



Centrum Studiów Zaawansowanych Politechniki Warszawskiej

Pl. Politechniki 1, 00-661 Warszawa, tel./fax +48 22 234 6003 (6002), www.csz.pw.edu.pl



Uczelniana Oferta Studiów Zaawansowanych SYLABUS 2021/2022	
Nazwa przedmiotu (jęz. polski i angielski)	W POSZUKIWANIU TERAŹNIEJSZOŚCI (WPT) In search of the present
Liczba punktów ECTS	Proponowana liczba punktów: 2 ECTS

Osoby prowadzące	Tytuł naukowy	Imię i nazwisko	Katedra / Instytut/ Centrum/ Inne
	Mgr inż. arch.	Barbara Majerska	Wydział Architektury PW
	Mgr inż. arch.	Aleksandra Przywózka	Wydział Architektury PW
Osoba odpowiedzialna za przedmiot	Prof.	Stanisław Janeczko	Wydział Matematyki i Nauk Informatycznych PW

Semestr studiów	Semestr zimowy 2021/2022
Typ przedmiotu (możliwości wyboru) obowiązkowy O fakultatywny F	F
Wymagania wstępne	
Poziom przedmiotu Podstawowy P Średniozaawansowany Ś Zaawansowany Z	P
Charakter zajęć, liczba godzin w semestrze, liczba godzin w tygodniu. 1) podać rodzaj prowadzonych zajęć dla danego przedmiotu: wykłady (W); ćwiczenia (Ć); laboratorium (L); projekt (P) 2) podać liczbę godzin w tygodniu np. W - 2; Ć - 2; L - 3; P - 0 3) podać liczbę godzin w semestrze	1) W 2) W-2 3) W-15

np. W - 30; Ć - 30; L - 45; P - 0	
Sugerowana liczba godzin pracy własnej	35 (15 godz. praca samodzielna +20 godz. przygotowanie projektu)
Całkowita liczba godzin:	50 godzin
Aspekty międzynarodowe (jeśli są)	
Język wykładowy	polski
Cel przedmiotu Opis zakładanych kompetencji i umiejętności, jakie student nabywa w wyniku zaliczenia przedmiotu. Uwaga: maksymalna objętość tekstu to 3 linie standardowej strony A4	Dyskusja oraz ćwiczenia dotyczące odnajdywania sensu egzystencji. Rozważania na temat czasu, szczęścia, przeszłości, teraźniejszości oraz przyszłości. Czym jest teraźniejszość, myśli, czas, świadomość, doświadczenie.
Treść przedmiotu	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Poszukiwanie teraźniejszości w aspekcie czasu. 2. Umiejętność odpuszczania. 3. Czym jest mapa emocji, higiena emocjonalna, mądry egoizm, świadomość. 4. Intencje, medytacja, techniki oddychania. 5. Czym jest wędrówka umysłu i jak wpływa na nasze samopoczucie, techniki bycia tu i teraz. 6. Odnajdywanie i pielęgnowanie swoich mocnych cech charakteru. 7. Jaki jest sens życia. 8. Poszukiwanie szczęścia. 	
Spis zalecanych lektur	
LP.	Autor, Tytuł, Wydawnictwo,
1.	Rovelli Carlo, Tajemnica czasu, Feeria Science
2.	Yuval Noah Harari, Sapiens, Wydawnictwo Literackie
3.	Yuval Noah Harari, Homo Deus, Wydawnictwo Literackie
4.	Burnett Dean, The Happy Brain: The Science of Where Happiness Comes From, and Why, Feeria Science
5.	Goleman Daniel, Siła dobra. Świat oczami Dalajlamy, Dom Wydawniczy Rebis
6.	S.N.Goenka, Sztuka życia. Medytacja Vipassana, Wydawca Anicca.pl
7.	DalajLama XIV, Howard C. Cutler, Sztuka Szczęścia, Wydawnictwo Rebis
8.	Shetty Jay, Think Like a Monk, Harpers Collins Publishers

Metody oceny (ocena, egz. pisemny, egz. ustny, projekt)	Aktywność na zajęciach + esej
--	-------------------------------

Uwagi dodatkowe	Zajęcia odbędą się, jeżeli zapisze się co najmniej 20 osób. Przedmiot może być zaliczony finalnie jedynie oceną.
------------------------	---

Tabela 1. Efekty kształcenia

Numer (symbol)	Efekty kształcenia słuchacza, który zaliczył przedmiot, potrafi	Sposób weryfikacji osiągnięcia efektu
WIEDZA		
WPT_W1	Ma uporządkowaną wiedzę z zakresu podstaw rozumienia wpływu i działania naszych emocji i myśli.	Dyskusja
WPT_W2	Ma uporządkowaną wiedzę w zakresie wpływu psychologii na postrzeganie zjawisk i procesów zachodzących w czasie	Dyskusja
WPT_W3	Ma uporządkowaną wiedzę na temat motywów i podstaw działań w aspekcie myślenia człowieka.	Dyskusja
UMIEJĘTNOŚCI		
WPT_U1	Potrafi świadomie analizować i kształtować poglądy związane z istotą emocji i świadomości.	Dyskusja, ćwiczenie wybranych technik samodzielnie
WPT_U2	Potrafi stosować techniki psychologiczne zwiększające poziom samozadowolenia i kreatywności wykonywanych działań.	Dyskusja, ćwiczenie wybranych technik samodzielnie
WPT_U3	Potrafi posługiwać się wiedzą psychologiczną opartą na faktach.	Dyskusja, ćwiczenie wybranych technik samodzielnie
WPT_U4	Potrafi zrozumieć i świadomie analizować swoje mocne strony charakteru oraz umiejętnie wprowadzać je w życie codziennym.	Dyskusja, ćwiczenie wybranych technik samodzielnie
KOMPETENCJE		
WPT_K1	Rozumie konieczność dalszego samokształcenia	Obserwacja na zajęciach, egzamin
WPT_K2	Rozumie znaczenie metod interdyscyplinarnych w nauce	Obserwacja na zajęciach.