

Nazwa kierunku kształcenia:

Psychologia

Rodzaj przedmiotu: specjalnościowy

Opiekun: mgr Olga Rawa-Siarkowska

Poziom studiów (I lub II stopnia): Jednolite magisterskie

Tryb studiów: Niestacjonarne

Profil kształcenia (ogólnoakademicki czy praktyczny): ogólnoakademicki

Nazwa modułu (przedmiotu) kształcenia: Trening asertywności (PSY-M.Z/7581)

Forma zajęć i punkty ECTS

	Liczba godzin	Punkty ECTS	Sposób zaliczenia
warsztaty	12		zaliczenie z oceną
Razem	12	4	

Cele kształcenia

Celem zajęć jest przekazanie studentom wiedzy z zakresu budowania postawy asertywnej i asertywnej komunikacji; wyposażenie studentów w umiejętności: analizy postaw ludzkich, przełożenia ich konsekwencji dla relacji międzyludzkich, formułowania komunikatów wyrażających asertywność oraz wpływania na efektywność porozumienia.

Efekty uczenia się

Kategoria: WIEDZA		
SYMBOL EFEKTU KSZTAŁCENIA	OPIS EFEKTU KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO
P_W1	Umiej rozróżnić postawy ludzi w kontaktach interpersonalnych.	Ps_A_W07 Ps_A_W12
P_W2	Definiuje pojęcie asertywności oraz rozumie jej znaczenie dla poczucia własnej wartości i efektywności funkcjonowania człowieka.	Ps_A_W07 Ps_A_W12
P_W3	Rozumie znaczenie asertywności dla budowania relacji organizacyjnych.	Ps_A_W07 Ps_A_W12
Kategoria: UMIEJĘTNOŚCI		
SYMBOL EFEKTU KSZTAŁCENIA	OPIS EFEKTU KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO
P_U1	Umie zweryfikować własną postawę oraz świadomie modyfikuje swój sposób myślenia o sobie i innych.	Ps_A_U08
P_U2	Umie formułować jasne i precyzyjne komunikaty wyrażające informację zwrotną - pozytywną i negatywną, odmowę oraz potrafi asertywnie zareagować na niekonstruktywną krytykę.	Ps_A_U05 Ps_A_U08
P_U3	Rozwiązuje trudności w sytuacjach interpersonalnych w środowisku pracy.	Ps_A_U08
Kategoria: KOMPETENCJE SPOŁECZNE		
SYMBOL EFEKTU KSZTAŁCENIA	OPIS EFEKTU KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE EFEKTU DO EFEKTU KIERUNKOWEGO
P_K1	Ma pogłębioną świadomość poziomu samooceny oraz swoich umiejętności komunikacyjnych. Świadomie kształtuje relacje interpersonalne.	Ps_A_K01 Ps_A_K02

Treści programowe przedmiotu

NUMER	OPIS ZAGADNIENIA	FORMA ZAJĘĆ	LICZBA GODZIN
1	Charakterystyka oraz analiza postaw, określenie ich konsekwencji w kształtowaniu relacji interpersonalnych. Definicja postawy asertywnej.	warsztaty	1 / 1

NUMER	OPIS ZAGADNIENIA	FORMA ZAJĘĆ	LICZBA GODZIN
2	Praca nad rozwojem własnej postawy asertywnej. Omówienie znaczenia praw osobistych, praca nad monologiem wewnętrznym.	warsztaty	2 / 2
3	Asertywna komunikacja: komunikaty typu JA, odmowa, przyjmowanie krytyki, radzenie sobie z niekonstruktywną krytyką, formułowanie asertywnej pochwały.	warsztaty	4 / 4
4	Analiza trudnych sytuacji pracowniczych oraz budowanie rozwiązań.	warsztaty	5 / 5

Warunki zaliczenia

WARSZTATY

FORMA ZALICZENIA

WAGA FORMY ZALICZENIA

Brak ustalonych wag.

Metody kształcenia

- analiza case study
- Ćwiczenie - Ćwiczenia będą prowadzone zgodnie z zasadą uczenia się przez działanie.
- dyskusja
- opracowanie własnych przykładów i przypadków
- Scenki

Literatura przedmiotu (obowiązkowa)

- Król-Fijewska M.. Trening asertywności 1993
- Król-Fijewska M., Fijewski P.. Asertywność menedżera 2000
- Alberti, R. Emmons, M., . Asertywność 2002

Literatura przedmiotu (uzupełniająca)

- Fensterheim H.. Jak nauczyć się asertywności 2006

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	Ps_A_W07 Ps_A_W12	1	
P_W2	Ps_A_W07 Ps_A_W12	1 2 4	
P_W3	Ps_A_W07 Ps_A_W12	3 4	
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	Ps_A_U08	2 4	
P_U2	Ps_A_U05 Ps_A_U08	3 4	
P_U3	Ps_A_U08	1 4	
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	Ps_A_K01 Ps_A_K02	2 3 4	