



Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	Psychologia w życiu i w pracy zawodowej, PG_00065389						
Kierunek studiów	Transport						
Data rozpoczęcia studiów	październik 2026 r.	Rok akademicki realizacji przedmiotu			2026/2027		
Poziom kształcenia	I stopnia - inżynierskie	Grupa zajęć					
Forma studiów	stacjonarne	Sposób realizacji			na uczelni		
Rok studiów	1	Język wykładowy			polski		
Semestr studiów	1	Liczba punktów ECTS			2.0		
Profil kształcenia	ogólnoakademicki	Forma zaliczenia			zaliczenie		
Jednostka prowadząca							
Imię i nazwisko wykładowcy (wykładowców)	Odpowiedzialny za przedmiot		Aleksandra Orzoł				
	Prowadzący zajęcia z przedmiotu						
Formy zajęć	Forma zajęć	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Projekt	Seminarium	RAZEM
	Liczba godzin zajęć	30.0	0.0	0.0	0.0	0.0	30
	W tym liczba godzin zajęć na odległość: 0.0						
Aktywność studenta i liczba godzin pracy	Aktywność studenta	Udział w zajęciach dydaktycznych, objętych planem studiów	Udział w konsultacjach		Praca własna studenta		RAZEM
	Liczba godzin pracy studenta	30	0.0		0.0		30
Cel przedmiotu	Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z podstawowymi zagadnieniami psychologii oraz ich praktycznym zastosowaniem w kontekście zawodowym oraz codziennym. Studenci poznają mechanizmy psychologiczne wpływające na podejmowanie decyzji, efektywność pracy, zarządzanie stresem oraz interakcje społeczne. Szczególny nacisk położony jest na aspekty psychologiczne istotne w pracy inżyniera, takie jak radzenie sobie z wypaleniem zawodowym, umiejętność współpracy, odnoszenie sukcesów oraz wpływ zdrowia psychicznego na efektywność zawodową.						
Efekty uczenia się przedmiotu	Efekt kierunkowy		Efekt z przedmiotu			Sposób weryfikacji i oceny efektu	
	[K6_K71] ma świadomość potrzeby korzystania z wiedzy z zakresu nauk humanistycznych lub społecznych lub ekonomicznych lub prawnych w funkcjonowaniu w środowisku społecznym		Student zdobywa podstawową wiedzę o psychologii, jej głównych teoriach oraz mechanizmach zachowań społecznych istotnych dla funkcjonowania jednostki.			[SK4] Ocena umiejętności komunikacji, w tym poprawności językowej	
	[K6_W71] ma wiedzę ogólną z zakresu nauk humanistycznych lub społecznych lub ekonomicznych lub prawnych		Student rozwija świadomość znaczenia psychologii, etyki i zdrowia psychicznego w odpowiedzialnym funkcjonowaniu społecznym i zawodowym.			[SW1] Ocena wiedzy faktograficznej	
	[K6_U71] potrafi zastosować wiedzę z zakresu nauk humanistycznych lub społecznych lub ekonomicznych lub prawnych do rozwiązywania problemów w środowisku społecznym		Student uczy się stosować psychologiczne zasady komunikacji, współpracy i radzenia sobie ze stresem w rozwiązywaniu problemów zawodowych i społecznych.			[SU1] Ocena realizacji zadania	

Treści przedmiotu	<p>Treści przedmiotu - wykład</p> <p>I. Wprowadzenie do psychologii</p> <p>1. Definicja i krótka historia psychologii</p> <p>2. Eksperymenty społeczne w psychologii</p> <p>II. Psychologia w środowisku zawodowym</p> <p>3. Psychologia komunikacji i pracy zespołowej</p> <p>4. Wypalenie zawodowe, stres w pracy - mechanizmy i techniki radzenia sobie</p> <p>5. Motywacja i psychologia sukcesu</p> <p>III. Zaburzenia psychiczne i neurorozwojowe a praca zawodowa</p> <p>6. Zaburzenia osobowości</p> <p>7. Depresja i jej wpływ na funkcjonowanie zawodowe</p> <p>8. Zaburzenia neurorozwojowe - wyzwania i mocne strony w środowisku pracy</p> <p>9. Uzależnienia behawioralne i od substancji - mechanizmy i profilaktyka</p> <p>IV. Techniki psychologiczne w pracy i życiu codziennym</p> <p>10. Techniki relaksacyjne i mindfulness</p> <p>11. Etyka i psychologia w kontekście zawodowym</p> <p>12. Samopomoc i samopoznanie jako klucz do zwiększania odporności psychologicznej</p>		
Wymagania wstępne i dodatkowe			
Sposoby i kryteria oceniania osiągniętych efektów uczenia się	Sposób oceniania (składowe)	Próg zaliczeniowy	Składowa oceny końcowej
	Test podsumowujący wykłady	60.0%	100.0%
Zalecana lista lektur	Podstawowa lista lektur	<p><b>Wojciszke, B.</b> (2023). <i>Psychologia społeczna</i> (wyd. 12). Wydawnictwo Naukowe PWN. <b>Vetulani, J.</b> (2017). <i>Neurobiologia zachowania</i>. PWN. <b>Beck, J. S.</b> (2020). <i>Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond</i> (3rd ed.). Guilford Press. <b>Kahneman, D.</b> (2011). <i>Thinking, Fast and Slow</i>. Farrar, Straus and Giroux. <b>Maslach, C., &amp; Leiter, M. P.</b> (2016). <i>Burnout: The Cost of Caring</i>. Malor Books. <b>Baumeister, R. F., &amp; Bushman, B. J.</b> (2020). <i>Social Psychology and Human Nature</i> (5th ed.). Cengage Learning. <b>Cialdini, R. B.</b> (2021). <i>Influence: The Psychology of Persuasion</i> (New and Expanded ed.). Harper Business. <b>Seligman, M. E. P.</b> (2018). <i>The Hope Circuit: A Psychologists Journey from Helplessness to Optimism</i>. PublicAffairs. <b>Goleman, D.</b> (2006). <i>Social Intelligence: The New Science of Human Relationships</i>. Bantam</p>	

	Uzupełniająca lista lektur	Tak działa mózg Podgórska, A. Jeszcze jeden oddech Kalanithi, P.I. Przegryw Wieczorkiewicz P., Herzyk A. Co ze mną nie tak? - Joanna Flis po dorosłemu - Flis J. Rozpieszczony umysł Lukianoff G., Haidt J. Jak umysł rośnie w siłę gdy mózg się starzeje Goldberg E. Czarna owca medycyny Lieberman J.A. Złap równowagę Bucki P., Pączek W. Splątany mózg Pessoa I. Błąd Kartezjusza Damasio, A. Odetnij napięcie LaDyne, R. Zaburzony umysł Kandel, E. R. Narkotyki bez paniki Nutt, D. HajLand Banaszak M., Jankowska, A. Złęknioty mózg Pittman, C.M., Karle, E.M. Mężczyzna, który pomylił żonę z kapeluszem Sacks, O. Człowiek o 24 twarzach Keyes, D. Toksyczni rodzice Forward, S., Buck, C. NAjgorszy człowiek na świecie Halber, M. Kobiety które kochają za bardzo Norwood, R. Rozproszone umysły Mate, G
	Adresy eZasobów	
Przykładowe zagadnienia/ przykładowe pytania/ realizowane zadania		
Zajęcia praktyczne w ramach przedmiotu	Nie dotyczy	

Dokument wygenerowany elektronicznie. Nie wymaga pieczęci ani podpisu.