

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Trening asertywności	
P/P/JM/ST/B2/2.3.4.			Assertiveness training	
Język wykładowy		polski		
Rok akademicki		2022/2023		
Kierunek		PSYCHOLOGIA		
w zakresie		---		
Poziom studiów		Jednolite magisterskie		
Profil studiów		praktyczny		
Forma studiów		stacjonarne		
Semestr / semestry		VIII		
Przynależność do grupy zajęć		B2. Grupa zajęć kierunkowych - do wyboru		
Status przedmiotu		do wyboru		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Liczba punktów ECTS
		Wykład	[h]	4 ECTS
		Ćwiczenia	[h]	
		Zajęcia warsztatowe	30 [h]	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów	Kształtuje umiejętności praktyczne (profil praktyczny)		4 ECTS
	z uprawnieniami			0 ECTS
	z dyscypliną	Psychologia		4 ECTS
Forma nauczania		Tradycyjna – zajęcia zorganizowane w Uczelni		
Wymagania wstępne		Wiedza z zakresu: psychologii społecznej psychologii osobowości emocji i motywacji, zaliczony trening interpersonalny, warsztat komunikacji interpersonalnej,		
Jednostka prowadząca		Wydział Filologiczno-Pedagogiczny		
Koordynator		mgr Agnieszka Korcz		
Adres strony internetowej pjo		www.wfp.uniwersytetradom.pl		
Adres e-mail, telefon koordynatora		korcza@gmail.com		

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

Cel kształcenia:	Zapoznanie studentów z wiedzą dotyczącą zachowań asertywnych, kształtowanie umiejętności identyfikowania zachowań asertywnych oraz nieasertywnych (biernych i agresywnych), a także rozwój umiejętności asertywnej komunikacji.
Treści programowe:	Zajęcia warsztatowe: <ol style="list-style-type: none"> 1. Wprowadzenie w problematykę asertywności, cechy zachowań asertywnych i ich uwarunkowania. Terytorium psychologiczne. 2. Obrona swoich praw w sytuacjach osobistych: odmawianie i formułowanie pochwał i krytyki. 3. Obrona swoich praw w sytuacjach osobistych i społecznych.

	4. Oceny i reakcja na krytykę – radzenie sobie z gniewem. 5. Wyrażanie uczuć pozytywnych i negatywnych. 6. Wyrażanie opinii i przekonań, stanowienie i obrona swoich praw. 7. Konsekwencje asertywności. 8. Podsumowanie warsztatu – „czy potrafię być asertywny?”
Metody dydaktyczne (kształcenia):	Praktyczne i problemowe metody nauczania, (m.in. symulacja, burza mózgów, dyskusja)
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	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. Zajęcia warsztatowe: ocenę stanowi: wykonanie ćwiczeń praktycznych w zakresie zachowań asertywnych i zaprezentowanie ich na zajęciach (60%), aktywność na zajęciach (30%)

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 poszerzoną wiedzę na temat zachowań asertywnych	K_W08 K_W09	Zajęcia warsztatowe	Zaliczenie na ocenę	Przygotowanie i przeprowadzenie ćwiczeń z obszaru zachowań asertywnych, aktywność
U1	Potrafi dobierać i stosować różne techniki zachowań asertywnych oraz różnicować zachowania asertywne od nieasertywnych	K_U04	Zajęcia warsztatowe	Zaliczenie na ocenę	Przygotowanie i przeprowadzenie ćwiczeń z obszaru zachowań asertywnych, aktywność
U2	potrafi wykorzystać wiedzę z zakresu psychologii w ramach stosowania zróżnicowanych form zachowań asertywnych.	K_U01	Zajęcia warsztatowe	Zaliczenie na ocenę	Przygotowanie i przeprowadzenie ćwiczeń z obszaru zachowań asertywnych, aktywność
K1	jest przygotowany do prowadzenia działań psychologicznych w sposób odpowiedzialny oraz zgodnie z zasadami etyki zawodowej.	K_K05	Zajęcia warsztatowe	Zaliczenie na ocenę	Przygotowanie i przeprowadzenie ćwiczeń z obszaru zachowań asertywnych

Literatura i pomoce naukowe	
Literatura podstawowa: <ol style="list-style-type: none"> 1. Król - Fijewska M. <i>Stanowczo, łagodnie bez lęku</i>, audiobook, 2021 2. Król -Fijewska M, Król Fijewski P., <i>Asertywność menadżera</i>. Warszawa, 2013 3. Gillen T. (1998). <i>Asertywność</i>. Warszawa: PETIT 4. Król - Fijewska M. (1993). <i>Trening asertywności</i>. Warszawa: PTP 5. Oleś M. (1998). <i>Asertywność u dzieci</i>. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL Literatura uzupełniająca: <ol style="list-style-type: none"> 1. Alberti R., Emmons M., <i>Asertywność. Sięgnij po to, czego chcesz nie raniąc innych</i>. Warszawa 2020 2. Krol A. (2011), <i>Pewność siebie</i>, Warszawa, Wyd. Samosedno 3. Towend A. (1996). <i>Jak doskonalić asertywność? Praktyczny podręcznik dla menadżerów</i>. Poznań: Wyd . Zysk i S – ka 	

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS			
Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]		
	Inne godz. kontaktowe (IGK)	Zajęcia bez nauczyciela-praca własna studenta (ZBN)	Zajęcia dydaktyczne
Udział w ... wykładach	X	X	[h]
Udział w ćwiczeniach / ćwiczeniach laboratoryjnych	X	X	30[h]
Udział w konsultacjach	8[h]	X	X
Przygotowanie do wykładów/ćwiczeń/.... , Przygotowanie do ... zaliczenia / egzaminu	X	62[h]	X

Sumaryczne obciążenie pracą studenta	8[h]/ 0,3 ECTS	62[h] /2,5 ECTS	30[h]/ 1,2 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	4ECTS		

Informacje dodatkowe, uwagi