféle típusú fogalmak, helyzetek, folyamatok, projektek stb. magyarázatára és értelmezésére. a területhez kapcsolódik</li> </ul>
7.2. A tantárgy sajátos célkitűzései	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A pszichológiára és általában a társadalomtudományokra jellemző alapfogalmak, elméletek és módszerek megfelelő felhasználása a szakmai kommunikációban</li> <li>• Pszichológiai jelenségek magyarázata, értelmezése a szakterületen megfelelő fogalmak és alapelméletek felhasználásával</li> <li>• A pszichológiai tudomány alapvető jellemzőinek, a főbb paradigmák és módszertani irányelvek ismertetése</li> <li>• Az információ minőségének értékelése és a használt fogalmak rangsorolása a hatókörtől, kiterjesztéstől és meghatározástól, de a kontextus igényeitől függően is</li> <li>• Tények, elméletek magyarázata, értelmezése a szakterületi alapismeretek, valamint a saját módon szerzett megfigyelések, információk felhasználásával</li> <li>• A pszichológia főbb elméleti megközelítéseinek (viselkedési, biológiai, kognitív, evolúciós, humanista, pszichodinamikai és szociokulturális) összehasonlító elemzése.</li> </ul>

## 8. Tartalmak

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
-------------	----------------------	--------------

1. A felnőttkori fejlődés megközelítése bio-pszichoszociális perspektívában. Egészséges és egészségtelen öregedés.	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
2. Fejlődés modellek: biológiai, pszichológiai, szociokulturális és életút perspektíva	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
3. Kutatási módszertan és eszközei az életúti megközelítésekben	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
4. Testi változások és pszichológiai következmények érzékelés és észlelés kapcsán	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
5. A felnőttkori személyiség alakulása I. (Egopszichológia és pszichodinamikai perspektíva)	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
6. A felnőttkori személyiség alakulása II. (Vonáselméleti és kognitív perspektíva)	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
7. Öregedés és a kognitív funkciók változásai (Információ feldolgozás, Figyelem, Memória )	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
8. Öregedés és a kognitív funkciók változásai (Beszéd, Problémamegoldás és IQ)	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
9. A közeli szociális kapcsolatok szerepe az egészséges öregedésben I. (házastárs, partnerkapcsolatok)	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
10. A közeli szociális kapcsolatok szerepe az egészséges öregedésben II. (közeli család és baráti kapcsolatok)	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
11. A produktivitás, kreativitás és nyugdíjbavonulás életút perspektívában	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
12. A sikeres öregedés és a hosszútávú pszichológiai jóllét alappillérei	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
13. Leépülés, gyász és halál: megküzdés bio-pszichoszociális keretekben	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	
14. Idősödő világpopuláció: a pszichológia szerepe, értéke és alkalmazási területei	bemutató, szintézis, kritikai értékelés, vita, összefoglalás	

**Könyvészet:**

- Whitbourne, S. K. & Whitbourne, S. B. (2011). Adult development and aging: Biopsychosocial perspectives (4th Ed.). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Levitin, D. J., (2020). Successful Aging: A Neuroscientist Explores the Power and Potential of Our Lives., Penguin Books Limited
- Zaraska M.,(2020). Growing Young: How Friendship, Optimism, and Kindness Can Help You Live to 100., Appetite by Random House
- Mund, M., Freuding, M. M., Möbius, K., Horn, N., & Neyer, F. J. (2019). The Stability and Change of Loneliness Across the Life Span: A Meta-Analysis of Longitudinal Studies. Personality and Social Psychology Review, 24(1), 24–52. doi:10.1177/1088868319850738
- Bazana, P. G., & Stelmack, R. M. (2004). Stability of Personality Across the Life Span: A Meta-Analysis. On the Psychobiology of Personality, 113–144. doi:10.1016/b978-008044209-9/50009-9
- Fontes, A. P., & Neri, A. L. (2015). Resilience in aging: literature review. Ciência & Saúde Coletiva, 20(5), 1475–1495. doi:10.1590/1413-81232015205.00502014
- Marchant, N. L., Lovland, L. R., Jones, R., Pichet Binette, A., Gonneaud, J., ... Arenaza-Urquijo, E. M. (2020). Repetitive negative thinking is associated with amyloid, tau, and cognitive decline. Alzheimer's & Dementia, 16(7), 1054–1064. doi:10.1002/alz.12116
- DiPietro, L. (2001). Physical Activity in Aging: Changes in Patterns and Their Relationship to Health and Function. The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences, 56(Supplement 2), 13–22. doi:10.1093/gerona/56.suppl\_2.13

8.2 Szeminárium / Labor	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
1. Az életkor fogalma és szociális sztereotípiák (ageizmus)	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
2. Longitudinális kutatások/ Kvantitatív Metanalízis következtetések a sikeres öregedés kapcsán	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
3. Testi épség, funkcionális és egészség megőrzésének feltételei, prediktorai	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
4. Kognitív funkciók hanyatlásának megelőzése, prediktív tényezők (Információ feldolgozás, Figyelem, Memória )	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
5. Kognitív funkciók hanyatlásának megelőzése, prediktív tényezők (Beszéd, Problémamegoldás és IQ)	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
6. A személyiség stabilitása az életút megközelítésben	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
7. Egészségvédő és megküzdést elősegítő személyiségvonások időskorban	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
8. Magány és szociális kapcsolatok szerepe pszichológiai vonatkozásban	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
9. A boldogság és kiegyensúlyozottság prediktív faktorai időskorban	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
10. Életstílus, fizikai mozgás és szakmai aktivitás szerepe a sikeres idősödés kontextusában	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
11. Nyugdíjbavonulás és ennek hatása	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
12. A mentális egészség prediktorai/ fentartása nyugdíjasoknál	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés, következtetés	
13. A halál elfogadása, megküzdés és a gyász	Bemutató, problematizálás, vita, kritikai értékelés,	

	következtetés	
14. Következtetések	Összefoglalás, szintetizálás, következtetés	
<b>Könyvészet:</b>		
Whitbourne, S. K. & Whitbourne, S. B. (2011). Adult development and aging: Biopsychosocial perspectives (4th Ed.). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.		
Levitin, D. J., (2020). Successful Aging: A Neuroscientist Explores the Power and Potential of Our Lives., Penguin Books Limited		
Zaraska M.,(2020). Growing Young: How Friendship, Optimism, and Kindness Can Help You Live to 100., Appetite by Random House		
Mund, M., Freuding, M. M., Möbius, K., Horn, N., & Neyer, F. J. (2019). The Stability and Change of Loneliness Across the Life Span: A Meta-Analysis of Longitudinal Studies. Personality and Social Psychology Review, 24(1), 24–52. doi:10.1177/1088868319850738		
Bazana, P. G., & Stelmack, R. M. (2004). Stability of Personality Across the Life Span: A Meta-Analysis. On the Psychobiology of Personality, 113–144. doi:10.1016/b978-008044209-9/50009-9		
Fontes, A. P., & Neri, A. L. (2015). Resilience in aging: literature review. Ciência & Saúde Coletiva, 20(5), 1475–1495. doi:10.1590/1413-81232015205.00502014		
Marchant, N. L., Lovland, L. R., Jones, R., Pichet Binette, A., Gonneau, J., ... Arenaza-Urquijo, E. M. (2020). Repetitive negative thinking is associated with amyloid, tau, and cognitive decline. Alzheimer's & Dementia, 16(7), 1054–1064. doi:10.1002/alz.12116		
DiPietro, L. (2001). Physical Activity in Aging: Changes in Patterns and Their Relationship to Health and Function. The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences, 56(Supplement 2), 13–22. doi:10.1093/gerona/56.suppl_2.13		

**8. Az episztemikus közösségek képviselői, a szakmai egyesületek és a szakterület reprezentatív munkáltatói elvárásainak összhangba hozása a tantárgy tartalmával.**

COPSI- A Romániai Pszichológusok Társaságának Deontológiai Kódjának és előírásainak, törvényének megfelel (Colegiul Psihologilor din România, a Codului deontologic al profesiei de psiholog cu drept de liberă practică ([www.copsi.ro](http://www.copsi.ro)) și a **Procedurilor de atestare în conformitate cu Normele metodologice de aplicare a Legii 213/2004**)

A felsőoktatási foglalkoztatások-szakmák nyilvántartásának megfelel (Registrul Național al Calificărilor din învățământul Superior (<http://www.rncis.ro>))

Romániai szakmák besorolásának megfelel (Clasificarea Ocupațiilor din România (<http://www.mmuncii.ro/>))

**9. Értékelés**

Tevékenység típusa	10.1 Értékelési kritériumok	10.2 Értékelési módszerek	10.3 Aránya a végső jegyben
Előadás	<ul style="list-style-type: none"> <li>Írott vizsga</li> </ul>	<b>Írásbeli</b>	<b>50%</b>
Szeminárium / Labor	<ul style="list-style-type: none"> <li>Egy korai öregedés megelőzési terv készítése</li> </ul>	Mindkettőt írásban is le kell adni elektronikus formában és a kettő átlagából származik a szemináriumi jegy.	<b>50%</b>
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei			

- Ha a hallgató az írásbeli vizsgán nem éri el a minimum 5-ös osztályzatot (50%), akkor az adott szekcióban nem tesz sikeres vizsgát, még akkor sem, ha a 10.5. pont követelményeit teljesítette.
- Az oktatás formája: az előadások 30 %-a és a szemináriumok 15%-a online szinkron formában valósul meg.
- Az órákon való részvétel kötelező, a hallgató nem jelenhet meg a vizsgán, ha 85%-ban nem volt jelen
- A gyakorlati órákról (laboratóriumok, szemináriumok, projektek) a hallgató a 14 alkalomból maximum 3 alkalommal hiányozhat

Tantárgyfelelős  
Dr. Marschalkó Eszter Enikő

Tantárgytutor/  
Dr. Marschalkó Eszter Enikő

*dátum*  
25,04,2024

Intézetvezető,

