



Przedmiot „Psychologia” – 15 godzin konwersatorium ¹

Program zajęć

Cele

Student:

- zna specyfikę okresu dorastania i kryzysu adolescencyjnego,
- rozwija swoje kompetencje psychologiczne,
- rozwija inteligencję emocjonalną,
- rozwija kompetencje radzenia sobie z uczniem trudnym,
- lepiej rozumie procesy zachodzące w rodzinie ucznia i w klasie szkolnej.

I. Charakterystyka okresu dorastania w kontekście kryzysu tożsamości

1. Kształtowanie tożsamości w okresie dorastania.
2. Subkultury młodzieżowe.
3. Kształtowanie tożsamości płciowej.

Proponowana literatura:

- Jędrzejewski M. (1999). *Młodzież a subkultury*, Warszawa: Wyd. Akademickie „Żak”.
- Miluska J. (1996). *Tożsamość kobiet i mężczyzn w cyklu Życia*, Poznań: Wyd. Naukowe UAM.
- Obuchowska I. (1996). *Drogi dorastania*, Warszawa: WSiP.
- Obuchowska I. (2000). *Adolescencja*, [w:] *Psychologia rozwoju człowieka*. B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.). Warszawa: PWN.
- Pruitt D.B. (2001). *Twój nastolatek*, Poznań: Rebis.

II. Rozwój inteligencji emocjonalnej

1. Zarządzanie sobą w czasie.
2. Rozwijanie inteligencji emocjonalnej.
3. Motywowanie siebie i ucznia do pracy.
4. Radzenie sobie ze stresem, techniki relaksacyjne.
5. Budowanie poczucia własnej wartości.

Proponowana literatura:

- Branden N. (1998). *Sześć filarów poczucia wartości*, Łódź: Wyd. Ravi.
- Covey S. (2003). *7 nawyków skutecznego działania*, Poznań: Rebis.
- Goleman D. (1993). *Inteligencja emocjonalna*, Media of Rodzina, Poznań.
- Obuchowska I., red. (2001). *Jak sobie radzić z niechcianymi uczuciami*, Poznań: Media Rodzina.
- Teml H. (1997). *Relaks w nauczaniu*, Warszawa: WSiP.
- Paul-Cavallier F.J. (1992). *Wizualizacja*, Poznań: Rebis.
- Derra C. (2005). *Trening autogenny dla każdego*, Warszawa: Amber.

III. Jak radzić sobie z uczniem trudnym w szkole?

1. Uczeń z zaburzeniami zachowania – o narcystycznej linii rozwoju.
2. Uczeń zahamowany w kontaktach społecznych.
3. Zaburzenia lękowe.
4. Depresje i samobójstwa młodzieży.
5. Uczeń z rodziny alkoholowej.

Proponowana literatura:

- Antony T. Mitchel (1994). *Dlaczego? Samobójstwo i inne zagrożenia okresu dorastania*, Warszawa: Vocatio.
- Małkiewicz E. (2000). *Dziecko o narcystycznej linii rozwoju: spostrzeganie świata społecznego, formy pomocy psychologicznej*, [w:] *Jakość rozwoju a jakość Życia*, Derbis R. (red.), Częstochowa: WSP, s. 233-244.

¹ Program opracował Zespół Psychologów Pracowni Kształcenia Psychologiczno-Pedagogicznego Nauczycieli Centrum Edukacji Nauczycielskiej Uniwersytetu Wrocławskiego.

Pilecka B. (1995). *Wybrane problemy samobójstw młodzieży*, Lublin: Pracownia Wydawnicza Fundacji „Masz Szansę”.

Robinson B.E. (1998). *Pomoc psychologiczna dla dzieci alkoholików*, Warszawa: PARPA.

Zimbardo P.G. (1994). *Nieśmiałość...*, Warszawa: PWN.

IV. Rodzina jako podstawowe środowisko wychowawcze

1. Struktura rodziny.
2. Zmiany rozwojowe rodziny.
3. Fazy cyklu Życia rodziny.

Proponowana literatura:

de Barbaro B. red. (1999). *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*, Kraków: UJ.

Namysłowska I. (1997). *Terapia rodzin*, Warszawa: Springer PWN.

Praszkier R. (1992). *Zmieniać nie zmieniając*, Warszawa: WSiP.

Simon F.B., Stierlin H. (1998) *Słownik terapii rodzin*, Gdańsk: GWP.

V. Wybrane zagadnienia z psychologii społecznej

1. Stereotypy, ich kształtowanie i modyfikowanie.
2. Rozwiązywanie konfliktów i podejmowanie decyzji.

Proponowana literatura:

Aronson E, Wilson T., Akert R. (2007). *Psychologia społeczna. Serce i umysł*, Poznań: Zysk i S-ka.

VI. Wybrane zagadnienia z psychologii poznawczej

1. Techniki efektywnego uczenia się.

Proponowana literatura:

Buzano T. (1999). *Pamięć na zawołanie*, Łódź: Ravi.

Buzano T. (1998). *Mapy twoich myśli*, Łódź: Ravi.

Buzano T. (1998). *Rusz głową*, Łódź: Ravi.

Brześkiewicz Z. (1995). *Superumysł*, Warszawa: Comes.

Lorayne H. (1995). *Sekrety superpamięci*, Łódź: Ravi.

VII. Charakterystyka wczesnej dorosłości

1. Zadania wczesnej dorosłości.
2. Zagrożenia wczesnej dorosłości.

Proponowana literatura:

Brzezińska A. (2005). *Psychologiczne portrety człowieka*, Gdańsk: GWP.

Warunkiem uzyskania zaliczenia jest obecność na zajęciach, aktywność oraz otrzymanie pozytywnej oceny z kolokwium zaliczeniowego, obejmującego problematykę zajęć.