

POLITECHNIKA KRAKOWSKA IM. TADEUSZA KOŚCIUSZKI

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów rozpoczynających studia w roku akademickim 2017/2018

Kierunek studiów: Wszystkie kierunki

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: stacjonarne

Kod kierunku:

Stopień studiów:

Specjalności: Wszystkie specjalności

1 INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

NAZWA PRZEDMIOTU	Trening rozwoju emocjonalnego ()
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	
KOD PRZEDMIOTU	CPiP/TRE
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Ogólne
LICZBA PUNKTÓW ECTS	1.00
SEMESTRY	1

2 RODZAJ ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	LABORATORIUM	LABORATORIUM KOMPUTERO- WE	PROJEKT	SEMINARIUM
1	9	0	0	0	0	0

3 CELE PRZEDMIOTU

Cel 1 Przekazanie podstaw wiedzy na temat emocji. Rodzaje emocji, aspekty emocji, rozwój emocji. Wpływ emocji na funkcjonowanie społeczne i poznawcze człowieka.

Cel 2 Rozumienie pojęcia inteligencja emocjonalna. Wykształcenie praktycznych umiejętności w rozpoznawaniu i nazywaniu przeżywanych emocji. Samokontrola emocjonalna.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I INNYCH KOMPETENCJI

1 brak

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Wiedza Student w wyniku kształcenia zna podstawowe grupy emocji. Rozumie ich znaczenie dla społecznego i zawodowego funkcjonowania człowieka.

EK2 Umiejętności Student potrafi poprawnie identyfikować i nazywać emocje (aspekt niewerbalny i werbalny) zna ich znaczenie dla fizycznego i psychicznego funkcjonowania człowieka. Student potrafi określić i ocenić znaczenie emocji w procesie uczenia się i życiu zawodowym i osobistym.

EK3 Kompetencje społeczne Student stosuje nowo nabyte techniki i wypracowuje sposoby radzenia sobie z negatywnymi emocjami.

EK4 Kompetencje społeczne Student wykorzystuje wiedzę o emocjach i umie społecznie wykorzystać przekaz emocji pozytywnych w procesach funkcjonowania społecznego.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD		
LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Pojęcie emocji, aspekt afektywny, pobudzeniowy, treściowy. Przejawy emocji, na poziomie symptomów psychicznych cielesnych i w zachowaniu.	3
W2	Samokontrola emocji jako przejaw dojrzałości emocjonalnej. Złość-emocja towarzysząca powstawaniu konfliktów (wzorce osobowościowe, błędy w komunikowaniu się. Agresja- rodzaje, powstawanie, działanie, skutki i próby zaradzenia zachowaniom agresywnym.	3
W3	Leczące działanie empatii i innych pozytywnych przejawów zachowań emocjonalnych. Co to jest inteligencja emocjonalna? Test na IE. Rozpoznawanie i nazywanie przeżywanych emocji. Samokontrola emocji jako przejaw dojrzałości emocjonalnej.	3

7 NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

N1 Praca w grupach

N2 Inne

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	9
Konsultacje przedmiotowe	9
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	0
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	18
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	1.00

9 SPOSOBY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1 Ćwiczenie praktyczne

F2 Odpowiedź ustna

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1 Kolokwium

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3.0	Student w wyniku kształcenia potrafi nazwać tylko 6 podstawowych rodzajów emocji
NA OCENĘ 3.5	Student w wyniku kształcenia potrafi opisać czym różnią się stany emocjonalne od przeżywanych uczuć wyższych.
NA OCENĘ 4.0	Student w wyniku kształcenia potrafi nazwać tylko 6 podstawowych rodzajów emocji oraz potrafi opisać czym różnią się stany emocjonalne od przeżywanych uczuć.

NA OCENĘ 4.5	Student w wyniku kształcenia potrafi nazwać 6 podstawowych rodzajów emocji oraz 6 innych złożonych stanów emocjonalnych, oraz potrafi opisać czym różnią się stany emocjonalne od przeżywanych uczuć.
NA OCENĘ 5.0	Student w wyniku kształcenia potrafi nazwać 6 podstawowych rodzajów emocji oraz z łatwością definiuje inne złożone stany emocjonalne, oraz potrafi opisać czym różnią się stany emocjonalne od przeżywanych uczuć. Student w wyniku kształcenia potrafi identyfikować 5 rodzajów stresorów o charakterze fizycznym i 5 o charakterze społecznym
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3.0	Student potrafi określić wpływ emocji na funkcjonowanie psychiki oraz ciała opisując zmiany w tych obszarach na poziomie podstawowym.
NA OCENĘ 3.5	Student potrafi określić wpływ emocji na funkcjonowanie psychiki oraz ciała opisując zmiany w tych obszarach na poziomie średnim.
NA OCENĘ 4.0	Student potrafi określić wpływ emocji i uczuć na funkcjonowanie psychiki oraz ciała opisując zmiany w tych obszarach na poziomie średnim, oraz wykazuje rozumienie pojęć związanych z tą problematyką.
NA OCENĘ 4.5	Student potrafi określić wpływ emocji i uczuć na funkcjonowanie psychiki oraz ciała opisując zmiany w tych obszarach na poziomie dobrym, Wykazuje rozumienie pojęć związanych z tą problematyką.
NA OCENĘ 5.0	Student potrafi określić wpływ emocji i uczuć na funkcjonowanie psychiki oraz ciała opisując zmiany w tych obszarach na poziomie bardzo dobrym, Wykazuje rozumienie pojęć związanych z tą problematyką. Rozumie znaczenie kształcenia w zakresie inteligencji emocjonalnej.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3.0	Student zna rodzaje negatywnych emocji i potrafi je nazywać ale nie zna sposobów radzenia sobie z nimi.
NA OCENĘ 3.5	Student zna rodzaje negatywnych emocji i potrafi je nazywać, zna 1 technikę radzenia sobie z negatywnymi emocjami.
NA OCENĘ 4.0	Student zna rodzaje negatywnych emocji i potrafi je nazywać, zna 2 techniki radzenia sobie z negatywnymi emocjami
NA OCENĘ 4.5	Student zna 2 techniki radzenia sobie z negatywnymi emocjami oraz potrafi je zastosować w radzeniu sobie z trudnymi emocjami.
NA OCENĘ 5.0	Student zna 2 techniki radzenia sobie z negatywnymi emocjami oraz samodzielnie tworzy strategie ułatwiające mu panowanie nad złym nastrojem. Wykorzystuje to we własnym funkcjonowaniu.
EFEKT KSZTAŁCENIA 4	
NA OCENĘ 3.0	Student przedstawia techniki wizualizacji i dwie afirmacje.
NA OCENĘ 3.5	Student zna znaczenie pozytywnych emocji, ale ma problem z okazywaniem ich.

NA OCENĘ 4.0	Student zna znaczenie pozytywnych emocji, oraz potrafi okazywać je, choć sprawia mu to trudność. .
NA OCENĘ 4.5	Student zna znaczenie pozytywnych emocji, oraz potrafi nazywać je, okazywać je Zna znaczenie inteligencji emocjonalnej w rozwoju i funkcjonowaniu społeczno-zawodowym człowieka.
NA OCENĘ 5.0	Student zna znaczenie pozytywnych emocji, oraz potrafi nazywać je, okazywać je Zna znaczenie inteligencji emocjonalnej w rozwoju i funkcjonowaniu społeczno-zawodowym człowieka. Zachęca innych własnym przykładem do okazywania pozytywnych emocji.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKT KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO SZCZEGÓŁOWYCH EFEKTÓW ZDEFINIOWANYCH DLA PROGRAMU	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	Array	Cel 1 Cel 2	W1 W2 W3	N1 N2	F1
EK2	Array	Cel 1 Cel 2	W1 W2 W3	N1	F1 F2
EK3	Array	Cel 1 Cel 2	W1 W2 W3	N1 N2	F1 F2
EK4	Array	Cel 1 Cel 2	W1 W2 W3	N1 N2	F1 F2 P1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA

- [1] **CH.A.Padesky, D.Greenberger** — *Umysł ponad nastrojem-zmien nastrój poprzez zmianę sposobu myślenia*, Kraków, 2004, UJ
- [2] **D.Goleman** — *Inteligencja emocjonalna*, Poznań, 1999, Media of Rodzina

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA

- [1] **M.Śmieja, J.Orzechowski, B.Kaja** — *Inteligencja emocjonalna Fakty, mity, kontrowersje*, Warszawa, 2008, PWN

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Agnieszka Szewczyk - Zakrzewska (kontakt: aszewczyk-zakrzewska@pk.edu.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

1 dr Agnieszka Szewczyk-Zakrzewska (kontakt: azaks1@wp.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejsowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(dziekan)

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....