



UNIWERSYTET
Andrzeja Frycza Modrzewskiego
w Krakowie

KARTA PRZEDMIOTU

1. Informacje wstępne

Nazwa przedmiotu	Psychologia emocji i motywacji
Wydział	Wydział Nauk Społecznych i Filologii
Kierunek	Psychologia
Specjalność/Ścieżka specjalizacyjna	—
Poziom PRK	7 PRK
Poziom kształcenia	jednolite studia magisterskie
Forma studiów	studia niestacjonarne
Grupa zajęć	—
Liczba punktów ECTS	6
Rodzaj przedmiotu	obowiązkowy
Liczba godzin ogółem	40 godz.
Cykl dydaktyczny	2024/2025 zimowy
Semestr studiów	2
Rok studiów	1
Profil kształcenia	ogólnoakademicki
Rok realizacji	2024/2025
Język wykładowy	polski
Osoba odpowiedzialna za przedmiot	dr hab. Tadeusz Ostrowski (e-mail: tostrowski@uafm.edu.pl)

Semestr, liczba punktów ECTS, rodzaj zajęć, liczba godzin w planie studiów

Semestr	Wykład	Ćwiczenia	ECTS
2	20 godz.	20 godz.	6

2. Cele przedmiotu

C1	Zapoznanie z reprezentatywnymi teoriami emocji i motywacji rozwijanymi w psychologii oraz z kontrowersjami, dotyczącymi istoty tych zjawisk, co pozwoli uświadomić sobie złożoność analizowanych procesów, ułatwi identyfikowanie różnych emocji i motywów ludzkiego działania oraz umożliwi zrozumienie znaczenia sfery emocjonalno-motywacyjnej w sytuacjach życiowych.
----	---

3. Wymagania wstępne

Przedmiot ma charakter podstawowy. Brak wymagań wstępnych.

4. Opis efektów uczenia się

W1	Wiedza: Student, który zaliczył przedmiot zna podstawowe właściwości procesów emocjonalno-motywacyjnych i prawidłowości ich funkcjonowania, ma świadomość wielości koncepcji teoretycznych, dotyczących tych procesów, co wskazuje na złożoność badanych zjawisk, dostrzega biologiczne i społeczne uwarunkowania sfery emocji i motywacji człowieka oraz jej znaczenie w poznawczym i społecznym funkcjonowaniu, rozoznaje różnorodne czynniki wzbudzające emocje i motywy działania, zna psychiczne mechanizmy kontrolowania tych procesów.	EUK7_W1, EUK7_W2, EUK7_W4, EUK7_W6
U1	Umiejętności: Student, który zaliczył przedmiot potrafi: dokonać psychologicznej charakterystyki sfery emocjonalno-motywacyjnej człowieka, dostrzec różnice indywidualne w tym zakresie, poddać bliższej analizie i opisać cechy różnych emocji i motywów ludzkich działań, wskazać biologiczne i społeczne uwarunkowania wzbudzania emocji i motywacji, odróżnić funkcję emocji adaptacyjną od dezadaptacyjnej, stymulować rozwój inteligencji emocjonalnej własnej oraz innych osób.	EUK7_U1, EUK7_U2, EUK7_U8
K1	Kompetencje społeczne: Student, który zaliczył przedmiot jest świadomy znaczenia emocji i motywacji w życiu człowieka, oddziaływania tej sfery psychiki na procesy poznawcze, decyzyjne oraz działanie człowieka.	EUK7_KS1, EUK7_KS4

5. Treści programowe

Wykład (20 godz.)

Kod	Tematyka zajęć (nr semestru: 2)
Wyk1	Afekt, emocja, uczucie – pojęcia podstawowe.
Wyk2	Emocje, nastroje, cechy emocjonalne - podstawowe pojęcia afektywne. Charakterystyka etapów i aspektów procesu emocjonalnego.
Wyk3	Klasyczne teorie emocji. Poznawcze teorie emocji, na przykładzie teorii Richarda Lazarusa.
Wyk4	Podjęcie ewolucyjne - etologia i socjobiologia. Psychodynamiczna teoria motywacji.
Wyk5	Rozpoznawanie ekspresji emocjonalnej twarzy, czyli mimiki. Procesy poznawcze a procesy emocjonalne.
Wyk6	Podstawowe pojęcia z zakresu motywacji.
Wyk7	Podstawowe modele motywacji. Model homeostatyczny. Model podnietowy, neobehawiorystyczny.
Wyk8	Model poznawczy motywacji.
Wyk9	Model humanistyczny. Teoria motywacji w ujęciu Masłowa.
Wyk10	Motywacja poprzez wartości.

Ćwiczenia (20 godz.)

Kod	Tematyka zajęć (nr semestru: 2)
Cw1	Zajęcia wprowadzające. Ogólna charakterystyka psychologii emocji i motywacji.
Cw2	Funkcje emocji. Emocje a poznanie.
Cw3	Kulturowe interpretacje emocji.
Cw4	Styl emocjonalny.
Cw5	Ewaluacyjne emocje samoświadomościowe. Zażenowanie, duma, wstyd, poczucie winy.
Cw6	Wprowadzenie do problematyki motywacji.
Cw7	Mechanizmy kontroli i poczucie własnej wartości. Samoregulacja motywacji; wyznaczanie celów.
Cw8	Motywacja egzystencjalna.

Cw9	Stres, radzenie sobie i zdrowie.
Cw10	Kolokwium zaliczeniowe z emocji i motywacji.

6. Metody dydaktyczne

Wykład	
M6	Dyskusja
M17	Prezentacja multimedialna
M20	Wykłady
Ćwiczenia	
M2	Analiza tekstów
M6	Dyskusja
M10	Konwersatorium
M16	Praca w grupach
M17	Prezentacja multimedialna

7. Nakład pracy studenta

Forma aktywności studenta	Obciążenie studenta
Wykład	20 godz.
W tym metodą e-learning:	0 godz.

Ćwiczenia	20 godz.
W tym metodą e-learning:	0 godz.

Praca własna studenta	110 godz.
------------------------------	------------------

Całkowite obciążenia	
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta	150 godz.
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	6 ECTS

8. Kryteria oceny

Warunki zaliczenia przedmiotu:

1. Czynna obecność na ćwiczeniach, znajomość lektury, która jest sprawdzana na początku ćwiczeń, w formie ustnego sprawdzianu wiedzy z zadanej lektury. Osoby, które wykażą się znajomością lektury otrzymują plusa. Za trzy plusy, uzyskane w ciągu semestru przyznaje się 1 dodatkowy punkt, do liczby punktów uzyskanych w kolokwium końcowym, na zaliczenie ćwiczeń. Dopuszczalna jest jedna nieobecność bez usprawiedliwienia w ciągu semestru.
2. Przedstawienie jednej prezentacji w ciągu semestru. Prezentacja powinna być przygotowana w Power Point na zadany temat (Wersja edytowalna, do poprawy). Prezentacja powinna trwać 10 – 15 min, nie dłużej, niż 30 min. Prezentację trzeba przysłać jeden dzień wcześniej na adres e-mailowy osoby prowadzącej zajęcia, nie później, niż do godz. 20.00.
3. Kolokwium na zaliczenie z ćwiczeń (test jednokrotnego wyboru, 4 możliwe odpowiedzi).
4. Aby zaliczyć ćwiczenia konieczne jest uzyskanie oceny pozytywnej z prezentacji i z kolokwium. Ocena z ćwiczeń jest średnią arytmetyczną tych dwóch ocen.
5. Osoby, które nie zaliczą prezentacji piszą opracowanie pisemne na zadany temat. Osoby, które nie zaliczą kolokwium zdają je ponownie w sesji poprawkowej we wrześniu.
6. Egzamin testowy w sesji letniej, poprawkowy testowy we wrześniu.

Wykłady (Egzamin końcowy / Zaliczenie końcowe)	
Na ocenę 5:	91% - 100% punktów, które można otrzymać w teście. Liczba punktów otrzymanych na egzaminie ustnym pomiędzy 2,75 - 3.
Na ocenę 4,5:	81% - 90% punktów, które można otrzymać w teście. Liczba punktów otrzymanych na egzaminie ustnym pomiędzy: 2,5 - 2,75.
Na ocenę 4:	71% - 80% punktów, które można otrzymać w teście. Liczba punktów otrzymanych na egzaminie ustnym pomiędzy: 2,25 - 2,5.
Na ocenę 3,5:	61% - 70% punktów, które można otrzymać w teście. Liczba punktów otrzymanych na egzaminie ustnym pomiędzy: 2 - 2,25.
Na ocenę 3:	51% - 60% punktów, które można otrzymać w teście. Liczba punktów otrzymanych na egzaminie ustnym: 1,5 - 2.

Ćwiczenia	
Na ocenę 5:	91% - 100% punktów, które można otrzymać w teście.
Na ocenę 4,5:	81% - 90% punktów, które można otrzymać w teście.
Na ocenę 4:	71% - 80% punktów, które można otrzymać w teście.
Na ocenę 3,5:	61% - 70% punktów, które można otrzymać w teście.
Na ocenę 3:	51% - 60% punktów, które można otrzymać w teście.

9. Literatura

Literatura podstawowa

- Ekman P., Davidson R.J. (1998) Natura emocji. Sopot, GWP
- Oatley K., Jenkins J.M. (2003) Zrozumieć emocje. Warszawa, WN PWN
- Davidson J.R., Begley S. (2013) Życie emocjonalne mózgu. Kraków, WUJ
- Franken R.E. (2005) Psychologia motywacji. Sopot, GWP
- Deckers L. (2023) Motywacja. Perspektywa biologiczna, psychologiczna i środowiskowa. Warszawa, WN PWN
- Ostrowski T.M. (2022) Egzystencjalne uwarunkowania odporności i prężności psychicznej. Kraków, OW AFM
- Lewis M., Haviland-Jones J.M. (2005) Psychologia emocji. Sopot, GWP

Literatura uzupełniająca

- Strelau, J., Doliński, D. (red.) (2008) Psychologia. Podręcznik akademicki. Sopot, GWP
- Gerrig R.J., Zimbardo P.G. (2003) Psychologia i życie. Warszawa, WN PWN
- Rheinberg F. (2006) Psychologia motywacji. Kraków, WAM

Publikacje prowadzącego

- Ostrowski T.M. (2015) Resilience and health in a fast-changing world. Kraków, WUJ [tytuł rozdziału: Meaning of life and resiliency], s. 19-31
- Ostrowski T.M., Piasecka B., Gerc K. (2018) Resilience and Health. Challenges for an Individual, Family and Community. Kraków, WUJ [tytuł rozdziału: Resilience in Contemporary Psychology], s. 7-19
- Ostrowski T.M., Adamczyk M. (2018) Resilience and Health. Challenges for an Individual, Family and Community. Kraków, WUJ [tytuł rozdziału: Existential Determinants of Resiliency in Alcohol Use Disorders], s. 41-54
- Ostrowski T.M. (2020) Poczucie sensu życia i wrażliwość wobec wartości a lęk i depresja w grupie młodych dorosłych oraz seniorów. W: T.M. Ostrowski (red.), Blaski i cienie życia – perspektywa psychologiczna. Kraków, OW AFM, s. 131-154
- Franczok-Kuczynowska A., Ostrowski T.M. (2020) Personality, resilience, and stress as predictors of mental health in informal partner relationships. W: K. Gerc, B. Piasecka (red.), Contextual Axiological Conditions of Mental Resilience and Health. Kraków, WUJ, s. 29-46

10. Informacja o osobach prowadzących zajęcia

Osoby prowadzące zajęcia

mgr Agnieszka Grabka (e-mail: agrabka@uafm.edu.pl)

mgr Angelika Hejmej-Lelakowska (e-mail: ahejmej@uafm.edu.pl)

dr hab. Tadeusz Ostrowski (e-mail: tostrowski@uafm.edu.pl)