



UNIWERSYTET
Andrzeja Frycza Modrzewskiego
w Krakowie

KARTA PRZEDMIOTU

1. Informacje wstępne

Nazwa przedmiotu	Pomoc psychologiczna
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	36 godz.
Cykl dydaktyczny	2024/2025 zimowy
Semestr studiów	6
Rok studiów	3
Profil kształcenia	ogólnoakademicki
Rok realizacji	2026/2027
Język wykładowy	polski
Osoba odpowiedzialna za przedmiot	dr Łukasz Barwiński (e-mail: lbarwinski@uafm.edu.pl)

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

Semestr	Wykład	Warsztat	ECTS
6	18 godz.	18 godz.	6

2. Cele przedmiotu

C1	<p>Celem zajęć jest dostarczenie wiedzy na temat pomocy psychologicznej oraz jej zróżnicowanych form, zagadnień dotyczących badań empirycznych i praktyki psychologicznej odnośnie do pomocy psychologicznej, jako zachowania prospołecznego i jego uwarunkowań, roli relacji w udzielaniu pomocy psychologicznej w różnych sytuacjach, w tym pomocy ukierunkowanej na rozwój jednostki, rozwiązywanie kryzysów rozwojowych i traumatycznych, pomocy w zmniejszaniu i usunięciu zaburzeń, a także wsparcia i samopomocy, rehabilitacji psychospołecznej i profilaktyki.</p> <p>Celem zajęć jest również rozwijanie umiejętności związanych z rozpoznawaniem, klasyfikowaniem i rozwiązywaniem problemów wymagających pomocy psychologicznej w kontekście zdrowia-choroby (w tym problemy z zakresu zdrowia psychicznego oraz somatycznego) oraz w sytuacjach trudnych i kryzysowych (m.in. sytuacje konfliktowe, kryzysy rozwojowe, sytuacje trudne, związane z niepełnosprawnością, hospitalizacja, bezrobociem) oraz posługiwaniem się adekwatnymi metodami pomocy psychologicznej (np. poradnictwo psychologiczne, psychoterapia, interwencja kryzysowa, wsparcie, promocja zdrowia, rehabilitacja).</p>
-----------	---

3. Wymagania wstępne

Psychologia rozwojowa, psychologia procesów poznawczych, psychologia osobowości, diagnoza psychologiczna, psychologia emocji i motywacji, psychopatologia.

4. Opis efektów uczenia się

W1	Wiedza: definiuje pomoc psychologiczną i jej rodzaje, tj. poradnictwo psychologiczne, psychoterapię, interwencje w kryzysie, rehabilitację psychospołeczną, promocję zdrowia / profilaktykę; opisuje zachowania prospołeczne, altruistyczne, empatię, kontrakt pomagania, motywacje pomagania, rozpoznaje zachowania prozdrowotne i antyzdrowotne, kryzys rozwojowy, sytuacje traumatyczne, rozumie znaczenie relacji w pomocy psychologicznej, opisuje wsparcie społeczne, wybrane zagadnienia samopomocy; klasyfikuje rodzaje pomocy psychologicznej i różnice między nimi, a także obszary ich stosowania; rozumie zależności pomiędzy procesem diagnozy psychologicznej i udzielaniem pomocy	EUK7_W1, EUK7_W2, EUK7_W6, EUK7_W7, EUK7_W8, EUK7_W9
W2	Wiedza: analizuje zachowania pomocowe, relacje interpersonalne, diagnozuje sytuacje wymagające pomocy psychologicznej, promowania zdrowia, prewencji, wsparcia społecznego, interwencji kryzysowej, zna zasady dotyczące nawiązywania relacji interpersonalnych w procesie pomocy, rozumie idee i zasady kontraktu pomagania, dokonuje eksploracji problemów, ustala cele pomagania, zna techniki komunikowania; zna i rozumie różnice w zakresie poszczególnych form pomocy psychologicznej w głównych paradygmatach oraz modele transteoretyczne pomocy psychologicznej	EUK7_W2, EUK7_W8, EUK7_W9
U1	Umiejętności: diagnozuje sytuacje wymagające różnych form pomocy psychologicznej, promowania zdrowia, prewencji i potrafi je adekwatnie dobierać do sytuacji problemowej; udziela wsparcia społecznego	EUK7_U4, EUK7_U5, EUK7_U6
U2	Umiejętności: nawiązuje kontakt z osobą wymagającą udzielenia pomocy w celu zbudowania właściwej relacji pomagania i stosuje adekwatne techniki komunikowania, w tym m.in. aktywne słuchanie, parafrazowanie, odzwierciedlanie, interpretowanie, werbalizacje, konfrontowanie, informowanie, klaryfikację, podsumowanie	EUK7_U4, EUK7_U6, EUK7_U7
K1	Kompetencje społeczne: jest świadomy konieczności stałego uaktualniania wiedzy, zachowuje samokrytycyzm, analizuje własne zachowanie, wykazuje postawę prospołeczną, okazuje szacunek i empatię wobec osób wymagających pomocy, przestrzega praw pacjenta i zasad etyki zawodu psychologa, a zdobytą wiedzę wykorzystuje do udzielania skutecznej pomocy	EUK7_KS1, EUK7_KS2, EUK7_KS3, EUK7_KS4

5. Treści programowe

Wykład (18 godz.)

Kod	Tematyka zajęć (nr semestru: 6)
------------	--

Wyk1	Pomoc psychologiczna w rozwiązywaniu problemów zdrowotnych, rozwojowych oraz sytuacji kryzysowych. Pomoc psychologiczna jako zachowanie prospołeczne i jego uwarunkowania. Relacja w udzielaniu pomocy psychologicznej. Proces pomagania i jego uwarunkowania. Znaczenie profesjonalnego zachowania oraz zasady udzielania pomocy psychologicznej. Systemy paradygmatyczne i nieparadygmatyczne oraz model transteoretyczny. Psychoterapia. Poradnictwo psychologiczne. Interwencja kryzysowa. Promocja zdrowia i profilaktyka. Rehabilitacja psychospołeczna. Pomoc profesjonalna a wsparcie społeczne i samopomoc. Pomoc psychologiczna a badania i praktyka psychologa klinicznego. Skuteczność pomocy psychologicznej.
------	--

Warsztat (18 godz.)

Kod	Tematyka zajęć (nr semestru: 6)
War1	Wprowadzenie do problematyki pomocy psychologicznej. Rozróżnienie między sytuacją kryzysową, a sytuacją pomocy psychologicznej w kontekście zdrowotnym i rozwojowym. Podział sytuacji trudnych, psychologiczne cechy sytuacji kryzysowych, kryteria rozpoznawania kryzysów, ogólne ramy udzielania pomocy w różnych sytuacjach. Relacja pomagania - praktyczne umiejętności nawiązywania i podtrzymywania kontaktu interpersonalnego. Podstawowe techniki komunikacyjne wykorzystywane w różnych formach pomocy psychologicznej. Analiza wybranych sytuacji uzasadniających udzielania pomocy psychologicznej w kontekście ich diagnozy, doboru adekwatnej formy pomocy oraz zaplanowania jej przebiegu (w tym w szczególności zaburzenia psychiczne, choroby somatyczne, kryzysy rozwojowe, niepełnosprawność, wydarzenia traumatyczne).

6. Metody dydaktyczne

Wykład	
M10	Konwersatorium
M17	Prezentacja multimedialna
M20	Wykłady
Warsztat	
	Referat
M1	Analiza przypadków
M6	Dyskusja
M9	Inscenizacja
M16	Praca w grupach

7. Nakład pracy studenta

Forma aktywności studenta	Obciążenie studenta
Wykład	18 godz.
W tym metodą e-learning:	0 godz.

Warsztat	18 godz.
W tym metodą e-learning:	0 godz.

Praca własna studenta	114 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:

Egzamin testowy. Konieczność uzyskania pozytywnej oceny z warsztatu, aby przystąpić do egzaminu testowego. Zaliczenie warsztatu odbywa się na podstawie aktywnego udziału w zajęciach (dyskusja) oraz wykonania zadań zaliczeniowych zleconych przez prowadzącego (prezentacje/referaty, zadania indywidualne i praca w grupach).

Wykłady (Egzamin końcowy / Zaliczenie końcowe)	
Na ocenę 5:	Uzyskanie co najmniej 94% punktów z egzaminu testowego
Na ocenę 4,5:	Uzyskanie co najmniej 86% punktów z egzaminu testowego
Na ocenę 4:	Uzyskanie co najmniej 78% punktów z egzaminu testowego
Na ocenę 3,5:	Uzyskanie co najmniej 70% punktów z egzaminu testowego
Na ocenę 3:	Uzyskanie co najmniej 60% punktów z egzaminu testowego

Warsztat	
Na ocenę 5:	Bardzo dobra aktywność podczas zajęć, wysokie zaangażowanie w przebieg zajęć, umiejętność stosowania wszystkich technik komunikacji wykorzystywanych w relacji pomagania oraz umiejętność ich stosowania, wyróżniające wykonanie zadań na zajęciach
Na ocenę 4,5:	Dobra aktywność podczas zajęć, duże zaangażowanie w przebieg zajęć, umiejętność stosowania wszystkich technik komunikacji wykorzystywanych w relacji pomagania oraz umiejętność ich stosowania, dobre wykonanie zadań na zajęciach
Na ocenę 4:	Dobra aktywność podczas zajęć, zaangażowanie w przebieg zajęć, umiejętność stosowania większości technik komunikacji wykorzystywanych w relacji pomagania oraz umiejętność ich stosowania, dobre wykonanie zadań na zajęciach
Na ocenę 3,5:	Zadowolająca aktywność, zadowolająca znajomość technik komunikacji interpersonalnej wykorzystywanych w relacji pomagania oraz umiejętność stosowania części z nich, wykonanie zadań na zajęciach w podstawowym zakresie
Na ocenę 3:	Wyłącznie ograniczona aktywność na zajęciach, podstawowa znajomość technik komunikacji interpersonalnej wykorzystywanych w relacji pomagania, wykonanie zadań na zajęciach w podstawowym zakresie

9. Literatura

Literatura podstawowa

1. Cierpiąkowska, L., Sęk, H. (2016/2020). Psychologia kliniczna. Wydawnictwo Naukowe PWN. Część VI: rozdziały 28-34
- Czabała, J. C., & Kluczyńska, S. (2015/2024). Poradnictwo psychologiczne. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Okun, B. F. (2002). Skuteczna pomoc psychologiczna. Instytut Psychologii Zdrowia

Literatura uzupełniająca

1. Feltham Colin, Horton Ian (2020). Psychoterapia i poradnictwo tom 1-2 . GWP
2. Wilczek-Rużyczka E. (2019). Komunikowanie się z chorym psychicznie, Wyd. PZWL
3. Kubacka-Jasiecka D., Mudyń K. (red.). (2014). Kryzysy i ich przezwyciężanie: problemy interwencji i pomocy psychologicznej, Wyd. A. Marszałek