

I. OGÓLNE INFORMACJE PODSTAWOWE O PRZEDMIOCIE (MODULE)

**Stres, radzenie sobie ze stresem, zaburzenia spowodowane stresem**

Nazwa jednostki organizacyjnej prowadzącej kierunek:	Collegium Humanum Szkoła Główna Menedżerska w Warszawie
Nazwa kierunku studiów, poziom kształcenia:	Psychologia, Jednolite studia magisterskie
Liczba punktów ECTS	6
Język przedmiotu- polski, angielski, inny	Język polski
Profil kształcenia:	PRAKTYCZNY
Nazwa specjalności:	Psychologia kliniczna, Psychologia społeczna
Rodzaj modułu kształcenia: (wskazać właściwe)	Podstawowy / kierunkowy/ <u>specjalnościowy</u> /obowiązkowy/ fakultatywny
Rok / Semestr:	5/10
Osoba koordynująca przedmiot:	
Wymagania wstępne (wynikające z następstwa przedmiotów):	Psychologia kliniczna, psychopatologia, psychiatria, psychologia emocji i motywacji, diagnoza psychologiczna

II. FORMY ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH ORAZ WYMIAR GODZIN

	Wykład	Ćwiczenia/ konwersatorium	Laboratorium	Warsztaty	Projekt	Seminarium	Praktyki	Egzamin / zaliczenie /konsultacje	Suma godzin	Ogółem ECTS
Studia stacjonarne		50						8	58	6
Studia niestacjonarne		30						8	38	6

III. METODY REALIZACJI ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH

Formy zajęć	Metody dydaktyczne -właściwe podkreślić
Wykład/Ćwiczenia/Warsztat/Projekt/ laboratorium	Wykład podający (z prezentacją multimedialną) Wykład problemowy Wykład konwersatoryjny <b>Dyskusja dydaktyczna</b> Ćwiczenia praktyczne pod kierunkiem Ćwiczenia z wykorzystaniem narzędzi informatycznych <b>Metoda przypadków</b> Metoda sytuacyjna Metoda inscenizacji <b>Metoda projektów</b>

	Gry dydaktyczne (symulacyjne, decyzyjne, psychologiczne) Demonstracja/ pokaz Analiza źródeł <b>Praca w grupie</b> Debata Inne: <b>prezentacje multimedialne studentów</b>	
<b>IV. PRZEDMIOTOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKU</b>		
<b>Lp.</b>	<b>Opis przedmiotowych efektów uczenia się</b>	<b>Odniesienie do efektu kierunkowego symbol</b>
<b>Wiedza:</b>		
P_W01	Student posiada pogłębioną wiedzę o przedmiocie zainteresowania psychologii oraz o relacji psychologii wobec innych nauk społecznych, humanistycznych, przyrodniczych i medycznych, a w szczególności wobec filozofii, antropologii, socjologii, pedagogiki, medycyny i nauk o zdrowiu, zorientowaną na praktyczne zastosowanie.	K_W01
P_W02	Student posiada pogłębioną wiedzę w zakresie psychologii rozwoju. Zna teorie i modele rozwoju człowieka oraz wychowania, a także badania związane z tymi obszarami. Zna specyfikę różnych faz rozwoju człowieka i znaczenia więzi społecznych. Posiada wiedzę o kryzysach rozwojowych i współczesnych praktycznych metodach wspierania rozwoju człowieka i rządzących nimi prawidłowościami	K_W09
P_W03	Student posiada pogłębioną wiedzę dotyczącą zdrowia psychicznego. Zna modele zdrowia oraz koncepcje wyjaśniające powstawanie zaburzeń psychicznych. Zna kryteria rozpoznawania zaburzeń psychicznych. Ma rozszerzoną wiedzę o uwarunkowaniach biologicznych, psychologicznych, społecznych i kulturowych zaburzeń psychicznych. Rozumie istotę funkcjonalności i dysfunkcjonalności, harmonii i dysharmonii, normy i patologii. Zna relację między psychologią zdrowia, psychologią kliniczną i psychiatrią. Zna społeczne i prawne uwarunkowania związane z opieką psychologiczną i psychiatryczną.	K_W11
<b>Umiejętności:</b>		
P_U01	Student w pogłębionym stopniu potrafi integrować posiadaną wiedzę teoretyczną z zakresu psychologii, pedagogiki i dziedzin pokrewnych oraz zastosować ją do opisu sytuacji. Potrafi prezentować własne poglądy, wątpliwości i pomysły w oparciu o różne perspektywy teoretyczne.	K_U05
P_U02	W oparciu o wiedzę z zakresu neuropsychologii, socjobiologii, psychologii ewolucyjnej potrafi zidentyfikować i wyjaśnić rolę czynników mających wpływ na funkcjonowanie człowieka zgodnie z praktyką zawodową.	K_U08
P_U03	Student w pogłębionym stopniu potrafi zaplanować strategię interwencji adekwatnie do konkretnego przypadku. Umie zastosować wybrane metody pomocy psychologicznej oraz podejmować działania w zakresie psychoedukacji i promocji zdrowia.	K_U18
<b>Kompetencje społeczne:</b>		
P_K01	Student jest gotów do podjęcia praktyki psychologicznej zachowując się profesjonalnie, z szacunkiem do klientów, uwzględniając ich zmieniające się potrzeby, kierując się dobrem klienta oraz zasadami etyki zawodowej. Jest gotów do działania na rzecz przestrzegania zasad etyki zawodowej zgodnie z praktyką zawodową.	K_K01
<b>V. TREŚCI KSZTAŁCENIA</b>		
<b>Lp.</b>	<b>Ćwiczenia</b>	<b>Odniesienie do przedmiotowych</b>

		<b>efektów uczenia się</b>
T1	Modele stresu.	P_W01
T2	Zagrożenia psychospołeczne stresu.	P_W02
T3	Stres - konsekwencje zdrowotne.	P_W03
T4	Jak sobie radzić ze stresem.	P_U01
		P_U02
T5	Projekt interwencji: przeciwdziałanie zagrażającym czynnikiem psychospołecznym w stresie.	P_U03
		P_K01

#### VI. METODY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

<b>Forma zajęć, w ramach której weryfikowany jest EU</b>	<b>Metoda weryfikacji –WŁAŚCIWE WYBRAĆ</b> Egzamin pisemny, egzamin ustny, kolokwium, projekt, prezentacja, referat, esej inne	<b>Kategoria weryfikowanych efektów uczenia się:</b> wiedza, umiejętności, kompetencje społeczne <b>WŁAŚCIWE WYBRAĆ</b>
Wykład	-	-
Ćwiczenia	<b>Kolokwium, prezentacja, projekt</b>	<b>wiedza, umiejętności, kompetencje społeczne</b>
<b>WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU wskazać właściwe</b>		
Wykład	-	-
Ćwiczenia	Pozytywna ocena z/lub kolokwium, prezentacji, projektu.	<b>Wiedza, umiejętności, kompetencje społeczne</b>

#### VII. KRYTERIA OCENY OSIĄGNIĘTYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA

Niedostateczny (2,0)	Dostateczny (3,0)	Dostateczny plus (3,5)	Dobry (4,0)	Dobry plus (4,5)	Bardzo dobry (5,0)
Poniżej 60%	60,0%-69,99%	70%-74,99%	75%-84,99%	85%-89,99%	90,0%-100%

#### VIII. NAKŁAD PRACY STUDENTA – WYMIAR GODZIN I BILANS PUNKTÓW ECTS

Rodzaj aktywności ECTS	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
1.Udział w zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego i studentów dydaktycznych (wykłady, ćwiczenia, konwersatoria, projekt, laboratoria, warsztaty, seminaria) – <b>SUMA godzin</b> – z punktu II	58	38
W tym		
1.1..Udział w zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego i studentów	50	30
1.2..Egzaminy/zaliczenia -liczba godzin	2	2
1.3..Udział w konsultacjach -liczba godzin	6	6

2.– Indywidualna praca własna studenta - liczba godzin – Projekt / esej / studium przypadku / zadanie praktyczne, samodzielne przygotowanie się do zajęć, egzaminów, zaliczeń	92	112
<b>Sumaryczne obciążenie pracą studenta (25h = 1 ECTS) SUMA godzin i ECTS</b>	<b>150/6</b>	<b>150/6</b>
<b>IX. LITERATURA PRZEDMIOTU ORAZ INNE MATERIAŁY DYDAKTYCZNE</b>		
<b>Literatura podstawowa przedmiotu:</b>		
Heszen, I. (2016). <i>Psychologia stresu</i> . Warszawa: Wydaw. Naukowe PWN		
Łosiak, W. (2008). <i>Psychologia stresu</i> . Warszawa: Wydawnictwo Akademickie i Profesjonalne		
Sęk, H., Heszen, I. (2015). <i>Stres a zdrowie</i> . Warszawa: Wydaw. Naukowe PWN.		
<b>Literatura uzupełniająca przedmiotu:</b>		
Ogińska-Bulik, N., Juczyński, Z. (2008). <i>Osobowość : stres a zdrowie</i> . Warszawa : "Difin".		
Sęk, H. , Cieślak, R. ( red.)(2004). <i>Wsparcie społeczne, stres i zdrowie</i> . Warszawa : Wydaw. Naukowe PWN		
<b>Inne materiały dydaktyczne:</b>		
Autorskie prezentacje, studia przypadków		