

האוניברסיטה העברית בירושלים

סילבוס

ויסות רגשות: סמינר - 51579

תאריך עדכון אחרון 30-03-2024

נקודות זכות באוניברסיטה העברית: 2

תואר: מוסמך

היחידה האקדמית שאחראית על הקורס: פסיכולוגיה

השנה הראשונה בתואר בה ניתן ללמוד את הקורס: 0

סמסטר: סמסטר ב'

שפת ההוראה: אנגלית

קמפוס: הר הצופים

מורה אחראי על הקורס (רכז): מאיה תמיר

דוא"ל של המורה האחראי על הקורס: tamirm@mail.huji.ac.il

שעות קבלה של רכז הקורס: בתאום מראש

מורי הקורס:

תאור כללי של הקורס:

סמינר זה מציע סקירה סלקטיבית של הספרות המדעית על ויסות רגשות. אנחנו נבחן מדוע אנשים מווסתים רגשות, איך הם עושים זאת, ומה ההשלכות של ויסות רגשי.

מטרות הקורס:

מטרת הקורס היא לחשוף תלמידים לנושאים קונספטואליים ואמפיריים עכשוויים במחקר על ויסות רגשות, ולבחון אותם מנקודת מבט ביקורתית.

תוצרי למידה

בסיומו של קורס זה, סטודנטים יהיו מסוגלים:

בעקבות הקורס, אתם תוכלו:

- (1) לזהות ולהסביר מונחי מפתח הקשורים לויסות רגשי, כגון: ויסות עצמי, הערכה מחדש, ויסות רגשי בינאישי.
- (2) לתאר מודלים תיאורטיים מרכזיים של ויסות רגשי ולהעריך את החוזקות והחולשות שלהם.
- (3) להעריך באופן ביקורתי מחקר אמפירי על ויסות רגשי, לזהות פערים ולבחון דרכים אפשריות לגשר עליהן באופן אמפירי.

דרישות נוכחות (%) :

100

שיטת ההוראה בקורס: הקורס מתבסס על השתתפות פעילה בכיתה. מדי שבוע התלמידים יתבקשו לקרוא מאמרים ואנחנו נדון בהם יחד בכיתה.

רשימת נושאים / תכנית הלימודים בקורס:

הקדמה
רקע היסטורי
מוטיבציה
המודל התהליכי
המודל התהליכי המורחב
בחירה בויסות רגשי
קבלה
ויסות רגשי בינאישי
פסיכופתולוגיה
תרבות

חומר חובה לקריאה:

רשימה של קריאת חובה תתפרסם בתחילת הקורס. על התלמידים יהיה לקרוא מאמר מדי שבוע.

חומר לקריאה נוספת:

מרכיבי הציון הסופי :

מצגת / הצגת פוסטר / הרצאה / סמינר / פרוסמינר / הצעת מחקר 45 %
השתתפות פעילה / עבודת צוות 10 %
מטלות הגשה במהלך הסמסטר: תרגילים / עבודות / מבדקים / דוחות / פורום / סימולציה ואחרות
25 %
מצגת / הצגת פוסטר / הרצאה 20 %

מידע נוסף / הערות: