

**PRZEDMIOT FAKULTATYWNY
W ROKU AKADEMICKIM
2025/2026**

Prowadzący:

Tytuł przedmiotu fakultatywnego: Ja – czyli kto? O poczuci tożsamości i dobrostanie współczesnej młodzieży akademickiej

Rok studiów: II rok

Forma zajęć: konwersatorium, 15 h

Tematyka: Zajęcia dotyczyć będą tematu poczucia tożsamości oraz jakości życia młodzieży akademickiej. Zwiększą samoświadomość wśród uczestników fakultetu, a także poszerzą wiedzę w obszarze dobrostanu. Studenci dowiedzą się jak pielęgnować poczucie szczęścia i zadowolenia z życia. Zajęcia mają charakter warsztatowy, samorozwojowy – w kontekście świadomości własnej osoby, własnych usposobień, zasobów, pragnień, potrzeb.

Program zajęć:

Na zajęciach omówione zostaną zagadnienia, kolejno:

- Czym jest poczucie tożsamości w sensie pedagogicznym i psychologicznym?
- Co składa się na poczucie tożsamości?
- Co daje człowiekowi samoświadomość?
- Jak kształtuje się tożsamość?
- Jak samoświadomość ma się do poczucia zadowolenia z życia?
- Czym jest dobrostan?
- Jakie czynniki wpływają na dobrostan?
- Jak można pielęgnować dobrostan?

Proponowana literatura:

Argyle M., Psychologia stosunków międzyludzkich, Warszawa 2002

Brzezińska, A., Dzieciństwo i dorastanie: korzenie tożsamości osobistej i społecznej. Brzezińska A.,

Hulewska A., Słomska J., (red.), Edukacja regionalna, Warszawa, 2006

Brzezińska A., (red.), Wkraczanie w dorosłość w szybkozmiennym świecie, Warszawa 2024

Cybał-Michalska A., Młodzież jako przedmiot i podmiot badań pedagogicznych, Kwiatkowski S.

M.(red.). Edukacja szkolna z perspektywy nauk pedagogicznych, Warszawa 2024

Cybal-Michalska A., Rozwój autentycznego „Ja” – elastyczne i otwarte formy jednostkowej identyfikacji, [w:] Cybal-Michalska (red.), Jednostka, społeczeństwo i edukacja w globalnym świecie, Poznań – Leszno 2006.

Cybal-Michalska A., Tożsamość młodzieży w perspektywie globalnego świata. Studium socjopedagogiczne, Poznań 2006.

Myszka L., Autoidentyfikacje współczesnej młodzieży – przyczynek do dyskusji na temat: Młodzież, czyli kto?, [w:] Kultura – Społeczeństwo – Edukacja, Nr 2 (4), Poznań 2013.

Seligman M. Optymizmu można się nauczyć. Jak zmienić swoje myślenie o swoje życie, Poznań 2010

Wiseman R., Kod szczęścia, Warszawa 2014