

Psychologia zdrowia - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Psychologia zdrowia
Kod przedmiotu	14.4-WP-PSChM- PZd
Wydział	Wydział Nauk Społecznych
Kierunek	Psychologia
Profil	ogólnoakademicki
Rodzaj studiów	jednolite magisterskie
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2021/2022

Informacje o przedmiocie	
Semestr	6
Liczba punktów ECTS do zdobycia	5
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr Jerzy Herberger

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	30	2	-	-	Egzamin
Ćwiczenia	30	2	-	-	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Celem przedmiotu jest przedstawienie wiedzy i rozwijanie umiejętności związanych z najważniejszymi zagadnieniami psychologii zdrowia, psychologii jakości życia oraz psychologii chorego somatycznie, a także pokazanie relacji między osiągnięciami nauki we wskazanych obszarach a psychologią stosowaną

Wymagania wstępne

Wiedza z zakresu przedmiotów: Psychologia rozwoju człowieka w ciągu życia, psychologia osobowości, wprowadzenie do psychologii klinicznej

Zakres tematyczny

Pojęcie zdrowia i choroby: koncepcje i modele zdrowia, holistyczne ujęcie zdrowia, podejście patogenetyczne i salutogenetyczne. Postawy prozdrowotne i czynniki sprzyjające zdrowiu: aktywność fizyczna, nawyki żywieniowe, zasoby osobiste i społeczne. Zjawiska ryzykowne dla zdrowia: otyłość, uzależnienia, stres. Psychologia chorego somatycznie: psychoonkologia, psychoprofilaktyka i leczenie chorób układu krążenia. Jakość życia osób starszych oraz osób niepełnosprawnością: stereotypy i uprzedzenia, lęk przed chorobą i śmiercią. Modele aktywizacji osób starszych.

Kształtowanie postaw prozdrowotnych - czynniki sprzyjające zdrowiu: program optymalnej aktywności fizycznej, zdrowa dieta schematy odżywiania. Zjawiska ryzykowne dla zdrowia: otyłość i jej psychologiczne korelaty, jakość życia osób otyłych, stres jako czynnik zagrażający zdrowiu oraz obniżający jakość życia, uzależnienia jako nieadaptacyjne sposoby radzenia sobie ze stresem. Psychologia chorego somatycznie: psychoonkologia, psychoprofilaktyka i leczenie chorób układu krążenia. Choroby współczesności.

Metody kształcenia

Wykłady, studium przypadku, prezentacje multimedialne.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągania efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Orientuje się w biologicznych podstawach zachowania się człowieka	K_W02	- egzamin - ustny, opisowy, testowy i inne - obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - Praca pisemna	- Wykład - Ćwiczenia
Posiada wiedzę na temat dezadaptacyjnego funkcjonowania człowieka (zaburzeń rozwoju, zaburzeń klinicznych, zachowań dewiacyjnych i innych)	K_W09	egzamin - ustny, opisowy, testowy i inne	Wykład
Zna podstawowe koncepcje psychologiczne człowieka, orientuje się w ich źródłach i różnicowaniu	K_W03	- egzamin - ustny, opisowy, testowy i inne - praca pisemna	- Wykład - Ćwiczenia

Opis efektu	Symbol e efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Student w wyniku przeprowadzonych zajęć: rozumie znaczenie czynników psychologicznych w kształtowaniu postaw prozdrowotnych oraz pokonywaniu choroby	K_K01	praca pisemna	- Wykład - Ćwiczenia
Integruje informacje z zakresu różnych dyscyplin na temat prawidłowego i zaburzonego funkcjonowania człowieka. Dokonuje krytycznej analizy zjawisk społecznych z perspektywy jednostki i grupy	K_U01	Praca pisemna, opis przypadku	- Wykład - Ćwiczenia

Warunki zaliczenia

Praca pisemna oraz egzamin pisemny lub ustny z progami procentowymi (70%).

Ocenę końcową ustala się na podstawie średniej arytmetycznej ze wszystkich zajęć wchodzących w skład przedmiotu oraz oceny z ewentualnego egzaminu, zgodnie z zasadą: od 2,5 do 3,24 - dostateczny
od 3,25 do 3,74 - dostateczny plus,
od 3,75 do 4,24 - dobry,
od 4,25 do 4,74 - dobry plus,
od 4,75 - bardzo dobry.

Zgodnie z § 26 pkt 3 Regulaminu Studiów UZ ocena nie może być niższa od najniższej, ani wyższa od najwyższej z ocen zajęć wchodzących w skład tego przedmiotu. Przy ustalaniu oceny końcowej pod uwagę bierze się także oceny negatywne uzyskane w toku egzaminowania."

Literatura podstawowa

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

oraz każdorazowo ustalana przez prowadzącego

Literatura uzupełniająca

- Głębocka A. - Niezadowolenie z wyglądu a rozpaczliwa kontrola wagi, Kraków, 2009,
- Łukaszewski W. - Udręka życia, Gdańsk, 2010,
- Łuszczńska A - Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne, Warszawa, 2011,
- Trzebińska E. - Psychologia pozytywna, Warszawa, 2008,
- Wilczek-Rużyczka E. Czabanowska K. (red) - Jak motywować do zmiany zachowania? Trening motywacyjny dla studentów i profesjonalistów, Kraków, 2010,

Oraz każdorazowo ustalana przez prowadzącego

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr Sławomir Piotr Baranowski (ostatnia modyfikacja: 19-04-2021 06:40)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ