



Kod przedmiotu	1070-IC000-MSP-H211	Nazwa przedmiotu	w j. polskim	Psychologia biznesu w praktyce w oparciu o metody Analizy Transakcyjnej i Mental Wellbeing		
			w j. angielskim	Business psychology in practice based on Transactional Analysis and Mental Wellbeing		
Kierownik przedmiotu	Paweł Mosak					
Jednostka prowadząca	Wydział Inżynierii Chemicznej i Procesowej	Kierunek studiów	Inżynieria chemiczna i procesowa			
Profil i poziom kształcenia	Ogólnoakademicki, stopień II	Semestr studiów	2	Specjalność	-	
Rodzaj przedmiotu	Obieralny HES		Język zajęć		polski	
Forma zaliczenia: Egzamin (Tak/Nie)	Nie	Sumaryczna liczba godzin w semestrze	30	Sumaryczna liczba ECTS	2	
Typ zajęć		Wykład	Ćwiczenia audytoryjne	Ćwiczenia projektowe	Laboratorium	
Liczba godzin zajęć	Tygodniowo	2	2			
	łącznie w semestrze	15	15			

I. Wymagania wstępne i dodatkowe

I.1.	brak
------	------

II. Cele przedmiotu

II.1.	Zdobycie wiedzy i kompetencji w zakresie efektywnej realizacji zadań
II.2.	Zdobycie wiedzy i kompetencji w zakresie zarządzania czasem i priorytetami
II.3.	Zdobycie wiedzy i kompetencji w zakresie skutecznych technik komunikacji
II.4.	Zdobycie wiedzy i kompetencji w zakresie zarządzania stresem i emocjami
II.5.	Zdobycie wiedzy i kompetencji w zakresie Mental Wellbeing
II.6.	Zdobycie wiedzy i kompetencji w zakresie budowania wspierającego Mindset
II.7.	Zdobycie wiedzy w zakresie znaczenia Przywództwa w skutecznym zarządzaniu

Niepotrzebne usunąć, dodać tyle wierszy ile potrzeba

III. Treści programowe przedmiotu (dla każdego typu zajęć oddzielnie)

III.1. Wykład

Lp.	Treść	Liczba godz.
1.	Analiza Transakcyjna – model funkcjonowania w życiu: • Poznanie mechanizmów wpływu środowiska rodzinnego i społecznego w okresie dzieciństwa i dorastania na obecne życie, na funkcjonowanie w życiu zawodowym • Poznanie narzędzi zmiany, poprawy skuteczności działania.	2
2.	Analiza transakcyjna – model komunikacji: • Poznanie modelu opisującego komunikację między ludźmi. • Poznanie sposobów zmiany jakości i skuteczności komunikacji. • Poznanie sposobu skutecznego przekazywania informacji zwrotnej (feed-back).	3
3.	Analiza transakcyjna – kontrakty • Poznanie znaczenia zawierania przejrzystych kontraktów w relacjach zawodowych. • Poznanie sposobu zawierania kontraktów.	1
4.	Zarządzanie z wykorzystaniem neuronauki • Poznanie roli i ograniczeń mózgu. • Zarządzanie czasem	2
5.	Mental Wellbeing - dobre samopoczucie psychiczne. • Emocje i stres - Poznanie znaczenia emocji. - Poznanie technik obniżenia poziomu stresu. - Mindfulness – metoda uważności, zmniejszenia „gonitwy myśli”. • Budowanie wspierającego Mindset - Poznanie wpływu sposobu myślenia (przekonań) na funkcjonowanie w życiu. - Poznanie narzędzi zmiany blokujących przekonań - Racjonalna Terapia Zachowania (RTZ).	4
6.	Znaczenie Przywództwa w skutecznym zarządzaniu.	3

III.3. Ćwiczenia audytoryjne

Lp.	Treść	Liczba godz.
1.	Analiza Transakcyjna – model funkcjonowania w życiu: • Poznanie mechanizmów wpływu środowiska rodzinnego i społecznego w okresie dzieciństwa i dorastania na obecne życie, na funkcjonowanie w życiu zawodowym • Poznanie narzędzi zmiany, poprawy skuteczności działania.	2
2.	Analiza transakcyjna – model komunikacji: • Poznanie modelu opisującego komunikację między ludźmi.	4

	<ul style="list-style-type: none"> • Poznanie sposobów zmiany jakości i skuteczności komunikacji. • Poznanie sposobu skutecznego przekazywania informacji zwrotnej (feed-back). 	
3.	Analiza transakcyjna – kontrakty <ul style="list-style-type: none"> • Poznanie znaczenia zawierania przejrzystych kontraktów w relacjach zawodowych. • Poznanie sposobu zawierania kontraktów. 	1
4.	Zarządzanie z wykorzystaniem neuronauki <ul style="list-style-type: none"> • Poznanie roli i ograniczeń mózgu. • Zarządzanie czasem 	2
5.	Mental Wellbeing - dobre samopoczucie psychiczne. <ul style="list-style-type: none"> • Emocje i stres - Poznanie znaczenia emocji. - Poznanie technik obniżenia poziomu stresu. - Mindfulness – metoda uważności, zmniejszenia „gonitwy myśli”. • Budowanie wspierającego Mindset - Poznanie wpływu sposobu myślenia (przekonań) na funkcjonowanie w życiu. - Poznanie narzędzi zmiany blokujących przekonań - Racjonalna Terapia Zachowania (RTZ). 	5
6.	Znaczenie Przywództwa w skutecznym zarządzaniu.	1

IV. Wykaz efektów uczenia się dla przedmiotu				
Rodzaj efektu	Symbol efektu uczenia się	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się	Efekt uczenia się	Metody weryfikacji osiągnięcia efektu uczenia się*
WIEDZA				
	W1	K_W11	Student zna i rozumie podstawowe zasady dotyczące efektywnego funkcjonowania w życiu zawodowym.	D + WP
UMIEJĘTNOŚCI				
	U1	K_U08	Student potrafi zwiększyć efektywność realizacji zadań, zarządzania czasem i priorytetami.	D + WP
	U2	K_U08	Student potrafi zarządzać stresem i emocjami.	D + WP
	U3	K_U08	Student potrafi budować wspierający Mindset	D + WP
	U4	K_U08	Student potrafi skutecznie komunikować się w zespole.	D + WP
KOMPETENCJE SPOŁECZNE				
	K1	K_K03	Student jest gotów do funkcjonowania w życiu zawodowym, rozwoju kariery, działania w sposób przedsiębiorczy.	D + WP
* - Metody weryfikacji: np. egzamin pisemny/ustny (EP/EU), sprawdzian pisemny/ustny (SP/SU), kolokwium (K), wykonanie projektu (WP), sprawozdanie (SP), referat (R), test (T), praca domowa (PDM), dyskusja (D), seminarium (SEM).				

V. Literatura zalecana i dodatkowa	
1. I. Stewart, V. Joines „Analiza Transakcyjna Dzisiaj”, Dom Wydawniczy Rebis 2. D. Rock „Twój mózg w działaniu”, Dom Wydawniczy Rebis 3. D. Rock „Ciche Przywództwo”, Dom Wydawniczy Rebis 4. K. Blanchard i inni „Przywództwo Wyższego Stopnia”, Wydawnictwo Naukowe PWN 5. M. C. Maultsby Jr, M. Wirga, M. DeBernardini „ABC Twoich Emocji”, Wydawnictwo Dominika Księskiego Wulkan 6. G. Keller, J. Papasan „Jedna rzecz”, Galaktyka Sp z o.o. 7. D. Hawkins „Technika Uwalniania”, Wydawnictwo Virgo 8. P. Jackson, H. Delehanty „Jedenaście Pierścieni”, Wydawnictwo SQN 9. Materiały wykładowe oraz wskazane w trakcie wykładów jako obowiązkowe do zapoznania się	

VI. Nakład pracy studenta niezbędny do osiągnięcia efektów uczenia się		
Lp.	Treść	Liczba godz.
1.	Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim wynikające z planu studiów	30
2.	Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim w ramach konsultacji, egzaminów, sprawdzianów etc.	4
3.	Godziny pracy samodzielnej studenta w ramach przygotowania do zajęć oraz opracowania sprawozdań, projektów, prezentacji, raportów, prac domowych etc.	20
4.	Godziny pracy samodzielnej studenta w ramach przygotowania do egzaminu, sprawdzianu, zaliczenia etc.	6
Sumaryczny nakład pracy studenta		60
Liczba punktów ECTS		2

Uwaga. Nakład pracy studenta w wymiarze 25-30 godzin odpowiada 1 ECTS.