

Psychologia pozytywna

STUDIA PODYPLOMOWE



Program studiów

176 **2**
Liczba godzin zajęć Liczba semestrów

Fundamenty psychologii pozytywnej.

- Podstawowe pojęcia założenia i nurty w psychologii pozytywnej (16 godz.)
- Metodologia badań psychologicznych (8 godz.)

Emocje pozytywne i dobrostan.

- Wpływ emocji pozytywnych i dobrostanu na zdrowie człowieka (16 godz.)
- Teoria poszerzania i budowania zasobów (8 godz.)

Cnoty i siły charakteru.

- Klasyfikacja sił i cnót charakteru (16 godz.)
- Wzmacnianie i rozwój mocnych stron (VIA, Gallupa)³ (16 godz.)

Narzędzie rozwoju w psychologii pozytywnej.

- Life coaching (16 godz.)
- Zastosowanie interwencji pozytywnych w różnych obszarach praktyki pomocowej (8 godz.)
- Rozwój osobisty (8 godz.)

Psychologia pozytywna w relacjach.

- Pozytywne relacje interpersonalne (16 godz.)
- Miłość i więzi w kontekście dobrostanu (16 godz.)

Psychologia pozytywna w praktyce.

- Psychologia pozytywna w organizacjach i biznesie - budowanie odpornych i zaangażowanych zespołów (16 godz.)
- Zastosowanie psychologii pozytywnej w procesie wychowywania dzieci (8 godz.)
- Psychologia pozytywna w edukacji. (8 godz.)