

AKADEMIA WSB										
Kierunek studiów: Psychologia										
Przedmiot: Wprowadzenie do Racjonalnej Terapii Zachowań										
Profil kształcenia: praktyczny										
Poziom kształcenia: studia jednolite magisterskie										
Liczba godzin w semestrze	1		2		3		4		5	
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
Studia stacjonarne (w/ćw/lab/pr/e)*										24ćw
Studia niestacjonarne (w/ćw/lab/pr/e)										16ćw
JĘZYK PROWADZENIA PRZEDMIOTU	Polski									
WYKŁADOWCA	Dr Sabina Ratajczak									
FORMA ZAJĘĆ	Ćwiczenia									
CELE PRZEDMIOTU	Celem zajęć jest prezentacja założeń Racjonalnej Terapii Zachowań jej narzędzi, poznanie przez studentów i zdobycie umiejętności zastosowania technik poznawczych skoncentrowanych na zmianie własnych przekonań oraz pracy nad sposobem myślenia. Trening prowadzenia rozmowy z klientem z wykorzystaniem RSA									
Odniesienie do efektów uczenia się	Opis efektów uczenia się						Sposób weryfikacji efektu uczenia się			
Efekt kierunkowy	PRK									
WIEDZA										
Ps_W04	P7S_WG	Student/ka <ul style="list-style-type: none"> zna w pogłębionym stopniu związku pomiędzy przekonaniami a przeżywanymi emocjami w kontekście koncepcji RSA rozumie modele Zasad Zdrowego Myślenia, oraz Zdrowej Semantyki zna w pogłębionym stopniu narzędzia RSA i RWE 						Test końcowy Ocena symulacji rozmowy		
UMIEJĘTNOŚCI										
Ps_U07	P7S_UW	Student /ka <ul style="list-style-type: none"> ma umiejętności identyfikowania niezdrowych, ograniczających przekonań oraz ich zmiany na przekonania wspierające 						Test końcowy Ocena symulacji rozmowy Udział w dyskusjach grupowych		
Ps_U07	P7S_UW	<ul style="list-style-type: none"> potrafi stosować narzędzie RSA model RSA, model Zasad Zdrowego Myślenia, model Zdrowej Semantyki 						Ocena symulacji rozmowy		
Ps_U07	P7S_UW	<ul style="list-style-type: none"> potrafi przeprowadzić rozmowę z klientem z wykorzystaniem RSA 						Ocena symulacji rozmowy		
KOMPETENCJE SPOŁECZNE										
Ps_K08	P7S_KR	Student/ka <ul style="list-style-type: none"> jest gotów/a do ciągłego rozwoju dorobku zawodowego poprzez odkrywanie nowych metod oddziaływań psychologicznych 						Dyskusja Podsumowanie zajęć w postaci autorefleksji		

Ps_K02	P7S_KK	<ul style="list-style-type: none"> • jest gotów do krytycznej oceny posiadanej wiedzy i włączenia koncepcji RTZ w wybrane obszary praktyki psychologicznej . 	Dyskusja Obserwacja Podsumowanie zajęć w postaci autorefleksji
Nakład pracy studenta (w godzinach dydaktycznych 1h dyd.=45 minut)**			
Stacjonarne udział w wykładach = udział w ćwiczeniach = 24h przygotowanie do ćwiczeń = 9h przygotowanie do wykładu = przygotowanie do zaliczenia/egzaminu = 14h realizacja zadań projektowych = e-learning = zaliczenie/egzamin = 1h inne (określ jakie) = 2h (konsultacje) RAZEM: 50 Liczba punktów ECTS: 2 w tym w ramach zajęć praktycznych: 2		Niestacjonarne udział w wykładach = udział w ćwiczeniach = 16h przygotowanie do ćwiczeń = 10h przygotowanie do wykładu = przygotowanie do zaliczenia/egzaminu = 21h realizacja zadań projektowych = e-learning = zaliczenie/egzamin = 1h inne (określ jakie) = 2h (konsultacje) RAZEM: 50 Liczba punktów ECTS: 2 w tym w ramach zajęć praktycznych: 2	
WARUNKI WSTĘPNE	Zaliczenie z przedmiotu psychologia emocji i motywacji		
TREŚCI PRZEDMIOTU (z podziałem na zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning)	Treści realizowane w formie bezpośredniej: <ul style="list-style-type: none"> • Co to jest Racjonalna Terapia Zachowania? • Źródła Racjonalnej Terapii Zachowania. • ABCD Emocji. • Pięć Zasad Zdrowego Myślenia • Zdrowa semantyka - słowa wpływające na emocje i blokujące zmianę. • Przekonania związane z powinnościami – radzenie sobie ze złością. • Racjonalne i nieracjonalne pojęcie powinności. • Zagadnienie niesprawiedliwości. • RSA - Racjonalna SamoAnaliza – poznawcze narzędzie pracy z przekonaniem • Racjonalna Wyobraźnia Emocjonalna (RWE). • Ćwiczenia praktyczne w pracy z przekonaniem • Możliwe obszary wykorzystania RTZ Treści realizowane w formie e-learning: nie dotyczy		
LITERATURA OBOWIĄZKOWA	Maultsby jr. Maxie C, Racjonalna terapia zachowania. Podręcznik terapii poznawczo behawioralnej 2013, Wulkan		
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA (w tym min. 2 pozycje w języku angielskim; publikacje książkowe lub artykuły)	Mariusz Wirga , Maxie C. Maultsby Jr , Michael DeBernardi, ABC TWOICH EMOCJI Wydawnictwo Dominika Księskiego Wulkan, 2019 Padesky Christine A. , Greenberger Dennis, Umysł ponad nastrojem. Zmień nastrój poprzez zmianę sposobu myślenia, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2018		
PUBLIKACJE NAUKOWE OSÓB PROWADZĄCYCH ZAJĘCIA ZWIĄZANE Z TEMATYKĄ MODUŁU	Certyfikat: Racjonalna Terapia Zachowań		
METODY NAUCZANIA (z podziałem na zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning)	W formie bezpośredniej: mini wykładu, ćwiczenia indywidualne, dyskusja, ćwiczenia w parach, ćwiczenia grupowe, symulacje rozmów z klientem W formie e-learning:		
POMOCE NAUKOWE	Arkusze RSA, ćwiczenia: fakty – opinie, prezentacja PP		
PROJEKT	Cel projektu:		

(o ile jest realizowany w ramach modułu zajęć)	Temat projektu: Forma projektu:
FORMA I WARUNKI ZALICZENIA (z podziałem na zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning)	Test zaliczeniowy, wykonanie symulacji rozmowy z klientem opartej na wykorzystaniu Racjonalnej Terapii Zachowań (RSA)

* W-wykład, ćw- ćwiczenia, lab- laboratorium, pro- projekt, e- e-learning