



## PSYCHOLOGIA ZDROWIA

Karta opisu przedmiotu

### Informacje podstawowe

Kierunek studiów	Położnictwo
Specjalność	-
Jednostka organizacyjna	Wydział Nauk o Zdrowiu
Poziom studiów	Studia drugiego stopnia (magisterskie)
Forma studiów	Studia stacjonarne
Profil studiów	Praktyczny
Cykl kształcenia	2024/2025
Kod przedmiotu	14-PO-D2.4-PZ
Język wykładowy	Polski
Obligatoryjność	Zajęcia obowiązkowe
Grupa zajęć, w ramach której osiąga się szczegółowe efekty uczenia się	A. Nauki społeczne i humanistyczne
Przedmiot kształtujący umiejętności praktyczne	Tak
Liczba punktów ECTS	3
Okres	semestr IV
Nauczyciel akademicki odpowiedzialny za przedmiot	mgr Anna Trela
Prowadzący przedmiot	prof. dr hab. Mieczysław Pokorski, mgr Anna Trela

### Bilans godzin i punktów

	Liczba godzin	Liczba ECTS
Łączny nakład pracy studenta	75	3
Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela	40	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta	35	

Forma		Liczba godzin* i forma zaliczenia			
		Semestr I	Semestr II	Semestr III	Semestr IV
Wykłady	Godziny				20
	Forma zaliczenia				E
Ćwiczenia audytoryjne	Godziny				20
	Forma zaliczenia				Z/O
Ćwiczenia w CSM	Godziny				20
	Forma zaliczenia				
Ćwiczenia kliniczne	Godziny				
	Forma zaliczenia				
Seminarium audytoryjne	Godziny				
	Forma zaliczenia				
Lektorat	Godziny				
	Forma zaliczenia				
Praca studenta	Godziny				35
	Forma zaliczenia				

## Opis przedmiotu / modułu

<b>Cele i założenia</b> przedmiotu/MODUŁU:	1. Dostarczenie studentom podstawowej i współczesnej wiedzy z zakresu psychologii zdrowia oraz wiedzy niezbędnej do podejmowania działań służących umacnianiu zdrowia i kształtowaniu motywacji do zmian zachowań zdrowotnych.  2. Wykształcenie umiejętności wykorzystywania zdobytej wiedzy do właściwego stosowania najważniejszych pojęć z obszaru psychologii zdrowia umiejętności identyfikowania związku między mechanizmami psychologicznymi a zdrowiem somatycznym.  3. Wykształcenie umiejętności pracy w zespole oraz wyszukiwania potrzebnych informacji , przetwarzania ich i wnioskowania , a także aktywnego uczestnictwa w dyskusji z adekwatnym argumentowaniem wyrażanych opinii i prezentowaniem ich na forum grupy.
<b>Wymagania wstępne do</b> przedmiotu/MODUŁU:	Wiedza podstawowa z zakresu psychologii, socjologii, opieki pielęgniarstwa nad pacjentem.
<b>Metody dydaktyczne</b>	wykład konwersatoryjny wykład multimedialny dyskusja praca w grupach pokaz metoda projektów
<b>Narzędzia dydaktyczne</b>	rzutnik multimedialny plansze dydaktyczne

## Modułowe efekty uczenia się

Kod modułowego efektu uczenia się	Treść modułowego efektu uczenia się	Metody weryfikacji efektu uczenia się
<b>WIEDZA</b>		
<b>W zakresie wiedzy absolwent zna i rozumie:</b>		
A.W1.	modele i podejścia stosowane w psychologii zdrowia;	realizacja zleconego zadania; pisemny test jednokrotnego wyboru i/lub odpowiedź ustna
A.W2.	znaczenie wsparcia społecznego i psychologicznego w zdrowiu i chorobie oraz sytuacjach szczególnych w położnictwie i ginekologii;	realizacja zleconego zadania; pisemny test jednokrotnego wyboru i/lub odpowiedź ustna
A.W3.	teorie stresu psychologicznego, zależności między stresem a stanem zdrowia i innych psychologicznych determinantów zdrowia;	realizacja zleconego zadania; pisemny test jednokrotnego wyboru i/lub odpowiedź ustna

A.W4.	podjęcie saluto-genetyczne podmiotowych uwarunkowań optymalnego stanu zdrowia i podjęcie patogenetyczne uwarunkowane chorobą;	realizacja zleconego zadania; pisemny test jednokrotnego wyboru i/lub odpowiedź ustna
A.W5.	procesy adaptacji człowieka do życia z przewlekłą chorobą i uwarunkowania tych procesów.	realizacja zleconego zadania; pisemny test jednokrotnego wyboru i/lub odpowiedź ustna

### UMIĘTNOŚCI

#### W zakresie umiejętności absolwent potrafi:

A.U1.	rozpoznawać zaburzenia w funkcjonowaniu społecznym człowieka oraz oceniać proces adaptacji człowieka w różnych kontekstach zdrowia i choroby;	obserwacja pracy studenta; realizacja zleconego zadania; zaliczenie umiejętności bieżących zdobywanych podczas realizacji ćwiczeń; odpowiedź ustna i/lub pisemna
A.U2.	wskazywać rolę wsparcia społecznego i psychologicznego w opiece nad człowiekiem zdrowym i chorym;	obserwacja pracy studenta; realizacja zleconego zadania; zaliczenie umiejętności bieżących zdobywanych podczas realizacji ćwiczeń; odpowiedź ustna i/lub pisemna
A.U3.	wskazywać metody radzenia sobie ze stresem;	obserwacja pracy studenta; realizacja zleconego zadania; zaliczenie umiejętności bieżących zdobywanych podczas realizacji ćwiczeń; odpowiedź ustna i/lub pisemna

### KOMPETENCJE SPOŁECZNE

#### W zakresie kompetencji społecznych absolwent jest gotów do:

A.K2.	formułowania opinii dotyczących różnych aspektów działalności zawodowej oraz zasięgania porad ekspertów w przypadku trudności z samodzielnym rozwiązaniem problemu;	obserwacja pracy studenta, odpowiedź ustna i/lub praca pisemna
A.K3.	okazywania dbałości o prestiż związany z wykonywaniem zawodu pożądej i solidarności zawodową;	obserwacja pracy studenta, odpowiedź ustna i/lub praca pisemna
A.K5.	ponoszenia odpowiedzialności za wykonywanie świadczeń zdrowotnych;	obserwacja pracy studenta, odpowiedź ustna i/lub praca pisemna
A.K7.	przestrzegania praw pacjenta;	obserwacja pracy studenta, odpowiedź ustna i/lub praca pisemna
A.K9.	systematycznego wzbogacania wiedzy zawodowej i kształtowania umiejętności, dążąc do profesjonalizmu.	obserwacja pracy studenta, odpowiedź ustna i/lub praca pisemna

### Treści merytoryczne przedmiotu

#### Wykład semestr IV

LP	Zakres tematyczny	Odniesienie zakresu tematycznego do konkretnego modułowego efektu uczenia się
1.	Wprowadzenie do psychologii zdrowia: historia rozwoju psychologii zdrowia, definicja psychologii zdrowia, zakres i zadania psychologii zdrowia. Model biomedyczny a model biopsychospołeczny, główne	A.W1. A.K5.  A.K9.

	podejścia do psychologii zdrowia.	
2.	Wsparcie społeczne – model efektu głównego a model buforowy, negatywne skutki wsparcia społecznego, związek między wsparciem społecznym a zdrowiem.	A.W2. A.W4. A.U1. A.K2. A.K3. A.K5. A.K7. A.K9.
3.	Model stresu – stresory, ocena poznawcza, zasoby odporności na stres, reakcja krótkotrwała, eustres, dystres i efekty neutralne	A.W3. – A.W5. A.U2. A.U3. A.K2. A.K9.
4.	Radzenie sobie w sytuacjach trudnych – komponenty poznawcze, radzenie sobie skoncentrowane na problemie i na emocjach, indywidualne style radzenia sobie.	A.W2. – A.W5. A.U1.-A.U3. A.K2. A.K9.
5.	Zmaganie się ze stresem – zmaganie się ze stresorami, modyfikowanie ocen poznawczych, rozwój zasobów odporności na stres, kontrolowanie reakcji stresowych, trening zmagania się ze stresem.	A.W2. – A.W5. A.U2. A.U3. A.K2. A.K3. A.K5. A.K7. A.K9.
6.	Orientacja salutogenetyczna w problematyce zdrowotnej. Model Antonovsky’ego.	A.W1. A.K9.
7.	Radzenie sobie z chorobą – stadia rozwoju choroby, analiza radzenia sobie z chorobą: dyspozycje a proces, psychologia objawów somatycznych, radzenie sobie z rolą chorego.	A.W1.- A.W5. A.U1. A.U2. A.U3. A.K2. A.K3. A.K5. A.K7. A.K9.
8.	Rola personelu medycznego – mechanizmy obronne stosowane przez pacjentów, informowanie pacjentów, stres przeżywany przez personel medyczny.	A.W2. – A.W5. A.U1. A.U2. A.U3. A.K2. A.K3. A.K5. A.K7. A.K9.

### Ćwiczenia audytoryjne semestr IV

LP	Zakres tematyczny	Odniesienie zakresu tematycznego do konkretnego modułowego efektu kształcenia
1.	Nadciśnienie pierwotne: podejście psychologiczne – nadciśnienie pierwotne, konsekwencje nadciśnienia, rola psychologii zdrowia w leczeniu nadciśnienia.	A.W2. – A.W5. A.U1. A.U2. A.K2. A.K3. A.K5. A.K7. A.K9.
2.	Choroba wieńcowa – podejście psychologiczne – rola psychologii w zapobieganiu chorobie wieńcowej, wzór zachowania A, choroba wieńcowa a stres.	A.W1. – A.W5. A.U1.-A.KU3. A.K2. A.K3. A.K5. A.K7. A.K9.
3.	Rak: choroba siejąca strach – biopsychospołeczne uwarunkowania raka, psychospołeczne skutki raka i jego leczenia, interwencje psychospołeczne u chorych na raka.	A.W1. - A.W5. A.U1. A.U2. A.U3. A.K2. A.K3. A.K5. A.K7. A.K9.
4.	Zespół nabytego upośledzenia odporności –psychospołeczne konsekwencje AIDS, psychospołeczna terapia chorych na AIDS, kontrowersje i sprzeczności.	A.W2. – A.W5. A.U1. A.U2. A.U3. A.K2. A.K3. A.K5. A.K7. A.K9.
5.	Psychologiczne podejścia do cukrzycy – czynniki psychospołeczne w cukrzycy, interwencje psychologiczne, stres a cukrzyca, rodziny psychosomatyczne.	A.W2. – A.W5. A.U1. A.U2. A.U3. A.K2. A.K3. A.K5. A.K7. A.K9.

## OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

Forma nakładu pracy studenta/Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	40
Konsultacje przedmiotowe	1
Kontakt z nauczycielem praktycznej nauki zawodu	-
Egzaminy i zaliczenia w sesji	1
<b>Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	20
Opracowanie wyników	-
Przygotowanie prezentacji/diskusji/procesu pielęgnowania	13
<b>Sumaryczna liczba godzin dla modułu</b>	<b>75</b>
<b>Sumaryczna liczba punktów ECTS dla modułu</b>	<b>3</b>

## Wykaz literatury

LITERATURA PODSTAWOWA
Andruszkiewicz A. Wybrane psychospołeczne aspekty funkcjonowania zawodowego pielęgniarzek a ich stan zdrowia. Wydawnictwo Naukowe UMK. Toruń 2019.
Heszen I., Sęk H. Psychologia zdrowia. Wydawnictwo Naukowe PWN. Warszawa 2019.
Scheridan Ch., Radmacher S. Psychologia zdrowia. Wyzwanie dla biomedycznego modelu zdrowia. Instytut Psychologii Zdrowia. Warszawa 1998.
Dolińska-Zygmunt G. red. Podstawy psychologii zdrowia. Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego. Wrocław 2001.
Bishop G. Psychologia zdrowia. Zintegrowany umysł i ciało. Wydawnictwo ASTRUM. Wrocław 2000.
Stawiarska P. Wypalenie zawodowe w perspektywie wyzwań współczesnego świata. Wydawnictwo Difin. Warszawa 2016.
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA
Mateusiak J., Górnik-Durose M. Psychologia zdrowia: konteksty i pogranicza. Wydawnictwo uniwersytetu Śląskiego. Katowice 2011.
Ogińska-Bulik N., Juczyński Z. Osobowość Stres a Zdrowie. Wydawnictwo Difin. Warszawa 2008.
Zdrowie, Stres, Choroba w wymiarze psychologicznym. Wrona-Polańska H. red. Wydawnictwo IMPULS. Kraków 2008.
Jakubowska-Winecka A., Włodarczyk D. red. Psychologia w praktyce medycznej. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa 2007.
Heszen I., Życińska J. red. Psychologia zdrowia – w poszukiwaniu pozytywnych inspiracji. Wydawnictwo SWPS ACADEMICA. Warszawa 2008.

## Kryteria oceny

<p><b>SPOSOBY OCENY:</b></p> <p><b>F - Formułująca</b></p> <p><b>P - Podsumowująca</b></p> <p><b>Pozytywne zaliczenie każdej z form zajęć modułu stanowi podstawę dopuszczenia do zaliczenia końcowego przedmiotu – przedmiot kończy się EGZAMINEM.</b></p>	
Wykład (WYK)	<p>Zasady obecności studenta na wykładach prowadzący podaje do wiadomości studentów na pierwszych zajęciach.</p> <p>F1 obecność na zajęciach zgodnie z harmonogramem</p> <p>F2 aktywny udział w zajęciach</p> <p>F3 realizacja zleconego zadania (praca pisemna i/lub odpowiedź ustna)</p> <p><b>P Ustalenie oceny z wykładu odbywa się na podstawie ocen częściowych otrzymanych przez studenta w czasie trwania zajęć i obecności na zajęciach</b></p>
Ćwiczenia audytoryjne (ĆW-A)	<p>F1 wymagana jest 100% frekwencja, w przypadku nieobecności studenta na zajęciach zobowiązany jest on do odrobienia zajęć;</p> <p>F2 aktywny udział w ćwiczeniach,</p> <p>F3 dyskusja w trakcie ćwiczeń, sprawdzająca przygotowanie do zajęć,</p> <p>F4 realizacja zleconego zadania (praca pisemna i/lub odpowiedź ustna)</p> <p><b>P Ustalenie oceny z ćwiczeń odbywa się na podstawie ocen częściowych otrzymanych przez studenta w czasie trwania zajęć i obecności na zajęciach.</b></p>
<b>EGZAMIN KOŃCOWY Z PRZEDMIOTU/MODUŁU</b>	<p>Warunki dopuszczenia do egzaminu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uzyskanie zaliczenia z wykładów,</li> <li>- uzyskanie zaliczenia z ćwiczeń,</li> </ul> <p><b>Forma egzaminu:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- odpowiedź ustna</li> </ul> <p>lub</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• egzamin pisemny, test jednokrotnego wyboru</li> </ul>

<b>KRYTERIA OCENY ODPOWIEDZI USTNEJ (F)</b>			<b>Skala ocen</b> odpowiedzi ustnej (F) w odniesieniu do ilości uzyskanych punktów	
Lp.	KRYTERIA	Liczba punktów		
			bardzo dobry	16
1.	Zasób wiadomości, zrozumienie tematu.	0-5	dobry plus	15
2.	Aktualność wiedzy.	0-5	Dobry	13-14
3.	Zastosowanie prawidłowej terminologii.	0-3	dostateczny plus	11-12
4.	Spójność konstrukcji wypowiedzi.	0-3	Dostateczny	9-10
<b>RAZEM:</b>		16 pkt	Niedostateczny	<8

<b>KRYTERIA OCENY PISEMNEJ PRACY (F)</b>			<b>Skala ocen</b> pisemnej pracy(F) w odniesieniu do ilości uzyskanych punktów	
Lp.	KRYTERIA	Liczba punktów		
			bardzo dobry	19-20
1.	Zgodność tematyki i treści, zrozumienie tematu.	0-5	dobry plus	17-18
2.	Aktualność wiedzy.	0-5	Dobry	15-16
3.	Zastosowanie prawidłowej terminologii.	0-3	dostateczny plus	13-14
4.	Spójność pracy.	0-3	Dostateczny	11-12
5.	Wybór właściwej literatury.	0-2	Niedostateczny	<10
6.	Estetyka pracy.	0-2		
<b>RAZEM:</b>		20 pkt		

<b>KRYTERIA OCENY TESTU JEDNOKROTNEGO WYBORU (P)</b>	
bardzo dobry (5,0) bdb	powyżej 91% poprawnych odpowiedzi,
dobry plus (4,5) db plus	81-90% poprawnych odpowiedzi,
Dobry (4,0) db	71-80% poprawnych odpowiedzi,
dostateczny plus (3,5) dst plus	66-70% poprawnych odpowiedzi,
Dostateczny (3,0) dst	60-65% poprawnych odpowiedzi,
Niedostateczny (2,0) ndst	Poniżej 60% poprawnych odpowiedzi,