

## Emocje i motywacja

*Emotions and motivation*

<b>Program studiów dla przedmiotu obowiązujący od cyklu kształcenia</b>	2024/2025
<b>Kierunek studiów</b>	Psychologia
<b>Rok i semestr studiów</b>	Rok II/ Semestr IV
<b>Poziom kształcenia</b>	Studia I stopnia
<b>Profil kształcenia na kierunku</b>	Ogólnoakademicki
<b>Moduł kształcenia dla przedmiotu</b>	Kierunkowy
<b>Nazwa specjalizacji (jeśli przedmiot specjalizacyjny)</b>	-
<b>Status przedmiotu</b>	Obligatoryjny

Forma zajęć	Liczba godzin		ECTS	Forma zaliczenia	Waga	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne				
Wykład	30	24	5	Egzamin	50%	
Ćwiczenia	30	16		Zaliczenie na ocenę	100	
<b>Razem za zajęcia dydaktyczne</b>	<b>60</b>	<b>40</b>				
Praca własna studenta	50	70				
<b>Ogółem</b>	<b>125</b>	<b>125</b>				

### Cele kształcenia dla przedmiotu

1.	Zapoznanie studentów z najważniejszymi teoriami, modelami, bieżącym stanem wiedzy i współczesnymi kierunkami rozwoju w psychologii emocji i motywacji.
2.	Przybliżenie studentom koncepcyjnych i metodologicznych kwestii związanych z definicją, konceptualizacją i pomiarem emocji i motywacji.
3.	Wyposażenie studentów w umiejętność kompleksowego i wieloczynnikowego myślenia o determinantach ludzkiego zachowania w zróżnicowanych kontekstach.

### Efekty uczenia się

WIEDZA			
L.p.	Efekty przedmiotowe (Student zna i rozumie)	Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji efektów uczenia się
W1	Student zna i rozumie najważniejsze modele teoretyczne, ujęcia i klasyfikacje ludzkich emocji i procesów motywacyjnych we współczesnej psychologii.	Ps_WG03_Lic	Egzamin pisemny – pytania zamknięte, kolokwium pisemne.
W2	Student rozumie najważniejsze założenia paradygmatu psychologii emocji i motywacji oraz kwestie związane z trafnym rozgraniczaniem i pomiarem emocji i motywacji i wykorzystywaniem danych empirycznych w wyjaśnianiu ludzkiego zachowania.	Ps_WG08_Lic	Egzamin pisemny – pytania zamknięte, kolokwium pisemne, analiza przykładów i badań empirycznych.
W3	Student zna mózgowo-fizjologiczne podstawy ludzkich emocji i motywacji, proces ich rozwoju w trakcie ontogenezy, oraz zróżnicowane czynniki biologiczne, indywidualne, społeczne i kulturowe wpływające na przeżywanie, ekspresję i rozumienie emocji oraz na procesy motywacyjne.	Ps_WG06_Lic	Egzamin pisemny – pytania zamknięte, kolokwium pisemne.

UMIĘJĘTNOŚCI			
L.p.	Efekty przedmiotowe (Student potrafi)	Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji efektów uczenia się
U1	Student potrafi interpretować przejawy ludzkiego zachowania w zróżnicowanych kontekstach indywidualnych, społecznych i decyzyjnych przez pryzmat wiedzy psychologicznej z zakresu emocji i motywacji.	Ps_UW02_Lic	Kolokwium pisemne, analiza przykładów i badań empirycznych, ćwiczenia w trakcie zajęć (analiza i interpretacja procesów).
U2	Student potrafi zaplanować przykładowe badanie empiryczne z zakresu psychologii i/lub motywacji uwzględniając najważniejsze elementy metodologii eksperymentalnej oraz procedur wywoływania i pomiaru stanów emocjonalnych i procesów motywacyjnych.	Ps_UW03_Lic	Kolokwium pisemne, analiza przykładów i badań empirycznych, ćwiczenia w trakcie zajęć (planowanie, rozwiązywanie problemów).
U3	Student potrafi uwzględnić wiedzę psychologiczną i dane empiryczne z zakresu emocji i motywacji w kompleksowym wyjaśnianiu złożonych procesów	Ps_UW05_Lic	Analiza przykładów i badań empirycznych, ćwiczenia w trakcie

psychologicznych takich jak rozwój jednostkowy, kontakty międzygrupowe czy podejmowanie decyzji.		zajęć (analiza i interpretacja procesów), aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, pytania i odpowiedzi).
--	--	---

KOMPETENCJE SPOŁECZNE			
L.p.	Efekty przedmiotowe (Student jest gotów do)	Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji efektów uczenia się
K1	Student jest gotów do rozpowszechniania trafnej wiedzy i informacji z zakresu psychologii emocji i motywacji oraz do zwalczania dezinformacji w tym zakresie.		Aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, pytania i odpowiedzi).
K2	Student jest gotów do przyjęcia otwartej, wyrozumiałej perspektywy względem osób należących do zróżnicowanych grup społecznych, uznając ludzkie zróżnicowanie w zakresie życia emocjonalnego.		Aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, pytania i odpowiedzi).
K3	Student jest gotów do wykorzystywania wiedzy psychologicznej na temat emocji i motywacji w zróżnicowanych kontekstach naukowych i zawodowych, w tym w samorozwoju.		Aktywność w trakcie zajęć (dyskusja, pytania i odpowiedzi).

### Treści kształcenia

L.p.	Treść kształcenia (tematyka zajęć)	Liczba godzin			
		Wykład		Ćwiczenia	
		Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
1.	Wprowadzenie. Potencjalne definicje emocji. Emocje vs. inne elementy ludzkiej psychologii. Teorie emocji – współczesne ujęcia, nowe kierunki.	3	2		
2.	Biologiczne podłoża emocji. Emocje i układ nerwowy – funkcje i korelaty. Emocje i mózg – obszary mózgu zaangażowane w procesy emocjonalne, podejście strukturalne vs. funkcjonalne. Neuroprzekazniki i hormony a emocje.	3	3		
3.	Biologiczne konsekwencje emocji. Emocje a zdrowie i ciało – przegląd reprezentatywnych badań, teoretyczne wyjaśnienie mechanizmów wpływu. Emocje a stres, stres allostacyjny.	3	3		
4.	Elementy emocji – ekspresja mimiczna, cielesne korelaty, wpływ emocji na uwagę, pamięć, podejmowanie decyzji, zachowania społeczne. Funkcje emocji w adaptacji do środowiska. Znaczenie emocji w komunikacji interpersonalnej i grupowej.	3	2		
5.	Rozwój emocji na przestrzeni życia – temperament vs. emocje, wykształcanie się samoświadomości a emocje. Styl przywiązania a emocje – przegląd reprezentatywnych badań.	3	2		
6.	Emocje w ujęciu międzykulturowym – kultury indywidualistyczne vs. kolektywistyczne a ekspresja, rozumienie i znaczenie emocji. Rola przekonań o emocjach w funkcjonowaniu psychologicznym. Przegląd reprezentatywnych badań.	3	2		
7.	Emocje i zdrowie psychiczne. Klasyfikacja zaburzeń odczuwania, ekspresji i regulacji emocji. Emocjonalne korelaty zaburzeń psychicznych. Metody terapeutyczne nakierowane na emocje.	3	2		
8.	Radzenie sobie z emocjami. Definicja koncepcji regulacji emocjonalnej, strategii radzenia sobie. Klasyfikacja i pomiar strategii regulacji emocjonalnej. Indywidualne różnice i osobowościowe korelaty w radzeniu sobie z emocjami. Efektywność programów nauki umiejętności radzenia sobie z emocjami – przegląd badań empirycznych.	3	2		
9.	Metodologia badań emocji. Eksperymentalne wywoływanie emocji. Pomiar emocji – metody obserwacyjne, behawioralne, samoopisowe, neuroobrazowanie.	2	2		
10.	Złożone emocje – wstyd, poczucie winy, emocje moralne. Klasyfikacja, dotychczasowy stan wiedzy, przykłady reprezentatywnych badań dotyczących kontekstów występowania, funkcji i konsekwencji psychologicznych złożonych emocji.	2	2		
11.	Motywacja – podstawowe definicje, znaczenie motywacji w ludzkim funkcjonowaniu. Teoria <i>self-determination theory</i> – wprowadzenie, najważniejsze podstawy, konteksty zastosowania,	2	2		

	reprezentatywne badania nad SDT w kontekście edukacyjnym, zdrowotnym i profesjonalnym. Wywiad motywacyjny – założenia, elementy, zastosowania, efektywność w kontekstach klinicznych.				
12.	Podstawy psychologii emocji (e-learning): operacjonalizacja, definicje i elementy, teorie emocji w historycznym przeglądzie, ekspresja emocji, emocje w ujęciu psychodynamicznym i poznawczym, fazy rozwoju emocji, emocje w kryzysie psychologicznym.			6	4
13.	Emocje i motywacja u dzieci (e-learning): rozwój mózgu dziecka, zaburzenia internalizacyjne i eksternalizacyjne w perspektywie rozwojowej, emocje a przemoc wobec dzieci.			8	4
14.	Emocje osób dorosłych (e-learning): inteligencja emocjonalna, zaburzenia neurorozwojowe, neuropsychologiczne i behawioralne a emocje.			8	4
15.	Psychologia motywacji (e-learning): motywacja w kontekstach indywidualnych, zawodowych, interpersonalnych i społecznych, pomiar motywacji.			8	4
<b>Razem</b>		<b>30</b>	<b>24</b>	<b>30</b>	<b>16</b>

#### Metody kształcenia

Forma zajęć	Metody kształcenia
<b>Wykład</b>	Wykład informacyjny i/lub problemowy z prezentacją multimedialną, analiza przykładów, dyskusja, debata.
<b>Ćwiczenia</b>	Wykład informacyjny z prezentacją multimedialną, analiza przykładów, rozwiązywanie zadań, ćwiczenia indywidualne i grupowe

#### Warunki zaliczenia

Sposób zaliczenia	Wagi (%)	
	Wykład	Ćwiczenia
Egzamin pisemny	100	0
Kolokwium	0	100
<b>Razem</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

#### Rozliczenie pracy własnej studenta

L.p.	Czynności w ramach pracy własnej	Szacowana liczba godzin	
		Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
1.	Lektura obowiązkowa	10	20
2.	Obowiązkowe zapoznanie się z innymi materiałami lub treściami (np. materiałami audio, wideo, narzędziami, pomocami, oprogramowaniem, sprzętem, aktami prawnymi, dokumentacją, warunkami miejsca pracy itp.)	10	20
3.	Przygotowanie do kolokwium	15	15
4.	Przygotowanie do egzaminu	15	15
<b>Razem</b>		<b>50</b>	<b>70</b>

#### Literatura obowiązkowa

1.	Gerrig, R., Zimbardo, P. (2017). <i>Psychologia i życie</i> . Wydawnictwo Naukowe PWN.
2.	Gasiul, H. (2018). <i>Metody badania emocji i motywacji</i> . Difin.
3.	Niedenthal, P., Ric, F. (2017). <i>Psychology of emotion</i> . Routledge.

#### Literatura uzupełniająca

1.	Hay, D. F. (2021). <i>Rozwój emocjonalny od niemowlęctwa do dorastania: kierunki rozwoju kompetencji emocjonalnych i problemów emocjonalnych</i> . Difin.
2.	Kuppens, P., & Verduyn, P. (2017). Emotion dynamics. <i>Current Opinion in Psychology</i> , 17, 22-26.



3.	Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. <i>Psychological inquiry</i> , 26(1), 1-26.
----	---

**Inne materiały dydaktyczne**

1.	
2.	
3.	