KARTA MODUŁU

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE								
COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ								
Kierunek studiów:		Zdrowie publiczne						
Poziom studiów:		Studia drugiego stopnia						
Profil studiów:		praktyczny						
Forma studiów:		stacjonarne						
Nazwa modułu:		Promocja zdrowia psychicznego						
Rodzaj modułu:		Moduł do wyboru						
Język wykładowy:		Język polski*						
Rok studiów:	2	**Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:**						
Semestr:	3	Wykład	Ćwiczenia					
Liczba punktów ECTS ogółem:	4	20	30					
Forma zaliczenia:		Zaliczenie z oceną						
Wymagania wstępne:		Brak wymagań.						

II. CELE KSZTAŁCENIA
Cele kształcenia:
Cel 1: Zapoznanie studentów z podstawową i współczesną wiedzą z zakresu promocji zdrowia psychicznego oraz higieny psychicznej, a także wiedzą niezbędną do podejmowania działań służących umacnianiu zdrowia psychicznego i kształtowaniu motywacji do zmian zachowań zdrowotnych. **Cel 2:** Wykształcenie umiejętności wykorzystania zdobytej wiedzy do właściwego stosowania najważniejszych pojęć z obszaru zdrowia psychicznego, identyfikowania związku pomiędzy mechanizmami psychologicznymi a zdrowiem somatycznym oraz projektowania i wdrażania profilaktyki w aspekcie relacji interpersonalnych.

III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH		
Efekt uczenia się	Student, który zaliczył moduł w zakresie:	Odniesienie do efektów kierunkowych
wiedzy:		
1	Posiada interdyscyplinarną wiedzę w zakresie profilaktyki i promocji zdrowia psychicznego.	K2ZP_W03
umiejętności:		
3	Posiada umiejętności pozwalające na podejmowanie działań w zakresie promocji zdrowia	K2ZP_U04
4	Potrafi ocenić i wyjaśnić informacje dotyczące stylu życia w kształtowaniu stanu zdrowia	K2ZP_U07
5	Posiada umiejętności planowania, monitorowania i oceniania programów w obszarze zdrowia publicznego, w zakresie działalności profilaktycznej, informacyjnej i edukacyjnej	K2ZP_U10
	Posiada umiejętności inicjowania i organizowania działań ukierunkowanych na edukację zdrowotną i profilaktykę chorób	K2ZP_U11
kompetencji społecznych:		
6	Przejawia zaangażowanie w promocję zdrowia publicznego i wykazuje zainteresowanie problemami polityki społecznej i zdrowotnej	K2ZP_K04

IV. TREŚCI PROGRAMOWE		
Treści programowe (tematyka zajęć, zaprezentowana z podziałam na poszczególne formy zajęć z określeniem liczby godzin potrzebnych na ich realizację)		
Wykład		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S/N
W1	Przedstawianie karty modułu i omówienie warunków i terminu zaliczenia przedmiotu. Podstawowe pojęcia i koncepcje z zakresu zdrowia psychicznego, higieny psychicznej oraz promocji zdrowia psychicznego.	2
W2	Determinanty zdrowia psychicznego – czynniki biologiczne, psychologiczne, społeczne i środowiskowe	2

W3	Zapoznanie z treściami modułowymi. Wyzwania i zagrożenia dla zdrowia psychicznego we współczesnym społeczeństwie (stres, wypalenie zawodowe, kryzysy psychiczne)	2
W4	Mechanizmy radzenia sobie ze stresem oraz adaptacji do trudnych sytuacji życiowych	2
W5	Profilaktyka zaburzeń psychicznych i psychosomatycznych – poziomy profilaktyki (I, II, III stopnia)	2
W6	Higiena psychiczna w relacjach interpersonalnych i środowisku pracy	2
W7	Narodowy Program Ochrony Zdrowia Psychicznego oraz międzynarodowe i krajowe strategie promocji zdrowia psychicznego	2
W8	Rola edukacji zdrowotnej w kształtowaniu postaw prozdrowotnych i przeciwdziałaniu stygmatyzacji osób z zaburzeniami psychicznymi	2
W9	Treningi relaksacyjne i techniki redukcji stresu jako narzędzia promocji zdrowia psychicznego	2
W10	Etyczne i prawne aspekty działań z zakresu higieny i promocji zdrowia psychicznego	2
Ćwiczenia		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S/N
Ćw1	Ocena potrzeb i zagrożeń zdrowia psychicznego wybranych grup populacyjnych (studium przypadku)	4
Ćw2	Identyfikacja czynników stresogennych oraz analiza zasobów osobistych i społecznych służących zachowaniu zdrowia psychicznego	4
Ćw3	Praktyczne zastosowanie technik komunikacji interpersonalnej i budowania dojrzałych relacji wspierających higienę psychiczną	4
Ćw4	Projektowanie autorskich programów/warsztatów z zakresu promocji zdrowia psychicznego dla dzieci, młodzieży, dorosłych lub seniorów	6
Ćw5	Opracowanie i symulacja scenariuszy zajęć z zakresu higieny psychicznej i przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu	4
Ćw6	Analiza dobrych praktyk i ewaluacja projektów z zakresu ochrony i promocji zdrowia psychicznego	4
Ćw7	Prezentacja projektów studenckich i dyskusja nad ich skutecznością oraz metodami wdrożenia	4

V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

1. Metody kształcenia:

- Wykład problemowy
- Studium przypadku
- Dyskusja
- Projekt studencki
- Teksty źródłowe\
- Filmy poglądowe

VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

1. Formy zaliczenia:

- Wykład :Zaliczenie z oceną
- Ćwiczenia : projekt studencki i odpowiedź ustna

2. Sposób weryfikacji i oceniania efektów uczenia się:

Wykład: ustny test wiedzy

a) Przygotowanie i przedstawienie projektu studenckiego i odpowiedź ustna
b) Ćwiczenia praktyczne i odpowiedź ustna-: kryteria oceny: • 51% - 60% - ocena dostateczna, • 61% - 70% - ocena dostateczna plus, • 71% - 80% - ocena dobra, • 81% - 90% - ocena dobra plus, • 91% - 100% - ocena bardzo dobra.
c) Obserwacja i ocena postaw studenta
d) Ustny test wiedzy, aktywność na zajęciach, wypowiedzi ustne i pisemne, ocena realizacji zadań

3. Podstawowe kryteria oceny określane są indywidualnie

VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	**Obciążenie studenta**
Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)	50
Udział w wykładach	20
Udział w ćwiczeniach	30
Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)	50
Przygotowanie do wykładu	10
Przygotowanie do ćwiczeń	20
Przygotowanie do egzaminu	
Przygotowanie do zaliczenia ćwiczeń	20
Łączna liczba godzin	100

Punkty ECTS za moduł	4

VIII. ZALECANA LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Heszen I., Sęk H., Psychologia zdrowia, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
2. Gaś Z. B., Promocja zdrowia psychicznego: zasady i metody, Wydawnictwo UMCS, Lublin.
3. Wciórka J., Narodowy Program Ochrony Zdrowia Psychicznego – uwarunkowania i wyzwania, Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa.

Literatura uzupełniająca:

1. Cierpiałkowska L., Sęk H. (red.), Psychologia zaburzeń osobowości. Wybrane zagadnienia, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań.
2. WHO, Mental Health Action Plan 2013–2030, World Health Organization, Geneva.
3. Artykuły naukowe z czasopism specjalistycznych z zakresu zdrowia publicznego i higieny psychicznej.

Na kierunkach studiów, na których obowiązują standardy kształcenia oraz odrębne przepisy określone przez właściwego ministra, karty modułów powinny także uwzględniać powyższe uregulowania

*należy odpowiednio wypełnić

** należy wpisać formę/formy przypisane do modułu określone w programie studiów (ćwiczenia, seminarium, konwersatorium, lektorat, laboratorium, warsztat, projekt, zajęcia praktyczne, zajęcia terenowe, zajęcia wychowania fizycznego, praktyka zawodowa, inne)