

Oferta i opisy fakultetów
proponowanych do realizacji w roku akademickim 2023/2024
kierunek **psychologia**
studia niestacjonarne

Uwaga! Uruchomione zostaną tylko te fakultety, na które zgłosi się odpowiednio duża liczba chętnych. Warto w grupach studenckich uzgadniać swoje wybory.

Rocznik 2021-2022 (obecny II rok)

Student II roku wybiera z oferty jeden fakultet obcojęzyczny 30-godzinny (4 ECTS). Realizacja w semestrze letnim.

Oferta

30 godzin (4 ECTS):

1. **Nazwa przedmiotu:** **Advanced Techniques in Group Training**
Prowadząca: dr Karolina Ziembowicz
2. **Nazwa przedmiotu:** **Aggression: Causes, Consequences, and Inhibiting Factors**
Prowadząca: dr Monika Dominiak-Kochanek
3. **Nazwa przedmiotu:** **Are scientists like wives and never wrong? Analysis of examples from empirical research**
Prowadząca: dr Joanna Świderska
4. **Nazwa przedmiotu:** **Psychological Perspectives on Prosocial Action**
Prowadząca: dr Iwona Nowakowska

Opisy

30 godzin (4 ECTS):

Nazwa przedmiotu: **Advanced Techniques in Group Training**

Prowadząca: dr Karolina Ziembowicz

Forma zajęć: konwersatorium w języku obcym

Opis: The course is a combination of two previous courses called Assertiveness Training and Art Techniques in Group Training. They were combined into one to provide a full 30-hour course. The course consists of two separate modules:

MODULE 1: Art Techniques in Group Training

The workshop is designed for students planning to become group trainers, who want to learn different techniques of working with groups. Various art-based techniques will be presented that can help participants in developing their personality, self-knowledge, interpersonal skills. During the workshop we will learn through our own experience by participating in proposed exercises.

Education in school has taught us to analyze rather than synthesize, evaluate rather than experience, use logical reasoning rather than freely associate. Our creative skills and artistic sensitivity gradually diminished rather than flourished. In everyday life we are expected to express our thoughts, opinions and emotions predominantly in a form of verbal descriptions.

We are used to express ourselves with very narrowed range of tools. We tend to forget that verbal communication is only small part of how we experience the surrounding world. There are senses of touch, hearing; kinesthetic, visual and symbolic representations.

All these forms of self-expression will be explored during this course. During this course students will have the opportunity to return to their naive artistic creativity, to play with different artistic techniques and experience the world visually, aurally and haptically. We will focus on spontaneous, uncontrolled, joyful activity. We will be drawing, cutting out, playing music together, sculpting and using all sort of materials for the purpose of broadening our knowledge about ourselves, other people and surrounding world.

All the exercises and the techniques we will try out during the course are designed for group trainings and can be used with children, adolescent and adult groups.

Readings:

A Practical Art Therapy. by Susan Buchalter. London: Jessica Kingsley Press.

Handbook of Art Therapy. By Cathy Malchiodi, New York: Guilford.

Additional readings

„Impro. Improvisation and the theatre” by Keith Johnstone. Methuen London

MODULE 2 Assertiveness Training:

Assertiveness is not only saying „no”. It’s a way of life and communication with others. The aim of the workshop is to develop a non-aggressive / non-submissive attitude, which allows to deal with real life situations more effectively, while respecting own and others’ rights.

Students will work in groups and pairs replaying situations from their own life and discussing what would be an appropriate assertive behaviour in given circumstances. Together we will discuss what it means to be assertive and what kind of rights everybody has. The students will have a chance to train skills like: saying no, receiving and giving constructive feedback, expressing different opinions. They

will have a chance to exercise different kinds of assertive behaviour in practical work and life situations.

Warunki zaliczenia (ZO): attendance, experiential essay.

Nazwa przedmiotu: **Aggression: Causes, Consequences, and Inhibiting Factors**

Prowadząca: dr Monika Dominiak-Kochanek

Forma zajęć: konwersatorium w języku obcym

Opis: The aim of the course is to present a multidimensional view of human happiness from a psychological perspective. We will discuss a psychological concept of happiness together with common myths and illusions about achieving it. We will also analyze results of studies regarding various human qualities and activities (incl. gratitude, kindness, optimism) and discuss their outcomes for understanding human happiness. Finally we will test techniques used in experiments to increase happiness.

Warunki zaliczenia (ZO): Course requirements: attendance, writing a reflective paper.

Nazwa przedmiotu: **Are scientists like wives and never wrong? Analysis of examples from empirical research**

Prowadząca: dr Joanna Świdarska

Forma zajęć: konwersatorium w języku obcym

Opis: The course aims to familiarize students with the standards of empirical reports in force in the psychological literature. Particular emphasis will be placed on methodological and statistical requirements, including the ability to independently conduct classic statistical analyzes in the SPSS package and their interpretation. The course is a workshop using computers with the SPSS program. Empirical data from published scientific articles will be analyzed.

This workshop will be accredited by Predictive Solutions, thanks to which participants (after meeting the criteria) will be able to receive a Junior Certificate or Expert Certificate in data analysis using the SPSS program.

Warunki zaliczenia (ZO): The final grade consists of active participation in classes and the final test.

Nazwa przedmiotu: **Psychological Perspectives on Prosocial Action**

Prowadząca: dr Iwona Nowakowska

Forma zajęć: konwersatorium w języku obcym

Opis: Seminar in English. During the course the students will familiarize with theoretical bases of prosociality, and then the psychological aspects of its various practical forms: volunteering, philanthropy, organ/blood donation, activism, everyday benevolence. The discussions during the course will be conducted in the themes of practical prosociality, as well as critical approach towards prosociality (e.g., motivational basis of prosocial behaviors, risk of volunteer/activist burnout, socio-economical factors which disturb prosociality). There will also be a block of classes regarding the role of psychologist in supporting prosociality, including care for the volunteers'/activists' well-being and the aspects of prosocial action management in organizations.

Warunki zaliczenia (ZO): Two tests (from parts of the presented material), the course can be passed in a student gains 60% total points from each of these tests. Bonus points are given for active participation in the seminar.

Rocznik 2020-2021 (obecny III rok)

Student III roku wybiera z oferty jeden fakultet 15-godzinny (2 ECTS). Realizacja w semestrze letnim.

Oferta

15 godzin (2 ECTS):

1. **Nazwa przedmiotu:** **Czy ja dyskryminuję? O dylematach równości**
Prowadząca: dr Monika Zima-Parjaszewska
2. **Nazwa przedmiotu:** **Diagnoza psychologiczna w edukacji**
Prowadzący: dr Łukasz Zaborek
3. **Nazwa przedmiotu:** **Po co nam psychoanaliza?**
Prowadząca: dr hab. Katarzyna Prot-Klinger, prof. APS
4. **Nazwa przedmiotu:** **Praktyczna nauka metody Zettelkasten w analizie tekstów o kondycji filozofii współczesnej**
Prowadzący: dr Jarosław Janowski
5. **Nazwa przedmiotu:** **Rodzina – niebezpieczne związki**
Prowadząca: dr Monika Zima-Parjaszewska
6. **Nazwa przedmiotu:** **Techniki artystyczne w pracy z grupą**
Prowadząca: dr Karolina Ziembowicz

Opisy

15 godzin (2 ECTS):

Nazwa przedmiotu: **Czy ja dyskryminuję? O dylematach równości**

Prowadząca: dr Monika Zima-Parjaszewska

Forma zajęć: ćwiczenia

Opis: Fakultet obejmować będzie zagadnienia dotyczące równości, zakazu dyskryminacji i dylematów z nimi związanych. Uczestnictwo w fakultecie pozwoli zdefiniować rodzaje dyskryminacji, umożliwi poznanie przepisów antydyskryminacyjnych, a przede wszystkim pozwoli podjąć dyskusję na temat sytuacji grup społecznych w sposób szczególnie narażonych na dyskryminację w wielu obszarach życia – w życiu rodzinnym, zawodowym, publicznym. Podczas zajęć omówione będą różnice np. między molestowaniem a molestowaniem seksualnym. Uczestnicy i uczestniczki fakultetu będą mieć okazję do refleksji nad własnymi doświadczeniami związanymi z dyskryminacją, zastanawiać się będą, jak rozwiązywać trudne sprawy związane z prawem do równego traktowania, przestrzeganiem zasady równości. Jakie są granice wolności i praw człowieka, w tym prawa do równego traktowania? Kiedy i w jaki sposób władza publiczna może ingerować w sferę równości? Jakie są środki ochrony przed dyskryminacją? – na te pytania uczestnicy i uczestniczki fakultetu będą poszukiwać odpowiedzi na zajęciach.

Problematyka:

1. Psycholog czy psycholożka? – dlaczego język ma znaczenie
2. Romowie zazwyczaj....O stereotypach i uprzedzeniach
3. Czy ja dyskryminuję? O rodzajach dyskryminacji i źródłach prawa antydyskryminacyjnego
4. Karmienie dziecka przez matkę w miejscu publicznym a dyskryminacja ze względu na płeć
5. Prawo karne a feminizm (przestępstwa seksualne, przestępstwo znęcania się, stalking, dzieciobójstwo)
6. Małżeństwo „jako związek kobiety i mężczyzny”? O sytuacji osób nieheteronormatywnych
7. Koniec „upośledzenia umysłowego”. O molestowaniu ze względu na niepełnosprawność
8. Symbole religijne w miejscach publicznych. Wolność wyznania w państwie bezwyznaniowym
9. Wolność słowa a mowa nienawiści. Przestępstwa z nienawiści (hate crimes) a kodeks karny
10. Czy byłam/byłem dyskryminowana/y? Ochrona przed dyskryminacją

Warunki zaliczenia (ZO): aktywność na zajęciach, praca w grupie - rozwiązywanie przypadków.

Nazwa przedmiotu: **Diagnoza psychologiczna w edukacji**

Prowadzący: dr Łukasz Zaborek

Forma zajęć: warsztaty

Opis: Przedmiot, skupia się na tematyce uwarunkowań zewnętrznych i obszarów diagnozy psychologicznej istotnych w kontekście badań uczniów (badanie i ocena procesów poznawczych, emocjonalnych i społecznych uczniów). Omówione zostaną również różne modele i teorie diagnozy psychologicznej w edukacji.

Fakultet obejmuje następujące tematy:

1. Cele, kontekst i etapy diagnozy psychologicznej w edukacji.
2. Warunki realizacji diagnozy psychologicznej na różnych etapach kształcenia.

3. Diagnoza przyczyn niepowodzeń szkolnych.
4. Diagnoza gotowości szkolnej.
5. Różne konteksty opisu i oceny kompetencji emocjonalno-społecznych.
6. Diagnoza potrzeb oraz wybranych zaburzeń w okresie młodszych szkolnym i adolescencji.
7. Wykorzystanie wybranych metod diagnozy psychologicznej przy tworzeniu opisu funkcjonowania dziecka (Stanford Binet V, IDS-2, ABAS-3, CONNERS-3).
8. Wybrane formy oddziaływań postdiagnostycznych.
9. Regulacje prawne praktyki diagnostycznej.

Warunki zaliczenia (ZO): Warunkiem zaliczenia jest aktywny udział i obecność oraz zaliczenie testu końcowego.

Nazwa przedmiotu: **Po co nam psychoanaliza?**

Prowadząca: dr hab. Katarzyna Prot-Klinger, prof. APS

Forma zajęć: ćwiczenia

Opis: Zajęcia będą zapoznawały studentów z teorią psychoanalityczną i jej rozwojem. Studenci będą czytali współczesne teksty psychoanalityczne, razem będziemy analizowali różne podejścia teoretyczne. Będziemy także zastanawiali się jakie te podejścia mogą mieć zastosowanie w praktyce klinicznej i do rozumienia procesów społecznych.

Warunki zaliczenia (ZO): Obecność, aktywność na zajęciach (czytanie zalecanej literatury). Praca pisemna związana z tematyką fakultetu.

Nazwa przedmiotu: **Praktyczna nauka metody Zettelkasten w analizie tekstów o kondycji filozofii współczesnej**

Prowadzący: dr Jarosław Janowski

Forma zajęć: tutoring (warsztaty)

Opis: Zajęcia realizowane metodą tutoringu mają dwa podstawowe cele. Po pierwsze, zajęcia umożliwią zapoznanie się i nauczenie korzystania z metody tworzenia systemu wartościowych/inteligentnych notatek z lektur określanej mianem Zettelkasten. Metoda ta umożliwia stworzenie tzw. zewnętrznego mózgu, w którym można utrwalić m.in.: 1) informacje zawarte w tekście lektury zapisane swoimi słowami (oddające istotę sprawy lecz nie będące cytatami); 2) myśli łączące się z ww. informacjami; 3) wzajemne powiązania pomiędzy 1) i 2) oraz powiązania ich z wcześniejszymi notatkami; 4) system połączeń pomiędzy poszczególnymi inteligentnymi notatkami umożliwia tworzenie (na bieżąco w trakcie lektury danego tekstu lub później) gotowych ciągów rozumowań, które mogą stać się rdzeniem tworzonej np. pracy pisemnej (zaliczeniowej, dyplomowej, artykułu naukowego itd.). W trakcie zajęć nastąpi prezentacja owej metody, w tym również darmowego narzędzia do tworzenia elektronicznego systemu inteligentnych notatek (program Obsidian). Jednakże główny nacisk zostanie położony na praktyczne zastosowanie tej metody do analizy wybranych tekstów lektur. Drugim celem zajęć będzie próba dokonania wglądu i oceny sytuacji, w jakiej znajduje się filozofia współczesna jako (ważny) element kultury. Źródłem informacji na ten temat będą wybrane teksty artykułów naukowych oraz fragmenty monografii poświęconych tej tematyce. Liczba godzin kontaktowych (30) oraz godzin przeznaczonych na pracę własną studenta (30) przekładają się na łączny wymiar 2 punktów ECTS.

Warunki zaliczenia (ZAL): Warunkiem uzyskania zaliczenia (ZAL) jest obecność na zajęciach oraz złożenie przygotowanego zbioru notatek wykonanych metodą Zettelkasten.

Nazwa przedmiotu: Rodzina – niebezpieczne związki

Prowadząca: dr Monika Zima-Parjaszewska

Forma zajęć: ćwiczenia

Opis: Czy w Polsce obowiązuje prawna definicja rodziny? Czy rozwód powoduje uchylenie odpowiedzialności za długi byłego małżonka? Czy rodzice mogą udostępniać wizerunek dzieci w mediach społecznościowych? Rodzina w ujęciu prawnym to konkretne przepisy prawa kształtujące prawa i obowiązki jej członków i członkiń. Fakultet obejmować będzie wybrane zagadnienia dotyczące funkcjonowania rodziny, jej członków i członkiń, w aspekcie prawnym. Podczas zajęć studenci i studentki zastanowią się, czy przepisy prawa uwzględniają zmieniające się wizje życia rodzinnego i społecznego, poznają role i zadania członków, członkiń rodzin wynikające z przepisów prawa, nie tylko z kodeksu rodzinnego i opiekuńczego.

Problematyka:

1. Ogłaszam was mężem i żoną...Rozwód i stwierdzenie nieważności małżeństwa
2. Surogatka, matka i dziecko
3. Z rodziną najlepiej wychodzi się na zdjęciach? Kto i na kogo płaci alimenty? O alimentacji
4. Wizerunek dziecka na Instagramie rodziców i lokowanie produktów. Kto zarabia i czyj jest ten majątek? Władza rodzicielska i zarządzanie majątkiem dziecka
5. Nie było wyjścia. Przymusowe leczenie członka, członkini rodziny
6. Jeszcze tylko raz...Hazard i odpowiedzialność za długi
7. Ucieczka i uprowadzenie dziecka czy ratowanie siebie i dziecka? O wspólnym wykonywaniu władzy rodzicielskiej

Warunki zaliczenia (ZO): aktywność na zajęciach, praca w grupie - rozwiązywanie kazusów.

Nazwa przedmiotu: Techniki artystyczne w pracy z grupą

Prowadząca: dr Karolina Ziembowicz

Forma zajęć: warsztaty

Opis: W szkole, w trakcie procesu edukacji, nauczyliśmy się analizować raczej niż syntezować informacje, oceniać raczej niż doświadczać, używać rozumowania logicznego zamiast swobodnych skojarzeń - w rezultacie nasza kreatywna, wrażliwa artystycznie część pozostała niedostatecznie ukształtowana i rozwinięta. W codziennym życiu przyzwyczailiśmy się do ujmowania naszych doświadczeń i doznań przede wszystkim w formie werbalnej. Wszystko to sprawiło, że nasza komunikacja ze światem odbywa się za pomocą zawężonego zasobu środków wyrazu.

W trakcie zajęć będziemy próbowali komunikować się ze sobą i poznawać siebie samych z pomocą różnych technik artystycznych. Przypomnimy sobie zmysł dotyku, słuchu, wzroku; skupimy się na spontanicznym, niekontrolowanym i radosnym procesie twórczym. Będziemy rysować, wycinać, odciskać, sklejać, grać na instrumentach i używać różnego rodzaju materiałów w celu poszerzenia wiedzy na temat siebie samych i innych ludzi.

Warsztaty mają przede wszystkim formę praktyczną, doświadczeniową, jednak wszystkie przedstawione na zajęciach formy pracy z grupą mogą zostać użyte przez studentów – przyszłych

trenerów w pracy z grupami dzieci, nastolatków i dorosłych. W omówieniach będziemy skupiali się na możliwościach wykorzystania danego ćwiczenia w pracy z grupą. Bloki tematyczne:

Co to jest arteterapia? – podstawowe założenia rozwoju psychologicznego poprzez sztukę, leczące właściwości procesu twórczego, przegląd technik pracy.

Przegląd ćwiczeń – z użyciem technik plastycznych i muzycznych dla różnych grup docelowych.

Przegląd technik aktywizujących, rozładowujących emocje oraz zwiększających zaufanie w grupie.

Dialogowe ja – przegląd wiedzy z zakresu psychologii narracji. Pozycje ja w dialogu wewnętrznym, udzielanie „głosu” niezintegrowanym częściom osobowości.

Warunki zaliczenia (ZO): Obecność, prace domowe, zaplanowanie autorskiego ćwiczenia.

Rocznik 2019-2020 (obecny IV rok)

Student IV roku wybiera z oferty jeden fakultet 15-godzinny (2 ECTS). Realizacja w semestrze zimowym.

Oferta

15 godzin (2 ECTS):

1. **Nazwa przedmiotu:** **Czy ja dyskryminuję? O dylematach równości**
Prowadząca: dr Monika Zima-Parjaszewska
2. **Nazwa przedmiotu:** **Psychologia sądowa**
Prowadząca: dr Anna Więcek-Durańska
3. **Nazwa przedmiotu:** **Psychologia zachowań konsumenckich**
Prowadząca: dr Magdalena Poraj-Weder
4. **Nazwa przedmiotu:** **Psychoterapia osób z rozpoznaniem psychozy**
Prowadząca: dr hab. Katarzyna Prot-Klinger, prof. APS
5. **Nazwa przedmiotu:** **Trening asertywności**
Prowadząca: dr Karolina Ziembowicz

Opisy

15 godzin (2 ECTS):

Nazwa przedmiotu: Czy ja dyskryminuję? O dylematach równości

Prowadząca: dr Monika Zima-Parjaszewska

Forma zajęć: ćwiczenia

Opis: Fakultet obejmować będzie zagadnienia dotyczące równości, zakazu dyskryminacji i dylematów z nimi związanych. Uczestnictwo w fakultecie pozwoli zdefiniować rodzaje dyskryminacji, umożliwi poznanie przepisów antydyskryminacyjnych, a przede wszystkim pozwoli podjąć dyskusję na temat sytuacji grup społecznych w sposób szczególnie narażonych na dyskryminację w wielu obszarach życia – w życiu rodzinnym, zawodowym, publicznym. Podczas zajęć omówione będą różnice np. między molestowaniem a molestowaniem seksualnym. Uczestnicy i uczestniczki fakultetu będą mieć okazję do refleksji nad własnymi doświadczeniami związanymi z dyskryminacją, zastanawiać się będą, jak rozwiązywać trudne sprawy związane z prawem do równego traktowania, przestrzeganiem zasady równości. Jakie są granice wolności i praw człowieka, w tym prawa do równego traktowania? Kiedy i w jaki sposób władza publiczna może ingerować w sferę równości? Jakie są środki ochrony przed dyskryminacją? – na te pytania uczestnicy i uczestniczki fakultetu będą poszukiwać odpowiedzi na zajęciach.

Problematyka:

1. Psycholog czy psycholożka? – dlaczego język ma znaczenie
2. Romowie zazwyczaj....O stereotypach i uprzedzeniach
3. Czy ja dyskryminuję? O rodzajach dyskryminacji i źródłach prawa antydyskryminacyjnego
4. Karmienie dziecka przez matkę w miejscu publicznym a dyskryminacja ze względu na płeć
5. Prawo karne a feminizm (przestępstwa seksualne, przestępstwo znęcania się, stalking, dzieciobójstwo)
6. Małżeństwo „jako związek kobiety i mężczyzny”? O sytuacji osób nieheteronormatywnych
7. Koniec „upośledzenia umysłowego”. O molestowaniu ze względu na niepełnosprawność
8. Symbole religijne w miejscach publicznych. Wolność wyznania w państwie bezwyznaniowym
9. Wolność słowa a mowa nienawiści. Przestępstwa z nienawiści (hate crimes) a kodeks karny
10. Czy byłam/byłem dyskryminowana/y? Ochrona przed dyskryminacją

Warunki zaliczenia (ZO): aktywność na zajęciach, praca w grupie - rozwiązywanie kazusów.

Nazwa przedmiotu: Psychologia sądowa

Prowadząca: dr Anna Więcek-Durańska

Forma zajęć: ćwiczenia

Opis: Wiedza psychologiczna wykorzystywana jest zarówno na etapie tworzenia przepisów prawa, działań profilaktycznych jak i w procesie resocjalizacyjnym wobec sprawców przestępstw. Studenci w ramach zajęć będą mieli możliwość zdobycia wiedzy z zakresu możliwości wykorzystania wiedzy psychologicznej przez wymiar sprawiedliwości (policję, prokuraturę, sądy).

Na zajęciach zostaną poruszone m.in. takie tematy jak:

- profilowanie sprawców przestępstw, udział psychologa w sprawach karnych,

- badanie zjawisk patologii społecznej, przyczyn zachowań antyspołecznych np. określonych typów przestępstw, ze szczególnym uwzględnieniem psychologicznych aspektów przestępczości agresywnej i seksualnej,

- organizacja wymiaru sprawiedliwości w Polsce, rodzaje postępowań, formy prowadzenia przez policję, sposoby pozyskiwania informacji w postępowaniu przygotowawczym, sądowym, Przebieg rozprawy sądowej, Przebieg mediacji i negocjacji.

W ramach zajęć studenci samodzielnie poprowadzą mediację i uczestniczyli będą w rozprawie sądowej.

Warunki zaliczenia (ZO): Obecność na zajęciach, aktywność, przygotowanie rozprawy sądowej lub mediacji.

Nazwa przedmiotu: **Psychologia zachowań konsumenckich**

Prowadząca: dr Magdalena Poraj-Weder

Forma zajęć: ćwiczenia

Opis: W ramach zajęć zajmiemy się omówieniem procesów sterujących zachowaniem konsumentów (spostrzeganie, pamięć, emocje, motywacja) – w oparciu o teorię i praktycznie, na przykładzie gier ekonomicznych. Zaprezentowane zostaną zagadnienia dotyczące budowania strategii marki i strategii komunikacji, jak również kwestie związane z pozyskiwaniem wiedzy o konsumentach (za pomocą badań marketingowych).

Warunki zaliczenia (ZO): Warunkiem zaliczenia zajęć jest aktywny udział w zajęciach, realizacja zadań, zaliczenie sprawdzianu pisemnego (testowego).

Nazwa przedmiotu: **Psychoterapia osób z rozpoznaniem psychozy**

Prowadząca: dr hab. Katarzyna Prot-Klinger, prof. APS

Forma zajęć: ćwiczenia

Opis: Często spotykanym mitem jest opinia, że osoby z rozpoznaniem psychozy powinny być leczone przede wszystkim farmakologicznie. Fakultet będzie pokazywał poprzez teksty i przykłady terapii skuteczność różnych rodzajów terapii w terapii osób z diagnozą psychozy. Będziemy koncentrować się na psychoterapii psychoanalitycznej, ale będą uwzględnione także inne podejścia, a szczególnie łączenie różnych podejść w terapii tych pacjentów.

Warunki zaliczenia (ZO): Obecność, aktywność na zajęciach (czytanie zalecanej literatury). Praca pisemna związana z tematyką fakultetu.

Nazwa przedmiotu: **Trening asertywności**

Prowadząca: dr Karolina Ziembowicz

Forma zajęć: warsztaty

Opis: Zajęcia mają charakter praktyczny. W ich trakcie określimy, jakie zachowania uznawane są za asertywne oraz postaramy się nauczyć różnego rodzaju takich zachowań – od asertywnego przyjmowania ocen innych, poprzez odmawianie, proszenie o przysługę, aż po reagowanie na krytykę i atak. Umiejętności praktyczne będą poprzedzane niezbędną teorią. Sylabus:

Czym jest asertywność?

Pięć praw asertywności.

Obrona swoich praw.

Asertywne mówienie o swoich zaletach i wadach.

Asertywne przyjmowanie ocen.

Asertywne reagowanie na pochwały.

Asertywne reagowanie na krytykę i atak.

Wyrażanie uczuć pozytywnych.

Wyrażanie uczuć negatywnych.

Asertywne słuchanie.

Asertywność w kontakcie z samym sobą.

Warunki zaliczenia (ZO): Obecność, praca pisemna.