

KARTA PRZEDMIOTU

Kod przedmiotu	0919.4.ZP2.D.PPIS	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Psychologia pracy i stresu
	angielskim	Psychology of work and stress

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Zdrowie Publiczne
1.2. Forma studiów	Stacjonarne
1.3. Poziom studiów	Studia drugiego stopnia magisterskie
1.4. Profil studiów*	Ogólnoakademicki
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	dr n. o zdr. Mirosława Tekiel
1.6. Kontakt	mirosława.tekiel@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	polski
2.2. Wymagania wstępne*	brak

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	Wykłady, ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	Sale dydaktyczne UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	Zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	dyskusja wielokrotna (grupowa), uczenie aktywizujące-analiza postaw, zjawisk, przypadków; objaśnienie	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Lubrańska A. Psychologia pracy. Podstawowe pojęcia i zagadnienia. Difin, Warszawa 2024 2. Ratajczyk Z. Psychologia pracy i organizacji. PWN, Warszawa 2023 3. Terelak J. Psychologia stresu. Wydawnictwo: Branta, Katowice 2001
	uzupełniająca	1. Heszen-Celińska I. Psychologia stresu. PWN, Warszawa 2013 2. Popiel A., Zawadzki B., Pragłowska E. Skuteczne działanie w stresie. Program profilaktyki PTSD dla osób narażonych na traumatyzację zawodową. GWP, 2019

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykład: C1. Zapoznanie studenta z podstawowymi zagadnieniami dotyczącymi psychologii pracy z uwzględnieniem ich genezy historycznej, aktualnych uwarunkowań oraz potencjalnych przeobrażeń różnych sfer życia człowieka - sfery pracy, sfery konsumpcji oraz sfery funkcjonowania społecznego. Ćwiczenia: C1. Zapoznanie studenta z problemami i zastosowaniami praktycznymi w odniesieniu do takich zagadnień jak: kryzys i trauma w pracy, radzenie sobie w sytuacjach trudnych, psychologiczne koszty zaradności człowieka, problematyka jakości życia (związki pracy i konsumpcji). C2. Zapoznanie studenta z wybranymi metodycznymi koncepcjami stresu.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: - Podstawowe zagadnienia z uwzględnieniem ich genezy historycznej, aktualnych uwarunkowań oraz potencjalnych przeobrażeń różnych sfer życia człowieka: - sfery pracy, - sfery konsumpcji - sfery funkcjonowania społecznego - Kryzys i trauma w pracy. - Radzenie sobie w sytuacjach trudnych w warunkach zawodowych i formy przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu. - Psychologiczne koszty zaradności człowieka - Problematyka jakości życia - związki pracy i konsumpcji - Metodyczne koncepcje stresu: - Teoria dezintegracji pozytywnej K. Dąbrowskiego - Koncepcje stresów konstruktywnych M. Jarosza - Koncepcja stresu A. Antonovskiego - Koncepcja zachowania zasobów S. Hobffolla

- e. Konceptyjno-poznawcza koncepcja stresu Heleny Sękowskiej
f. Koncepcja wypalania się zawodowego

Ćwiczenia :

- Umiejętność scharakteryzowania najważniejszych zagadnień z obszaru psychologii pracy:
 - satysfakcję z pracy,
 - motywację,
 - problematykę funkcjonowania w zespole pracowniczym
- Umiejętność rozpoznawania i radzenia sobie w sytuacji i zjawisk trudnych, takie jak :
 - stres,
 - bezrobocie,
 - wypalenie zawodowe,
 - mobbing
 - pracoholizm
- Umiejętność poradenia sobie w aspekcie różnorodności, zwłaszcza pokoleniowej, widocznej w obecności i współdziałaniu na rynku pracy reprezentantów kilku generacji

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

4.3. Przewidywane efekty uczenia się		
Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY:		
W01	zna i rozumie podstawowe zagadnienia psychologii pracy z uwzględnieniem ich genezy historycznej, aktualnych uwarunkowań oraz potencjalnych przeobrażeń różnych sfer życia człowieka - sfery pracy, sfery konsumpcji oraz sfery funkcjonowania społecznego	ZP2A_W03 ZP2A_W09
W02	posiada pogłębioną wiedzę na temat obecnych problemów funkcjonowania w środowisku zawodowym oraz stosowanych praktyk ich rozwiązywania w odniesieniu do takich zagadnień jak: kryzys i trauma w pracy, radzenie sobie w sytuacjach trudnych, psychologiczne koszty zaradności człowieka, problematyka jakości życia (związki pracy i konsumpcji)	
W03	scharakteryzuje metodyczne koncepcje stresu	
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	potrafi zaproponować podjęcie właściwych działań w zakresie rozpoznawania i radzenia sobie w sytuacji i zjawisk trudnych, takich jak: stres, bezrobocie, wypalenie zawodowe, mobbing, pracoholizm	ZP2A_U06
U02	potrafi zaproponować podjęcie właściwych działań w zakresie poradenia sobie w aspekcie różnorodności, zwłaszcza pokoleniowej, widocznej w obecności i współdziałaniu na rynku pracy reprezentantów kilku generacji	
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	potrafi właściwie formułować opinie dotyczące różnych problemów i sposobów ich rozwiązywania w środowisku zawodowym oraz określać priorytety dotyczące realizacji określonych zadań	ZP2A_K03
K02	osiągnie zdolność samodzielnego stosowania posiadanych umiejętności z uwzględnieniem zinternalizowanego systemu posiadanej wiedzy na temat sposobów łagodzenia skutków pracy w stresie	

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne (jakie?)* np. test - stosowany w e-learningu		
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć		
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01				x									x			x					
W02				x									x			x					
W03				x									x			x					
U01				x									x			x					
U02				x									x			x					
K01				x									x			x					
K02													x			x					

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	wynik testu końcowego na poziomie 61%-68%
	3,5	wynik testu końcowego na poziomie 69%-76%
	4	wynik testu końcowego na poziomie 77%-84%
	4,5	wynik testu końcowego na poziomie 85%-92%
	5	wynik testu końcowego na poziomie 93%-100%
ćwiczenia (C)	3	wynik testu końcowego na poziomie 61%-68% brak poprawnej analiza postaw i przypadków związanych z charakterystyką najważniejszych zagadnień z obszaru psychologii pracy,
	3,5	wynik testu końcowego na poziomie 69%-76% poprawna analiza postaw i przypadków związanych z charakterystyką najważniejszych zagadnień z obszaru psychologii pracy,
	4	wynik testu końcowego na poziomie 77%-84% dobra analiza postaw i przypadków związanych z charakterystyką najważniejszych zagadnień z obszaru psychologii pracy,
	4,5	wynik testu końcowego na poziomie 85%-92% bardzo dobra analiza postaw i przypadków związanych z charakterystyką najważniejszych zagadnień z obszaru psychologii pracy,
	5	wynik testu końcowego na poziomie 93%-100% wykraczająca poza prezentowany materiał analiza postaw i przypadków związanych z charakterystyką najważniejszych zagadnień z obszaru psychologii pracy,

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta
	Studia stacjonarne
<i>LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/</i>	40
<i>Udział w wykładach*</i>	25
<i>Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach*</i>	15
<i>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</i>	35
<i>Przygotowanie do wykładu*</i>	5
<i>Przygotowanie do ćwiczeń,</i>	10
<i>Przygotowanie do kolokwium*</i>	10
<i>Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa*</i>	10
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	75
PUNKTY ECTS za przedmiot	3

**niepotrzebne usunąć*

Przyjmuję do realizacji (data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....