

Sylabus na rok akademicki: 2021/2022													
Cykl kształcenia: 2019-2022													
Opis przedmiotu kształcenia													
Nazwa przedmiotu	Psychoprofilaktyka stresu zawodowego							Grupa szczegółowych efektów uczenia się					
								Grupa zajęć (kod grupy)	Nazwa grupy				
Wydział	Nauk o Zdrowiu												
Kierunek studiów	Zdrowie Publiczne												
Poziom studiów	<input type="checkbox"/> jednolite magisterskie <input checked="" type="checkbox"/> I stopnia <input type="checkbox"/> II stopnia <input type="checkbox"/> III stopnia <input type="checkbox"/> podyplomowe												
Forma studiów	<input type="checkbox"/> stacjonarne <input type="checkbox"/> niestacjonarne												
Rok studiów	III					Semestr studiów: 6		<input type="checkbox"/> zimowy <input checked="" type="checkbox"/> letni					
Typ przedmiotu	<input type="checkbox"/> obowiązkowy <input type="checkbox"/> ograniczonego wyboru <input checked="" type="checkbox"/> wolnego wyboru/ fakultatywny												
Język wykładowy	<input checked="" type="checkbox"/> polski <input type="checkbox"/> angielski												
Liczba godzin													
Forma kształcenia													
	Wykłady (WY)	Seminaria (SE)	Ćwiczenia audytoryjne (CA)	Ćwiczenia kierunkowe - niekliniczne (CN)	Ćwiczenia kliniczne (CK)	Ćwiczenia laboratoryjne (CL)	Ćwiczenia w warunkach symulowanych (CS)	Zajęcia praktyczne przy pacjencie (PP)	Lektoraty (LE)	Zajęcia wychowania fizycznego (WF)	Praktyki zawodowe (PZ)	Samokształcenie kierowane (SK)	E-learning (EL)
Semestr letni:													
Studium Nauk Humanistycznych i Społecznych (Nazwa jednostki realizującej przedmiot)													
Kształcenie bezpośrednie		15											
Kształcenie zdalne	15											10	
Razem w roku:													
Studium Nauk Humanistycznych i Społecznych (Nazwa jednostki realizującej przedmiot)													

Kształcenie bezpośrednie		15											
Kształcenie zdalne	15											10	
Cele kształcenia: (max. 6 pozycji) C1. Zapoznanie studenta z pojęciem i uwarunkowaniami stresu zawodowego. C2. Kształtowanie umiejętności rozpoznania symptomów przeciążenia stresem zawodowym. C3. Zapoznanie studenta z pojęciem wypalenia zawodowego w kontekście stresu. C4. Kształtowanie umiejętności przeciwdziałania następstwom przeciążenia stresem zawodowym.													
Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów uczenia się oraz formy realizacji zajęć:													
Numer szczegółowego efektu uczenia się	Student, który zaliczy przedmiot wie/umie/potrafi								Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów uczenia się		Forma zajęć dydaktycznych * wpisz symbol		
K_W05	Rozumie wpływ czynników behawioralnych i środowiskowych na stan zdrowia populacji i jednostki								TEST		WY		
K_W21	Rozumie i właściwie interpretuje istniejące relacje pomiędzy zdrowiem i środowiskiem pracy								TEST		WY		
K_U01	Stosuje poznane metody i techniki do rozwiązywania określonych problemów związanych z porozumiewaniem się								Udział w ćwiczeniach, wypowiedź ustna, Udział w ćwiczeniach, wypowiedź ustna		SE		
K_U03	Doskonali swoją skuteczność w kontaktach z innymi										SE		
K_U17	Posiada umiejętności przeprowadzania analizy wybranych uwarunkowań problemów zdrowotnych i społecznych										SE		
K_K06	Dbą o bezpieczeństwo własne i otoczenia, w tym przestrzegają zasad bezpieczeństwa pracy.								Obserwacja Udział w ćwiczeniach		SE		
* WY - wykład; SE - seminarium; CA - ćwiczenia audytorjne; CN - ćwiczenia kierunkowe-niekliniczne; CK - ćwiczenia kliniczne; CL - ćwiczenia laboratoryjne; CS - ćwiczenia w warunkach symulowanych; PP - zajęcia praktyczne przy pacjencie; LE - lektoraty, WF - zajęcia wychowania fizycznego; PZ - praktyki zawodowe; SK - samokształcenie kierowane, EL - E-learning.													
Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):													
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)								Obciążenie studenta					
1. Godziny w kontakcie bezpośrednim:								15					
2. Godziny w kształceniu zdalnym:								15					
3. Godziny indywidualnej pracy własnej studenta:													
4. Godziny samokształcenia kierowanego:								10					
Sumaryczny nakład pracy studenta:								40					
Punkty ECTS za przedmiot:								1					
Treść zajęć: (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty uczenia się)													
Wykłady													
1. Zjawisko stresu. Podstawy psychoneuroimmunologii.													
2. Symptomy, determinanty przeciążenia stresem zawodowym.													
3. Stres a syndrom wypalenia zawodowego.													
4. Wprowadzenie do psychoprofilaktyki stresu zawodowego.													
Seminaria													

<ol style="list-style-type: none"> 1. Źródła stresu zawodowego. Specyfika sytuacji stresowych w zawodach medycznych i niemedycznych w ochronie zdrowia. 2. Strategie poznawczo- behawioralne w psychoprofilaktyce stresu zawodowego 3. Empatia, emocje w psychoprofilaktyce stresu zawodowego. 4. Zasoby i dystraktory w psychoprofilaktyce stresu zawodowego. 	
Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje) 1. Sęk H., Cieślak R. (red.) (2011). Wsparcie społeczne, stres i zdrowie. PWN . Warszawa. 2. Fengler J. (2001). Pomaganie męczy, wypalenie w pracy zawodowej. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. 3. Seppala E. (2017), Droga do szczęścia. Jak nauka o szczęściu pomoże ci osiągnąć sukces. Warszawa, Wydawnictwo Czarna Owca	
Literatura uzupełniająca i inne pomoce: (nie więcej niż 3 pozycje) 1. Sęk H. (red), (2000). Wypalenie zawodowe. Przyczyny, mechanizmy, zapobieganie. PWN. Warszawa.	
Warunki wstępne: Zaliczony kurs podstawowy Psychologii.	
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: - realizacja wszystkich zleconych zadań z wynikiem pozytywnym - wynik testu wiedzy (min. 60%)	
Kryteria zaliczenia przedmiotu na zaliczenie (bez oceny) <small>Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.</small>	
zaliczenie	Osiągnięcie zakładanych efektów uczenia się obejmujących wszystkie istotne aspekty na poziomie minimum 60%

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot:	Studium Nauk Humanistycznych i Społecznych
Adres jednostki:	
Numer telefonu:	
E-mail:	agnieszka.lintowska@umed.wroc.pl

Osoba odpowiedzialna za przedmiot:		dr Agnieszka Lintowska		
Numer telefonu:				
E-mail:		agnieszka.lintowska@umed.wroc.pl		
Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia:				
Imię i nazwisko:	Stopień / tytuł naukowy lub zawodowy:	Dyscyplina naukowa:	Wykonywany zawód:	Forma prowadzenia zajęć:
Agnieszka Lintowska	dr		Psycholog, nauczyciel akademicki	WY, SEM

Data opracowania sylabusu

31.07.2021..

Imię i nazwisko autora (autorów) sylabusu:

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu
ZAKŁAD HUMANISTYCZNYCH NAUK
O ZDROWIU

Agnieszka Lintowska.....

dr Agnieszka Lintowska

Podpis Kierownika/ów jednostki/ek

Prowadzącej/yh zajęcia

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu
Wydział Nauk Humanistycznych i Społecznych
KATEDRA HUMANISTYCZNYCH NAUK O ZDROWIU
p.o. kierownika

Monika Wójta-Kempa
dr Monika Wójta-Kempa

Podpis Dziekana wydziału zlecającego przedmiot:

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu
WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU
Instytut Studiów
dr Monika Przeszelska, profesor uczelni

³ Weryfikacja musi obejmować wszystkie efekty uczenia się, realizowane podczas wszystkich form kształcenia w ramach danego przedmiotu.