

**Forma studiów: stacjonarna**

**1.Nazwa przedmiotu**      **Psychologia zdrowia/nauki społeczne i humanistyczne**

### 3. Kierunek studiów

<b>5. Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>
-------------------------------	----------

semestr	w	ćw	lab/lek	prj/zp	pws	prk
I	15	30				

**8. Wykładowca** dr Ewa Szymczuk [e.szymczuk@dyd.akademiabialska.pl](mailto:e.szymczuk@dyd.akademiabialska.pl)

## 9. Wymagania wstępne

## 10. Cele przedmiotu

C2 Kształtowanie wrażliwości na psychologiczne problemy człowieka w sytuacji choroby oraz na czynniki natury psychologicznej, które sprzyjają zachowaniu i odzyskiwaniu zdrowia.

Student, który zaliczył przedmiot w zakresie:

A.W1	Zna i rozumie modele i podejścia stosowane w psychologii zdrowia;
------	---

A.W2	Zna i rozumie znaczenie wsparcia społecznego i psychologicznego w zdrowiu i chorobie;
------	---

A.W3	Zna i rozumie teorie stresu psychologicznego, zależności między stresem a stanem zdrowia oraz inne psychologiczne determinanty zdrowia;
------	---

A.W4	Zna i rozumie podejście salutogenetyczne podmiotowych uwarunkowań optymalnego stanu zdrowia i podejście patogenetyczne uwarunkowane chorobą;
------	--

A.W5	Zna i rozumie procesy adaptacji człowieka do życia z przewlekłą chorobą i uwarunkowania tych procesów;
------	--

**UMIEJĘTNOŚCI** student potrafi:

A.U1.	Potrafi wskazywać rolę wsparcia społecznego i psychologicznego w opiece nad osobą zdrową i chorą;
-------	---

A.U2. Potrafi wskazywać metody radzenia sobie ze stresem;

**KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH** student:

1	Gotowy jest do dokonywania krytycznej oceny działań własnych i działań współpracowników z poszanowaniem różnic światopoglądowych i kulturowych;	
12. Treści programowe		
Forma zajęć – wykłady		
<div>1. Podstawowe pojęcia w psychologii zdrowia; rozwój psychologii zdrowia.</div> <div>2. Wybrane koncepcje zdrowia i choroby.</div> <div>3. Salutogenetyczna orientacja w zdrowiu i chorobie.</div> <div>4. Relacja psyche-ciało.</div> <div>5. Choroba jako sytuacja trudna.</div> <div>6. Zdrowie psychiczne i pomoc psychologiczna.</div> <div>7. Wsparcie, wsparcie informacyjne, emocjonalne i społeczne w pracy z pacjentem.</div>		
Forma zajęć –ćwiczenia		
<div>1. Stres i sytuacje trudne oraz ich znaczenie w powstawaniu chorób i zaburzeń fizycznych i psychicznych.</div> <div>2. Przebieg procesu radzenia sobie i adaptacji do choroby.</div> <div>3. Zasoby osobiste pacjenta i ich wpływ na zachowanie zdrowia lub powstawanie chorób.</div> <div>4. Psychologiczne aspekty opieki zdrowotnej</div> <div>5. Podstawowe umiejętności terapeutyczne (obserwacja, obserwacja stanu psychicznego, wywiad, tworzenie więzi, słuchanie, milczenie, rozwiązywanie sytuacji konfliktowych).</div> <div>6. Podstawowe techniki terapeutyczne: odreagowanie napięć, udzielanie informacji i rad, wsparcie, okazywanie ciepła i empatii.</div> <div>7. Psychologiczne programy stosowane w profilaktyce i leczeniu pacjentów omówienie przykładowych programów.</div> <div>8. Psychologia zdrowia w wybranych dziedzinach medycyny.</div>		
13. Narzędzia/metody dydaktyczne		
<div>1. Wykład: informacyjno-problemowy z prezentacją multimedialną.</div> <div>2. Ćwiczenia: praca w grupach, dyskusja, czytanie wskazanej literatury, pisemne opracowanie zagadnień.</div>		
14. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)		
<div>7. Aktywność na zajęciach</div> <div>8. Przygotowanie eseju, prezentacji lub odpowiedzi na pytania</div> <div>9. Ćwiczenia – kolokwium pisemne</div> <div>10. Wykłady - test sprawdzający pisemny</div>		
15. Obciążenie pracą studenta		
Forma aktywności		liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela		45
2. Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury		20
3. Przygotowanie się do zaliczenia		20
4. Przygotowanie eseju, prezentacji, odpowiedzi na pytania		12
suma		100
liczba punktów ECTS		4
16. Literatura		
Literatura podstawowa:		
<div>1. Heszen –Celińska I., Sęk H., <i>Psychologia zdrowia</i>, PWN, Warszawa 2020.</div> <div>1. McGonigal K. Siła stresu. <i>Jak stresować się mądrze i z pożytkiem dla siebie</i>. Helion, Gliwice 2016.</div> <div>2. Talarowska M., Florkowski A. ,Gałęcki P., <i>Podstawy psychologii. Podręcznik dla studentów medycyny i kierunków medycznych</i>. Continuo, Wrocław 2011</div>		
Literatura uzupełniająca:		
<div>1. Ogińska-Bulik N., Juczyński Z., <i>Osobowość, stres a zdrowie</i>, Wydawnictwo Diffin, Warszawa 2010,</div> <div>2. Strycharczyk D., Clough P., <i>Odporność psychiczna. Strategie i narzędzia</i>. GWP, Gdańsk 2017.</div>		

3. Trzcieniecka –Green A., *Psychologia podręcznik dla studentów kierunków medycznych*. Universitas , Kraków 2006

#### **17. Formy oceny – szczegóły**

Warunki zaliczenia przedmiotu:

Wykład: podstawę do uzyskania zaliczenia na ocenę stanowi:

-test pisemny, zawierający 30 pytań zamkniętych;

Oceny; dostateczna – 61-70%; 71-78% dostateczny plus; 79-86% -dobry; 87-93% dobry plus; 94-100% bardzo dobry.

Ćwiczenia –zaliczenie na ocenę

Podstawę do uzyskania zaliczenia na ocenę stanowi:

- obecność potwierdzona wpisem na liście obecności;

-aktywny udział w ćwiczeniach (włączanie się do dyskusji inicjowanej przez wykładowcę, przejawianie zainteresowania zagadnieniami omawianymi w trakcie ćwiczeń,);

- ocena kompetencji społecznych studenta dokonana przez nauczyciela w warunkach zajęć akademickich;

-test pisemny, zawierający 25-30 pytań zamkniętych;

Oceny; dostateczna – 61-70%; 71-78% dostateczny plus; 79-86% -dobry; 87-93% dobry plus; 94-100% bardzo dobry.

#### **18. 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 salach dydaktycznych Akademii Białskiej im. Jana Pawła II
3. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć
4. Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem umieszczonym na stronie internetowej uczelni