

## CHARAKTERYSTYKA STUDIÓW PODYPLOMOWYCH

| Nazwa studiów podyplomowych   | <b>Edukacja bez przemocy</b>   |
|---|--|
| Kierunek studiów  | Pedagogika   |
| Przyporządkowanie do dyscypliny   | Pedagogika   |
| Jednostka prowadząca  | Akademia Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej   |
| Charakter kształcenia   | doskonałący  |
| Forma studiów   | niestacjonarne   |
| Liczba semestrów/ liczba punktów ECTS/ liczba godzin  | 2 semestry/36/108  |
| Czas trwania pierwszej edycji studiów (od pierwszego do ostatniego dnia miesiąca)   | 1.02.2024-31.01.2025   |
| Ogólne cele kształcenia, uzyskiwane kwalifikacje, podstawy prawne kwalifikacji oraz możliwości zatrudnienia absolwentów studiów | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cel kształcenia</li> </ul> <p>Głównym celem kształcenia jest nabycie kompetencji, pozwalających zastosować w edukacji podejście <i>nonviolence</i>, która polega na rezygnowaniu z przemocy i wybieraniu innych postaw, bardziej sprzyjających kontaktowi z sobą i z innymi.</p> <p>Cele szczegółowe to m.in. zapoznanie studentów z praktycznymi narzędziami, pochodzącymi z różnych podejść i modeli, przede wszystkim z Porozumienia bez Przemocy (<i>Nonviolent Communication, NVC</i>) Marshalla B. Rosenberga, Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach/Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach oraz uważności (<i>mindfulness</i>).</p> <p>Dzięki spójności między tym, o czym są te studia, a tym, jak są prowadzone zajęcia, studenci doświadczą takich jakości, jak: szacunek,</p> |

bezpieczeństwo, wolność, sens. Doświadczą dobrowolnego uczenia się w bezpiecznej przestrzeni, w której nie są oceniani, są za to szanowani, widziani, uwzględniani, i w której mogą uczyć się dla siebie, w sposób, który im służy. Będą traktowani przede wszystkim jak osoby ludzkie – godne szacunku przez sam fakt swojego istnienia – a dopiero później jako studenci. Będą mieli okazję przekonać się, ile radości może dawać uczenie się, kiedy kierujemy uwagę na potencjał i zasoby, a nie na problemy i deficyty. Tę jakość bycia ze sobą i z innymi będą mogli zanieść dalej, do swoich środowisk.

Na studiach tych nie ma ocen ani nie jest pisana praca dyplomowa. Większość zajęć to warsztaty, a podstawą do ich zaliczenia jest obecność. Wykłady to podcasty, które można odsłuchać w wybranym przez siebie momencie w ciągu miesiąca od zjazdu. W planie zajęć jest więcej przerw i mniej godzin pracy, niż to bywa zazwyczaj na studiach. Zajęcia niedzielne kończą się o takiej porze, żeby można było zjeść obiad razem z rodziną i spędzić z nią czas. Pomiędzy zjazdami studenci mają możliwość korzystania z indywidualnego wsparcia osób prowadzących i są zapraszani do wspierania siebie nawzajem w rozwoju.

Program zajęć ułożony został z dbałością o potrzeby studentów i o zapewnienie im warunków, które sprzyjają dobrostanowi i rozwojowi. Warsztaty zawarte w module *Empatia i granice w praktyce edukacyjnej* prowadzone są stale przez te same dwie osoby, co daje stabilność i przewidywalność. Warsztaty zawarte w module *Edukacja bez przemocy – inspiracje* prowadzone są przez różne osoby, co daje urozmaicenie i inspirację. Tematy wszystkich warsztatów zaczynają się od zagadnień związanych z postawą *nonviolence* wobec samych siebie i stopniowo przechodzą do *nonviolence* wobec innych. Tematyka wykładów jest dopasowana do tematyki warsztatów i powiększa

|                     |   |
|---------------------|---|
|                     | <p>zakres inspirujących pomysłów do wyboru.</p> <p>Tak zaprojektowane studia mogą być atrakcyjne zarówno dla osób początkujących w zakresie komunikacji i postawy <i>nonviolence</i>, jak i dla tych, które poznały już jej podstawy (np. na studiach podyplomowych z Porozumienia bez Przemocy) i chciałyby nabrać większej łatwości w posługiwaniu się „językiem i uszami żyrafy” oraz poszerzyć perspektywę i spojrzeć na edukację z punktu widzenia różnych praktycznych modeli i podejść.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kwalifikacje – nie dotyczy</li> <li>• Podstawy prawne kwalifikacji – nie dotyczy</li> <li>• Możliwości zatrudnienia absolwentów</li> </ul> <p>Absolwenci studiów mogą być zatrudnieni we wszelkich placówkach edukacyjnych zgodnie z wcześniej nabytymi kwalifikacjami, a szczególnie w placówkach nastawionych na empatię i dialog, czyli m.in. w przedszkolach i szkołach demokratycznych, w placówkach montessoriańskich czy w tzw. wioskach, a także w edukacji domowej i w szkołach, które ją wspierają.</p> |
| Sylwetka absolwenta | <p>Absolwent będzie znał i rozumiał założenia postawy <i>nonviolence</i>. Będzie miał praktyczną znajomość Porozumienia bez Przemocy (NVC) oraz innych wybranych modeli, podejść, technik i narzędzi użytecznych w edukacji, m.in. uważności (<i>mindfulness</i>), Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach i Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach, Systemu Wewnętrznej Rodziny i coachingu.</p> <p>Będzie miał pogłębioną samoświadomość: będzie miał świadomość sygnałów z własnego ciała, będzie potrafił je odczytywać i integrować ze swoimi uczuciami, potrzebami, myślami i decyzjami. Będzie miał umiejętność empatycznej komunikacji z samym</p>   |

|   |  |
|---|--|
|   | <p>sobą. Będzie miał także umiejętność empatycznej komunikacji z dziećmi, rodzicami i nauczycielami: będzie potrafił wyrażać siebie z autentycznością i jednocześnie bez przemocy, będzie też umiał słuchać z empatią innych osób. Będzie potrafił świadomie komunikować się z innymi, pozostając w kontakcie ze sobą, również w sytuacjach, gdy usłyszy krytykę lub odmowę. Będzie potrafił zadbać o własne granice, własny dobrostan i samoregulację, a także wspierać uczniów w uczeniu się i w dbaniu o swoje granice, dobrostan i samoregulację. Będzie umiał budować dobre relacje z rodzicami, uczniami i współpracownikami.</p> <p>Dzięki wiedzy, pogłębionej świadomości i samoświadomości oraz umiejętnościom absolwent będzie gotów wnieść do edukacji postawę <i>nonviolence</i> i projektować przyjazną przestrzeń do uczenia się i rozwoju.</p> <p>Absolwent będzie miał również kompetencje przydatne w sytuacjach kryzysowych: będzie umiał mediować w konfliktach między dziećmi oraz interweniować w razie przemocy.</p> |
| Wymagania wstępne, oczekiwane kompetencje kandydata | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wymagania wstępne:<br/>ukończone studia licencjackie lub magisterskie</li> <li>• Oczekiwane kompetencje kandydata:<br/>czynna znajomość języka polskiego</li> </ul>   |
| Wymagane dokumenty                                  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podanie o przyjęcie na wybrane studia podyplomowe (wygenerowane z systemu IRK)</li> <li>2. Poświadczona przez Akademię kopia dyplomu ukończenia studiów pierwszego, drugiego stopnia lub jednolitych studiów magisterskich</li> <li>3. Wypełnione i podpisane Oświadczenie słuchacza studiów podyplomowych (wygenerowane z systemu IRK)</li> </ol>   |
| Przewidywana liczba słuchaczy/<br>limit miejsc      | <p>16</p> <p>W razie większej liczby chętnych o przyjęciu decyduje kolejność zgłoszeń.</p>   |
| Symbol nazwy kierunku kształcenia                   | 0188   |

**EFEKTY UCZENIA SIĘ DLA STUDIÓW PODYPLOMOWYCH  
DOSKONALĄCYCH  
„EDUKACJA BEZ PRZEMOCY”**

| Symbol efektu                                      | EFEKTY UCZENIA SIĘ  |
|--|---|
| <b>Absolwent studiów podyplomowych w zakresie:</b> |   |
| <b>WIEDZY</b>                                      |   |
| W.1.   | Rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli,   |
| W.2.   | Zna wybrane założenia, rozróżnienia i procesy modelu Porozumienia bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga oraz praktyczne możliwości zastosowania tego modelu w edukacji.                                 |
| W.3.   | Zna podstawy uważności ( <i>mindfulness</i> ) dla nauczycieli.  |
| W.4.   | Zna podstawowe założenia Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach (PSR) oraz jego możliwe zastosowania w Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (ESR).  |
| W.5.   | Zna podstawy modelu System Wewnętrznej Rodziny (SWR) i jego możliwe zastosowania w edukacji.  |
| W.6.   | Zna możliwości zastosowania metod i narzędzi coachingowych w projektowaniu pożądanej zmiany w edukacji.   |
| W.7.   | Ma podstawową praktyczną wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| <b>UMIEJĘTNOŚCI</b>                                |   |
| U.1.   | Potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.2.   | Potrafi praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.  |
| U.3.   | Potrafi praktykować uważność w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych oraz wprowadzać uważność do edukacji.   |
| U.4.   | Potrafi stosować przesłanki teoretyczne Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach (PSR) w Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (ESR).  |
| U.5.   | Potrafi zastosować model System Wewnętrznej Rodziny (SWR) w praktyce edukacyjnej.   |
| U.6.   | Potrafi zastosować metody i narzędzia coachingowe dla zaprojektowania pożądanej zmiany w edukacji.  |
| U.7.   | Potrafi zastosować w praktyce wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą   |

|                                |  |
|--------------------------------|--|
|                                | współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli.   |
| <b>KOMPETENCJE SPOŁECZNYCH</b> |  |
| S.1.                           | Ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| S.2.                           | Ma gotowość, by praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.   |
| S.3.                           | Ma gotowość, by praktykować uważność w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi oraz wprowadzać uważność do edukacji.  |
| S.4.                           | Ma gotowość, by stosować przesłanki teoretyczne Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach (PSR) w Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (ESR).   |
| S.5.                           | Ma gotowość, by stosować model System Wewnętrznej Rodziny (SWR) w praktyce edukacyjnej.  |
| S.6.                           | Ma gotowość, by stosować metody i narzędzia coachingowe dla zaprojektowania pożądanej zmiany w edukacji.   |
| S.7.                           | Ma gotowość, by stosować w praktyce wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |

Część efektów uczenia się może zostać zrealizowana za pomocą technik i metod kształcenia na odległość – w zależności od decyzji Uczelni.

**OPIS ZAJĘĆ DLA STUDIÓW PODYPLOMOWYCH  
KWALIFIKACYJNYCH I DOSKONALĄCYCH**

**MODUŁ: EMPATIA I GRANICE W PRAKTYCE EDUKACYJNEJ**

| <b><i>Wprowadzenie do studiów „Edukacja bez przemocy”</i></b> |   |
|---|---|
| <b>Symbol efektu</b>  | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
| <b>Wiedza</b>   |   |
| W.1.  | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.1.  | Studentka/student rozumie znaczenie intencji wszystkich osób zaangażowanych w proces edukacyjny.  |
| W.1.2.  | Studentka/student rozumie znaczenie wyznaczania sobie celów edukacyjnych przez osoby uczące się i wartość brania na siebie przez te osoby odpowiedzialności za ich realizację.  |
| W.1.3.  | Studentka/student rozumie znaczenie zaspokojenia potrzeb: bezpieczeństwa i wolności wszystkich osób zaangażowanych w proces edukacyjny.   |
| W.1.4.  | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.1.  | Studentka/student rozumie znaczenie integracji w grupie i zna praktyczne sposoby jej wspierania.  |
| W.1.4.2.  | Studentka/student rozumie znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.3.  | Studentka/student rozumie znaczenie komunikacji międzyludzkiej dla współpracy w edukacji i zna różnice między komunikacją wspierającą kontakt a komunikacją niewspierającą kontaktu.  |
| W.1.5.  | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.  | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.  | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.1.6.  | Studentka/student zna przykłady dobrych praktyk w projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającej efektywnej nauce i pracy.  |
| W.2.  | Studentka/student zna wybrane założenia, rozróżnienia i procesy modelu Porozumienia bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla   |

|                              |   |
|------------------------------|---|
|                              | B. Rosenberga oraz praktyczne możliwości zastosowania tego modelu w edukacji.   |
| W.2.1.                       | Studentka/student zna definicję umowy i sposób zawierania umów w modelu <i>NVC</i> .  |
| <b>Umiejętności</b>          |   |
| U.1.                         | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.1.                       | Studentka/student potrafi rozpoznawać własne intencje i uwzględniać intencje wszystkich osób zaangażowanych w proces edukacyjny.  |
| U.1.2.                       | Studentka/student potrafi zaprosić osoby uczące się do wyznaczania sobie celów edukacyjnych i do brania na siebie odpowiedzialności za ich realizację.  |
| U.1.3.                       | Studentka/student potrafi przyczyniać się do zaspokojenia potrzeb: bezpieczeństwa i wolności wszystkich osób zaangażowanych w proces edukacyjny.  |
| U.1.4.                       | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| U.1.4.1.                     | Studentka/student potrafi wspierać integrację w grupie.   |
| U.1.4.2.                     | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| U.1.4.3.                     | Studentka/student potrafi odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i potrafi stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| U.1.5.                       | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| U.1.5.1.                     | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| U.1.5.6.                     | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| U.1.6.                       | Studentka/student potrafi inspirować się przykładami dobrych praktyk w projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającej efektywnej nauce i pracy.   |
| U.2.                         | Studentka/student potrafi praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.  |
| U.2.1.                       | Studentka/student potrafi zawierać umowy z grupą w modelu <i>NVC</i> .  |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |



|  |   |
|--|---|
| S.1.1.   | Studentka/student ma gotowość, by rozpoznawać własne intencje i uwzględniać intencje wszystkich osób zaangażowanych w proces edukacyjny.  |
| S.1.2.   | Studentka/student ma gotowość, by zaprosić osoby uczące się do wyznaczania sobie celów edukacyjnych i do brania na siebie odpowiedzialności za ich realizację.  |
| S.1.3.   | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do zaspokojenia potrzeb: bezpieczeństwa i wolności wszystkich osób zaangażowanych w proces edukacyjny.  |
| S.1.4.   | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| S.1.4.1.   | Studentka/student ma gotowość, by wspierać integrację w grupie.   |
| S.1.4.2.   | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| S.1.4.3.   | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| S.1.5.   | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| S.1.5.1.   | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| S.1.5.6.   | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| S.1.6.   | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się przykładami dobrych praktyk w projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającej efektywnej nauce i pracy.   |
| S.2.   | Studentka/student ma gotowość, by praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.  |
| S.2.1.   | Studentka/student ma gotowość, by zawierać umowy z grupą w modelu <i>NVC</i> .  |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Program studiów „Edukacja bez przemocy” – intencje, cele, założenia, strategie.</li> <li>- Umowa z grupą w modelu Porozumienia bez Przemocy: definicja umowy, sposób zawierania umów.</li> <li>- Projektowanie przyjaznej przestrzeni, sprzyjającej efektywnej nauce i pracy: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ znaczenie intencji wszystkich osób zaangażowanych w proces edukacyjny,</li> <li>✓ wyznaczanie sobie celów edukacyjnych przez osoby uczące się i branie na siebie przez te osoby odpowiedzialności za ich realizację,</li> <li>✓ znaczenie zaspokojenia potrzeb: bezpieczeństwa i wolności wszystkich osób zaangażowanych w proces edukacyjny,</li> </ul> </li> </ul> |   |

- ✓ znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji: znaczenie integracji w grupie i praktyczne sposoby jej wspierania, znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.

| <b><i>Empatia wobec siebie</i></b> |   |
|------------------------------------|---|
| <b>Symbol efektu</b>               | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
| <b>Wiedza</b>                      |   |
| W.1.                               | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.5.                             | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.                           | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.                           | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.2.                               | Studentka/student zna wybrane założenia, rozróżnienia i procesy modelu Porozumienia bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga oraz praktyczne możliwości zastosowania tego modelu w edukacji.                                 |
| W.2.2.                             | Studentka/student wie, czym jest, a czym nie jest empatia w ujęciu Marshalla B. Rosenberga.   |
| W.2.3.                             | Studentka/student wie, jak praktykować empatię wobec siebie.  |
| W.2.4.                             | Studentka/student wie, jak rozróżniać obserwacje i oceny oraz inne interpretacje, i rozumie, dlaczego warto to robić.   |
| W.2.4.1.                           | Studentka/student rozumie, czym różnią się oceny moralizujące i oceny wartościujące.  |
| W.2.4.2.                           | Studentka/student wie, że nadawanie ról i używanie etykiet jest formą oceniania.  |
| W.2.4.3.                           | Studentka/student wie, jak formułować obserwacje.   |
| W.2.4.3.1.                         | Studentka/student wie, jak zastąpić ocenianie opisywaniem obserwacji i dawaniem informacji zwrotnej w modelu <i>NVC</i> .   |
| W.2.5.                             | Studentka/student wie, jak rozróżniać uczucia i myśli (uczucia rzekome), i rozumie, dlaczego warto to robić.  |
| W.2.5.1.                           | Studentka/student rozumie znaczenie uczuć w życiu człowieka i w relacjach.  |
| W.2.5.2.                           | Studentka/student wie, dlaczego i po co pojawiają się uczucia oraz o czym   |

|                     |   |
|---------------------|---|
|                     | informują.  |
| W.2.5.3.            | Studentka/student rozumie, kto jest odpowiedzialny za uczucia.  |
| W.2.5.4.            | Studentka/student wie, jak można współpracować ze swoimi uczuciami, by służyły one życiu i relacjom.  |
| W.2.6.              | Studentka/student wie, jak rozróżniać potrzeby i strategie, i rozumie, dlaczego warto to robić.   |
| W.2.6.1.            | Studentka/student zna uniwersalny charakter potrzeb.  |
| W.2.6.2.            | Studentka/student wie, dlaczego uważność na potrzeby może przyczyniać się do większej łatwości, lekkości i sprawczości w życiu.   |
| W.2.6.3.            | Studentka/student wie, jak brać odpowiedzialność za zaspokojenie swoich potrzeb w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.   |
| W.2.7.              | Studentka/student wie, jak rozróżniać prośby i żądania, i rozumie, dlaczego warto to robić.   |
| W.2.7.1.            | Studentka/student wie, w jaki sposób prośba może wzbogacać życie i rozumie znaczenie umiejętności formułowania prośb prowadzących do dobrowolnej zgody w procesie edukacyjnym.  |
| W.2.7.2.            | Studentka/student zna rodzaje prośb i cechy efektywnej prośby.  |
| W.2.8.              | Studentka/student wie, czym różni się chwalenie i docenianie, rozumie, dlaczego warto doceniać i dziękować, i zna cechy efektywnego doceniania/dziękowania.   |
| <b>Umiejętności</b> |   |
| U.1.                | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.5.              | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| U.1.5.1.            | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| U.1.5.6.            | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| U.2.                | Studentka/student potrafi praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.  |
| U.2.2.              | Studentka/student potrafi odróżniać empatię w ujęciu Marshalla B. Rosenberga od współczucia, współodczuwania i pocieszania.   |
| U.2.3.              | Studentka/student potrafi praktykować empatię wobec siebie.   |
| U.2.4.              | Studentka/student potrafi rozróżniać obserwacje i oceny oraz inne interpretacje.  |
| U.2.4.1.            | Studentka/student potrafi rozróżniać oceny moralizujące i oceny wartościujące.  |
| U.2.4.2.            | Studentka/student potrafi rezygnować z nadawania ról i używania etykiet.  |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| U.2.4.3.                     | Student/studentka potrafi formułować obserwacje.  |
| U.2.4.3.1.                   | Studentka/student potrafi zastąpić ocenianie opisywaniem obserwacji i dawaniem informacji zwrotnej w modelu <i>NVC</i> .  |
| U.2.5.                       | Studentka/student potrafi rozróżniać uczucia i myśli (uczucia rzekome).   |
| U.2.5.1.                     | Studentka/student potrafi docenić znaczenie uczuć w życiu człowieka i w relacjach.  |
| U.2.5.2.                     | Studentka/student potrafi traktować uczucia jako informacje o zaspokojonych i niezaspokojonych potrzebach.  |
| U.2.5.3.                     | Student/studentka potrafi nazywać uczucia.  |
| U.2.5.4.                     | Student/studentka potrafi zauważać i rozpoznawać swoje uczucia.   |
| U.2.5.5.                     | Studentka/student potrafi brać odpowiedzialność za swoje uczucia.   |
| U.2.5.6.                     | Studentka/student potrafi współpracować ze swoimi uczuciami, by służyły one jej/jego życiu i relacjom.  |
| U.2.6.                       | Studentka/student potrafi rozróżniać potrzeby i strategie.  |
| U.2.6.1.                     | Studentka/student potrafi uznać, że wszyscy ludzie mają takie same potrzeby.  |
| U.2.6.2.                     | Studentka/student potrafi praktykować uważność na potrzeby.   |
| U.2.6.3.                     | Studentka/student potrafi rozpoznawać, na jakie potrzeby wskazują jej/jego uczucia.   |
| U.2.6.4.                     | Studentka/student potrafi brać odpowiedzialność za zaspokojenie swoich potrzeb.   |
| U.2.7.                       | Studentka/student potrafi rozróżniać prośby i żądania.  |
| U.2.7.1.                     | Studentka/student potrafi rezygnować z żądań i formułować prośby prowadzące do dobrowolnej zgody w procesie edukacyjnym.  |
| U.2.7.2.                     | Studentka/student potrafi formułować różnego rodzaju prośby w taki sposób, by były one możliwie jak najbardziej efektywne.  |
| U.2.8.                       | Studentka/student potrafi odróżniać chwalenie i docenianie oraz formułować docenienie i podziękowanie w możliwie jak najbardziej efektywny sposób.  |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| S.1.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| S.1.5.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| S.1.5.6.                     | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| S.2.                         | Studentka/student ma gotowość, by praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.  |

|                          |  |
|--------------------------|--|
| S.2.2.                   | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać empatię w ujęciu Marshalla B. Rosenberga od współczucia, współodczuwania i pocieszania.                        |
| S.2.3.                   | Studentka/student ma gotowość, by praktykować empatię wobec siebie.  |
| S.2.4.                   | Studentka/student ma gotowość, by rozróżniać obserwacje i oceny oraz inne interpretacje.   |
| S.2.4.1.                 | Studentka/student ma gotowość, by rozróżniać oceny moralizujące i oceny wartościujące.   |
| S.2.4.2.                 | Studentka/student ma gotowość, by rezygnować z nadawania ról i używania etykiet.   |
| S.2.4.3.                 | Student/studentka ma gotowość, by formułować obserwacje.   |
| S.2.4.3.1.               | Studentka/student ma gotowość, by zastąpić ocenianie opisywaniem obserwacji i daniem informacji zwrotnej w modelu <i>NVC</i> .                             |
| S.2.5.                   | Studentka/student ma gotowość, by rozróżniać uczucia i myśli (uczucia rzekome).  |
| S.2.5.1.                 | Studentka/student ma gotowość, by docenić znaczenie uczuć w życiu człowieka i w relacjach.   |
| S.2.5.2.                 | Studentka/student ma gotowość, by traktować uczucia jako informacje o zaspokojonych i niezaspokojonych potrzebach.   |
| S.2.5.3.                 | Student/studentka ma gotowość, by nazywać uczucia.   |
| S.2.5.4.                 | Student/studentka ma gotowość, by zauważać i rozpoznawać swoje uczucia.  |
| S.2.5.5.                 | Studentka/student ma gotowość, by brać odpowiedzialność za swoje uczucia.  |
| S.2.5.6.                 | Studentka/student ma gotowość, by współpracować ze swoimi uczuciami, by służyły one jej/jego życiu i relacjom.   |
| S.2.6.                   | Studentka/student ma gotowość, by rozróżniać potrzeby i strategie.   |
| S.2.6.1.                 | Studentka/student ma gotowość, by uznać, że wszyscy ludzie mają takie same potrzeby.   |
| S.2.6.2.                 | Studentka/student ma gotowość, by praktykować uważność na potrzeby.  |
| S.2.6.3.                 | Studentka/student ma gotowość, by rozpoznawać, na jakie potrzeby wskazują jej/jego uczucia.  |
| S.2.6.4.                 | Studentka/student ma gotowość, by brać odpowiedzialność za zaspokojenie swoich potrzeb.  |
| S.2.7.                   | Studentka/student ma gotowość, by rozróżniać prośby i żądania.   |
| S.2.7.1.                 | Studentka/student ma gotowość, by rezygnować z żądań i formułować prośby prowadzące do dobrowolnej zgody w procesie edukacyjnym.                           |
| S.2.7.2.                 | Studentka/student ma gotowość, by formułować różnego rodzaju prośby w taki sposób, by były one możliwie jak najbardziej efektywne.                         |
| S.2.8.                   | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać chwalenie i docenianie oraz formułować docenienie i podziękowanie w możliwie jak najbardziej efektywny sposób. |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b> |  |

- Definicja empatii w ujęciu Marshalla B. Rosenberga.
- Znaczenie empatii i bycia w kontakcie dla realizacji celów dotyczących relacji z samym/samą sobą i z innymi ludźmi.
- Czynniki utrudniające i czynniki ułatwiające empatię wobec siebie.
- Skłonność umysłu do oceniania i interpretowania – szanse i zagrożenia.
- Obserwacje a oceny i interpretacje. Znaczenie odróżniania obserwacji od ocen i interpretacji dla relacji.
- Role i etykiety jako oceny.
- Opis i dawanie informacji zwrotnej zamiast ocen w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.
- Uczucia a uczucia rzekome i inne myśli. Znaczenie odróżniania uczuć od myśli dla relacji.
- Przyczyny i cele pojawiania się uczuć.
- Odpowiedzialność za uczucia i jej znaczenie dla zaspokojenia potrzeby wpływu.
- Współpraca z własnymi uczuciami, sprzyjająca życiu i relacjom.
- Potrzeby jako wewnętrzna siła, zachęcająca nas do życia i działania.
- Potrzeby a strategie. Znaczenie odróżniania potrzeb od strategii dla relacji.
- Uważność na potrzeby jako czynnik przyczyniający się do większej łatwości, lekkości i sprawczości w życiu.
- Dbanie o zaspokojenie swoich potrzeb w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.
- Prośby a żądania. Znaczenie odróżniania próśb od żądań dla relacji.
- Prośba jako czynnik wzbogacający życie.
- Rodzaje próśb i cechy efektywnej prośby.
- Pochwały a docenianie/dziękowanie. Znaczenie odróżniania pochwał od doceniania/dziękowania dla relacji.
- Cechy efektywnego doceniania/dziękowania.

### ***Wyrażanie siebie i dbanie o swoje granice***

| Symbol efektu | EFEKTY UCZENIA SIĘ  |
|---------------|---|
| Wiedza        |   |
| W.1.          | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy. |
| W.1.4.        | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.3.      | Studentka/student rozumie znaczenie komunikacji międzyludzkiej dla współpracy w edukacji i zna różnice między komunikacją wspierającą kontakt a komunikacją niewspierającą kontaktu.            |
| W.1.5.        | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |

|                     |   |
|---------------------|---|
| W.1.5.1.            | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.            | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.2.                | Studentka/student zna wybrane założenia, rozróżnienia i procesy modelu Porozumienia bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga oraz praktyczne możliwości zastosowania tego modelu w edukacji.                                 |
| W.2.6.3.            | Studentka/student wie, jak brać odpowiedzialność za zaspokojenie swoich potrzeb w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.   |
| W.2.9.              | Studentka/student rozumie wartość autentycznego wyrażania siebie i wie, jak wyrażać siebie zgodnie z modelem <i>NVC</i> .   |
| W.2.9.1.            | Studentka/student rozumie, na czym polega „szczerłość szakala” i „szczerłość żyrafy”.   |
| W.2.9.2.            | Studentka/student wie, jak wyrażać siebie w czterech krokach <i>NVC</i> i jak wyrażać siebie „żyrafą uliczną”.  |
| W.2.9.3.            | Studentka/student wie, jak zachęcać uczniów, rodziców i nauczycieli do współpracy z dążeniem do uwzględnienia potrzeb wszystkich osób.  |
| W.2.9.4.            | Studentka/student rozumie, czym są i jak wpływają na człowieka i na relacje: nagrody/kary, konsekwencje, ochronne użycie siły, przemoc.   |
| W.7.                | Studentka/student ma podstawową praktyczną wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| W.7.2.              | Studentka/student wie, czym są granice wewnętrzne (psychiczne) człowieka i wie, jak dbać o swoje granice i szanować granice innych osób.  |
| W.7.2.1.            | Studentka/student wie, jaki jest związek między uczuciami i potrzebami a granicami oraz między empatią dla siebie a dbaniem o swoje granice.  |
| W.7.2.2.            | Studentka/student zna sposoby pracy z krytykiem wewnętrznym.  |
| W.7.2.3.            | Studentka/student wie, jak z odwagą zgadzać się i odmawiać.   |
| <b>Umiejętności</b> |   |
| U.1.                | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.4.              | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| U.1.4.3.            | Studentka/student potrafi odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i potrafi stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| U.1.5.              | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |

|                              |  |
|------------------------------|--|
| U.1.5.1.                     | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.  |
| U.1.5.6.                     | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.   |
| U.2.                         | Studentka/student potrafi praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.   |
| U.2.6.4.                     | Studentka/student potrafi brać odpowiedzialność za zaspokojenie swoich potrzeb.  |
| U.2.9.                       | Studentka/student potrafi przejść od samoświadomości do wyrażania siebie i wyrażać siebie zgodnie z modelem <i>NVC</i> .   |
| U.2.9.1.                     | Studentka/student potrafi odróżniać „szczerłość szakala” i „szczerłość żyrafy”.  |
| U.2.9.2.                     | Studentka/student potrafi wyrażać siebie w czterech krokach <i>NVC</i> i wyrażać siebie „żyrafą uliczną”.  |
| U.2.9.3.                     | Studentka/student potrafi zachęcać uczniów, rodziców i nauczycieli do współpracy z dążeniem do uwzględnienia potrzeb wszystkich osób.  |
| U.2.9.4.                     | Studentka/student potrafi rozróżnić: nagrody/kary, konsekwencje, ochronne użycie siły i przemoc.   |
| U.7.                         | Studentka/student potrafi zastosować w praktyce wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| U.7.2.                       | Studentka/student potrafi dbać o swoje granice i szanować granice innych osób.   |
| U.7.2.1.                     | Studentka/student potrafi stosować empatię wobec siebie jako praktykę sprzyjającą dbaniu o swoje granice.  |
| U.7.2.2.                     | Student/studentka potrafi współpracować ze swoim krytykiem wewnętrznym.  |
| U.7.2.3.                     | Studentka/student potrafi z odwagą zgadzać się i odmawiać.   |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |  |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| S.1.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.   |
| S.1.4.3.                     | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i stosować komunikację wspierającą kontakt.   |
| S.1.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.  |
| S.1.5.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami   |



|   |  |
|---|--|
|   | innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.   |
| S.1.5.6.  | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.   |
| S.2.  | Studentka/student ma gotowość, by praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.   |
| S.2.6.4.  | Studentka/student ma gotowość, by brać odpowiedzialność za zaspokojenie swoich potrzeb.  |
| S.2.9.  | Studentka/student ma gotowość, by przejść od samoświadomości do wyrażania siebie i wyrażać siebie zgodnie z modelem <i>NVC</i> .   |
| S.2.9.1.  | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać „szczerłość szakala” i „szczerłość żyrafy”.  |
| S.2.9.2.  | Studentka/student ma gotowość, by wyrażać siebie w czterech krokach <i>NVC</i> i by wyrażać siebie „żyrafą uliczną”.   |
| S.2.9.3.  | Studentka/student ma gotowość, by zachęcać uczniów, rodziców i nauczycieli do współpracy z dążeniem do uwzględnienia potrzeb wszystkich osób.  |
| S.2.9.4.  | Studentka/student ma gotowość, by rozróżniać: nagrody/kary, konsekwencje, ochronne użycie siły i przemoc.  |
| S.7.  | Studentka/student ma gotowość, by stosować w praktyce wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| S.7.2.  | Studentka/student ma gotowość, by dbać o swoje granice i szanować granice innych osób.   |
| S.7.2.1.  | Studentka/student ma gotowość, by stosować empatię wobec siebie jako praktykę sprzyjającą dbaniu o swoje granice.  |
| S.7.2.2.  | Student/studentka ma gotowość, by współpracować ze swoim krytykiem wewnętrznym.  |
| S.7.2.3.  | Studentka/student ma gotowość, by z odwagą zgadzać się i odmawiać.   |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Branie odpowiedzialności za zaspokajanie swoich potrzeb w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.</li> <li>- Przechodzenie od świadomości do wyrażania siebie i działania.</li> <li>- „Szczerłość szakala” i „szczerłość żyrafy”.</li> <li>- Wyrażanie siebie w czterech krokach <i>NVC</i>.</li> <li>- Zachęcanie dzieci, rodziców i nauczycieli do współpracy z dążeniem do uwzględnienia potrzeb wszystkich osób.</li> <li>- Nagrody/kary a konsekwencje, konsekwencje a ochronne użycie siły, ochronne użycie siły a przemoc.</li> <li>- Definicja granic wewnętrznych (psychicznych).</li> <li>- Granice w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.</li> </ul> |  |

- Uczucia i potrzeby a granice, empatia wobec siebie a dbanie o swoje granice.
- (Współ)praca z krytykiem wewnętrznym.
- Odmawianie i zgadzanie się.

| <b><i>Empatia wobec innych</i></b> |   |
|------------------------------------|---|
| <b>Symbol efektu</b>               | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
| <b>Wiedza</b>                      |   |
| W.1.                               | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.4.                             | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.2.                           | Studentka/student rozumie znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.3.                           | Studentka/student rozumie znaczenie komunikacji międzyludzkiej dla współpracy w edukacji i zna różnice między komunikacją wspierającą kontakt a komunikacją niewspierającą kontaktu.  |
| W.1.5.                             | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.                           | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.                           | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.2.                               | Studentka/student zna wybrane założenia, rozróżnienia i procesy modelu Porozumienia bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga oraz praktyczne możliwości zastosowania tego modelu w edukacji.                                 |
| W.2.2.                             | Studentka/student wie, czym jest, a czym nie jest empatia w ujęciu Marshalla B. Rosenberga.   |
| W.2.5.                             | Studentka/student wie, jak rozróżniać uczucia i myśli (uczucia rzekome), i rozumie, dlaczego warto to robić.  |
| W.2.5.1.                           | Studentka/student rozumie znaczenie uczuć w życiu człowieka i w relacjach.  |
| W.2.5.2.                           | Studentka/student wie, dlaczego i po co pojawiają się uczucia oraz o czym informują.  |
| W.2.6.                             | Studentka/student wie, jak rozróżniać potrzeby i strategie, i rozumie, dlaczego warto to robić.   |
| W.2.6.1.                           | Studentka/student zna uniwersalny charakter potrzeb.  |
| W.2.10.                            | Studentka/student wie, jak praktykować empatię wobec innych osób, i   |

|                     |   |
|---------------------|---|
|                     | rozumie znaczenie empatycznego słuchania innych osób dla relacji.   |
| W.7.2.              | Studentka/student wie, czym są granice wewnętrzne (psychiczne) człowieka i wie, jak dbać o swoje granice i szanować granice innych osób.  |
| W.7.2.4.            | Studentka/student wie, co sprzyja szanowaniu granic innych osób.  |
| <b>Umiejętności</b> |   |
| U.1.                | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.4.              | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| U.1.4.2.            | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| U.1.4.3.            | Studentka/student potrafi odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i potrafi stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| U.1.5.              | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| U.1.5.1.            | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| U.1.5.6.            | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| U.2.                | Studentka/student potrafi praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.  |
| U.2.2.              | Studentka/student potrafi odróżniać empatię w ujęciu Marshalla B. Rosenberga od współczucia, współodczuwania i pocieszania.   |
| U.2.5.              | Studentka/student potrafi rozróżniać uczucia i myśli (uczucia rzekome).   |
| U.2.5.1.            | Studentka/student potrafi docenić znaczenie uczuć w życiu człowieka i w relacjach.  |
| U.2.5.2.            | Studentka/student potrafi traktować uczucia jako informacje o zaspokojonych i niezaspokojonych potrzebach.  |
| U.2.5.3.            | Student/studentka potrafi nazywać uczucia.  |
| U.2.6.              | Studentka/student potrafi rozróżniać potrzeby i strategie.  |
| U.2.6.1.            | Studentka/student potrafi uznać, że wszyscy ludzie mają takie same potrzeby.  |
| U.2.10.             | Studentka/student potrafi praktykować empatię wobec innych osób.  |
| U.2.10.1.           | Student/studentka potrafi pod słowami i zachowaniami innych osób usłyszeć ich uczucia, potrzeby i prośby.   |
| U.2.10.2.           | Student/studentka potrafi zachować spokój, kiedy zauważa uczucia innych osób.   |
| U.2.10.3.           | Student/studentka potrafi rozpoznawać potrzeby innych osób, także te, które   |

|                              |   |
|------------------------------|---|
|                              | są ukryte za trudnymi dla niego/niej zachowaniami i słowami.  |
| U.7.2.                       | Studentka/student potrafi dbać o swoje granice i szanować granice innych osób.  |
| U.7.2.4.                     | Studentka/student potrafi stosować empatię wobec innych jako praktykę sprzyjającą szanowaniu granic innych osób.  |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| S.1.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by przyczynić się do budowania dobrych relacji w edukacji.   |
| S.1.4.2.                     | Studentka/student ma gotowość, by przyczynić się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.  |
| S.1.4.3.                     | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| S.1.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| S.1.5.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| S.1.5.6.                     | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| S.2.                         | Studentka/student ma gotowość, by praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.  |
| S.2.2.                       | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać empatię w ujęciu Marshalla B. Rosenberga od współczucia, współodczuwania i pocieszania.   |
| S.2.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by rozróżniać uczucia i myśli (uczucia rzekome).   |
| S.2.5.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by docenić znaczenie uczuć w życiu człowieka i w relacjach.  |
| S.2.5.2.                     | Studentka/student ma gotowość, by traktować uczucia jako informacje o zaspokojonych i niezaspokojonych potrzebach.  |
| S.2.5.3.                     | Student/studentka ma gotowość, by nazywać uczucia.  |
| S.2.6.                       | Studentka/student ma gotowość, by rozróżniać potrzeby i strategie.  |
| S.2.6.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by uznać, że wszyscy ludzie mają takie same potrzeby.  |
| S.2.10.                      | Studentka/student ma gotowość, by praktykować empatię wobec innych osób.  |
| S.2.10.1.                    | Student/studentka ma gotowość, by pod słowami i zachowaniami innych osób usłyszeć ich uczucia, potrzeby i prośby.   |

|   |  |
|---|--|
| S.2.10.2.   | Student/studentka ma gotowość, by zachować spokój, kiedy zauważa uczucia innych osób.  |
| S.2.10.3.   | Student/studentka ma gotowość, by rozpoznawać potrzeby innych osób, także te, które są ukryte za trudnymi dla niego/niej zachowaniami i słowami. |
| S.7.2.  | Studentka/student ma gotowość, by dbać o swoje granice i szanować granice innych osób.   |
| S.7.2.4.  | Studentka/student ma gotowość, by stosować empatię wobec innych jako praktykę sprzyjającą szanowaniu granic innych osób.                         |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Znaczenie empatycznego słuchania innych osób dla relacji.</li> <li>- Czynniki utrudniające i czynniki ułatwiające empatię wobec innych osób.</li> <li>- Empatia wobec innych osób w modelu NVC: słuchanie uczuć, potrzeb i prośb.</li> <li>- Szanowanie granic innych osób.</li> </ul> |  |

| <b><i>Empatia i granice w sytuacjach konfliktowych i przemocowych</i></b> |   |
|---|---|
| <b>Symbol efektu</b>  | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
| <b>Wiedza</b>   |   |
| W.1.  | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.4.  | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.2.  | Studentka/student rozumie znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.3.  | Studentka/student rozumie znaczenie komunikacji międzyludzkiej dla współpracy w edukacji i zna różnice między komunikacją wspierającą kontakt a komunikacją niewspierającą kontaktu.  |
| W.1.5.  | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.  | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.  | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.2.  | Studentka/student zna wybrane założenia, rozróżnienia i procesy modelu Porozumienia bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga oraz praktyczne możliwości zastosowania tego modelu w edukacji.                                 |
| W.2.11.   | Studentka/student wie, jak praktykować empatię i ochronne użycie siły w   |

|                     |   |
|---------------------|---|
|                     | sytuacjach konfliktowych i przemocowych.  |
| W.2.11.1.           | Studentka/student wie, jak przyjmować czyjąś odmowę i krytykę z empatią i spokojem.   |
| W.2.11.2.           | Studentka/student rozumie model czterech ścieżek komunikacyjnych <i>NVC</i> i zna możliwości jego zastosowania w edukacji.  |
| W.2.11.3.           | Studentka/student rozumie, że konflikty są przejawem życia i szansą dla relacji, i zna metody ich rozwiązywania spójne z <i>NVC</i> .   |
| W.2.11.4.           | Studentka/student rozumie, na czym polega rozwiązywanie konfliktów na zasadzie <i>power over/power under</i> albo <i>power with (win-win)</i> .   |
| W.2.11.5.           | Studentka/student wie, na czym polegają negocjacje i mediacje <i>NVC</i> .  |
| W.2.11.6.           | Studentka/student wie, na czym polega ochronne użycie siły w sytuacjach przemocowych i czym różni się od odpowiadania przemocą na przemoc.  |
| W.7.                | Studentka/student ma podstawową praktyczną wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| W.7.3.              | Studentka/student wie, jak przeciwdziałać przemocy w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.  |
| W.7.3.1.            | Studentka/student zna definicje przemocy przyjęte w środowisku specjalistów od przeciwdziałania przemocy w rodzinie.  |
| W.7.3.3.            | Studentka/student wie, czym różni się rola „pomagacza” od roli „interwenta”.  |
| W.7.3.4.            | Studentka/student zna mechanizmy przemocowe: cykle przemocy, trójkąt Karpmana.  |
| W.7.3.5.            | Studentka/student zna trójkąt Zagrodzkiej.  |
| W.7.3.6.            | Studentka/student zna obowiązki nauczyciela związane z procedurą Niebieskiej Karty i wie, jakie możliwości skorzystania ze wsparcia ma nauczyciel będący świadkiem przemocy.  |
| <b>Umiejętności</b> |   |
| U.1.                | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.4.              | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| U.1.4.2.            | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| U.1.4.3.            | Studentka/student potrafi odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i potrafi stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| U.1.5.              | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| U.1.5.1.            | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej  |

|                              |  |
|------------------------------|--|
|                              | nauki i pracy.   |
| U.1.5.6.                     | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.   |
| U.2.                         | Studentka/student potrafi praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.   |
| U.2.11.                      | Studentka/student potrafi praktykować empatię i ochronne użycie siły w sytuacjach konfliktowych i przemocowych.  |
| U.2.11.1.                    | Studentka/student potrafi przyjmować czyjąś odmowę i krytykę z empatią i spokojem.   |
| U.2.11.2.                    | Studentka/student potrafi świadomie wybierać jedną z czterech ścieżek komunikacyjnych <i>NVC</i> w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.   |
| U.2.11.3.                    | Studentka/student potrafi traktować konflikty jako przejaw życia i szansę dla relacji, i odpowiedzieć na konflikt w sposób spójny z <i>NVC</i> .   |
| U.2.11.4.                    | Studentka/student potrafi rozwiązywać konflikty na zasadzie <i>power with (win-win)</i> .  |
| U.2.11.5.                    | Studentka/student potrafi przeprowadzić negocjacje i mediacje między dziećmi w duchu <i>NVC</i> .  |
| U.2.11.6.                    | Studentka/student potrafi zastosować ochronne użycie siły w sytuacjach przemocowych i nie odpowiadać przemocą na przemoc.  |
| U.7.                         | Studentka/student potrafi zastosować w praktyce wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| U.7.3.                       | Studentka/student potrafi przeciwdziałać przemocy w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.  |
| U.7.3.1.                     | Studentka/student potrafi diagnozować przemoc.   |
| U.7.3.2.                     | Studentka/student potrafi przechodzić od pomagania do interwencji.   |
| U.7.3.3.                     | Studentka/student potrafi, będąc świadkiem przemocy, korzystać ze wsparcia.  |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |  |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| S.1.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.   |
| S.1.4.2.                     | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.  |
| S.1.4.3.                     | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i stosować komunikację wspierającą kontakt.   |
| S.1.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.  |

|   |  |
|---|--|
| S.1.5.1.  | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.                                      |
| S.1.5.6.  | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.   |
| S.2.  | Studentka/student ma gotowość, by praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.   |
| S.2.11.   | Studentka/student ma gotowość, by praktykować empatię i ochronne użycie siły w sytuacjach konfliktowych i przemocowych.  |
| S.2.11.1.   | Studentka/student ma gotowość, by przyjmować czyjąś odmowę i krytykę z empatią i spokojem.   |
| S.2.11.2.   | Studentka/student ma gotowość, by świadomie wybierać jedną z czterech ścieżek komunikacyjnych <i>NVC</i> w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.   |
| S.2.11.3.   | Studentka/student ma gotowość, by traktować konflikty jako przejaw życia i szansę dla relacji, i odpowiadać na konflikty w sposób spójny z <i>NVC</i> .  |
| S.2.11.4.   | Studentka/student ma gotowość, by rozwiązywać konflikty na zasadzie <i>power with (win-win)</i> .  |
| S.2.11.5.   | Studentka/student ma gotowość, by przeprowadzić negocjacje i mediacje między dziećmi w duchu <i>NVC</i> .  |
| S.2.11.6.   | Studentka/student ma gotowość, by zastosować ochronne użycie siły w sytuacjach przemocowych i nie odpowiadać przemocą na przemoc.  |
| S.7.  | Studentka/student ma gotowość, by stosować w praktyce wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| S.7.3.  | Studentka/student ma gotowość, by przeciwdziałać przemocy w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.  |
| S.7.3.1.  | Studentka/student ma gotowość, by diagnozować przemoc.   |
| S.7.3.2.  | Studentka/student ma gotowość, by dla zatrzymania przemocy przechodzić od pomagania do interwencji.  |
| S.7.3.3.  | Studentka/student ma gotowość, by, będąc świadkiem przemocy, korzystać ze wsparcia.  |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cztery reakcje na negatywny komunikat: oceny wobec siebie, oceny wobec innych, empatia wobec siebie, empatia wobec innych.</li> <li>- Przyjmowanie odmowy i krytyki z empatią i spokojem.</li> <li>- Konflikty jako przejaw życia i szansa dla relacji.</li> <li>- Rozwiązywanie konfliktów na zasadzie <i>power over/power under</i> albo <i>power with (win-win)</i>.</li> <li>- Metody rozwiązywania konfliktów spójne z <i>NVC</i>: negocjacje Th. Gordona i mediacje</li> </ul> |  |



NVC. Różnice między tymi metodami a innymi metodami mediacyjnymi. Mediacje między dziećmi.

- Mechanizmy przemocowe: cykle przemocy, trójkąt Karpmana. Trójkąt Zagrodzkiej.
- Świadek przemocy: uczucia, potrzeby, możliwości otrzymania wsparcia, podejmowanie działań ochronnych.
- Od pomagania do interwencji. Przeciwdziałanie przemocy w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.

***Ewaluacja procesu i efektów uczenia się na studiach  
„Edukacja bez przemocy”***

| Symbol efektu | EFEKTY UCZENIA SIĘ  |
|---------------|---|
| Wiedza        |   |
| W.1.          | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.2.        | Studentka/student rozumie znaczenie wyznaczania sobie celów edukacyjnych przez osoby uczące się i wartość brania na siebie przez te osoby odpowiedzialności za ich realizację.  |
| W.1.4.        | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.1.      | Studentka/student rozumie znaczenie integracji w grupie i zna praktyczne sposoby jej wspierania.  |
| W.1.4.2.      | Studentka/student rozumie znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.3.      | Studentka/student rozumie znaczenie komunikacji międzyludzkiej dla współpracy w edukacji i zna różnice między komunikacją wspierającą kontakt a komunikacją niewspierającą kontaktu.  |
| W.1.5.        | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.      | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.2.      | Studentka/student rozumie wartość autoewaluacji procesu i efektów uczenia się.  |
| W.1.5.3.      | Studentka/student rozumie wartość przyjmowania informacji zwrotnej.   |
| W.1.5.4.      | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.1.6.        | Studentka/student zna przykłady dobrych praktyk w projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającej  |

|                     |   |
|---------------------|---|
|                     | efektywnej nauce i pracy.   |
| W.2.                | Studentka/student zna wybrane założenia, rozróżnienia i procesy modelu Porozumienia bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga oraz praktyczne możliwości zastosowania tego modelu w edukacji. |
| W.2.4.              | Studentka/student wie, jak rozróżniać obserwacje i oceny oraz inne interpretacje, i rozumie, dlaczego warto to robić.   |
| W.2.4.1.            | Studentka/student rozumie, czym różnią się oceny moralizujące i oceny wartościujące.  |
| W.2.4.2.            | Studentka/student wie, że nadawanie ról i używanie etykiet jest formą oceniania.  |
| W.2.4.3.            | Studentka/student wie, jak formułować obserwacje.   |
| W.2.4.3.1.          | Studentka/student wie, jak zastąpić ocenianie opisywaniem obserwacji i dawaniem informacji zwrotnej w modelu <i>NVC</i> .   |
| W.2.8.              | Studentka/student wie, czym różni się chwalenie i docenianie, rozumie, dlaczego warto doceniać i dziękować, i zna cechy efektywnego doceniania/dziękowania.   |
| W.2.9.              | Studentka/student rozumie wartość autentycznego wyrażania siebie i wie, jak wyrażać siebie zgodnie z modelem <i>NVC</i> .   |
| W.2.9.1.            | Studentka/student rozumie, na czym polega „szczerłość szakala” i „szczerłość żyrafy”.   |
| W.2.9.2.            | Studentka/student wie, jak wyrażać siebie w czterech krokach <i>NVC</i> i jak wyrażać siebie „żyrafą uliczną”.  |
| <b>Umiejętności</b> |   |
| U.1.                | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.2.              | Studentka/student potrafi zaprosić osoby uczące się do wyznaczania sobie celów edukacyjnych i do brania na siebie odpowiedzialności za ich realizację.  |
| U.1.4.              | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| U.1.4.1.            | Studentka/student potrafi wspierać integrację w grupie.   |
| U.1.4.2.            | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| U.1.4.3.            | Studentka/student potrafi odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i potrafi stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| U.1.5.              | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| U.1.5.1.            | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej                  |

|                              |   |
|------------------------------|---|
|                              | nauki i pracy.  |
| U.1.5.2.                     | Studentka/student potrafi dokonać autoewaluacji procesu i efektów uczenia się.  |
| U.1.5.3.                     | Studentka/student potrafi przyjmować informacje zwrotne.  |
| U.1.5.4.                     | Studentka/student potrafi rozpoznawać swoje zasoby.   |
| U.1.5.5.                     | Studentka/student potrafi rozpoznawać i planować obszary do własnego rozwoju.   |
| U.1.5.6.                     | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| U.1.6.                       | Studentka/student potrafi inspirować się przykładami dobrych praktyk w projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającej efektywnej nauce i pracy. |
| U.2.                         | Studentka/student potrafi praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.        |
| U.2.4.                       | Studentka/student potrafi rozróżniać obserwacje i oceny oraz inne interpretacje.  |
| U.2.4.1.                     | Studentka/student potrafi rozróżniać oceny moralizujące i oceny wartościujące.  |
| U.2.4.2.                     | Studentka/student potrafi rezygnować z nadawania ról i używania etykiet.  |
| U.2.4.3.                     | Student/studentka potrafi formułować obserwacje.  |
| U.2.4.3.1.                   | Studentka/student potrafi zastąpić ocenianie opisywaniem obserwacji i dawaniem informacji zwrotnej w modelu <i>NVC</i> .  |
| U.2.8.                       | Studentka/student potrafi odróżniać chwalenie i docenianie oraz formułować docenienie i podziękowanie w możliwie jak najbardziej efektywny sposób.                                      |
| U.2.9.                       | Studentka/student potrafi przejść od samoświadomości do wyrażania siebie i wyrażać siebie zgodnie z modelem <i>NVC</i> .  |
| U.2.9.1.                     | Studentka/student potrafi odróżniać „szczerłość szakala” i „szczerłość żyrafy”.   |
| U.2.9.2.                     | Studentka/student potrafi wyrażać siebie w czterech krokach <i>NVC</i> i wyrażać siebie „żyrafą uliczną”.   |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.      |
| S.1.2.                       | Studentka/student ma gotowość, by zaprosić osoby uczące się do wyznaczania sobie celów edukacyjnych i do brania na siebie odpowiedzialności za ich realizację.                          |
| S.1.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| S.1.4.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by wspierać integrację w grupie.   |
| S.1.4.2.                     | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |

|                          |   |
|--------------------------|---|
| S.1.4.3.                 | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| S.1.5.                   | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| S.1.5.1.                 | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| S.1.5.2.                 | Studentka/student ma gotowość, by dokonać autoewaluacji procesu i efektów uczenia się.  |
| S.1.5.3.                 | Studentka/student ma gotowość, by przyjmować informacje zwrotne.  |
| S.1.5.4.                 | Studentka/student ma gotowość, by rozpoznawać swoje zasoby.   |
| S.1.5.5.                 | Studentka/student ma gotowość, by rozpoznawać i planować obszary do własnego rozwoju.   |
| S.1.5.6.                 | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| S.1.6.                   | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się przykładami dobrych praktyk w projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającej efektywnej nauce i pracy.   |
| S.2.                     | Studentka/student ma gotowość, by praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.  |
| S.2.4.                   | Studentka/student ma gotowość, by rozróżniać obserwacje i oceny oraz inne interpretacje.  |
| S.2.4.1.                 | Studentka/student ma gotowość, by rozróżniać oceny moralizujące i oceny wartościujące.  |
| S.2.4.2.                 | Studentka/student ma gotowość, by rezygnować z nadawania ról i używania etykiet.  |
| S.2.4.3.                 | Student/studentka ma gotowość, by formułować obserwacje.  |
| S.2.8.                   | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać chwalenie i docenianie oraz formułować docenienie i podziękowanie w możliwie jak najbardziej efektywny sposób.  |
| S.2.9.                   | Studentka/student ma gotowość, by przejść od samoświadomości do wyrażania siebie i wyrażać siebie zgodnie z modelem <i>NVC</i> .  |
| S.2.9.1.                 | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać „szczerść szakala” i „szczerść żyrafy”.   |
| S.2.9.2.                 | Studentka/student ma gotowość, by wyrażać siebie w czterech krokach <i>NVC</i> i by wyrażać siebie „żyrafą uliczną”.  |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b> |   |

- Autoewaluacja procesu i efektów uczenia się.
- Świadoma rezygnacja z oceniania: nadawania ról i etykietowania.
- Rozpoznawanie swoich zasobów.
- Informacja zwrotna w modelu NVC: dawanie i przyjmowanie informacji zwrotnej wyrażonej „językiem żyrafy”.
- Świątowanie potrzeb zaspokojonych i opłakiwanie niezaspokojonych.
- Znaczenie integracji w grupie: wspólnota doświadczeń a zaspokojenie potrzeb.

## MODUŁ: EDUKACJA BEZ PRZEMOCY – INSPIRACJE

| <b><i>Stres, relaks i dobrostan</i></b> |   |
|---|---|
| <b>Symbol efektu</b>                    | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
| <b>Wiedza</b>                           |   |
| W.1.                                    | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.5.                                  | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.                                | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.7.                                    | Studentka/student ma podstawową praktyczną wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| W.7.1.                                  | Studentka/student ma wiedzę sprzyjającą radzeniu sobie ze stresem, relaksowi i dobrostanowi.  |
| W.7.1.1.                                | Studentka/student zna psychologiczne teorie opisujące i wyjaśniające zachowanie człowieka doświadczającego stresu.  |
| W.7.1.2.                                | Studentka/student rozumie zależności między czynnikami stresującymi a stanem zdrowia jednostki.   |
| W.7.1.3.                                | Studentka/student zna techniki radzenia sobie ze stresem, sposoby relaksacji oraz działania zapobiegające zespołowi wypalenia zawodowego.   |
| W.7.1.4.                                | Studentka/student rozumie pojęcie dobrostanu.   |
| W.7.1.5.                                | Studentka/student zna czynniki sprzyjające i zagrażające zdrowiu psychicznemu i dobrostanowi.   |
| W.7.1.6.                                | Studentka/student zna metody wzmacniania dobrostanu oraz odporności psychicznej.  |
| <b>Umiejętności</b>                     |   |
| U.1.                                    | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |

|  |  |
|--|--|
| U.1.5.   | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.  |
| U.1.5.1.   | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.  |
| U.7.   | Studentka/student potrafi zastosować w praktyce wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli.       |
| U.7.1.   | Studentka/student potrafi zastosować skuteczne strategie radzenia sobie ze stresem, dbać o swój relaks i dobrostan.  |
| U.7.1.1.   | Studentka/student potrafi rozpoznać objawy stresu we własnym organizmie.   |
| U.7.1.2.   | Studentka/student potrafi stosować techniki radzenia sobie ze stresem, sposoby relaksacji oraz działania zapobiegające zespołowi wypalenia zawodowego.   |
| U.7.1.3.   | Studentka/student potrafi dbać o własne zdrowie psychiczne i dobrostan.  |
| <b>Kompetencje społeczne</b>   |  |
| S.1.   | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| S.1.5.   | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.  |
| S.1.5.1.   | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.                                      |
| S.7.   | Studentka/student ma gotowość, by stosować w praktyce wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| S.7.1.   | Studentka/student ma gotowość, by stosować skuteczne strategie radzenia sobie ze stresem, dbać o swój relaks i dobrostan.  |
| S.7.1.1.   | Studentka/student ma gotowość, by rozpoznawać objawy stresu we własnym organizmie.   |
| S.7.1.2.   | Studentka/student ma gotowość, by stosować techniki radzenia sobie ze stresem, sposoby relaksacji oraz działania zapobiegające zespołowi wypalenia zawodowego.   |
| S.7.1.3.   | Studentka/student ma gotowość, by dbać o własne zdrowie psychiczne i dobrostan.  |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>   |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Psychologiczna natura stresu.</li> <li>- Autodiagnoza indywidualnych wzorców reagowania na stres.</li> <li>- Sposoby radzenia sobie ze stresem.</li> <li>- Zasoby osobiste i społeczne w radzeniu sobie ze stresem.</li> <li>- Techniki redukcji silnego stresu.</li> </ul> |  |

- Wybrane techniki relaksacyjne. Ćwiczenia oddechowe. Trening autogenny Schultza. Trening relaksacji progresywnej Jacobsona. Wizualizacja.
- Metody wzmacniania dobrostanu oraz odporności psychicznej.

### ***Podstawy uważności (mindfulness) dla nauczycieli – stabilność własna***

| Symbol efektu | EFEKTY UCZENIA SIĘ  |
|---------------|---|
| Wiedza        |   |
| W.1.          | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.4.        | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.2.      | Studentka/student rozumie znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.5.        | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.      | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.      | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.3.          | Studentka/student zna podstawy uważności ( <i>mindfulness</i> ) dla nauczycieli.  |
| W.3.1.        | Studentka/student zna definicję uważności i podstawowe rozróżnienia z jej zakresu.  |
| W.3.2.        | Studentka/student ma wiedzę podstawową z zakresu neurobiologii treningu uważności.  |
| W.3.3.        | Studentka/student ma wiedzę o uważności jako ścieżce podnoszenia jakości życia i rozumie, jak przez ćwiczenia i medytacje można rozwijać szczęście jako umiejętność.  |
| W.3.4.        | Studentka/student ma wiedzę na temat działań wspierających uważność w pracy nauczyciela.  |
| W.3.5.        | Studentka/student ma wiedzę na temat świadomej obecności.   |
| W.3.6.        | Studentka/student ma wiedzę na temat radzenia sobie z rozczarowaniem.   |
| W.3.7.        | Studentka/student zna przykładowe badania naukowe z zakresu uważności i samowspółczucia.  |
| W.7.          | Studentka/student ma podstawową praktyczną wiedzę psychologiczną i  |

|                              |   |
|------------------------------|---|
|                              | neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli.                                  |
| W.7.1.3.                     | Studentka/student zna techniki radzenia sobie ze stresem, sposoby relaksacji oraz działania zapobiegające zespołowi wypalenia zawodowego.   |
| <b>Umiejętności</b>          |   |
| U.1.                         | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.4.                       | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| U.1.4.2.                     | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| U.1.5.                       | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| U.1.5.1.                     | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| U.1.5.6.                     | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| U.3.                         | Studentka/student potrafi praktykować uważność w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych oraz wprowadzać uważność do edukacji.   |
| U.3.1.                       | Studentka/student potrafi obserwować własne myśli, emocje i sygnały z ciała w odróżnieniu od stanu automatycznego pochłonięcia przez nie.   |
| U.3.2.                       | Studentka/student potrafi stosować w praktyce różnorodne formy oparcia dla niespokojnego umysłu, sprowadzając go do świadomości bieżącej chwili – formalnie i nieformalnie.   |
| U.3.3.                       | Studentka/student potrafi stosować ćwiczenia i rutyny wzmacniające „mięsień” własnej uwagi.   |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| S.1.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| S.1.4.2.                     | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| S.1.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| S.1.5.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do                   |



|  |   |
|--|---|
|  | efektywnej nauki i pracy.   |
| S.1.5.6.   | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| S.3.   | Studentka/student ma gotowość, by praktykować uważność w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych oraz wprowadzać uważność do edukacji.   |
| S.3.1.   | Studentka/student ma gotowość, by obserwować własne myśli, emocje i sygnały z ciała w odróżnieniu od stanu automatycznego pochłonięcia przez nie.                                   |
| S.3.2.   | Studentka/student ma gotowość, by stosować w praktyce różnorodne formy oparcia dla niespokojnego umysłu, sprowadzając go do świadomości bieżącej chwili – formalnie i nieformalnie. |
| S.3.3.   | Studentka/student ma gotowość, by stosować ćwiczenia i rutyny wzmacniające „mięsień” własnej uwagi.   |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Życie w rozchwianym i pędzącym świecie a stabilność własna.</li> <li>- Neurobiologiczne podstawy treningu uważności: działanie mózgu, negatywizm ewolucyjny, neuroplastyczność.</li> <li>- Uważność w kontakcie z ciałem, emocjami i myślami – trójkąt świadomości.</li> <li>- Trening świadomości: rozproszenia i oparcie uwagi, nurt świadomości, obserwacja nurtu a zanurzenie w nurcie.</li> <li>- Elementy uważności w codzienności (życie prywatne i praca zawodowa).</li> <li>- Uważność w kontakcie ze sobą: rozpoznawanie schematów myślowych i reakcji emocjonalnych.</li> <li>- Uważność w kontakcie z innymi: skupienie, uważne słuchanie i odpowiedź.</li> <li>- Wspieranie siebie w chwilach bólu i niewygody.</li> </ul> |   |

|  |   |
|--|---|
| <b><i>Edukacja wzbogacająca życie według Marshalla B. Rosenberga</i></b> |   |
| <b>Symbol efektu</b>   | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
| <b>Wiedza</b>  |   |
| W.1.   | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy. |
| W.1.3.   | Studentka/student rozumie znaczenie zaspokojenia potrzeb: bezpieczeństwa i wolności wszystkich osób zaangażowanych w proces edukacyjny.   |
| W.1.4.   | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.2.   | Studentka/student rozumie znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.3.   | Studentka/student rozumie znaczenie komunikacji międzyludzkiej dla współpracy w edukacji i zna różnice między komunikacją wspierającą kontakt a komunikacją niewspierającą kontaktu.            |

|                     |   |
|---------------------|---|
| W.1.5.              | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.            | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.            | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.2.                | Studentka/student zna wybrane założenia, rozróżnienia i procesy modelu Porozumienia bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga oraz praktyczne możliwości zastosowania tego modelu w edukacji.                                 |
| W.2.7.              | Studentka/student wie, jak rozróżniać prośby i żądania, i rozumie, dlaczego warto to robić.   |
| W.2.7.1.            | Studentka/student wie, w jaki sposób prośba może wzbogacać życie i rozumie znaczenie umiejętności formułowania prośb prowadzących do dobrowolnej zgody w procesie edukacyjnym.  |
| W.2.11.2.           | Studentka/student rozumie model czterech ścieżek komunikacyjnych <i>NVC</i> i zna możliwości jego zastosowania w edukacji.  |
| W.2.12.             | Studentka/student wie, czym jest edukacja wzbogacająca życie według Marshalla B. Rosenberga.  |
| W.2.12.1.           | Studentka/student wie, czym jest przemoc i bezprzemocowość w rozumieniu Marshalla B. Rosenberga.  |
| W.2.12.2.           | Studentka/student rozumie, jakie skutki powoduje przemoc dla osób biorących udział w procesie edukacyjnym.  |
| W.2.12.3.           | Studentka/student rozumie korzyści z bezprzemocowości i dobrowolnej zgody w procesie edukacyjnym.   |
| <b>Umiejętności</b> |   |
| U.1.                | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.3.              | Studentka/student potrafi przyczyniać się do zaspokojenia potrzeb: bezpieczeństwa i wolności wszystkich osób zaangażowanych w proces edukacyjny.  |
| U.1.4.              | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| U.1.4.2.            | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| U.1.4.3.            | Studentka/student potrafi odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i potrafi stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| U.1.5.              | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| U.1.5.1.                     | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.         |
| U.1.5.6.                     | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| U.2.                         | Studentka/student potrafi praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.  |
| U.2.7.                       | Studentka/student potrafi rozróżniać prośby i żądania.  |
| U.2.7.1.                     | Studentka/student potrafi rezygnować z żądań i formułować prośby prowadzące do dobrowolnej zgody w procesie edukacyjnym.  |
| U.2.11.2.                    | Studentka/student potrafi świadomie wybierać jedną z czterech ścieżek komunikacyjnych <i>NVC</i> w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.  |
| U.2.12.                      | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację wzbogacającą życie według Marshalla B. Rosenberga.  |
| U.2.12.1.                    | Studentka/student potrafi rozpoznać w procesie edukacyjnym przemoc i bezprzemocowość w rozumieniu Marshalla B. Rosenberga.  |
| U.2.12.2.                    | Studentka/student potrafi poszukiwać rozwiązań umożliwiających zaistnienie bezprzemocowości i dobrowolności w procesie edukacyjnym.   |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| S.1.3.                       | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do zaspokojenia potrzeb: bezpieczeństwa i wolności wszystkich osób zaangażowanych w proces edukacyjny.  |
| S.1.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| S.1.4.2.                     | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| S.1.4.3.                     | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| S.1.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| S.1.5.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| S.1.5.6.                     | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| S.2.                         | Studentka/student ma gotowość, by praktykować Porozumienie bez  |

|  |  |
|--|--|
|  | Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.                                |
| S.2.7.   | Studentka/student ma gotowość, by rozróżniać prośby i żądania.   |
| S.2.7.1.   | Studentka/student ma gotowość, by rezygnować z żądań i formułować prośby prowadzące do dobrowolnej zgody w procesie edukacyjnym.                         |
| S.2.11.2.  | Studentka/student ma gotowość, by świadomie wybierać jedną z czterech ścieżek komunikacyjnych <i>NVC</i> w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi. |
| S.2.12.  | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację wzbogacającą życie według Marshalla B. Rosenberga.   |
| S.2.12.1.  | Studentka/student ma gotowość, by rozpoznawać w procesie edukacyjnym przemoc i bezprzemocowość w rozumieniu Marshalla B. Rosenberga.                     |
| S.2.12.2.  | Studentka/student ma gotowość, by poszukiwać rozwiązań umożliwiających zaistnienie bezprzemocowości i dobrowolności w procesie edukacyjnym.              |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>   |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Edukacja wzbogacająca życie według Marshalla B. Rosenberga.</li> <li>- Przemoc i bezprzemocowość w rozumieniu Marshalla B. Rosenberga – źródła i skutki dla ucznia i nauczyciela.</li> <li>- Model czterech ścieżek komunikacyjnych <i>NVC</i> i jego zastosowanie w edukacji.</li> <li>- Znaczenie umiejętności formułowania prośb prowadzących do dobrowolnej zgody.</li> </ul> |  |

|   |   |
|---|---|
| <b><i>Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach (PSR)</i></b> |   |
| <b>Symbol efektu</b>  | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
| <b>Wiedza</b>   |   |
| W.1.  | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.4.  | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.2.  | Studentka/student rozumie znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.5.  | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.  | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.  | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.4.  | Studentka/student zna podstawowe założenia Podejścia Skoncentrowanego   |

|                     |  |
|---------------------|--|
|                     | na Rozwiązaniach (PSR) oraz jego możliwe zastosowania w Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (ESR).   |
| W.4.1.              | Studentka/student zna założenia dotyczące: zasobów, współpracy, nienormatywności, skupienia na teraźniejszości, wyjątków.  |
| W.4.2.              | Studentka/student zna wybrane techniki pracy w Podejściu Skoncentrowanym na Rozwiązaniach/Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach: wydobywanie zasobów, pytania o cele, eksplorowanie wyjątków, komplementowanie i autokomplementowanie, rozmowa poza problemem, udzielanie informacji zwrotnej. |
| <b>Umiejętności</b> |  |
| U.1.                | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| U.1.4.              | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.   |
| U.1.4.2.            | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.  |
| U.1.5.              | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.  |
| U.1.5.1.            | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.  |
| U.1.5.4.            | Studentka/student potrafi rozpoznawać swoje zasoby.  |
| U.1.5.5.            | Studentka/student potrafi rozpoznawać i planować obszary do własnego rozwoju.  |
| U.1.5.6.            | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.   |
| U.4.                | Studentka/student potrafi stosować przesłanki teoretyczne Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach (PSR) w Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (ESR).   |
| U.4.1.              | Studentka/student potrafi prowadzić rozmowę z uczniem/rodzicem/klientem, uwzględniając postawę: nienormatywną, niewiedzy, wolnego wyboru.  |
| U.4.2.              | Studentka/student potrafi prowadzić z uczniem/rodzicem/klientem rozmowę poza problemem.  |
| U.4.3.              | Studentka/student potrafi interpretować informacje w kategoriach zasobów ucznia/rodzica/klienta i wydobywać jego zasoby.   |
| U.4.4.              | Studentka/student potrafi komplementować ucznia/rodzica/klienta, stosując różne rodzaje komplementowania.  |
| U.4.5.              | Studentka/student potrafi aranżować uczniowi/rodzicowi/klientowi sytuacje sprzyjające autokomplementowaniu.  |
| U.4.6.              | Studentka/student potrafi stwarzać klientowi/uczniowi warunki do eksplorowania jego doświadczeń według zasad techniki wyjątków.  |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| U.4.7.                       | Studentka/student potrafi udzielać uczniowi/rodzicowi/klientowi informacji zwrotnej w modelu PSR.   |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| S.1.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| S.1.4.2.                     | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| S.1.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| S.1.5.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| S.1.5.4.                     | Studentka/student ma gotowość, by rozpoznawać swoje zasoby.   |
| S.1.5.5.                     | Studentka/student ma gotowość, by rozpoznawać i planować obszary do własnego rozwoju.   |
| S.1.5.6.                     | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| S.4.                         | Studentka/student ma gotowość, by stosować przesłanki teoretyczne Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach (PSR) w Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (ESR).  |
| S.4.1.                       | Studentka/student ma gotowość, by prowadzić rozmowę z uczniem/rodzicem/klientem, uwzględniając postawę: nienormatywną, niewiedzy, wolnego wyboru.   |
| S.4.2.                       | Studentka/student ma gotowość, by prowadzić z uczniem/rodzicem/klientem rozmowę poza problemem.   |
| S.4.3.                       | Studentka/student ma gotowość, by interpretować informacje w kategoriach zasobów ucznia/rodzica/klienta i wydobywać jego zasoby.  |
| S.4.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by komplementować ucznia/rodzica/klienta, stosując różne rodzaje komplementowania.   |
| S.4.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by aranżować uczniowi/rodzicowi/klientowi sytuacje sprzyjające autokomplementowaniu.   |
| S.4.6.                       | Studentka/student ma gotowość, by stwarzać klientowi/uczniovi warunki do eksplorowania jego doświadczeń według zasad techniki wyjątków.   |
| S.4.7.                       | Studentka/student ma gotowość, by udzielać uczniowi/rodzicowi/klientowi informacji zwrotnej w modelu PSR.   |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>     |   |

- Filozofia i założenia Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach (PSR)/Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (TSR).
- Koncentracja na kompetencjach i możliwościach.
- Budowanie rozwiązań zamiast rozwiązywania problemów.
- Wydobywanie i tworzenie zasobów.
- Technika wyjątków.
- Komplementowanie i autokomplementowanie.
- Rozmowa poza problemem.
- Udzielanie informacji zwrotnej w modelu PSR.

| <b>System Wewnętrznej Rodziny (SWR)</b> |   |
|---|---|
| <b>Symbol efektu</b>                    | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
| <b>Wiedza</b>                           |   |
| W.1.                                    | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.4.                                  | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.2.                                | Studentka/student rozumie znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.5.                                  | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.                                | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.                                | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.5.                                    | Studentka/student zna podstawy modelu System Wewnętrznej Rodziny (SWR) i jego możliwe zastosowania w edukacji.  |
| W.5.1.                                  | Studentka/student zna filozofię i podstawowe założenia nurtu terapeutycznego SWR.   |
| W.5.2.                                  | Studentka/student zna praktyczne zastosowania modelu SWR.   |
| W.5.2.1.                                | Studentka/student wie i rozumie, na czym polega świadomość emocji, myśli, przekonań, doznań w ciele.  |
| W.5.2.2.                                | Studentka/student wie i rozumie, na czym polega przywództwo oparte na świadomości siebie.   |
| W.5.2.3.                                | Studentka/student wie i rozumie, na czym polega rozwijanie współczucia wobec samego siebie i wobec innego człowieka.  |
| W.5.2.4.                                | Studentka/student wie i rozumie, na czym polega rozwijanie kontaktu ze sobą   |

|                              |   |
|------------------------------|---|
|                              | i podejmowanie decyzji na podstawie świadomości siebie.   |
| W.5.2.5.                     | Studentka/student zna i rozumie wywodzące się z SWR metody towarzyszenia uczniom: w poznawaniu siebie samych i świata, w poszukiwaniu odpowiedzi na ważne pytania.  |
| <b>Umiejętności</b>          |   |
| U.1.                         | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.4.                       | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| U.1.4.2.                     | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| U.1.5.                       | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| U.1.5.1.                     | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| U.1.5.6.                     | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| U.5.                         | Studentka/student potrafi zastosować model System Wewnętrznej Rodziny (SWR) w praktyce edukacyjnej.   |
| U.5.1.                       | Studentka/student potrafi praktykować świadomość emocji, myśli, przekonań, doznań w ciele.  |
| U.5.2.                       | Studentka/student potrafi praktykować przywództwo oparte na świadomości siebie.   |
| U.5.3.                       | Studentka/student potrafi rozwijać współczucie wobec samego siebie i wobec innego człowieka.  |
| U.5.4.                       | Studentka/student potrafi rozwijać kontakt ze sobą i podejmować decyzje na podstawie świadomości siebie.  |
| U.5.5.                       | Studentka/student potrafi stosować wywodzące się z SWR metody towarzyszenia uczniom: w poznawaniu siebie samych i świata, w poszukiwaniu odpowiedzi na ważne pytania.   |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| S.1.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| S.1.4.2.                     | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| S.1.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |



|  |   |
|--|---|
| S.1.5.1.   | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| S.1.5.6.   | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| S.1.4.   | Studentka/student jest gotowa/gotów rozwijać kontakt ze sobą i podejmować decyzje na podstawie świadomości siebie.  |
| S.5.   | Studentka/student ma gotowość, by stosować model System Wewnętrznej Rodziny (SWR) w praktyce edukacyjnej.   |
| S.5.1.   | Studentka/student ma gotowość, by praktykować świadomość emocji, myśli, przekonań, doznań w ciele.  |
| S.5.2.   | Studentka/student ma gotowość, by praktykować przywództwo oparte na świadomości siebie.   |
| S.5.3.   | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać współczucie wobec samego siebie i wobec innego człowieka.  |
| S.5.4.   | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kontakt ze sobą i podejmować decyzje na podstawie świadomości siebie.  |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Filozofia i założenia nurtu terapeutycznego System Wewnętrznej Rodziny (SWR).</li> <li>- Praktyczne zastosowania modelu SWR: świadomość emocji, myśli, przekonań, doznań w ciele; przywództwo oparte na świadomości siebie; rozwijanie współczucia wobec samego siebie i wobec innego człowieka; rozwijanie kontaktu ze sobą i podejmowanie decyzji na podstawie świadomości siebie.</li> <li>- Wywodzące się z SWR metody towarzyszenia uczniom: w poznawaniu siebie samych i świata, w poszukiwaniu odpowiedzi na ważne pytania.</li> </ul> |   |

|   |   |
|---|---|
| <b><i>Podstawy uważności (mindfulness) dla nauczycieli – tworzenie przyjaznego środowiska nauki i pracy</i></b> |   |
| <b>Symbol efektu</b>  | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
| <b>Wiedza</b>   |   |
| W.1.  | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy. |
| W.1.4.  | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.1.  | Studentka/student rozumie znaczenie integracji w grupie i zna praktyczne sposoby jej wspierania.  |
| W.1.4.2.  | Studentka/student rozumie znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.  |

|                     |   |
|---------------------|---|
| W.1.5.              | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.            | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.            | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.3.                | Studentka/student zna podstawy uważności ( <i>mindfulness</i> ) dla nauczycieli.  |
| W.3.9.              | Studentka/student zna i rozumie korzyści z wprowadzania uważności do edukacji.  |
| W.3.10.             | Studentka/student zna badania dotyczące działania uważności i życzliwości w zawodach pomocowych.  |
| W.3.11.             | Studentka/student zna podstawowe mechanizmy powstawania uzależnienia, w tym: od smartfonów i obecności w mediach społecznościowych; rozumie, jak można im zapobiegać z zastosowaniem uważności.   |
| W.3.12.             | Studentka/student ma wiedzę na temat życzliwości i współczucia jako elementów podstawowych w tworzeniu nowoczesnego środowiska uczenia się.   |
| W.3.13.             | Studentka/student ma wiedzę o uważności jako ścieżce budowania wspólnoty zespołu klasowego i szkoły.  |
| W.7.                | Studentka/student ma podstawową praktyczną wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| W.7.4.              | Studentka/student ma podstawową praktyczną wiedzę z zakresu ewolucji mózgu, samoregulacji systemu nerwowego oraz uczenia się dzieci i młodzieży.  |
| <b>Umiejętności</b> |   |
| U.1.                | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.4.              | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| U.1.4.1.            | Studentka/student potrafi wspierać integrację w grupie.   |
| U.1.4.2.            | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| U.1.5.              | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| U.1.5.1.            | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.                                   |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| U.1.5.6.                     | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| U.3.                         | Studentka/student potrafi praktykować uważność w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych oraz wprowadzać uważność do edukacji.   |
| U.3.1.1.                     | Studentka/student potrafi obserwować poziom obecności u siebie i u innych podczas pracy z grupą.  |
| U.3.2.1.                     | Studentka/student potrafi stosować w praktyce różnorodne formy oparcia swojej uwagi podczas pracy z grupą.  |
| U.3.3.1.                     | Studentka/student potrafi stosować ćwiczenia i rutyny uważności dla nauczyciela: przed pracą, w trakcie prowadzenia lekcji i po zakończeniu pracy.  |
| U.3.4.                       | Studentka/student potrafi stosować krótkie ćwiczenia i rutyny uważności dla uczniów podczas zajęć przedmiotowych.   |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| S.1.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| S.1.4.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by wspierać integrację w grupie.   |
| S.1.4.2.                     | Studentka/student ma gotowość, by przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| S.1.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| S.1.5.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| S.1.5.6.                     | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| S.3.                         | Studentka/student ma gotowość, by praktykować uważność w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych oraz wprowadzać uważność do edukacji.   |
| S.3.1.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by obserwować poziom obecności u siebie i u innych podczas pracy z grupą.  |
| S.3.2.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by stosować w praktyce różnorodne formy oparcia swojej uwagi podczas pracy z grupą.  |
| S.3.3.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by stosować ćwiczenia i rutyny uważności dla nauczyciela: przed pracą, w trakcie prowadzenia lekcji i po zakończeniu pracy.  |
| S.3.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by stosować krótkie ćwiczenia i rutyny uważności dla uczniów podczas zajęć przedmiotowych.   |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>     |   |

- Tworzenie przyjaznego środowiska uczenia się i pracy z zastosowaniem uważności:
  - ✓ Neurobiologiczne podstawy uważnego uczenia się uczniów.
  - ✓ Neurobiologiczne podstawy tworzenia środowiska uczenia się uczniów w oparciu o uważność.
  - ✓ Neurobiologiczne podstawy dzielenia się z uczniami wiedzą o uważności i sposobami jej praktykowania.
  - ✓ Elementy uważności w codziennych rutynach szkolnych dla nauczyciela i dla uczniów.
  - ✓ Troska o siebie w sytuacjach trudnych dla nauczyciela.
  - ✓ Budowanie wspólnoty zespołu klasowego w oparciu o uważność.

***Nowa Szkoła jest możliwa – projektowanie przestrzeni do efektywnej nauki i pracy***

| Symbol efektu | EFEKTY UCZENIA SIĘ  |
|---------------|---|
| <b>Wiedza</b> |   |
| W.1.          | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.4.        | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.1.      | Studentka/student rozumie znaczenie integracji w grupie i zna praktyczne sposoby jej wspierania.  |
| W.1.4.2.      | Studentka/student rozumie znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.3.      | Studentka/student rozumie znaczenie komunikacji międzyludzkiej dla współpracy w edukacji i zna różnice między komunikacją wspierającą kontakt a komunikacją niewspierającą kontaktu.  |
| W.1.5.        | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.      | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.      | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.1.6.        | Studentka/student zna przykłady dobrych praktyk w projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającej efektywnej nauce i pracy.  |
| W.1.6.1.      | Studentka/student rozumie wartość oceny bieżącej w postaci informacji zwrotnej i zna dobre praktyki w zakresie jej stosowania.  |
| W.1.6.2.      | Studentka/student zna metodę spotkań trójstronnych: nauczyciel-rodzic-  |

|                              |   |
|------------------------------|---|
|                              | uczeń.  |
| W.2.                         | Student/studentka zna wybrane założenia, rozróżnienia i procesy modelu Porozumienia bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga oraz praktyczne możliwości zastosowania tego modelu w edukacji. |
| W.2.4.3.1.                   | Studentka/student wie, jak zastąpić ocenianie opisywaniem obserwacji i dawaniem informacji zwrotnej w modelu <i>NVC</i> .   |
| W.7.4.2.                     | Studentka/student zna potencjalny wpływ ocen szkolnych na funkcjonowanie psychospołeczne uczniów.   |
| <b>Umiejętności</b>          |   |
| U.1.                         | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.4.                       | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| U.1.4.1.                     | Studentka/student potrafi wspierać integrację w grupie.   |
| U.1.4.2.                     | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| U.1.4.3.                     | Studentka/student potrafi odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i potrafi stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| U.1.5.                       | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| U.1.5.1.                     | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.   |
| U.1.5.6.                     | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| U.1.6.                       | Studentka/student potrafi inspirować się przykładami dobrych praktyk w projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającej efektywnej nauce i pracy.   |
| U.1.6.1.                     | Studentka/student potrafi stosować ocenę bieżącą w postaci informacji zwrotnej i inspirować się dobrymi praktykami w zakresie jej stosowania.   |
| U.1.6.2.                     | Studentka/student potrafi stosować metodę spotkań trójstronnych: nauczyciel-rodzic-uczeń.   |
| U.2.                         | Studentka/student potrafi praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.  |
| U.2.4.3.1.                   | Studentka/student potrafi zastąpić ocenianie opisywaniem obserwacji i dawaniem informacji zwrotnej w modelu <i>NVC</i> .  |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i  |

|  |   |
|--|---|
|  | projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| S.1.4.   | Studentka/student ma gotowość, by przyczynić się do budowania dobrych relacji w edukacji.   |
| S.1.4.1.   | Studentka/student ma gotowość, by wspierać integrację w grupie.   |
| S.1.4.2.   | Studentka/student ma gotowość, by przyczynić się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.  |
| S.1.4.3.   | Studentka/student ma gotowość, by odróżniać komunikację wspierającą kontakt od komunikacji niewspierającej kontaktu w edukacji i stosować komunikację wspierającą kontakt.  |
| S.1.5.   | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| S.1.5.1.   | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| S.1.5.6.   | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| S.1.6.   | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się przykładami dobrych praktyk w projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającej efektywnej nauce i pracy.   |
| S.1.6.1.   | Studentka/student ma gotowość, by stosować ocenę bieżącą w postaci informacji zwrotnej i inspirować się dobrymi praktykami w zakresie jej stosowania.   |
| S.1.6.2.   | Studentka/student ma gotowość, by stosować metodę spotkań trójstronnych: nauczyciel-rodzic-uczeń.   |
| S.2.   | Studentka/student ma gotowość, by praktykować Porozumienie bez Przemocy ( <i>Nonviolent Communication, NVC</i> ) Marshalla B. Rosenberga w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnych.  |
| S.2.4.3.1.   | Studentka/student ma gotowość, by zastąpić ocenianie opisywaniem obserwacji i daniem informacji zwrotnej w modelu <i>NVC</i> .  |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Komunikacja w edukacji: wspierająca kontakt a niewspierającą kontaktu.</li> <li>- Praktyczne możliwości zastosowania języka <i>NVC</i> w edukacji.</li> <li>- Znaczenie integracji w klasie i sposoby jej wspierania.</li> <li>- Budowanie dobrych relacji i wzajemnego zaufania we współpracy nauczyciel-rodzic-uczeń: spotkania trójstronne.</li> <li>- Ocena bieżąca w postaci informacji zwrotnej.</li> </ul> |   |

## ***Edukacja Skoncentrowana na Rozwiązaniach (ESR)***

| <b>Symbol efektu</b> | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
|----------------------|---|
| <b>Wiedza</b>        |   |
| W.1.                 | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.4.               | Studentka/student rozumie znaczenie budowania dobrych relacji dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.4.2.             | Studentka/student rozumie znaczenie wzajemnego zaufania dla współpracy w edukacji.  |
| W.1.5.               | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.             | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.5.4.             | Studentka/student wie, jakie kompetencje sprzyjają współpracy opartej na zaufaniu, i wie, jak może je rozwijać.   |
| W.4.                 | Studentka/student zna podstawowe założenia Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach (PSR) oraz jego możliwe zastosowania w Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (ESR).  |
| W.4.3.               | Studentka/student zna założenia ESR, które służą budowaniu dobrych relacji z uczniem/rodzicem/klientem: dobre nawyki zamiast zasad, zauważanie pozytywnych zmian.   |
| W.4.4.               | Studentka/student zna metodologię konwersacji z uczniem/rodzicem/klientem, zgodną z założeniami ESR (pytania otwarte, skala, pytania o przyszłość, przeformułowania, przerwa w rozmowie).   |
| W.4.5.               | Studentka/student rozumie, na czym polega moc współpracy, i wie, jak do niej zapraszać ucznia/rodzica/klienta.  |
| <b>Umiejętności</b>  |   |
| U.1.                 | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.4.               | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania dobrych relacji w edukacji.  |
| U.1.4.2.             | Studentka/student potrafi przyczyniać się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.   |
| U.1.5.               | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| U.1.5.1.             | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych   |

|                              |   |
|------------------------------|---|
|                              | osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.   |
| U.1.5.4.                     | Studentka/student potrafi rozpoznawać swoje zasoby.   |
| U.1.5.5.                     | Studentka/student potrafi rozpoznawać i planować obszary do własnego rozwoju.   |
| U.1.5.6.                     | Studentka/student potrafi rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| U.4.                         | Studentka/student potrafi stosować przesłanki teoretyczne Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach (PSR) w Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (ESR).  |
| U.4.8.                       | Studentka/student potrafi budować dobre relacje z uczniem/rodzicem/klientem zgodnie z założeniami ESR, stosując dobre nawyki zamiast zasad i zauważanie pozytywnych zmian.  |
| U.4.9.                       | Studentka/student potrafi stosować metodologię konwersacji z uczniem/rodzicem/klientem zgodną z założeniami ESR (pytania otwarte, skala, pytania o przyszłość, przeformułowania, przerwa w rozmowie).                                   |
| U.4.10.                      | Studentka/student potrafi zapraszać ucznia/rodzica/klienta do współpracy zgodnie z założeniami ESR.   |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
| S.1.                         | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| S.1.4.                       | Studentka/student ma gotowość, by przyczynić się do budowania dobrych relacji w edukacji.   |
| S.1.4.2.                     | Studentka/student ma gotowość, by przyczynić się do budowania w edukacji relacji opartych na zaufaniu.  |
| S.1.5.                       | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| S.1.5.1.                     | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| S.1.5.4.                     | Studentka/student ma gotowość, by rozpoznawać swoje zasoby.   |
| S.1.5.5.                     | Studentka/student ma gotowość, by rozpoznawać i planować obszary do własnego rozwoju.   |
| S.1.5.6.                     | Studentka/student ma gotowość, by rozwijać kompetencje sprzyjające współpracy opartej na zaufaniu.  |
| S.4.                         | Studentka/student ma gotowość, by stosować przesłanki teoretyczne Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach (PSR) w Edukacji Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (ESR).  |
| S.4.8.                       | Studentka/student ma gotowość, by budować dobre relacje z uczniem/rodzicem/klientem zgodnie z założeniami ESR, stosując dobre nawyki zamiast zasad i zauważanie pozytywnych zmian.  |



|         |   |
|---------|---|
| S.4.9.  | Studentka/student ma gotowość, by stosować metodologię konwersacji z uczniem/rodzicem/klientem zgodną z założeniami ESR (pytania otwarte, skala, pytania o przyszłość, przeformułowania, przerwa w rozmowie). |
| S.4.10. | Studentka/student ma gotowość, by zapraszać ucznia/rodzica/klienta do współpracy zgodnie z założeniami ESR.   |

### **TREŚCI PROGRAMOWE**

- Budowanie dobrych relacji z uczniem/rodzicem/klientem – dobre nawyki zamiast zasad, zauważanie pozytywnych zmian.
- Metodologia konwersacji z uczniem/rodzicem/klientem: pytania otwarte, skala, pytania o przyszłość, przeformułowania, przerwa w rozmowie.
- Moc współpracy – jak do niej zapraszać ucznia/rodzica/klienta.

### *Metanoje edukacyjne – zastosowanie metod i narzędzi coachingowych w projektowaniu zmiany w edukacji*

| Symbol efektu       | EFEKTY UCZENIA SIĘ  |
|---------------------|---|
| <b>Wiedza</b>       |   |
| W.1.                | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.5.              | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.            | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.6.                | Studentka/student zna możliwości zastosowania metod i narzędzi coachingowych w projektowaniu pożądanej zmiany w edukacji.   |
| W.6.1.              | Studentka/student rozumie specyfikę dziedziny coachingu i zna różnicę pomiędzy coachingiem a innymi formami wspierania rozwoju człowieka.   |
| W.6.2.              | Studentka/student ma wiedzę na temat modeli rozmowy coachingowej oraz podstawowych metod i narzędzi coachingowych.  |
| W.6.3.              | Studentka/student ma wiedzę na temat zarządzania zmianą i zasad etycznych dla pola zmiany związanego ze środowiskiem edukacyjnym.   |
| <b>Umiejętności</b> |   |
| U.1.                | Studentka/student potrafi współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| U.1.5.              | Studentka/student potrafi brać aktywny udział w procesie uczenia się i  |

|   |   |
|---|---|
|   | rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.  |
| U.1.5.1.  | Studentka/student potrafi inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.         |
| U.6.  | Studentka/student potrafi zastosować metody i narzędzia coachingowe dla zaprojektowania pożądanej zmiany w edukacji.  |
| U.6.1.  | Studentka/student potrafi oszacować ryzyka związane ze zmianą i niwelować ich negatywne konsekwencje.   |
| U.6.2.  | Studentka/student potrafi ustalać dalekosiężne efekty zmiany i określać jej szerszy kontekst oddziaływania.   |
| <b>Kompetencje społeczne</b>  |   |
| S.1.  | Studentka/student ma gotowość, by współtworzyć edukację bez przemocy i projektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| S.1.5.  | Studentka/student ma gotowość, by brać aktywny udział w procesie uczenia się i rozwoju oraz pogłębiania samowiedzy i samoświadomości.   |
| S.1.5.1.  | Studentka/student ma gotowość, by inspirować się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, przydatnymi dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| S.1.3.  | Studentka/student jest gotowa/gotów do przestrzegania standardów etycznych związanych z dziedziną coachingu.  |
| S.6.  | Studentka/student ma gotowość, by stosować metody i narzędzia coachingowe dla zaprojektowania pożądanej zmiany w edukacji.  |
| S.6.1.  | Studentka/student ma gotowość, by szacować ryzyka związane ze zmianą i niwelować ich negatywne konsekwencje.  |
| S.6.2.  | Studentka/student ma gotowość, by ustalać dalekosiężne efekty zmiany i określać jej szerszy kontekst oddziaływania.   |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Narzędzie „Koło zmian”. Praca nad indywidualnym wyznaczeniem celu zmiany: metoda SMART, coaching wartości, model GROW.</li> <li>- Diagnoza zasobów posiadanych i pożądanych do realizacji zmiany: metoda PIES.</li> <li>- Diagnoza realnych i potencjalnych barier w realizacji zmiany i wypracowywanie „mostów”: metoda hipotetycznych scenariuszy, odwrócona burza mózgów, narzędzia coachingowe pracy z przekonaniem ograniczającym.</li> <li>- Wypracowywanie rozwiązań służących realizacji wybranej zmiany: metoda pięciu opcji, narzędzia coachingowe kreatywnego tworzenia rozwiązań.</li> <li>- Narzędzia coachingowe określania działań krótko- i długoterminowych, ustalania priorytetów w realizacji, budowania sojuszków, podtrzymywania motywacji i metod ewaluacji wdrożeń.</li> <li>- Zespołowa informacja zwrotna na temat celów i planów zmian w modelu coachingowym.</li> </ul> |   |

## *Pierwsza pomoc psychologiczna (PPP) w sytuacjach kryzysowych*

| Symbol efektu                | EFEKTY UCZENIA SIĘ  |
|------------------------------|---|
| <b>Wiedza</b>                |   |
| W.1.                         | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.5.                       | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.                     | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.7.                         | Studentka/student ma podstawową praktyczną wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| W.7.5.                       | Studentka/student zna cel i zasady stosowania pierwszej pomocy psychologicznej (PPP) w sytuacjach kryzysowych.  |
| W.7.5.1.                     | Studentka/student rozumie specyfikę sytuacji kryzysowej oraz jej potencjalny wpływ na funkcjonowanie psychospołeczne jednostki.   |
| W.7.5.1.1.                   | Studentka/student zna możliwe reakcje jednostki w sytuacjach kryzysowych.   |
| W.7.5.1.2.                   | Studentka/student zna czynniki wpływające na zachowanie jednostki w sytuacji kryzysowej ze szczególnym uwzględnieniem okresów rozwojowych.  |
| W.7.5.1.3.                   | Studentka/student wie, że w sytuacji kryzysowej warto udzielać wsparcia adekwatnego do potrzeb osoby wspieranej (zarówno w kontekście rodzaju wsparcia, jak i ilości wsparcia).   |
| W.7.5.2.                     | Studentka/student odróżnia PPP od innych metod wsparcia jednostki, m.in. od technik terapeutycznych, których celem jest praca wglądowa, praca nad rozumieniem przeżywanych emocji czy praca z traumą.   |
| W.7.5.3.                     | Studentka/student rozumie znaczenie stosowania PPP w sytuacjach kryzysowych w przeciwdziałaniu rozwojowi zaburzeń zdrowia psychicznego.   |
| W.7.5.4.                     | Studentka/student zna zasady regulacji i autoregulacji oraz pracy z napięciem własnym i innych osób.  |
| W.7.5.4.1.                   | Studentka/student zna metody autoregulacji i wie, jak z nich korzystać, by zachować spokój w sytuacjach kryzysowych.  |
| <b>Umiejętności</b>          |   |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |

### TREŚCI PROGRAMOWE

- Specyfika sytuacji kryzysowej oraz jej potencjalny wpływ na funkcjonowanie psychospołeczne jednostki. Reakcje jednostki w sytuacjach kryzysowych. Czynniki wpływające na zachowanie jednostki w sytuacji kryzysowej ze szczególnym uwzględnieniem okresów rozwojowych.
- Udzielanie wsparcia adekwatnego do potrzeb osoby wspieranej (zarówno w kontekście rodzaju wsparcia, jak i ilości wsparcia).
- Zasadność i cel udzielania pierwszej pomocy psychologicznej (PPP).
- Zasady udzielania PPP – opis zasad, którymi kierują się osoby realizujące PPP, oraz właściwych reakcji osoby wspierającej.
- Zasady regulacji i autoregulacji. Praca z napięciem własnym i innych osób.

### *Uważność i współczucie – chwilowa moda czy stan pożądany*

| Symbol efektu  | EFEKTY UCZENIA SIĘ  |
|--|---|
| <b>Wiedza</b>  |   |
| W.1.   | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.5.   | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.   | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.3.   | Studentka/student zna podstawy uważności ( <i>mindfulness</i> ) dla nauczycieli.  |
| W.3.8.   | Studentka/student rozumie przydatność praktyki uważności i współczucia w życiu codziennym.  |
| <b>Umiejętności</b>  |   |
| <b>Kompetencje społeczne</b>                                       |   |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>   |   |
| - Przydatność praktyki uważności i współczucia w życiu codziennym. |   |

***Najpierw „człowiek”, potem „uczeń”***

| <b>Symbol efektu</b>         | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
|------------------------------|---|
| <b>Wiedza</b>                |   |
| W.1.                         | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.5.                       | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.                     | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.   |
| W.7.                         | Studentka/student ma podstawową praktyczną wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli.   |
| W.7.4.1.                     | Studentka/student wie, że proces uczenia się jest procesem kognitywno-emocjonalno-społecznym i wie, jak zmienić kulturę organizacyjną szkoły, by szkoła realizowała cele nie tylko kognitywne i by uwzględniała emocje, potrzeby społeczne i fizyczne uczniów, nauczycieli i rodziców.                              |
| <b>Umiejętności</b>          |   |
|                              |   |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
|                              |   |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>     |   |
|                              | <ul style="list-style-type: none"><li>- Proces uczenia się jako proces kognitywno-emocjonalno-społeczny.</li><li>- Kultura organizacyjna szkoły: jak ją zmienić, by szkoła realizowała cele nie tylko kognitywne i by uwzględniała emocje, potrzeby społeczne i fizyczne uczniów, nauczycieli i rodziców.</li></ul> |

***Szkolne realia (oceny, prace domowe, podstawa programowa)  
a nauka o mózgu i procesie uczenia się***

| Symbol efektu  | EFEKTY UCZENIA SIĘ   |
|--|--|
| <b>Wiedza</b>  |  |
| W.1.   | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.  |
| W.1.5.   | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.  |
| W.1.5.1.   | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy.                      |
| W.7.   | Studentka/student ma podstawową praktyczną wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli.                      |
| W.7.4.   | Studentka/student ma podstawową praktyczną wiedzę z zakresu ewolucji mózgu, samoregulacji systemu nerwowego oraz uczenia się dzieci i młodzieży.   |
| W.7.4.1.   | Studentka/student wie, że proces uczenia się jest procesem kognitywno-emocjonalno-społecznym i wie, jak zmienić kulturę organizacyjną szkoły, by szkoła realizowała cele nie tylko kognitywne i by uwzględniała emocje, potrzeby społeczne i fizyczne uczniów, nauczycieli i rodziców. |
| W.7.4.2.   | Studentka/student zna potencjalny wpływ ocen szkolnych na funkcjonowanie psychospołeczne uczniów.  |
| W.7.4.3.   | Studentka/student zna potencjalny wpływ prac domowych na funkcjonowanie psychospołeczne uczniów.   |
| W.7.4.4.   | Studentka/student zna potencjalny wpływ podstawy programowej na efektywność uczenia się.   |
| <b>Umiejętności</b>  |  |
| <b>Kompetencje społeczne</b>   |  |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>   |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stan współczesnej wiedzy o tym, jak uczy się mózg, i jej implikacje edukacyjne.</li> <li>- Potencjalny wpływ ocen szkolnych na funkcjonowanie psychospołeczne uczniów.</li> <li>- Potencjalny wpływ prac domowych na funkcjonowanie psychospołeczne uczniów.</li> <li>- Podstawa programowa a efektywność uczenia się.</li> </ul> |  |

## *Informacja zwrotna zamiast ocen*

| Symbol efektu                | EFEKTY UCZENIA SIĘ  |
|------------------------------|---|
| <b>Wiedza</b>                |   |
| W.1.                         | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.5.                       | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.                     | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.1.7.                       | Studentka/student zna przykłady dobrych praktyk w projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającej efektywnej nauce i pracy.  |
| W.1.7.1.                     | Studentka/student rozumie wartość oceny bieżącej w postaci informacji zwrotnej i zna dobre praktyki w zakresie jej stosowania.  |
| W.2.4.3.1.                   | Studentka/student wie, jak zastąpić ocenianie opisywaniem obserwacji i daniem informacji zwrotnej w modelu <i>NVC</i> .   |
| W.7.4.2.                     | Studentka/student zna potencjalny wpływ ocen szkolnych na funkcjonowanie psychospołeczne uczniów.   |
| <b>Umiejętności</b>          |   |
|                              |   |
| <b>Kompetencje społeczne</b> |   |
|                              |   |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>     |   |
|                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oceny i informacje zwrotne a motywacja i samoocena.</li> <li>- Rodzaje informacji zwrotnej.</li> <li>- Dobre praktyki w zakresie stosowania informacji zwrotnej.</li> </ul>  |

| <b>Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie</b>  |   |
|--|---|
| <b>Symbol efektu</b>   | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>   |
| <b>Wiedza</b>  |   |
| W.1.   | Studentka/student rozumie, na czym polega edukacja bez przemocy, i wie, jak można zaprojektować przestrzeń przyjazną dla uczniów, rodziców i nauczycieli, sprzyjającą efektywnej nauce i pracy.   |
| W.1.5.   | Studentka/student wie, jakie znaczenie dla jakości jej/jego pracy w edukacji ma jej/jego uczenie się i rozwój, samowiedza i samoświadomość.   |
| W.1.5.1.   | Studentka/student rozumie wartość inspirowania się różnymi modelami, nurtami i podejściami, praktyczną wiedzą naukową oraz doświadczeniami innych osób, i wie, skąd może czerpać inspiracje dla projektowania przyjaznej przestrzeni do efektywnej nauki i pracy. |
| W.7.   | Studentka/student ma podstawową praktyczną wiedzę psychologiczną i neurobiologiczną oraz wiedzę z zakresu przeciwdziałania przemocy, sprzyjającą współtworzeniu edukacji bez przemocy i projektowaniu przestrzeni przyjaznej dla uczniów, rodziców i nauczycieli. |
| W.7.3.   | Studentka/student wie, jak przeciwdziałać przemocy w kontekstach edukacyjnych i poza edukacyjnymi.  |
| W.7.3.1.   | Studentka/student zna definicje przemocy przyjęte w środowisku specjalistów od przeciwdziałania przemocy w rodzinie.  |
| W.7.3.2.   | Studentka/student zna materiały ułatwiające diagnozowanie przemocy.   |
| W.7.3.3.   | Studentka/student wie, czym różni się rola „pomagacza” od roli „interwenta”.  |
| W.7.3.6.   | Studentka/student zna obowiązki nauczyciela związane z procedurą Niebieskiej Karty i wie, jakie możliwości skorzystania ze wsparcia ma nauczyciel będący świadkiem przemocy.  |
| <b>Umiejętności</b>  |   |
|  |   |
| <b>Kompetencje społeczne</b>   |   |
|  |   |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Definicje przemocy przyjęte w środowisku specjalistów od przeciwdziałania przemocy w rodzinie.</li> <li>- Materiały ułatwiające diagnozowanie przemocy.</li> <li>- Obowiązki nauczyciela związane z procedurą Niebieskiej Karty.</li> <li>- Interwencja a pomaganie.</li> <li>- Jakie możliwości skorzystania ze wsparcia ma nauczyciel będący świadkiem przemocy.</li> </ul> |   |

Część efektów uczenia się może zostać zrealizowana za pomocą technik i metod kształcenia na odległość – w zależności od decyzji Uczelni.



