

Karta opisu zajęć - Sylabus			
Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. ks. Bronisława Markiewicza w Jarosławiu			
I. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Nazwa zajęć: Psychologia zdrowia		Cykl kształcenia rozpoczynający się w roku akademickim: 2024/2025	
Nazwa kierunku studiów, poziom i profil kształcenia: Pielęgniarstwo, studia drugiego stopnia, profil praktyczny			
Język wykładowy: polski		Rodzaj zajęć: Nauki społeczne i humanistyczne	
Rok studiów: I		Semestr: II	
Liczba punktów ECTS przypisana zajęciom: 3		Koordynator zajęć Imię, nazwisko, tytuł/stopień naukowy, adres e-mail: Marta Kłak, dr marta.klak@pansjar.edu.pl	
Jednostka organizacyjna: Wydział Ochrony Zdrowia			
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ I LICZBA GODZIN			
Ogólna liczba godzin zajęć dydaktycznych na studiach stacjonarnych i niestacjonarnych z podziałem na formy:			
Studia stacjonarne		Studia niestacjonarne	
Wykład:	30	Wykład:	
Ćwiczenia:	15	Ćwiczenia:	
Laboratorium:		Laboratorium:	
Lektorat:		Lektorat:	
Projekt:		Projekt:	
Zajęcia praktyczne:		Zajęcia praktyczne:	
Seminarium:		Seminarium:	
Zajęcia terenowe:		Zajęcia terenowe:	
Praktyki zawodowe:		Praktyki zawodowe:	
Inna forma (jaka):		Inna forma (jaka):	
RAZEM:	45	RAZEM:	
II. INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE			
Wymagania wstępne i dodatkowe: wymagania formalne: Psychologia wymagania wstępne: Podstawowe wiadomości z psychologii ogólnej i kontaktów interpersonalnych.			
Cel (cele) kształcenia dla zajęć: Wyposażenie studenta w wiedzę z zakresu podejść stosowanych w psychologii zdrowia. Nabycie i wykształcenie umiejętności posługiwania się prawidłową terminologią. Wyposażenie studenta w wiedzę dotyczącą procesów psychicznych i ich znaczenia w zdrowiu człowieka. Zrozumienie znaczenia procesów komunikacji interpersonalnej w pracy z pacjentem.			
EFEKTY UCZENIA SIĘ OKREŚLONE DLA ZAJĘĆ I ICH ODNIESIENIE DO EFEKTÓW UCZENIA SIĘ OKREŚLONYCH DLA KIERUNKU STUDIÓW			
Efekty uczenia się określone dla zajęć w kategorii wiedza, umiejętności oraz kompetencje społeczne oraz metody weryfikacji efektów uczenia się			
UWAGA:			

Dzielimy efekty uczenia się określone dla zajęć na kategorie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych. Określone dla zajęć efekty uczenia się nie muszą obejmować wszystkich trzech kategorii i zależą one od formy zajęć.				
Symbol efektów uczenia się określonego dla zajęć*	Treść efektu uczenia się. Po zakończeniu zajęć i potwierdzeniu osiągnięcia efektów uczenia się, student w kategorii:			Odniesienie do efektów uczenia się określonych dla kierunku studiów (symbol efektów uczenia się)
Wiedzy - zna i rozumie				
A.W1	modele i podejścia stosowane w psychologii zdrowia			K_W01
A.W2	znaczenie wsparcia społecznego i psychologicznego w zdrowiu i chorobie			K_W01
A.W3	teorie stresu psychologicznego, zależności między stresem a stanem zdrowia oraz inne psychologiczne determinanty zdrowia			K_W01, K_W05
A.W4	podejście salutogenetyczne podmiotowych uwarunkowań optymalnego stanu zdrowia i podejście patogenetyczne uwarunkowane chorobą			K_W05
A.W5	procesy adaptacji człowieka do życia z przewlekłą chorobą i uwarunkowania tych procesów			K_W05
Umiejętności – potrafi				
A.U1	wskazywać rolę wsparcia społecznego i psychologicznego w opiece nad osobą zdrową i chorą			K_U01, K_U02
A.U2	wskazywać metody radzenia sobie ze stresem			K_U02
Kompetencji społecznych - jest gotów do				
K.K02	formułowania opinii dotyczących różnych aspektów działalności zawodowej i zasięgania porad ekspertów w przypadku trudności z samodzielnym rozwiązaniem problemu			K_K02
UWAGA! Zaleca się, aby w zależności od liczby godzin zajęć, liczba efektów uczenia się zawierała się w przedziale: 3-7, ale są to wartości umowne.				
TREŚCI PROGRAMOWE I ICH ODNIESIENIE DO FORM ZAJĘĆ I METOD OCENIANIA				
Treści programowe (uszczegółowione, zaprezentowane z podziałem na poszczególne formy zajęć, tj. wykład, ćwiczenia, laboratoria, projekty, seminaria i inne):				
Symbol treści programowych	Opis treści programowych	Forma zajęć	Metody dydaktyczne prowadzenia zajęć umożliwiające osiągnięcie założonych efektów uczenia się *	Metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się przypisanych do zajęć #
wykład				
TP-01	Historia rozwoju psychologii zdrowia. Główne zadania psychologii zdrowia.	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-02	Koncepcje i pojęcie zdrowia w psychologii i naukach pokrewnych.	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę

				Test jednokrotnego wyboru.
TP-03	Podstawowe pojęcia i koncepcje w psychologii zdrowia - od modelu biologicznego do bio-psychośpolecznego.	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-04	Psychologiczne aspekty wybranych chorób somatycznych, zaburzenia psychosomatyczne.	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-05	Stres i relacje społeczne jako czynniki warunkujące zdrowie jednostki	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-06	Psychologiczne aspekty kontaktu pacjent – personel medyczny.	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-07	Choroba, jako sytuacja trudna. Psychologiczne mechanizmy chorób i dysfunkcji somatycznych.	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-08	Psychologiczne następstwa choroby. Psychologiczne aspekty postrzegania i przeżywania choroby – adaptacja do choroby	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-09	Interwencje psychologiczne i rodzaje pomocy w psychologii zdrowia.	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-10	Radzenie sobie ze stresem jako czynnik kształtujący stan zdrowia.	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-11	Interwencje psychologiczne i rodzaje pomocy w psychologii zdrowia.	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-12	Znaczenie terapii poznawczo - behawioralnej oraz specyfika Terapii C. Simontona.	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-13	Psychologiczne aspekty opieki zdrowotnej. Kontakty człowieka zdrowego z systemem opieki zdrowotnej. Pacjent w szpitalu.	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
TP-14	Rola i znaczenie wsparcia społecznego jako czynnika	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę

	kształtującego stan zdrowia oraz wyznacznik jego utrzymania czy odzyskania			Test jednokrotnego wyboru.
TP-15	Przeciwdziałanie stereotypizacji i stygmatyzacji, profilaktyka agresji i przemocy wobec osób chorych i niepełnosprawnych	wykład	wykład podający	Zaliczenie na ocenę Test jednokrotnego wyboru.
ćwiczenia				
TP-16	Behawioralne uwarunkowania zdrowia i choroby - zadania rozwiązywane w grupach, studium przypadku	ćwiczenia	praca z podręcznikiem; pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	Prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia.
TP-17	Zasoby osobiste i społeczne sprzyjające zachowaniu zdrowia. Omówienie wybranych zasobów, praca w grupach.	ćwiczenia	praca z podręcznikiem; pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	Prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia.
TP-18	Modele wyjaśniające inicjację i zmianę zachowań – studium przypadku	ćwiczenia	praca z podręcznikiem; pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	Prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia.
TP-19	Strategie i style radzenia sobie ze stresem-ćwiczenia w grupach, studium przypadku.	ćwiczenia	praca z podręcznikiem; pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	Prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia.
TP-20	Zastosowanie narzędzi do pomiaru psychologicznych aspektów zdrowia i choroby.	ćwiczenia	praca z podręcznikiem; pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	Prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia.
TP-21	Psychologiczne programy stosowane w profilaktyce i leczeniu pacjentów omówienie przykładowych programów, praca w grupach.	ćwiczenia	praca z podręcznikiem; pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	Prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia.
TP-22	Specyfika pracy z różnymi grupami pacjentów.	ćwiczenia	praca z podręcznikiem;	Prezentacja multimedialna z

	Prezentowanie charakterystyki wybranych grup pacjentów – zadania rozwiązywane w grupach, studium przypadku.		pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	zakresu psychologii zdrowia.
TP-23	Komunikacja z pacjentem. Błędy jatrogenne - studium przypadku	ćwiczenia	praca z podręcznikiem; pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	Prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia.
TP-24	Religijność i przynależność do grup religijnych a zdrowie psychiczne - ćwiczenia w grupach, studium przypadku.	ćwiczenia	praca z podręcznikiem; pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	Prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia.
TP-25	Zachowania zdrowotne jako determinanty zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego - ćwiczenia w grupach, studium przypadku.	ćwiczenia	praca z podręcznikiem; pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	Prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia.
TP-26	Profilaktyka i promocja zdrowia. Behawioralne wyznaczniki zdrowia - styl życia i zachowania zdrowotne - ćwiczenia w grupach, studium przypadku.	ćwiczenia	praca z podręcznikiem; pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	Prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia.
TP-27	Przeciwdziałanie stereotypizacji i stygmatyzacji, profilaktyka agresji i przemocy wobec osób chorych i niepełnosprawnych - ćwiczenia w grupach, studium przypadku.	ćwiczenia	praca z podręcznikiem; pokaz multimedialny; dyskusja; studiowanie literatury przedmiotu	Prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia.

Metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się określonych dla zajęć, powinny być zróżnicowane w zależności od kategorii, tj. inne dla kategorii wiedza i inne dla kategorii umiejętności i kompetencje społeczne.

Dla wykładu:

* np. wykład podający, wykład problemowy, ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy

np. egzamin ustny, test, prezentacja, projekt

Zaleca się podanie przykładowych zadań (pytań) służących weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się określonych dla zajęć.

ZALECANA LITERATURA (w tym pozycje w języku obcym)

Literatura podstawowa (powinna być dostępna dla studenta w uczelnianej bibliotece):

1. Heszen I., Sęk, H; Psychologia zdrowia. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2020.

2. Pilecka; Psychologia zdrowia dzieci i młodzieży: perspektywa kliniczna. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2011.

Literatura uzupełniająca:

1. Strelau J. (red.); Psychologia: podręcznik akademicki. Tom 3. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2007.
2. Zimbardo, P.G; Psychologia i życie. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2021.

III. INFORMACJE DODATKOWE

BILANS PUNKTÓW ECTS

OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA (godziny)

Forma aktywności	Liczba godzin *
Godziny zajęć (według harmonogramu) z nauczycielem akademickim lub inną osobą prowadzącą zajęcia	45
Praca własna studenta	30
SUMA GODZIN:	75

OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA (punkty ECTS)

		Liczba punktów ECTS	
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS PRZYPISANYCH DO ZAJĘĆ	Praca studenta wymagająca bezpośredniego kontaktu z nauczycielem akademickim lub inną osobą prowadzącą zajęcia	Ogółem: 3	1,8
	Praca własna studenta		1,2

* godziny lekcyjne, czyli 1 godz. oznacza 45 min;

OPIS PRACY WŁASNEJ STUDENTA:

Praca własna studenta musi być precyzyjnie opisana, uwzględniając charakter praktyczny zajęć. Należy podać symbol efektu uczenia się, którego praca własna dotyczy oraz metody weryfikacji efektów uczenia się stosowane w ramach pracy własnej.

Przykładowe formy aktywności: (1) przygotowanie do zajęć, (2) opracowanie wyników, (3) czytanie wskazanej literatury, (4) napisanie raportu z zajęć, (5) przygotowanie do egzaminu, (6) opracowanie projektu.

Forma zajęć	Forma aktywności studenta w ramach pracy własnej	Liczba godzin	Symbol efektu uczenia się, którego praca własna dotyczy	Metody weryfikacji efektów uczenia się stosowane w ramach pracy własnej
Wykład	- przygotowanie do zaliczenia z oceną	15	A.W1, A.W2, A.W3, A.W4, A.W5	zaliczenie na ocenę – test jednokrotnego wyboru
Ćwiczenia	- przygotowanie prezentacji multimedialnej z zakresu psychologii zdrowia	15	A.U1, A.U2	prezentacja multimedialna z zakresu psychologii zdrowia

KRYTERIA OCENIANIA

Ocena kształtująca:

Forma i warunki zaliczenia ćwiczeń:

1. Zaliczenie na ocenę pozytywną, co najmniej dostateczną każdej umiejętności przypisanej do zajęć w ćwiczeniach

Zaliczenie na ocenę pozytywną, co najmniej dostatecznej każdej kompetencji społecznej.

Ocena podsumowująca:

1. Uzyskanie z zaliczenia pisemnego oceny pozytywnej, co najmniej dostatecznej.
2. Zaliczenie z oceną w semestrze II w sesji letniej - test jednokrotnego wyboru składający się z 20 pytań obejmujący treści programowe. Czas rozwiązywania testu 20 minut.

Kryteria oceny testu:

Max. 20 pkt.

Bardzo dobry (5,0) – 20-18,5 pkt.
Dobry plus (4,5) – 18-16,5 pkt.
Dobry (4,0) – 16-14,5 pkt.
Dostateczny plus (3,5) – 14-12,5 pkt.
Dostateczny (3,0) – 12-10 pkt.
Niedostateczny (2,0) poniżej 10 pkt.

Forma i warunki zaliczenia ćwiczeń:

- 1) Średnia z ocen każdej umiejętności przypisanej do zajęć co najmniej na ocenę dostateczną.
- 2) Uzyskanie zaliczenia wszystkich umiejętności zawartych w dzienniku zajęć na co najmniej ocenę dostateczną.
- 3) Zaliczenie przygotowanej i przedstawionej prezentacji multimedialnej z zakresu psychologii zdrowia.

Kryteria oceny prezentacji multimedialnej:

Max.14 pkt.

1. Zgodność treści z tematem (0-2 pkt.)
2. Poprawność merytoryczna proponowanych rozwiązań (0-2 pkt.)
3. Przejrzystość prezentacji (0-2 pkt.)
4. Ujęcie problemu z aktualną wiedzą (0-2 pkt.)
5. Uporządkowany i logiczny układ prezentacji (0-2 pkt.)
6. Przestrzeganie czasu prezentacji (0-2 pkt.)
7. Sposób prezentowania (0-2 pkt.)

Bardzo dobry (5,0) – 14-13 pkt.
Dobry plus (4,5) – 12-11 pkt.
Dobry (4,0) – 10-9 pkt.
Dostateczny plus (3,5) – 9-8 pkt.
Dostateczny (3,0) – 7 pkt.
Niedostateczny (2,0) poniżej 7 pkt.

**INFORMACJA O PRZEWIDYWANEJ MOŻLIWOŚCI WYKORZYSTANIA KSZTAŁCENIA NA
ODLEGŁOŚĆ**