

**SYLABUS**  
DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2021-2023

**Rok akademicki 2021/2022**

**1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE**

Nazwa przedmiotu	Psychologia Zdrowia
Kod przedmiotu*	NSiH-PsZ
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	pielęgniarstwo
Poziom studiów	II stopień
Profil	praktyczny
Forma studiów	niestacjonarne
Rok i semestr/y studiów	I rok, I semestr
Rodzaj przedmiotu	Nauki społeczne i humanistyczne (Grupa A)
Język wykładowy	polski
Koordinator	Mgr Małgorzata Wąsacz
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	Mgr Małgorzata Wąsacz

\* -opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce

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

Semestr (nr)	Wykład	Ćw.		Konwersatorium	Lab.		Seminarium	ZP		Praktyki	Inne (np. samokształcenie)	Liczba pkt. ECTS
		audytoryjne	laboratoryjne		laboratorium	Laboratorium CSM		Zajęcia Praktyczne	Zajęcia CSM			
I	20	10										3

**1.2. Sposób realizacji zajęć**

**X** zajęcia w formie tradycyjnej

zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

**1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)****2. WYMAGANIA WSTĘPNE**

Aktywność poznawcza i motywacja do zgłębiania wiedzy naukowej
---

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

#### 3.1 Cele przedmiotu

C1	Zdobycie wiedzy i umiejętności w zakresie dostosowywania się do własnych predyspozycji psychicznych i ograniczeń emocjonalnych w wykonywaniu zawodu Pielęgniarki, Pielęgniacza.
C2	Zdobycie umiejętności rozpoznawania psychologicznych problemów pacjenta, nawiązywania z pacjentem empatycznego kontaktu, prowadzenia rozmowy i wywiadu z pacjentem według kryteriów psychologicznych
C3	Zdobycie umiejętności korzystnego wpływania na stan psychiczny pacjenta, szczególnie pacjenta w stresie lub cierpiącego z powodu zaburzeń psychosomatycznych

#### 3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych <sup>1</sup>
Student zna i rozumie:		
EK_01	modele i podejścia stosowane w psychologii zdrowia	A.W1.
EK_02	znaczenie wsparcia społecznego i psychologicznego w zdrowiu i chorobie	A.W2.
EK_03	teorie stresu psychologicznego, zależności między stresem a stanem zdrowia oraz inne psychologiczne determinanty zdrowia	A.W3.
EK_04	podejście salutogenetyczne podmiotowych uwarunkowań optymalnego stanu zdrowia i podejście patogenetyczne uwarunkowane chorobą;	A.W4.
EK_05	procesy adaptacji człowieka do życia z przewlekłą chorobą i uwarunkowania tych procesów	A.W5.
Student potrafi:		
EK_06	wskazywać rolę wsparcia społecznego i psychologicznego w opiece nad osobą zdrową i chorą	A.U1.
EK_07	wskazywać metody radzenia sobie ze stresem	A.U2.

#### 3.3 Treści programowe

##### A. Problematyka wykładu

Treści merytoryczne
TP 1. Model biomedyczny i biopsychospołeczny w podejściu do zdrowia, choroby, procesu terapii, zachowania zdrowia.
TP 2. Psychologia zdrowia – podstawowe pojęcia, zasady i zastosowanie w aktywności zawodowej.

TP 3. Psychologia społeczna, psychologia ewolucyjna. Interpretacja zachowania człowieka w kontekście psychologicznym.
TP 4. Podstawowe pojęcia psychologiczne (osobowość, temperament, procesy poznawcze, emocje, płęć psychologiczna).
TP 5. Rola poznania i rozwoju własnej osobowości w aktywności zawodowej.
TP 6. Komunikacja werbalna, niewerbalna, manipulacja, kłamstwo w medycynie;
TP 7. Psychologiczne determinanty podatności na chorobę i dysfunkcje somatyczne. Psychiczne czynniki i mechanizmy sprzyjające utrzymaniu zdrowia i przyspieszające procesy zdrowienia.
TP 8. Zespoły i zaburzenia lękowe. Lęk w przebiegu chorób somatycznych.
TP 9. Zaburzenia nastroju. Depresja w przebiegu chorób somatycznych.
TP 10. Zaburzenia odżywiania. Zaburzenia psychiczne u dzieci i młodzieży.
TP 11. Biologiczne sprzężenie zwrotne, hipnoza, efekt placebo, psychoterapia, terapia behawioralna, techniki relaksacyjne z punktu widzenia psychologii - badania i dowody naukowe - stan aktualny.
TP 12. Psychologia marketingu a promocja zdrowia i edukacja pacjentów.

#### B. Problematyka ćwiczeń

Treści merytoryczne
TP1. Zaburzenia i choroby psychosomatyczne. Tło historyczne, współczesna medycyna umysłu i ciała, medycyna oparta na dowodach i psychofizjologia.
TP3. Znaczenie intymnej przestrzeni człowieka dla jego dobrostanu.
TP4. Rozwiązywanie psychologicznych problemów pacjenta w sytuacji nagłego pogorszenia stanu zdrowia i zagrożenia życia, w chorobie przewlekłej i terminalnej.
TP5. Psychologiczna interpretacja zjawisku stresu oraz jego wpływ na zachowanie i zdrowie człowieka. Podstawowe strategie radzenia sobie ze stresem. Wybrane metody redukcji napięcia psychicznego (asertywność, zasady rozwiązywania konfliktów interpersonalnych, elementy negocjacji i mediacji). Profilaktyka i przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu.

### 3.4 Metody dydaktyczne

Wykład: wykład problemowy, wykład z prezentacją multimedialną

Ćwiczenia: analiza tekstów z dyskusją, analiza materiałów audio-wizualnych, praca w grupach dyskusja

## 4. METODY I KRYTERIA OCENY

### 4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów uczenia się (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych (w, ćw, ...)
A.W1	Kolokwium pisemne, projekt	W, ĆW
A.W2	Kolokwium pisemne, projekt	W
A.W3	Kolokwium pisemne, projekt	W, ĆW
A.W4	Kolokwium pisemne, projekt	W
A.W5	Kolokwium pisemne, projekt	W, ĆW
A.U1	Kolokwium pisemne, projekt	ĆW
A.U2	Obserwacja w trakcie zajęć	ĆW

### 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

**Zaliczenie przedmiotu** odbywa się na podstawie pisemnego kolokwium końcowego w formie testu

- Czas trwania egzaminu (*zaliczenia końcowego*): 45 min
- Za prawidłową odpowiedź student otrzymuje 1 punkt, za błędną 0 punktów
- Zakres ocen: 2,0 – 5,0. Warunkiem zaliczenia jest uzyskanie pozytywnej oceny (minimum 3,0) z zaliczenia każdego efektu uczenia się.

- Kryteria oceny:

5,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 93-100%

4,5 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 85-92%

4,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 77-84%

3,5 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 69-76%

3,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 60%-68%

2,0 – student zaliczył efekty uczenia się poniżej 60%

#### **Wykład**

Student jest zobowiązany do systematycznego uczestnictwa w zajęciach wykładowych.

Ewentualne nieobecności studenta na wykładach nie zwalniają go z obowiązku przyswojenia materiału omawianego na zajęciach oraz wykonania pracy samokształceniowej zleconej na wykładzie

#### **Ćwiczenia**

Warunkiem zaliczenia jest obecność studenta na ćwiczeniach, aktywne w nich uczestnictwo oraz zaliczenie pisemnego kolokwium końcowego w formie testu. Warunkiem zaliczenia testu jest uzyskanie co najmniej 60% punktów. Warunkiem zaliczenia jest uzyskanie pozytywnej oceny (minimum 3,0) z zaliczenia każdego efektu uczenia się realizowanego w ramach ćwiczeń.

Kryteria oceny:

5,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 93-100%

4,5 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 85-92%  
 4,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 77-84%  
 3,5 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 69-76%  
 3,0 – student zaliczył efekty uczenia się na poziomie 60%-68%  
 2,0 – student zaliczył efekty uczenia się poniżej 60%

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

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
<b>GODZINY KONTAKTOWE</b>	
<b>Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów:</b>	
ZAJĘCIA TEORETYCZNE (WYKŁADY, ĆWICZENIA, ĆWICZENIA/ CSM)	50
<b>Godziny kontaktowe poza harmonogramem studiów (udział w konsultacjach, zaliczeniach, egzaminie)</b>	
UDZIAŁ W KONSULTACJACH	3
UDZIAŁ W ZALICZENIACH, EGZAMINIE	2
<b>GODZINY NIEKONTAKTOWE</b>	
WYNIKAJĄCE Z HARMONOGRAMU STUDIÓW - SAMOKSZTAŁCENIE	
GODZINY NIEKONTAKTOWE – PRACA WŁASNA STUDENTA (PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ, NAPISANIE REFERATU, PRZYGOTOWANIE DO ZALICZEŃ, EGZAMINU)	20
<b>SUMA GODZIN</b>	<b>75</b>
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>3</b>

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

## 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	-
zasady i formy odbywania praktyk	-

## 7. LITERATURA

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej

Literatura podstawowa:

1. Marcinowicz L., Chlabicz S. (red.): Jak skutecznie rozmawiać z pacjentem i rodziną. Praktyka lekarza rodzinnego. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2014

2. Janukowicz J. (red.): Profesjonalizm lekarski, Medical Education 2015

3. Lidia Cierpiątkowska, Helena Sęk, Psychologia kliniczna rok wydania 2016, Wydawnictwo Naukowe PWN

Literatura uzupełniająca:

1. Król-Fijewska, M. (2005). Stanowczo, łagodnie, bez lęku. Warszawa: Wydawnictwo W.A.B.
2. Leathers, D.G. (2009). Komunikacja niewerbalna. Warszawa: Wydawnictwo PWN.
3. McKay, M., Davis, M. i Fanning, P. (2001). Sztuka skutecznego porozumiewania się. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
4. Nęcki, Z. (2000). Komunikacja interpersonalna. Kraków: Antykwa.  
Bishop G.D., Psychologia zdrowia, Wydawnictwo ASTRUM, Wrocław 2000.
5. Radochoński M., Podstawy psychopatologii dla pedagogów. Wyd. UR, Rzeszów 2001.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej