

<b>Karta opisu zajęć - Sylabus</b>			
Państwowa Wyższa Szkoła Techniczno-Ekonomiczna im. ks. Bronisława Markiewicza w Jarosławiu			
I. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Nazwa zajęć: <b>TRENING ROZWOJU OSOBISTEGO Z ELEMENTAMI GESTALT</b>		Cykl kształcenia rozpoczynający się w roku akademickim 2023/2024	
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: 1	
Liczba punktów ECTS przypisana zajęciom: 2		Koordynator 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:	30	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):	
<b>RAZEM:</b>	30	<b>RAZEM:</b>	
II. INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE			
<b>Wymagania wstępne i dodatkowe: brak</b>			
<b>Cel (cele) kształcenia dla zajęć:</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1). Zdobycie przez studenta wiedzy na temat rozwoju osobistego, zwłaszcza z perspektywy Gestalt i jego znaczenia w pracy psychologa</li> <li>2). Kształtowanie umiejętności osobistych i interpersonalnych potrzebnych do rozwijania i utrzymywania poprawnych relacji interpersonalnych w obszarze zawodowym</li> <li>3). Kształtowanie umiejętności osobistych potrzebnych do budowania relacji opartych na otwartości, pozytywnym obrazie siebie, integracji i inkluzyjności.</li> <li>4). Kształtowanie umiejętności wspierania rozwoju osobistego u uczniów, wychowanków i osób dorosłych</li> <li>5). Kształtowanie umiejętności wspomagania nauczycieli, rodziców, uczniów we wszechstronnym rozwoju</li> <li>6). Kształtowanie umiejętności analizy interakcji społecznych, własnych mechanizmów psychologicznych i świadomego kształtowania tych interakcji</li> </ol>			
<b>EFEKTY UCZENIA SIĘ OKREŚLONE DLA ZAJĘĆ I ICH ODNIESIENIE DO EFEKTÓW UCZENIA SIĘ OKREŚLONYCH DLA KIERUNKU STUDIÓW</b>			

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*	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**

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,	K_W05
------	--	-------

**Umiejętności - potrafi**

M_02	Student potrafi wspomagać nauczyciela w rozwiązywaniu problemów wychowawczych.	K_U05
------	--	-------

**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>ćwiczenia</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
TP-04	Auto ekspresja, wyrażanie uczuć, sprawdzanie odbioru uczuć		Dyskusja, burza mózgów, studium przypadku, ćwiczenia warsztatowe	Projekt, kolokwium
TP-05	Elastyczne myślenie i działanie. Kreatywność.		Dyskusja, burza mózgów, studium przypadku, ćwiczenia warsztatowe	Projekt, kolokwium

TP-06	Samoakceptacja, indywidualny potencjał rozwojowy, znaczenie samoakceptacja		Dyskusja, burza mózgów, studium przypadku, ćwiczenia warsztatowe	Projekt, kolokwium
TP-07	Konflikt, radzenie sobie z konfliktem		Dyskusja, burza mózgów, studium przypadku, ćwiczenia warsztatowe	Projekt, kolokwium
TP-08	Komunikacja interpersonalna, rozwój kompetencji komunikacyjnych, bariery komunikacyjne		Dyskusja, burza mózgów, studium przypadku, ćwiczenia warsztatowe	Projekt, kolokwium
TP-09	Okazywanie i wyrażanie akceptacji, modelowanie kierunków aktywności jednostki		Dyskusja, burza mózgów, studium przypadku, ćwiczenia warsztatowe	Projekt, kolokwium

**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):

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		30	
<b>SUMA GODZIN:</b>		60	
<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
	Praca własna studenta		1
* 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.			
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- przygotowane projektu we współpracy z zespołem i jego realizacja na zajęciach/przygotowanie, prezentacji indywidualnie			
<b>KRYTERIA OCENIANIA</b>			
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.			
<b>INFORMACJA O PRZEWIDYWANEJ MOŻLIWOŚCI WYKORZYSTANIA KSZTAŁCENIA NA ODLEGŁOŚĆ:</b> Przewiduje się wykorzystanie platformy MS Teams			