

Rok akademicki: 2020/2021

ID zajęć: 537687

ETAP: Semestr letni

Informacje ogólne:**Prowadzący:** dr Andrzej Januszewski**Organizator:** Wydział Nauk Społecznych
Instytut Psychologii**Liczba godzin tygodni / semestr:** 1 / 15**Jezyk wykładowy:** Język polski**Kierunek studiów:****Lokalizacja w planach rocznych:** Rok - Semestr**Punkty ECTS:****Forma zaliczenia:** Nie sklasyfikowany**Cele przedmiotu:**

C1 - Uzyskanie wiedzy na temat znaczenia zasobów osobistych i środowiskowych człowieka w sytuacji napotykanym trudności, wyzwań i ograniczeń.

C2 - Kształtowanie u studentów umiejętności świadomości konieczności rozwijania zasobów podmiotowych w ciągu życia.

Wymagania wstępne:

W1 - Znajomość podstawowych pojęć i terminów psychologicznych związanych z zasobami osobistymi i środowiskowymi.

W2 - Podstawowa wiedza psychologiczna z zakresu procesów orientacji psychicznej (gł. proc. poznawcze) i regulacji psychicznej (gł. proc. emocyjno-motywacyjne) w perspektywach koncepcji człowieka: behawioralnej, poznawczej, psychodynamicznej i humanistycznej.

Efekty kształcenia dla przedmiotu:

Wiedza:

K_W02 - Zna najważniejsze filozoficzne i psychologiczne koncepcje człowieka, a szerzej nt. personalizmu i kultury chrześcijańskiej;

K_W03 - posiada wiedzę o powiązaniu psychologii z innymi pokrewnymi dyscyplinami naukowymi;

K_W07 - posiada wiedzę nt. znaczenia religijności i duchowości oraz systemów wartości dla funkcjonowania człowieka;

K_W10 - zna psychologiczne koncepcje zdrowia i choroby, rozumie rolę czynników wspierających jakość życia

Umiejętności:

K_U07 - Potrafi analizować przyczyny i źródła zachowań człowieka oraz przewiduje ich konsekwencje zdrowotne i społeczne

Kompetencje:

K_K04 - Ma świadomość znaczenia: sfery psychicznej człowieka dla jakości jego funkcjonowania we wszystkich obszarach życia;

K_K09 - dbałości o zdrowie psychiczne i fizyczne, identyfikując różne zagrożenia dla zdrowia psychicznego i somatycznego;

K_K10 - wykazuje gotowość współpracy z profesjonalistami, których działalność koncentruje się na wspieraniu jakości życia w różnych warunkach społecznych i środowiskowych

Ponadto student:

posiada wiedzę dotyczącą rozumienia zasobów (osobistych i środowiskowych) jako względnie stałej dyspozycji osobowościowej warunkującej style adaptacji i rozwoju;

wie jakie czynniki (zewnętrzne i wewnętrzne) predysponują do wystąpienia (rozwijania i wspierania) zasobów

prawidłowo rozpoznaje czynniki współwystępujące z kształtowaniem się zasobów człowieka z uwzględnieniem otoczenia, w którym się znajduje jest w stanie rozpoznać sygnały ostrzegawcze wskazujące na problemy w radzeniu sobie osoby z wyzwaniami i trudnościami wynikające z deficytu zasobów

zna rolę zrównoważonej perspektywy czasowej w optymalnym funkcjonowaniu człowieka na płaszczyźnie życia społecznego

wie jaką rolę w kształtowaniu zasobów odgrywają bliskie związki z ludźmi; szczególnie kluczowe relacje interpersonalnych

zna repertuar środków niezbędnych do wspierania osób w pracy nad sobą i rozwojem repertuaru ich zasobów;

potrafi definiować czym jest zasób (osobisty i środowiskowy)

potrafi skutecznie wykorzystać posiadaną wiedzę w celu ustalenia przyczyn trudności w radzeniu sobie z wyzwaniami

rozumie znaczenie czynników zwiększających zakres zasobów u danej osoby

potrafi przeanalizować sytuację życiową danej osoby w aspekcie doświadczanych przez nią trudności, zdiagnozować przyczyny deficytu

zasobów i możliwości uzupełnienia ich w różnorodnych warunkach

posiada umiejętność działania na rzecz rozwijania zasobów w stosunku do siebie oraz wobec innych

umie dobrać metody psychologiczne służące do diagnozy zasobów, czynników z nimi powiązanych oraz zinterpretować uzyskane wyniki badań

Opis zajęć: Zasoby osobiste i środowiskowe w funkcjonowaniu człowieka (ćwiczenia)

potrafi precyzyjnie komunikować posiadaną wiedzę i podejmować dyskusję w jej zakresie, biorąc pod uwagę możliwości osoby zaangażowanej w nawiązany kontakt

jest przygotowany do nawiązywania kontaktu i współpracy z osobami doświadczającymi trudności wynikających z deficytu zasobów odpowiedzialnie i z szacunkiem traktuje innych starając się udzielić im wsparcia i motywować ich do rozwoju zasobów rozumie potrzebę rozwijania siebie, uczenia się przez całe życie oraz ma świadomość wykonywania zawodu wymagającego ciągłego doskonalenia siebie

posiada kompetencje do posługiwania się metodami służącymi do diagnozowania zasobów osobistych i środowiskowych potrafi aktywnie włączać się w zadania służące wspieraniu innych

Metody dydaktyczne:

Praca w grupach tematycznych, podsumowana publiczną prezentacją treści (definicje, podziały, teorie, interpretacje, dyskusje). Zagadnienia poszerzone o przykłady obrazowe (modele ideacyjne, istotne szczegółowe treści z projektora multimedialnego) podsumowywane przez prowadzącego.

Kryteria oceny i sposoby weryfikacji zakładanych efektów kształcenia:

Wynik zaliczenia jest średnią arytmetyczną z dwóch kolokwii pisemnych (ocena dostateczna od 41% wiedzy na poziomie oczekiwanym (max). Wynik końcowy może być podwyższony o 0,5 na podstawie trzech ustnych wypowiedzi potwierdzających bardzo wysoki poziom wiedzy w pełni samodzielnie zaprezentowanej.

Treści programowe przedmiotu:

1. Osobowościowe i sytuacyjne czynniki warunkujące efektywne funkcjonowanie w aspektach Psycho-Bio-Społecznym
 - rola czynników charakterologicznych i temperamentalnych
 - rola struktury lokalizacji kontroli
 - rola stylów radzenia sobie z sytuacjami stresowymi, wydarzeń trudnych i traumatycznych
 - rola i uwarunkowania adaptacyjnych oraz nieadaptacyjnych strategii regulacji emocji złości, lęku i smutku
 - interpretacja psychologiczna doświadczanych zdarzeń jako predyktor stanu tożsamości Ja oraz dobrostanu psychicznego (z odwołaniami do normy psychologicznej i patologii)
 - rola systemu wartości w kształtowaniu postawy efektywnego przystosowania i rozwoju osobistego
 - stan zasobów osobistych i społecznych, pozyskiwanie zasobów i gospodarowanie nimi
 - destruktywna rola wybranych zaburzeń osobowości, np. struktury narcystyczne oraz Organizacja–Osobowości–Pogranicznej
2. Przykłady narzędzi do diagnozy ww. aspektów
3. Scenariusze oraz metody wsparcia psychologicznego i terapii
4. Kształtowanie kompetencji w pozyskiwaniu zasobów osobistych i środowiskowych w oparciu o model behawioralno-poznawczy

Literatura:

literatura podstawowa:

ćw 1

1) Elżbieta Januszewska (2009). Organizacja osobowości pogranicznej (O-O-P) a dolegliwości somatyczne. Psychologiczne badania młodzieży. W: K. Janowski, A. Cudo (red.), „Człowiek chory. Aspekty Biopsychospołeczne”. Tom. 2. Lublin: Centrum Psychologii i Pomocy Psychologicznej, s. 75-97.

2) Elżbieta Januszewska (2001). Zahamowany rozwój w okresie dzieciństwa jako wyraz osobowości pogranicznej (borderline personality) w ujęciu J. F. Mastersona. W: D. Kornas-Biela (red.), „Rodzina: Oblicza dzieciństwa”. Lublin: TN KUL, s. 451-477.

literatura uzupełniająca:

1) Elżbieta Januszewska (1998). Osobowość borderline. Historia pojęcia i diagnoza zaburzenia. W: P. Francuz, P. Oleś, W. Otrębski (red.), „Studia z psychologii w KUL”. Tom 9. Lublin: RW KUL, s. 87-117.

ćw. 2

1) Hornowska, E. (2003). Temperamentalne uwarunkowania zachowania. Badania z wykorzystaniem kwestionariusza TCI R.C. Cloningera. Poznań: Bogucki Wydawnictwo Naukowe. (ss. 14-34).

2) Januszewska, E., Januszewski, A. (2013). Struktura i typy charakteru młodzieży a zdrowie bio-psychiczne i powodzenie w nauce. W: Z. Uchnast (red.) Charakter. jakość osobowego działania w podejściu teoretycznym i empirycznym. Lublin: TN KUL, s.208-227.

3) Januszewski, A. (2009). Temperamentalne wskaźniki układów dopamin- oraz serotonin-ergicznego a poczucie dolegliwości somatycznych w świetle wyników badania młodzieży. W: K. Janowski, A. Cudo (red.). (2009). Człowiek chory. Aspekty Biopsychospołeczne. Tom 2 (s. 98-114). Lublin: Centrum Psychologii i Pomocy Psychologicznej.

ćw. 3

1) George Bishop (1996/1994). Stres. W: „Psychologia zdrowia. Zintegrowany umysł i ciało”. Rozdział 6, s. 175-211. Wrocław: Wydawnictwo ASTRUM.

2) George Bishop (1996/1994). Jak sobie radzić ze stresem. W: „Psychologia zdrowia. Zintegrowany umysł i ciało”. Rozdział 7, s. 212-248. Wrocław: Wydawnictwo ASTRUM.

ćw. 4

1) Janusz Grzelak, Maria Jarymowicz (2000). Tożsamość i współzależność. W: J. Strelau (red.). Psychologia. Podręcznik akademicki. Tom 3,

Rozdział 44, Gdańsk: GWP, 2000, s. 107-145.

ćw. 5

- 1) Baumeister Roy (2004/2000). Wyczerpywanie się ego i funkcja wykonawcza Ja. W: Tesser A., Felson R., Suls, G. (red.) „Ja i tożsamość. Perspektywa psychologiczna”. Gdańsk: GWP, s.18-42.
- 2) Campbell Jennifer, Assanand Sunaina, Di Paula Adam (2004/2000). Cechy strukturalne pojęcia Ja a przystosowanie. W: Tesser A., Felson R., Suls, G. (red.) „Ja i tożsamość. Perspektywa psychologiczna”. Gdańsk: GWP, s.70-88.

ćw 6

- 1) Ogińska-Bulik, N. (2008). Pozytywne skutki doświadczeń traumatycznych – czyli kiedy łzy zamieniają się w perły. Warszawa: Diffin. Rozdziały: (a) Pozytywne skutki doświadczania wydarzeń traumatycznych – zjawisko potraumatycznego wzrostu, s. 11-24 i 27-87; (b) Pozytywne zmiany w wyniku doświadczania negatywnych wydarzeń życiowych u dzieci i młodzieży, s. 143-160; (c) Kształtowanie kompetencji do radzenia sobie z wydarzeniami traumatycznymi – wspieranie procesu wzrostu po traumie, s. 212-217.

ćw.7

- 1) Wrona-Polańska, H. (2011). Zdrowie i choroba – psychologiczne mechanizmy i uwarunkowania. W: Twórcze zmaganie się ze stresem szansą na zdrowie. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, s. 87-143.
- 2) Kirenko, J., Byra, S. (2008/2011). "Poczucie koherencji, metazasoby w modelu salutogenetycznym". W: Zasoby osobiste w chorobach psychosomatycznych. Lublin: Wydawnictwo UMCS, s. 75-105; oraz "Wsparcie w chorobie", s.107-137.