

## Karta opisu zajęć - Sylabus

Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. ks. Bronisława Markiewicza w Jarosławiu

### I. INFORMACJE PODSTAWOWE

Nazwa zajęć: Trening Rozwoju Osobistego	Cykl kształcenia rozpoczynający się w roku akademickim 2022/2023 – 2026/2027		
Nazwa kierunku studiów, poziom i profil kształcenia: Psychologia, jednolite studia magisterskie, profil praktyczny			
Język wykładowy: polski	Rodzaj zajęć: laboratorium		
Rok studiów: 2	Semestr: III		
Liczba punktów ECTS przypisana zajęciom: 2	Koordynator zajęć Imię, nazwisko, tytuł/stopień naukowy, adres e-mail: Marzena Cuzytek, magister, marzena.cuzytek@pwste.edu.pl		
Jednostka organizacyjna: Instytut Humanistyczny			
<b>FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ I LICZBA GODZIN</b>			
Ogólna liczba godzin zajęć dydaktycznych na studiach stacjonarnych i niestacjonarnych z podziałem na formy:			
<b>Studia stacjonarne</b>		<b>Studia niestacjonarne</b>	
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):	
<b>RAZEM:</b>	30	<b>RAZEM:</b>	
<b>II. INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE</b>			
<b>Wymagania wstępne i dodatkowe:</b> Brak wymagań			

**Cel (cele) kształcenia dla zajęć:**

1. Zdobycie przez studenta wiedzy na temat rozwoju osobistego 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**

Efekty uczenia się określone dla zajęć w kategorii wiedza, umiejętności oraz kompetencje społeczne oraz metody weryfikacji efektów uczenia się

**UWAGA:**

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 one od formy zajęć.

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, uwarunkowania funkcjonowania ucznia w środowisku szkolnym: znaczenie uspołecznienia ucznia i kontaktów rówieśniczych, procesy społeczne w klasie, rozwiązywanie konfliktów w klasie szkolnej lub grupie wychowawczej, potrzebę rozwijania u dzieci, uczniów lub wychowanków kompetencji komunikacyjnych i umiejętności społecznych niezbędnych do nawiązywania poprawnych relacji; diagnozę grupy uczniowskiej i każdego ucznia oraz charakterystykę i etiologię potrzeb edukacyjnych uczniów; pojęcia integracji i inkluzji; sytuację dziecka z niepełnosprawnością fizyczną i intelektualną w szkole ogólnodostępnej, a także problemy dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu i ich funkcjonowanie, problemy dzieci zaniedbanych i pozbawionych opieki oraz szkolną sytuację dzieci z doświadczeniem migracyjnym; problematykę dziecka w sytuacji kryzysowej lub traumatycznej	K_W05
<b>Umiejętności - potrafi</b>		
M_02	Student potrafi wspomagać nauczycieli i rodziców lub opiekunów w rozwiązywaniu problemów wychowawczych oraz wspieraniu wszechstronnego rozwoju uczniów	K_U05
<b>Kompetencji społecznych - jest gotów do</b>		
M_03	Student jest gotów do podejmowania współpracy z różnymi podmiotami w środowisku ucznia na rzecz jego rozwoju.	K_K03

**UWAGA!**

Zaleca się, aby w zależności od liczby godzin zajęć, liczba efektów uczenia się zawierała się w przedziale: 3-7, ale są to wartości umowne.

## TREŚCI PROGRAMOWE I ICH ODNIESIENIE DO FORM ZAJĘĆ I METOD OCENIANIA

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>wykład</b>		
		<b>ćwiczenia</b>		
		<b>laboratorium</b>		
TP-01	Znaczenie umiejętności interpersonalnych i indywidualnych w rozwoju osobistym.	4	Praca z książką, metody ćwiczebne	Prezentacja, konspekt przeprowadzonych ćwiczeń
TP-02	Samoświadomość, budowanie otwartości, Autoekspresja, wyrażanie uczuć, sprawdzanie odbioru uczuć.	4	Praca z książką, metody ćwiczebne	prezentacja, konspekt przeprowadzonych ćwiczeń
TP-03	Autentyczność, doświadczenie „tu i teraz”, okazywanie i wyrażanie akceptacji, modelowanie kierunków aktywności jednostki.	4	Praca z książką, metody ćwiczebne	prezentacja, konspekt przeprowadzonych ćwiczeń
TP-04	Elastyczne myślenie i działanie. Kreatywność.	4	Praca z książką, metody ćwiczebne	prezentacja, konspekt przeprowadzonych ćwiczeń
TP-05	Samoakceptacja, indywidualny potencjał rozwojowy, znaczenie samoakceptacji.	4	Praca z książką, metody ćwiczebne	prezentacja, konspekt przeprowadzonych ćwiczeń
TP-06	Konflikt, radzenie sobie z konfliktem.	4	Praca z książką, metody ćwiczebne	prezentacja, konspekt przeprowadzonych ćwiczeń

TP-07	Komunikacja interpersonalna, rozwój kompetencji komunikacyjnych, bariery komunikacyjne.	4	Praca z książką, metody ćwiczebne	prezentacja, konspekt przeprowadzonych ćwiczeń
TP-08	Zdobywanie i wyrażanie akceptacji.	2	Praca z książką, metody ćwiczebne	Obserwacja w warunkach rzeczywistych, debata
		<b>seminarium</b>		
<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>				
<p><b>Literatura podstawowa</b> (powinna być dostępna dla studenta w uczelnianej bibliotece):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• E. de Bono Umysł kreatywny: 62 ćwiczenia rozwijające intelekt. Wydawnictwo Studio Emka, Warszawa 2022</li> <li>• D.J. Lieberman Sztuka rozwiązywania konfliktów: jak porozumieć się w każdej sytuacji. GWP, Gdańsk 2005</li> <li>• S.Wegscheider-Cruse Poczucie własnej wartości: jak pokochać siebie. GWP, Gdańsk 2016</li> <li>• E. Sujak, ABC psychologii komunikacji, WAM, Kraków 2006</li> <li>• W. Łosiak, D. Kądziaława, Psychologia emocji, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2007</li> </ul>				
<p><b>Literatura uzupełniająca:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• G.R. Schiraldi, Jesteś kimś więcej, niż myślisz, GWP, Sopot 2021</li> <li>• L.M. Schab, Jesteś kimś więcej, niż myślisz-dla nastolatków, GWP, Sopot 2021</li> </ul>				
<b>III. INFORMACJE DODATKOWE</b>				
<b>BILANS PUNKTÓW ECTS</b>				
<b>OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA (godziny)</b>				
Forma aktywności			Liczba godzin *	
Godziny zajęć (według harmonogramu) z nauczycielem akademickim lub inną osobą prowadzącą zajęcia			30	
Praca własna studenta			20	
<b>SUMA GODZIN:</b>			<b>50</b>	
<b>OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA (punkty ECTS)</b>				
			Liczba punktów ECTS	

SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS PRZYPIŚNANYCH DO ZAJĘĆ	Praca studenta wymagająca bezpośredniego kontaktu z nauczycielem akademickim lub inną osobą prowadzącą zajęcia	Ogółem: 2	1,2
	Praca własna studenta		0,8
* godziny lekcyjne, czyli 1 godz. oznacza 45 min;			
<b>OPIS PRACY WŁASNEJ STUDENTA:</b>			
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.			
przygotowanie do zajęć (prezentacja, debata) M_01W, M_02U, M_03K czytanie wskazanej literatury (prezentacja, debata ) M_01W opracowanie prezentacji (prezentacja, debata) M_01W, M_02U, M_03K			
<b>KRYTERIA OCENIANIA</b>			
Ocena kształtująca: Laboratorium: - 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 etyczne-moralne - współpraca w podsumowywaniu -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.			
<b>INFORMACJA O PRZEWIDYWANEJ MOŻLIWOŚCI WYKORZYSTANIA KSZTAŁCENIA NA ODLEGŁOŚĆ</b>			

.....

(data, podpis Kierownika Zakładu/  
Kierownika Jednostki Międzyinstytutowej)

.....

(data, podpis Koordynatora  
odpowiedzialnego za zajęcia)

*Uwaga:*

*Karta opisu zajęć (sylabus) musi być dostępna dla studenta.*