

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Trening interpersonalny	
2025-2026-D/P/1/ST/B1/23			Interpersonal training	
Język wykładowy		polski		
Rok akademicki		2025/26		
Kierunek		Dziennikarstwo		
w zakresie		-		
Poziom studiów		Studia pierwszego stopnia		
Profil studiów		Profil praktyczny		
Forma studiów		Studia stacjonarne		
Semestr / semestry		II		
Przynależność do grupy zajęć		B1. Grupa zajęć kierunkowych_obowiązkowych		
Status przedmiotu		obowiązkowe		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Liczba punktów ECTS
		Wykład	[h]	2 ECTS
		Ćwiczenia	30 [h]	
		Zajęcia praktyczne	[h]	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów	Kształtuje umiejętności praktyczne (profil praktyczny)		2 ECTS
	z uprawnieniami	-		0 ECTS
	z dyscypliną	Nauki o komunikacji społecznej i mediach		2 ECTS
Forma nauczania		Tradycyjna – zajęcia zorganizowane w Uczelni		
Wymagania wstępne		Brak		
Jednostka prowadząca		Wydział Filologiczno-Pedagogiczny		
Koordynator		dr Justyna Bojanowicz, prof. URad.		
Adres strony internetowej pjo		www.wfp.uniwersytetradom.pl		
Adres e-mail, telefon koordynatora		j.bojanowicz@urad.edu.pl tel.: 48/361-73-61		

EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH, WERYFIKACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Cel kształcenia:	Zapoznanie studentów z podstawową terminologią z obszaru komunikacji interpersonalnej, z dynamiką, charakterem oraz uwarunkowaniami aktów komunikacyjnych. Doskonalenie umiejętności nawiązywania kontaktów interpersonalnych. Integrowanie i wzajemne poznanie się członków grupy, budowanie w grupie relacji opartych na zaufaniu i szacunku, rozwijanie umiejętności wyrażania myśli i uczuć.
------------------	--

Treści programowe:	Ćwiczenia: <ol style="list-style-type: none"> 1. Kontrakt grupowy. Zasady prowadzenie treningów interpersonalnych. 2. Integrowanie grupy, budowanie atmosfery szacunku i zaufania. 3. Synergiczny i mediacyjny sposób rozwiązywania konfliktów. 4. Jakość relacji interpersonalnych przez pryzmat ilorazu kontaktu (J. Stewart). 5. Komunikacja werbalna (znaczenie słowa jako nośnika komunikatów) i interpretacja zachowań niewerbalnych. 6. Bariery komunikacyjne. Typowa dwunastka wśród barier komunikacyjnych. 7. Asertywność w komunikacji międzyludzkiej. Zachowania uległe i zachowania agresywne. 8. Komunikat „JA”. Komunikacja bez agresji i przemocy. 9. Aktywne słuchanie. 10. Informacje zwrotne.
Metody dydaktyczne (kształcenia):	praktyczne i problemowe metody nauczania: problemowa, sytuacyjna, burza mózgów, ćwiczeniowa, projektu, dyskusja
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	<p>Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie przez studenta wymaganych efektów uczenia się. Uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich form zajęć wchodzących w skład przedmiotu jest równoznaczne ze zdobyciem przez studenta liczby punktów ECTS przyporządkowanej temu przedmiotowi. Sposób obliczania oceny z poszczególnych form zajęć przedstawia się następująco:</p> <p>Ćwiczenia: Na ocenę końcową z przedmiotu składa się: test (20%), projekt warsztatów podnoszących kompetencje komunikacyjne (40%), prace domowe (30%), aktywność na zajęciach (10%).</p>

Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć				Metody weryfikacji efektów uczenia się	
Numer efektu uczenia się	Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU) Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi /(K) jest gotów do:	Kierunkowy efekt uczenia się (KEU)	Forma zajęć	Forma weryfikacji (zaliczeń)	Metody sprawdzania i oceny
W1	Ma wiedzę na temat mechanizmów komunikacji interpersonalnej.	K_WG10	ćwiczenia	Zaliczenie na ocenę	test, projekt warsztatów
W2	Posiada wiedzę z zakresu komunikowania, umożliwiającą rozpoznanie emocji i potrzeb uczestników komunikacji interpersonalnej	K_WK16	ćwiczenia	Zaliczenie na ocenę	test, projekt warsztatów
U1	Umie rozwiązywać konflikty interpersonalne	K_UK14	ćwiczenia	Zaliczenie na ocenę	prace domowe, projekt warsztatów, aktywność na zajęciach
U2	Potrafi komunikować się, nawiązywać oraz utrzymywać przyjazne kontakty interpersonalne	K_UO18	ćwiczenia	Zaliczenie na ocenę	prace domowe, projekt warsztatów, aktywność na zajęciach
K1	Jest gotów do dialogowego rozwiązywania konfliktów oraz tworzenia dobrej atmosfery w grupie	K_KR07	ćwiczenia	Zaliczenie na ocenę	prace domowe, projekt warsztatów, aktywność na zajęciach

Literatura i pomoce naukowe
Literatura podstawowa: <ol style="list-style-type: none"> 1. Głodowski W.: Komunikowanie interpersonalne, Warszawa 2001 2. Jedliński K.: Trening interpersonalny, Warszawa 2000 3. Nęcki Z.: Komunikacja międzyludzka, Kraków 2000 4. Stewart J.: Mosty zamiast murów, Warszawa 2000 5. Zaborowski Z.: Trening interpersonalny: podstawy teoretyczne, procesy, techniki, Warszawa 1997 Literatura uzupełniająca: <ol style="list-style-type: none"> 1. Leathers D.G.: Komunikacja niewerbalna, Warszawa 2007 2. Smółka P.: Kompetencje społeczne: metody pomiaru i doskonalenia umiejętności interpersonalnych, Warszawa 2008 3. Arndt R.: Komunikacja międzyludzka: psychologia sukcesu, czyli przyjaźń w interesach: jak radzić sobie z problemami,

- opis najciekawszych przypadków, przykłady z życia, Wrocław 1998
4. Grant W.: Zaradzić konfliktom: zamień konflikt we współpracę, Warszawa 2008

Pomoce dydaktyczne: karty metaforyczne, tablica interaktywna

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS

Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]	
	Zajęcia bez nauczyciela- praca własna studenta	Zajęcia dydaktyczne
Udział w ... <i>wykładach</i>	X	[h]
Udział w <i>ćwiczeniach</i>	X	30 [h]
Przygotowanie do <i>zajęć praktycznych</i> , Przygotowanie do <i>zaliczenia</i>	20 [h]	X
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	0,8 [h]/ ECTS	1,2 [h]/ ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	2 ECTS	

Informacje dodatkowe, uwagi

W przypadku studentów ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych, określone powyżej (w karcie) metody i formy weryfikacji efektów uczenia się dostosowuje się odpowiednio do indywidualnych potrzeb tych studentów.

Szczegółowe zasady i formy wsparcia studentów ze szczególnymi potrzebami: w tym z niepełnosprawnością, przewlekle chorych podczas zajęć, zaliczeń i egzaminów określono w: Regulaminie Studiów, Zasadach Studiowania, Procedurze dotyczącej zapewnienia dostępności procesu kształcenia studentom ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych.