

## Karta opisu zajęć - Sylabus

Państwowa Wyższa Szkoła Techniczno-Ekonomiczna im. ks. Bronisława Markiewicza w Jarosławiu

### I. INFORMACJE PODSTAWOWE

Nazwa zajęć: **TRENING ROZWOJU OSOBISTEGO  
Z ELEMENTAMI GESTALT**

Cykl kształcenia rozpoczynający się  
w roku akademickim 2022/2023

Nazwa kierunku studiów, poziom i profil kształcenia:

Psychologia, jednolite studia magisterskie o profilu praktycznym

Język wykładowy: polski

Rodzaj zajęć: zajęcia specjalizacyjne

Rok studiów: I

Semestr 2

Liczba punktów ECTS przypisana  
zajęciom: 1

Koordinator zajęć

Imię, nazwisko, tytuł/stopień naukowy, adres e-mail:

Jednostka organizacyjna: Instytut Humanistyczny

### FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ I LICZBA GODZIN

Ogólna liczba godzin zajęć dydaktycznych na studiach stacjonarnych i niestacjonarnych z podziałem na formy:

#### Studia stacjonarne

#### Studia niestacjonarne

Wykład:

Wykład:

Ćwiczenia:

Ćwiczenia:

Laboratorium:

30

Laboratorium:

Lektorat:

Lektorat:

Projekt:

Projekt:

Zajęcia praktyczne:

Zajęcia praktyczne:

Seminarium:

Seminarium:

Zajęcia terenowe:

Zajęcia terenowe:

Praktyki zawodowe:

Praktyki zawodowe:

Inna forma (jaka):

Inna forma (jaka):

**RAZEM:**

30

**RAZEM:**

### II. INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

**Wymagania wstępne i dodatkowe: brak**

**Cel (cele) kształcenia dla zajęć:**

- 1). Zdobycie przez studenta wiedzy na temat rozwoju osobistego, zwłaszcza z perspektywy Gestalt i jego znaczenia w pracy psychologa
2. Kształtowanie umiejętności osobistych i interpersonalnych potrzebnych do rozwijania i utrzymywania poprawnych relacji interpersonalnych w obszarze zawodowym
3. Kształtowanie umiejętności osobistych potrzebnych do budowania relacji opartych na otwartości, pozytywnym obrazie siebie, integracji i inkluzyjności.
4. Kształtowanie umiejętności wspierania rozwoju osobistego u uczniów, wychowanków i osób dorosłych
5. Kształtowanie umiejętności wspomagania nauczycieli, rodziców, uczniów we wszechstronnym rozwoju
6. Kształtowanie umiejętności analizy interakcji społecznych, własnych mechanizmów psychologicznych i świadomego kształtowania tych interakcji

**EFEKTY UCZENIA SIĘ OKREŚLONE DLA ZAJĘĆ I ICH ODNIESIENIE DO EFEKTÓW UCZENIA SIĘ OKREŚLONYCH DLA KIERUNKU STUDIÓW**

<p>Efekty uczenia się określone dla zajęć w kategorii wiedza, umiejętności oraz kompetencje społeczne oraz metody weryfikacji efektów uczenia się</p> <p><b>UWAGA:</b></p> <p>Dzielimy efekty uczenia się określone dla zajęć na kategorie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych. Określone dla zajęć efekty uczenia się nie muszą obejmować wszystkich trzech kategorii i zależą od formy zajęć.</p>				
Symbol efektów uczenia się określonego dla zajęć*	Treść efektu uczenia się. Po zakończeniu zajęć i potwierdzeniu osiągnięcia efektów uczenia się, student w kategorii:			Odniesienie do efektów uczenia się określonych dla kierunku studiów (symbol efektów uczenia się)
<b>Wiedzy - zna i rozumie</b>				
M_01	Student rozumie potrzebę rozwijania u dzieci, uczniów lub wychowanków kompetencji komunikacyjnych i umiejętności społecznych niezbędnych do nawiązywania poprawnych relacji;			K_W05
<b>Umiejętności - potrafi</b>				
M_02	Student potrafi wspomagać rodziców lub opiekunów w rozwiązywaniu problemów wychowawczych.			K_U05
<p><b>UWAGA!</b></p> <p>Zaleca się, aby w zależności od liczby godzin zajęć, liczba efektów uczenia się zawierała się w przedziale: 3-7, ale są to wartości umowne.</p>				
<b>TREŚCI PROGRAMOWE I ICH ODNIESIENIE DO FORM ZAJĘĆ I METOD OCENIANIA</b>				
Treści programowe (uszczegółowione, zaprezentowane z podziałem na poszczególne formy zajęć, tj. wykład, ćwiczenia, laboratoria, projekty, seminaria i inne):				
Symbol treści programowych	Opis treści programowych	Forma zajęć	Metody dydaktyczne prowadzenia zajęć umożliwiające osiągnięcie założonych efektów uczenia się *	Metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się przypisanych do zajęć #
		<b>laboratorium</b>		
TP-01	Znaczenie umiejętności interpersonalnych i indywidualnych w rozwoju osobistym		Dyskusja, burza mózgów, studium przypadku, ćwiczenia warsztatowe	Projekt, kolokwium
TP-02	Samoświadomość, budowanie otwartości		Dyskusja, burza mózgów, studium przypadku, ćwiczenia warsztatowe	Projekt, kolokwium
TP-03	Autentyczność, doświadczenie „tu i teraz”		Dyskusja, burza mózgów, studium przypadku, ćwiczenia warsztatowe	Projekt, kolokwium
<p><b>Metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się określonych dla zajęć, powinny być zróżnicowane w zależności od kategorii, tj. inne dla kategorii wiedza i inne dla kategorii umiejętności i kompetencje społeczne.</b></p> <p>Dla wykładu:</p> <p>* np. wykład podający, wykład problemowy, ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy</p> <p># np. egzamin ustny, test, prezentacja, projekt</p> <p>Zaleca się podanie przykładowych zadań (pytań) służących weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się określonych dla zajęć.</p>				
<b>ZALECANA LITERATURA (w tym pozycje w języku obcym)</b>				

**Literatura podstawowa** (powinna być dostępna dla studenta w uczelnianej bibliotece):

Carol Dweck ; [przekład Anna Czajkowska Nowa psychologia sukcesu : nastawienie na rozwój to gwarancja sukcesu, Warszawa : Muza, 2021.

Katarzyna Skolimowska, Marzena Kud. Wychowanie do osobistego rozwoju: pomysły na lekcje rozwijające kompetencje miękkie i umiejętności osobiste wśród dzieci i młodzieży. Część 1, Warszawa : Difin, 2017.

K. W. Vopel Zabawy interakcyjne- materiały p, część 1, 2, 3, 4, 5 ,6 Wyd. Jedność, Kielce 1999, (publikacje przesłane studentom)

**Literatura uzupełniająca:**

Terapia Gestalt. Pobudzenie i wzrost w osobowości ludzkiej, Warszawa 2022

Egan, G. (2001). Uczestnictwo w treningu psychologicznym i rozwój interpersonalny. Warszawa: PTP SPP

Sztander, W. (1999). Rozmowy które pomagają. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia.

Tryjarska, B. (2006). Psychoterapia grupowa W: L. Grzesiuk (red.), Psychoterapia. Praktyka Podręcznik akademicki (t. II, cz. I, r. 1, 3 ,4). Warszawa: ENETEIA Wydawnictwo Psychologii i Kultury.

Corey, M., Corey G. (2000). Grupy. Zasady i techniki grupowej pomocy psychologicznej. Warszawa: IPZiT PTP.

Rosenberg, M. (2003). Porozumienie bez przemocy. O języku serca. Warszawa: Wyd. Jacek Santorski & Co.

Sills, CH., Fish, S., Lapworth, P. (1999). Pomoc psychologiczna w ujęciu Gestalt. Warszawa: Instytut Psychologii zdrowia.

Cermak, T., L., Rutzky, J. (1998). Czas uzdrowić swoje życie. Przewodnik do pracy nad sobą. Warszawa: PARPA.

### III. INFORMACJE DODATKOWE

#### BILANS PUNKTÓW ECTS

#### OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA (godziny)

Forma aktywności	Liczba godzin *
Godziny zajęć (według harmonogramu) z nauczycielem akademickim lub inną osobą prowadzącą zajęcia	30
Praca własna studenta	15
<b>SUMA GODZIN:</b>	30 + 15

#### OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA (punkty ECTS)2

		Liczba punktów ECTS	
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS PRZYPISANYCH DO ZAJĘĆ	Praca studenta wymagająca bezpośredniego kontaktu z nauczycielem akademickim lub inną osobą prowadzącą zajęcia	Ogółem: 1	0.75
	Praca własna studenta		0.25

\* godziny lekcyjne, czyli 1 godz. oznacza 45 min;

#### OPIS PRACY WŁASNEJ STUDENTA:

Praca własna studenta musi być precyzyjnie opisana, uwzględniając charakter praktyczny zajęć. Należy podać symbol efektu uczenia się, którego praca własna dotyczy oraz metody weryfikacji efektów uczenia się stosowane w ramach pracy własnej.

Przykładowe formy aktywności: (1) przygotowanie do zajęć, (2) opracowanie wyników, (3) czytanie wskazanej literatury, (4) napisanie raportu z zajęć, (5) przygotowanie do egzaminu, opracowanie projektu.

1. przygotowanie do zajęć – 3 h

2. czytanie wskazanej literatury -5 h

3. opracowanie projektu wspólnie z grupą, przygotowanie do zaliczenia -7 h

Forma weryfikacji- przygotowanie projektu we współpracy z zespołem i jego realizacja na zajęciach/przygotowanie, prezentacji indywidualnie

#### KRYTERIA OCENIANIA

Ocena kształtująca:

Ćwiczenia:

- aktywność, otwartość i zaangażowanie w ćwiczenia i eksperymentowanie oraz współpracę w uczeniu się- docenienie, zwrócenie uwagi na kreatywność, pochwała
- dążenie by w czasie zajęć postępowanie studenta regulowane było przez wartości etyczno-moralne
- współpraca w podsumowywaniu i współtworzeniu efektów uczenia- dostrzeżenie wkładu, pochwała

Ocena podsumowująca:

Na ocenę dostateczną- student bierze udział w ćwiczeniach umiejętności, prezentując kluczowe dla przedmiotu umiejętności ze znaczną pomocą nauczyciela. Angażuje się na poziomie bycia w grupie bardziej biernego, jest uczestnikiem grupy projektowej

Na ocenę dobrą – student potrafi samodzielnie zaprezentować treści zawarte w sylabusie oraz jest aktywny w dyskusji i analizie, sporadycznie korzystając z pomocy nauczyciela, jest aktywny w grupie , współpracuje

Na ocenę bardzo dobrą- student w sposób kompletny i nie wymagający uzupełnień i w pełni samodzielnie prezentuje zawarte w sylabusie efekty uczenia, jest aktywny we współpracy i współtworzeniu efektów uczenia się, wykazuje się refleksyjnością, operatywnością wiedzy, świadomie dąży do rozwoju kompetencji.

**INFORMACJA O PRZEWIDYWANEJ MOŻLIWOŚCI WYKORZYSTANIA KSZTAŁCENIA NA ODLEGŁOŚĆ:** Przewiduje się wykorzystanie platformy MS Teams