



Försättsblad Prov Original

Kurskod	Provkod	Tentamensdatum
P S 0 7 6 G	5 0 0 2	2 0 1 8 - 0 2 - 2 7
Kursnamn	Psykologi GR (A), Idrottpspsykologi I	
Provnamn	PS076G, moment 4, socialpsykologi och idrott, tentamen 2	
Ort	Östersund	
Termin	V18	
Ämne	Psykologi	

PS076G, (5002), Psykologi GR (A), Idrottspsykologi 1, 15 hp

Ordinarie tentamen

Datum:	tisdag den 27/2, 2018
Maxpoäng:	32
Godkänd:	minst 16 poäng
Ansvarig lärare:	Lina Eriksson (lina.eriksson@miun.se)
Hjälpmedel:	endast penna, suddgummi och blankt papper får användas. Ej ordbok/uppslagsverk

Ta det lugnt! Ta tid på dig. Tiden kommer att räcka till och bli över!

Svaren till samtliga frågor (utan undantag) skrivs direkt i provhäftet, direkt under frågan. Det betyder alltså att vi är ute efter korta svar. Dock bör det du skriver där vara svar på den aktuella frågan.

Skriv gärna svaren på ett kladdpapper först och sedan läsligt i provhäftet. Ser vi inte vad det står blir det inga poäng även om det var rätt! Har du glömt svaret på en fråga fortsätt till nästa fråga och gå tillbaka senare – det är effektivare än att sitta och grubbla tills du kommer på svaret och sedan gå vidare till nästa fråga. Dessutom så finns det studier som visar att det ofta är lättare att komma på det man glömt bort om man gör något annat ett tag (som att svar på andra frågor).

Lycka till!

Lina & Mattias

Ange endast ett svarsalternativ för fråga 1-4. Korrekt svar ger 1 poäng, anges mer än ett svarsalternativ eller om svaret lämnas tomt ges 0 poäng. Vid fel svar ges 1 minuspoäng, detta för att det inte ska gå att chansa sig till poäng. Fråga 1-4 ger max 4 poäng och lägst 0 poäng. Du kan alltså inte få ett negativt värde totalt sett, däremot kan svaren ta ut varandra t.ex. 1 rätt och 1 felaktigt svar leder till 0 poäng.

1. Frågan är kopplad till grupper och gruppprocesser 1p

Ringelman-effekten är ett fenomen som handlar om att individens prestation minskar ju fler deltagare det är i en grupp. Ringa in rätt alternativ.

Svar: SANT FALSKT

2. Frågan är kopplad till socialpsykologiska aspekter 1p

Kurslitteraturen (Psychology: Themes and variations) tar upp att inom socialpsykologi antas attityder bestå av tre olika komponenter. Vilken av nedanstående punkter är inte en av dessa komponenter.

1. Beteendemässig komponent
2. Fysiologisk komponent
3. Kognitiv komponent
4. Affektiv komponent

3. Frågan är kopplad till kommunikation 1p

Kurslitteraturen (FSEP) tar upp fyra olika aspekter som handlar om effektivt mottagande av budskap. Vilken av nedanstående punkter tillhör inte effektivt mottagande av budskap.

1. Stöttande lyssnande
2. Aktivt lyssnande
3. Medvetet lyssnande
4. Konstruktivt lyssnande
5. Empati

4. Frågan är kopplad till ledarskap 1p

Kurslitteraturen (Idrottsledarskap) tar upp något som kallas för situationsstyrt ledarskap. Teorin om det situationsstyrda ledarskapet utgår ifrån att den framgångsrika ledaren måste anpassa sin ledarstil till såväl situationen som gruppmedlemmarnas kompetensnivå. Ringa in rätt alternativ.

Svar: SANT FALSKT

5. Frågan är kopplad till motivation 6p

I Weinberg & Gould beskrivs motivationsteorier som förklarar vad som skiljer elit- och motionsidrott åt avseende varför individen väljer att ägna sig åt idrott. Ge (a) tre exempel på faktorer som kännetecknar de motiv som driver motionären i sitt idrottande, och (b) ge med hjälp av teorierna i boken tre konkreta exempel på hur motionärer kan behålla en hög grad av motivation för att fortsätta träna under lång tid.

6. Frågan är kopplad till motivationsklimat 4p

En basketklubb i Stockholm har ett tjugotal ungdomar i åldrarna 13-16 som satsar på tävlingsverksamhet, och de flesta hoppas bli framgångsrika när de kliver in i junioråldern. Det är både tjejer och killar i klubben. Nu har det dock spridit sig ett missnöje i stora delar av gruppen, där man inte tycker det känns roligt att träna. Det finns mycket irritation och mindre grupperingar. Föräldrarna har börjat undra vad som står på, och uttrycker oro och missnöje både till tränaren och till sina ungdomar. Den kvinnliga tränaren, en skol-kurator i 50-årsåldern, har själv ingen bakgrund inom idrotten, utan har mer eller mindre slumpmässigt följt med som tränare för sin egen dotter sedan 4 år tillbaka.

Beskriv (a) två faktorer som ur ett idrottspsykologiskt perspektiv förklarar hur olika typer av motivationsklimat uppstår. Ge (b) därefter, med stöd i kurslitteraturen, två exempel på hur man praktiskt skulle kunna förbättra klimatet i den aktuella basketklubben (om du tycker att information saknas, skapa dina egna hypoteser).

7. Frågan är kopplad till grupp & gruppprocesser 6p

- a) Redogör kortfattat för centrala skillnader mellan grupp och lag.

- b) Att bli ett lag kan bland annat beskrivas som en evolutionär process. Framför dig har du ett fotbollslag i division 1 som nyligen bytt ut majoriteten av sina spelare och som lag alltså kan räknas som nybildat. Använd någon av de teoribildningar som använts för att studera utveckling av lag och beskriv hur den framtida utvecklingen av detta lag skulle kunna se ut.

8. Frågan är kopplad till socialpsykologiska aspekter 4p

a) Redogör kortfattat för vad som menas med det socialpsykologiska begreppet attribution.

b) Attribution kan delas in i ”inre” attribution (internal attribution) och ”yttre” attribution (external attribution). Ge ett idrottsrelaterat exempel som visar på external attribution.

9. Frågan är kopplad till kommunikation 4p

Ibland uppstår kommunikationsproblem tex mellan tränare och lagmedlemmar eller mellan individer i ett lag.

a) Ge 2 exempel på vad som kan skapa kommunikationsproblem inom ett lag.

1.

2.

b) Ge två exempel på hur bättre kommunikation kan uppnås.

1.

2.

10. Frågan är relaterad till feedback/återkoppling 4p

a) Ge minst två exempel på externa förstärkare.

b) I vilka syften ges positiv förstärkning/återkoppling till den aktiva? Förklara vad tränaren vill uppnå med förstärkningen.