

PSYCHOLOGIA POZYTYWNA

Program jest zgodny z przepisami ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz.U. z 2022 r. poz. 574 z późn. zm., dalej „pswn”)



2

SEMESTRY



266h

TEORII



STAŁY DOSTĘP
DO WSZYSTKICH
MATERIAŁÓW



NOWOCZESNOŚĆ
I PONAD 20 LAT
TRADYCJI

SEMESTR I

- Metodologia badań psychologicznych
- Wprowadzenie do psychologii pozytywnej
- Psychologia pozytywna w organizacji
- Psychologia pozytywna w edukacji
- Rola emocji pozytywnych. Pozytywność (positivity)
- Szczęście - wyznaczniki i konsekwencje. Zadbać o własne szczęście - nowe doświadczenie straty
- Miłość i pozytywne relacje interpersonalne

SEMESTR II

- Cnoty i siły sygnaturowe charakteru. Kształtowanie sił i cnót charakteru w edukacji
- Pozytywne zdrowie. Zachowania zdrowotne z perspektywy psychologii pozytywnej
- Interwencje pozytywne w praktyce pomocowej. Interwencje pozytywne w miejscu pracy
- Life-coaching – możliwości i ograniczenia coachingu, jako formy wsparcia rozwoju osobistego człowieka
- Uważność (mindfulness)