

SYLABUS ZAJĘĆ

I. Informacje ogólne

1. Nazwa zajęć/przedmiotu:

Psychologia zdrowia

2. Kod zajęć/przedmiotu:

3. Rodzaj zajęć/przedmiotu (obowiązkowy / fakultatywny): **obowiązkowy**

4. Kierunek studiów: **Biologia i zdrowie człowieka, studia stacjonarne**

5. Poziom studiów (I lub II stopień, jednolite studia magisterskie): **I stopień**

6. Profil studiów (ogólnoakademicki / praktyczny): **ogólnoakademicki**

7. Rok studiów (jeśli obowiązuje): **I**

8. Rodzaje zajęć i liczba godzin (np.: 15 h W, 30 h CW):

Wykłady: 15 godzin

Ćwiczenia: 15 godzin

9. Liczba punktów ECTS: **2**

10. Imię, nazwisko, tytuł/stopień naukowy, adres e-mail prowadzącego zajęcia

prof. UAM dr hab. Michał Ziarko (ziarko@amu.edu.pl) WNS

mgr Jan Gruszka

11. Język wykładowy: **polski**

12. Zajęcia/przedmiot prowadzone zdalnie (e-learning) (tak [częściowo/w całości] / nie): **Nie**

II. Informacje szczegółowe

1. Cele zajęć/przedmiotu

Celem moduły jest wprowadzenie w zakres działań psychologii zdrowia, przedstawienie uwarunkowań procesów zdrowia i choroby oraz społeczno- poznawczych zachowań zdrowotnych. Uwrażliwienie na psychologiczne uwarunkowania i konsekwencje zdrowia i choroby.

2. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych (jeśli obowiązują)

Brak wymagań

3. Efekty uczenia się (EU) dla zajęć i odniesienie do efektów uczenia się (EK) dla kierunku studiów

Symbol EU dla zajęć/przedmiotu	Po zakończeniu zajęć i potwierdzeniu osiągnięcia EU student/ka:	Symbole EK dla kierunku studiów
Efekt_01	zna i rozumie znaczenie i miejsce psychologii zdrowia wśród innych dziedzin psychologii i nauk pokrewnych.	K_W10, K_K01
Efekt_02	jest świadomy istnienia wielu uwarunkowań procesów zdrowia i choroby oraz wykorzystać teorie psychologiczne do opisu dobrostanu osób chorych somatycznie	K_W10, K_U05, K_K01
Efekt_03	potrafi scharakteryzować społeczno-poznawcze koncepcje zachowań zdrowotnych i na ich podstawie zaprojektować interwencje stymulującą zmianę zachowania.	K_W10, K_U05, K_U10,
Efekt_04	potrafi rozpoznać i scharakteryzować poziom kryzysu chorobowego	K_U05
Efekt_05	potrafi przedstawić psychologiczne uwarunkowania i konsekwencje chorób somatycznych	K_W10, K_U05, K_U10, K_K01
Efekt_06	jest świadomy istotnej roli redukcji stresu w procesie utrzymywania zdrowia oraz radzenia sobie z chorobą	K_W10, K_K01
Efekt_07	potrafi scharakteryzować zjawisko żałoby i zna metody udzielania pomocy osobom ją przechodzącym	K_W12, K_U07, K_U11, K_K02, K_K06

Efekt_08	Jest gotów uwzględnić i wykorzystać kontekst środowiskowy uwarunkowań zdrowia i choroby	K_W12, K_U05, K_U07, K_U11, K_K02, K_K03, K_K06
Efekt_09	Jest gotów do wykorzystania wiedzy psychologicznej do opracowywania opartych na teorii oddziaływań wspierających osoby przechodzące postępowanie lecznicze w warunkach szpitalnych	K_W12, K_U05, K_U07, K_U11, K_K02, K_K03, K_K06
Efekt_10	jest świadomy zasad etycznych i potrafi uwzględnić je we wszystkich swoich działaniach profesjonalnych	K_W12, K_U07, K_U11, K_K02, K_K03, K_K06

4. Treści programowe zapewniające uzyskanie efektów uczenia się (EU) z odniesieniem do odpowiednich efektów uczenia się (EU) dla zajęć/przedmiotu

Treści programowe dla zajęć/przedmiotu	Symbol EU dla zajęć/przedmiotu
Przedmiot i zadania psychologii zdrowia jako dziedziny badań i zastosowań	Efekt_01
Wymiary zdrowia, dobrostan i jakość życia, jako podstawowe kategorie psychologii zdrowia, modele zdrowia (biomedyczny, holistyczno-funkcjonalny, salutogenetyczny, socjoekologiczny)	Efekt_02, Efekt_08
Poznawcze, emocjonalne i behawioralne uwarunkowania zdrowia	Efekt_02, Efekt_03
Psychologiczne uwarunkowania i następstwa choroby, stres a zdrowie i choroba	Efekt_02, Efekt_06, Efekt_07, Efekt_08
Psychologiczne aspekty opieki medycznej, kontakt-lekarz pacjent, zadania psychologa w wybranych dziedzinach medycyny klinicznej	Efekt_02
Znaczenie zachowań zdrowotnych dla rozwijania, ochrony i utrzymywania zdrowia	Efekt_02, Efekt_03
Choroba przewlekła z perspektywy psychologicznej	Efekt_02, Efekt_03, Efekt_04
Choroby nowotworowe jako choroby zagrażające życiu.	Efekt_03, Efekt_04, Efekt_05
Strategie postępowania - umiejętności niezbędne przy udzielaniu pomocy w sytuacji kryzysu zdrowotnego	Efekt_03, Efekt_04, Efekt_06, Efekt_07
Strategie postępowania - niezbędne przy udzielaniu pomocy w sytuacji kryzysu zdrowotnego - problemy rodziny	Efekt_03, Efekt_04, Efekt_06, Efekt_07, Efekt_08
Pomoc rodzinie w czasie przeżywania żałoby - możliwości i ograniczenia	Efekt_03, Efekt_04, Efekt_07
Sposoby pomiaru funkcjonowania pacjentów w sytuacji choroby; adaptacja do choroby, przekonania zdrowotne, zachowania zdrowotne	Efekt_02, Efekt_04
Postępowanie diagnostyczne wobec chorych onkologicznie – problemy psychologiczne pacjenta i rodziny w różnych fazach choroby	Efekt_03, Efekt_06, Efekt_08, Efekt_09
Style i strategie radzenia sobie w sytuacji choroby nowotworowej – przez pacjenta oraz rodzinę	Efekt_04, Efekt_06
Mechanizmy obronne wykorzystywane w radzeniu sobie: mechanizmy sensorywne i represyjne	Efekt_05, Efekt_06
Lęk przed śmiercią. Treść lęku przed śmiercią. Sposoby radzenia sobie z lękiem w sytuacji zagrożenia życia.	Efekt_04, Efekt_05, Efekt_07

Trudności w radzeniu sobie w sytuacji choroby nowotworowej. Planowanie pomocy.	Efekt_02, Efekt_07, Efekt_08, Efekt_09, Efekt_10
Czynniki wpływające na przystosowanie rodziny do sytuacji choroby nowotworowej – ogólna charakterystyka i szczególna rola relacji pacjent-rodzina oraz wsparcia społecznego.	Efekt_05, Efekt_06, Efekt_08, Efekt_09
Możliwości i ograniczenia działań psychologicznych wobec pacjentów z chorobą nowotworową	Efekt_03, Efekt_08, Efekt_10
Przygotowanie do rozmowy z pacjentem ze wskazaniem roli uważnego słuchania i wrażliwości	Efekt_09, Efekt_10

5. Zalecana literatura

Wydawnictwa książkowe (wybrane fragmenty wskazane przez prowadzącego)

1. Badura-Madej, W: Wybrane zagadnienia interwencji kryzysowej, Biblioteka Pracownika Socjalnego., Katowice, 1999
2. De Walden-Gałuszko, K. : Psychoonkologia, Komitet Redakcyjno-Wydawniczy PTP, Kraków, 2000
3. Heszen, I. : Kliniczna psychologia zdrowia. W: H. Sęk (red.), Psychologia kliniczna, tom 2 (s. 223-242), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, 2005
4. Heszen, I., Sęk, H. : Psychologia zdrowia, Wydawnictwo Naukowe PWN., Warszawa, 2007
5. Heszen, I. : Psychologia stresu, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, 2013
6. Heszen-Niejodek, I. : Rola psychologa w diagnostyce i leczeniu chorób somatycznych, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, Warszawa, 1990
7. Kubacka-Jasiecka, D: Interwencja kryzysowa, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa, 2010
8. Kubacka-Jasiecka, D., Łosiak, W. : Zmagając się z chorobą nowotworową, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego., Kraków, 1999
9. Lambley, P. : Psychologia raka., KiW, Warszawa, 1995
10. Łuszczńska, A. : Zmiana zachowań zdrowotnych. Dlaczego dobre chęci nie wystarczają? , Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne., Gdańsk, 2004
11. Sheldon, K. M., Lyubomirsky, S.: Trwały wzrost poziomu szczęścia: perspektywy, praktyki i zalecenia W: P. A. Linley, S. Joseph (red.) Psychologia pozytywna w praktyce (s. 87 – 112)., Wydawnictwo PWN., Warszawa, 2007

6. Informacja o tym, gdzie można zapoznać się z materiałami do zajęć, instrukcjami do laboratorium, itp.

III. Informacje dodatkowe

1. Metody i formy prowadzenia zajęć umożliwiające osiągnięcie założonych EK (proszę wskazać z proponowanych metod właściwe dla opisywanego modułu lub/i zaproponować inne)

Metody i formy prowadzenia zajęć	
Wykład z prezentacją multimedialną wybranych zagadnień	TAK
Wykład konwersatoryjny	TAK
Wykład problemowy	TAK
Dyskusja	TAK
Praca z tekstem	
Metoda analizy przypadków	TAK
Uczenie problemowe (Problem-based learning)	
Gra dydaktyczna/symulacyjna	
Rozwiązywanie zadań (np.: obliczeniowych, artystycznych, praktycznych)	
Metoda ćwiczeniowa	
Metoda laboratoryjna	

Metoda badawcza (dociekania naukowego)	
Metoda warsztatowa	
Metoda projektu	
Pokaz i obserwacja	
Demonstracje dźwiękowe i/lub video	
Metody aktywizujące (np.: „burza mózgów”, technika analizy SWOT, technika drzewka decyzyjnego, metoda „kuli śniegowej”, konstruowanie „map myśli”)	
Praca w grupach	TAK

2. Sposoby oceniania stopnia osiągnięcia EK (proszę wskazać z proponowanych sposobów właściwe dla danego EK lub/i zaproponować inne)

Sposoby oceniania	Symbole EK dla modułu zajęć/przedmiotu									
	EK_1	EK_2	EK_3	EK_4	EK_5	EK_6	EK_7	EK_8	EK_9	EK_10
Egzamin pisemny										
Egzamin ustny										
Egzamin z „otwartą książką”										
Kolokwium pisemne										
Kolokwium ustne										
Test	TAK	TAK	TAK		TAK	TAK	TAK	TAK		
Projekt										
Esej		TAK	TAK	TAK	TAK	TAK	TAK	TAK	TAK	TAK
Raport										
Prezentacja multimedialna										
Egzamin praktyczny (obserwacja wykonawstwa)										
Portfolio										

3. Nakład pracy studenta i punkty ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny zajęć (wg planu studiów) z nauczycielem	30
Praca własna studenta:	
Przygotowanie do zajęć	5
Czytanie wskazanej literatury	5
Przygotowanie pracy pisemnej, raportu, prezentacji, demonstracji, itp.	
Przygotowanie projektu	
Przygotowanie pracy semestralnej	10
Przygotowanie do egzaminu / zaliczenia	10
SUMA GODZIN	60
LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA MODUŁU ZAJĘĆ/PRZEDMIOTU	2

4. Kryteria oceniania wg skali stosowanej w UAM

bardzo dobry (bdb; 5,0): bardzo dobra znajomość szczegółowej wiedzy przedmiotowej i metodologicznej, wyczerpujące opracowanie materiału na zaliczenie (esej), uzyskanie co najmniej 91% punktów z testu

dobry plus (+db; 4,5): jak wyżej z nieznacznymi niedociągnięciami, uzyskanie co najmniej 81% punktów z testu

dobry (db; 4,0): dobra znajomość szczegółowej wiedzy przedmiotowej i metodologicznej, prawidłowe opracowanie materiału na zaliczenie (esej), uzyskanie co najmniej 71% punktów z testu

dostateczny plus (+dst; 3,5): zadowalająca znajomość szczegółowej wiedzy przedmiotowej i metodologicznej, drobne niedociągnięcia w opracowaniu materiału na zaliczenie (esej), uzyskanie co najmniej 61% punktów z testu

dostateczny (dst; 3,0): niepełna wiedza przedmiotowa i metodologiczna, liczne błędy w opracowaniu materiału na zaliczenie (esej), uzyskanie co najmniej 51% punktów z testu

niedostateczny (ndst; 2,0): niezadawalające przyswojenie wiedzy przedmiotowej i metodologicznej, liczne błędy w opracowaniu materiału na zaliczenie (esej), uzyskanie poniżej 51% punktów z testu