

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

**Filia w Gorzowie Wielkopolskim**

**Kierunek: Wychowanie fizyczne**

**KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa przedmiotu: **WYKŁAD MONOGRAFICZNY – WYPALENIE ZAWO-  
DOWE**

Kod przedmiotu: **ZWKF\_WF\_2\_W\_A.5\_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Nauk Humanistycznych  
i Społecznych**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

**dr Marzena Tomczak**

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Marzena Tomczak

Data opracowania: **29.09.2023 r.**

## 1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia drugiego stopnia			
Profil	ogólnoakademicki			
Specjalność	wszystkie			
Rok studiów / semestr	rok 2, semestr 3			
Status przedmiotu	do wyboru			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć	10			
Liczba punktów ECTS	1			

## 2. Cele przedmiotu

C1	Nabycie wiedzy z zakresu wypalenia zawodowego, przyczyn, objawów i sposobów zapobiegania.
C2	Kształtowanie motywacji do podejmowania poszukiwań zmierzających do przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu.
C3	Rozwój umiejętności psychologicznych koniecznych w radzeniu sobie ze stresem zawodowym.

## 3. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

– brak.

## 4. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (poziom 7)
EK1	ma o wypaleniu zawodowym, przyczynach i objawach	A1_W5	P7S_WG
EK2	potrafi dostrzec i rozpoznać problemy psychologiczne u osób z wypaleniem zawodowym, potrafi zaplanować odpowiednie oddziaływania	A1_U15	7S_UW
EK3	potrafi propagować i aktywnie kreować zdrowy styl życia i zapobiegać wypaleniu zawodowemu	A1_K13	P7S_KR

## 5. Treści programowe

WYKŁADY		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
W1	Wypalenie zawodowe – definicja, przyczyny objawy.	2
W2	Mechanizmy wypalenia zawodowego.	2
W3	Korelaty i determinanty wypalenia zawodowego.	2

W4	Zapobieganie wypaleniu zawodowemu.	2
W5	Wypalenie zawodowe u nauczycieli.	2
<b>Razem</b>		<b>10</b>

## 6. Metody dydaktyczne

M1	Wykład konwersatoryjny.
M2	Dyskusja.

## 7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	10
Zaliczenia w sesji	1
<b>Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć	6
Przygotowanie do zaliczenia	8
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	<b>25</b>
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	1

## 8. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Aktywny udział w dyskusjach.
F2	Prowadzenie obserwacji i samoobserwacji, analiza zachowania.

### b. Ocena podsumowująca

P1	Zaliczenie pisemne – test wiadomości.
P2	Ocena przebiegu i wyników wykonywania zadań praktycznych.

### c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- obecność na zajęciach zgodnie z regulaminem studiów,
- aktywne doskonale umiejętności pomagania,
- zapoznanie się z literaturą z zakresu przedmiotu,
- uzyskanie pozytywnej oceny z testu wiadomości.

## 9. Kryteria oceny

Efekt uczenia się EK1	
na ocenę 2	Student nie posiada wiedzy o wypaleniu zawodowym, przyczynach i objawach.

na ocenę 3	Student posiada podstawową wiedzę o wypaleniu zawodowym.
na ocenę 4	Student posiada wiedzę o wypaleniu zawodowym, przyczynach i objawach i niektórych sposobach pracy.
na ocenę 5	Student posiada doskonałą wiedzę o wypaleniu zawodowym, przyczynach i objawach.
<b>Efekt uczenia się EK2</b>	
na ocenę 2	Student nie potrafi dostrzec i rozpoznać problemów psychologicznych u osób z wypaleniem zawodowym.
na ocenę 3	Student potrafi dostrzec i rozpoznać symptomy wypalenia zawodowego.
na ocenę 4	Student potrafi dostrzec i rozpoznać problemy psychologiczne u osób, które doświadczają wypalenia zawodowego oraz częściowo zaplanować odpowiednie oddziaływania.
na ocenę 5	Student bez problemów dostrzega, rozpoznaje i wyjaśnia aspekty wypalenia zawodowego, potrafi dopasować i zaplanować różne oddziaływania.
<b>Efekt uczenia się EK3</b>	
na ocenę 2	Student nie wykazuje gotowości do promowania zdrowego stylu życia.
na ocenę 3	Student propaguje zdrowy styl życia i rozumie potrzebę zapobiegania wypaleniu zawodowemu.
na ocenę 4	Student propaguje i aktywnie kreuje zdrowy styl życia i działania zapobiegające wypaleniu zawodowemu.
na ocenę 5	Student propaguje i aktywnie kreuje zdrowy styl życia i potrafi zastosować różne działania w celu zapobiegania wypaleniu zawodowemu.

## 10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	A1_W05	C1	W1, W2, W3	M1	F1, F2, P1
EK2	A1_U15	C2, C3	W1, W2, W3	M1, M2	F1, F2
EK3	A1_K13	C2, C3	W4	M1, M2	F1, F2

## 11. Wykaz piśmiennictwa

### a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Mańkowska B., <i>Wypalenie zawodowe. Źródła, mechanizmy, zapobieganie</i> , Harmonia Universalis, Gdańsk 2017.
2.	Stawiarska P., <i>Wypalenie zawodowe w perspektywie wyzwań współczesnego świata</i> , Difin, Warszawa 2016.

### b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	Litzke S.M., Schuh H., <i>Stres, mobbing i wypalenie zawodowe</i> , GWP, Gdańsk 2008.
2.	Sęk H. (red.), <i>Wypalenie zawodowe. Przyczyny i zapobieganie</i> , PWN, Warszawa 2020.

## 12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....  
(miejsowość, data)

(kierownik zakładu)

(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)