

Psychologia zdrowia - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Psychologia zdrowia
Kod przedmiotu	12.2-WL-PIELD-PZ
Wydział	Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu
Kierunek	Pielęgniarstwo
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	drugiego stopnia z tyt. magistra pielęgniarstwa
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2020/2021

Informacje o przedmiocie	
Semestr	1
Liczba punktów ECTS do zdobycia	3
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr Dorota Niewiedział

Formy zajęć					
Forma zajęć	Liczba godzin w semestrze (stacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne)	Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne)	Forma zaliczenia
Wykład	15	1	-	-	Zaliczenie na ocenę
Ćwiczenia	15	1	-	-	Zaliczenie

Cel przedmiotu

Celem przedmiotu jest przedstawienie wiedzy i rozwijanie umiejętności związanych z najważniejszymi zagadnieniami psychologii zdrowia, psychologii jakości życia oraz psychologii chorego somatycznie.

Wymagania wstępne

Wiedza z zakresu przedmiotu Psychologia rozwoju człowieka w ciągu życia, uzyskana w trakcie studiów pierwszego stopnia.

Zakres tematyczny

Wykłady i ćwiczenia:

1. Wiedza z zakresu przedmiotu Psychologia rozwoju człowieka w ciągu życia, uzyskana w trakcie studiów pierwszego stopnia.
2. Pojęcie zdrowia i choroby: koncepcje i modele zdrowia, holistyczne ujęcie zdrowia, podejście patogenetyczne i salutogenetyczne.
3. postawy prozdrowotne, czynniki sprzyjające zdrowiu: aktywność fizyczna, nawyki żywieniowe, zasoby osobiste i społeczne.
4. Zjawiska ryzykowne dla zdrowia: otyłość, uzależnienia, stres.
5. Psychologia chorego somatycznie: psychoonkologia, psychoprofilaktyka i leczenie chorób układu krążenia. Jakość życia osób starszych oraz osób niepełnosprawnych: stereotypy i uprzedzenia, lęk przed chorobą i śmiercią.
6. Modele aktywizacji osób starszych
7. Kształtowanie postaw prozdrowotnych - czynniki sprzyjające zdrowiu: program optymalnej aktywności fizycznej, zdrowa dieta schematy odżywiania.
8. Zjawiska ryzykowne dla zdrowia: otyłość psychologiczne korelaty, jakość życia osób otyłych, stres jako czynnik zagrażający zdrowiu oraz obniżający jakość życia, uzależnienia jako nieadaptacyjne sposoby radzenia sobie ze stresem.
9. Psychologia chorego somatycznie: psychoonkologia, psychoprofilaktyka i leczenie chorób układu krążenia.

Metody kształcenia

Wykład: zaliczenie przeprowadzone w formie pisemnej - test jednokrotnego lub wielokrotnego wyboru z progami punktowymi, warunkiem zaliczenia jest uzyskanie 60% punktów możliwych do zdobycia.

Ćwiczenia: warunkiem zaliczenia jest uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich zajęć, przewidzianych do realizacji w ramach programu. Ocenie podlegają: kolokwia sprawdzające wiedzę przed lub po każdym bloku tematycznym – ocena pozytywna powyżej 60% uzyskanych punktów, test praktycznych umiejętności, wykonanie zadania indywidualnego i obserwacja bezpośredniej pracy z pacjentem. W przypadkach nieobecności, Student powinien uzupełnić braki w terminie uzgodnionym z prowadzącym zajęcia

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
znaczenie wsparcia społecznego i psychologicznego w zdrowiu i chorobie;	A.W02	- dyskusja - obserwacja i ocena aktywności na zajęciach - test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	- Wykład - Ćwiczenia

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
teorie stresu psychologicznego, zależności między stresem a stanem zdrowia oraz inne psychologiczne determinanty zdrowia;	• A.W03.	- dyskusja - obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	- Wykład - Ćwiczenia
procesy adaptacji człowieka do życia z przewlekłą chorobą i uwarunkowania tych procesów;	• A.W05	- dyskusja - obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	- Wykład - Ćwiczenia
podejście salutogenetyczne podmiotowych uwarunkowań optymalnego stanu zdrowia i podejście patogenetyczne uwarunkowane chorobą;	• A.W04.	- aktywność w trakcie zajęć - obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	- Wykład - Ćwiczenia
wskazywać metody radzenia sobie ze stresem;	• A.U02.	- dyskusja - obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - praca pisemna	- Wykład - Ćwiczenia
modele i podejścia stosowane w psychologii zdrowia;	• A.W01.	- bieżąca kontrola na zajęciach - test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	- Wykład - Ćwiczenia
wskazywać rolę wsparcia społecznego i psychologicznego w opiece nad osobą zdrową i chorą;	• A.U01.	- dyskusja - obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - praca pisemna	- Wykład - Ćwiczenia

Warunki zaliczenia

Wykład: zaliczenie przeprowadzone w formie pisemnej - test jednokrotnego lub wielokrotnego wyboru z progami punktowymi, warunkiem zaliczenia jest uzyskanie 60% punktów możliwych do zdobycia.

Ćwiczenia: warunkiem zaliczenia jest uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich zajęć, przewidzianych do realizacji w ramach programu. Ocenie podlegają: kolokwia sprawdzające wiedzę przed lub po każdym bloku tematycznym – ocena pozytywna powyżej 60% uzyskanych punktów, test praktycznych umiejętności, wykonanie zadania indywidualnego i obserwacja bezpośredniej pracy z pacjentem. W przypadkach nieobecności, Student powinien uzupełnić braki w terminie uzgodnionym z prowadzącym zajęcia.

Ocena końcowa: to średnia arytmetyczna wszystkich form przewidzianych do realizacji przedmiotu. Wyniki średniej arytmetycznej ustala się zgodnie z zasadą: średnia 3,25 stanowi ocenę końcową 3,5; średnia 3,75 stanowi ocenę końcową 4,0; średnia 4,25 stanowi ocenę końcową 4,5; średnia 4,75 stanowi ocenę końcową 5,0.

94-100% = 5,0, 85-93% = 4,5, 76-84% = 4,0, 68-75% = 3,5, 60-67% = 3,0, 0-59% = 2,0.

Regulacje dotyczące warunków zaliczenia odpowiadają warunkom zaliczania bezpośredniego, z zastrzeżeniem możliwości wprowadzenia zmian w przypadku konieczności przejścia na zaliczanie zdalne w czasie regulaminowym, przed rozpoczęciem sesji.

Pozostałe nie wymienione regulacje określa Regulamin Studiów na Uniwersytecie Zielonogórskim <https://www.uz.zgora.pl/index.php?regulamin-studiow>

Literatura podstawowa

1. Bishop G. D. - Psychologia zdrowia., Wrocław, 2000.
2. Heszen I., Sęk H - Psychologia zdrowia., Warszawa, 2007.
3. Heszen I., Życińska J. - Psychologia zdrowia: w poszukiwaniu pozytywnych inspiracji, Warszawa, 2008,
4. Ogińska-Bulik N., Juczyński Z. – Osobowość, stres a zdrowie, Warszawa, 2010,
5. Gawor A., Głębocka A. - Jakość życia współczesnego człowieka, Kraków, 2007,
6. Szczerbińska K., Wilczek-Rużyczka E. (red): - Jak promować zdrowy styl życia i zmieniać zdrowotne zachowania osób starszych., Kraków, 2010,

Literatura uzupełniająca

1. Głębocka A. - Niezadowolenie z wyglądu a rozpaczliwa kontrola wagi, Kraków, 2009,
2. Łukaszewski W. - Udręka życia, Gdańsk, 2010,
3. Łuszczńska A - Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne, Warszawa, 2011,

Uwagi

