

Karta opisu zajęć - Sylabus			
Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. ks. Bronisława Markiewicza w Jarosławiu			
I. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Nazwa zajęć: WPROWADZENIE DO PSYCHOLOGII		Cykl kształcenia rozpoczynający się w roku akademickim 2025/2026	
Nazwa kierunku studiów, poziom i profil kształcenia: Psychologia, jednolite studia magisterskie o profilu praktycznym			
Język wykładowy: polski		Rodzaj zajęć: zajęcia kształcenia podstawowego	
Rok studiów: I		Semestr: 1	
Liczba punktów ECTS przypisana zajęciom: 4		Koordynator zajęć dr Ewelina Sitko ewelina.sitko@pansjar.edu.pl	
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:	15	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:	30	RAZEM:	
II. INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE			
Wymagania wstępne i dodatkowe: Brak wymagań			
Cel (cele) kształcenia dla zajęć: • przybliżenie Studentom psychologii jako dyscypliny naukowej i wyraźne odróżnienie jej od dociekań pseudonaukowych i potocznych; • omówienie podstawowych psychologicznych terminów i odniesienie ich do konkretnych zjawisk życia indywidualnego i społecznego; • zwrócenie uwagi na wielość i złożoność uwarunkowań ludzkiego zachowania.			
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	Podstawową siatkę pojęciową psychologii i przedmiot zainteresowań dyscypliny.	K_W10
W02	Przebieg procesów uczenia się, prawa określające funkcjonowanie pamięci, podstawowe teorie emocji i motywacji, koncepcje osobowości i temperamentu oraz podłoże i przebieg różnorodnych procesów psychicznych.	K_W13
Umiejętności - potrafi		
U01	Wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną z zakresu psychologii oraz powiązanych z nią dyscyplin w celu analizowania i interpretowania motywów i wzorów ludzkich zachowań, umie nawiązać i podtrzymać kontakt z inną osobą.	K_U14
U02	Wyjaśnić zachowania ludzi w kategoriach różnic indywidualnych, procesów poznawczych i motywacji.	K_U05
Kompetencji społecznych - jest gotów do		
K01	Podjęmowania działań zmierzających do rozwoju własnej osobowości i wspierania indywidualnego rozwoju podopiecznych.	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 #
		wykład		
TP-01	Psychologia w systemie nauk. Cele psychologii. Dziedziny psychologii.		wykład problemowy z prezentacją multimedialną	Egzamin pisemny
TP-02	Biologiczne i ewolucyjne podstawy zachowania.		wykład problemowy z prezentacją multimedialną	Egzamin pisemny

TP-03	Procesy poznawcze: percepcja, uwaga, pamięć, uczenie się, myślenie i rozwiązywanie problemów		wykład problemowy z prezentacją multimedialną	Egzamin pisemny
TP-04	Emocje i motywacje. Emocje podstawowe i pochodne, funkcjonalne ujęcie emocji. Typy motywacji, motywacja w przebiegu zachowania, specyficznie ludzkie mechanizmy motywacyjne		wykład problemowy z prezentacją multimedialną	Egzamin pisemny
TP-05	Osobowość i różnice indywidualne: wiodące teorie osobowości.		wykład problemowy z prezentacją multimedialną	Egzamin pisemny
TP-06	Społeczne i sytuacyjne uwarunkowania zachowania: role i normy społeczne, konformizm, czynniki sytuacyjne i systemowe.		wykład problemowy z prezentacją multimedialną	Egzamin pisemny
		ćwiczenia		
TP-07	Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym.		Pogadanka, burza mózgów, praca w grupach, metoda projektów	Projekt i jego prezentacja
TP-08	Strategie rozwiązywania konfliktów. Mediacje i negocjacje		Pogadanka, burza mózgów, praca w grupach, metoda projektów	Projekt i jego prezentacja
TP-09	Praktyczne techniki zapamiętywania. Mnemotechniki.		Pogadanka, burza mózgów, praca w grupach, metoda projektów	Projekt i jego prezentacja
TP-10	Elementy efektywnej komunikacji interpersonalnej. Trening asertywności.		Pogadanka, burza mózgów, praca w grupach, metoda projektów	Projekt i jego prezentacja
TP-11	Efektywne zarządzanie czasem.		Pogadanka, burza mózgów, praca w grupach, metoda projektów	Projekt i jego prezentacja
TP-12	Praktyczne zastosowanie psychologicznych koncepcji uczenia się.		Pogadanka, burza mózgów, praca w grupach, metoda projektów	Projekt i jego prezentacja

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

Literatura podstawowa

- Ciccarelli S. K., White J. N., *Psychologia*, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 2021.
- Zimbardo Ph. G., Ruch F.L., (2021), *Psychologia i życie*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Literatura uzupełniająca:

- Brannon L (2002), *Psychologia rodzaju*, Gdańsk: GWP.
- Hare, R. (2004), *Psychopaci są wśród nas*, Kraków: Wydawnictwo Znak.
- Meyer, R. (2003), *Psychopatologia*, Gdańsk: GWP
- Koszslin, S. M., Rosenberg R.S. (2006), *Psychologia. Mózg, człowiek, świat*, Kraków: Wyd. Znak.
- Ogińska-Bulik, N., Juczyński Z. (2008), *Osobowość, stres i zdrowie* Warszawa : Difin.
- Pervin L. (2002), *Psychologia osobowości*, Gdańsk: GWP.
- Rathus, S. A. (2004), *Psychologia współczesna*, Gdańsk: GWP.
- Terelak J. (2008). *Człowiek i stres*, Bydgoszcz -Warszawa: Oficyna Wydawnicza Brandta.

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	70
SUMA GODZIN:	100

OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA (punkty ECTS) 4

		Liczba punktów ECTS	
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS PRZYPISANYCH DO ZAJĘĆ	Praca studenta wymagająca bezpośredniego kontaktu z nauczycielem akademickim lub inną osobą prowadzącą zajęcia	Ogółem: 4	1,2
	Praca własna studenta		2,8

* 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.

przygotowanie do zajęć – W01-W02 czytanie wskazanej literatury – W01-W02 przygotowanie do egzaminu - W01-W02 opracowanie projektu i prezentacji – U01-U02, K01
KRYTERIA OCENIANIA
Ocena kształtująca: Następuje na podstawie odpowiedzi na pytania dotyczące materiału omówionego na poprzednich wykładach.
Ocena podsumowująca: Ocena podsumowująca: Wykład: Ocena z egzaminu pisemnego: Ocena dostateczna- zadawalająca wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne, ale z licznymi błędami, student prezentuje wskazane przez nauczyciela, kluczowe dla realizowanych zajęć wiadomości i umiejętności ze znaczną pomocą wykładowcy. Ocena dobra - dobra wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne, student potrafi samodzielnie zaprezentować wszystkie wskazane w sylabusie wiadomości i umiejętności (efekty uczenia się), korzystając sporadycznie ze wskazówek nauczyciela (jego uzupełnień, uściśleń). Ocena bardzo dobra - znakomita wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne, student płynnie, poprawnie, w sposób kompletny, niewymagający uzupełnień, poprawek, uściśleń, zadawania dodatkowych pytań i w pełni samodzielnie prezentuje wszystkie wskazane w sylabusie efekty uczenia się. Wykazuje się biegłością, operatywnością wiedzy, refleksyjnością i samodzielnością logicznego myślenia, a także przejawia świadomość dążeniem do samorozwoju. Ćwiczenia: Zaliczenie przedmiotu polega na kompleksowym wykonaniu prezentacji teoretycznej na temat określonego zagadnienia oraz przeprowadzeniu części praktycznej dotyczącej podjętego zagadnienia. Ocena bardzo dobra (5.0): student w pełni wykonał swoje zadania, wykazał się wysoką aktywnością i zaangażowaniem podczas zajęć. Ocena plus dobra (4.5): student w pełni wykonał swoje zadania, wykazał się dość wysokim zaangażowaniem podczas zajęć Ocena dobra (4.0): student dość dobrze wykonał swoje zadania, wykazał się przeciętną aktywnością i zaangażowaniem podczas zajęć Ocena plus dostateczna (3.5): student przeciętnie wykonał swoje zadania, wykazał się przeciętną aktywnością i zaangażowaniem podczas zajęć Ocena dostateczna (3.0): student przeciętnie wykonał swoje zadania, nie wykazał się zbyt dużą aktywnością i zaangażowaniem podczas zajęć Ocena niedostateczna (2.0): student nie wykonał swoich zadań
INFORMACJA O PRZEWIDYWANEJ MOŻLIWOŚCI WYKORZYSTANIA KSZTAŁCENIA NA ODLEGŁOŚĆ