



Stres zawodowy i zapobieganie wypaleniu

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2020/2021
Wydział	Wydział Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra MSW z 26 lipca 2019)	Dietetyka
Profil studiów (ogólnoakademicki/praktyczny)	praktyczny
Poziom kształcenia (I stopnia/II stopnia/ jednolite magisterskie)	II Stopnia magisterskie
Forma studiów (stacjonarne/niestacjonarne)	niestacjonarne
Typ modułu/przedmiotu (obowiązkowy/fakultatywny)	Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się (egzamin/zaliczenie)	Zaliczenie

Jednostka/jednostki prowadząca/e (oraz adres/yjednostki/jednostek)	Zakład Dydaktyki Ginekologiczno-Położniczej
--	---

Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Prof. Ewa Dmoch-Gajzlerska
Koordynator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt)	Dr Tomasz Duda
Osoba odpowiedzialna za sylabus (imię, nazwisko oraz kontakt do osoby, której należy zgłaszać uwagi dotyczące sylabusu)	Dr Tomasz Duda Tomasz.duda@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	Dr Tomasz Duda, Marta Rządiewicz (Zakład Psychologii i Komunikacji Medycznej)

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	I rok mgr II semestr	Liczba punktów ECTS	1.00
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim			
wykład (W)		0	
seminarium (S)		0	
ćwiczenia (C)		5	
e-learning (e-L)		0	
zajęcia praktyczne (ZP)		0	
praktyka zawodowa (PZ)		0	
Samodzielna praca studenta		0	
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		0	

3. CELE KSZTAŁCENIA

Przedstawienie teorii i badań dotyczących wypalenia zawodowego - przyczyn, symptomów, konsekwencji. Umiejscowienie wypalenia zawodowego w kontekście stresu – rola czynników indywidualnych, interpersonalnych i organizacyjnych. Przedstawienie specyfiki problemu wypalenia zawodowego z perspektywy zawodów medycznych. Kształtowanie umiejętności planowania działań zabezpieczających przed rozwojem procesu wypalenia i działań zaradczych.

4. EFEKTY UCZENIA SIĘ		
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie	
Wiedzy — Absolwent zna i rozumie:		
W1:	Wymienia źródła stresu zawodowego oraz wyjaśnia jego wpływ na różne obszary funkcjonowania człowieka	
W2:	Definiuje pojęcie wypalenia zawodowego, zna symptomy oraz determinanty.	
Umiejętności — Absolwent potrafi:		
U1	Identyfikuje źródła stresu zawodowego i objawy wypalenia zawodowego	
U2	Rozpoznaje związek stresu i reakcji z nim związanych z wypaleniem zawodowym oraz określa sposoby reagowania na symptomy wypalenia zawodowego	
U3	Wykorzystuje wybrane konstruktywne strategie poznawczo-behawioralne w zapobieganiu wypaleniu zawodowemu.	
Kompetencji społecznych — Absolwent jest gotów do:		
K1	Kontroluje emocje i zapobiega symptomom wypalenia zawodowego	
K2	Identyfikuje swoje słabe i mocne strony, rozumie rolę samorozwoju w zapobieganiu wypaleniu zawodowemu	
5. ZAJĘCIA		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
1 - ćwiczenia	Wypalenie zawodowe - teorie i badania wyjaśniające przyczyny oraz skutki – 1h	W1, W2, K1, U1
2 - ćwiczenia	Specyfika wypalenia w różnych zawodach medycznych i metody diagnozy wypalenia zawodowego 1h	W2, U3, K2
3 - ćwiczenia	Relacja stresu zawodowego i wypalenia w kontekście zasobów własnych oraz bezpieczeństwa pacjenta 1h	W2, U2, K2
4 - ćwiczenia	Sposoby przeciwdziałania rozwojowi wypalenia zawodowego z perspektywy indywidualnej, zespołowej (analiza pojęć stresu, mobbingu, asertywności i pomagania w związku z wypaleniem zawodowym) – 2h	W1, W2, U1, U2, U3, K1, K2
6. LITERATURA		
Obowiązkowa		

1. Fengler J. Pomaganie mężczy, wypalenie w pracy zawodowej. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2001.
2. Wypalenie zawodowe – przyczyny, mechanizmy, zapobieganie. (pod red.) Sęk H., PWN, Warszawa 2000.
3. Wsparcie społeczne, stres i zdrowie. (pod red.) Sęk H., PWN, Warszawa 2006

Uzupełniająca

Pines, A.M. (2000). Wypalenie – w perspektywie egzystencjalnej. W: Sęk, H. (2000). *Wypalenie zawodowe. Przyczyny. Mechanizmy. Zapobieganie*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN (s. 32-57).

7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
Np. A. wg A.UI, KI	Pole definiuje metody wykorzystywane do oceniania studentów, np. kartkówka, kolokwium, raport z ćwiczeń itp.	Np. próg zaliczeniowy
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Obecność 2. Raport z ćwiczeń – projekt grupowy 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Minimalnie akceptowalne wykonanie zadań w trakcie zajęć 2. Poprawne opracowanie projektu grupowego – wymagane prawidłowe odniesienie do wszystkich wskazanych elementów raportu

8.

INFORMACJE DODATKOWE (informacje istotne z punktu widzenia nauczyciele niezawarte w pozostałej części sylabusu, np. czy przedmiot jest powiązany z badaniami naukowymi, szczegółowy opis egzaminu, informacje o kole naukowym)