



wersja sylabusu dostępna cyfrowo

Autoprezentacja i wystąpienia publiczne *Self-Presentation and Public Speaking*

Metryka przedmiotu

Program studiów dla przedmiotu obowiązujący od cyklu kształcenia: 2025/2026

Kierunek studiów: Architektura wnętrz

Rok i semestr studiów: Rok czwarty, Semestr siódmy

Poziom kształcenia: Studia pierwszego stopnia

Profil kształcenia na kierunku: Praktyczny

Moduł kształcenia dla przedmiotu: Kontekstowy

Nazwa specjalizacji (jeśli przedmiot specjalizacyjny): Nie dotyczy

Status przedmiotu: Obligatoryjny

Liczba godzin

Tabela 1. Liczba godzin na studiach stacjonarnych i studiach niestacjonarnych

Forma zajęć	Liczba godzin studia stacjonarne	Liczba godzin studia niestacjonarne
Warsztaty	15	8
Razem za zajęcia dydaktyczne	15	8
Praca własna studenta	35	42
Ogółem	50	50

Liczba punktów ECTS

2 punkty ECTS

Forma zaliczenia

Tabela 2. Forma zaliczenia zajęć

Forma zajęć	Forma zaliczenia	Waga
Warsztaty	Zaliczenie na ocenę	100%



Wymagania wstępne

Brak wymagań wstępnych wynikających z następstwa przedmiotów.

Cele kształcenia przedmiotu

1. Nabycie praktycznych umiejętności w zakresie świadomego budowania wizerunku profesjonalnego (marki osobistej) oraz skutecznej komunikacji werbalnej i niewerbalnej.
2. Opanowanie technik radzenia sobie ze stresem i treścią podczas wystąpień publicznych oraz metod angażowania odbiorców.
3. Rozwinięcie umiejętności profesjonalnej prezentacji projektów architektonicznych, w tym argumentowania rozwiązań i prowadzenia dyskusji z klientem/grupą.

Efekty uczenia się

Wiedza

Tabela 3. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy

Lp.	Efekty przedmiotowe	Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji efektów uczenia się
W1	Student zna i rozumie psychologiczne zasady komunikacji interpersonalnej, rolę mowy ciała, głosu i ubioru w budowaniu wizerunku oraz mechanizmy pierwszego wrażenia	AW_WG15	Prezentacja projektowa; Analiza nagrania wideo własnego wystąpienia; Aktywność podczas ćwiczeń warsztatowych

Umiejętności

Tabela 4. Efekty uczenia się w zakresie umiejętności

Lp.	Efekty przedmiotowe	Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji efektów uczenia się
U1	Student potrafi brać udział w debacie i wystąpieniach publicznych, formułować klarowne komunikaty, argumentować swoje stanowisko oraz profesjonalnie reagować na pytania publiczności	AW_UK03	Prezentacja projektowa; Symulacja obrony projektu
U2	Student potrafi panować nad emocjami i mową ciała (gestykulacja, postawa, kontakt wzrokowy) w sytuacjach ekspozycji społecznej, stosując techniki redukcji stresu	AW_UK03	Ćwiczenia improwizacyjne na forum grupy; Ocena spójności komunikatu werbalnego i niewerbalnego



Kompetencje społeczne

Tabela 5. Efekty uczenia się w zakresie kompetencji społecznych

Lp.	Efekty przedmiotowe	Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji efektów uczenia się
K1	Student jest gotów do świadomego budowania swojego wizerunku w środowisku zawodowym i w mediach społecznościowych, dbając o autentyczność i spójność przekazu	AW_KR01	Audyt profilu w mediach społecznościowych (LinkedIn/Instagram); Autorefleksja nad stylem komunikacji
K2	Student jest gotów do przyjmowania i udzielania konstruktywnej informacji zwrotnej (feedbacku) oraz ciągłego doskonalenia swojego warsztatu komunikacyjnego	AW_KR01	Prezentacja projektowa; Udział w sesjach feedbackowych po wystąpieniach kolegów; Wdrażanie uwag prowadzącego

Treści kształcenia

Tabela 6. Treści kształcenia

Lp.	Treść kształcenia (tematyka zajęć)	Liczba godzin warsztatów studia stacjonarne	Liczba godzin warsztatów studia niestacjonarne
1	Fundamenty autoprezentacji: Świadome budowanie wizerunku osobistego i zawodowego (Personal Branding), efekt pierwszego wrażenia, spójność wizerunkowa architekta wewnątrz	2	1
2	Komunikacja niewerbalna w praktyce: Mowa ciała, postawa otwarta vs zamknięta, gestykulacja, mimika, kontakt wzrokowy, proksemika (zarządzanie przestrzenią sceniczną)	2	1
3	Emisja głosu i dykcja: Praca nad brzmieniem głosu, intonacją, tempem mówienia i pauzą jako narzędziami budowania napięcia i uwagi odbiorcy	2	1
4	Struktura skutecznego wystąpienia: Planowanie prezentacji, storytelling w opowieści o projekcie, formułowanie "Call to Action", dostosowanie języka do grupy docelowej	1	1
5	Zarządzanie stresem i treścią: Techniki relaksacyjne, oddechowe i poznawcze radzenia sobie z napięciem przed i w trakcie wystąpienia publicznego	2	1
6	Wystąpienia w mediach i online: Specyfika autoprezentacji przed kamerą, wizerunek w mediach społecznościowych (LinkedIn, Behance, Instagram) – budowanie portfolio marki online	2	1



Lp.	Treść kształcenia (tematyka zajęć)	Liczba godzin warsztatów studia stacjonarne	Liczba godzin warsztatów studia niestacjonarne
7	Sytuacje trudne i interakcja z publicznością: Radzenie sobie z trudnymi pytaniami, techniki riposty, zarządzanie dyskusją, reagowanie na krytykę	2	1
8	Symulacje prezentacji projektowych: Praktyczne warsztaty wystąpień z wykorzystaniem pomocy wizualnych (plansze, rzutnik) zakończone analizą wideo i feedbackiem grupowym	2	1
Razem		15	8

Metody kształcenia

Metody aktywizujące: trening umiejętności (ćwiczenia dykcyjne, oddechowe), gry symulacyjne (rozmowa kwalifikacyjna, spotkanie z inwestorem), improwizacje

Metody eksponujące: analiza wystąpień publicznych znanych mówców (np. TED Talks) – studium dobrych i złych praktyk

Metody praktyczne: wystąpienia na forum grupy z rejestracją wideo i późniejszą analizą, udzielanie informacji

Formy pracy: warsztaty grupowe, praca w parach, wystąpienia indywidualne

Warunki zaliczenia

Tabela 7. Warunki zaliczenia zajęć

Sposób zaliczenia	Wagi (%)
Ćwiczenia warsztatowe wykonywane podczas zajęć	100
Razem	100%

Rozliczenie pracy własnej studenta

Tabela 8. Czynności i liczba godzin pracy własnej

Czynności w ramach pracy własnej	Szacowana liczba godzin studia stacjonarne	Szacowana liczba godzin studia niestacjonarne
Przygotowanie krótkiego wystąpienia typu „elevator pitch” (autoprezentacja w 60 sekund)	5	7
Analiza nagrania własnego wystąpienia (autodiagnoza mocnych i słabych stron)	4	5



Czynności w ramach pracy własnej	Szacowana liczba godzin studia stacjonarne	Szacowana liczba godzin studia niestacjonarne
Opracowanie strategii wizerunkowej w mediach społecznościowych (np. wizytówka na Instagramie/LinkedIn)	11	12
Ćwiczenia dykcyjne i oddechowe w domu	5	7
Przygotowanie do finalnej symulacji prezentacji projektowej	10	11
Razem	35	42

Literatura obowiązkowa

1. Gallo C., Mów jak TED. 9 sposobów na zrobienie wrażenia, Grupa Wydawnicza Foksal, 2016.
2. Cialdini R., Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne (GWP), 2009.

Literatura uzupełniająca

Morreale S.P., Spitzberg B.H., Barge J. K., Komunikacja między ludźmi, Wydawnictwo Naukowe PWN, 2023.