

**SYLABUS**  
DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2018-2024  
(skrajne daty)

**1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE/MODULE**

Nazwa przedmiotu/ modułu	<b>Psychosomatyka i somatopsychologia</b>
Kod przedmiotu/ modułu*	<b>Fak</b>
Wydział (nazwa jednostki prowadzącej kierunek)	<b>Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski</b>
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	<b>Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski</b>
Kierunek studiów	<b>Lekarski</b>
Poziom kształcenia	<b>Jednolite studia magisterskie</b>
Profil	<b>Ogólnoakademicki</b>
Forma studiów	<b>Stacjonarne i niestacjonarne</b>
Rok i semestr studiów	<b>Rok III semestr VI</b>
Rodzaj przedmiotu	<b>Fakultetywny</b>
Język wykładowy	<b>polski</b>
Koordinator	<b>Dr Joanna Hałaj</b>
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	<b>Dr Joanna Hałaj</b>

\* - zgodnie z ustaleniami na Wydziale

**1.1. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS**

Semestr (nr)	Wykł.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	Inne (jakie?)	Liczba pkt ECTS
VI					30				<b>1</b>

**1.2. Sposób realizacji zajęć**

zajęcia w formie tradycyjnej

zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

**1.3 Forma zaliczenia przedmiotu /modułu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)**

**zaliczenie z oceną**

**2. WYMAGANIA WSTĘPNE**

Znajomość podstawowej terminologii psychologicznej oraz wiedza z zakresu: biologiczne podstawy zachowań, emocje i motywacja oraz procesy poznawcze.

### 3. CELE, EFEKTY KSZTAŁCENIA, TREŚCI PROGRAMOWE I STOSOWANE METODY DYDAKTYCZNE

#### 3.1 Cele przedmiotu/modułu

C <sub>1</sub>	•Dostarczenie usystematyzowanej wiedzy z zakresu definiowania zdrowia, koncepcji wyjaśniających mechanizmy funkcjonowania psychicznego człowieka oraz jego związków ze zdrowiem somatycznym (w tym czynniki mózgowie), a także stosowanych metod oddziaływań w celu promowania zdrowia i zapobiegania chorobom.
C <sub>2</sub>	•Wskazanie związków psychologii klinicznej (w tym zdrowia) z innymi dyscyplinami wiedzy oraz teoretycznymi i stosowanymi dziedzinami psychologii, w tym uwrażliwienie na wielowymiarowość ludzkiego funkcjonowania.
C <sub>3</sub>	Zdobycie umiejętności korzystnego wpływania na stan psychiczny pacjenta, szczególnie pacjenta w stresie lub cierpiącego z powodu zaburzeń psychosomatycznych

#### 3.2 Efekty kształcenia dla przedmiotu/ modułu (wypełnia koordynator)

EK (efekt kształcenia)	Treść efektu kształcenia zdefiniowanego dla przedmiotu (modułu)	Odniesienie do efektów kierunkowych (KEK)
EK_01	Student zna aktualny stan wiedzy na temat społecznego wymiaru zdrowia i choroby, wpływu środowiska społecznego (rodziny, sieci relacji społecznych) i nierówności społecznych na stan zdrowia oraz społeczno-kulturowych różnic i roli stresu społecznego w zachowaniach zdrowotnych i autodestrukcyjnych;	D.W1.
EK_02	rozumie znaczenie komunikacji werbalnej i niewerbalnej w procesie komunikowania się z pacjentami oraz pojęcie zaufania w interakcji z pacjentem;	D.W4.
EK_03	rozumie psychospołeczne konsekwencje hospitalizacji i choroby przewlekłej;	D.W5
EK_04	znaczenie komunikacji werbalnej i niewerbalnej w procesie komunikowania się z pacjentem oraz pojęcie zaufania w interakcji z pacjentem;	D.W6
EK_05	Podstawowe psychologiczne mechanizmy funkcjonowania człowieka w zdrowiu i w chorobie;	D.W7
EK_06	Rolę rodziny pacjenta w procesie leczenia;	D.W8
EK_07	Rolę stresu w etiopatogenezie i przebiegu chorób oraz mechanizmy radzenia sobie ze stresem;	D.W10.
EK_08	zasady promocji zdrowia, jej zadania i główne kierunki działania, ze szczególnym uwzględnieniem znajomości roli elementów zdrowego stylu życia;	D.W14

#### 3.3 Treści programowe (wypełnia koordynator)

A. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych

Treści merytoryczne		
TP1	<b>Wprowadzenie do problematyki zdrowia psychicznego:</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zdrowie psychiczne a zaburzenie psychiczne.</li> <li>2. Kryteria zdrowia psychicznego.</li> <li>3. Norma a patologia: koncepcje normalności.</li> <li>4. Związki psychologii z innymi dziedzinami zajmującymi się zdrowiem psychicznym.</li> <li>5. Czy można być zdrowym w niezdrowych miejscach? – eksperyment Davida Rosenhana.</li> </ol>	
TP2	<b>Związek psychologii pozytywnej i psychologii zdrowia:</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zachowania zdrowotne.</li> <li>2. Wsparcie społeczne.</li> <li>3. Kontrola psychologiczna.</li> <li>4. Przystosowanie się do doświadczenia choroby.</li> <li>5. Czynniki psychologiczne w przebiegu choroby.</li> <li>6. Zdrowie człowieka jako biologiczne ucieleśnienie dobrostanu.</li> </ol>	
TP3	<b>Zdrowie a poczucie szczęścia: ludzie szczęśliwi funkcjonują lepiej:</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trzy rodzaje zdrowia.</li> <li>2. Ścieżki prowadzące od szczęścia do zdrowia.</li> <li>3. Optymalny poziom szczęścia.</li> <li>4. Zdrowe życia – nowa lista kontrolna.</li> <li>5. Dobrostan psychiczny jako przyczyna pomyślności życiowej.</li> </ol>	
TP4	<b>Czynniki determinujące zdrowie psychiczne:</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Związki społeczne.</li> <li>2. Praca i bezrobocie.</li> <li>3. Czas wolny.</li> <li>4. Różnice klasowe.</li> <li>5. Różnice kulturowe.</li> <li>6. Osobowość.</li> </ol>	
TP5	<b>Zdrowie i choroba w paradygmacie stresu psychologicznego:</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sposoby definiowania stresu: <ul style="list-style-type: none"> <li>• stres jako reakcja</li> <li>• stres jako bodziec</li> <li>• stres jako relacja</li> </ul> </li> <li>2. Stresory.</li> <li>3. Radzenie sobie ze stresem.</li> <li>4. Rola emocji pozytywnych w sytuacji przewlekłego stresu.</li> </ol>	
	Temat dodatkowy 1: Pomiar radzenia sobie (Kwestionariusz CISS, COPE)	

### 3.4 Metody dydaktyczne

Seminaria : prezentacja multimedialna, pogadanka, wykład konwersatoryjny, studium przypadku.

## 4. METODY I KRYTERIA OCENY

### 4.1 Sposoby weryfikacji efektów kształcenia

Symbol efektu	Metody oceny efektów kształcenia	Forma zajęć
---------------	----------------------------------	-------------

	(np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	dydaktycznych (w, ćw, ...)
EK_01	TEST	SEM.
EK_02	TEST	Sem.
EK_03	TEST	Sem.
EK_04	TEST	Sem.
EK_05	TEST	Sem.
EK_06	TEST	Sem.
EK_07	TEST	Sem.
EK_08	TEST	Sem.

#### 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

Warunki zaliczenia:

Obowiązkowy pisemny sprawdzian wiedzy na koniec semestru. Będzie obejmował zagadnienia przedstawione na wykładach oraz zawarte w literaturze obowiązkowej. Test składa się z 30 pytań, za poprawną odpowiedź na pytanie testowe Student uzyskuje 2 pkt. (30 pytań \* 2 pkt. to razem 60 pkt.).

Obecność na zajęciach 10 pkt

\*testy wiedzy, jednokrotnego wyboru, należy zaliczyć przynajmniej na 60% ( 36 punktów)

Obecność na zajęciach jest obowiązkowa. Wszystkie absencje należy usprawiedliwić oraz odrobić w wyznaczony przez prowadzącego sposób oraz w określonym przez niego terminie.

Studenci, którym przyznano IOS, są zobowiązani do ustalenia warunków zaliczenia przedmiotu z prowadzącym zajęcia (najpóźniej na drugich zajęciach).

W celu zaliczenia przedmiotu należy osiągnąć od 42 punktów do 70 punktów, przy czym w odniesieniu do ocen przedstawia się to w następujący sposób:

Bardzo dobra (5.0)	OD 70 PUNKTÓW DO 62 PUNKTÓW
Dobra plus (4.5)	OD 61 PUNKTÓW DO 54 PUNKTÓW
Dobra (4.0)	OD 53 PUNKTÓW DO 46 PUNKTÓW
Dostateczna plus (3.5)	OD 45 PUNKTÓW DO 38 PUNKTÓW
Dostateczna (3.0)	OD 37 PUNKTÓW DO 30 PUNKTÓW

NIEDOSTATECZNA (2.0)	PONIŻEJ 30 PUNKTÓW
----------------------	--------------------

#### 5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe wynikające z planu studiów	30
Inne z udziałem nauczyciela (udział w konsultacjach, egzaminie)	1
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	4
SUMA GODZIN	35
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>1</b>

\* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.

#### 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU/ MODUŁU

wymiar godzinowy	Nie dotyczy
zasady i formy odbywania praktyk	Nie dotyczy

#### 7. LITERATURA

<p>Literatura podstawowa:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Heszen I., Sęk H. (2012). Psychologia zdrowia. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.</li> <li>Sęk H. (2008). Pojęcia normy, normalności i zdrowia. W: Sęk H. (red.): Psychologia kliniczna. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.</li> <li>Carol D. Ryff, Burton Singer (2004). Paradoksy kondycji ludzkiej: dobrostan i zdrowie na drodze ku śmierci. W: Czapiński J., Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.</li> </ol>
<p>Literatura uzupełniająca:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Shelley E. Taylor, David K. Sherman (2007). Psychologia pozytywna i psychologia zdrowia: owocny związek. W: P. Alex Linley, Stephen Joseph, Psychologia pozytywna w praktyce. Warszawa: Wydawnictwo naukowe PWN.</li> <li>Diener E., Biswas-Diener R. (2010). Szczęście. Odkrywanie bogactwa psychicznego. Sopot: Smak Słowa.</li> <li>Czapiński J. (2004). Czy szczęście popłaca? Dobrostan</li> </ol>

psychiczny jako przyczyna pomyślności życiowej. W: Czapiński J., Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

4. Badura-Madej W. (1999). Wybrane zagadnienia interwencji kryzysowej. Wydawnictwo Śląsk.
5. Heszen, I., Sęk, H. (2008). Zdrowie i stres. W: J. Strelau, D. Doliński (red.): Psychologia. Podręcznik akademicki. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne..
6. Okun M., Stock W., Haring M., Witten R., (1984). Health and Subjective Well-Being: A Meta-Analysys. "International Journal of Aging and Human Development", Nr 19, s. 111–132.
7. Mossey J., Shapiro E. (1982). Self-Rated Health: A Predictor of Mortality among the Elderly. "American Journal of Public Health", Nr 72, s. 800–808.
8. Averill J.R., More T.A. (2005). Szczęście. W: Lewis M., Haviland-Jones J.M. (red.): Psychologia emocji. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
9. Bańka A. (2005). Jakość życia a jakość rozwoju. Społeczny kontekst płci, aktywności i rodziny. W: Bańka A. (red.), Psychologia jakości życia. Poznań: Stowarzyszenie Psychologia i Architektura.
10. Csikszentmihalyi M. (2000). Happiness, Flow, and Economic equality. "American Psychologist", Vol. 55(10), s. 1163–1164.
11. Csikszentmihalyi M. (2000). The Cost and Benefits of Consuming. "Journal of Consumer Research", Vol. 27(2), s. 267–272.
12. Czapiński J. (2004). Osobowość szczęśliwego człowieka. W Czapiński J. (red.), Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
13. Diener E., Lucas R., Oishi S. (2004). Dobrostan psychiczny. Nauka o szczęściu i zadowoleniu z życia. W Czapiński J. (red.), Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
14. Diener E., Seligman M. (2002). Very Happy People. "Psychological Science", Nr 13, s. 81–84.
15. Okun M., Stock W., Haring M., Witten R. (1984). Health and Subjective Well-Being: A Meta-Analysys. "International Journal of Aging and Human Development", Nr 19, s. 111–132.
16. Ryff C., Singer B. (2004). Paradoksy kondycji ludzkiej: dobrostan i zdrowie na drodze ku śmierci. W Czapiński J. (red.), Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej

Regulamin zajęć:

Test wiedzy podsumowujący wykłady będzie zorganizowany dwukrotnie. Obecność na pierwszym terminie umożliwia ponowne przystąpienie do testu w terminie drugim (wiążący jest wynik uzyskany w drugim teście). Nieobecność na pierwszym terminie nie wpływa negatywnie na wynik punktowy z elementu składowego i nie wymaga dostarczenia usprawiedliwienia, uniemożliwia jednak ponowne przystąpienie do testu wiedzy w przypadku niezyskania wymaganego minimum punktów w drugim terminie. Nieobecność zarówno na pierwszym jak i drugim terminie testu wiedzy wymaga dostarczenia zwolnienia lekarskiego L<sub>4</sub> (lub innego dokumentu) oraz złożenia (do 7 dni od daty drugiego terminu) podania do koordynatora o wyznaczenie terminu indywidualnego. Wyznaczany jest tylko jeden termin indywidualny.