



סילבוס

פסיכולוגיה של היום יום

נושא 1 : הקדמה - פסיכולוגיה ללא פסיכולוגים

- א- חופש הבחירה
- ב- מודל הנפש
- ג- נהג אוטומטי
- ד- משוואת החיים

נושא 2 : תופעות לא מודעות

- א- מעבד הזיכרונות
- ב- מערבול הרגשות
- ג- כוח הצורך
- ד- אגו
- ה- ביטחון עצמי
- ו- עוותי חשיבה

נושא 3 : רכישת כלים להתמודדות והעצמה

- א- הכרת תודה
- ב- רפלקציה
- ג- מודל א.פ.ר.ת
- ד- קשת הרגשות
- ה- ביטחון עצמי

*התכנים משתנים מעת לעת ואין התחייבות לתכנים במלואם.

*התכנים נבחנים על פי קהל היעד.

