

**ROZKŁAD MATERIAŁU W ROKU SZKOLNYM 2016/2017**  
**PODSTAWY PSYCHOLOGII**  
**TECHNIK ŻYWIENIA I USŁUG GASTRONOMICZNYCH, 343404**  
**KLASY: III TG , III TGH**

**I. Psychologiczne cechy jednostki i wybrane procesy psychologiczne**

1. Temat: **Osobowość.**  
Treść: *Podstawowa wiedza o teoriach psychologicznych nt. osobowości.*
2. Temat: **Temperament.**  
Treść: *Przedstawienie Regulacyjnej Teorii Temperamentu,*
3. Temat: **Inteligencja jako zdolność umysłu, w tym inteligencja emocjonalna.**  
Treść: *Definicja, pomiar, rodzaje inteligencji.*
4. Temat **Pamięć.**  
Treść: *Mechanizm. Fazy, rodzaje pamięci.*
5. Temat **Potrzeby i motywacja.**  
Treść: *Definicja potrzeb, piramida Masłowa; jak budować motywację?*
6. Temat: **Emocje..**  
Treść: *pochodzenie emocji, ich rodzaje.*
7. Temat: **Sytuacje trudne w życiu – czym jest stres? Fizjologiczne i psychologiczne objawy stresu.**  
Treść: *co to jest stres, objawy somatyczne i psychiczne.*
8. Temat: **Pozytywne myślenie a radzenie sobie z trudnościami**  
Treść: *Umiejętność zapanowania nad stresem, metody radzenia sobie w sytuacji trudnej.*

**II. Psychologia społeczna jednostki**

9. Temat: **Samoakceptacja i autoanaliza, czyli moje mocne i słabe strony; jak mnie widzą inni.**  
Treść: *nauka analizy własnego zachowania oraz przyjmowania opinii innych; wyrażania opinii o zachowaniu innych ludzi.*
10. Temat: **Autoprezentacja- cele, zasady i metody.**  
Treść: *Ćwiczenia autoprezentacji.*
11. Temat: **Stereotypy, uprzedzenia i dyskryminacja.**  
Treść: *Umiejętność rozróżnienia pojęć, przyczyny zachowań..*
12. Temat: **Pomaganie innym.**  
Treść: *Przyczyny pomagania, altruizmu i egoizmu.*
13. Temat: **Komunikacja interpersonalna i jej rodzaje. Techniki komunikacji werbalnej i niewerbalnej.**  
Treść: *Podstawowe informacje o porozumiewaniu się międzyludzkim.*
14. Temat: **Bariery komunikacji. Zasady konstruktywnej dyskusji**  
Treść: *Jak sobie radzić z trudnościami w komunikacji..*
15. Temat : **Rodzaje argumentacji. Podstawowe zasady i zwroty asertywne.**  
Treść: *Asertywność, kiedy ją stosować, podstawowa wiedza.*
16. Temat : **Umiejętności społeczne (wyrażanie uczuć, empatia, dostrajanie się) w pracy.**  
Treść: *Rozumienie pojęć .Znaczenie w relacjach międzyludzkich.*

### **III. Zbiorowości społeczne.**

17. Temat : **Jak inni wpływają na funkcjonowanie zadaniowe?**  
Treść: *Facylitacja społeczna, decyzje grupowe.*
18. Temat: **Konformizm. Informacyjny i normatywny wpływ społeczny.**  
Treść: *Pojęcia, przyczyny takich zachowań.*
19. Temat : **Predyspozycje i umiejętności przydatne w pracy grupowej.**  
Treść: *Dyskusja i zebranie dotychczasowej wiedzy.*
20. Temat : **Przywództwo i władza-style kierowania ludźmi.**  
Treść: *Trzy style kierowania zespołem.*
21. Temat: **Pojęcie grupy społecznej. Normy i zasady. Prawo pisane i niepisane**  
Treść : *Pojęcie grupy, norm, zasad, prawa.*
22. Temat : **Umiejętności ułatwiające pracę w grupie**  
Treść: *Cele pracy zespołowej, plan pracy zespołu*

### **IV. Konflikty, ich rozwiązywanie; negocjacje.**

23. Temat : **Konflikt. Rodzaje, źródła i fazy.**  
Treść: *Identyfikacja konfliktów międzyludzkich.*
24. Temat : **Style zachowań ludzkich- asertywność, agresja, uległość.**  
Treść: *Określenie sposobów reakcji w sytuacji konfliktu.*
25. Temat : **Pojęcie negocjacji. Techniki negocjacji. Cechy dobrego negocjatora.**  
Treść: *Wykorzystanie odpowiednich technik porozumiewania się w negocjowaniu.*
26. Temat: **Metody i techniki twórczego myślenia.**  
Treść: *Poznanie technik i nauka wykorzystywania myślenia niekonwencjonalnego..*
27. Temat **Czynniki sprzyjające uczeniu się i zdobywaniu wiedzy. Rola kary i nagrody w uczeniu się.**  
Treść: *Warunkowanie klasyczne i instrumentalne.*

### **V. Psychologia procesu sprzedaży**

28. Temat : **Osobowościowe cechy, które powinien posiadać uczeń technikum gastronomicznego.**  
Treść: *Sporządzenie listy cech ucznia Technikum Żywnienia i usług gastronomicznych.*
29. Temat: **Etyka, normy etyczne oraz zasady kultury osobistej i zawodowej.**  
Treść: *Rozróżnienie pojęć, podstawowa wiedza z zakresu savoir vivre*
30. Temat: **Edukacja permanentna –jej cele i zasady oraz ergonomia pracy i organizacji stanowiska pracy.**  
Treść: *Na czym polega ciągle kształcenie, dlaczego jest ważne.*

#### **Literatura:**

1. **Podręcznik Katarzyna Hamer- Podstawy Psychologii,**
2. Wybrane zagadnienia z etyki, psychologii społecznej i socjologii pracy – K. Hamer, J. Wołoszyn, D.
3. Program - „Jak żyć z ludźmi”.
4. Psychologia moje hobby – J. Berryman
5. Psychologia społeczna – H. Hamer;

Opracowała mgr Halina Serebrennikow, pedagog szkolny