

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2021/2022**INFORMACJE OGÓLNE****1. Nazwa przedmiotu** Psychologia zdrowia**2. Nazwa kierunku** Dietetyka**3. Poziom studiów** studia pierwszego stopnia**4. Liczba punktów ECTS** 3**5. Liczba godzin w semestrze**

semestr	w	ćw	lab	prj/zp	pws	prk
IV	15	30				

6. Język wykładowy polski**7. Wykładowca****INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE****8. Wymagania wstępne**

Podstawowe wiadomości z zakresu psychologii

9. Cele przedmiotu

C1 Zapoznanie studentów z podstawową terminologią i koncepcjami psychologii zdrowia

C2 Poznanie wpływu różnorodnych czynników na ogólny stan zdrowia

C3 Pogłębienie wiedzy o psychologiczno- społecznych aspektach zdrowia

C4 Umiejętność praktycznego wykorzystania wiedzy psychologicznej w kontakcie z człowiekiem zdrowym i chorym

10. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych

Student, który zaliczył przedmiot:

odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się

WIEDZA

EU01	rozumie i potrafi wyjaśnić psychologiczne uwarunkowania zdrowia i choroby	K_W10
EU02	ma podstawową wiedzę z zakresu psychologii zdrowia	K_W14
EU03	rozumie i charakteryzuje pojęcia związane ze zdrowiem i stylem życia	K_W29

UMIEJĘTNOŚCI

EU04	potrafi efektywnie komunikować się w zespole wielodyscyplinarnym w celu zapewnienia ciągłości opieki nad pacjentem	K_U03
EU05	rozumie zależności między chorobami a sposobem odżywiania i potrafi dostosować odpowiednie żywienie	K_U04
EU06	potrafi wyrazić swoją wiedzę z psychologii zdrowia pisemnie i	K_U22

ustnie na poziomie akademickim	
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	
EU07	potrafi taktownie zwrócić uwagę pacjentowi na potrzebę konsultacji medycznej
	K_K02
EU08	szacunek i dobro pacjenta stawia na pierwszym miejscu
	K_K05
11. Treści programowe	
Forma zajęć – wykłady/ ćwiczenia	
Wykłady	
1. Psychologia zdrowia jako dziedzina wiedzy i praktyki, związki z medycyną behawioralną, psychologią kliniczną, medycyną psychosomatyczną; przyczyny powstania, główne obszary zainteresowań 2. Podstawy teoretyczne psychologii zdrowia: koncepcje i modele zdrowia, holistyczne ujęcie zdrowia, podejście patogenetyczne i salutogenetyczne 3. Psychologiczne uwarunkowania podatności na choroby somatyczne 4. Wzór zachowania A jako czynnik ryzyka chorób układu krążenia 5. Psychologiczne aspekty chorób nowotworowych: uwarunkowania osobowościowe, wzór zachowania C, radzenie sobie z chorobą 6. Osobowość stresowa (typ D) a ryzyko chorób somatycznych 7. Pomoc psychologiczna :w zapobieganiu zaburzeniom, interwencja kryzysowa, psychoterapia 8. Test zaliczeniowy	
Ćwiczenia	
1. Modele zachowań zdrowotnych: model przekonań zdrowotnych, model zachowań intencjonalnych (teorie uzasadnionego i planowanego zachowania), teoria motywacji do ochrony, podejście procesualne, model kompetencyjny 2. Zasoby osobiste i społeczne sprzyjające zdrowiu: poczucie koherencji, optymizm życiowy, poczucie własnej wartości, umiejscowienie kontroli 3. Zachowania niekorzystne dla zdrowia: nadmierne jedzenie, palenie tytoniu, nadużywanie alkoholu, zażywanie narkotyków 4. Choroba jako sytuacja trudna. Psychologiczne aspekty postrzegania i przeżywania choroby. 5. Psychologiczne aspekty wybranych chorób somatycznych 6. Proces adaptacji do choroby przewlekłej, niepełnosprawności 7. Psychologiczne aspekty niepełnosprawności i rehabilitacji 8. Psychopatologia ogólna: zaburzenia prostych i złożonych czynności psychicznych. Zaburzenia procesów poznawczych: wrażeń, spostrzeżeń, pamięci, uwagi, myślenia 9. Zaburzenia lękowe. Strach, lęk, fobia. 10. Zaburzenia nastroju. Depresja jedno i dwubiegunowa. 11. Zaburzenia osobowości według ICD- 10 12. Uzależnienia. Kryteria diagnostyczne. Zależność psychiczna i fizyczna, zespół abstynencyjny. 13. Psychopatologia okresu wczesnodziecięcego, adolescencji i późnego okresu dorosłości. Wybrane zagadnienia dotyczące zaburzeń rozwoju psychicznego, zachowania i emocji, rozpoczynające się w dzieciństwie i wieku młodzieńczym.	
12. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Dyskusja	
2. Rozwiązywanie problemu	
3. Objaśnienie i prezentacja multimedialna	
13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)	
1. Kolokwium- ćwiczenia	
2. Obecność	
3. Aktywność na zajęciach	

4. Konsultacje	
14. Obciążenie pracą studenta	
Forma aktywności	liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela oraz konsultacje	51
2. Nakład pracy studenta	24
suma	75
liczba punktów ECTS	3
15. Literatura	
Literatura podstawowa:	
1. Heszen I., Sęk H., Psychologia zdrowia. PWN, Warszawa 2020	
2. Miniszewska J., Bycie z chorobą: Przystosowanie do wybranych chorób somatycznych z perspektywy psychologii pozytywnej i koncepcji poznawczych. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego IBUK Libra, Łódź 2018	
Literatura uzupełniająca:	
1. Cierpiałkowska L., Psychopatologia. Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2020	
2. Rosenhan D., Seligman M., Psychopatologia. Wyd. Zys i S-ka, Poznań 2019	
3. Stawarz B., Rejman K., (red.), Zaburzenia psychiczne i uzależnienia jako problem społeczny i zdrowotny. Wydawnictwo Państwowej Wyższej Szkoły Techniczno- Ekonomicznej 2018	
16. Formy oceny – szczegóły	
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: zajęcia kończą się zaliczeniem z oceną. <u>Warunkiem zaliczenia ćwiczeń jest:</u> - Obecność na zajęciach - Pozytywna ocena z kolokwium - Student może uzyskać oceny cząstkowe za aktywny udział w zajęciach (obserwacja zaangażowania studenta podczas zajęć) Ocenę końcową z ćwiczeń stanowi średnia arytmetyczna z wszystkich uzyskanych ocen. <u>Warunkiem zaliczenia wykładów jest pozytywna ocena z ćwiczeń.</u> Zaliczenie jest w formie testu (20 pytań). Warunkiem otrzymania 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	
17. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1. Bezpośrednich informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji	
2. Zajęcia odbywać się będą w ABNS w Białej Podlaskiej	
3. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć	
4. Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem	