



MAŁOPOLSKA WYŻSZA SZKOŁA EKONOMICZNA W TARNOWIE

KARTA PROGRAMOWA

Moduł kształcenia	Stres i wypalenie zawodowe	
Nazwa modułu kształcenia w języku angielskim	Stress and burnout	
Kierunek studiów	Pedagogika	
Profil kształcenia	praktyczny	
Forma kształcenia	studia niestacjonarne	
Poziom przedmiotu (podstawowy/specjalnościowy/ ogólnouczelniany)	specjalnościowy	kształtujący umiejętności praktyczne TAK/NIE
Status przedmiotu (obowiązkowy/do wyboru)	Do wyboru	
Poziom modułu kształcenia	II stopień	
Język wykładowy	polski	
Semestr realizacji modułu	I, II, III, IV	
Przedmiot realizowany w formie e-learning	TAK Wykład/ćwiczenia *	NIE
Liczba punktów ECTS/e-learning	3	
Liczba godzin	Forma modułu: wykład	Forma modułu: ćwiczenia
	0	15
Jednostka realizująca moduł	Katedra Pedagogiki	
Koordinator modułu	Iwona Wolańska-Wieczorek	
Cykl kształcenia	Rok akademicki 2021/2022	
Moduły poprzedzające	Brak modułów poprzedzających	

Syntetyczna charakterystyka modułu

W ramach realizowanego modułu słuchacze zdobędą poszerzoną wiedzę teoretyczną jak i praktyczną, niezbędną w obszarze rozpoznawania, przeciwdziałania i leczenia stresu oraz wypalenia zawodowego, metod i form pracy z nauczycielami, wychowawcami i pedagogami objętymi tym problemem, jak również profilaktyką stresu i wypalenia zawodowego. t

Cele modułu

1. zapoznanie studentów z podstawowymi zagadnieniami składającymi się na niezbędny zasób wiedzy o stresie w pracy zawodowej w działalności pedagogicznej oraz wypaleniu zawodowym;
2. ukazanie sposobów radzenia sobie ze stresem i sposobach przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu, ich diagnozowaniu, przyczyn i skutków społecznych i zdrowotnych
3. wyrobienie pozytywnej motywacji do praktykowania metod i form radzenia sobie ze stresem w pracy i minimalizujących ryzyko wystąpienia wypalenia zawodowego

Opis efektów uczenia się modułu

Symbol efektu dla modułu	Osiągnięte efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla kierunku
Wiedza:		
W_01	zna terminologię używaną w pedagogice pracy i rozumie jej źródła oraz zastosowania w obrębie innych dyscyplin naukowych na poziomie rozszerzonym	PED_W01
Umiejętności:		
U_01	potrafi wybrać i zastosować właściwe metody, procedury i techniki radzenia sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym do realizacji zadań praktycznych	PED_U10
Kompetencje społeczne:		

K_01	ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności, rozumie potrzebę ciągłego dokształcania się zawodowego i rozwoju osobistego, dokonuje samooceny własnych kompetencji i doskonali umiejętności, wyznacza kierunki własnego rozwoju i kształcenia					PED_K01
Kryteria oceny efektów uczenia się oraz metody ich weryfikacji						
Symbol efektu (1)	na ocenę 2	na ocenę 3	na ocenę 4	na ocenę 5	na ocenę 6	Metody weryfikacji efektów (2)
W_01	Nie zna i nie rozumie terminologii używanej w pedagogice	Ma w pełni odtworzyć wiedzę o terminologii używanej w pedagogice	Ma wiedzę i rozumie terminologię pedagogiczną oraz jej zastosowanie i relacje w dyscyplinach pokrewnych na poziomie podstawowym	Ma wiedzę i rozumie terminologię używaną w pedagogice oraz jej zastosowaniu i relacjach w dyscyplinach pokrewnych na poziomie rozszerzonym	Ma świadomość i pogłębia wiedzę związaną z terminologią używaną w pedagogice oraz jej zastosowaniu i relacjach w dyscyplinach pokrewnych na poziomie rozszerzonym	T, PE
U_01	Nie potrafi ocenić przydatności typowych metod, procedur i technik radzenia sobie ze stresem i przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu do realizacji zadań w obrębie pedagogiki	W stopniu wystarczającym potrafi ocenić przydatność typowych metod, procedur i technik radzenia sobie ze stresem i przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu do realizacji zadań w obrębie pedagogiki	W stopniu dobrym potrafi ocenić przydatność typowych metod, procedur i technik radzenia sobie ze stresem i przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu do realizacji zadań w obrębie pedagogiki	W stopniu bardzo dobrym potrafi ocenić przydatność typowych metod, procedur i technik radzenia sobie ze stresem i przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu do realizacji zadań w obrębie pedagogiki	Sprawnie ocenia przydatność typowych metod, procedur i technik radzenia sobie ze stresem i przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu do realizacji zadań w obrębie pedagogiki i stale ją pogłębia w obszarze wykraczającym poza treści modułu	T, PE
K_01	Nie ma podstawowego poziomu wiedzy z zakresu pedagogiki i innych dyscyplin naukowych	Ma świadomość posługiwania się wiedzą w sposób odtworczy	Ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności	Ma pogłębioną świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności, ma potrzebę samodzielnego rozwoju	Ma pogłębioną świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności, rozumie potrzebę ciągłego rozwoju osobistego i zawodowego	T, PE

- (1) wpisać symbol efektu uczenia się
- (2) wpisać np.: EU – egzamin ustny; EP – egzamin pisemny; T – test; P – prezentacja; PR – projekt; ES – esej; RE – referat, PE- platforma e-learningowa itp.
- (3) Test z całości materiału w formie pytań zamkniętych i otwartych z progami punktowymi (od 50% maksymalnej do uzyskania liczby punktów – ocena 3, od 61% ocena 3+; od 71% ocena 4; od 81% ocena 4+; od 91% ocena 5)

Treści kształcenia modułu	
Forma modułu: wykład	Forma modułu: ćwiczenia
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Stres (termin, diagnoza, rodzaje i formy, stres jako proces, stres w pracy, przejawy i konsekwencje) 2. Psychospołeczne uwarunkowania stresu. Stres jako proces. Czynniki stresotwórcze 3. Skutki społeczne i zdrowotne stresu w aspekcie funkcjonowania jednostki 4. Wypalenie zawodowe, zespół wypalenia zawodowego 5. Sposoby radzenia sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym 6. Pomoc i wsparcie w sytuacji stresu. Przykłady instytucjonalnych i pozarządowych oddziaływań. 7. Profilaktyka wypalenia zawodowego. Nauczyciel, pedagog, wychowawca kreatywny i kompetentny 8. Ćwiczenia ze sposobów radzenia sobie ze stresem i

wypaleniem zawodowym
9. Superwizja w pracy nauczyciela/wychowawcy/pedagoga

Literatura podstawowa	<ol style="list-style-type: none">1. Tucholska S., Wypalenie zawodowe u nauczycieli, Lublin 2009.2. Guzy A., Niesporek-Szamburska B., Wójcik-Dudek M., Szkoła bez barier, Katowice 2015.3. Sęk H., Cieślak R. (red.), Wsparcie społeczne, stres i zdrowie, Warszawa 2011.4. Pyżalski J., Merecz D. (red.) Psychospołeczne warunki pracy polskich nauczycieli, Kraków 2010.5. Kretschmann R., Stres w zawodzie nauczyciela, Gdańsk 2003.
Literatura uzupełniająca	<ol style="list-style-type: none">1. Grzegorzewska K., Stres w zawodzie nauczyciela, Kraków 2006.2. Mróz J., Kaleta K. (red.), Umiejętności psychologiczno-pedagogiczne w pracy nauczyciela, Kielce 2012.3. Banasiak M., Wołowska A., Szkoło, jaka jesteś?, Warszawa 2015.

Metody dydaktyczne

- Metody problemowe: wykład konwersatoryjny, wykład problemowy, dyskusja dydaktyczna- w grupach, dyskusja panelowa, burza mózgów;
- Metody eksponujące: film; prezentacja multimedialna
- Metody praktyczne: metoda projektów, praca z tekstem,

Nakład czasu pracy studenta w przeliczeniu na godziny i punkty ECTS

Elementy składające się na pracę studenta	Ilość godzin	Ilość punktów ECTS
Udział w wykładach		
Udział w ćwiczeniach/ e-learning	15	
Samodzielne studiowanie tematyki wykładów		
Samodzielne przygotowanie się do ćwiczeń	30	
Przygotowanie się do egzaminu		
Przygotowanie się do zaliczenia	30	
Przygotowanie eseju		
Przygotowanie prezentacji		
Przygotowanie referatu		
Przygotowanie projektu		
Inne (wymienić jakie)		
Suma	75	3