

Kod przedmiotu:	A-2E14-II-3.19			
Przedmiot:	Trening rozwoju osobistego			
Specjalność:	cały kierunek			
Kierunek:	Edukacja artystyczna w zakresie sztuk plastycznych, II stopień [4 sem], stacjonarny, ogólnoakademicki, rozpoczęty w: 2019			
Rok/Semestr:	II/3			
Liczba godzin:	30,0			
Nauczyciel:	Zubrzycka-Maciąg Teresa, dr hab.			
Forma zajęć:	laboratorium			
Rodzaj zaliczenia:	zaliczenie na ocenę			
Punkty ECTS:	2,0			
Nakład pracy studenta:	zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczycieli	30,0	godzin	1,5 pkt. ECTS
	samodzielna praca studenta	15,0	godzin	0,5 pkt. ECTS
Metody dydaktyczne:	<ul style="list-style-type: none"> • dyskusja dydaktyczna • klasyczna metoda problemowa • objaśnienie lub wyjaśnienie • warsztaty grupowe 			
Zakres tematów:	<p>Ćwiczenia mają charakter warsztatowy i obejmują następującą tematykę:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Istota rozwoju osobistego. Pogłębianie samoświadomości w zakresie uwarunkowań kształtowania się tożsamości, odrębności i granic terytorium psychologicznego. 2. Istota uczuć i ich znaczenie dla psychospołecznego funkcjonowania człowieka. Sposoby uwolnienia się od trudnych uczuć. 3. Wpływ oddziaływań wychowawczych rodziców na zachowanie i rozwój człowieka: wpisywanie w role, porównywanie. 4. Pojęcie i rodzaje samooceny. Funkcjonowanie osób o różnej samoocenie. Istota wewnętrznego dziecka. 5. Istota asertywności. Stanowienie praw osobistych. Mapa asertywności. 6. Obrona własnych granic. Asertywna odmowa. 7. Asertywne przyjmowanie krytyki i pochwały. 8. Asertywne przyjmowanie ocen o niejednoznacznej wymowie. Wyrażanie własnych poglądów. 9. Asertywne wyrażanie uczuć "negatywnych". 10. Asertywne wyrażanie uczuć "pozytywnych". Asertywny dialog wewnętrzny. 11. Istota stresu i wypalenia zawodowego nauczyciela oraz możliwości radzenia sobie i przeciwdziałania tym zjawiskom. 12. Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach w pracy nad sobą. 13. Identyfikacja własnych potrzeb i wyznaczanie celów osobistych w oparciu o założenia i techniki Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach. 14. Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach w pracy z wychowankiem. Coaching grupowy. 15. Programy "Dam radę" oraz "Jestem z Ciebie dumny" w pracy z dziećmi. 			
Warunki zaliczenia:	Zaliczenie na podstawie oceny ciągłej pracy studenta w trakcie zajęć.			
Literatura:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Day Ch. (2008), Nauczyciel z pasją. Jak zachować entuzjazm i zaangażowanie w pracy. Gdańsk: GWP 2. Goleman D., (1997), Inteligencja emocjonalna. Poznań: Wyd. Media Rodzina. 3. Miller J., (2003), Krótkie lekcje życia. Gry i zabawy. Warszawa: Prószyński i S-ka. 4. Ratner H., George E., Iveson Ch., (2017), Terapia Krótkoterminowa Skoncentrowana na Rozwiązaniu. Wyd. Poligraf 5. Zubrzycka-Maciąg T., (2011), Trening asertywności w kształceniu pedagogicznym. Lublin: Wyd. UMCS. 6. Zubrzycka-Maciąg T.(red.), (2016), Wychowanie w praktyce szkolnej. Scenariusze godzin wychowawczych dla klas IV-VI szkoły podstawowej. Warszawa: Difin. 7. Wosik-Kawała D., Zubrzycka-Maciąg T. (red.), (2011), Kompetencje diagnostyczne i terapeutyczne nauczyciela. Kraków: Impuls 			
Kontakt:	e-mail: teresa.zubrzycka-maciag@poczta.umcs.lublin.pl Zajęcia prowadzone w formie zdalnej na platformie Teams.			

Symbol	EFEKTY UCZENIA SIĘ PRZEDMIOTU Student, który zaliczył przedmiot w danym semestrze,	Sposoby weryfikacji i oceny efektów uczenia się	Odniesienie do efektów kierunkowych	Odniesienie do PRK
01W	Student, który zaliczył przedmiot, definiuje rozwój osobisty i ocenia jego znaczenie w pracy zawodowej	ocena ciągła w trakcie zajęć wypowiedź ustna	K_W05	P7S_WK
02W	wskazuje czynniki sprzyjające i zagrażające dla rozwoju osobowości	ocena ciągła w trakcie zajęć wypowiedź ustna	K_W05	P7S_WK
03W	wyjaśnia istotę postawy asertywnej i opisuje zasady asertywnej komunikacji	ocena ciągła w trakcie zajęć wypowiedź ustna	K_W05	P7S_WK
04U	analizuje własną pracę nad sobą i oraz projektuje strategię samodoskonalenia	ocena ciągła w trakcie zajęć wypowiedź ustna	K_U08	P7S_UU
05U	w swoich działaniach wykorzystuje umiejętności asertywne oraz przestrzega zasad konstruktywnej komunikacji interpersonalnej	ocena ciągła w trakcie zajęć wypowiedź ustna	K_U08 K_U11	P7S_UK P7S_UU
06U	pracując w zespole przestrzega zasad współpracy	ocena ciągła w trakcie zajęć wypowiedź ustna	K_U03 K_U08	P7S_UO P7S_UU