

I. OGÓLNE INFORMACJE PODSTAWOWE O PRZEDMIOCIE (MODULE)

Zarządzanie stresem zawodowym

Nazwa jednostki organizacyjnej prowadzącej kierunek:	Uczelnia Biznesu i Nauk Stosowanych „Varsovia”
Nazwa kierunku studiów, poziom kształcenia:	Zarządzanie , studia I stopnia
Liczba punktów ECTS	4
Język przedmiotu- polski, angielski, inny	polski
Profil kształcenia:	PRAKTYCZNY
Nazwa specjalności:	Psychologia biznesu i coaching
Rodzaj modułu kształcenia: (wskazać właściwe)	Podstawowy / kierunkowy/ <u>specjalnościowy</u> /obowiązkowy/ fakultatywny
Rok / Semestr:	III/6
Osoba koordynująca przedmiot:	Koordinator przedmiotu
Wymagania wstępne (wynikające z następstwa przedmiotów):	Podstawowa wiedza ekonomiczna, podstawowa wiedza z podstawowa wiedza z zakresu organizacji i zarządzania, Psychologia

II. FORMY ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH ORAZ WYMIAR GODZIN

	Wykład	Ćwiczenia/konwersatorium	Laboratorium	Warsztaty	Projekt	Seminarium	Praktyki	Ko	Egzamin / zaliczenie	Suma godzin	Ogółem ECTS
Studia stacjonarne				40	10			4	2	56	4
Studia niestacjonarne				24	8			4	2	38	4

III. METODY REALIZACJI ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH

Formy zajęć	Metody dydaktyczne (właściwe podkreślić)
Wykład/ <u>Ćwiczenia</u> / <u>Warsztat</u> / <u>Projekt</u> / Laboratorium	Wykład z dyskusją ukierunkowaną wykład z prezentacją multimedialną <u>case study</u> , metoda sytuacyjna, <u>metoda projektów</u> , <u>dyskusja dydaktyczna</u> . Ćwiczenia rachunkowe Ćwiczenia z wykorzystaniem narzędzi informatycznych - edukacyjna gra Gra symulacyjna Drama Inne: zajęcia projektowe, warsztaty

IV. PRZEDMIOTOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ
Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKU

Lp.	Opis przedmiotowych efektów uczenia się	Odniesienie do efektu kierunkowego symbol

Wiedza:		
P_W01	Zna źródła i rodzaje stresu związane z wykonywaną pracą.	K1P_W06 K1P_W08 K1P_W12 K1P_W16
P_W02	Zna i rozumie przepisy prawne związane z mobbingiem. Charakteryzuje zespół wypalenia zawodowego	K1P_W06 K1P_W08 K1P_W11 K1P_W12 K1P_W16
Umiejętności:		
P_U01	Potrafi zaproponować sposoby zapobiegania wypaleniu zawodowemu i lobbngowi.	K1P_U13 K1P_U14 K1P_U16
P_U02	Potrafi wskazać środki zaradcze eliminujące sytuacje traumatyczne podczas wykonywania pracy.	K1P_U13 K1P_U14 K1P_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	K1P_K07
V. TREŚCI KSZTAŁCENIA		
Lp.	Warsztaty:	Odniesienie do przedmiotowych efektów uczenia się
W1	Obszary rozumienia stresu. Społeczno – ekonomiczne koszty stresu.	P_W01
W2	Warunki pracy jako źródło stresu.	P_W01
W3	Koncepcje stresu organizacyjnego ERI Siegrista i JDR Demeruti.	P_W01
W4	Zespół wypalenia zawodowego – definicje, fazy, zapobieganie.	P_W01 P_W02
W5	Sytuacje traumatyczne podczas wykonywania pracy i ich konsekwencje.	P_W01 P_W02 P_U01 P_U02
W6	Mobbing – diagnoza, postępowanie ze sprawcą i ofiarą, zapobieganie.	P_W01 P_U01 P_U02 P_K01
W7	Zarządzanie ryzykiem psychospołecznym – podejście europejskie.	P_W01 P_U01 P_U02 P_K01
P1	Case Studies - drama	P_W01-P_W02,

		P_U01-P_U02, P_K01
VI. METODY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ		
Forma zajęć, w ramach której weryfikowany jest EU	Metoda weryfikacji (WŁAŚCIWE WYBRAĆ) Egzamin pisemny, egzamin ustny, kolokwium, projekt, prezentacja, referat, esej inne	Kategoria weryfikowanych efektów uczenia się: wiedza, umiejętności, kompetencje społeczne WŁAŚCIWE WYBRAĆ
Warsztaty	Test wiedzy / praca pisemna	P_W01-P_W02, P_U01-P_U02, P_K01
Projekt	Case studies	P_W01-P_W02, P_U01-P_U02, P_K01
WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU wskazać właściwe		
Warsztaty	Pozytywna ocena testu wiedzy i projektu, pozytywna ocena aktywności na zajęciach	P_W01-P_W02, P_U01-P_U02, P_K01
Projekt	Pozytywna ocena projektu, pozytywna ocena aktywności na zajęciach	P_W01-P_W02, P_U01-P_U02, P_K01
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) – SUMA godzin – z punktu II	56	38
W tym		
1.1. Udział w zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego i studentów	40	24
1.2. Egzaminy/zaliczenia - liczba godzin	2	2
1.3. Zajęcia projektowe	10	8
1.4. Udział w konsultacjach - liczba godzin	4	4
2. Indywidualna praca własna studenta - liczba godzin – Projekt / esej / studium przypadku / zadanie praktyczne, samodzielne przygotowanie się do zajęć, egzaminów, zaliczeń	44	62
Sumaryczne obciążenie pracą studenta (25h = 1 ECTS) SUMA godzin i ECTS	100/4	100/4
IX. LITERATURA PRZEDMIOTU ORAZ INNE MATERIAŁY DYDAKTYCZNE		
Literatura podstawowa przedmiotu:		
– Cichosz A. (2021), Zarządzanie emocjami w organizacji, Difin.		
– Kraczlą M. (2020) Stres w pracy menedżera, CeDeWu Sp. z o.o.		
Literatura uzupełniająca przedmiotu:		
– WHO (2008). Zarządzanie ryzykiem psychospołecznym - ramowe podejście europejskie. Wskazania dla pracodawców i reprezentantów pracowników (seria: Protecting workers' health, 9). Warszawa; CIOP-BIP.		
– Bilaska E. (2004). Jak Feniks z popiołów czyli syndrom wypalenia zawodowego. Niebieska Linia.		
– Bryant R.A., Harvey A.G. (2003). Zespół stresu ostrego. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PAN.		
– Dudek B. (2003). Zaburzenie po stresie traumatycznym. Gdańsk: GWP.		

- Terelak JF. (2007). Stres zawodowy. Warszawa: Wyd. UKS.
- Grabowska B. (2003). Psychoterror w pracy: jak zapobiegać i jak sobie radzić. Gdańsk: SKW Wiel.
- Korcz I. (2006). Zespół wypalenia zawodowego. edukacja antywypaleniowa. [W:] A. Kusztełak, A. Zduniak (red.) Kształcenie zawodowe w teorii i praktyce edukacyjnej. Poznań: WSB.
- Merez D., Mościcka A., Drabek M. (2005). Mobbing w środowisku pracy. Charakterystyka zjawiska, jego konsekwencje, aspekty prawne i sposoby przeciwdziałania. Łódź: IMP.

-

Inne materiały dydaktyczne: