Politechnika Krakowska im. Tadeusza Kościuszki

Karta przedmiotu

obowiązuje studentów rozpoczynających studia w roku akademickim 2012/2013

Centrum Pedagogiki i Psychologii

Kierunek studiów: Wszystkie kierunki | Profil: Ogólnoakademicki

Forma sudiów: stacjonarne | Kod kierunku:

Stopień studiów: 1

Specjalności: Nie dotyczy

1 Informacje o przedmiocie

Nazwa przedmiotu	Trening rozwoju emocjonalnego
Nazwa przedmiotu w języku angielskim	Emotional training
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 komputerowe	Projekt	Seminarium
1	15	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 przezywanych 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 potra poprawnie identykować i nazywać emocje (aspekt niewerbalny i werbalny) zna ich znaczenie dla zycznego i psychicznego funkcjonowania człowieka.Student potra 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 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	Pojecie emocji, aspekt afektywny, pobudzeniowy, treściowy. Przejawy emocji, na poziomie symptomów psychicznych cielesnych i w zachowaniu.	5
W2	Samokontrola emocji jako przejaw dojrzałości emocjonalnej. Złość-emocja towarzysząca powstawaniu koniktów (wzorce osobowościowe, błędy w komunikowa- niu się. Agresja- rodzaje, powstawanie, działanie, skutki i próby zaradzenia zachowaniom agresywnym.	5
W3	Leczące działanie empatii i innych pozytywnych przejawów zachowań emocjonalnych.Co to jest inteligencja emocjonalna? Test na IE. Rozpoznawanie i nazywanie przezywanych emocji. Samokontrola emocji jako przejaw dojrzałości emocjonalnej.	5

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	0
Konsultacje przedmiotowe	0
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	15
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	0
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta	**15**
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 potra nazwać tylko 6 podstawowych rodzajów emocji
Na ocenę 3.5	Student w wyniku kształcenia potra opisać czym różnią się stany emocjonalne od przezywanych uczuć wyższych.
Na ocenę 4.0	Student w wyniku kształcenia potra nazwać tylko 6 podstawowych rodzajów emocji oraz potra opisać czym różnią się stany emocjonalne od przezywanych uczuć.

Na ocenę 4.5	Student w wyniku kształcenia potra nazwać 6 podstawowych rodzajów emocji oraz 6 innych złożonych stanów emocjonalnych,oraz potra opisać czym różnią się stany emocjonalne od przeżywanych uczuć.
Na ocenę 5.0	Student w wyniku kształcenia potra nazwac 6 podstawowych rodzajów emocji oraz z łatowscia deniuje inne złozone stany emocjonalne,oraz potra opisac czym róznia sie stany emocjonalne od przezywanych uczuc.Student w wyniku kształcenia potra identykowac 5 rodzai stresorów o charakterze zycznym i 5 o charakterze społecznym
Efekt kształcenia 2	
Na ocenę 3.0	Student potra określić wpływ emocji na funkcjonowanie psychiki oraz ciała opisując zmiany w tych obszarach na poziomie podstawowym.
Na ocenę 3.5	Student potra określić wpływ emocji na funkcjonowanie psychiki oraz ciała opisując zmiany w tych obszarach na poziomie średnim.
Na ocenę 4.0	Student potra określić wpływ emocji i uczuć na funkcjonowanie psychiki oraz ciała opisując zmiany w tych obszarach na poziomie średnim,oraz wykazuje rozumienie pojęć związanych z ta problematyka.
Na ocenę 4.5	Student potra określić wpływ emocji i uczuć na funkcjonowanie psychiki oraz ciała opisując zmiany w tych obszarach na poziomie dobrym, Wykazuje rozumienie pojęć związanych z ta problematyka. Strona 3/5Politechnika Krakowska im. Tadeusza Kościuszki
Na ocenę 5.0	Student potra określić wpływ emocji i uczuć na funkcjonowanie psychiki oraz ciała opisując zmiany w tych obszarach na poziomie bardzo dobrym, Wykazuje rozumie- nie pojęć związanych z ta problematyka. Rozumie znaczenie kształcenia w zakresie inteligencji emocjonalnej.
Efekt kształcenia 3	
Na ocenę 3.0	Student zna rodzaje negatywnych emocji i potra je nazywać ale nie zna sposobów radzenia sobie z nimi.
Na ocenę 3.5	Student zna rodzaje negatywnych emocji i potra je nazywać, zna 1 technikę radzenia sobie z negatywnymi emocjami.
Na ocenę 4.0	Student zna rodzaje negatywnych emocji i potra je nazywać, zna 2 techniki radzenia sobie z negatywnymi emocjami
Na ocenę 4.5	Student zna 2 techniki radzenia sobie z negatywnymi emocjami oraz potra je zasto- sować w radzeniu sobie z trudnymi emocjami.
Na ocenę 5.0	Student zna 2 techniki radzenia sobie z negatywnymi emocjami oraz samodzielnie two- rzy strategie ułatwiające mu panowanie nad złym nastrojem. Wykorzystuje to we wła- snym funkcjonowaniu.
Efekt kształcenia 4	
Na ocenę 3.0	Student przedstawia techniki wizualizacji i dwie armacje.
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 potra okazywać je, choć sprawia mu to trudność.
Na ocenę 4.5	Student zna znaczenie pozytywnych emocji, oraz potra 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 potra 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	W2 W3	N1	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 zmiane sposobu myslenia*, 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

(miejscowość, data) (odpowiedzialny za przedmiot) (dziekan)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

. . . . . .