



Διάγραμμα Μαθήματος

Κωδικός Μαθήματος PSY-205G	Τίτλος Μαθήματος Ψυχολογία της Προσαρμογής	Πιστωτικές Μονάδες ECTS 6
Προαπαιτούμενα Κανένα	Τμήμα Κοινωνικών Επιστημών	Εξάμηνο Εαρινό
Κατηγορία Μαθήματος Επιλογής	Γνωστικό Πεδίο Ψυχολογία	Γλώσσα Διδασκαλίας Ελληνικά
Επίπεδο Σπουδών 1 ^{ος} Κύκλος	Διδάσκων Δρ. Ανδρέας Αναστασίου	Έτος Σπουδών 2 ^ο
Τρόπος Διδασκαλίας Συμβατικός	Πρακτική Άσκηση Όχι	Συν-απαιτούμενα Κανένα

Στόχοι Μαθήματος:

Οι βασικοί στόχοι του μαθήματος είναι:

- Να αναλογιστούμε τη δική μας προσαρμογή σε αλλαγές στη ζωή
- Να εξοικειωθούμε με τη βιβλιογραφία για την ανθρώπινη προσαρμογή
- Να εξοικειωθούμε με τον εαυτό μας
- Να δημιουργήσουμε μια ατμόσφαιρα άνεσης για να διευκολυνθεί η συμμετοχή στην τάξη

Μαθησιακά Αποτελέσματα:

Μετά την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές θα είναι σε θέση να:

1. Αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις που βιώνουμε
2. Είναι σε θέση να αξιολογήσουν την επιστημονική έρευνα
3. Εφαρμόσουν το υλικό σε καταστάσεις πραγματικής ζωής
4. Απαντούν με συνείδηση σε ανθρώπους που περνούν δύσκολες αλλαγές στη ζωή τους.

Περιεχόμενο Μαθήματος:

1. Ρύθμιση για τη ζωή
2. Προσωπικότητα
3. Ο εαυτός, η ταυτότητα και οι αξίες
4. Στρες
5. Αντιμετώπιση
6. Κοινωνική σκέψη, επιρροή, και διομαδικές σχέσεις
7. Αποτελεσματική επικοινωνία
8. Φιλία και σχέσεις αγάπης
9. Τρόπος ζωής Ενηλίκων
10. Επίτευγμα στη σταδιοδρομία και την εργασία
11. Αναδυόμενη ενηλικίωση, ανάπτυξη των ενηλίκων και γήρανση
12. Φύλο
13. Σεξουαλικότητα
14. Ψυχολογικές διαταραχές
15. Θεραπείες
16. Υγεία

Μαθησιακές Δραστηριότητες και Διδακτικές Μέθοδοι:

Διαλέξεις, συζητήσεις στην τάξη, αναθέσεις

Μέθοδοι Αξιολόγησης:

Εργασία / Παρουσίαση, ενδιάμεση, τελική εξέταση

Απαιτούμενα Διδακτικά Εγχειρίδια και Βιβλιογραφία:

Τίτλος	Συγγραφέας	Εκδοτικός Οίκος	Έτος	ISBN
<i>Human Adjustment</i>	Santrock, John	McGraw-Hill	2006	