

Psychologie op het Calandlyceum

Ranko Steusel

rsteusel@calandlyceum.nl

*Naarmate volwassenen meer kennis en begrip hebben
van psychologische ontwikkeling en processen,
functioneren ze beter, niet alleen in mentaal maar ook
in sociaal en fysiek opzicht.*

OECD 2006 / WHO-HFA 2000

DOELEN EN ONDERWERPEN

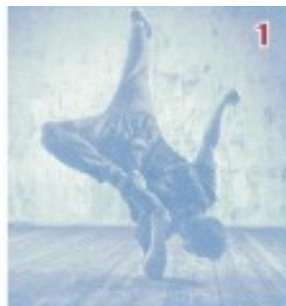
1. Belangstelling wekken voor psychologische onderwerpen
2. Mentale gezondheid vergroten (doorzettingsvermogen en veerkracht)
 - plasticiteit van het brein
 - belang van oefening
 - invloeden op het brein, o.a.
 - belang van slaap
 - belang van beweging
 - belang van voeding
 - soorten geheugen en hoe deze te trainen
 - positieve psychologie:
 - mindsets
 - kwaliteiten
 - trojspunten
 - dankbaarheid
 - geluk
 - omgaan met spanning



De lessen: denken – ervaren – doen

Denken

- *Psychologisch* Psyche en Brein
- inleidend beeldmateriaal
- opdrachten maken en bespreken
- onderzoekjes (www / Teams)
 - wat is IQ, EQ?
 - wat is *geluk* voor jou?
 - onderwerp naar eigen keuze + presentatie



1

Je lenige brein

- 1 Jouw brein
- 2 Hersenen lijken op spieren
- 3 Hoe hersenen zich ontwikkelen
- 4 Gevoelige perioden
- 5 Positieve invloeden op je brein
- 6 Negatieve invloeden op je brein
- 7 Samenvatting

Extra: het sociale brein
Woordenlijst



2

Waarneming

- 1 Het verschil tussen gewaarwording en waarneming
- 2 Hoe wordt je waarneming beïnvloed?
- 3 Kun je objectief waarnemen?
- 4 Betekenis geven aan wat je waarneemt
- 5 Zintuigen werken samen
- 6 Samenvatting

Extra: persoonswaarneming
Woordenlijst



3

Hersenen

- 1 Wat is een zenuwstelsel?
- 2 Waaruit bestaan je hersenen?
- 3 De indeling van je grote hersenen
- 4 De bouwstenen van je hersenen
- 5 Hoe communiceren zenuwcellen met elkaar?
- 6 Samenvatting



4

Emoties

- 1 Wat zijn emoties?
- 2 Waarom hebben we emoties?
- 3 Zijn emoties overal op de wereld hetzelfde?
- 4 Emoties en je hersenen
- 5 Samenvatting

Extra: emotieregulatie
Woordenlijst



5

Geheugen

- 1 Wat is het geheugen?
- 2 Het langetermijngeheugen
- 3 Je geheugen kun je trainen
- 4 Soorten geheugenverlies
- 5 Waar zit je geheugen precies?
- 6 Samenvatting

Extra: kun je je geheugen wel vertrouwen?
Woordenlijst

Register

Online materiaal

Op www.coutinho.nl/psychologisch
vind je het online materiaal bij deze
methode. Dit bestaat uit:

- links naar filmpjes

Welkom!

Kies een hoofdstuk om verder te gaan.





Deel ▾



Openen met nieuwe edit

De lessen: denken – ervaren – doen

Ervaren

- frappante filmpjes + onderwijsleergesprekje (groepjes/plenair)
- stressreductie

Doen

- geheugen oefeningen
- kwaliteitenlandschap

Wat sloeg aan?

- filmpjes! [Ben Underwood / Genie]
- soorten geheugen
- invloeden op het brein
- ademhalingsoefeningen
- geluksonderzoekje

Wat misten de leerlingen nog?

- filmpjes!
- waarom mensen pesten
- emoties
- dromen
- verslavingen
- liever meer onderzoeksoopdrachten dan opdrachten uit het werkboek

Draagvlak

- Diverse initiatieven in het V.O.
- Denktank Nederlands Instituut van Psychologen
- LinkedIn *Psychologie in het VO*

Ranko Steusel

rsteusel@calandlyceum.nl