

Spis treści

Rozdział I. PSYCHOLOGIA OGÓLNA

1. Zarys psychologii rozwoju człowieka
 - 1.1. Zagadnienia psychologii rozwoju człowieka - paradygmat life-span
 - 1.1.2. Zmiana i ciągłość
 - 1.1.3. Rozwój
 - 1.1.3.1. Zegar biologiczny
 - 1.1.3.2. Zegar społeczny
 - 1.2. Perspektywa life-span
 - 1.2.1. Założenia perspektywy life-span według Paula Baltesa
 - 1.3. Zadania rozwojowe
 - 1.3.1. Koncepcja zadań rozwojowych według Roberta J. Havighursta
 - 1.3.2. Koncepcja rozwoju psychospołecznego Erika H. Eriksona
 - 1.4. Bieg życia jako opanowywanie sekwencji zobowiązań rozwojowych
 - 1.5. Podsumowanie
2. Osobowość
 - 2.1. Wprowadzenie
 - 2.2. Definicja osobowości
 - 2.3. Teorie osobowości
 - 2.4. Wybrane teorie osobowości
 - 2.4.1. Klasyczna teoria psychoanalityczna Zygmunta Freuda
 - 2.4.2. Psychospołeczna teoria rozwoju Erika H. Eriksona
 - 2.4.3. Teoria modelowania zachowań Alberta Bandury
 - 2.4.4. Teoria oczekiwań Juliana B. Rottera
 - 2.4.5. Teoria trzech superczynników osobowości Hansa J. Eysencka
 - 2.4.6. Nieczynnikowa teoria cech Gordona W. Allporta
 - 2.4.7. Teoria konstytucjonalna Williama H. Sheldona
 - 2.4.8. Teoria samorealizacji Abrahama H. Masłowa
 - 2.4.9. Teoria "własnego ja" Carla Rogersa
 - 2.4.10. Teoria poznawcza Aaron T. Becka
 - 2.5. Podsumowanie
3. Psychologia poznawcza
 - 3.1. Uwaga
 - 3.2. Spostrzeganie
 - 3.3. Pamięć
 - 3.4. Inteligencja
 - 3.4.1. Struktura inteligencji
 - 3.4.2. Poznawcze podłoże cech intelektualnych
 - 3.4.3. Inteligencja w rozwoju człowieka i populacji
4. Psychologia emocji
 - 4.1. Aspekty emocji
 - 4.2. Modele emocji
 - 4.3. Regulacja emocji

Spis treści

- 4.4. Ekspresja oraz impresja emocji
 - 4.4.1. Wzorce pobudzenia emocjonalnego - uniwersalizm pobudzenia emocji
- 4.5. Świadomość a emocje
- 4.6. Rola emocji
- 4.7. Rozwój procesów emocjonalnych
- 5. Motywacje
 - 5.1. Teorie motywacji
 - 5.2. Źródła i rodzaje motywacji
 - 5.2.1. Podstawowe mechanizmy motywacyjne
 - 5.2.2. Typy motywacji
- Rozdział II. PSYCHOLOGIA ZDROWIA**
 - 1. Stres
 - 1.1. Wstęp
 - 1.2. Stres - definicje i koncepcje
 - 1.3. Między stresem dobrym a złym
 - 1.4. Psychika a biologia. Wybrane badania dotyczące wpływu stresu psychologicznego na zdrowie somatyczne
 - 1.5. PTSD i ASD jako szczególne ujęcie stresu
 - 1.6. Radzenie sobie ze stresem
 - 1.6.1. Strategie radzenia sobie ze stresem
 - 1.6.2. Kontrolujemy stres
 - 2. Salutogeneza i zasoby
 - 2.1. Obszar zainteresowania psychologią zdrowia
 - 2.2. Styl życia jako czynnik warunkujący zachowanie zdrowia
 - 2.3. Pojęcie autodestruktywności pośredniej w psychologii
 - 2.4. Przekonania na temat kontroli zdrowia
 - 2.5. Poczucie koherencji
 - 3. Psychologia pozytywna
 - 3.1. Pojęcia teoretyczne i definicje dobrego życia
 - 3.2. Szczęście
 - 3.3. Dobre życie
 - 3.3.1. Czynniki biologiczne
 - 3.3.2. Czynniki demograficzne
 - 3.3.3. Czynniki psychiczne
 - 3.4. Oddziaływania psychologiczne na rzecz dobrego życia
 - 3.5. Podsumowanie
- Rozdział III. PSYCHOLOGIA KLINICZNA**
 - 1. Mechanizmy zaburzeń
 - 2. Zaburzenia i choroby psychosomatyczne

Spis treści

- 2.1. Choroba psychosomatyczna i somatyzacja
 - 2.2. Analiza wybranych zespołów psychosomatycznych
 - 2.2.1. Choroby serca
 - 2.2.2. Zaburzenia odżywiania
 - 2.2.3. Choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy .
 - 2.2.4. Zaburzenia snu
 - 3. Zaburzenia osobowości
 - 3.1. Osobowość paranoiczna
 - 3.2. Osobowość schizoidalna
 - 3.3. Osobowość dyssocjalna
 - 3.4. Osobowość chwiejna emocjonalnie
 - 3.5. Osobowość histrioniczna
 - 3.6. Osobowość anankastyczna
 - 3.7. Osobowość lękliwa (unikająca)
 - 3.8. Osobowość zależna
 - 3.9. Inne zaburzenia osobowości
 - 3.10. Etiologia zaburzeń osobowości
 - 3.11. Podsumowanie
 - 4. Zaburzenia nerwicowe
 - 4.1. Lęk i strach
 - 4.1.1. Zaburzenia lękowe w postaci fobii
 - 4.1.2. Lęk paniczny i uogólniony
 - 4.2. Zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne
 - 4.3. Wybrane koncepcje zaburzeń nerwicowych
 - 4.3.1. Podejście biologiczne
 - 4.3.2. Behawioryzm
 - 4.3.3. Modele poznawczo-behawioralne
 - 4.4. Podsumowanie
- Rozdział IV. CZŁOWIEK W CHOROBIE**
- 1. Psychologiczne aspekty chorób przewlekłych
 - 1.1. Wpływ choroby somatycznej na funkcjonowanie rodziny chorego
 - 1.1.1. Inne dzieci w rodzinie
 - 1.2. Rola emocji w chorobie przewlekłej
 - 1.3. Radzenie sobie z chorobą
 - 1.4. Choroby przewlekłe i ich specyficzne problemy
 - 1.4.1. Astma
 - 1.4.2. Cukrzyca
 - 1.4.3. Padaczka
 - 1.5. Podsumowanie
 - 2. Niepełnosprawność
 - 2.1. Psychologiczne aspekty radzenia sobie z niepełnosprawnością

Spis treści

2.2. Podsumowanie

3. Opieka paliatywna

- 3.1. Opieka paliatywna/hospicyjna w służbie umierającym
- 3.2. Cechy opieki paliatywnej
- 3.3. Filozofia opieki wobec chorego terminalnie
- 3.4. Opieka nad osieroconymi
- 3.5. Podsumowanie

Rozdział V. FORMY POMOCY PSYCHOLOGICZNEJ

1. Edukacja zdrowotna

2. Kryzys i interwencja kryzysowa

- 2.1. Czym jest kryzys?
 - 2.1.1. Co to jest kryzys?
 - 2.1.2. Rodzaje kryzysu
 - 2.1.3. Fazy reakcji kryzysowej
- 2.2. Kiedy mówimy, że zdarzenie życiowe jest krytyczne?
 - 2.2.1. Definicja krytycznego wydarzenia życiowego
 - 2.2.2. Model funkcjonalny KWŻ
 - 2.2.3. Skala krytycznych wydarzeń życiowych
- 2.3. Czym jest interwencja kryzysowa?
 - 2.3.1. Definicja interwencji kryzysowej
 - 2.3.2. Cechy i zasady interwencji kryzysowej
 - 2.3.3. Fazy i etapy interwencji kryzysowej
 - 2.3.4. Organizacje i ośrodki interwencji kryzysowej
 - 2.3.5. Umiejętności wykorzystywane w interwencji kryzysowej
 - 2.3.6. Środki bezpieczeństwa dla interwenta
- 2.4. Podsumowanie

3. Psychoterapia

- 3.1. Kontrakt psychoterapeutyczny
 - 3.1.1. Praca nad problemami pacjenta
 - 3.1.2. Zakończenie psychoterapii
- 3.2. Psychoterapia dzieci i młodzieży
- 3.3. Systemy terapeutyczne
 - 3.3.1. Organizacyjne aspekty psychoterapii indywidualnej i grupowej

4. Grupy wsparcia jako pomoc nieprofesjonalna

- 4.1. Wsparcie społeczne, sytuacja trudna, zasoby
- 4.2. Związki wsparcia ze zdrowiem
 - 4.2.1. Grupy samopomocy
- 4.3. Problemy związane z udzielaniem wsparcia społecznego i korzystaniem z niego