

PSYCHOLÓGIA – BAKALÁRSKY ŠTUDIJNÝ PROGRAM (Bc.)

TÉZY NA ŠTÁTNU ZÁVEREČNÚ SKÚŠKU

PRE AKADEMICKÝ ROK 2020/2021

ZÁKLADY TEORETICKÝCH PSYCHOLOGICKÝCH DISCIPLÍN

VŠEOBECNÁ PSYCHOLÓGIA

Predmet a východiská psychológie. Ciele psychológie ako vedy (opis, vysvetlenie, prognóza, ovplyvnenie). Hlavné smery súčasnej psychológie. Klasifikácia psychologických disciplín. Základné pojmy psychológie: determinácia ľudskej psychiky. Psychológia vedomia a nevedomia. Dedičnosť vs. prostredie. Učenie, druhy učenia: geneticky naprogramované typy učenia (habituácia, senzibilizácia, imprinting, exploračné správanie), klasické a operačné podmieňovanie, latentné učenie, teórie sociálneho učenia. Reflexná činnosť, inštinktívne správanie. Pojem vitalita, temperament. Kognitívne funkcie v psychológii. Pozornosť. Definície, druhy, vlastnosti, poruchy. Selektívna pozornosť. Vnímanie reverzibilných figúr. Vigilancia. Senzorické procesy a vnímanie. Pamäť a pamäťové procesy. Modely, explicitná a implicitná pamäť, zabúdanie. Experimentálne výskumy učenia. Imaginácia a tvorivosť. Psychológia myslenia. Základné teoretické koncepcie riešenia problémov. Experimentálne skúmanie riešenia problémov. Skúmanie vplyvu predchádzajúcich skúseností. Riešenie problémov v koncepcii kognitívnej psychológie. Mentálne bloky pri riešení problémov. Základné myšlienkové operácie. Konvergentné a divergentné myslenie. Magické myslenie. Myslenie a reč. Motivácia. Klasifikácia motívov. Projekcia motívov. Skúmanie motívu výkonu. Frustrácia. Konflikty. Deprivácia. Teórie optimálnej úrovne aktivácie (Berlyne), Yerkes-Dodsonov zákon, teórie protikladných procesov Solomona. Teórie potrieb Murrayho, Maslowa. Emócie. Telesná, výrazová a subjektívna zložka emócií. Skúmanie emócií. Všeobecné charakteristiky citových prejavov – trvanie, intenzita, polarita. Komplexné ľudské city. Citové vzťahy. Aspekty pojmu emocionalita. Teórie emócií. Fyziologické teórie emócií. Kognitívne teórie emócií.

Študijná literatúra:

- ATKINSON, R. a kol. (2003). *Psychologie*. Portál.
HILL, G. (2004). *Moderní psychologie. Hlavní oblasti současného studia lidské psychiky*. Portál.
KASSIN, S. M. (2007). *Psychologie*. Computer Press.
KOVÁČ, D. (2007). *Psychologíou k metanoi*. Veda.
PLHÁKOVÁ, A. (2011). *Učebnice obecné psychologie*. Academia.
KUČERA, D. (2015). *Moderní psychologie. Hlavní obory a témata současné psychologické vědy*. Grada.

ONTOGENETICKÁ PSYCHOLÓGIA

Predmet ontogenetickej psychológie, jej postavenie v systéme psychologických vied. Historické zdroje ontogenetickej psychológie. Pojmový aparát ontogenetickej psychológie. Psychický vývin. Determinanty, zákonitosti a spôsoby realizácie psychického vývinu. Periodizácia psychického vývinu jednotlivca. Metodologické možnosti a hranice v ontogenetickej psychológii. Teórie psychického vývinu a vývinové modely. Klasické a moderné teórie celoživotného vývinu človeka. Aplikácia ontogenetickej psychológie v praxi. Prenatálne obdobie. Štádium novorodenca. Štádium dojčiat – somatický a psychický vývin, sociálne interakcie dojčiat. Štádium batoláťa – psychický vývin, myslenie a reč, hry a hrová činnosť, rozvoj sociálnych citov a interakcií batoláťa. Predškolské obdobie. Vývin kresby. Predpoklady školskej spôsobilosti. Školský vek. Charakteristika štádia pubescencie. Predpuberta. Sekulárna akcelerácia. Osobnosť adolescenta. Poznávanie, city, vôľa a osobnosť adolescenta. Obdobie mladej dospelosti. Vlastnosti a prejavy ľudskej dospelosti. Manželstvo, rodičovstvo, zamestnanie. Charakteristika stredného dospelého

veku – psychická výkonnosť, sociálne interakcie, kríza stredného veku. Obdobie staršej dospelosti – špecifické znaky, bio-psycho-sociálne zmeny. Odchod do dôchodku. Aktívne starnutie. Štádium počiatočnej, pokročilej a vrcholnej staroby. Somatické a psychické involučné zmeny a premeny. Životná pozícia starých ľudí. Záležitosti na konci života. Smrť a vyrovnávanie sa so stratou.

Študijná literatúra:

- THOROVÁ, K. (2015). *Vývojová psychologie*. Portál.
VÁGNEROVÁ, M. (2012). *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání*. Univerzita Karlova v Praze.
VÁGNEROVÁ, M. (2007). *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*. Karolinum.
VÁGNEROVÁ, M. (2000). *Vývojová psychologie*. Portál.
LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Grada.
ERIKSON, H. E. (2015). *Životní cyklus rozšířený a dokončený*. Portál.
HEIDBRINK, H. (1997). *Psychologie morálního vývoje*. Portál.
ŘÍČAN, P. (2014). *Cesta životem*. Portál.
ŠULOVÁ, L. (2019). *Raný psychický vývoj dítěte*. Karolinum.

PSYCHOLÓGIA OSOBNOSTI

Vymedzenie a predmet psychológie osobnosti. Pojem osobnosti a jej ponímanie. Prístupy k osobnosti. Zdroje a determinanty vývinu, utvárania a formovania osobnosti. Socializácia osobnosti. Štruktúra osobnosti, jej vrstvy a faktory. Typy, typológia a črty osobnosti. Teórie osobnosti (Psychoanalýza. Freud. Jung. Individuálna psychológia. Horneyová, Fromm, Erikson. Behavioristické teórie osobnosti. Holizmus a humanizmus. Kognitivistické ponímanie osobnosti. Biologicky determinované teórie osobnosti. Sociálne učenie. Existenciálna psychológia). Temperament – základná terminológia, charakteristika, teórie a prístupy, typy a typológia. Schopnosti – základná terminológia, charakteristika, vlohy, nadanie, talent. Guilfordov a Vernonov model. Inteligencia – základné definície, implicitné a explicitné teórie inteligencie, štruktúra, individuálne rozdiely. Vedomie – pojem, jeho rozsah a obsah, dynamika vedomia, stavy a výklad vedomia. JA – pojem, základné charakteristiky, vývin a formovanie, sebahodnotenie, sebaobraz, obranné mechanizmy. Allportov prístup. Vôľa – základná charakteristika, konflikt a rozhodovanie, vôľový akt, štruktúra vôle.

Študijná literatúra:

- BLATNÝ, M. a kol. (2010). *Psychologie osobnosti. Hlavní témata, současné přístupy*. Grada.
CAKIRPALOGLU, P. (2012). *Úvod do psychologie osobnosti*. Grada.
DRAPELA, W. (1998). *Průhled teorii osobnosti*. Portál.
HALL, C., LINDZEY, G. (2002). *Psychologie osobnosti*. SPN – Mladé letá.
NAKONEČNÝ, M. (2009). *Psychologie osobnosti*. Academia.
ŘÍČAN, P. (2010). *Psychologie osobnosti. Obor v pohybu*. Portál.
VÁGNEROVÁ, M. (2010). *Psychologie osobnosti*. Karolinum.
VÝROST, J., RUISEL, L. (2000). *Kapitoly z psychologie osobnosti*. Veda.
SMÉKAL, V. (2002). *Pozvání do psychologie osobnosti*. Barrister&Principal.

SOCIÁLNA A APLIKOVANÁ SOCIÁLNA PSYCHOLÓGIA

Sociálna psychológia ako veda, predmet, teórie a metódy sociálnej psychológie. Historické zdroje vzniku sociálnej psychológie a jej významní predstavitelia. Sociálna psychológia v systéme vied o človeku. Aktuálne problémy sociálno-psychologického výskumu a možnosti uplatnenia poznatkov v praxi. Človek a spoločnosť. Sociálna determinácia a sociálny kontext. Kultúra, spoločenské prostredie a spoločenská činnosť. Formatívne faktory prostredia – environmentálne, technické, urbanistické. Proces socializácie jedinca. Sociálne učenie. Socializácia a sociálna kontrola. Modálna osobnosť. Poruchy socializácie, deviácia. Sociálna percepcia. Sociálna komunikácia. Postoje. Sociálna motivácia. Sociálne správanie. Afiliácia, príťažlivosť a partnerské vzťahy. Jednotlivec a skupina. Klasifikácia a charakteristika sociálnych skupín. Skupinová dynamika.

Miesto jednotlivca v skupine – status, pozícia a rola. Sociometria. Súdržnosť v skupine. Sociálna mobilita. Možnosti a perspektívy aplikácie sociálno-psychologického poznania. Človek v rodine. Sociálna psychológia školy. Alternatívne spôsoby riešenia sporov. Psychológia športu. Človek a médiá. Psychológia zdravia. Sociálna opora a osamelosť. Bezmocnosť a beznádej. Sociálno-psychologické aspekty problematiky závislostí. Preventívne programy a postupy. Konštruktívne riešenie a zvládanie záťažových situácií. Sociálna psychológia násilia. Sociálna psychológia nezamestnanosti. Sociálno-psychologický výcvik, jeho možnosti a hranice.

Študijná literatúra:

- HEWSTONE, M., STROEBE, W. (2006). *Sociální psychologie*. Portál.
VÝROST, J., SLAMĚNÍK, I. (2008). *Sociální psychologie*. Grada.
HAYES, N. (1998). *Základy sociální psychologie*. Portál.
KOLLÁRIK, T. a kol. (2008). *Sociálna psychológia*. Univerzita Komenského.
KOLLÁRIK, T., SOLLÁROVÁ, E. (2004). *Metódy sociálnopsychologickej praxe*. Ikar.
VÝROST, J., SLAMĚNÍK, I. (Eds.) (1998). *Aplikovaná sociální psychologie I*. Portál.
VÝROST, J., SLAMĚNÍK, I. (Eds.) (2001). *Aplikovaná sociální psychologie II*. Grada.
VÝROST, J., SLAMĚNÍK, I. (Eds.) (2001). *Aplikovaná sociální psychologie III*. Grada.

TEÓRIA PSYCHODIAGNOSTIKY A PSYCHOMETRIKA

Predmet psychodiagnostiky. História psychodiagnostiky, predvedecké a vedecké obdobie používania metód v psychológii. Všeobecné teoretické problémy psychodiagnostiky. Zásady práce so psychodiagnostickými metódami. Základné psychometrické vlastnosti testov. Rozdelenie – klasifikácia metód, základné klasifikačné kritériá. Možnosti diagnostického použitia základných psychologických metód – klinické metódy. Testové metódy so zameraním na výkonovú stránku osobnosti. Testové metódy so zameraním na nekognitívne charakteristiky osobnosti. Netradičná diagnostika, využitie nešpecifických diagnostických postupov. Miesto prístrojových metód v psychodiagnostike. Problémy používania počítačov, možná perspektíva psychodiagnostiky. Ciele diagnostickej činnosti. Aplikčné oblasti psychodiagnostiky.

Študijná literatúra:

- HALAMA, P. (2011). *Princípy psychologickéj diagnostiky*. Trnavská univerzita.
KONDÁŠ, O. a kol. (1992). *Psychodiagnostika dospelých*. Osveta.
STANČÁK, A. (1996). *Klinická psychodiagnostika dospelých*. Psychoprof.
SVOBODA, M. a kol. (2013). *Psychologická diagnostika dospelých*. Portál.
ŠNÝDROVÁ, I. (2008). *Psychodiagnostika*. Grada.
URBÁNEK, T. a kol. (2011). *Psychometrika. Měření v psychologii*. Portál.

PEDAGOGICKÁ A ŠKOLSKÁ PSYCHOLÓGIA

Predmet, systém a metódy pedagogickej a školskej psychológie. Psychológia učenia. Pojem, formy učenia. Motivácia ako činiteľ učenia a školského výkonu. Psychológia vyučovania – ciele a metódy vyučovania. Psychologické aspekty skúšania a hodnotenia učebných výkonov žiakov. Psychológia školskej úspešnosti, psychologická analýza príčin neprospievania. Osobnosť učiteľa a žiaka. Prevencia syndrómu vyhorenia v škole. Koncept slobodného učenia podľa C. Rogersa. Škola, školský systém a funkcie školy. Modely riadenia školy. Vývoj školskej psychológie na Slovensku. Školské kurikulum. Školská trieda. Klíma školy a triedy. Osobnosť školského psychológa. Náplň a etika práce školského psychológa. Práca psychológa v rôznych typoch školských poradenských zariadení. Základné techniky poradenskej koncepcie v práci školského psychológa. Vzťah psychológ – klient. Žiaci so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami na základnej a strednej škole. Nadané dieťa, žiak, študent.

Študijná literatúra:

- MAREŠ, J. (2013). *Pedagogická psychologie*. Portál.
GAJDOŠOVÁ, E. (2015). *Školská psychológia a školský psychológ v 21. storočí*. Eurokódex.
HVOZDÍK, S. (1999, 2000). *Vybrané kapitoly zo školskej psychológie I, II*. FF PU.
SZOBIOVÁ, E. (2004). *Tvorivosť, od záhady k poznaniu*. Stimul.
ŠTECH, S., ZAPLETALOVÁ, J. (2013). *Úvod do školní psychologie*. Portál.
ČÁP, J., MAREŠ, J. (2007). *Psychologie pro učitele*. Portál.

PSYCHOLÓGIA MORÁLKY

Psychologický prístup k morálnemu vývinu. Základné aspekty morálneho fenoménu. Psychologické teórie morálneho vývinu. Kognitívno-vývinový model morálneho vývinu. Teória morálneho vývinu podľa Piageta. Heteronómna a autonómna morálka. Stupne morálneho usudzovania podľa Kohlberga. Diferencia morálky podľa pohlavia. Gilliganovej mužská a ženská morálka. Kritická analýza. Lindov dvojaspektivný model morálneho vývinu. Psychologické nástroje skúmania morálneho usudzovania. Morálne dilemy. Riešenie morálnych dilem. Morálna inteligencia. Morálna kompetencia. Morálne konanie.

Študijná literatúra:

- HEIDBRINK, H. (1997). *Psychologie morálního vývoje*. Portál.
LAJČIAKOVÁ, P. (2008). *Psychológia morálky*. CERM.
HASS, A. (1999). *Morální inteligence*. Columbus.
RÁ CZOVÁ, B., BABINČÁK, P. (2009). *Základy psychológie morálky*. FF UPJŠ.
HAIDT, J. (2013). *Morálka lidské mysli*. Dybbuk.
VACEK, P. (2012). *Průhledy do psychologie morálky*. Gaudeamus.
VACEK, P. (2008). *Rozvoj morálního vědomí žáků*. Portál.

PSYCHOPATOLÓGIA

Psychopatológia a patopsychológia. Poruchy detského vývinu – základné pojmy, norma, abnormalita, koncepcie normality. Klasifikácia porúch psychického vývinu. Mentálna retardácia (vymedzenie pojmu, stupne retardácie psychického vývinu, výskyt v populácii, charakteristické prejavy, možnosti psychologickéj intervencie). Pervazívne vývinové poruchy (autizmus, Aspergerov syndróm, atypický autizmus). Psychológia chorých a zdravotne postihnutých detí (sluchovo postihnuté dieťa, zrakovovo postihnuté dieťa, detská mozgová obrna, epilepsia, Downov syndróm). Poruchy príjmu potravy v detstve (typy, výskyt, charakteristické prejavy, možnosti terapeutického ovplyvnenia). Problémy spojené s alkoholom (výskyt, charakteristické prejavy, možnosti terapeutického ovplyvnenia). Problémy spojené s psychoaktívnymi látkami (typy, výskyt, charakteristické prejavy, možnosti terapeutického ovplyvnenia). Poruchy pozornosti a hyperaktivita (typy, výskyt, charakteristické prejavy, možnosti terapeutického ovplyvnenia). Špecifické vývinové poruchy učenia (vymedzenie pojmu ŠPVU, etiopatogenéza, typy a ich charakteristické prejavy, výskyt, možnosti terapeutického ovplyvnenia). Poruchy správania (vymedzenie pojmu poruchy správania, etiopatogenéza, typy, charakteristické prejavy, možnosti terapeutického ovplyvnenia). Psychózy u detí (typy, výskyt, charakteristické prejavy, možnosti terapeutického ovplyvnenia).

Študijná literatúra:

- DULCAN, M. K., MARTINI, D. R. (2004). *Detská a dorastová psychiatria*. Vydavateľstvo F.
HERETIK, A., HERETIK, A. a kol. (2016). *Klinická psychológia*. Psychoprof.
HORT, V. a kol. (2000). *Dětská a adolescentní psychiatrie*. Portál.
OREL, M. a kol. (2012). *Psychopatologie*. Grada.
ŘÍČAN, P., KREJČÍROVÁ, D. a kol. (2006). *Dětská klinická psychologie*. Grada.
VÁGNEROVÁ, M. (2014). *Současná psychopatologie pro pomáhající profese*. Portál.
SVOBODA, M. (2012). *Psychopatologie a psychiatrie*. Portál.

METODOLÓGIA PSYCHOLÓGIE

Veda a vedecký výskum. Štyri metódy poznávania. Vedecké teórie. Indukcia a dedukcia vo vede. Výskumný problém. Cieľ výskumu. Hypotéza. Pojem, konštrukt. Nominálne a operacionálne definície. Premenná, znak. Etapy výskumu, typy premenných. Podstata a úrovne merania. Nominálna, poradová, intervalová, pomerová úroveň. Normalita. Spôsoby zisťovania normálneho rozloženia dát. Typy výskumov. Výskum deskriptívny, koincidenca, príčinnosť. Výskumný projekt, význam, účel. Typy výskumných projektov, premenné v projekte. Výskumné plány. Neexperimentálne výskumné plány. Metódy výberu výskumného súboru. Populácia. Výskumný súbor. Psychologické metódy skúmania. Výskumné metódy. Metódy získavania dát. Experiment. Metódy kontroly vonkajších premenných: maximalizácia experimentálneho rozptylu, kontrola vonkajších premenných, minimalizácia chybového rozptylu. Max-min-kon princíp. Jednoduché plány experimentov. Multivariačná experimentácia. Kvaziexperiment. Ex post facto výskum. Kvantitatívny a kvalitatívny výskum. Validita a jej typy. Reliabilita a jej typy.

Študijná literatúra:

FERJENČÍK, J. (2010). *Úvod do metodológie psychologického výskumu*. Portál.
MARŠÁLOVÁ, L., MIKŠÍK, O. a kol. (1990). *Metodológia a metódy psychologického výskumu*. SPN.
HENDL, J. (2004). *Přehled statistických metod zpracování dat: analýza a metaanalýza dat*. Portál.
MARTIN, P., BATESON, P. (2009). *Úvod do teorie a metodologie měření chování*. Portál.
PUNCH, K. F. (2008). *Základy kvantitativního šetření*. Portál.
PUNCH, K. F. (2015). *Úspěšný návrh výzkumu*. Portál.

ZÁKLADY APLIKOVANÝCH PSYCHOLOGICKÝCH DISCIPLÍN

ZÁKLADY PORADENSKEJ PSYCHOLÓGIE

Povaha poradenskej psychológie. Charakteristika poradenstva. Ciele poradenstva. Poradenstvo a (alebo) psychoterapia. Poradenské stratégie. Poradenské prístupy. Poradca a jeho charakteristiky. Vonkajšie podmienky poradenského procesu. Prvý kontakt s klientom. Poradenské interview. Poradenský kontrakt. Metódy práce s klientom. Rola poradcu. Základné charakteristiky práce s rizikovými klientmi. Formy psychologického poradenstva. Základné charakteristiky párového, rodinného a skupinového poradenstva. Ukončenie poradenského procesu. Syndróm vyhorenia u poradcov. Supervízia v poradenstve. Etické zásady práce poradcu.

Študijná literatúra:

PROCHÁDZKA, R. a kol. (2014). *Teorie a praxe poradenské psychologie*. Grada.
SVOBODA, J. (2012). *Poradenský dialog*. Triton.
DRAPELA, J. V., HRABAL, V. a kol. (1995). *Vybrané poradenské směry*. Karolinum.
GABURA, J., PRUŽINSKÁ, J. (1998). *Poradenský proces*. Slon.
HVOZDÍK, S. (2010). *Úvod do poradenské psychologie*. Vysokoškolské učebné texty. UPJŠ.
MERRY, T. (2004). *Naučte sa byť poradcom*. Pegas.

ZÁKLADY KLINICKEJ PSYCHOLÓGIE

Definícia predmetu klinická psychológia, jej vymedzenie a oblasti jej pôsobenia. Prístupy k zdraviu a chorobe. Všeobecné príčiny a priebeh psychického ochorenia. Stres – definícia, typy stresu, teórie stresu, copingové stratégie. Psychológia zdravia – zameranie, oblasti pôsobenia, psychosomatika, behaviorálna medicína, salutogénne faktory, prevencia. Špecifické otázky klinickej psychológie – únavový syndróm a poruchy spánku (charakteristické klinické prejavy,

etiológia, vnútorné prežívanie pacienta, možnosti terapeutickú intervencie). Úzkosť a úzkostné poruchy (typy, charakteristické klinické prejavy, etiológia, vnútorné prežívanie pacienta, možnosti terapeutickú intervencie). Depresia (charakteristické klinické prejavy, etiológia, vnútorné prežívanie pacienta, možnosti terapeutickú intervencie). Suicidalita (etiologické a spúšťacie faktory, súvislosť s psychickými ochoreniami, výskyt v populácii). Základné otázky diagnostiky v klinickej psychológii – komunikácia a vzťah, základy vedenia psychodiagnostického rozhovoru. Základné intervenčné postupy v klinickej psychológii – definícia psychoterapeutického pôsobenia. Najznámejšie terapeutické prístupy – základné definície.

Študijná literatúra:

- BAŠTECKÁ, B., MACH, J. a kol. (2015). *Klinická psychologie*. Portál.
BAŠTECKÁ, B., GOLDMANN, P. (2001). *Základy klinické psychologie*. Portál.
BAŠTECKÁ, B. a kol. (2003). *Klinická psychologie v praxi*. Portál.
HERETIK, A., HERETIK, A. a kol. (2016). *Klinická psychologie*. Psychoprof.
KŘIVOHLAVÝ, J. (2001). *Psychologie zdraví*. Portál.
KŘIVOHLAVÝ, J. (2002). *Psychologie nemoci*. Grada.

ZÁKLADY PRACOVNEJ PSYCHOLÓGIE

Práca. Význam práce pre človeka. História náhľadov na ľudskú prácu. Psychológia práce – predmet, história, význam, subdisciplíny. Osobnosť a práca. Osobnosť pracujúceho človeka. Atribúty spokojnosti s prácou a v práci. Pracovné prostredie. Pracovná záťaž. Stres. Pracovná stimulácia a motivácia. Workoholizmus. Psychohygiéna. Pracovná morálka. Práva a povinnosti zamestnancov a nadriadených. Mobbing, bossing. Výkonové krivky. Psychológia práce a riadenia. História riadenia. Subjekt a objekt riadenia. Organizácie – definícia, typy, základné charakteristiky. Firemná a podniková kultúra. Pracovný tím. Riadenie – štýly. Vodcovstvo. Moc v organizácii – formy, druhy. Personálna psychológia. Assessment centrá. Inžinierska psychológia. Psychológia dopravy. Psychológia reklamy. Psychológia trhu.

Študijná literatúra:

- BERRYOVÁ, L. M. (2009). *Psychológia v práci. Úvod do pracovnej a organizačnej psychológie*. Ikar.
KUBÁNI, V. (2005). *Psychológia práce*. Prešovská univerzita.
VYSEKALOVÁ, J. (2007). *Psychologie reklamy*. Grada.
ŠTIKAR, J. a kol. (2003). *Psychologie ve světě práce*. Karolinum.
WAGNEROVÁ, I. a kol. (2011). *Psychologie práce a organizace*. Grada.
HAYES, N. (2005). *Psychologie týmové práce*. Portál.
LEA, S., TARPY, M., WEBLEY, P. (1994). *Psychologie ekonomického chování*. Grada.