

Rok akademicki: 2020/2021

ID zajęć: 537682

ETAP: Semestr letni

Informacje ogólne:**Prowadzący:** dr Andrzej Januszewski**Organizator:** Wydział Nauk Społecznych
Instytut Psychologii**Liczba godzin tygodni / semestr:** 2 / 15**Jezyk wykładowy:** Język polski**Kierunek studiów: Psychologia (stacjonarne jednolite magisterskie)****Lokalizacja w planach rocznych:** Rok II - Semestr 4**Punkty ECTS:** 2**Forma zaliczenia:** Egzamin**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 (wykład)

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:

Wykład (definicje, podziały, teorie), poszerzony o przykłady obrazowe (filmy dydaktyczne, istotne szczegółowe treści z projektora multimedialnego)

Kryteria oceny i sposoby weryfikacji zakładanych efektów kształcenia:

Podstawą zaliczenia jest wynik egzaminu pisemnego potwierdzający opanowanie treści informacji z wykładu (i literatury wskazanej) na poziomie:

Ocena bardzo dobra (91-100% wiedzy oczekiwanej (max))

Ocena dobra (71-90% wiedzy oczekiwanej (max))

Ocena dostateczna (41-70% wiedzy oczekiwanej (max))

Ocena niedostateczna (40% i mniej wiedzy oczekiwanej (max))

Treści programowe przedmiotu:

1. Osobowościowe i sytuacyjne czynniki warunkujące efektywne funkcjonowanie w aspektach Psycho-Bio-Społecznym
2. Klasyczne i współczesne koncepcje stresu (modele i podstawowe tezy) - autorzy: H. Selye, R. Lazarus i S. Folkman, S. Hobfoll, S. Folkman i J. Moskowitz
 - 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
 - destrukcyjna rola wybranych zaburzeń osobowości, np. struktury narcystyczne oraz Organizacja–Osobowości–Pogranicznej
3. Scenariusze oraz metody wsparcia psychologicznego i terapii
4. Kształtowanie kompetencji w oparciu o model behawioralno-poznawczy
5. Model poczucia koherencji (klasyczny i zrewidowany; struktury typologiczne poczucia koherencji) – jako przykład synergicznego wzorca efektywnego funkcjonowania podmiotowo-przedmiotowego; również jako podstawa do analizy, diagnozy i terapii osób o słabej efektywności
6. Formy oraz zasady niesienia pomocy psychologicznej osobom, które znalazły się w sytuacji radzącym sobie z problemami i konsekwencjami: stresu ostrego i pourazowego, zespołu wypalenia sił i zawodowego
7. Syndrom DDA, uwarunkowania, kryteria diagnozy różnicowej, pomoc psychologiczna

Literatura:

- 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.
- 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.
- Januszewski, A. (2009). Hasło - „Narcyzm”. W: Encyklopedia Katolicka. Tom XIII, s. 725-727. Lublin: Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II.
- Januszewski, A. (2005). Kwestionariusz Narcyzmu. Wartość diagnostyczna w świetle wyników badań polskiej młodzieży. W: M. Oleś (red.) „Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej i osobowości. Metody diagnostyczne w badaniach dzieci i młodzieży”. Lublin: TN KUL, s. 153-195.
- Morgalla Stanisław (2007). Narcystyczne struktury osobowości a poszukiwanie własnej tożsamości w psychologii Heinza Kohuta. W: M. Pąchalska, B. Grochmal-Bach, B.D. MacQueen (red.) „Tożsamość człowieka z perspektywy interdyscyplinarnej”. Kraków: Wydawnictwo WAM, s.271-286.
- Heszen Irena (2013). Psychologia stresu. Warszawa: PWN SA. (1) Co to jest stres? Od klasycznych do współczesnych koncepcji stresu, s. 17-57, (2) Jak pokonujemy stres? Radzenie sobie jako specyficzna forma aktywności w sytuacji stresowej, s. 59-94, (3) Od czego zależy zachowanie wobec stresu? Właściwości podmiotu jako wyznacznik procesu radzenia sobie, s.95-137.
- Januszewski Andrzej (2011). Sense of Coherence Questionnaire (SOC-29). A comparison of the classical and hierarchical sense of coherence model. In: K. Janowski, S. Steuden (Eds.) The Multidisciplinary Approach to Health and Disease. Selected Papers. Lublin: CPPP Scientific Press, s. 236-251.
- Januszewska Elżbieta (2011). Sense of coherence and psychological indicators of Bio-Psycho-Social health. A study among adolescents. In: K. Janowski, S. Steuden (Eds.) The Multidisciplinary Approach to Health and Disease. Selected Papers. Lublin: CPPP Scientific Press, s. 252-266.
- Januszewski A., Januszewska E. (2016). Osobowość koherentna alternatywą narcystycznej, czyli ku personalistycznej wizji młodzieży w świetle

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

badań psychologicznych. W: K. Guzowski, G. Barth (red.) „Świat osoby. Personalizm Czesława Bartnika”. Lublin: Wydawnictwo KUL, s. 103-124.
Zenon Uchnast (1997). Prężność osobowa. Empiryczna typologia i metoda pomiaru. Roczniki Filozoficzne, 4, s. 27-50.
Zenon Uchnast (1998). Prężność osobowa a egzystencjalne wymiary wartościowania. Roczniki Psychologiczne, 1, s. 7-27.