

## KARTA KURSU

rok akademicki 2023/2024

**Kierunek:** Psychologia  
**Specjalność:** -  
**Forma prowadzenia zajęć:** niestacjonarne  
**Stopień:** jednolite magisterskie  
**Rok:** II  
**Semestr:** zimowy (I)

Nazwa	Pamięć i uczenie się
Nazwa w j. ang.	Memory and Learning

Koordinator	Dr Radosława Herzog-Krzywoszańska	Zespół dydaktyczny
		dr Radosława Herzog-Krzywoszańska
Punktacja ECTS*	5	

### Opis kursu (cele kształcenia)

**Wiedza:** Celem kursu jest przybliżenie studentom najważniejszych zagadnień z zakresu psychologii pamięci i uczenia się.  
**Umiejętności:** Podczas ćwiczeń studenci rozwiną podstawowe umiejętności związane ze stosowaniem technik wspomaganie pamięci.  
**Kompetencje społeczne:** Ponadto studenci rozwiną świadomość tych czynników pamięci, które mogą wpływać na błędy i zniekształcenia w wspomnieniach (np. zeznania świadków).

### Warunki wstępne

Wiedza	
Umiejętności	
Kursy	

Efekty uczenia się

	Efekt uczenia się dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
Wiedza	W_01, Posiada wiedzę na temat teorii dotyczących uczenia się i pamięci oraz różnorodnych uwarunkowań tych procesów	K_W06
	W_02, Orientuje się w eksperymentalnych metodach badania procesów uczenia i pamięci.	K_W03
	W_03, Rozumie zmiany następujące w pamięci wraz z wiekiem	K_W07

	Efekt uczenia się dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
Umiejętności	U_01, Potrafi korzystać z literatury naukowej dotyczącej pamięci i uczenia się i samodzielnie wyszukiwać, analizować i selekcjonować informacje	K_U02
	U_02, Potrafi wyjaśniać zachowania innych osób odwołując się do wiedzy psychologicznej na temat procesów pamięci i uczenia	K_U08
	U_04, Potrafi wykorzystać wiedzę psychologiczną do wspomagania procesów pamięci i uczenia	K_U09

	Efekt uczenia się dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
Kompetencje społeczne	K_01, W dyskusji posługuje się argumentami merytorycznymi, a do wypowiedzi innych odnosi się z szacunkiem	K_K04
	K0_02, Potrafi pracować w grupie, wyznaczać cele i priorytety, definiować zakres obowiązków	K_K03
	K0_03, Ma świadomość wielości i złożoności czynników wpływających na procesy uczenia i zapamiętywania	K_K06

Organizacja												
Forma zajęć	Wykład (W)	Ćwiczenia w grupach										
		A		K		L		S		P		E
Liczba godzin	20			10								
30												

### Opis metod prowadzenia zajęć

Wykład interaktywny z prezentacją multimedialną i dyskusją grupową.

Ćwiczenia: omówienie wybranych technik wspomaganie pamięci, analiza literatury, dyskusja, ćwiczenia indywidualne i grupowe.

Projekt grupowy: przygotowanie prezentacji na wybrany temat dotyczący problematyki pamięci i uczenia

### Formy sprawdzania efektów uczenia się

	E – learning	Gry dydaktyczne	Ćwiczenia w szkole	Zajęcia terenowe	Praca laboratoryjna	Projekt indywidualny	Projekt grupowy	Udział w dyskusji	Referat	Pracą pisemną (esej)	Egzamin ustny	Egzamin pisemny	Inne
W01							x					x	
W02							x					x	
W03							x					x	
U01							x	x				x	
U02							x	x				x	
U03							x	x				x	
K01							x	x					
K02							x	x					
K03							x	x					

Kryteria oceny	Egzamin testowy (ocena pozytywna - powyżej 60% punktacji maksymalnej) Zaliczenie ćwiczeń: poprawne wykonanie projektu grupowego, aktywny udział w zajęciach, obecność obowiązkowa (dopuszczalna 1 nieobecność, pozostałe wymagają zaliczenia)
----------------	--

Uwagi	Przedmiot kierunkowy na studiach niestacjonarnych, jednolitych magisterskich, kierunek: Psychologia
-------	---

### Treści merytoryczne (wykaz tematów)

#### Wykład:

1. Wprowadzenie w problematykę, teoretyczne ujęcia pamięci i uczenia, historia badań
2. Warunkowanie klasyczne i instrumentalne, wzmocnienia, rozkłady wzmocnień.
3. Uczenie się jako nabywanie umiejętności.
4. Procesy i systemy pamięciowe.
5. Pamięć krótkotrwała i pamięć robocza.
6. Pamięć długotrwała i kodowanie w niej informacji.
7. Przechowywanie, zapominanie i wydobywanie informacji z pamięci.
8. Pamięć utajona i proceduralna.
9. Zaburzenia pamięci.
10. Pamięć autobiograficzna i pamięć w wieku podeszłym.

#### Ćwiczenia:

1. Zasady skutecznego uczenia się i nauczania.
2. Trening pamięci. Techniki zapamiętywania, mnemotechniki.
3. Fałszywe wspomnienia świadków i wywiad poznawczy.
4. Analiza behawioralna. Wykorzystanie zasad uczenia w terapii: systematyczna desensytyzacja, terapia poznawczo-behawioralna.
5. Niezwykłe zdolności pamięciowe: synestezja, ejdetyzm, sawanci.

## Wykaz literatury podstawowej

### Wykłady:

1. Jagodzińska, M. (2008). Psychologia pamięci. Badania, teorie, zastosowania. Gliwice: Helion.

Część I Badania nad pamięcią str. 17

Rozdział 1. Pamięć jako przedmiot badań str.19-53

Rozdział 2. Historia badań str.31-53

Rozdział 3. Metody badań str.55-70

Rozdział 4. Neurobiologiczne podłoże pamięci str.71-114

Rozdział 5. Organizacja pamięci — systemy i procesy str. 115-145

Rozdział 6. Systemy pamięci krótkotrwałej str. 149-190

Rozdział 7. Systemy pamięci długotrwałej str.193-232

Rozdział 8. Procesy kodowania informacji w pamięci długotrwałej str.235- 271

Rozdział 9. Zapominanie str.275 - 300

Rozdział 10. Procesy wydobywania informacji z pamięci deklaratywnej str.303-342

Rozdział 11. Pamięć utajona str. 345-380

Część III Pamięć w ciągu życia człowieka str. 383

Rozdział 12. Od dziecka do dorosłego — rozwój pamięci str. 385-410

Rozdział 13. Historia życia zapisana w pamięci — pamięć autobiograficzna str. 413-441

Rozdział 14. Pamięć w późnym wieku str. 445-466

Rozdział 15. Zaburzenia pamięci str. 469-500

### Ćwiczenia:

1. Bąbel, P., Wiśniak, M. (2015). 12 zasad skutecznej edukacji. Czyli jak uczyć żeby nauczyć. Sopot: GWP.

2. Bąbel, P., Baran, A. (2011). Trening pamięci. Projektowanie, realizacja, techniki, ćwiczenia. Warszawa: Diffin (rozdziały 3 i 4).

3. Beck, J. (2012). Terapia poznawczo-behawioralna. Podstawy i zagadnienia szczegółowe.

4. Buzan, T. (2005). Pamięć na zawołanie. Łódź: Ravi; Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego (rozdz. 1 i 2).

5. Kołakowski, A., Pisula, A. (2011). Sposób na trudne dziecko. Przyjazna terapia behawioralna. Gdańsk: GWP (str 30-55; str 137-142; str 163-189).

6. Piotrowska, A. (2005). Rzekome wspomnienia – czy ufać swojej pamięci? W: E. Czerniewska (red.). Pamięć zjawiska zwykle i niezwykle. Warszawa: Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne.

7. Rotkiel, M. (2005). Wywiad poznawczy jako metoda wydobywania informacji z pamięci. W: Stęplewska-Żakowicz, K., Krejtz, K. Wywiad psychologiczny – wywiad jako postępowanie badawcze. Tom I. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

8. Wolpe, J., Wolpe, D. (1999). Wolni od lęku. Lęki i ich terapia. Kraków: WiR Partner, (rozdział V i VI).

9. Wrzałka, B. (2005). „Pomieszanie zmysłów” : tajemnica synestezji. W: E. Czerniewska (red.). Pamięć zjawiska zwykle i niezwykle. Warszawa: Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne.

10. Czerniawska, E., Hankała, A. (2005). Czy ejdetyzm może wspomagać pamięć? W: E. Czerniewska (red.). Pamięć zjawiska zwykle i niezwykle. Warszawa: Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne

## Wykaz literatury uzupełniającej

1. Anderson, J. R. (1998). *Uczenie się i pamięć. Integracja zagadnień*. Warszawa: WSiP.
2. Czerniewska, E. (red.) (2005). *Pamięć zjawiska zwykle i niezwykle*. Warszawa: Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne.
3. Dai, X., & Medzhitov, R. (2017). Inflammation: Memory beyond immunity. *Nature*, 550(7677), 460-461.
4. Girardeau, Gabrielle, Ingrid Inema, and György Buzsáki. "Reactivations of emotional memory in the hippocampus–amygdala system during sleep." *Nature Neuroscience* 20.11 (2017): 1634.
5. Hattie, J. A., & Donoghue, G. M. (2016). Learning strategies: A synthesis and conceptual model. *npj Science of Learning*, 1(1), 1-13.
6. Izquierdo, I., Furini, C. R., & Myskiw, J. C. (2016). Fear memory. *Physiological reviews*, 96(2), 695-750.

Bilans godzinowy zgodny z CNPS (Całkowity Nakład Pracy Studenta)

Ilość godzin w kontakcie z prowadzącymi	Wykład	20
	Konwersatorium (ćwiczenia, laboratorium itd.)	10
	Pozostałe godziny kontaktu studenta z prowadzącym	1
Ilość godzin pracy studenta bez kontaktu z prowadzącymi	Lektura w ramach przygotowania do zajęć	25
	Przygotowanie krótkiej pracy pisemnej lub referatu po zapoznaniu się z niezbędną literaturą przedmiotu	0
	Przygotowanie projektu lub prezentacji na podany temat (praca w grupie)	30
	Przygotowanie do egzaminu	39
Ogółem bilans czasu pracy		<b>125</b>
Ilość punktów ECTS w zależności od przyjętego przelicznika		<b>5</b>