**KARTA PRZEDMIOTU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kod przedmiotu** | 0313.3.PSY.B05.WI | |
| **Nazwa przedmiotu w języku** | polskim | **Warsztat integracyjny**  *Group-integration Workshop* |
| angielskim |

1. **USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW**

|  |  |
| --- | --- |
| **1.1. Kierunek studiów** | Psychologia |
| **1.2. Forma studiów** | Stacjonarne/niestacjonarne |
| **1.3. Poziom studiów** | Jednolite magisterskie |
| **1.4. Profil studiów\*** | Ogólnoakademicki |
| **1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu** | mgr Karolina Ginalska |
| **1.6. Kontakt** | ginalska.karolina@gmail.com |

1. **OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |
| --- | --- |
| **2.1. Język wykładowy** | Język polski |
| **2.2. Wymagania wstępne\*** | brak |

1. **SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 1. **Forma zajęć** | | Laboratorium |
| * 1. **Miejsce realizacji zajęć** | | Pomieszczenia dydaktyczne UJK |
| * 1. **Forma zaliczenia zajęć** | | Zaliczenie z oceną (lab) |
| * 1. **Metody dydaktyczne** | | **Ćwiczenia** dyskusja wielokrotna (grupowa) (DG), dyskusja – burza mózgów (BM), metoda inscenizacji (MI), warsztaty badawczy (WB), metoda projektów (MP) |
| * 1. **Wykaz literatury** | **podstawowa** | 1. Mateusz, P.J., Traczyk, J., Gąsiorowska A., (2011). Kwestionariusz Potrzeby Poznania – konstrukcja i weryfikacja empiryczna narzędzia mierzącego motywację poznawczą. Psychologia społeczna tom 6 2 (17), 113-128. 2. McKay M., Davis M., Fanning, P. (2018). Sztuka skutecznego porozumiewania się. 3. Rosenberg, M.B. (2016). Porozumienie bez przemocy. O języku życia. 4. Zaborowski Z. (1997). Trening interpersonalny. Warszawa: PWN Scholar. |
| **uzupełniająca** | 1. Hannaford C. (1998). Zmyślne ruchy które doskonalą umysł. Warszawa: Medyk. 2. Konieczna E.J. (2003). Arteterapia w teorii i praktyce. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls. 3. Psychologiczne gry i ćwiczenia grupowe. Prezentacje Młodzieżowego Ośrodka Psychologicznego PTP, Instytut Badań Edukacyjnych, Warszawa, 1991. 4. Stahl, B., Goldstein, E. (2015). Uważność. Trening redukcji stresu metodą mindfulness |

1. **CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ**

|  |
| --- |
| * 1. **Cele przedmiotu *(z uwzględnieniem formy zajęć)***   **Laboratorium**  C1. Poznanie strategii behawioralnych i poznawczych strategii zarządzania stresem i radzenia sobie  C2. Nabycie umiejętności stosowania i opracowania różnicowania technik relaksacyjnych  C3. Nabycie zdolności autoregulacji i podmiotowego nastawienia w warunkach stresu. |
| * 1. **Treści programowe *(z uwzględnieniem formy zajęć)***   **Laboratorium**   1. Zapoznanie się z kartą przedmiotu i warunkami zaliczenia 2. Wstępna sesja gier interakcyjnych, zapoznanie się uczestników, praca nad przełamaniem nieśmiałości i barier w komunikacji, praca z ciałem. Ustalenie kontraktu związanego z pracą w grupie. 3. Sesja gier integracyjnych, praca nad przełamaniem nieśmiałości i barier w komunikacji, praca z ciałem. 4. Komunikacja – odbiór przekazów werbalnych i niewerbalnych, ćwiczenia dotyczące aktywnego słuchania, znaczenie ciekawości i potrzeby poznania we wzajemnych relacjach. 5. Sesja gier integracyjnych, trudności i bariery występujące w komunikacji. 6. Sesja gier integracyjnych opartych na treningu kreatywności 7. Znaczenie empatii we wzajemnych interakcjach 8. Sesja gier integracyjnych opartych na psychologii pozytywnej, rozwój samooceny, wiara we własne możliwości, optymizm. 9. Sesja gier integracyjnych ukazujących znaczenie ról grupowych na podstawie ról w zespole wg Belbina, doświadczenia związane z odnalezieniem własnej roli w grupie. 10. Ćwiczenia dotyczące podstaw negocjacji. 11. Techniki efektywnej pracy z grupą, analiza procesów zachodzących w grupie, sytuacje trudne w pracy z grupą. 12. Sesja gier integracyjnych na temat pewności siebie i asertywności w relacjach interpersonalnych. 13. Higiena życia i pracy – praca ze stresem, mindfulness. 14. Ćwiczenia proponowane i przeprowadzone przez studentów. Feedback i omówienie przeprowadzonych ćwiczeń. 15. Ćwiczenia proponowane i przeprowadzone przez studentów. Feedback i omówienie przeprowadzonych ćwiczeń. 16. Zakończenie |

* 1. **Przedmiotowe efekty uczenia się**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Efekt** | **Student, który zaliczył przedmiot** | **Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się** |
| w zakresie **WIEDZY:** | | |
| W01 | Zna terminologię używaną w psychologii oraz jej zastosowanie w dyscyplinach pokrewnych. Zna podstawowe terminy dotyczące funkcji instrumentalnych i kierunkowych w psychologii w działaniu | PSYCH\_W07 |
| w zakresie **UMIEJĘTNOŚCI:** | | |
| U01 | Posiada podstawowe zdolności interpretowania zjawisk zachodzących w grupie. | PSYCH\_U01 |
| U02 | Posiada podstawowe zdolności komunikowania się w grupie | PSYCH\_U09 |
| w zakresie **KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:** | | |
| K01 | Potrafi współdziałać z innymi w tworzeniu i realizacji projektów grupowych, jest gotowy do realizowania różnych zadań zawodowych z zakresu psychologii oraz do podejmowania profesjonalnych zespołowych zadań | PSYCH\_K03 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **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?)*\*** | | |
| ***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 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***+*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| U01 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***+*** |  |  |  |  |
| U02 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***+*** |  |  |  |  |
| K01 |  |  |  |  |  |  |  | ***+*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

***\*niepotrzebne usunąć***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 1. **Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się** | | |
| **Forma zajęć** | **Ocena** | **Kryterium oceny** |
| **Laboratorium** | **3** | Uzyskanie z realizacji projektu przynajmniej 51 % możliwych punktów |
| **3,5** | Uzyskanie z realizacji projektu przynajmniej 61 % możliwych punktów |
| **4** | Uzyskanie z realizacji projektu przynajmniej 71 % możliwych punktów |
| **4,5** | Uzyskanie z realizacji projektu przynajmniej 81% możliwych punktów |
| **5** | Uzyskanie z realizacji projektu przynajmniej 91 % możliwych punktów |

1. **BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kategoria** | **Obciążenie studenta** | |
| **Studia**  **stacjonarne** | **Studia**  **niestacjonarne** |
| LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/ | **30** | **20** |
| Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach\* | 30 | 20 |
| SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/ | **20** | **30** |
| Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium\* | 10 | 15 |
| Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa\* | 10 | 15 |
| **ŁĄCZNA LICZBA GODZIN** | **50** | **50** |
| **PUNKTY ECTS za przedmiot** | **2** | **2** |

**\*niepotrzebne usunąć**

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

............................................................................................................................