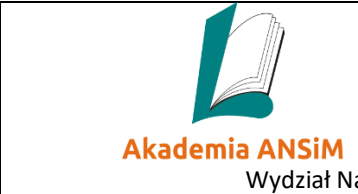


I. OGÓLNE INFORMACJE PODSTAWOWE O PRZEDMIOCIE (MODULE)	
1. Nazwa przedmiotu	Wprowadzenie do nauki o Ziemi i Kosmosie
2. Kod przedmiotu	010101
3. Poziomienie przedmiotu	1
4. Liczba godzin wykładu	16
5. Liczba godzin ćwiczeń	16
6. Liczba godzin zajęć laboratoryjnych	0
7. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
8. Liczba godzin zajęć innych	0
9. Liczba godzin zajęć ogółem	32
10. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
11. Liczba godzin zajęć innych	0
12. Liczba godzin zajęć ogółem	32
13. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
14. Liczba godzin zajęć innych	0
15. Liczba godzin zajęć ogółem	32
16. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
17. Liczba godzin zajęć innych	0
18. Liczba godzin zajęć ogółem	32
19. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
20. Liczba godzin zajęć innych	0
21. Liczba godzin zajęć ogółem	32
22. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
23. Liczba godzin zajęć innych	0
24. Liczba godzin zajęć ogółem	32
25. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
26. Liczba godzin zajęć innych	0
27. Liczba godzin zajęć ogółem	32
28. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
29. Liczba godzin zajęć innych	0
30. Liczba godzin zajęć ogółem	32
31. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
32. Liczba godzin zajęć innych	0
33. Liczba godzin zajęć ogółem	32
34. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
35. Liczba godzin zajęć innych	0
36. Liczba godzin zajęć ogółem	32
37. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
38. Liczba godzin zajęć innych	0
39. Liczba godzin zajęć ogółem	32
40. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
41. Liczba godzin zajęć innych	0
42. Liczba godzin zajęć ogółem	32
43. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
44. Liczba godzin zajęć innych	0
45. Liczba godzin zajęć ogółem	32
46. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
47. Liczba godzin zajęć innych	0
48. Liczba godzin zajęć ogółem	32
49. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
50. Liczba godzin zajęć innych	0
51. Liczba godzin zajęć ogółem	32
52. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
53. Liczba godzin zajęć innych	0
54. Liczba godzin zajęć ogółem	32
55. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
56. Liczba godzin zajęć innych	0
57. Liczba godzin zajęć ogółem	32
58. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
59. Liczba godzin zajęć innych	0
60. Liczba godzin zajęć ogółem	32
61. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
62. Liczba godzin zajęć innych	0
63. Liczba godzin zajęć ogółem	32
64. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
65. Liczba godzin zajęć innych	0
66. Liczba godzin zajęć ogółem	32
67. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
68. Liczba godzin zajęć innych	0
69. Liczba godzin zajęć ogółem	32
70. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
71. Liczba godzin zajęć innych	0
72. Liczba godzin zajęć ogółem	32
73. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
74. Liczba godzin zajęć innych	0
75. Liczba godzin zajęć ogółem	32
76. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
77. Liczba godzin zajęć innych	0
78. Liczba godzin zajęć ogółem	32
79. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
80. Liczba godzin zajęć innych	0
81. Liczba godzin zajęć ogółem	32
82. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
83. Liczba godzin zajęć innych	0
84. Liczba godzin zajęć ogółem	32
85. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
86. Liczba godzin zajęć innych	0
87. Liczba godzin zajęć ogółem	32
88. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
89. Liczba godzin zajęć innych	0
90. Liczba godzin zajęć ogółem	32
91. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
92. Liczba godzin zajęć innych	0
93. Liczba godzin zajęć ogółem	32
94. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
95. Liczba godzin zajęć innych	0
96. Liczba godzin zajęć ogółem	32
97. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
98. Liczba godzin zajęć innych	0
99. Liczba godzin zajęć ogółem	32
100. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
101. Liczba godzin zajęć innych	0
102. Liczba godzin zajęć ogółem	32
103. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
104. Liczba godzin zajęć innych	0
105. Liczba godzin zajęć ogółem	32
106. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
107. Liczba godzin zajęć innych	0
108. Liczba godzin zajęć ogółem	32
109. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
110. Liczba godzin zajęć innych	0
111. Liczba godzin zajęć ogółem	32
112. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
113. Liczba godzin zajęć innych	0
114. Liczba godzin zajęć ogółem	32
115. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
116. Liczba godzin zajęć innych	0
117. Liczba godzin zajęć ogółem	32
118. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
119. Liczba godzin zajęć innych	0
120. Liczba godzin zajęć ogółem	32
121. Liczba godzin zajęć dydaktycznych	32
122. Liczba godzin zajęć innych	0
123. Liczba godzin zajęć ogółem	32
124. Liczba godzin zajęć dydaktycz	

Zarządzanie stresem zawodowym

Nazwa jednostki organizacyjnej prowadzącej kierunek:



Akademia Nauk Stosowanych

auk Społecznych

Nazwa kierunku studiów, poziom kształcenia:

Zarządzanie - studia II stopnia

<p>Profil kształcenia:</p>

PRAKTYCZNY

Nazwa specjalności:

Przywództwo w biznesie

Rodzaj modułu kształcenia: (wskazać właściwe)
--

specjalnościowy, do wyboru, związany z praktycznym przygotowaniem zawodowym

Rok / Semestr:

II/4

Osoba koordynująca przedmiot:	
--------------------------------------	--

Dr Anna Skiert

Wymagania wstępne (wynikające z następstwa przedmiotów):

Wiedza, umiejętności, kompetencje z zakresu psychologii oraz psychologii w zarządzaniu

II. FORMY ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH ORAZ WYMIAR GODZIN									
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

	Wykład	Cwiczenia	Konwersatorium	Laboratorium	Warsztaty	Seminarium	Praktyki	Suma godzin
Studia stacjonarne								
Studia niestacjonarne	15	20						100

III. METODY REALIZACJI ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH

Formy zajęć

Metody dydaktyczne

Wykład/Ćwiczenia

Wykład z wykorzystaniem prezentacji, dyskusji, egzemplifikujący przedstawiane treści odwołaniem się do analizy przypadków. Ćwiczenia ukierunkowane na wykonanie zadania problemowego (tj. zidentyfikowania podstawowych błędów w poszczególnych obszarach zarządzania przedsiębiorstwem).

IV. PRZEDMIOTOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ Z ODNIESIEM DO EFEKTÓW UCZENIA SIĘ DLA KIERUNKU I OBSZARÓW	
---	--

Lp.	Opis przedmiotowych efektów uczenia się	Odniesienie do efektu kierunkowego
Wiedza:		
P_W01	Zna i rozumie w zaawansowanym stopniu źródła i rodzaje stresu związane z wykonywaną pracą.	Z2P_W06, Z2P_W07 Z2P_W12, Z2P_W16
P_W02	Zna i rozumie w zaawansowany sposób przepisy prawne związane z mobbingiem. Charakteryzuje zespół wypalenia zawodowego	Z2P_W06, Z2P_W07 Z2P_W11, Z2P_W12 Z2P_W16
Umiejętności:		
P_U01	Potrafi zaproponować sposoby zapobiegania wypaleniu zawodowemu i mobbingowi.	Z2P_U13, Z2P_U16
P_U02	Potrafi wskazać środki zaradcze eliminujące sytuacje traumatyczne podczas wykonywania pracy.	Z2P_U13, Z2P_U16
Kompetencje społeczne:		
P_K01	Jest gotów do przestrzegania i propagowania etycznych postaw i wrażliwości społecznych w ramach pełnionych ról i społecznych uwzględniając zmieniające się potrzeby człowieka	Z2P_K07

V. TREŚCI KSZTAŁCENIA	
-----------------------	--

Lp.	Wykład:	Odniesienie do przedmiotowych efektów uczenia się		
T1	Obszary rozumienia stresu. Społeczno – ekonomiczne koszty stresu.	P_W01		
T2	Warunki pracy jako źródło stresu.	P_W01		
T3	Koncepcje stresu organizacyjnego ERI Siegrista i JDR Demeruti.	P_W01		
T4	Zespół wypalenia zawodowego – definicje, fazy, zapobieganie.	P_W01, P_W02		
Lp.	Ćwiczenia	Odniesienie do przedmiotowych efektów uczenia się		
T5	Sytuacje traumatyczne podczas wykonywania pracy i ich konsekwencje.	P_W01, P_W02 P_U01, P_U02		
T6	Mobbing – diagnoza, postępowanie ze sprawcą i ofiarą, zapobieganie.	P_W01, P_U01 P_U02, P_K01		
T7	Zarządzanie ryzykiem psychospołecznym – podejście europejskie.	P_W01, P_U01 P_U02, P_K01		
VI. METODY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ				
Efekty uczenia się	Metoda weryfikacji	Forma zajęć, w ramach której weryfikowany jest EU		
Wiedza:				
P_W01	Test.	T1,T2,T3,T4, T5, T6, T7		
P_W02	Test.	T4, T5		
Umiejętności:				
P_U01	Projekt grupowy	T5, T6, T7		
P_U02	Projekt grupowy	T5, T6, T7		
Kompetencje społeczne:				
P_K01	Projekt grupowy	T6, T7		
VII. KRYTERIA OCENY OSIĄGNIĘTYCH EFEKTÓW UCZENIA SIĘ				
Efekty uczenia się	Ocena niedostateczna Student nie zna, nie rozumie, nie potrafi, nie jest gotów:	Zakres ocen 3,0-3,5 Student zna, rozumie, potrafi, jest gotów	Zakres ocen 4,0-4,5 Student zna, rozumie, potrafi, jest gotów	Ocena bardzo dobra Student zna, rozumie, potrafi, jest gotów
Dla każdego z efektów uczenia się określonego dla modułu w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji	Student uzyskuje poniżej 50% max. liczby punktów dla danego efektu	Student uzyskuje od 51 do 60% max. liczby punktów dla danego efektu na ocenę 3 oraz Student uzyskuje od 61 do 70% max. liczby punktów dla danego efektu na ocenę 3,5	Student uzyskuje od 71 do 80% max. liczby punktów dla danego efektu na ocenę 4 oraz Student uzyskuje od 81 do 90% max. liczby punktów dla danego efektu na ocenę 4,5	Student uzyskuje powyżej 91% max. liczby punktów dla danego efektu
Forma zaliczenia części ćwiczeniowej – projekt, zadanie Opracowane projekty oceniane są w oparciu o następującą skalę punktową: 0-50% pkt – ocena niedostateczna (2,0), 51-60% pkt – ocena dostateczna (3,0), 61-70% pkt – ocena dostateczna plus (3,5), 71-80% pkt – ocena dobra (4,0), 81-90% pkt – ocena dobra plus (4,5), 91-100% pkt – ocena bardzo dobra (5,0).				
VIII. NAKŁAD PRACY STUDENTA – WYMIAR GODZIN I BILANS PUNKTÓW ECTS				

Rodzaj aktywności ECTS	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
Udział w zajęciach dydaktycznych (wykłady, ćwiczenia, konwersatoria, projekt, laboratoria, warsztaty, seminaria)		35
Samodzielne przygotowanie się do zajęć dydaktycznych		35
Przygotowanie się do zaliczenia zajęć dydaktycznych		30
Sumaryczne obciążenie pracą studenta (25h = 1 ECTS) SUMA godzin/ECTS		100/4,0
Obciążenie studenta w ramach zajęć w bezpośrednim kontakcie z nauczycielem		35/1,4
Obciążenie studenta w ramach zajęć związanych z praktycznym przygotowaniem zawodowym		100/4,0
Obciążenie studenta w ramach zajęć do wyboru		100/4,0
IX. LITERATURA PRZEDMIOTU ORAZ INNE MATERIAŁY DYDAKTYCZNE		
Literatura podstawowa przedmiotu: Robert M. Sapolsky, Dlaczego zebry nie mają wrzodów? : psychofizjologia stresu, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, 2022 Rezvan Ameli, Ewa Kaian Kochanowska, Alec Łysak, Dobry oddech : zmniejsz stres, popraw koncentrację, zapanuj nad emocjami, Wydawnictwo Charaktery, Kielce, 2019 Cichosz A., Zarządzanie stresem w organizacji, Warszawa 2018.		
Literatura uzupełniająca przedmiotu: Doug Strycharczyk, Peter Clough, <i>Odporność psychiczna</i> : strategie i narzędzia rozwoju, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot, 2022 Grzębowski R., Ludzie - nie zasoby: jak reagować na zmiany i budować kulturę zaangażowania, Warszawa 2024.		