**Nazwa przedmiotu:**

Autokreacja

**Koordynator przedmiotu:**

mgr Patrycja Gajda

**Status przedmiotu:**

Fakultatywny dowolnego wyboru

**Poziom kształcenia:**

Studia I stopnia

**Program:**

Budownictwo

**Grupa przedmiotów:**

Przedmioty do wyboru

**Kod przedmiotu:**

HESAKR

**Semestr nominalny:**

7 / rok ak. 2015/2016

**Liczba punktów ECTS:**

2

**Liczba godzin pracy studenta związanych z osiągnięciem efektów uczenia się:**

Razem 50 godz. = 2 ECTS: 30 godz. wykładów, 20 godz. studiowanie literatury i przygotowanie do sprawdzianu.

**Liczba punktów ECTS na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich:**

Razem 30 godz. = 1 ECTS: wykłady.

**Język prowadzenia zajęć:**

polski

**Liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach zajęć o charakterze praktycznym:**

0 ECTS

**Formy zajęć i ich wymiar w semestrze:**

|  |  |
| --- | --- |
| Wykład: | 30h |
| Ćwiczenia: | 0h |
| Laboratorium: | 0h |
| Projekt: | 0h |
| Lekcje komputerowe: | 0h |

**Wymagania wstępne:**

brak

**Limit liczby studentów:**

60 osób

**Cel przedmiotu:**

Celem zajęć jest nabycie umiejętności kreowania pierwszego wrażenia, rozwinięcie zdolności skutecznego porozumiewania się czyli uświadomienie sobie jak komunikacja niewerbalna „mowa ciała” może wzmacniać przekaz słowny. Poznanie sposobów skutecznej komunikacji oraz technik wpływu społecznego.
Nabycie wiedzy dotyczącej struktury dobrej prezentacji, jej zaprojektowania i zrealizowania.
Poszerzenie wiedzy na temat przygotowania się do rozmowy rekrutacyjnej.

**Treści kształcenia:**

<ol><li>Wprowadzenie pojęcia autokreacji , autoprezentacji autentycznej i fałszywej.
<li>Budowanie pozytywnego obrazu siebie. W jaki sposób poznajemy samych siebie.
<li>Techniki wpływu społecznego: Zjednywanie sobie ludzi, zasady lubienia.
<li>Sztuka wystąpień publicznych na poziomie zaawansowanym.
<li>Rola komunikacji niewerbalnej w autoprezentacji: gestykulacja, wyraz mimiczny twarzy, dotyk i kontakt fizyczny, dźwięki para lingwistyczne, kanał wokalny, spojrzenia i wymiana spojrzeń, dystans fizyczny, pozycja ciała w trakcie rozmowy, organizacja środowiska.
<li>Kontrola swoich stanów wewnętrznych. Kontrolowanie wysyłanych przez siebie komunikatów niewerbalnych.
<li>Rola komunikacji werbalnej w autoprezentacji. Na czym polega skuteczna komunikacja i skąd biorą się nieporozumienia komunikacyjne. Techniki aktywnego słuchania.
<li>Wystąpienia publiczne, rodzaje prezentacji, asertywna umiejętność obrony własnych przekonań.
<li>Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej.
<li>Kluczowe pytania rekrutującego. Pytania służące nawiązaniu kontaktu, otwierające rozmową, pytania o możliwości i umiejętności, o motywację, o oczekiwania finansowe.
<li>Taktyki postępowania podczas rozmowy kwalifikacyjnej, na jakie zachowania osoba starająca się o pracę nie może sobie pozwolić?
<li>Jak zachowujemy się w sytuacjach trudnych emocjonalnie, pod wpływem stresu.
<li>Konsekwencje różnych stylów radzenia sobie ze stresem dla zdrowia. Funkcjonowanie w sytuacjach społecznych.
<li>Indywidualne czynniki wpływające na intensywność reakcji stresowej. Moderatory: temperament, osobowość, inteligencja, posiadana wiedza, doświadczenia.</ol>

**Metody oceny:**

Sprawdzian pisemny.

**Egzamin:**

nie

**Literatura:**

[1] Wywieranie wrażenia na innych. O sztuce autoprezentacji. Leary Mark Richard, wyd. Psychologiczne, Gdańsk 2004;<br>
[2] Psychologia Społeczna. E. Aronson, Timothy D. Wilson, Robin M. Akert, Zysk i S-ka Wydawnictwo;<br>
[3] Mowa ciała, Allan i Barbara Pease, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 2011;<br>
[4] Rozmowa kwalifikacyjna. O czym nie wiedzą kandydaci do pracy, czyli sekrety rekrutujących; Angelika Śniegocka; Wyd. Helion 2010;<br>
[5] Jak tworzyć własny wizerunek, Sampson Eleri, Wyd. ABC, Warszawa 1996.

**Witryna www przedmiotu:**

-

**Uwagi:**

## Efekty przedmiotowe

### Profil ogólnoakademicki - wiedza

**Efekt HESAKRW1:**

Zna sposoby skutecznej komunikacji oraz techniki wpływu społecznego.
Ma wiedzę dotyczącą struktury dobrej prezentacji, jej zaprojektowania i zrealizowania.

Weryfikacja:

Sprawdzian.

**Powiązane efekty kierunkowe:** K1\_W19

**Powiązane efekty obszarowe:** T1A\_W02

### Profil ogólnoakademicki - kompetencje społeczne

**Efekt HESAKRK1:**

Samodzielnie uzupełnia i poszerza wiedzę.

Weryfikacja:

Aktywność na zajęciach.

**Powiązane efekty kierunkowe:** K1\_K03

**Powiązane efekty obszarowe:** T1A\_K01, T1A\_K05, T1A\_K06