

KARTA PRZEDMIOTU NA ROK AKADEMICKI 2020/ 2021																					
INFORMACJE OGÓLNE																					
1. Nazwa przedmiotu kształcenia		Psychologia zdrowia i żywienia																			
2. Nazwa jednostki		Wydział Nauk o Zdrowiu Zakład Dietetyki																			
3. Grupa treści kształcenia		treści kształcenia specjalnościowego																			
4. Typ przedmiotu		do wyboru																			
5. Poziom studiów		studia pierwszego stopnia																			
6. Liczba punktów ECTS		2																			
7. Poziom przedmiotu		podstawowy																			
8. Rok studiów, semestr		rok II, semestr IV - letni																			
9. Liczba godzin w semestrze		<table border="1"> <thead> <tr> <th>Wyk.</th> <th>Ćw.</th> <th>L*</th> <th>Prj.</th> <th>Pbn.</th> <th>Zp.</th> <th>Pr.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>30</td> <td>30</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>						Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.	Zp.	Pr.	30	30					
Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.	Zp.	Pr.															
30	30																				
10. Język wykładowy: polski																					
11. Wykładowca (wykładowcy)		Agnieszka Łukaszuk, mgr																			
INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE																					
12. Wymagania wstępne																					
1) Wiedza, umiejętności i kompetencje z zakresu psychologii																					
13. Cele przedmiotu																					
C1 Zapoznanie studentów z podstawową terminologią i koncepcjami psychologii zdrowia																					
C2 Pogłębienie wiedzy o psychologiczno- społeczne aspekty zdrowia																					
C3 Zapoznanie studentów ze zjawiskami i procesami psychicznymi, które determinują zachowania żywieniowe człowieka																					
14. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych																					
Student, który zaliczył przedmiot:						odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się															
WIEDZA																					
EU01 Zna i potrafi wdrażać zasady zdrowego żywienia i stylu życia dla młodzieży i dorosłych. Zna przyczyny i skutki zaburzeń odżywiania.						K_W17															
EU02 Definiuje pojęcia związane ze zdrowiem i stylem życia.						K_W31															
UMIEJĘTNOŚCI																					
EU03 Potrafi pracować w zespole wielodyscyplinarnym w celu zapewnienia ciągłości opieki nad pacjentem.						K_U03															
EU04 Potrafi wyrazić swoją wiedzę pisemnie i ustnie (m.in. poprzez przeprowadzenie prezentacji) na poziomie akademickim.						K_U23															
KOMPETENCJE SPOŁECZNE																					
EU05 Potrafi taktownie i skutecznie zasugerować pacjentowi potrzebę konsultacji medycznej						K_K02															
15. Treści programowe																					

Forma zajęć - wykłady

- 1) Rola i zadania psychologii zdrowia
- 2) Koncepcje zdrowia w naukach społecznych
- 3) Paradygmat salutogenezy w psychologii zdrowia
- 4) Styl życia a zdrowie. Zachowania prozdrowotne i antyzdrowotne
- 5) Psychologia wobec chorób cywilizacyjnych, rola promocji i prewencji
- 6) Psychologiczne koncepcje stresu
- 7) Psychologiczne czynniki ryzyka chorób somatycznych
- 8) Psychologiczne problemy chorych somatycznie
- 9) Psychologiczne uwarunkowania zachowań żywieniowych
- 10) Regulacja zachowań żywieniowych przez motyw i potrzeby, stany emocjonalne i nastrój
- 11) Wpływ cech osobowości i temperamentu na zachowania żywieniowe
- 12) Zaburzenia odżywiania – anoreksja i ortoreksja
- 13) Zaburzenia odżywiania – bulimia i kompulsywne objadanie
- 14) Psychiczne i społeczne aspekty otyłości dorosłych
- 15) Specyfika psychicznego funkcjonowania w otyłości dziecięcej

Forma zajęć – ćwiczenia/laboratoria/zajęcia praktyczne itp.

- 1) Modele i podejścia stosowane w psychologii zdrowia, modele psychologii poznawczej wyjaśniające zachowania zdrowotne i zmianę zachowań
- 2) Choroba jako sytuacja trudna Psychologiczne aspekty postrzegania i przeżywania choroby
- 3) Rola zasobów i deficytów odpornościowych w procesach zdrowia i choroby
- 4) Formy radzenia sobie z emocjami w chorobie somatycznej
- 5) Rola procesów poznawczych w funkcjonowaniu człowieka. Mechanizmy wzbudzania emocji – aspekt biologiczny, psychologiczny
- 6) Interwencje i pomoc psychologiczna w psychologii zdrowia
- 7) Zaburzenia rozwoju u dzieci- pojęcie zaburzeń rozwoju, czynniki zaburzeń rozwoju, pomoc psychologiczna dla dzieci z zaburzeniami rozwoju
- 8) Żywność jako środek zaspokajania potrzeb społecznych człowieka
- 9) Rola rodziny w kształtowaniu zachowań żywieniowych. Społeczne i kulturowe uwarunkowania żywienia
- 10) Wpływ środków masowego przekazu na postrzeganie własnego ciała
- 11) Psychologiczne aspekty pracy z pacjentem otyłym
- 12) Psychologiczne aspekty pracy dietetyka w z pacjentem anorektycznym

13) Psychologiczne aspekty pracy z pacjentem onkologicznym i paliatywnym	
14) Psychologiczne aspekty pracy z pacjentem zaburzonym i pacjentem- dzieckiem. Wpływ środków masowego przekazu na postrzeganie własnego ciała	
15) Wypalenie zawodowe: profilaktyka, syndromy, leczenie	
16) Wybrane metody psychoterapii	
17) Zaliczenie	
16.Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. wykład multimedialny	
2. praca w grupach zadaniowych	
3. burza mózgów, dyskusja	
17.Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1. Obecność na zajęciach	
F2. Aktywny udział w zajęciach	
P1. Kolokwium	
P2. Egzamin pisemny	
18.Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	64
Nakład pracy studenta	6
SUMA	70
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	2
DLA PRZEDMIOTU	
19.Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	
1) Heszen I., Sęk H.: Psychologia zdrowia. PWN, Warszawa 2007.	
2) Ogden J.: Psychologia odżywiania się. Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2011.	
3) Piłska M., Jeżewska-Zychowicz M.: Psychologia żywienia – wybrane zagadnienia. Wyd. SGGW, Warszawa 2008.	
Literatura uzupełniająca:	
1) Bishop, George D.: Psychologia zdrowia. Wyd. Astrum, Wrocław 2000.	
2) Jeżewska-Zychowicz M.: Zachowania żywieniowe i ich uwarunkowania. Wyd. SGGW, Warszawa 2007.	
3) Gawęcki J., Roszkowski W.: Żywnienie człowieka a zdrowie publiczne. Wyd. PWN, Warszawa 2012.	
4) Ogińska-Bulik N.: Psychologia nadmiernego jedzenia. Wyd. Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2004.	
20.Formy oceny – szczegóły	
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: ćwiczenia kończą się zaliczeniem z oceną	
- Student może uzyskać oceny cząstkowe za aktywny udział w zajęciach (obserwacja zaangażowania studenta podczas zajęć)	
- Kolokwium końcowe	
Ocenę końcową z ćwiczeń stanowi średnia arytmetyczna z wszystkich uzyskanych ocen.	
Warunkiem dopuszczenia do egzaminu z wykładów jest pozytywna ocena z ćwiczeń. Egzamin jest w formie testu (20 pytań). Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 50% maksymalnej liczby punktów.	
(50%-60%) ocena dostateczna:3.0	
(61%-70%) ocena ponad dostateczna:3.5	
(71%-80%) ocena dobra:4.0	
(81%-90%) ponad dobra:4.5	
(91%-100%) ocena bardzo dobra:5.0	

21. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1.	Zajęcia odbywają się w PSW im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej
2.	Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć
3.	Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem
4.	Bezpośrednich informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji

* L – laboratorium (w przypadku zajęć z języka obcego oznacza lektorat)

** – Zajęcia prowadzone z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego lub innej osoby prowadzącej zajęcia
oraz konsultacje