

KARTA PRZEDMIOTU

Cykl kształcenia od roku akademickiego: 2021/2022

I. Dane podstawowe

Nazwa przedmiotu	Zasoby osobiste i środowiskowe w funkcjonowaniu człowieka
Nazwa przedmiotu w języku angielskim	Personal and environmental resources in human functioning
Kierunek studiów	Psychologia
Poziom studiów (I, II, jednolite magisterskie)	5-letnie jednolite magisterskie
Forma studiów (stacjonarne, niestacjonarne)	Stacjonarne
Dyscyplina	Psychologia
Język wykładowy	Język polski

Koordynator przedmiotu	dr Andrzej Januszewski
------------------------	------------------------

Forma zajęć (<i>katalog zamknięty ze słownika</i>)	Liczba godzin	semestr	Punkty ECTS
wykład	15	Rok II, semestr IV	2
ćwiczenia	15	Rok II, semestr IV	

Wymagania wstępne	<p>Wykład:</p> <ul style="list-style-type: none"> Podstawowa wiedza z zakresu procesów orientacji psychicznej (poznawcze) i regulacji psychicznej (emocyjno-motywacyjne) w głównych koncepcjach psychologicznych człowieka; Znajomość podstaw w zakresie: psychologii ogólnej, psychologii rozwoju człowieka, osobowości, statystyki <p>Ćwiczenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> Podstawowa wiedza z zakresu procesów orientacji psychicznej (poznawcze) i regulacji psychicznej (emocyjno-motywacyjne) w głównych koncepcjach psychologicznych człowieka; Znajomość podstaw w zakresie: psychologii ogólnej, psychologii rozwoju człowieka, osobowości, statystyki
-------------------	--

II. Cele kształcenia dla przedmiotu

C1 - Uzyskanie wiedzy na temat znaczenia zasobów osobistych i środowiskowych człowieka w odniesieniu do procesów adaptacji i rozwoju osobistego, a także w sytuacji napotykanego trudności, wyzwań i ograniczeń.
C2 – Pozyskiwanie i gospodarowanie zasobami w perspektywie modelu Psycho-Bio-Społecznego (WHO) i przy podejściu typologicznym do diagnostyki osobowości.
C3 - Procedury diagnozowania i rozwijania zasobów podmiotowych i przedmiotowych.

III. Efekty uczenia się dla przedmiotu wraz z odniesieniem do efektów kierunkowych

Symbol	Opis efektu przedmiotowego	Odniesienie do efektu kierunkowego
WIEDZA		
W_01	Student rozpoznaje związki między klasycznymi systemami filozoficznymi oraz ich implikacjami do psychologii; zwłaszcza w odniesieniu do tych, które mają związek z adaptacją i rozwojem, a wtórnie mają związek z jakością funkcjonowania człowieka.	K_W03
W_02	Student wymienia i przedstawia powiązania podstawowych procesów orientacji i regulacji psychicznej z wiedzą pochodzącą z dyscyplin pokrewnych, a zwłaszcza należących do modelu Psycho-Bio-Społecznego (WHO).	K_W05
W_03	Student analizuje podstawowe procesy psychiczne w odniesieniu do ich genezy, tła społeczno kulturowego, prawidłowych lub zaburzonych relacji interpersonalnych.	K_W06
W_04	Student, w nawiązaniu do wiedzy z psychologii rozwoju człowieka analizuje oraz identyfikuje powiązania osobowości z jakością funkcjonowania w kluczowych aspektach i dziedzinach życia (nauka, praca, relacje interpersonalne, adaptacja i rozwój).	K_W09
UMIEJĘTNOŚCI		
U_01	Student potrafi interpretować znaczące w historii psychologii XX w. wyniki badań psychologicznych, z formułowaniem podstawowych wniosków; z próbami planowania projektów bardziej współczesnych.	K_U01
U_02	Student współpracuje w grupie roboczej rozpracowującej tematy psychologiczne, z uwzględnieniem merytorycznego rozdziału zagadnień wraz z przyjęciem i wykonaniem powierzonego składnika roli.	K_U04
U_03	Student potrafi uzupełniać luki w wiedzy, integrować ważne składniki wiedzy i wykorzystywać to do poprawy jakości funkcjonowania indywidualnego i społecznego.	K_U08
U_04	Student inicjuje i proponuje działania na rzecz optymalizacji zdrowia, np. dobiera formy aktywności poprawiające efektywne funkcjonowanie w odniesieniu do siebie i osób, z którymi podejmowane jest współdziałanie; jak również troszczy się o poprawę relacji interpersonalnych, bądź wskazuje na formy i zakresy możliwych interwencji terapeutycznych.	K_U10
U_05	Student tworzy scenariusze propozycji zmian pro jakościowych umożliwiających optymalizację dobrostanu w aspektach Psycho-Bio-Społecznym.	K_U11
KOMPETENCJE SPOŁECZNE		
K_01	Student wykazuje inicjatywę w identyfikowaniu i wyjaśnianiu podstawowych walorów narzędzi diagnostycznych. Dysponuje podstawowymi kompetencjami niezbędnymi do oceny stosowanych metod badawczych.	K_K01
K_02	Student wykazuje aktywną postawę w kształtowaniu swojej	K_K02

	samooceny oraz rozwijaniu kompetencji psychologicznych.	
K_03	Student dostrzega znaczenie sfery psychicznej człowieka, a w ich następstwie podejmuje wyzwania pro jakościowe w odniesieniu do siebie oraz na rzecz swojego środowiska.	K_K03
K_04	Student, postępując zgodnie z przyjętymi standardami kulturowymi oraz wiedzy wyraża opinie na temat czynników podmiotowych i przedmiotowych, które mogą zagrażać dobrostanowi człowieka.	K_K05

IV. Opis przedmiotu/ treści programowe

Treści programowe:

1. Składowe struktury osobowości uwzględniane w diagnozie optymalnie vs nieefektywnie funkcjonującej osobowości (na przykładach: Organizacji-Osobowości-Pogranicznej, struktur narcystycznego charakteru; *splitting of the ego, splitting of the object*)
2. Narcyzm: geneza zaburzenia, epidemiologia, objawy w klasycznym ujęciu (Z. Freuda) autorzy: E. Fromm, Th. Millon, D. Davis, Ch. Lasch, R. Sennett
3. Narcyzm: sfery zaburzenia struktury „ja”; typologia charakteru narcystycznego
4. Model transakcyjnego radzenia sobie ze stresem w ujęciu R. Lazarusa i S. Folkman, J. Moskowitz
5. Model teoretyczny gospodarowania zasobami (S. Hobfoll) w odniesieniu do transakcyjnego radzenia sobie ze stresem
6. Sposoby, strategie, style radzenia sobie ze stresem; dojrzałe vs niedojrzałe transakcje stresowe
7. Ogólne i szczegółowe objawy „stresu ostrego” i „zespołu stresu pourazowego” (PTSD) wg DSM-V
8. Poczucie lokalizacji kontroli (LOC – J. Rottera), klasyczny i zrewidowany model (jego wskaźniki) jako podstawa do interpretacji stanu zdrowia psychicznego osoby i efektywności funkcjonowania
9. Charakterologiczne i temperamentalne wskaźniki zasobów osobistych (podmiotowych) będące podstawą efektywnego funkcjonowania w aspektach adaptacji i rozwoju
10. Adaptacyjne i nieadaptacyjne style regulacji emocji negatywnych (na przykładzie radzenia sobie z emocjami złości, lęku i smutku)
11. Struktura poczucia koherencji (model klasyczny i zrewidowany) – jako predyktor efektywnego funkcjonowania oraz zdrowia w aspektach Psycho-Bio-Społecznego
12. Tożsamość psychologiczna, geneza, struktura i funkcje. Problem samoakceptacji, czyli związek realnego „ja” oraz ideału „ja” oraz aplikacje dla zdrowia psychicznego (np. wg C. Rogersa)
13. Zdrowie psychiczne (na przykładzie poczucia koherencji) vs wybrane przykłady psychopatologii wynikające z tła kulturowego (np. wypalenie zawodowe, osobowość DDA)
14. Prognozowanie kierunku (rozwój vs regres) funkcjonowania osobowości
15. Tło kulturowe oraz system wartości jako źródła zasobów osobistych i środowiskowych w kształtowaniu funkcjonowania osobowości

Treści ww. zagadnień: (wykłady: 1, 4, 5, 7, 8, 11, 13, 15); (ćwiczenia: 2, 3, 6, 9, 10, 12, 14)

V. Metody realizacji i weryfikacji efektów uczenia się

Wykład i ćwiczenia:

Symbol efektu	Metody dydaktyczne	Metody weryfikacji	Sposoby dokumentacji
WIEDZA			
W_01	Wykład konwencjonalny Praca z tekstem	Egzamin pisemny weryfikujący poziom opanowania materiału	Ocena z egzaminu zapisana w arkuszu ocen i w bazie elektronicznej
W_02	Wykład konwencjonalny Praca z tekstem	Egzamin pisemny weryfikujący poziom opanowania materiału	Ocena z egzaminu zapisana w arkuszu ocen i w bazie elektronicznej
W_03	Wykład konwencjonalny Praca z tekstem	Egzamin pisemny weryfikujący poziom opanowania materiału	Ocena z egzaminu zapisana w arkuszu ocen i w bazie elektronicznej
W_04	Wykład konwencjonalny Praca z tekstem	Egzamin pisemny weryfikujący poziom opanowania materiału	Ocena z egzaminu zapisana w arkuszu ocen i w bazie elektronicznej
UMIEJĘTNOŚCI			
U_01	Analiza tekstu źródłowego Praca w grupach z podziałem na role; Dyskurs Dyskusja dydaktyczna	Kolokwium pisemne i ustne Wypowiedzi ustne studenta	Ocena z kolokwίων uzupełniona bonusem za aktywność na zajęciach, zapisana w arkuszu ocen
U_02	Analiza tekstu źródłowego Praca w grupach z podziałem na role; Dyskurs Dyskusja dydaktyczna	Kolokwium pisemne i ustne Wypowiedzi ustne studenta	Ocena z kolokwίων uzupełniona bonusem za aktywność na zajęciach, zapisana w arkuszu ocen
U_03	Analiza tekstu źródłowego Praca w grupach z podziałem na role; Dyskurs Dyskusja dydaktyczna	Kolokwium pisemne i ustne Wypowiedzi ustne studenta	Ocena z kolokwίων uzupełniona bonusem za aktywność na zajęciach, zapisana w arkuszu ocen
U_04	Analiza tekstu źródłowego Praca w grupach z podziałem na role; Dyskurs Dyskusja dydaktyczna	Kolokwium pisemne i ustne Wypowiedzi ustne studenta	Ocena z kolokwίων uzupełniona bonusem za aktywność na zajęciach, zapisana w arkuszu ocen
U_05	Analiza tekstu źródłowego Praca w grupach z podziałem na role; Dyskurs Dyskusja dydaktyczna	Kolokwium pisemne i ustne Wypowiedzi ustne studenta	Ocena z kolokwίων uzupełniona bonusem za aktywność na zajęciach, zapisana w arkuszu ocen
KOMPETENCJE SPOŁECZNE			
K_01	Analiza tekstu źródłowego Praca w grupach z podziałem na role; Dyskurs Dyskusja dydaktyczna	Kolokwium pisemne i ustne Wypowiedzi ustne studenta	Ocena z kolokwίων uzupełniona bonusem za aktywność na zajęciach, zapisana w arkuszu ocen
K_02	Analiza tekstu źródłowego Praca w grupach z podziałem na role; Dyskurs Dyskusja dydaktyczna	Kolokwium pisemne i ustne Wypowiedzi ustne studenta	Ocena z kolokwίων uzupełniona bonusem za aktywność na zajęciach, zapisana w arkuszu ocen
K_03	Analiza tekstu źródłowego Praca w grupach z podziałem na role; Dyskurs Dyskusja dydaktyczna	Kolokwium pisemne i ustne Wypowiedzi ustne studenta	Ocena z kolokwίων uzupełniona bonusem za aktywność na zajęciach, zapisana w arkuszu ocen
K_04	Analiza tekstu źródłowego Praca w grupach z podziałem na role; Dyskurs Dyskusja dydaktyczna	Kolokwium pisemne i ustne Wypowiedzi ustne studenta	Ocena z kolokwίων uzupełniona bonusem za aktywność na zajęciach, zapisana w arkuszu ocen

VI. Kryteria oceny, wagi...

Wykład

Egzamin pisemny - obejmujący całość wiedzy oczekiwanej (treść prezentowana na wykładach z odwołaniami do literatury obowiązkowej oraz materiału przerobionego na ćwiczeniach).

Ocena	Kryteria oceny	
bardzo dobra (5)	student realizuje zakładane efekty kształcenia w stopniu bardzo dobrym	wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 91-100 %
ponad dobra (4,5)	student realizuje zakładane efekty kształcenia w stopniu ponad dobrym	wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 81-90 %
dobra (4)	student realizuje zakładane efekty kształcenia w stopniu dobrym	wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 71-80%
dość dobra (3,5)	student realizuje zakładane efekty kształcenia w stopniu dość dobrym	wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 61-70%
dostateczna (3)	student realizuje zakładane efekty kształcenia w stopniu dostatecznym	wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie 51-60%
niedostateczna (2)	student realizuje zakładane efekty kształcenia w stopniu niedostatecznym	wykazuje znajomość treści kształcenia na poziomie $\leq 50\%$

Ćwiczenia:

1. Dwa kolokwia pisemne i jedno ustne sprawdzające poziom opanowania przerobionego materiału, traktowanego jako oczekiwanego (na poziomie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych).

Wynik zaliczenia ćwiczeń - jest średnią arytmetyczną ocen z dwóch kolokwii pisemnych i jednego ustnego. Za odpowiedź na każde pytanie można otrzymać od 0 do 3 punktów. Suma punktów zostaje przekształcona na wskaźnik procentowy zgodnie z kryteriami w ww. tabeli. Wynik zostaje podwyższony o 0,5 na podstawie trzech ustnych wypowiedzi potwierdzających wysoki poziom wiedzy samodzielnie zaprezentowanej w trakcie zajęć ćwiczeniowych.

Wynik egzaminu pisemnego – ustalony jest na podstawie treści odpowiedzi na trzy pytania (za odpowiedź na każde pytanie można otrzymać od 0 do 3 punktów). Suma punktów zostaje przekształcona na wskaźnik procentowy zgodnie z kryteriami w ww. tabeli.

VII. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności studenta	Liczba godzin
Liczba godzin kontaktowych z nauczycielem	W 15 + ćw 15
Liczba godzin indywidualnej pracy studenta	30

VIII. Literatura

Literatura podstawowa:	
1.	Antonovsky Aaron. (1987/1995). Rozwikłanie tajemnicy zdrowia. Jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować. Warszawa: Fundacja IPN.
2.	Bishop George (1994/1996). Psychologia zdrowia. Zintegrowany umysł i ciało. Wrocław: Wydawnictwo ASTRUM. Rozdziały 6 i 7, s. 175-211, 212-248.
3.	Grzelak J., Jarymowicz M. (2000). Tożsamość i współzależność. W: J. Strelau (red.). Psychologia. Podręcznik akademicki. Tom 3, Gdańsk: GWP, Rozdział 44, s. 107-145.
4.	Heszen I. (2013). Psychologia stresu. Warszawa: PWN SA. (1) Co to jest stres? Od klasycznych do współczesnych koncepcji stresu, s. 17-57, (2) Jak pokonujemy stres? Radzenie sobie jako specyficzna forma aktywności w sytuacji stresowej, s. 59-94, (3) Od czego zależy zachowanie wobec stresu? Właściwości podmiotu jako wyznacznik procesu radzenia sobie, s.95-137.
5.	Hornowska, E. (2003). Temperamentalne uwarunkowania zachowania. Badania z wykorzystaniem kwestionariusza TCI R.C. Cloningera. Poznań: Bogucki Wydawnictwo Naukowe.
6.	Januszewska Elżbieta (2011). Sense of coherence and psychological indicators of Bio-Psycho-Social health. A study among adolescents. In: K. Janowski, S. Steuden (Eds.) The Multidisciplinary Approach to Health and Disease. Selected Papers. Lublin: CPPP Scientific Press, s. 252-266.
7.	Januszewski A. (2011). Sense of Coherence Questionnaire (SOC-29). A comparison of the classical and hierarchical sense of coherence model. In: K. Janowski, S. Steuden (Eds.) The Multidisciplinary Approach to Health and Disease. Selected Papers. Lublin: CPPP Scientific Press, s. 236-251.
8.	Ogińska-Bulik N. (2008). Pozytywne skutki doświadczeń traumatycznych – czyli kiedy łzy zamieniają się w perły. Rozdziały: (1) Pozytywne skutki doświadczania wydarzeń traumatycznych – zjawisko potraumatycznego wzrostu, s. 11-24 i 27-87; (2) Pozytywne zmiany w wyniku doświadczenia negatywnych wydarzeń życiowych u dzieci i młodzieży, s. 143-160; (3) Kształtowanie kompetencji do radzenia sobie z wydarzeniami traumatycznymi – wspieranie procesu wzrostu po traumie, s. 212-217. Warszawa: Diffin.
9.	Strycharczyk Dough., Clough Peter. (2021). Odporność psychiczna. Strategie i narzędzia rozwoju. Gdańsk: GWP.
Literatura uzupełniająca:	
1.	Baumeister Roy (2004/2000). Wyczerpywanie się ego i funkcja wykonawcza Ja. W: Tesser A., Felson R., Suls, G. (red.) „Ja i tożsamość. Perspektywa psychologiczna” Gdańsk: GWP, s.18-42.
2.	Campbell Jennifer, Assanand Sunaina, Di Paula Adam (2004/2000). Cechy strukturalne pojęcia Ja a przystosowanie. W: Tesser A., Felson R., Suls, G. (red.) „Ja i tożsamość. Perspektywa psychologiczna” Gdańsk: GWP, s.70-88.
3.	Januszewska E. (2001). Zahamowany rozwój w okresie dzieciństwa jako wyraz osobowości pogranicznej (borderline personality) w ujęciu J. F. Mastersona. W: Kornas-Biela D. (red.) Rodzina: Oblicza dzieciństwa. Lublin: TN KUL, 2001, s. 451-477.
4.	Januszewska E. (1998). Osobowość borderline. Historia pojęcia i diagnoza zaburzenia. W: P. Francuz, P. Oleś, W. Otrębski (red.). Studia z psychologii w KUL. Tom 9. Lublin: RW KUL, s.87-117.
5.	Januszewska, E., Januszewski, A. (2013). Struktura i typy charakteru młodzieży a zdrowie bio-psychiczne i powodzenie w nauce. W: Z. Uchnast (red.) Charakter. Jakość osobowego działania w podejściu teoretycznym i empirycznym. Lublin: TN KUL, s.208-227.
6.	Januszewski A., Januszewska E. (2016). Osobowość koherentna alternatywą narcystycznej, czyli ku personalistycznej wizji młodzieży w świetle badań psychologicznych. W: K. Guzowski, G. Barth (red.) „Świat osoby. Personalizm Czesława Bartnika”. Lublin: Wydawnictwo KUL, s. 103-124.
7.	Januszewski A., Januszewska E. (2021). Wypalenie zawodowe wyzwaniem dla współczesnego społeczeństwa. W: Wybrane aspekty stanu zdrowia osób mieszkających na terenie Polski – przegląd i badania. Tom 1. Lublin: Wydawnictwo Naukowe TYGIEL, s. 133-149.
8.	Januszewski A. (2005). Kwestionariusz Narcyzmu. Wartość diagnostyczna w świetle wyników badań polskiej młodzieży. W: M. Oleś (red.) „Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej i osobowości. Metody diagnostyczne w badaniach dzieci i młodzieży”. Lublin: TN KUL, s. 153-195.
9.	Januszewski A. (2009). Hasło - „Narcyzm”. W: Encyklopedia Katolicka. Tom XIII, s. 725-727. Lublin: Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II.
10.	Januszewski, A. (2009). Strategie i style regulacji emocji negatywnych. W: L. Szewczyk, E. Talik (red.). Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej i osobowości. Psychologia kliniczna nastolatka. Lublin: TN KUL, s.297-337.
11.	Januszewski A. (2020). Troska o własną egzystencję przejawem zdrowia psychicznego. W: Rynio A., Jabłoński A., Marzec P. (red.) „Stąd ruszyła lawina”. W 40-ą rocznicę Lubelskiego Lipca. Kraków: SCRIPTUM, s. 321-347.
12.	Morgalla Stanisław (2007). Narcystyczne struktury osobowości a poszukiwanie własnej tożsamości w psychologii Heinza Kohuta. W: M. Pąchalska, B.Grochmal-Bach, B.D.MacQueen (red.) „Tożsamość człowieka z perspektywy interdyscyplinarnej”. Kraków: Wydawnictwo WAM, s.271-286.
13.	Uchnast Zenon (1998). Prężność osobowa a egzystencjalne wymiary wartościowania. Roczniki Psychologiczne, 1, s. 7-27.