*Załącznik nr 1.5 do Zarządzenia Rektora UR nr 7/2023*

**SYLABUS**

**dotyczy cyklu kształcenia** *2024-2029*

Rok akademicki 2028/2029

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Kształtowanie kompetencji społeczno-emocjonalnych |
| Kod przedmiotu\* |  |
| nazwa jednostki prowadzącej kierunek | Kolegium Nauk Społecznych |
| Nazwa jednostki realizującej przedmiot | Instytut Psychologii |
| Kierunek studiów | Psychologia |
| Poziom studiów | Jednolite magisterskie |
| Profil | Praktyczny |
| Forma studiów | Stacjonarna |
| Rok i semestr/y studiów | Rok 5, semestr 10 |
| Rodzaj przedmiotu | Przedmiot specjalnościowy |
| Język wykładowy | Polski |
| Koordynator | Dr Małgorzata Marmola |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | Dr Małgorzata Marmola |

\* *-opcjonalni*e, *zgodnie z ustaleniami w Jednostce*

1.1.Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semestr  (nr) | Wykł. | Ćw. | Konw. | Lab. | Sem. | ZP | Prakt. | Inne (jakie?) | **Liczba pkt. ECTS** |
| 10 | 15 | 15 |  |  |  |  |  |  | 2 |

1.2. Sposób realizacji zajęć

☐ zajęcia w formie tradycyjnej

☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku)

zaliczenie z oceną

2.Wymagania wstępne

|  |
| --- |
| Znajomość podstawowych prawidłowości w przebiegu procesów poznawczych i emocjonalno-motywacyjnych oraz przebiegu rozwoju człowieka. |

3. cele, efekty uczenia się , treści Programowe i stosowane metody Dydaktyczne

3.1 Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Wprowadzenie studentów w problematykę regulacji emocji i rozwoju inteligencji emocjonalnej |
| C2 | Kształtowanie umiejętności pracy z emocjami dzieci i młodzieży |
| C3 | Opanowanie podstawowych zasad prowadzenia działalności profilaktycznej dotyczącej rozwoju emocjonalnego |

**3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| EK (efekt uczenia się) | Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu  Student: | Odniesienie do efektów kierunkowych [[1]](#footnote-1) |
| EK­\_01 | Student posiada wiedze dotyczącą procesów emocjonalnych oraz technik regulacji emocji. | K\_W14 |
| EK\_02 | Student rozumie związek zachowania ze stanem emocjonalnym oraz ich biologiczne podłoże | K\_W14, K\_W05 |
| EK\_03 | Student posiada wiedzę dotyczącą procesów grupowych i obszarów edukacji emocjonalnej z uwzględnieniem różnych środowisk wychowawczych | K\_W07, KW\_20 |
| EK\_04 | Student potrafi obserwować i diagnozować problemy emocjonalne uczniów oraz zaprojektować warsztat pracy z emocjami dzieci i młodzieży | K\_U05,  K\_U11  K\_U22 |
| EK\_05 | Potrafi zastosować i nauczyć technik regulacji emocji, dobrać odpowiednie środki i metody pracy. | K\_U11  K\_U14 |
| EK\_06 | Student ma świadomość swoich emocji, radzi sobie ze stresem, jest wrażliwy na potrzeby emocjonalne innych ludzi | K\_K04, K\_K06  K\_K11 |

**3.3 Treści programowe**

1. Problematyka wykładu

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Procesy emocjonalne i ich znaczenie w regulacji zachowania człowieka. |
| Teorie wyjaśniające podłoże emocji. Przebieg procesów emocjonalnych, komponenty emocji, formy reakcji emocjonalnych – ekspresja emocji. Wpływ emocji na procesy poznawcze i sprawność działania. |
| Edukacja emocjonalna i jej obszary (poczucie własnej wartości, samoświadomość, samokontrola, asertywna komunikacja, radzenie sobie w sytuacjach trudnych), formy realizacji. |
| Proces grupowy – fazy, zasady pracy z grupą, rola lidera. |
| Inteligencja emocjonalna i jej znaczenie w rozwoju dzieci i młodzieży: samoświadomość, samokontrola, motywowanie siebie, empatia, umiejętności społeczne. Kształtowanie inteligencji emocjonalnej. |
| Techniki regulacji emocji. Metody interwencji: modyfikacja schematów, zarządzanie stresem, rozwijanie akceptacji, uważności i współczucia wobec siebie, restrukturyzacja poznawcza. Trening Regulacji Emocji. |
| Profilaktyka kompetencji emocjonalnych dzieci i młodzieży. |
|  |

1. Problematyka ćwiczeń

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Organizacja zajęć, zapoznanie z wymaganiami i literaturą przedmiotu. |
| Regulacja emocji w praktyce psychologicznej (formy pracy). |
| Rozwój inteligencji emocjonalnej – trening dla dzieci i młodzieży (dostosowanie zagadnień i sposobów pracy do wieku dziecka). |
| Rozpoznawanie i nazywanie emocji, stany emocjonalne a ich komponenty fizjologiczne, myśli a emocje. |
| Konstruktywne i niekonstruktywne formy ekspresji emocji. Radzenie sobie ze złością, wstydem. |
| Kształtowanie poczucia własnej wartości. |
| Asertywna komunikacja jako forma wyrażania emocji. Świadomość własnego terytorium psychologicznego. Komunikat typu ja. Rozwiązywanie konfliktów z zastosowaniem asertywnej komunikacji. |
| Kształtowanie odporności na stres – techniki redukcji stresu. |
| Profilaktyka depresji – warsztaty dla dzieci i młodzieży. |
|  |

3.4 Metody dydaktyczne

Wykład z prezentacją multimedialną

Ćwiczenia: Praca w grupach, dyskusja, elementy psychodramy, referat

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Symbol efektu | Metody oceny efektów uczenia sie  (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych  (w, ćw, …) |
| ek\_ 01 | test zaliczeniowy | w |
| Ek\_ 02 | Test zaliczeniowy | w |
| EK\_03 | Test zaliczeniowy, praca projektowa, referat | w, ćw |
| EK\_04 | Praca projektowa, referat, dyskusja | w, ćw |
| EK\_05 | Praca projektowa, obserwacja w trakcie zajęć | ćw |
| EK\_06 | Obserwacja w trakcie zajęć, dyskusja | ćw |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| Zaliczenie wykładu (zal) - test obejmujący wiedzę z wykładów  Aby zaliczyć test, student musi uzyskać 60% prawidłowych odpowiedzi.  Zaliczenie ćwiczeń - wykonanie pracy zaliczeniowej: przygotowanie scenariusza do zajęć z młodzieżą dotyczących rozwoju kompetencji emocjonalnych i społecznych oraz przeprowadzenie fragmentu tych zajęć w grupie ćwiczeniowej; uzyskiwanie pozytywnych ocen z bieżącego sprawdzania wiadomości oraz opanowanych na zajęciach umiejętności. |

**5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS**

|  |  |
| --- | --- |
| **Forma aktywności** | **Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności** |
| Godziny z harmonogramu studiów : | 30 |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego:  -udział w konsultacjach | 2 |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta  - przygotowanie do zajęć,  - napisanie pracy | 10  8 |
| SUMA GODZIN | 50 |
| **SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS** | 2 |

*\* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.*

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

|  |  |
| --- | --- |
| wymiar godzinowy | nie dotyczy |
| zasady i formy odbywania praktyk | nie dotyczy |

7. LITERATURA

|  |
| --- |
| Literatura podstawowa:  Ekman P., Davidson R. (red. 2015). Natura emocji. Podstawowe zagadnienia. Gdańsk: GWP.  Goleman D. (2000). Inteligencja emocjonalna. Gdańsk: GWP.  Lantieri L. (2009). Rozwój inteligencji emocjonalnej twojego dziecka. Gliwice: Helion.  Greszta E. (2006). Depresja Wieku Dojrzewania. Zachowania rodziców jako czynnik ochronny lub czynnik ryzyka depresji u dorastających dzieci. Warszawa: Academica Wydawnictwo SWPS.  Łosiak, W (2007). Psychologia emocji. Warszawa: WAiP. |
| Literatura uzupełniająca:  Marmola M., Wańczyk-Welc A. (2017). Zachowania zdrowotne a poczucie satysfakcji z życia u młodych dorosłych. „Fides et Ratio”. Kwartalnik Naukowy Towarzystwa Uniwersyteckiego Fides et Ratio. Tom 31. W trosce o zdrowie. Ujęcie integralne. 4(32)2017, s.185-196.  Seligman M. (2010). W małym ciele duży zuch. Skuteczny program zapobiegania depresji u dzieci. Gliwice: Helion.  Trzebińska E. (2008). Psychologia pozytywna. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.  Wróbel A. (2011). Asertywność na co dzień czyli jak żyć w zgodzie ze sobą i z innymi. Warszawa: Samo Sedno.  Zimbardo, Ph., Johnson,R., McCann, V. (2017). Psychologia. Kluczowe koncepcje. Warszawa: PWN. |

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej

1. W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela. [↑](#footnote-ref-1)