



Positiivne psühholoogia (PJ-107)

(Positive psychology)

AINEKAART

Õppeaine maht (EAP)	2.00 ECTS
Hindamine	mitteeristav hindamine
Õppeaine lühikirjeldus	
Õppe eesmärgiks on anda üliõpilasele vajalikud baasteadmised positiivse psühholoogia rõhuasetuste ja inimkogemuse positiivsete aspektide mõistmiseks. Kursusel käsitletakse usaldusväärsete empiiriliste uurimistööde tulemusi sellistel teemadel nagu heaolu, positiivsed emotsioonid, positiivsed suhted, loomumased tugevused ja nende kasutamine, optimism ja resilentsus ning luuakse läbi praktiliste ülesannete võimalused nende teadmiste rakendamiseks igapäevaelus	
Õppeaine õpiväljundid:	
Üliõpilane: 1. Mõistab positiivse psühholoogia üldpõhimõtteid 2. Kasutab positiivse psühholoogia tõenduspõhiseid lähenemisi	