



Nazwa kierunku kształcenia:

Politologia

Rodzaj przedmiotu: specjalnościowy

Opiekun: mgr Olga Rawa-Siarkowska

Poziom studiów (I lub II stopnia): I stopnia

Tryb studiów: Niestacjonarne

Profil kształcenia (ogólnoakademicki czy praktyczny): ogólnoakademicki

Nazwa modułu (przedmiotu) kształcenia: Reagowanie na krytykę (POL-L.Z/5218)

Forma zajęć i punkty ECTS

	Liczba godzin	Punkty ECTS	Sposób zaliczenia
konwersatoria	16		zaliczenie z oceną
konsultacje	15		bez oceny
praca własna	44		
Razem	75	3	

Cele kształcenia

Celem zajęć jest poznanie koncepcji asertywności, budowanie umiejętności wyrażania siebie bez uległości, agresji i manipulacji szczególnie w sytuacji krytyki. Uczenie się godnego prezentowania siebie, egzekwowania swoich praw i szacunku. Kształtowanie partnerskiej postawy w kontaktach z innymi.

Efekty uczenia się

Kategoria: WIEDZA		
SYMBOL EFEKTU KSZTAŁCENIA	OPIS EFEKTU KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO
P_W1	Zna definicję asertywności oraz rozróżnia podstawowe typy postaw: uległej, agresywnej, asertywnej.	POL1A_W08 POL1A_W13
P_W2	Wyciąga wnioski dotyczące konsekwencji ludzkich zachowań.	POL1A_W08 POL1A_W13
P_W3	Zna techniki komunikacji asertywnej.	POL1A_W13
Kategoria: UMIEJĘTNOŚCI		
SYMBOL EFEKTU KSZTAŁCENIA	OPIS EFEKTU KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO
P_U1	Analizuje przebieg komunikacji interpersonalnej i rozpoznaje motywy lub przyczyny konfliktów.	POL1A_U11
P_U2	Umie zastosować techniki asertywnej komunikacji w prowadzeniu dyskusji oraz w rozwiązywaniu sytuacji trudnych.	POL1A_U11
Kategoria: KOMPETENCJE SPOŁECZNE		
SYMBOL EFEKTU KSZTAŁCENIA	OPIS EFEKTU KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO
P_K1	Potrafi aktywnie wpływać na budowanie relacji z innymi.	POL1A_K02
P_K2	Efektywnie dzieli się opiniami, wyraża krytykę oraz potrafi przyjąć negatywną informację zwrotną.	POL1A_K02

Treści programowe przedmiotu

NUMER	OPIS ZAGADNIENIA	FORMA ZAJĘĆ	LICZBA GODZIN
1	Zdefiniowanie postawy uległej i agresywnej. Omówienie konsekwencji zachowań uległych i agresywnych dla relacji interpersonalnych.	konwersatoria	2 / 2
2	Czym jest asertywność? Omówienie definicji pojęcia. Analiza przykładów z życia codziennego. Wprowadzenie pojęcia terytorium psychologiczne.	konwersatoria	2 / 2

NUMER	OPIS ZAGADNIENIA	FORMA ZAJĘĆ	LICZBA GODZIN
3	5 prac Fensterhima oraz prawa osobiste, jako podstawa budowania postawy asertywnej. Praca nad monologiem wewnętrznym.	konwersatoria	2 / 2
4	Sytuacja krytyki. Analiza różnych sposobów reagowania na krytykę i konsekwencji dla budowania poprawnych relacji interpersonalnych.	konwersatoria	2 / 2
5	Asertywne sposoby reagowania na krytykę. Ćwiczenia formułowania komunikatów Ja, konstruktywnego wyrażania gniewu, zwracania uwagi na komunikaty niewerbalne.	konwersatoria	4 / 4
6	Analiza przygotowanych scenek dotyczących konstruktywnych reakcji asertywnych w realnych sytuacjach z życia codziennego.	konwersatoria	4 / 4

Warunki zaliczenia

KONWERSATORIA

FORMA ZALICZENIA	WAGA FORMY ZALICZENIA
Obecność na zajęciach	40
Praca na zajęciach	20
Zaliczenie	40

Metody kształcenia

- ćwiczenia
- analiza case study
- Ćwiczenia prowadzone metodą interaktywną
- Dyskusja grupowa
- praca w grupach

Literatura przedmiotu (obowiązkowa)

- Król-Fijewska M.. Trening asertywności 1993
- Wróbel A.. Asertywność na codzień 2005
- Hartley M>. Asertywność - sztuka umiejętnej stanowczości 2007

Literatura przedmiotu (uzupełniająca)

- Stolarczyk B.. Naucz ich, jak mają Cię traktować. Praktyczny podręcznik asertywności 2010

Odniesienie efektów przedmiotowych do efektów kierunkowych, treści kształcenia, metod weryfikacji

SYMBOL EFEKTU KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO TREŚCI KSZTAŁCENIA (NAUCZANIA)	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO METODY WERYFIKACJI
WIEDZA			
P_W1	POL1A_W08 POL1A_W13	1 2 3	ćwiczenia do wykonania aktywny udział w dyskusji
P_W2	POL1A_W08 POL1A_W13	1 2 3 4 5	aktywny udział w dyskusji ćwiczenia do wykonania
P_W3	POL1A_W13	5 6	aktywny udział w dyskusji Praca projektowa
SYMBOL EFEKTU KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO TREŚCI KSZTAŁCENIA (NAUCZANIA)	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO METODY WERYFIKACJI
UMIEJĘTNOŚCI			
P_U1	POL1A_U11	1 2 4 5 6	aktywny udział w dyskusji ćwiczenia do wykonania
P_U2	POL1A_U11	5 6	aktywny udział w zajęciach praca projektowa
SYMBOL EFEKTU KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO TREŚCI KSZTAŁCENIA (NAUCZANIA)	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO METODY WERYFIKACJI
KOMPETENCJE SPOŁECZNE			
P_K1	POL1A_K02	3 5 6	aktywny udział w zajęciach
P_K2	POL1A_K02	5 6	aktywny udział w zajęciach