

PSIHOLOGIE

Echipe formate din 3 elevi vor elabora proiecte ce abordează una din temele propuse

1. Impactul tehnologiei asupra sănătății mintale

Impactul tehnologiei asupra sănătății mintale este un subiect extrem de pertinent în lumea contemporană, în special pentru adolescenți și tineri. Realizați un proiect în care să prezentați modul în care tehnologia poate avea atât efecte pozitive, cât și negative asupra sănătății mintale. Accentuați modul în care pot fi identificate aceste influențe și modalitatea de a dezvolta strategii pentru a gestiona utilizarea tehnologiei într-un mod sănătos și echilibrat. Lucrarea trebuie să aibă între 3000 și 4000 de cuvinte și poate include fotografii / diagrame / scheme / grafice.

Repere bibliografice:

- Guo, C., Gilmour, S., Song, P., & Fang, A. (2023). Positive or negative? The effect of emerging technologies and products on mental health. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1282385. <https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsy.2023.1282385/full>
- Haidt, J., & Allen, N. (2020). Scrutinizing the effects of digital technology on mental health. <https://www.nature.com/articles/d41586-020-00296-x>

2. Stresul și strategiile de gestionare a acestuia

Stresul este o parte normală a vieții, iar adolescența poate fi o perioadă particular de stresantă datorită schimbărilor fizice, emoționale și sociale pe care tinerii le experimentează. Realizați o investigație cu privire la cauzele stresului în rândul adolescenților și analizați diferitele strategii de gestionare a acestuia. Lucrarea trebuie să aibă între 3000 și 4000 de cuvinte și poate include fotografii / diagrame / scheme / grafice.

Repere bibliografice:

- American Psychological Association. (2019). How to help children and teens manage their stress. *American Psychological Association*. Retrieved September, 22, 2022. <https://www.apa.org/topics/children/stress>
- Kallianta, M. D. K., Katsira, X. E., Tsitsika, A. K., Vlachakis, D., Chrousos, G., Darviri, C., & Bacopoulou, F. (2021). Stress management intervention to enhance adolescent resilience: A randomized controlled trial. *EMBnet. journal*, 26. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8525873/>

3. Eficiența diferitelor metode de învățare

Investigați eficacitatea diferitelor tehnici de învățare (de exemplu, învățarea prin asociere,

învățarea prin repetiție, învățarea prin rezolvarea problemelor, etc) determinând care dintre aceste tehnici prezintă eficiență ridicată în promovarea memoriei și înțelegerii. Lucrarea trebuie să aibă între 3000 și 4000 de cuvinte și poate include fotografii / diagrame / scheme / grafice.

Repere bibliografice:

- Dunlosky, J., Rawson, K. A., Marsh, E. J., Nathan, M. J., & Willingham, D. T. (2013). Improving students' learning with effective learning techniques: Promising directions from cognitive and educational psychology. *Psychological Science in the Public Interest*, 14(1), 4-58. https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1529100612453266?casa_token=RsW6HmT7w24AAAAA%3AHuQy2CmbPIn1QfiLFM79tNrPAuoWznO1ZXI6Lxq8rhSoA6744DXxAqyrANxIPHaXFmh6702TpMM
- Donoghue, G. M., & Hattie, J. A. (2021, March). A meta-analysis of ten learning techniques. In *Frontiers in Education* (Vol. 6, p. 581216). Frontiers. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/feduc.2021.581216/full>

4. Efectele muzicii asupra stării emoționale

Studiile au demonstrat că muzica poate avea un impact semnificativ asupra stării emoționale a oamenilor, dar și asupra altor funcții psihice implicate în performanță și învățare. Realizați un proiect prin care să demonstrați implicațiile muzicii în planul funcționării psihologice. Lucrarea trebuie să aibă între 3000 și 4000 de cuvinte și poate include fotografii / diagrame / scheme / grafice.

Repere bibliografice:

- Lane, A. M., Davis, P. A., & Devonport, T. J. (2011). Effects of music interventions on emotional states and running performance. *Journal of sports science & medicine*, 10(2), 400. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3761862/>
- Schäfer, T., Sedlmeier, P., Städtler, C., & Huron, D. (2013). The psychological functions of music listening. *Frontiers in psychology*, 4, 54458. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2013.00511/full>

5. Prejudecățile și discriminarea

Realizați un proiect în care să analizați prejudecățile și discriminarea în societate, precum și modul în care acestea afectează anumite categorii de persoane. Puteți utiliza exemple concrete de prejudecăți și discriminare din istorie sau din prezent pentru a explica mai bine contextul și consecințele acestor fenomene. Examinați, de asemenea, strategiile de reducere a prejudecăților și propuneți strategii de intervenție pentru promovarea incluziunii sociale. Lucrarea trebuie să aibă între 3000 și 4000 de cuvinte și poate include fotografii / diagrame / scheme / grafice.

Repere bibliografice:

- Kite, M. E., Whitley Jr, B. E., & Wagner, L. S. (2022). *Psychology of prejudice and discrimination*. Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9780367809218/psychology-prejudice-discrimination-mary-kite-bernard-whitley-jr-lisa-wagner>
 - Killen, M., & Rutland, A. (2022). Promoting fair and just school environments: Developing inclusive youth. *Policy insights from the behavioral and brain sciences*, 9(1), 81-89. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8992963/>
-
- Lucrările (proiectele), transformate în format pdf, vor fi trimise prin e-mail la adresa lzi@usv.ro (cu confirmare de primire).
 - Susținerea referatelor se va face prin prezentare PowerPoint.