

# KARTA PRZEDMIOTU

## 1. Informacje ogólne

<b>Nazwa przedmiotu i kod (wg planu studiów):</b>	PROFILAKTYKA WYPALENIA ZAWODOWEGO C13
<b>Nazwa przedmiotu (j. ang.):</b>	
<b>Kierunek studiów:</b>	Pedagogika
<b>Specjalność/specjalizacja:</b>	Edukacja wczesnoszkolna z wychowaniem przedszkolnym, Edukacja wczesnoszkolna z językiem angielskim, Pedagogika społeczno-opiekuńcza z terapią pedagogiczną
<b>Poziom kształcenia:</b>	studia I stopnia
<b>Profil kształcenia:</b>	praktyczny (P)
<b>Forma studiów:</b>	studia stacjonarne
<b>Obszar kształcenia:</b>	nauki humanistyczne i społeczne
<b>Dziedzina:</b>	nauki społeczne
<b>Dyscyplina nauki:</b>	pedagogika
<b>Koordinator przedmiotu:</b>	dr Janusz Boczar

## 2. Ogólna charakterystyka przedmiotu

<b>Przynależność do modułu:</b>	kształcenia kierunkowego
<b>Status przedmiotu:</b>	obowiązkowy
<b>Język wykładowy:</b>	polski
<b>Rok studiów, semestr:</b>	III, 6
<b>Forma i wymiar zajęć według planu studiów:</b>	stacjonarne - audytorium – 30 godz.
<b>Interesariusze i instytucje partnerskie (nieobowiązkowe)</b>	
<b>Wymagania wstępne / Przedmioty wprowadzające:</b>	psychologia, socjologia, nauczyciel-wychowawca klasy (EW) i społeczne role pedagoga (PSOTP), częściowo odbyta praktyka

## 3. Bilans punktów ECTS

<b>Całkowita liczba punktów ECTS (wg planu studiów; 1 punkt = 25-30 godzin pracy studenta, w tym praca na zajęciach i poza zajęciami):</b>	<b>2</b> (A + B)		
<b>A. Liczba godzin wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela (kontaktowych, w czasie rzeczywistym, w tym testy, egzaminy etc) z podziałem na typy zajęć oraz całkowita liczba punktów ECTS osiągniętych na tych zajęciach</b>	Audytorium  <b>W sumie:</b> ECTS	30  30 <b>1</b>	-  -
		stacjonarne	Niestacjonarne

<b>B. Poszczególne typy zadań do samokształcenia studenta (niewymagających bezpośredniego udziału nauczyciela) wraz z planowaną średnią liczbą godzin na każde i sumaryczną liczbą ECTS (np. praca w bibliotece, w sieci, na platformie e-learningowej, w laboratorium, praca nad projektem końcowym, przygotowanie ogólne; suma poszczególnych godzin powinna zgadzać się z liczbą ogólną)</b>	przygotowanie ogólne do zajęć praca w bibliotece przygotowanie do kolokwium  <b>w sumie:</b> ECTS	20 5 5  30 <b>1</b>	
<b>C. Liczba godzin praktycznych/laboratoryjnych w ramach przedmiotu oraz związana z tym liczba punktów ECTS (ta liczba nie musi być powiązana z liczbą godzin kontaktowych, niektóre zajęcia praktyczne/laboratoryjne mogą odbywać się bez udziału nauczyciela):</b>	ECTS		

#### 4. Opis przedmiotu

<b>Cel przedmiotu:</b> -zapoznanie studentów z: uwarunkowaniami, przebiegiem procesu wypalenia zawodowego i jego konsekwencjami; -rozwijanie umiejętności diagnozy i autodiagnozy, poznanie metod, narzędzi oceny ryzyka zagrożenia wypaleniem; - uczenie sposobów: radzenia sobie ze stresem w pracy oraz motywowanie do podejmowania działań profilaktycznych, uruchamiania: wsparcia i pomocy dla osób: zagrożonych, wypalających się i już wypalonych zawodowo
<b>Metody dydaktyczne:</b> metody podające i eksponujące, a w szczególności: problemowe, aktywizujące i praktyczne
<b>Treści kształcenia:</b>  <b>Audytoria:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zawód pedagoga służbą drugiemu człowiekowi-warunki pracy, oczekiwania i problemy-ryzyko wypaleniem zawodowym</li> <li>2. Stres w pracy - przyczyny, przejawy, konsekwencje</li> <li>3. Syndrom wypalenia zawodowego – charakterystyka, struktura i etapy</li> <li>4. Przyczyny i źródła wypalenia - czynniki obiektywne i subiektywne, obciążenia zawodowe i ich pomiar</li> <li>5. Diagnoza i autodiagnoza wypalenia zawodowego - kryteria, narzędzia, wyniki i konkluzje</li> <li>6. Radzenie sobie ze stresem w pracy</li> <li>7. Profilaktyka wypalenia zawodowego- etapy, obszary działań profilaktycznych, podmioty</li> <li>8. Zapobieganie zjawisku wypalenia zawodowego - działania centralne, lokalne oraz w miejscu pracy</li> <li>9. Pedagog kompetentny - ku <i>refleksyjnej praktyce</i> i autorozwojowi</li> <li>10. Doksztalcenie, doskonalenie i rozwój zawodowy – uwarunkowania, oczekiwania, możliwości</li> <li>11. Ćwiczenia antywypaleniowe i zasady <i>zdrowego</i> zachowania i postępowania w pracy</li> <li>12. Wsparcie w sytuacjach trudnych – potrzeby, obszary, podmioty, sieć wsparcia w instytucjach edukacyjnych</li> <li>13. Lider wsparcia i doskonalenia kadry pedagogicznej</li> </ol>

## 5. Efekty kształcenia i sposoby weryfikacji

### Efekty kształcenia

<b>Efekt przedmiotu</b> (kod przedmiotu + kod efektu kształcenia)	<b>Student, który zaliczył przedmiot (spełnił minimum wymagań)</b>	<b>Efekt kierunkowy</b>
C13_K_W01 C13_K_W09 C13_K_W14	<b>Wiedza:</b> 1. Scharakteryzuje krótko specyfikę pracy pedagoga i niektóre problemy oraz zjawisko stresu i wypalenia zawodowego 2. Wskaże wybrane narzędzia diagnostyczne i sposoby: radzenia sobie ze stresem w pracy oraz zapobiegania wypaleniu zawodowemu	K_W01 K_W09 K_W14
C13_K_U02 C13_K_U06 C13_K_U07	<b>Umiejętności:</b> 1. Potrafi wykorzystać zdobytą wiedzę do oceny zagrożenia wypaleniem zawodowym i zaproponować sposoby radzenia sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym adekwatnie do cech jednostki i środowiska	K_U02 K_U06 K_U07
C13_K_K01 C13_K_K03	<b>Kompetencje społeczne:</b> 1. Rozumie potrzebę ciągłego rozwijania kompetencji, uruchamiania własnych sił i sięgania po wsparcie innych w sytuacjach trudnych 2. Wyznacza priorytety działań nastawionych na profilaktykę wypalenia zawodowego	K_K01 K_K03

### Sposoby weryfikacji efektów kształcenia:

<b>Lp.</b>	<b>Efekt przedmiotu</b>	<b>Sposób weryfikacji</b>	<b>Ocena formująca – przykładowe sposoby jej wystawienia poniżej</b>	<b>Ocena końcowa przykładowe sposoby jej wystawienia poniżej</b>
1.	C13_K_W01 C13_K_W09 C13_K_W14	sprawdzian ustny wiedzy częściowej, kolokwium zaliczeniowe	wiedzy częściowej i ogólnej z kolokwium	średnia ocena ze sprawdzianu ustnego wiedzy częściowej i ocena z kolokwium
2.	C13_K_U02 C13_K_U06 C13_K_U07	sprawdzian umiejętności rozwiązania wybranego problemu pedagogicznego samodzielnie i w pracy grupowej, kolokwium zaliczeniowe	umiejętności zastosowania zdobytej wiedzy w rozwiązaniu wybranego problemu pedagogicznego	rozwiązanie zadania problemowego w pracy indywidualnej i zespołowej, ocena z kolokwium
3.	C13_K_K01 C13_K_K03	przygotowanie do zajęć, aktywny udział w zajęciach oraz dyskusja na wybrane tematy, samoocena kompetencji	przygotowanie do zajęć oraz zaangażowanie w dyskusji na wybrane problemy, poziom kompetencji w samoocenie	ogólna postawa i aktywność na zajęciach, udział w dyskusji, wykonanie zadań, samoocena kompetencji

### Kryteria oceny

<b>w zakresie wiedzy</b>		<b>Efekt kształcenia</b>
Na ocenę 3,0	Scharakteryzuje krótko: specyfikę pracy pedagoga i niektóre problemy, zjawisko stresu i wypalenia zawodowego oraz wybrane sposoby: radzenia sobie z nim w pracy i zapobiegania wypaleniu	C13_K_W01 C13_K_W09 C13_K_W14
Na ocenę 5,0	Scharakteryzuje szeroko: specyfikę i warunki pracy pedagoga, napotykanne problemy, stres i wypalenie zawodowe oraz sposoby: radzenia sobie z nim w pracy i zapobiegania wypaleniu	C13_K_W01 C13_K_W09 C13_K_W14
<b>w zakresie umiejętności</b>		
Na ocenę 3,0	Potrafi wykorzystać zdobytą wiedzę do oceny zagrożenia wypaleniem zawodowym. Proponuje przykładowe sposoby radzenia sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym	C13_K_U02 C13_K_U06 C13_K_U07
Na ocenę 5,0	Trafnie wykorzystuje zdobytą wiedzę do analizowania i interpretowania sytuacji trudnych w pracy pedagoga i wypalenia zawodowego. Proponuje i uzasadnia rozwiązania problemów oraz sposoby radzenia sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym	C13_K_U02 C13_K_U06 C13_K_U07
<b>w zakresie kompetencji społecznych</b>		
Na ocenę 3,0	Zna potrzebę rozwijania kompetencji, uruchamiania sił w trudnych sytuacjach i sięgania po wsparcie innych. Wykazuje się krytyczną i etyczną postawą w ustalaniu priorytetów działań nastawionych na profilaktykę wypalenia zawodowego.	C13_K_K01 C13_K_K03
Na ocenę 5,0	Rozumie i szeroko uzasadnia potrzebę ciągłego rozwijania posiadanych kompetencji, uruchamiania własnych sił w trudnych sytuacjach i sięgania po wsparcie innych. Wykazuje się krytyczną i etyczną postawą w ustalaniu priorytetów działań nastawionych na profilaktykę wypalenia zawodowego i jest gotowy do ich ulepszania, inicjowania i koordynowania.	C13_K_K01 C13_K_K03
<b>Kryteria oceny końcowej:</b>		
obecność i aktywny udział na zajęciach Opracowanie działań profilaktycznych kolokwium		
<b>Literatura podstawowa</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Grzegorzewska M. K., <i>Stres w zawodzie nauczyciela: specyfika, uwarunkowania i następstwa</i>, Kraków 2006.</li> <li>2. Kirenko J., Zubrzycka-Maciąg T., <i>Współczesny nauczyciel: studium wypalenia zawodowego</i>, Lublin 2011.</li> <li>3. Kocór M., <i>Szkoła i nauczyciel a syndrom wypalenia zawodowego</i>, Rzeszów 2010.</li> <li>4. Rubin J., <i>Wypalenie zawodowe: kontekst organizacyjny</i>, Wrocław 2012.</li> <li>5. Schröder J. P. <i>Wypalenie zawodowe - drogi wyjścia: jak dokonać trwałej przemiany</i>, przekł. O. Koszutska, Warszawa 2008.</li> <li>6. Sekułowicz M., <i>Wypalenie zawodowe nauczycieli pracujących z osobami z niepełnosprawnością intelektualną: przyczyny, symptomy, zapobieganie, przezwyciężanie</i>, Wrocław 2002.</li> <li>7. Sereżyńska A., <i>Profilaktyka wypalenia zawodowego kandydatów na pedagogów w świetle teorii psychodynamicznej</i>, Kraków 2012.</li> <li>8. Tucholska S., <i>Wypalenie zawodowe u nauczycieli: psychologiczna analiza zjawiska i jego osobowościowych uwarunkowań</i>, Lublin 2009.</li> <li>9. <i>Wypalenie zawodowe: przyczyny i zapobieganie</i>, red. nauk. Helena Sęk, Warszawa 2009.</li> <li>10. Zubrzycka-Maciąg T., <i>Psychospołeczne uwarunkowania stresu nauczycielek szkół podstawowych i gimnazjów</i>, Lublin 2013.</li> <li>11. Luciano S., <i>Jak się nie wypalić pomagając innym: sposoby przezwyciężania zespołu wypalenia zawodowego</i>, przekł. M. Dutkiewicz-Litwiniuk, Kielce 2006.</li> </ol>		

## Literatura uzupełniająca

12. *Wypalenie zawodowe pracowników służb społecznych*, red. T. Zbyrad, Stalowa Wola 2008.
13. Kocór M., *Nauczyciele wobec zmian edukacyjnych w Polsce*, Rzeszów 2006.
14. Kocór M., *Wybrane aspekty pracy wychowawcy klasy. Studium teoretyczno-empiryczne*, Rzeszów 2010.
15. *Nauczyciel – misja czy zawód?: społeczne i profesjonalne aspekty roli*, red. Paweł Rudnicki, Barbara Kutrowska, Mirosława Nowak-Dziemianowicz, Wrocław 2009.
16. *Nauczyciel: zawód, powołanie, pasja*, red. S. Popek, A. Winiarz, Lublin 2009.
17. Fengler Jörg, *Pomaganie mężczyznom: wypalenie w pracy zawodowej*, przekł. K. Pietruszewski, Gdańsk 2000.
18. Chrzanowska I., *Wypalenie zawodowe nauczycieli a ocenianie osiągnięć szkolnych uczniów upośledzonych umysłowo w stopniu lekkim i uczniów o prawidłowym rozwoju na etapie szkoły podstawowej*, Łódź 2004.
19. *Nauczyciel kompetentny: terażniejszość i przyszłość*, red. Z. Bartkowicz, M. Kowaluk, M. Samujło, Lublin 2007.
20. *Nauczyciel na drogach i bezdrożach współczesności. Między bezradnością, a nadzieją*, red. E. Murawska, Warszawa 2009.
21. *Rozwój zawodowy nauczyciela*, red. H. Moroz, Kraków 2005.
22. Kretschmann R., Kirschner-Liss K., *Stres w zawodzie nauczyciela*, przekł. J. Mink, Gdańsk 2003.
23. *Szkoła a wypalenie zawodowe*, red. J. Kropiwnicki, Jelenia Góra 1999.

### Wybrane artykuły:

1. Kocór M., *Wypalenie zawodowe nauczycieli- przyczyny i skutki*, [w:] *Wypalenie zawodowe pracowników służb społecznych*, red. T. Zbyrad, Wyd. WZNoS KUL, Stalowa Wola 2008.
2. Kocór M., *Oczekiwane kompetencje zawodowe nauczycieli*, [w:] *Profesjonalizm w opiece, wychowaniu i pracy socjalnej*, red. U. Gruca-Miąsik, A. Tokarowa i E. Lukáč, Rzeszów, 2010.
3. Kocór M., *Gotowość nauczycieli do rozwijania kompetencji zawodowych*, „Rocznik Komisji Nauk Pedagogicznych”, red. A. Ruty, PAN Oddział w Krakowie, Kraków 2010, t. LXIII.
4. Kocór M., *Kompetencje komunikacyjne nauczycieli*, „Kwartalnik Edukacyjny”, nr 4, Rzeszów 2010.
5. Kocór M., *Stres w pracy nauczyciela i jego determinanty*, [w:] *Społeczeństwo- biznes – edukacja wobec szans i zagrożeń początku XXI wieku*, pod red. M. M. Kowalczyk i H. Cudaka, Łódź 2012, s. 217-245
6. Kocór M., *Lider edukacji – pedagog krytycznie myślący, twórczy i z poczuciem pasji*, „Edukacja i Dialog” 2012 nr 242/243, s. 16-22.
7. Kocór M., *Wsparcie nauczyciela w sytuacjach trudnych*, [w:] *Agresja – Przemoc – Wsparcie*, red. K. Barłóg i E. Tłuczek-Tadla, Jarosław 2013.
8. *Nauczyciel wobec reformy - reforma wobec nauczyciela. Ku polityce partnerstwa i dialogu edukacyjnego*, [w:] *Edukacja Jutra. Role nauczyciela w edukacji jutra*, red. K. Denek, A. Kamińska i P. Oleśniewicz, Sosnowiec 2014.

## Informacje dodatkowe:

<b>Dodatkowe obowiązki prowadzącego wraz z szacowaną całkowitą liczbą godzin:</b>
Konsultacje – 2 godziny
Przygotowanie i poprawa kolokwium – 10 godzin
Przygotowanie pomocy i materiałów do zajęć – 10 godzin
W sumie: 22 godziny