

Sylabus			
Nazwa modułu/przedmiotu:	Psychologia zdrowia		
Kierunek studiów:	Pielęgniarstwo		
Poziom studiów:	II stopnia		
Forma studiów:	niestacjonarne		
Rok studiów:	I	Semestr studiów:	II
Typ przedmiotu	obowiązkowy		
Rodzaj przedmiotu	podstawowy		
Język wykładowcy:	polski		
Osoby prowadzące przedmiot:	mgr Joanna Bagińska		
Osoba odpowiedzialna za przedmiot:	mgr Joanna Bagińska		
Forma kształcenia			Godziny
Wykład			20
Seminarium			
Ćwiczenia			15
Zajęcia praktyczne			
Praktyki zawodowe			
inne			
Razem		35	
<p>Celem zajęć jest:</p> <p>uwrażliwienie na sferę psychiczną osoby chorej, zainteresowanie odpowiedzialnością za własne zdrowie psychiczne, poznanie psychologicznych uwarunkowań zdrowia, rozumienie pojęcia psychospołecznych zasobów odpornościowych człowieka, wpływu stylów życia na długość i jakość życia człowieka</p> <p>Cele kształcenia:</p> <p>1. Przygotowanie studenta do interpretowania i rozumienia wiedzy dotyczącej:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- zdrowia i choroby, ich poznawczych i behawioralnych uwarunkowań,</li><li>- modeli stosowanych w psychologii zdrowia,</li><li>- stresu psychologicznego,</li><li>- psychologicznego aspektu chorób somatycznych,</li><li>- udziału czynników psychologicznych w powstawaniu i rozwoju chorób somatycznych,</li><li>- następstw psychologicznych chorób somatycznych,</li><li>- procesu adaptacji psychicznej do choroby przewlekłej.</li></ul> <p>2. Przygotowanie studenta w zakresie umiejętności:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- wykorzystania zdobytej wiedzy do właściwego stosowania najważniejszych pojęć z obszaru psychologii zdrowia,</li><li>- identyfikowania związku pomiędzy mechanizmami psychologicznymi a zdrowiem somatycznym,</li><li>- integrowania wiedzy teoretycznej i praktycznej w zakresie funkcjonowania człowieka w chorobie, zmagania z nią oraz przeciwdziałania jej negatywnym następstwom,</li><li>- planowania działań profilaktycznych wobec zaburzeń psychosomatycznych i psychicznych oraz promujących zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne.</li></ul> <p>3. Kształtowanie postaw studenta do:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- zmian zachowań zdrowotnych,</li><li>- promowania zachowań prozdrowotnych,</li><li>- podmiotowego postrzegania pacjenta jako uczestnika relacji terapeutycznej,</li><li>- poszerzania świadomości własnych cech psychicznych istotnych w zawodzie pielęgniarstwa.</li></ul>			
<p>Wymagania wstępne:</p> <p>wiedza z zakresu podstaw psychologii ogólnej.</p>			
<p>Macierz efektów uczenia się dla modułu/przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów uczenia się.</p>			

	Numer efektu uczenia się	Student, który zaliczy moduł (przedmiot) zna i rozumie/potrafi/jest gotów do:	Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów uczenia się:
Wiedza	A.W1.	modele i podejścia stosowane w psychologii zdrowia	test pisemny
	A.W2.	znaczenie wsparcia społecznego i psychologicznego w zdrowiu i chorobie	
	A.W3.	teorie stresu psychologicznego, zależności między stresem a stanem zdrowia oraz inne psychologiczne determinanty zdrowia	
	A.W4.	podejście salutogenetyczne podmiotowych uwarunkowań optymalnego stanu zdrowia i podejście patogenetyczne uwarunkowane chorobą	
	A.W5.	procesy adaptacji człowieka do życia z przewlekłą chorobą i uwarunkowania tych procesów	
Umiejętności	A.U1.	wskazywać rolę wsparcia społecznego i psychologicznego w opiece nad osobą zdrową i chorą	test pisemny, aktywny udział w zajęciach
	A.U2.	wskazywać metody radzenia sobie ze stresem	
Kompetencje społeczne	A.K2.	dokonywania krytycznej oceny działań własnych i działań współpracowników z poszanowaniem różnic światopoglądowych i kulturowych;	przedłużona obserwacja przez nauczyciela prowadzącego, samoocena
	A.K4.	rozwiązywania złożonych problemów etycznych związanych z wykonywaniem zawodu pielęgniarki i wskazywania priorytetów w realizacji określonych zadań;	
Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS)			
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawdzianu, itp.)		Obciążenie studenta (h)	
Udział w wykładach		20	
Samodzielne studiowanie tematyki wykładów		30	
Udział w ćwiczeniach		15	
Samodzielne przygotowanie się do ćwiczeń		10	
Udział w konsultacjach		5	
Przygotowanie do egzaminu/zaliczenia i udział w egzaminie/zaliczeniu		15	
Punkty ECTS za moduł/przedmiot		3	
Obciążenie studenta związane z zajęciami praktycznymi i praktykami zawodowymi			
Treść wykładów:			
1. Podstawowe pojęcia i koncepcje w psychologii zdrowia;			
2. Zdrowie w modelu biomedycznym i biopsychospołecznym, orientacja pato-i salutogenetyczna w psychologii zdrowia.			
3. Zasoby odpornościowe człowieka jako czynnik zdrowia: psychologiczne, biologiczne, społeczne i kulturowe.			

4. Stres i relacje społeczne jako czynniki warunkujące zdrowie jednostki. Koncepcje stresu oraz style radzenia sobie ze stresem.
5. Rola i znaczenie wsparcia społecznego jako czynnika kształtującego stan zdrowia oraz wyznacznik jego utrzymania czy odzyskania.
6. Psychologiczne mechanizmy powstawania chorób, zaburzenia psychosomatyczne.
7. Choroba, jako sytuacja trudna, psychologiczne następstwa choroby, psychologiczne aspekty postrzegania i przeżywania choroby – adaptacja do choroby
8. Psychologiczne aspekty opieki zdrowotnej i kontakty człowieka zdrowego z systemem opieki zdrowotnej.
9. Proces adaptacji do choroby przewlekłej, niepełnosprawności, psychologiczne następstwa hospitalizacji.
10. Pomoc psychologiczna w psychologii zdrowia.

Treść ćwiczeń:

1. Zasoby osobiste i społeczne sprzyjające zachowaniu zdrowia. Cechy osobowości i temperamentu jako uwarunkowania zdrowia człowieka.
2. Radzenie sobie ze stresem jako czynnik kształtujący stan zdrowia, strategie i style radzenia sobie ze stresem.
3. Styl życia jako czynnik wpływający na zdrowie.
4. Psychologiczne aspekty wybranych chorób somatycznych.
5. Specyfika pracy z różnymi grupami pacjentów. Przedstawienie charakterystyki wybranych grup pacjentów.
6. Psychologiczne aspekty kontaktu pacjent – personel medyczny.
7. Komunikacja z pacjentem, błędy jatrogenne.
8. Rodzaje kryzysów psychicznych i zasady postępowania w sytuacjach kryzysowych.

Literatura podstawowa:

1. Dolińska-Zygmunt G. (red.) (2001), Podstawy psychologii zdrowia. Wrocław, Wyd. UW.
2. Heszen I., Sęk H. (20008). Psychologia zdrowia. Warszawa: PWN.
3. Ogińska-Bulik N., Juczyński Z. (2008). Osobowość, stres a zdrowie. Warszawa, Difin.
4. Płotka A. (2003). Zdrowy styl życia psychicznego. Lublin, Neurocentrum
5. Sęk H. (red.) (2005). Psychologia kliniczna. (wybrane rozdziały) Warszawa, PWN.

Literatura uzupełniająca:

1. Borys B. Majkiewicz M. (red.) (2006). Psychologia w medycynie. Gdańsk, AM
2. Chojnacka-Szawłowska, G. (2012). Psychologiczne aspekty przewlekłych chorób somatycznych. Vizja Press
3. de Barbaro B. (1997). Pacjent w swojej rodzinie. Warszawa: Springer PWN
4. Sęk H., Cieślak P. (red.) (2005). Wsparcie społeczne, stres i zdrowie. Warszawa, PWN

Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych (np. laptop, rzutnik multimedialny, inne...)

1. Laptop
2. Rzutnik multimedialny

Forma zaliczenia:

Zaliczenie – pisemne. Referat i zaliczenie końcowe /test/.

Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu i kryteria oceny:

1. Obecność na zajęciach
- Pozytywnie zaliczona praca pisemna (70% pozytywnych odpowiedzi) Test wiedzy.
2. Aktywność w dyskusji.
- 100% obecność na ćwiczeniach. (możliwość odpracowania usprawiedliwionej nieobecności)