

## SYLABUS – OPIS ZAJĘĆ/PRZEDMIOTU

### I. Informacje ogólne

1.	Nazwa zajęć/przedmiotu:	<b>Psychologia zdrowia</b>
2.	Nazwa zajęć/przedmiotu w języku angielskim	Health psychology
3.	Kod zajęć/przedmiotu:	<b>Kod: 12-DS2st26m</b>
4.	Rodzaj zajęć/przedmiotu (obowiązkowy lub fakultatywny):	obowiązkowy
5.	Kierunek studiów:	<b>dialog i doradztwo społeczne</b>
6.	Poziom studiów (I lub II stopień, jednolite studia magisterskie):	<b>II stopień</b>
7.	Profil studiów (ogólnoakademicki / praktyczny):	ogólnoakademicki
8.	Rok studiów (jeśli obowiązuje):	<b>2, spec M</b>
9.	Rodzaje zajęć i liczba godzin (np.: 15 h W, 30 h ĆW):	<b>10 h W</b>
10.	Liczba punktów ECTS:	<b>1</b>
11.	Imię, nazwisko, tytuł / stopień naukowy, adres e-mail prowadzącego zajęcia:	Jacek Soiński OFM, o. prof. UAM dr hab., borys@amu.edu.pl
12.	Język wykładowy:	polski
13.	Zajęcia / przedmiot prowadzone zdalnie (e-learning) (tak [częściowo/w całości] / nie):	nie

### II. Informacje szczegółowe

#### 1. Cele zajęć/przedmiotu:

- Zapoznanie studenta z wiedzą psychologiczną umożliwiającą postępowanie z człowiekiem chorym, przeżywającym trudności i kryzysy psychiczne.
- Przekazanie wiedzy na temat psychicznych uwarunkowań zdrowia.
- Kształtowanie wrażliwości na psychologiczne problemy człowieka w sytuacji kryzysu psychicznego.
- Uświadomienie znaczenia edukacji zdrowotnej i psychoprophylaktyki
- Ukazanie wpływu religijności na zdrowie psychiczne

#### 2. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych (jeśli obowiązują):

Znajomość podstaw psychologii i psychologii rozwojowej

#### 3. Efekty uczenia się (EU) dla zajęć i odniesienie do efektów uczenia się (EK) dla kierunku studiów:

Symbol EU dla zajęć/przedmiotu	Po zakończeniu zajęć i potwierdzeniu osiągnięcia EU student/ka:	Symbole EK dla kierunku studiów
01	Zna wybrane modele teoretyczne zdrowia; Rozróżnia podejście salutogenetyczne od patogenetycznego	DiDS_W01;
02	Zna prawidłowości dojrzewania psychicznego w kolejnych okresach rozwoju, także typowych kryzysów psychicznych oraz możliwych zaburzeń.	DiDS_W01;
03	Zna zmienne towarzyszące zdrowiu (czynniki demograficzne, wsparcie społeczne, sposoby radzenia sobie ze stresem, zachowania prozdrowotne itd.)	DiDS_W01; DiDS_W02;
04	Ma rozeznanie odnośnie patologii społecznych i zachowań antyzdrowotnych oraz ich konsekwencji dla funkcjonowania człowieka oraz grupy społecznej, zwłaszcza rodziny	DiDS_W01; DiDS_W02; DiDS_W10;
05	Ma wiedzę na temat osobowościowych i noopsychoicznych predyspozycji do zachowania dobrego zdrowia	DiDS_W01;

06	Uwzględnia wpływ dojrzewania osobowości na zdrowie	DiDS_U07;
07	Uwzględnia wpływ kontekstu społecznego i przynależności do grup społecznych na zdrowie	DiDS_U05;
08	Uwzględnia wpływ religijności na zdrowie	DiDS_U07;
09	Potrafi stosować zasady profilaktyki i promocji zdrowia oraz pomocy osobom w sytuacji kryzysu	DiDS_U02; DiDS_U07;
10	Odznacza się kreatywnością w poszukiwaniu rozwiązań kryzysów w zakresie funkcjonowania psychospołecznego	DiDS_K04;
11	Wykazuje empatię w kontaktach interpersonalnych	DiDS_K02;

4. Treści programowe zapewniające uzyskanie efektów uczenia się (EU) z odniesieniem do odpowiednich efektów uczenia się (EU) dla zajęć/przedmiotu

Treści programowe dla zajęć/przedmiotu:	Symbol EU dla zajęć/przedmiotu
<b>wykład</b>	
Przedmiot i zadania psychologii zdrowia. Podstawowe pojęcia i koncepcje w psychologii zdrowia - od modelu biologicznego do biopsychospołecznego	01;
Salutogenetyczna orientacja w zdrowiu i chorobie	01;
Profilaktyka i promocja zdrowia	02; 03; 09;
Psychobiologiczne i noo-psychiczne uwarunkowania zdrowia i choroby	05; 08;
Radzenie sobie ze stresem jako czynnik kształtujący stan zdrowia	03; 05;
Rola i znaczenie wsparcia społecznego jako czynnika kształtującego stan zdrowia oraz wyznacznik jego utrzymania czy odzyskania	03; 07;
Behawioralne wyznaczniki zdrowia - styl życia i zachowania zdrowotne	03; 04; 08;
Dojrzewanie osobowości jako czynnik prozdrowotny (wybrane koncepcje dojrzałej osobowości)	02; 05; 06;
Kontekst społeczny a zdrowie psychiczne – podmiotowe i przedmiotowe aspekty przynależności do grup społecznych	03; 07;
Religijność i przynależność do grup religijnych a zdrowie psychiczne	03; 05; 07; 08;
Rodzaje kryzysów psychicznych i zasady postępowania w sytuacjach kryzysowych	02; 09; 10; 11;

5. Zalecana literatura:

Antonovsky A., Rozwikłanie tajemnicy zdrowia. Jak radzić sobie ze stresem zdrowia i nie zachorować, Warszawa 2005, Instytut Psychiatrii i Neurologii.

Heszen, I., Sęk, H., Psychologia zdrowia. Poznań 2008, Wydawnictwo Naukowe PWN.

Heszen I., Życińska J., Psychologia zdrowia w poszukiwaniu pozytywnych inspiracji, Warszawa 2008, Academica .

Jacyniak A., Płużek Z., Świat ludzkich kryzysów, Kraków 2006, Wydawnictwo WAM.

Płużek Z., Psychologia pastoralna, Kraków 2002, Wydawnictwo ITKM

Sęk H. (red.), Społeczna psychologia kliniczna, Warszawa 2014, Wydawnictwo Naukowe PWN

Sęk H. (red.), Psychologia kliniczna, Tom 1 i 2, Warszawa 2013, Wydawnictwo Naukowe PWN

Sęk H., Wprowadzenie do psychologii klinicznej, Warszawa 2001, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR.

### III. Informacje dodatkowe

1. Metody i formy prowadzenia zajęć umożliwiające osiągnięcie założonych EU (proszę wskazać z proponowanych metod właściwe dla opisywanych zajęć lub/i zaproponować inne)

Metody i formy prowadzenia zajęć	X
Wykład z prezentacją multimedialną wybranych zagadnień	X
Wykład konwersatoryjny	

Wykład problemowy	
Dyskusja	
Praca z tekstem	
Metoda analizy przypadków	
Uczenie problemowe (Problem-based learning)	
Gra dydaktyczna/symulacyjna	
Rozwiązywanie zadań (np.: obliczeniowych, artystycznych, praktycznych)	
Metoda ćwiczeniowa	
Metoda laboratoryjna	
Metoda badawcza (dociekania naukowego)	
Metoda warsztatowa	
Metoda projektu	
Pokaz i obserwacja	
Demonstracje dźwiękowe i/lub video	
Metody aktywizujące (np.: „burza mózgów”, technika analizy SWOT, technika drzewka decyzyjnego, metoda „kuli śniegowej”, konstruowanie „map myśli”)	
Praca w grupach	
Inne (jakie?) -	
...	

2. Sposoby oceniania stopnia osiągnięcia EU (proszę wskazać z proponowanych sposobów właściwe dla danego EU lub/i zaproponować inne)

Sposoby oceniania	Symbole EU dla zajęć/przedmiotu										
	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11
Egzamin pisemny											
Egzamin ustny											
Egzamin z „otwartą książką”											
Kolokwium pisemne	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Kolokwium ustne											
Test											
Projekt											
Esej											
Raport											
Prezentacja multimedialna											
Egzamin praktyczny (obserwacja wykonawstwa)											
Portfolio											
Inne (jakie?) -											
...											

3. Nakład pracy studenta i punkty ECTS

Forma aktywności		Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny zajęć (wg planu studiów) z nauczycielem		10
Praca własna studenta*	Przygotowanie do zajęć	
	Czytanie wskazanej literatury	10
	Przygotowanie pracy pisemnej, raportu, prezentacji, demonstracji, itp.	
	Przygotowanie projektu	

	Przygotowanie pracy semestralnej	
	Przygotowanie do egzaminu / zaliczenia	10
	Inne (jakie?) -	
SUMA GODZIN		30
LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA ZAJĘĆ/PRZEDMIOTU		1

\* proszę wskazać z proponowanych przykładów pracy własnej studenta właściwe dla opisywanych zajęć lub/i zaproponować inne

#### 4. Kryteria oceniania wg skali stosowanej w UAM:

bardzo dobry (bdb; 5,0):

dobry plus (+db; 4,5):

dobry (db; 4,0):

dostateczny plus (+dst; 3,5):

dostateczny (dst; 3,0):

niedostateczny (ndst; 2,0):

- 5,0 – znakomita wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne określone w efektach kształcenia tego modułu
- 4,5 – bardzo dobra wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne określone w efektach kształcenia tego modułu
- 4,0 – dobra wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne określone w efektach kształcenia tego modułu
- 3,5 – zadowalająca wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne, ale ze znacznymi niedociągnięciami określone w efektach kształcenia tego modułu
- 3,0 – zadowalająca wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne, ale z licznymi błędami określone w efektach kształcenia tego modułu
- 2,0 – niezadowalająca wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne określone w efektach kształcenia tego modułu