

# KARTA MODUŁU

| I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------|
| COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA<br>WYDZIAŁ NAUK SPOŁECZNYCH I HUMANISTYCZNYCH                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Kierunek studiów:                                                                                                                                                                                                                               | Psychologia                                                                                                                                                                                                                                     |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Poziom studiów:                                                                                                                                                                                                                                 | jednolite studia magisterskie                                                                                                                                                                                                                   |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Profil studiów:                                                                                                                                                                                                                                 | praktyczny                                                                                                                                                                                                                                      |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Forma studiów:                                                                                                                                                                                                                                  | stacjonarne                                                                                                                                                                                                                                     |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Nazwa modułu:                                                                                                                                                                                                                                   | Psychologia emocji i motywacji                                                                                                                                                                                                                  |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Rodzaj modułu:                                                                                                                                                                                                                                  | obowiązkowy                                                                                                                                                                                                                                     |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Język wykładowy:                                                                                                                                                                                                                                | Język polski                                                                                                                                                                                                                                    |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Rok studiów:                                                                                                                                                                                                                                    | 1                                                                                                                                                                                                                                               | Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych: |           |                                     |                                                            |                   |
| Semestr:                                                                                                                                                                                                                                        | 1                                                                                                                                                                                                                                               | Wykład                                                      | Ćwiczenia | Warsztaty                           | Seminarium                                                 | Praktyka zawodowa |
| Liczba punktów ECTS:                                                                                                                                                                                                                            | 5                                                                                                                                                                                                                                               | 15                                                          | 30        | -                                   | -                                                          | -                 |
| Forma zaliczenia:                                                                                                                                                                                                                               | Egzamin                                                                                                                                                                                                                                         |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Wymagania wstępne:                                                                                                                                                                                                                              | Brak wymagań                                                                                                                                                                                                                                    |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| II. CELE KSZTAŁCENIA                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Cele kształcenia:                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Cel 1: zapoznanie studentów z podstawowymi zagadnieniami z zakresu psychologii emocji i motywacji<br>Cel 2: pogłębianie umiejętności rozumienia procesów psychicznych zachowań człowieka uwarunkowanych procesami emocjonalnymi i motywacyjnymi |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH<br>ORAZ METODY WERYFIKACJI EFEKTÓW                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| Efekt                                                                                                                                                                                                                                           | Student, który zaliczył moduł w zakresie:                                                                                                                                                                                                       |                                                             |           | Odniesienie do efektów kierunkowych | Metody weryfikacji                                         |                   |
| wiedzy:                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| W01                                                                                                                                                                                                                                             | zna i rozumie w pogłębionym stopniu procesy emocjonalno-motywacyjne człowieka oraz metody ich pomiaru w odniesieniu do działalności psychologicznej                                                                                             |                                                             |           | K3PS_W12                            | Egzamin pisemny                                            |                   |
| W02                                                                                                                                                                                                                                             | zna i rozumie w pogłębionym stopniu terminologię używaną w psychologii związaną z praktyką pracy psychologa w różnych sferach działań                                                                                                           |                                                             |           | K3PS_W03                            | Egzamin pisemny                                            |                   |
| umiejętności:                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                             |           |                                     |                                                            |                   |
| U01                                                                                                                                                                                                                                             | potrafi wykorzystywać posiadaną wiedzę z zakresu psychologii i dyscyplin pokrewnych do opisu i analizowania przyczyn oraz przebiegu procesów psychicznych i zachowań posługując się normami i regułami w celu rozwiązywania wybranych problemów |                                                             |           | K3PS_U02                            | ocena wykonania zadania, przygotowanie pracy zaliczeniowej |                   |
| U02                                                                                                                                                                                                                                             | potrafi stosować posiadaną wiedzę do obserwowania, diagnozowania i poddawania racjonalnej ocenie przyczyn i przebiegu procesów oraz zjawisk                                                                                                     |                                                             |           | K3PS_U03                            | ocena wykonania zadania,                                   |                   |

|                          |                                                                                                                                                                                                               |               |                                   |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------------------|
|                          | związanych z funkcjonowaniem ludzkiej psychiki, formułować własne opinie, stawiać hipotezy badawcze; zastosować praktyczne umiejętności w działalności psychologicznej                                        |               | przygotowanie pracy zaliczeniowej |
| kompetencji społecznych: |                                                                                                                                                                                                               |               |                                   |
| K01                      | jest gotów do samooceny własnych kompetencji, wiedzy i umiejętności, rozumienia potrzeby ciągłego rozwoju osobistego i dokształcania zawodowego; inspirowania i organizowania procesu uczenia się innych osób | K3PS_K01      | obserwacja postaw studenta        |
| IV. TREŚCI PROGRAMOWE    |                                                                                                                                                                                                               |               |                                   |
| Wykłady:                 |                                                                                                                                                                                                               |               |                                   |
| Kod                      | Tematyka zajęć                                                                                                                                                                                                | Liczba godzin |                                   |
| W1                       | Interdyscyplinarne podstawy emocji. Historia emocji, punkty widzenia psychologów. Emocje i depresja kliniczna.                                                                                                | 1             |                                   |
| W2                       | Biologiczne i neuropsychologiczne podejście do emocji. Sieci emocjonalne w mózgu. Psvchofizjologia emocji.                                                                                                    | 2             |                                   |
| W3                       | Czynniki społeczne i osobowościowe. Dobrostan emocjonalny. Temperament jako konstrukt emocjonalny.                                                                                                            | 2             |                                   |
| W4                       | Czynniki poznawcze. Społeczna i poznawcza konstrukcja emocji. Aktualne kierunki badań nad inteligencją emocjonalną.                                                                                           | 2             |                                   |
| W5                       | Emocje a zdrowie, Emocje i choroby somatyczne. Podejście do radzenia sobie ze stresem.                                                                                                                        | 2             |                                   |
| W6                       | Podstawowe zagadnienia dotycząc motywacji.                                                                                                                                                                    | 2             |                                   |
| W7                       | Pobudzanie i kierowanie uwagą a maksymalna efektywność działania.                                                                                                                                             | 2             |                                   |
| W8                       | Frustracje konflikty, kryzysy jako stany emocjonalne i motywacyjne.                                                                                                                                           | 2             |                                   |
| Ćwiczenia:               |                                                                                                                                                                                                               |               |                                   |
| Kod                      | Tematyka zajęć                                                                                                                                                                                                | Liczba godzin |                                   |
| ĆW1                      | Definicja emocji i nastroju. Uniwersalność emocji. Emocje a kultura.                                                                                                                                          | 2             |                                   |
| ĆW2                      | Neurobiologia emocji.                                                                                                                                                                                         | 2             |                                   |
| ĆW3                      | Emocje podstawowe - charakterystyka i radzenie sobie.                                                                                                                                                         | 2             |                                   |
| ĆW4                      | Emocje złożone - charakterystyka i radzenie sobie.                                                                                                                                                            | 2             |                                   |
| ĆW5                      | Motywacja - definicja i czynniki mające na nią wpływ.                                                                                                                                                         | 2             |                                   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                     |                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| ĆW6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wybrane teorie motywacji.                                                           | 2                   |
| ĆW7, ĆW8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Projekt rozwoju w kierunku osiągnięcia wybranego celu.                              | 4                   |
| ĆW9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Poznawcze mechanizmy wzbudzania emocji. Rola oceny poznawczej we wzbudzaniu emocji. | 2                   |
| ĆW10, ĆW11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wpływ emocji na procesy poznawcze i działanie.                                      | 4                   |
| ĆW12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Omówienie motywacji w ujęciu wybranych systemów teoretycznych.                      | 2                   |
| ĆW13                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Rodzaje zaburzeń motywacji według Bilikiewicza.                                     | 2                   |
| ĆW14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Motywacja w różnych koncepcjach psychologicznych.                                   | 2                   |
| ĆW15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Specyficzne ludzkie mechanizmy motywacyjne.                                         | 2                   |
| V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                     |                     |
| <b>1. Metody kształcenia:</b> wykład problemowy, ćwiczenia praktyczne, dyskusja, metoda indywidualnego przypadku.<br><b>2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:</b> prezentacje multimedialne, rzutnik multimedialny, komputer.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                     |                     |
| VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                     |                     |
| <b>Forma zaliczenia modułu. Kryteria oceny formującej:</b><br><b>1. Egzamin pisemny – kryteria oceny:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 51% - 60% - ocena dostateczna,</li> <li>• 61% - 70% - ocena dostateczna plus,</li> <li>• 71% - 80% - ocena dobra,</li> <li>• 81% - 90% - ocena dobra plus,</li> <li>• 91% - 100% - ocena bardzo dobra.</li> </ul> <b>2. Praca zaliczeniowa – kryteria oceny:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 51% - 60% - ocena dostateczna,</li> <li>• 61% - 70% - ocena dostateczna plus,</li> <li>• 71% - 80% - ocena dobra,</li> <li>• 81% - 90% - ocena dobra plus,</li> <li>• 91% - 100% - ocena bardzo dobra.</li> </ul> <b>3. Obserwacja i ocena postaw studenta wynikających z:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• realizacji zadań przygotowanych w ramach ćwiczeń,</li> <li>• zaangażowania w pracę grupy,</li> <li>• zachowań i aktywności w trakcie wykładów i ćwiczeń,</li> <li>• prowadzenia merytorycznej dyskusji,</li> <li>• potrzeby ciągłego rozwoju osobistego i zawodowego.</li> </ul> <b>Kryteria oceny podsumowującej:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• średnia ocen formujących.</li> </ul> |                                                                                     |                     |
| VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                     |                     |
| Kategoria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                     | Obciążenie studenta |
| Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                     | 45                  |
| Udział w wykładach                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     | 15                  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Udział w ćwiczeniach                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 30         |
| <b>Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>80</b>  |
| Przygotowanie do zajęć                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 30         |
| Przygotowanie prezentacji/projektu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 20         |
| Przygotowanie do egzaminu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 30         |
| <b>Łączna liczba godzin</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>125</b> |
| <b>Punkty ECTS za moduł</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>5</b>   |
| <b>VIII. ZALECANA LITERATURA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |            |
| <b>Literatura podstawowa:</b><br>1. „Psychologia emocji” red. M. Lewis, J.M. Haviland – Jones; GWP Gdańsk 2005<br>2. „Psychologia motywacji” R. Franken; GWP 2005                                                                                                                                                                                                                                |            |
| <b>Literatura uzupełniająca:</b><br>1. Zimbardo, P.G., Gerrig, R.J. (2023). Psychologia i życie. Warszawa: PWN.<br>2. Behnke, M., Chlebosz, K., Kaczmarek, M. (2017). Trening mentalny. Psychologia sportu w praktyce. Zielonka: Inne spacer.<br>3. Tawwab, N.G. (2021), The set boundaries workbook. London: Piatkus.<br>4. Kalat, J.W. (2017). Biologiczne podstawy zachowania. Warszawa: PWN. |            |