

Karta opisu zajęć - Sylabus

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

I. INFORMACJE PODSTAWOWE

Nazwa zajęć: **Stres i wypalenie zawodowe w pracy socjalnej** Cykl kształcenia rozpoczynający się w roku akademickim 2023-2024

Nazwa kierunku studiów, poziom i profil kształcenia: **Praca socjalna, studia drugiego stopnia, profil praktyczny**

Język wykładowy: **Polski**

Rodzaj zajęć: **Zajęcia specjalistyczne**

Rok studiów: **II**

Semestr: **IV**

Liczba punktów ECTS przypisana zajęciom: **3**

Koordynator zajęć
Imię, nazwisko, tytuł/stopień naukowy, adres e-mail:
Klaudia Czapla-Dziedzic, dr
klaudia.czapla-dziedzic@pansjar.edu.pl

Jednostka organizacyjna: **Wydział Ochrony Zdrowia**

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:	15	Wykład:	-
Ćwiczenia:	-	Ćwiczenia:	-
Laboratorium:	-	Laboratorium:	-
Lektorat:	-	Lektorat:	-
Projekt:	-	Projekt:	-
Zajęcia praktyczne:	15	Zajęcia praktyczne:	-
Seminarium:	-	Seminarium:	-
Zajęcia terenowe:	-	Zajęcia terenowe:	-
Praktyki:	-	Praktyki:	-
Inna forma (jaka):	-	Inna forma (jaka):	-
RAZEM:	30	RAZEM:	

II. INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

Wymagania wstępne i dodatkowe:

- wiedza – zna podstawową terminologię z zakresu dziedzin nauki i dyscyplin naukowych właściwych dla pracy socjalnej
- umiejętności – potrafi w podstawowym stopniu wyszukiwać, analizować, oceniać, selekcjonować i użytkować informacje z wykorzystaniem różnych źródeł i sposobów,
- kompetencje społeczne – prawidłowo identyfikuje i rozstrzyga dylematy związane z wykonywaniem zawodu pracownika socjalnego,

Cel (cele) kształcenia dla zajęć: Celem zajęć jest zapoznanie studentów z podstawowymi pojęciami z zakresu stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej, z narzędziami służącymi do przeprowadzania oceny stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej, zapoznanie studentów ze sposobami diagnozowania stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej a także metodami inicjowania działań na rzecz realizacji programów zapobiegających temu zjawisku.

EFEKTY UCZENIA SIĘ OKREŚLONE DLA ZAJĘĆ I ICH ODNIENIE 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>UWAGA:</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)
Wiedzy - zna i rozumie				
W_01	W pogłębionym stopniu definiuje podstawowe pojęcia z zakresu stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej ; posiada pogłębioną wiedzę z zakresu pracy socjalnej, obejmującą współczesne teorie i nowe tendencje rozwoju systemu pomocy społecznej			K_W03
W_02	Dysponuje pogłębioną wiedzą z zakresu rozwoju społecznego człowieka.			K_W09
Umiejętności - potrafi				
U_01	Potrafi, posługując się nomenklaturą oraz koncepcjami teoretycznymi używanymi w pracy socjalnej, dokonywać analizy ludzkich motywów i wzorów zachowań. Umiejętnie diagnozuje problemy i sytuacje trudne występujące wśród pracowników socjalnych związanych ze stresem i wypaleniem zawodowym.			K_U02
U_02	Adekwatnie wdraża metody i sposoby przeprowadzania diagnozy stresu i wypalenia zawodowego.			K_U04
Kompetencji społecznych - jest gotów do				
K_01	Współpracy zespołowej i wykorzystania praktycznego umiejętności radzenia sobie ze stresem			K_K05
K_02	Jest zorientowany na zastosowanie kompleksowych i optymalnych form pomocy współpracownikom z objawami stresu i syndromem wypalenia zawodowego			K_K04
<p>UWAGA!</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>				
TRĘŚCI 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 #
		wykład		
TP-01	Zajęcia organizacyjne. Omówienie problematyki zajęć, celów i założeń. Prezentacja zasad zaliczenia przedmiotu. Wprowadzenie w problematykę stresu i wypalenia zawodowego, słowniczek pojęć, kluczowe terminy	wykład	wykład z prezentacją multimedialną	kolokwium pisemne

TP-02	Klasyczne koncepcje stresu – ujęcia w paradygmacie inżynierskim, biologicznym i ewolucyjnym. Współczesne teorie stresu (R. Lazarusa podejście interakcyjne, S. Hobfolla teoria zachowania zasobów -COR). Zapoznanie z narzędziami do oceny poziomu stresu i wypalenia zawodowego. Studium przypadku.	wykład	wykład z prezentacją multimedialną	kolokwium pisemne
TP-03	Stres a zdrowie, osobowościowe uwarunkowania zdrowia i choroby w kontekście stresu, stres niszczący i ozdrowieńczy.	wykład	wykład z prezentacją multimedialną	kolokwium pisemne
		Zajęcia praktyczne		
TP-01	Wypalenie zawodowe – historia badań, koncepcje, narzędzia pomiaru i przeciwdziałanie. Specyfika zjawiska w różnych grupach zawodowych (zajęcia z dyskusją na temat najnowszych wyników badań w tym zakresie). Studium przypadku	zajęcia praktyczne	analiza tekstów z dyskusją, praca w grupach, analiza przypadków. ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy. metody interaktywne , dyskusja, przygotowanie samodzielnej prezentacji .	przygotowanie samodzielnej prezentacji
TP-02	Radzenie sobie ze stresem – teoria i praktyka, programy prewencji i interwencji stresu, skuteczne zmaganie się ze stresem, nauka praktycznych technik od relaksacji i rozluźnienia, poprzez metody poznawcze, naukę planowania, podstaw asertywności i zarządzania czasem. Studium przypadku.	zajęcia praktyczne	analiza tekstów z dyskusją, praca w grupach, analiza przypadków. ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy. metody interaktywne , dyskusja, przygotowanie samodzielnej prezentacji .	przygotowanie samodzielnej prezentacji
TP-03	Praca i kariera jako źródło stresu, satysfakcja z pracy, stresory organizacyjne i pozaorganizacyjne, stres kierowniczy i stres pracowników. Studium przypadku.	zajęcia praktyczne	analiza tekstów z dyskusją, praca w grupach, analiza przypadków. ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy. metody interaktywne , dyskusja, przygotowanie samodzielnej prezentacji .	przygotowanie samodzielnej prezentacji

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.

ZALECANA LITERATURA (w tym pozycje w języku obcym)

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

- Maslach, Ch., Leiter, M.P., Pokonać wypalenie zawodowe. Sześć strategii poprawienia relacji z pracą (2010)
- Maslach, Ch., Leiter, M.P., Prawda o wypaleniu zawodowym (2011)
- Ogińska-Bulik N., Juczyński Z., Osobowość, stres a zdrowie (2008)
- Schuh H., Litzcke S., Stres, mobbing i wypalenie zawodowe (2006)

Literatura uzupełniająca:

- Ogińska - Bulik N., Stres zawodowy w zawodach usług społecznych (2006)
- Pawlas-Czyż S. (red.), Praca socjalna wobec współczesnych problemów społecznych, Akapit, Toruń 2007
- Krasiejko I., Metodyka działania asystenta rodzinnego. Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach w pracy socjalnej, Wydawnictwo Naukowe Śląsk, Katowice 2010:

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	45
SUMA GODZIN:	75

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: 3	1,2
	Praca własna studenta		1,8

* 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.

Forma zajęć	Forma aktywności studenta w ramach pracy własnej	Symbol efektu uczenia się, którego praca własna dotyczy	Metody weryfikacji efektów uczenia się stosowane w ramach pracy własnej
wykład	czytanie wskazanej literatury, przygotowanie do kolokwium	W_01, W_02, K_01	kolokwium pisemne
zajęcia praktyczne	czytanie wskazanej literatury, przygotowanie do zajęć, przygotowanie prezentacji	U_01, U_02, K_01, K_02	przygotowanie samodzielnej prezentacji

KRYTERIA OCENIANIA

Ocena kształtująca:

Forma i warunki zaliczenia wykładów:

- Obecność na wykładach zgodna z Regulaminem studiów.
- Kolokwium pisemne
- Uzyskanie z egzaminu pisemnego oceny pozytywnej – co najmniej dostatecznej (min. 51% punktów poprawnych odpowiedzi).
- Uzyskanie oceny niedostatecznej skutkuje niezaliczeniem zajęć.

Forma i warunki zaliczenia zajęć praktycznych:

- Zaliczenie na ocenę
- Frekwencja 100% (udział w zajęciach praktycznych jest obowiązkowy – zgodnie z Regulaminem studiów).
- Zaliczenie na ocenę pozytywną, co najmniej dostateczną treści programowych realizowanych podczas zajęć praktycznych.
- Przedłożenie przez studenta nauczycielowi prowadzącemu zajęcia praktyczne przygotowanej prezentacji i zaprezentowanie jej na zajęciach we wskazanym przez nauczyciela terminie lub najpóźniej dwa dni przed zakończeniem zajęć praktycznych.
- Ocena końcowa jest średnią ocen z wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych.

Ocena podsumowująca:

Wiedza: Ocena 2 (ndst) – student nie potrafi scharakteryzować pojęcia stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej oraz podstawowych zasad, koncepcji, podejść, metod i narzędzi wykorzystywanych w procesie diagnozowania.

Ocena 3 (dst) – student w ograniczonym stopniu (nie w pełni) potrafi pojęcia stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej oraz podstawowych zasad, koncepcji, podejść, metod i narzędzi wykorzystywanych w procesie diagnozowania (min. 50%)

Ocena 4 (db) – student potrafi poprawnie scharakteryzować pojęcia stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej oraz podstawowych zasad, koncepcji, podejść, metod i narzędzi wykorzystywanych w procesie diagnozowania. (min. 65%)

Ocena 5 (bdb) – student potrafi dokładnie i wyczerpująco pojęcia stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej oraz podstawowych zasad, koncepcji, podejść, metod i narzędzi wykorzystywanych w procesie diagnozowania. (min. 75%).

Umiejętności: Ocena 2 (ndst) – student nie posiada elementarnych umiejętności diagnozowania stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej, nie potrafi wykorzystać praktycznie metod i narzędzi do ich oceny.

Ocena 3 (dst) – student w ograniczonym stopniu posiada elementarne umiejętności diagnozowania stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej, w minimalnym stopniu potrafi wykorzystać praktycznie metod i narzędzi do ich oceny.

Ocena 4 (db) – student posiada umiejętności diagnozowania stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej oraz zasady praktycznego wykorzystania metod i narzędzi do ich oceny.

Ocena 5 (bdb) – student posiada wysokie umiejętności diagnozowania stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej oraz zasady praktycznego wykorzystania metod i narzędzi do ich oceny.

Kompetencje społeczne : Ocena 2 (ndst) – student nie uznaje wagi i znaczenia problematyki stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej,

Ocena 3 (dst) – student w ograniczonym stopniu uznaje wagę i znaczenie problematyki stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej, Ocena 4 (db) – student uznaje wagę i znaczenie problematyki stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej, Ocena 5 (bdb) – student w pełni uznaje wagę i znaczenie problematyki stresu i wypalenia zawodowego w pracy socjalnej,

INFORMACJA O PRZEWIDYWANEJ MOŻLIWOŚCI WYKORZYSTANIA KSZTAŁCENIA NA ODLEGŁOŚĆ

Możliwe jest prowadzenie wykładów z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość w trybie synchronicznym przy użyciu aplikacji Microsoft Teams