

## ABSTRAKT PRZEDMIOTU

### Psychologia osobowości i wspieranie rozwoju osobowości

#### 1. Podstawowe pojęcia i pytania psychologii osobowości

#### 2. KLASYCZNE PODEJSCIA W HISTORII PSYCHOLOGII OSOBOWOŚCI

Teorie cech

Teoria uczenia się

Podejście psychodynamiczne

Podejście humanistyczne

#### 3. SPOŁECZNO-POZNAWCZE PODEJŚCIE DO OSOBOWOŚCI

Rozumienie psychologii osobowości w podejściu społeczno-poznawczym

Mechanizmy interpretowania rzeczywistości

Psychologia Ja

Dialogowe podejście do osobowości

#### 4. PSYCHOLOGIA POZYTYWNA

#### 5. SAMOKONTROLA, SAMOREGULACJA

Umiejscowienie kontroli

Kontrola umysłu (paradoksalne skutki kontroli umysłu)

Znaczenie poczucia kontroli (wyuczona bezradność)

Emocje i kontrola emocji

Automatyczna samoregulacja

Orientacja na stan vs. Orientacja na działanie

#### 6. ROZWÓJ OSOBOWOŚCI

Mechanizmy rozwoju osobowości

Wspieranie rozwoju osobowości – metody pracy psychologicznej polegające na rozwijaniu kompetencji społecznych (treningi, warsztaty, szkolenia)

Wykład współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

