

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:	HR i Talent Management
Rodzaj modułu kształcenia: (wskazać właściwe)	<u>specjalnościowy</u>
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.
Cele realizacji przedmiotu	Wyposażenie Studentów w podstawową wiedzę oraz umiejętności i kompetencje społeczne, umożliwiające w praktyce życia społeczno-gospodarczego efektywną realizację założeń zarządzania stresem zawodowym

II. FORMY ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH ORAZ WYMIAR GODZIN

	Wykład	Ćwiczenia/konwersatorium	Laboratorium	Warsztaty	Projekt	Seminarium	Praktyki	Ko	Egzamin / zaliczenie	Suma godzin	Ogółem ECTS
Studia stacjonarne		60							2	62	4
Studia niestacjonarne		30							2	32	4

III. METODY REALIZACJI ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH

Formy zajęć	Metody dydaktyczne (właściwe podkreślić)
Ćwiczenia	<u>case study,</u> <u>metoda sytuacyjna,</u> <u>metoda projektów,</u> <u>dyskusja dydaktyczna.</u> Ćwiczenia rachunkowe <u>Ćwiczenia z wykorzystaniem narzędzi informatycznych</u> - 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
<b>Wiedza:</b>		
P_W01	Zna źródła i rodzaje stresu związane z wykonywaną pracą. Rozumie przepisy prawne związane z mobbingiem. Charakteryzuje zespół wypalenia zawodowego	K1P_W06 K1P_W08 K1P_W11 K1P_W12 K1P_W16
<b>Umiejętności:</b>		
P_U01	Potrafi zaproponować sposoby zapobiegania wypaleniu zawodowemu i lobbingowi.	K1P_U13 K1P_U14 K1P_U16
P_U02	Potrafi wskazać środki zaradcze eliminujące sytuacje traumatyczne podczas wykonywania pracy.	K1P_U13 K1P_U14 K1P_U16
P_U03	Potrafi rugować przejawy i skutki mobbingu w zakładzie pracy	K1P_U13 K1P_U14 K1P_U1
<b>Kompetencje społeczne:</b>		
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
<b>V. TREŚCI KSZTAŁCENIA</b>		
Lp.	Ćwiczenia	Odniesienie do przedmiotowych efektów uczenia się
1	Zdefiniowanie obszarów rozumienia stresu. Przykłady społeczno – ekonomicznych kosztów stresu.	P_W01
2	Poznanie warunków pracy jako źródła stresu z wykorzystaniem przykładów istniejących patologii.	P_W01 P_U01, P_U02
3	Koncepcje stresu organizacyjnego ERI Siegrista i JDR Demeruti.	P_W01 P_U01, P_U02
4	Zespół wypalenia zawodowego – ukazanie przykładów definiujących i prezentujących fazy oraz zapobieganie.	P_W01, P_U01, P_U02
5	Praktyczne sytuacje traumatyczne podczas wykonywania pracy i ich konsekwencje.	P_W01, P_U01, P_U02
6	Mobbing – zaobserwowanie w praktyce, w tym diagnoza, postępowanie ze sprawcą i ofiarą, zapobieganie.	P_W01, P_U01 P_U03, P_K01
7	Zarządzanie ryzykiem psychospołecznym – podejście europejskie.	P_W01, P_U01 P_U02, P_K01
W8	Case Studies - drama	P_W01, P_U01-P_U03, P_K01
<b>VI. METODY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ</b>		

<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 WŁAŚCIWE WYBRAC	
Ćwiczenia	Prezentowanie praktycznych przykładów i dyskusja nad nimi. Udział w zajęciach. Projekt case studies	P_W01 P_U01-P_U03, P_K01	
<b>WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU wskazać właściwe</b>			
Ćwiczenia	Pozytywna ocena prezentacji przykładów , pozytywna ocena aktywności na zajęciach oraz pozytywna ocena projektu	P_W01 P_U01-P_U03, P_K01	
<b>VIII. NAKŁAD PRACY STUDENTA – WYMIAR GODZIN I BILANS PUNKTÓW ECTS</b>			
Rodzaj aktywności ECTS	Obciążenie studenta		
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne	
1.Udział w zajęciach z bezpośrednim udziałem osoby prowadzącej zajęcia i studentów (ćwiczenia) – <b>SUMA godzin</b> – z punktu II	62	32	
W tym			
1.1. Udział w zajęciach z bezpośrednim udziałem osoby prowadzącej zajęcia i studentów	60	30	
1.2. Egzaminy/zaliczenia - liczba godzin	2	2	
1.3. Zajęcia projektowe			
1.4. Udział w konsultacjach - liczba godzin			
2. Indywidualna praca własna studenta - liczba godzin – Projekt / esej / studium przypadku / zadanie praktyczne, samodzielne przygotowanie się do zajęć, egzaminów, zaliczeń	38	62	
<b>Sumaryczne obciążenie pracą studenta (25h = 1 ECTS) SUMA godzin i ECTS</b>	<b>100/4</b>	<b>100/4</b>	
<b>IX. LITERATURA PRZEDMIOTU ORAZ INNE MATERIAŁY DYDAKTYCZNE</b>			
<b>Literatura podstawowa przedmiotu:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>– WHO (2008). Zarządzanie ryzykiem psychospołecznym - ramowe podejście europejskie. Wskazania dla pracodawców i reprezentantów pracowników (seria: Protecting workers' health, 9). Warszawa; CIOP-BIP.</li> <li>– Kodeks Pracy.</li> <li>– Terelak JF. (2007). Stres zawodowy. Warszawa: Wyd. UKS.</li> </ul>			
<b>Literatura uzupełniająca przedmiotu:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>– Bilska E. (2004). Jak Feniks z popiołów czyli syndrom wypalenia zawodowego. Niebieska Linia.</li> <li>– Bryant R.A., Harvey A.G. (2003). Zespół stresu ostrego. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PAN.</li> <li>– Dudek B. (2003). Zaburzenie po stresie traumatycznym. Gdańsk: GWP.</li> <li>– Grabowska B. (2003). Psychoterror w pracy: jak zapobiegać i jak sobie radzić. Gdańsk: SKW Wiel.</li> <li>– Korcz I. (2006). Zespół wypalenia zawodowego. edukacja antywypaleniowa. [W:] A. Kusztełek, A. Zduniak (red.) Kształcenie zawodowe w teorii i praktyce edukacyjnej. Poznań: WSB.</li> <li>– Merez D., Mościcka A., Drabek M. (2005). Mobbing w środowisku pracy. Charakterystyka zjawiska, jego konsekwencje, aspekty prawne i sposoby przeciwdziałania. Łódź: IMP.</li> </ul>			
<b>Inne materiały dydaktyczne:</b>			

-