

1.	<b>Nazwa kierunku</b>	<b>doradztwo polityczne i publiczne</b>
2.	Wydział	Wydział Nauk Społecznych
3.	Cykl rozpoczęcia	2022/2023 (semestr zimowy)
4.	Poziom kształcenia	studia pierwszego stopnia
5.	Profil kształcenia	ogólnoakademicki
6.	Forma prowadzenia studiów	stacjonarna

**Moduł kształcenia:** Zarządzanie stresem

**Kod modułu:** ZS

**1. Liczba punktów ECTS:** 2

<b>2. Zakładane efekty uczenia się modułu</b>			
<b>kod</b>	<b>opis</b>	<b>efekty uczenia się kierunku</b>	<b>stopień realizacji (skala 1-5)</b>
ZS_K_1	Jest przygotowany do planowania i realizowania działań w zakresie psychologii stresu.	DPIP_K01 DPIP_K06	3 3
ZS_U_1	Potrafi zastosować posiadaną wiedzę do redukcji stresu związanego z wystąpieniami publicznymi.	DPIP_U01	3
ZS_U_2	Potrafi ocenić efektywność i konsekwencje poszczególnych stylów radzenia sobie ze stresem.	DPIP_U04 DPIP_U09	3 2
ZS_W_1	Zna i rozumie najważniejsze koncepcje psychologiczne i biologiczne odnoszące się do stresu.	DPIP_W03 DPIP_W05	4 3
ZS_W_2	Rozumie relacje między stresem a emocjami.	DPIP_W05	4

<b>3. Opis modułu</b>	
<b>Opis</b>	Celem modułu jest przedstawienie pogłębionej wiedzy związanej ze stresem (zarówno w ujęciu biologicznym, jak i psychologicznym), a także relacjami między stresem i emocjami. W trakcie realizacji modułu będzie położony akcent na wiedzę funkcjonalną, możliwą do wykorzystania w innych płaszczyznach aktywności naukowej i zawodowej słuchacza.
<b>Wymagania wstępne</b>	Podstawowa wiedza z zakresu psychologii zdobyta w trakcie realizacji modułów z poprzednich semestrów.

<b>4. Sposoby weryfikacji efektów uczenia się modułu</b>			
<b>kod</b>	<b>nazwa (typ)</b>	<b>opis</b>	<b>efekty uczenia się modułu</b>
ZS_w_1	Zaliczenie	Weryfikacja efektów uczenia się została dokładnie określona w sylabusie stworzonym dla	

		modułu.	ZS_K_1, ZS_U_1, ZS_U_2, ZS_W_1, ZS_W_2
--	--	---------	---

#### 5. Rodzaje prowadzonych zajęć

kod	rodzaj prowadzonych zajęć			praca własna studenta		sposoby weryfikacji efektów uczenia się
	nazwa	opis (z uwzględnieniem metod dydaktycznych)	liczba godzin	opis	liczba godzin	
ZS_fs_1	konwersatorium	Zajęcia prowadzone są z użyciem następujących metod: - dyskusja moderowana przez prowadzącego, - dyskusja okrągłego stołu, - metoda „burzy mózgów”, - analizowanie i rozwiązywanie problemów praktycznych i teoretycznych z zarządzaniem stresem.	30	Praca własna studenta obejmuje: - studiowanie literatury przedmiotu, - przygotowanie wystąpień ustnych, - przygotowanie do zaliczenia.	20	ZS_w_1