

KARTA KURSU

rok akademicki 2020/2021

Kierunek: Psychologia

Specjalność: -

Forma prowadzenia zajęć: niestacjonarne

Stopień: jednolite magisterskie

Rok: III

Semestr: letni

Nazwa	Pomoc psychologiczna dorosłym
Nazwa w j. ang.	Adults` counselling

Koordinator	dr Agnieszka Fudali-Czyż	Zespół dydaktyczny
		dr Agnieszka Fudali-Czyż mgr Anna Nierzewska
Punktacja ECTS*	4	

Opis kursu (cele kształcenia)

Wiedza: Zdobyć wiedzę na temat koncepcji i strategii udzielania profesjonalnej pomocy psychologicznej osobom znajdującym się na różnych etapach rozwojowych dorosłości. Poznanie różnorodnych form profesjonalnej pomocy psychologicznej.

Umiejętności: Doskonalenie umiejętności z zakresu komunikacji werbalnej i niewerbalnej oraz budowania relacji.

Kompetencje: Rozwijanie wrażliwości na potrzeby psychologiczne osób dorosłych podczas planowania samodzielnego prowadzenia spotkań indywidualnych i grupowych prowadzących do rozwiązania sytuacji problemowej.

Warunki wstępne

Wiedza	Znajomość podstawowych pojęć i teorii z zakresu rozwoju po adolescencji, psychologii emocji, psychopatologii.
Umiejętności	Czytania ze zrozumieniem literatury psychologicznej z wymienionych obszarów.

Kursy	
-------	--

Efekty uczenia się

	Efekt uczenia się dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
Wiedza	W01 Zna klasyczne i współczesne koncepcje z zakresu udzielania profesjonalnej pomocy psychologicznej ze szczególnym uwzględnieniem jej znaczenia w obszarze psychologii człowieka dorosłego.	K_W01, K_W07
	W02 Posiada wiedzę o możliwościach i ograniczeniach udzielania profesjonalnej pomocy psychologicznej przedstawicielom zróżnicowanych podgrup wiekowych dorosłości (młodzi dorośli, średnia i późna dorosłość).	K_W07, K_W12
	W03 Zna konkretne metody udzielania profesjonalnej pomocy psychologicznej człowiekowi dorosłemu i rozumie ich związek z celami, jakie stawia przed podejmowanymi działaniami.	K_W09, K_W14
	W04 Wie, jakie instytucje kształcą oraz jakie zatrudniają psychologów-praktyków zajmujących się danymi formami pomocy psychologicznej	K_W10, K_W15

	Efekt uczenia się dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
Umiejętności	U01 Potrafi opracować samodzielnie plan/ program pracy w zakresie udzielenia indywidualnej bądź grupowej pomocy psychologicznej człowiekowi dorosłemu z wykorzystaniem klasycznych i/ lub współczesnych koncepcji i modeli w tym zakresie.	K_U07, K_U08
	U02 Potrafi samodzielnie przeprowadzić indywidualne i/ lub grupowe spotkanie, którego celem jest zdiagnozowanie i/ lub praca nad rozwiązaniem określonej sytuacji problemowej czy kryzysowej	K_U07, K_U09
	U03 Wykorzystuje w sposób profesjonalny wybrane pojęcia z zakresu psychologii udzielania pomocy w trakcie konstruowania narzędzi oddziaływań praktycznych (edukacyjnych, profilaktycznych i terapeutycznych).	K_U02, K_U06
	U04 Zyskuje pogłębione rozumienie drugiego człowieka oraz doskonali empatię; posiada umiejętność nawiązywania kontaktu oraz inicjowania i podtrzymywania rozmowy w trudnych obszarach tematycznych.	K_U04, K_U10

	Efekt uczenia się dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
	Kompetencje społeczne	<p>K01 Dostrzega i docenia związek pomiędzy wyborem odpowiedniego modelu ogólnego oraz szczegółowych narzędzi pracy, a efektami podejmowanych przez siebie działań pomocowych.</p> <p>K02 Efektywnie pracuje w grupach zadaniowych i problemowych, wykazując się umiejętnością dojrzałej komunikacji (w zakresie budowania kontaktu, jasności celów i oczekiwań), z zachowaniem zasad etyki zawodowej</p> <p>K03 Wykazuje się poszanowaniem autonomii i podmiotowości w relacjach z osobami badanymi i/ lub uczestnikami procesu terapeutycznego bądź psychoedukacyjnego.</p> <p>K04 Ma świadomość jakie kompetencje powinien rozwijać aby efektywnie udzielać różnych form praktycznej pomocy psychologicznej i wie, gdzie i jak może te kompetencje rozwijać.</p>

Organizacja										
Forma zajęć	Wykład (W)	Ćwiczenia w grupach								
		A	K	L	S	P	E			
Liczba godzin	10		10							
45										

Opis metod prowadzenia zajęć

Kurs odbywa się zdalnie w trybie synchronicznym za pomocą platformy MS Teams.
Wykład multimedialny
Ćwiczenia o charakterze warsztatu specjalistycznych umiejętności praktycznych: dyskusja, studia przypadków, praca w grupach kilkuosobowych, ćwiczenia indywidualne i binarne, prezentacja projektów indywidualnych i grupowych przygotowanych przez studentów.

Formy sprawdzania efektów kształcenia

	E - l e a r n i n g	G r y d y d a k t y c z n e	Ć w i c z e n i a w s z k o l e	Z a j ę c i a t e r e n o w e	P r a c a l a b o r a t o r y j n a	P r o j e k t i n d y w i d u a l n y	P r o j e k t g r u p o w y	U d z i a ł w d y s k u s j i	R e f e r a t	P r a c a p i s e m n a (e s e j)	E g z a m i n u s t n y	E g z a m i n p i s e m n y	I n n e
W_01								X		X			
W_02								X		X			
W_03								X		X			
W_04								X		X			
U_01		X					X	X	X	X			
U_02		X					X	X	X	X			
U_03		X					X	X	X	X			
U_04							X	X	X	X			
K_01							X	X	X	X			
K_02		X											
K_03							X	X	X				
K_04								X					

Kryteria oceny	<p>Warunki zaliczenia kursu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obecności na wykładach (dopuszczalna 1 nieobecność) • i ćwiczeniach (dopuszczalne są 2 nieobecności) • projekt grupowy – prezentacja dotycząca jednej z form pomocy psychologicznej; prezentacja projektu na zajęciach; • przygotowanie pisemnej pracy zaliczeniowej w formie eseju.
----------------	--

Uwagi

Przedmiot kierunkowy na studiach stacjonarnych jednolitych magisterskich
kierunek: Psychologia

Treści merytoryczne (wykaz tematów)

Wykłady:

1. Osiągnięcia i czynniki ryzyka w okresie dorosłości – rys rozwojowy.
2. Rodzaje i źródła wsparcia społecznego oraz choroba psychiczna jako skutek braku wsparcia.
3. Przegląd form pomocy psychoterapeutycznej, psychologicznej i samorealizacji, arteterapia i muzykoterapia.
4. Szkoły psychoterapii w Krakowie. Wspomaganie rozwoju, doradztwo, coaching, trening, szkolenia, warsztaty.
5. Nurty szkoleń trzeciej fali CBT: MDSR i ACT.
6. Podsumowanie: dbanie o własną kondycję psychiczną jako ważny element profilaktyki wypalenia zawodowego oraz budowania zasobów.

Ćwiczenia:

- 1 Pomoc psychologiczna – wprowadzenie.
2. Nawiązywanie kontaktu z klientem/pacjentem (błędy popełniane przez osoby udzielające wsparcia).
3. Rola języka i komunikacji w pomocy psychologicznej. Komunikacja bez przemocy cz. 1 (spostrzeżenia i uczucia); Komunikacja bez przemocy cz. 2 (potrzeby i prośby).
4. Psychoprofilaktyka: przykładowe propozycje oddziaływań o charakterze psychoprofilaktycznym, kampanie społeczne i programy dotyczące zdrowia psychicznego, logiczny model tworzenia programów psychoprofilaktycznych.
5. Interwencja kryzysowa jako specyficzna forma pomocy psychologicznej. Model RAPID.
6. Nurty psychoterapeutyczne. Przykładowe techniki wykorzystywane w pracy terapeutycznej. Model psychoterapii zintegrowanej. Wspieranie rozwoju osobistego. Coaching.

Wykaz literatury podstawowej

Sęk, H., Brzezińska, A. I. (2008). Podstawy pomocy psychologicznej. W: J. Strelau, D. Doliński (red.). Psychologia. Podręcznik akademicki t.2. Gdańsk: GWP.

Kodeks etyczno-zawodowy Psychologa. Wersja on-line: http://www.altea-poznan.pl/files/Kodeks_Etyczno-Zawodowy_Psychologa.pdf

Oleś, P. (2011). Psychologia człowieka dorosłego. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Kargulowa, A. (2009). *Poradnictwo - kontynuacja dyskursu*. PWN.

Okun, B. F. (2002). *Skuteczna pomoc psychologiczna*, Rozdział 1,4,6,7. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia, Polskie Towarzystwo Psychologiczne.

Sek, H. (2005). Społeczna psychologia kliniczna. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN (wybrane fragmenty: cz. III rozdział 1. Podstawowe rodzaje pomocy psychologicznej; rozdział 7. Wybrane zagadnienia psychoprofilaktyki)

Drań-Ruszczak, K., Drażkowska-Zielińska E. (2005). Podręcznik pomagania. Podstawy pomocy psychologicznej. Szkoły i kierunki psychoterapii. Warszawa: Wydawnictwo SWPS Academica (wybrane fragmenty: cz. I rozdział 1. Empatia to za mało, rozdział 2 Czy ja mogę zostać tym, który pomaga?; cz. II rozdział 9. Podejście psychoanalityczne, rozdział 10. Podejście behawioralno – poznawcze, rozdział 11. Podejście humanistyczne, rozdział 12. Podejście systemowe.)

Stewart J. R. (2008). Mosty zamiast murów. Podręcznik komunikacji interpersonalnej, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN (wybrane fragmenty: rozdział 3. Komunikacja werbalna i rozdział 4. Komunikacja niewerbalna)

Morreale, S.P., Spitzberg, B. H., Barge, J. K. (2011). Komunikacja między ludźmi. Motywacja, wiedza, umiejętności. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN (wybrane fragmenty: cz. I rozdział 6. Kompetencje w słuchaniu, cz. II rozdział 7. Komunikacja interpersonalna: wiedza, rozdział 8. Komunikacja interpersonalna: umiejętności)

Kubacka - Jasiecka, D. (2010). Interwencja kryzysowa. Pomoc w kryzysach psychologicznych. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne (wybrane fragmenty: cz. I rozdział 1. Pojęcie kryzysu psychologicznego (emocjonalnego); cz. II rozdział 1. Złożony rodowód interwencji kryzysowej, rozdział 2. Założenia i ogólne idee interwencji kryzysowej, rozdział 4. Modele interwencji kryzysowej)

Wykaz literatury uzupełniającej

Brzezińska, A. (2005), *Psychologiczne portrety człowieka. Praktyczna psychologia rozwojowa*. Gdańsk: GWP.

Czabała, C. (red.) (2000), *Zdrowie psychiczne, zagrożenia i promocja*, Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii.

Cooper, M. (2010). Efektywność psychoterapii i poradnictwa psychologicznego. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia.

Kubacka-Jasiecka, D. (2010), *Interwencja kryzysowa. Pomoc w kryzysach psychologicznych*. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.

Grzesiuk, L. (red.) (1995), *Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy*. Warszawa: Wydawnictwo naukowe PWN.

Rosenberg, M. B. (2016). Porozumienie bez przemocy. O języku życia. Wydawnictwo Czarna Owca.

Okun, B. F. (2002). Skuteczna pomoc psychologiczna. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia.

Czabała, Cz., Kluczyńska, S. (2015). *Poradnictwo psychologiczne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Oettingen, G. (2018). WOOP. Skuteczna metoda osiągania celów. Gdańsk: GWP.

de St. Aubin, E., McAdams, D. P., & Tae-Chang, K. (2004). *The Generative Society. Caring for future generations*. Washington: APA Press.

Hoare, C. (Ed.) (2006). *Handbook od Adult Development and Learning*. New York: Oxford University Press.

Kotre, J., Hall. E. (1990). *Seasons of Life. The dramatic journey from birth to death*. The University of Michigan Press.

Bilans godzinowy zgodny z CNPS (Całkowity Nakład Pracy Studenta)

Ilość godzin w kontakcie z prowadzącymi	Wykład	1 0
	Konwersatorium (ćwiczenia, laboratorium itd.)	1 0
	Pozostałe godziny kontaktu studenta z prowadzącym	5
Ilość godzin pracy studenta bez kontaktu z prowadzącymi	Lektura w ramach przygotowania do zajęć	2 0
	Przygotowanie krótkiej pracy pisemnej lub referatu po zapoznaniu się z niezbędną literaturą przedmiotu	-
	Przygotowanie projektu lub prezentacji na podany temat (praca w grupie)	2 0
	Przygotowanie do egzaminu	-
Ogółem bilans czasu pracy		6 5
Ilość punktów ECTS w zależności od przyjętego przelicznika		4