

Karta opisu zajęć - Sylabus			
Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. ks. Bronisława Markiewicza w Jarosławiu			
I. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Nazwa zajęć: AUTOPREZENTACJA I WYSTĄPIENIA PUBLICZNE		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 kształcenia ogólnego	
Rok studiów: IV		Semestr: 8	
Liczba punktów ECTS przypisana zajęciom: 2		Koordynator zajęć Imię, nazwisko, tytuł/stopień naukowy, adres e-mail:	
Jednostka organizacyjna: Wydział 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:	15	Ćwiczenia:	
Laboratorium:		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:	15	RAZEM:	
II. INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE			
Wymagania wstępne i dodatkowe: wiedza zakresu psychologii społecznej, komunikacji interpersonalnej			
Cel (cele) kształcenia dla zajęć: Celem przedmiotu jest wyposażenie studentów w wiedzę i umiejętności niezbędne do skutecznego komunikowania się, prezentowania siebie oraz profesjonalnego występowania przed różnymi grupami audytoryjnymi. Przedmiot rozwija kluczowe kompetencje niezbędne w pracy psychologa, który często występuje w roli eksperta, trenera lub mówcy. Dzięki połączeniu wiedzy teoretycznej z praktycznymi ćwiczeniami studenci nabędą umiejętności przydatnych zarówno w życiu zawodowym, jak i społecznym.			
Efekty uczenia się określone dla zajęć			
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 od formy zajęć.			
Symbol efektów uczenia się określonego dla zajęć*	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)
Wiedzy - zna i rozumie			

W01	Student zna podstawowe teorie komunikacji interpersonalnej i masowej oraz ich zastosowanie w autoprezentacji. Rozumie psychologiczne mechanizmy wpływu społecznego, perswazji i budowania wizerunku oraz ma wiedzę na temat czynników wpływających na odbiór wystąpienia publicznego (mowa ciała, głos, struktura przekazu).	K_W21		
W02	Zna techniki redukcji stresu i tremy związanej z wystąpieniami publicznymi oraz rozumie etyczne aspekty komunikacji, w tym zagrożenia związane z manipulacją.	K_W05		
Umiejętności – potrafi				
U01	Student potrafi przygotować i przeprowadzić skuteczną prezentację, dostosowaną do potrzeb odbiorców, wykorzystując mowę ciała, kontakt wzrokowy i modulację głosu w celu wzmocnienia przekazu.	K_U07		
U02	Potrafi stosować techniki perswazji i argumentacji oparte na wiedzy psychologicznej oraz radzić sobie z treścią poprzez techniki oddechowe, relaksacyjne i mentalne.	K_U11		
U03	Potrafi analizować i modyfikować własne wystąpienia na podstawie informacji zwrotnych, a także krytycznie oceniać wystąpienia publiczne pod kątem skuteczności komunikacyjnej i etyki.	K_U11		
Kompetencji społecznych - jest gotów do				
K01	Student jest świadomy własnych mocnych i słabych stron w zakresie autoprezentacji i dąży do ich rozwoju. Potrafi współpracować w grupie, udzielać i przyjmować konstruktywną informację zwrotną, a także jest gotów do wystąpień publicznych w różnych kontekstach zawodowych (konferencje, szkolenia, media).	K_K04		
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 #
		ćwiczenia		

TP-01	Wprowadzenie do autoprezentacji i komunikacji publicznej. Psychologiczne podstawy autoprezentacji (teoria autoafirmacji, autowaloryzacji, zarządzanie wrażeniem – Goffman). Rola pierwszego wrażenia i efekt halo.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, prezentacja multimedialna, analiza nagrań znanych mówców (np. TED Talks)	symulacje wystąpień, analiza case studies i feedback
TP-02	Struktura skutecznej prezentacji. Model prezentacji: wstęp (hook), rozwinięcie, zakończenie (call to action). Zasady storytellingu w wystąpieniach.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, prezentacja multimedialna	konspekt prezentacji na zadany temat, mini-wystąpienia z wykorzystaniem struktury, feedback
TP-03	Mowa ciała i komunikacja niewerbalna. Znaczenie postawy, gestów, mimiki i kontaktu wzrokowego. Sygnały otwartości i zamknięcia w komunikacji.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, prezentacja multimedialna, warsztaty	ćwiczenia warsztatowe, analiza case studies i feedback
TP-04	Głos i techniki mówienia. Emisja głosu: dykcja, intonacja, tempo, pauzy. Techniki wzmacniania nośności głosu.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, prezentacja multimedialna	ćwiczenia oddechowe i dykcyjne, case studies, praca z tekstem
TP-05	Radzenie sobie z treścią i stresem. Przyczyny i objawy tremy – perspektywa psychologiczna. Techniki relaksacyjne (oddechowe, wizualizacje, metody poznawcze).		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, prezentacja multimedialna, ćwiczenia relaksacyjne	ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych technik relaksacyjnych, symulacje stresujących wystąpień, feedback
TP-06	Perswazja i argumentacja w wystąpieniach. Psychologiczne mechanizmy wpływu społecznego (Cialdini). Logiczne i emocjonalne techniki argumentacji.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, prezentacja multimedialna, debata	debata, analiza perswazyjnych technik w reklamach/mowach – praca z tekstem

TP-07	Prezentacje multimedialne i praca z publicznością. Zasady tworzenia skutecznych slajdów (mniej = więcej). Techniki angażowania słuchaczy.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, prezentacja multimedialna	prezentacja z wykorzystaniem wizualizacji (np. PowerPoint/Canva). Symulacja trudnych pytań od publiczności, feedback
TP-08	Podsumowanie – praktyczne wystąpienia studentów. Podsumowanie zdobytych kompetencji i indywidualne wskazówki rozwojowe.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, prezentacja wystąpień studentów	5-minutowe wystąpienie studenta na wybrany temat, feedback

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.

Dla wykładu:

* np. wykład podający, wykład problemowy, ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy

np. egzamin ustny, test, prezentacja, projekt

Zaleca się podanie przykładowych zadań (pytań) służących weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się określonych dla zajęć.

ZAŁECANA LITERATURA (w tym pozycje w języku obcym)

Literatura podstawowa:

- Przemysław Kutnyj, 2021, Sztuka autoprezentacji i wystąpień publicznych : na żywo i online, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Robert Kozak, 2021, Wystąpienia publiczne: opowieść biznesowa: 4-godzinna sesja coachingowa, która przygotuje cię do każdego wystąpienia, Warszawa: MT Biznes.
- Stanisław Kozak, 2011, Patologie komunikowania w Internecie : zagrożenia i skutki dla dzieci i młodzieży, Warszawa: Difin.
- Paul Johannes Baumgartner, 2010, Jak zjednać sobie ludzi: czyli perfekcyjna komunikacja, Warszawa: Wydawnictwo RM.
- Agata i Jerzy Rzędowscy, 2019, Mówca doskonały: wystąpienia publiczne w praktyce, Gliwice: Wydawnictwo Helion.

Literatura uzupełniająca:

- Bogdan Wojciszke, 2019, Psychologia społeczna, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Andrzej Bubrowiecki, 2009, Popraw swoją skuteczność, Warszawa: Muza.
- Lidia Jabłonowska, Piotr Wachowiak, Sławomir Winch (red.), 2019, Sztuka prezentacji. Teoria i praktyka, Warszawa: Difin.

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	15

Praca własna studenta		35	
SUMA GODZIN:		50	
OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA (punkty ECTS)			
		Liczba punktów ECTS	
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS PRZYPISANYCH DO ZAJĘĆ	Praca studenta wymagająca bezpośredniego kontaktu z nauczycielem akademickim lub inną osobą prowadzącą zajęcia	Ogółem: 2	0,6
	Praca własna studenta		1,4
* 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.			
- czytanie wskazanej literatury: W01, W02, U01; metoda weryfikacji: przygotowanie prezentacji, konspektu - przygotowanie do zajęć: W01, W02, U01, U02; metoda weryfikacji: prezentacja, case studies, opracowanie i realizacja warsztatów, symulacje wystąpień - przygotowanie do zaliczenia - wystąpienie: U01, U02, U03, K01; metoda weryfikacji: autoprezentacja			
KRYTERIA OCENIANIA			
Ocena kształtująca:			
w zakresie ćwiczeń			
➤ określanie i wyjaśnianie studentom celów uczenia się i kryteriów osiągnięcia celów (określenie i wyjaśnienie studentom oczekiwań: nauczyciel wyjaśnia studentom, co będzie podlegało ocenie i tego od nich wymaga); ➤ organizowanie dyskusji, zadawanie pytań i zadań, uzyskując informację na temat procesu uczenia się studentów; ➤ udzielanie studentom informacji zwrotnej, która umożliwi im widoczny postęp w nauce i będzie zawierała odpowiedź na pytania: Co student zrobił dobrze? Co i jak student ma poprawić? Jak student ma się dalej uczyć, aby się rozwijać i robić postępy? ➤ umożliwianie studentom wzajemnego korzystania ze swojej wiedzy i umiejętności (poprzez pracę w grupach i parach, wzajemne nauczanie, ocenę koleżeńską) ➤ wspomaganie studentów, by stali się autorami procesu swojego uczenia się (rozwijanie u studentów wiary w swoje możliwości, motywacji do nauki i zaangażowania, odpowiedzialności za swój proces uczenia się).			
Ocena podsumowująca:			
Ćwiczenia			
na ocenę podsumowującą składają się oceny cząstkowe zdobyte w trakcie ćwiczeń; ocena wystąpienia - autoprezentacji, przygotowanie i prezentacja konspektu zajęć oraz warsztatów, aktywności w trakcie zajęć, ocena efektów indywidualnej i zespołowej pracy studenta oraz stopnia przyswojenia wiedzy i opanowania umiejętności praktycznych zakładanych w przedmiotowych efektach uczenia się. Ocena końcowa będzie oparta na następujących 5 kluczowych obszarach, każdy w skali 2–5 (gdzie 5 = bardzo dobry, 2 = niedostateczny). Końcowa ocena to średnia z wszystkich kategorii:			
1.Struktura i organizacja wystąpienia (20%) 2.Komunikacja niewerbalna (20%) [postawa i gestykulacja, kontakt wzrokowy, wyraźna mimika] 3.Głos i artykulacja (20%) [dykcja, ton i intonacja, tempo i pauzy] 4.Jakość merytoryczna i perswazja (20%) 5.Kontakt z publicznością i autentyczność (20%)			

Skala ocen:

5,0 – wszystkie kryteria spełnione wzorowo.

4,0–4,5 – nieliczne drobne usterki (np. lekka sztywność, pojedyncze wypełniacze).

3,0–3,5 – widoczne braki w 1–2 obszarach (np. słaby kontakt wzrokowy + chaotyczna struktura).

2,0 – poważne problemy (np. brak przygotowania, bardzo niska płynność).

**INFORMACJA O PRZEWIDYWANEJ MOŻLIWOŚCI WYKORZYSTANIA KSZTAŁCENIA NA
ODLEGŁOŚĆ**