

Karta modułu kształcenia

Informacje ogólne					
Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Witelona w Legnicy Wydział Nauk o Zdrowiu i Kulturze Fizycznej					
Kierunek studiów: Pielęgniarstwo stacjonarne					
Poziom kształcenia: Studia drugiego stopnia					
Profil kształcenia: Praktyczny					
Forma studiów: Stacjonarne 2019/2020					
Nazwa modułu kształcenia:			Psychologia zdrowia		
Kod modułu kształcenia:			MK_MP_001		
Rodzaj modułu kształcenia:			Obowiązkowy		
Sposób realizacji modułu:			Zajęcia stacjonarne (kontaktowe)		
Rok studiów	Semestr	ECTS	Forma prowadzenia zajęć i liczba godzin w planie studiów		
1	2	3	Wykłady	Ćwiczenia	Praca własna
			30	15	30

Forma zaliczenia: egzamin

Cele kształcenia:

Cel 1: Przygotowanie studenta do postrzegania i rozumienia procesów psychicznych związanych z utrzymaniem zdrowia i zjawisk psychicznych prowadzących do choroby.

Cel 2: Poznanie podstawowych teorii psychologii zdrowia, w tym teorii osobowości, rozwoju psychicznego, stresu psychospołecznego i koncepcji podatności psychobiologicznej; swobodne posługiwanie się pojęciami tych teorii.

Cel 3: Wykształcenie umiejętności wykorzystania teorii psychologii zdrowia w pracy z pacjentami - udzielania wsparcia psychicznego, wzmacniania prozdrowotnych procesów psychicznych, identyfikowanie i osłabianie wpływu stresu psychospołecznego.

Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych:

Student posiada podstawową wiedzę z zakresu psychologii oraz zdrowia publicznego (studia I stopnia), umiejętność krytycznego poszukiwania i wykorzystania wiedzy z zakresu czynników środowiskowych, biologicznych i psychicznych wpływających na stan zdrowia.

Efekty uczenia się:

W zakresie wiedzy absolwent zna i rozumie:

EK1: A.W1 modele i podejścia stosowane w psychologii zdrowia

EK2: A.W2 znaczenie wsparcia psychicznego i społecznego w zdrowiu i chorobie

EK3: A.W3 teorie stresu psychicznego, zależności pomiędzy stresem a stanem zdrowia

- oraz inne psychologiczne determinanty zdrowia
- EK4 A.W4 podejście salutogenetyczne podmiotowych uwarunkowań optymalnego stanu zdrowia i podejście patogenetyczne uwarunkowane chorobą
- EK5 A.W5 procesy adaptacji człowieka do życia z przewlekłą chorobą i uwarunkowania tych procesów

W zakresie umiejętności absolwent potrafi:

- EK6: A.U1 wskazywać rolę wsparcia psychicznego i społecznego w opiece nad osobą zdrową i chorą
- EK7: A.U2 wskazywać metody radzenia sobie ze stresem

Treści uczenia

Wykłady

Kod/nr	Tematyka zajęć	Liczba godzin
Wyk. 1	Podstawowe pojęcia psychologii zdrowia: czynne utrzymywanie zdrowia, salutogeneza, wpływ czynników psychicznych na przebieg procesów chorobowych.	2
Wyk. 2	Koncepcja chorób psychosomatycznych Franza Alexandra, aleksytymii Petera Sifneosa, dostosowania społecznego Davida Marlowe i Douglasa Crowne; przykłady zastosowania tych teorii.	2
Wyk. 3	Zaburzenia psychiczne jako czynniki predykcyjne chorób somatycznych.	2
Wyk. 4	Zaburzenia psychiczne jako czynniki predykcyjne szkodliwego dla zdrowia zachowania. Zaburzenia psychiczne w chorobach somatycznych	2
Wyk. 5	Teorie chorób psychosomatycznych i salutogenezy	2
Wyk. 6	Teoria salutogenezy Aarona Antonowsky'ego – przykłady zastosowania.	2
Wyk. 7	Wpływ stresu psychospołecznego na stan zdrowia, czynniki ochronne. Frustracja, stres psychospołeczny i zawodowy, stres wywołany chorobą somatyczną – sposoby redukowania wpływu tych czynników na stan zdrowia	2
Wyk. 8	Sprzężenie pomiędzy stresem, stanem zapalnym a stanami lękowo – depresyjnymi. Rola czynników psychobiologicznych.	2
Wyk. 9	Teorie osobowości, rozwoju psychicznego i adaptacji w psychologii zdrowia; Czynniki osobowościowe i stres psychospołeczny – wpływ na stan	2

	zdrowia	
Wyk. 10	Metody zmniejszania wpływu czynników stresujących – podstawowe elementy zachowań prozdrowotnych	2
Wyk. 11	Rola czynników interpersonalnych we wzmacnianiu psychicznych procesów prozdrowotnych.	2
Wyk. 12	Przykłady zastosowań podejścia psychoterapeutycznego w kształtowaniu zachowań prozdrowotnych	2
Wyk. 13	Stres zawodowy a zdrowie, pojęcie wypalenia zawodowego	2
Wyk. 14	Wpływ czynników kulturowych i cywilizacyjne na utrzymanie stanu zdrowia	2
Wyk. 15	Zdrowy personel medyczny = zdrowiejący pacjenci	2

Ćwiczenia

Kod/nr	Tematyka zajęć	Liczba godzin
ĆW.1	Czynniki psychiczne w rozwoju chorób układu sercowo – naczyniowego	2
ĆW. 2	Czynniki psychiczne w rozwoju chorób układu pokarmowego	2
ĆW.3	Koncepcje „zdrowego” (i „niezdrowego” odżywiania się)	2
ĆW. 4	Czynniki psychiczne a odporność. Zachowanie chorobowe (sicknessbehaviour)	2
ĆW. 5	Wpływ stanu somatycznego na emocje i nastrój	2
ĆW. 6	Wysiłek fizyczny a utrzymanie zdrowia	2
ĆW. 7	Czynniki psychospołeczne wpływające na zdrowie	3

Praca własna

Tematy	Liczba godzin
Przygotowanie do zajęć	10
Przegląd literatury przedmiotu	10
Przygotowanie do egzaminu	10

Metody kształcenia(narzędzia dydaktyczne):

MK1: wykład informacyjny

MK2: pokaz

MK3: dyskusja dydaktyczna

MK4: ćwiczenie przedmiotowe

Metody oceniania studenta (sprawdzenia osiągnięcia efektów kształcenia):**Ocena formująca:**

OF1: prezentacja ustna

OF2: kolokwium/odpowiedź ustna

Ocena podsumowująca:

OP1: Egzamin

Całkowity nakład pracy studenta:

Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim (wykład, ćwiczenia, laboratorium, seminarium, projekt, inne, konsultacje, obecność na egzaminie itd.)	45
Przygotowanie się do zajęć, w tym czytanie wskazanej literatury	20
Przygotowanie się do kolokwium	-
Przygotowanie pracy samokształceniowej oraz do praktyk zawodowych	-
Przygotowanie do egzaminu	10
Inne	
Razem	75
Liczba punktów ECTS dla modułu kształcenia	3
Liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich	1,8
Liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach zajęć praktycznych, w tym zajęć laboratoryjnych i projektowych	-
Procent programu modułu realizowany podczas zajęć (godzin kontaktowych z nauczycielem) wynosi	60

Tabela odniesień dla modułu kształcenia:

Efekt Kształcenia	Odniesienie danego efektu do efektów kierunkowych	Cele kształcenia	Treści programowe	Metody Kształcenia	Metody oceniania studenta
EK1	A.W1	Cel 1 Cel 2	Wyk. 1 Wyk.2 Wyk.5 Wyk.6	MK1 MK3	OF2 OP
EK2	A.W2	Cel 1 Cel 2	Wyk. 3 Wyk. 4 Wyk. 11 Wyk. 12	MK1 MK3 MK4	OF2 OP

			Ćw.7		
EK3	A.W3	Cel 1 Cel 2	Wyk. 7 Wyk.8 Wyk.10	MK1 MK3	OF2 OP
EK4	A.W4	Cel 1 Cel 2	Wyk.5 Wyk.6 Wyk.8 Wyk.9	MK1 MK3	OF2 OP
EK5	A.W5	Cel 1 Cel 2	Wyk. 11- Wyk. 16	MK1 MK3	OF2 OP
EK6	A.U1	Cel 3	Wyk.10 Wyk.11 Wyk.15 Ćw.1 – Ćw.7	MK1 MK2 MK3 MK4	OF1 OP
EK7	A.U2	Cel 3	Wyk.11 Wyk.13 Wyk.15 Ćw.1 – Ćw.7	MK1 MK2 MK3 MK4	OF1 OP

Piśmiennictwo podstawowe:

1. Richard G. J., Zimbardo Ph, Psychologia i życie Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, 2017.
- 2 Sęk H, Heszen H, Psychologia zdrowia, 2007, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, 2007.
3. McDougall J, Teatry ciała. Psychoanalityczne podejście do chorób psychosomatycznych Oficyna Ingenium, Wrocław, 2014.

Piśmiennictwo uzupełniające:

1. Orzechowska A., Gałęcki P, Zaburzenia psychosomatyczne w ujęciu terapeutycznym, Continuo Wrocław 2014.
2. Clark D. A., Beck A. T. , Zaburzenia lękowe. Podręcznik z ćwiczeniami opartymi na terapii poznawczo-behawioralnej Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego Kraków 2018.

Zalecenia fakultatywne komponenty modułu: nie

Język wykładowy: polski

Praktyki zawodowe w ramach modułu: nie

**Autor programu modułu kształcenia:
dr hab. n. med. Krzysztof Małyszczak**