

7KARTA PRZEDMIOTU**I. Dane podstawowe**

Nazwa przedmiot	Zarządzanie stresem w organizacji
Nazwa przedmiotu w języku angielskim	Stress Management in Organization
Kierunek studiów	Psychologia
Poziom studiów (I, II, jednolite magisterskie)	jednolite
Forma studiów (stacjonarne, niestacjonarne)	stacjonarne
Dyscyplina	Psychologia
Język wykładowy	polski

Koordynator przedmiotu/osoba odpowiedzialna	Dr hab. Bohdan Rożnowski, prof. KUL
---	-------------------------------------

Forma zajęć (katalog zamknięty ze słownika)	Liczba godzin	Semestr	Punkty ECTS
wykład	30		2
konwersatorium			
ćwiczenia			
laboratorium			
warsztaty			
seminarium			
proseminarium			
lektorat			
praktyki			
zajęcia terenowe			
pracownia dyplomowa			
translatorium			
wizyta studyjna			

Wymagania wstępne	Znajomość ogólnych teorii stresu (Lazarus; Hobfoll)
	Znajomość strategii radzenia sobie ze stresem (Endler i Parker)
	Podstawowa wiedza na temat funkcjonowania organizacji przemysłowych

II. Cele kształcenia dla przedmiotu

1.	Student zna teorie stresu odnoszące się do kontekstu organizacji (przyczyny- mechanizmy – skutki)
2.	Student potrafi dobrać właściwe do organizacji metody pomiaru stresu w organizacji
3.	Student potrafi zaplanować i przeprowadzić badanie poziomu stresu w organizacji
4.	Student zna zasady podejmowania interwencji obniżającej poziom stresu w organizacji

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

Symbol	Opis efektu przedmiotowego	Odniesienie do efektu kierunkowego
WIEDZA		
W_01	posiada wiedzę o powiązaniach zagadnień psychologii stresu pracy z innymi dyscyplinami naukowymi (medycyną, socjologią, pedagogiką) zna podstawowe zagadnienia z zakresu psychologii stresu i psychologii organizacji oraz biologicznych podstaw zachowania	K_W05
UMIEJĘTNOŚCI		
U_01	potrafi przygotować pracę pisemną, prezentację multimedialną z zakresu zarządzania stresem oraz porozumiewać się ze specjalistami z zakresu psychologii oraz innymi grupami docelowymi używając różnych technik i kanałów komunikacji; wykorzystując terminologię psychologiczną oraz integrując różne ujęcia i koncepcje psychologiczne, potrafi wypowiadać się i argumentować swoje poglądy w sposób precyzyjny;	K_U03
KOMPETENCJE SPOŁECZNE		
K_01	okazania szacunku wobec osób doświadczających stresu pracy o różnych potrzebach w zakresie różnych form pomocy psychologicznej; okazania zrozumienia dla sytuacji ludzi poddanych oddziaływaniu stresu w pracy;	K_K04

IV. Opis przedmiotu/ treści programowe

1. Teorie stresu organizacyjnego
2. Teoria Wymagania i zasoby pracy
3. Źródła stresu związane z pracą,
4. Środowiskowe źródła stresu,
5. Podmiotowe uwarunkowania reakcji na stresory
6. Projektowanie pracy i analiza pracy
7. Konsekwencje stresu – efekt ocalałego i zachowania kontrproduktywne
8. Konsekwencje stresu – wypalenie zawodowe
9. Mobbing
10. Metody pomiaru poziomu stresu związanego z sytuacją pracy
11. Strategie interwencji (diagnoza i działanie)
12. Przekształcanie pracy (job crafting)

I. Metody realizacji i weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody dydaktyczne	Metody weryfikacji	Sposoby dokumentacji
WIEDZA			
W_01	Wykład interaktywny	Pytania testowe wielokrotnego wyboru	Oceniony arkusz testowy studenta
UMIEJĘTNOŚCI			
U_01	Wykład interaktywny, studium przypadku	Praca pisemna – projekt	Oceniony arkusz testowy studenta
KOMPETENCJE SPOŁECZNE			
K_01	Wykład interaktywny	Pytania testowe wielokrotnego wyboru	Oceniony arkusz testowy studenta

II. Kryteria oceny, wagi

niedostateczna – nie złożona w terminie praca pisemna lub wynik testu niższy niż 50% odpowiedzi poprawnych w teście,

dostateczna - złożona w terminie praca pisemna i wynik testu wyższy niż 50% odpowiedzi poprawnych

dostateczna plus - złożona w terminie praca pisemna i wynik testu wyższy niż 60% odpowiedzi poprawnych

dobra - złożona w terminie praca pisemna i wynik testu wyższy niż 70% odpowiedzi poprawnych

dobra plus - złożona w terminie praca pisemna i wynik testu wyższy niż 80% odpowiedzi poprawnych

bardzo dobra - złożona w terminie praca pisemna i wynik testu wyższy niż 90% odpowiedzi poprawnych

Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności studenta	Liczba godzin
Liczba godzin kontaktowych z nauczycielem	30
Liczba godzin indywidualnej pracy studenta	30

III. Literatura

Literatura podstawowa
<p>Walczyńska, Anna. (2016). Stres w pracy – wyzwanie w kształceniu przyszłych przedsiębiorców i menedżerów. 16. 289-294. 10.15584/eti.2016.2.39.</p> <p>Clayton, M. (2022). Zarządzanie stresem, czyli jak sobie radzić w trudnych sytuacjach. Warszawa: Edgar.</p>
Literatura uzupełniająca
<p>Bailey R. (2011). Zarządzanie stresem. Zbiór technik i narzędzi dla doradców oraz prowadzących szkolenia + CD – Onepress.Maslach Ch., Leiter M.P. (2010). Pokonać wypalenie zawodowe. Sześć strategii poprawiania relacji z pracą. Warszawa: Oficyna Wolters Kluwer business.</p> <p>Baka, Ł. (2019). KOPENHASKI KWESTIONARIUSZ PSYCHOSPOŁECZNY (COPSOQ II). PODRĘCZNIK DO POLSKIEJ WERSJI NARZĘDZIA. Warszawa: CIOP</p> <p>Litzke S., Schuh H. (2007). Stres, mobbing i wypalenie zawodowe. Gdansk: Wydawnictwo GWP.</p> <p>Maslach Ch., Leiter M.P. (2011). Prawda o wypaleniu zawodowym. Co robić ze stresem w organizacji. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.</p> <p>Sęk H., Cieślak R. (2011). Wsparcie społeczne, stres i zdrowie. Wydawnictwo Naukowe PWN.</p> <p>Sapolsky R.M. (2012). Dlaczego zebry nie mają wrzodów? Psychofizjologia stresu. Wydawnictwo Naukowe PWN.</p>