

Karta opisu zajęć - Sylabus			
Państwowa Wyższa Szkoła Techniczno-Ekonomiczna 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: Psychologia, jednolite studia magisterskie o profilu praktycznym			
Język wykładowy: polski	Rodzaj zajęć: zajęcia specjalnościowe		
Rok studiów: II	Semestr: IV		
Liczba punktów ECTS przypisana zajęciom: 4	Koordynator zajęć Imię, nazwisko, tytuł/stopień naukowy, adres e-mail:		
Jednostka organizacyjna: Wydział Humanistyczny			
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: Podstawowa wiedza z zakresu psychologii ogólnej.			
Cel (cele) kształcenia dla zajęć: Zajęcia umożliwiają studentom zapoznanie się z aktualnymi nurtami psychologii zdrowia i przygotowują do pracy w zakresie promocji zdrowia.			
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 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				
W01	Ma uporządkowana wiedzę na temat psychologii zdrowia, jej genezy, zakresu i działów. Rozumie jakie miejsce zajmuje psychologia zdrowia wśród nauk o zdrowiu i w psychologii.	K_W16		
W02	Zna podstawowe pojęcia psychologii zdrowia (zdrowie, jakość życia) oraz modele i podejścia stosowane w psychologii zdrowia. Zna założenia paradygmatu salutogenetycznego oraz koncepcji resilience.	K_W16		
W03	Rozumie psychologiczne następstwa choroby, psychologiczne aspekty opieki zdrowotnej i rolę psychologii zdrowia w wybranych dziedzinach medycyny.	K_W16		
W04	Rozumie rolę stresu jako predyktora zdrowia oraz innych psychologicznych determinantów zdrowia fizycznego (psychosomatyka).	K_W16		
W05	Zna zasady promocji zdrowia i zdrowego trybu życia w aspekcie psychologicznym.	K_W16		
Umiejętności - potrafi				
U01	Znaleźć i ocenić informacje do wykorzystania w planowaniu działań na rzecz poprawy jakości życia związanej ze zdrowiem	K_U11		
U02	Zastosować wiedzę z psychologii zdrowia i na temat uwarunkowań jakości życia związanej ze zdrowiem do planowania programu poprawy jakości życia osób z chorobami przewlekłymi	K_U11		
U03	Potrafi zaprojektować schemat oddziaływań profilaktycznych w obszarze psychologii zdrowia	K_U11		
Kompetencji społecznych - jest gotów do				
K01	Odznacza się dojrzałością i zaangażowaniem w projektowaniu, planowaniu i realizowaniu działań w zakresie promocji zdrowia.	K_K03		
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	Zagadnienia i obszar zainteresowań psychologii zdrowia; relacja psychologii zdrowia do innych dziedzin nauki.		wykład problemowy, pogadanka	egzamin pisemny

TP-02	Podstawowe terminy, koncepcje i zagadnienia związane ze zdrowiem i chorobą.		wykład problemowy, pogadanka	egzamin pisemny
TP-03	Modele wyjaśniające zachowania zdrowotne oraz ich zmianę.		wykład problemowy, pogadanka	egzamin pisemny
TP-04	Psychologiczne mechanizmy zdrowia i choroby; psychologiczne następstwa choroby.		wykład problemowy, pogadanka	egzamin pisemny
TP-05	Modele i podejścia stosowane w psychologii zdrowia. Model biomedyczny. Model holistyczno-funkcjonalny.		wykład problemowy, pogadanka	egzamin pisemny
TP-06	Paradygmat patogenetyczny a salutogenetyczny. Podstawowe założenia paradygmatu salutogenetycznego; znaczenie uogólnionych zasobów odpornościowych, stresorów, poczucia koherencji. Resilience.		wykład problemowy, pogadanka	egzamin pisemny
TP-07	Behawioralne i poznawcze uwarunkowania zdrowia i choroby. Kształtowanie się zachowań zdrowotnych – modele i teorie.		wykład problemowy, pogadanka	egzamin pisemny
		ćwiczenia		
TP-08	Psychologia zdrowia jako dziedzina stosowana.		Ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, analiza tekstów z dyskusją, praca w grupach, analiza przypadków. Przygotowanie samodzielnej prezentacji.	prezentacja projektu, dyskusja
TP-09	Promocja zdrowia, edukacja zdrowotna.		Ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, analiza tekstów z dyskusją, praca w grupach, analiza przypadków. Przygotowanie samodzielnej prezentacji.	prezentacja projektu, dyskusja
TP-10	Psychologia zdrowia jako obszar badań naukowych, metodologia i problemy etyczne.		Ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, analiza tekstów z dyskusją, praca w grupach, analiza przypadków. Przygotowanie samodzielnej prezentacji.	prezentacja projektu, dyskusja

TP-11	Psychosomatyka. Psychologiczne następstwa choroby, zachowanie wobec własnej choroby.		Ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, analiza tekstów z dyskusją, praca w grupach, analiza przypadków. Przygotowanie samodzielnej prezentacji.	prezentacja projektu, dyskusja
TP-12	Psychologiczne aspekty opieki zdrowotnej, relacje lekarz-pacjent, psychologiczna diagnoza.		Ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, analiza tekstów z dyskusją, praca w grupach, analiza przypadków. Przygotowanie samodzielnej prezentacji.	prezentacja projektu, dyskusja
TP-13	Psychologia zdrowia w wybranych dziedzinach medycyny.		Ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, analiza tekstów z dyskusją, praca w grupach, analiza przypadków. Przygotowanie samodzielnej prezentacji.	prezentacja projektu, dyskusja
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. Bishop G. D. (2000). Psychologia zdrowia. Wrocław: Wyd. ASTRUM. 2. Heszen-Niejodek I., Sęk H. (red.) (1997). Psychologia zdrowia. Warszawa: PWN. 3. Heszen I., Sęk H. (2007). Psychologia zdrowia. Warszawa: PWN. 4. Popielski, K. (1994). Noetyczny wymiar osobowości. Lublin: RW KUL. (I wydanie 1993). 5. Sheridan C.L., Radmacher S.A. (1998). Psychologia zdrowia. Wyzwanie dla biomedycznego modelu zdrowia. Warszawa: Wyd. Instytutu Psychologii Zdrowia.				
Literatura uzupełniająca: 1. Dolińska-Zygmunt G. (red.) (2001). Podstawy psychologii zdrowia. Wrocław: Wyd. UW. 2. Popielski, K. (1999). Noopsychosomatyka: propozycja nowego podejścia diagnostyczno-terapeutycznego. Przegląd psychologiczny, T. 42, 4, (s. 15-41). 3. Popielski, K. (2008). Psychologia egzystencji: wartości w życiu. Wydawnictwo KUL.				
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		55	
SUMA GODZIN:		100	
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: 4	1,8
	Praca własna studenta		2,2
* 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, opracowanie projektu.			
W01, W02, W03, W04, W05 - czytanie wskazanej literatury, przygotowanie do egzaminu, przygotowanie do prezentacji projektu – metoda weryfikacji – egzamin pisemny, prezentacja projektu; U01, U02, U03 - czytanie wskazanej literatury, przygotowanie do prezentacji projektu - metoda weryfikacji – prezentacja projektu; K01 – praca indywidualna i zespołowa – udział w dyskusji.			
KRYTERIA OCENIANIA			
Ocena kształtująca:			
a) w zakresie wykładów:			
- na podstawie odpowiedzi na pytania dotyczące materiału omówionego na poprzednich wykładach;			
b) w zakresie ćwiczeń:			
- na podstawie oceny bieżącego postępu realizacji zadań.			
1. Określanie i wyjaśnianie studentom celów uczenia się i kryteriów osiągnięcia celów (określenie i wyjaśnienie studentom oczekiwań: nauczyciel wyjaśnia studentom, co będzie podlegało ocenie i tego od nich wymaga).			
2. Organizowanie dyskusji, zadawanie pytań i zadań, uzyskując informację na temat procesu uczenia się studentów.			
3. Udzielanie studentom informacji zwrotnej, która umożliwi im widoczny postęp w nauce i będzie zawierała odpowiedź na pytania: Co student zrobił dobrze? Co i jak student ma poprawić? Jak student ma się dalej uczyć, aby się rozwijać i robić postępy?			
4. Umożliwianie studentom wzajemnego korzystania ze swojej wiedzy i umiejętności (poprzez pracę w grupach i parach, wzajemne nauczanie, ocenę koleżeńską).			
5. Wspomaganie studentów, by stali się autorami procesu swojego uczenia się (rozwijanie u studentów wiary w swoje możliwości, motywacji do nauki i zaangażowania, odpowiedzialności za swój proces uczenia się).			
Ocena podsumowująca:			
Wykład: ocena wiedzy wykazanej na egzaminie pisemnym o charakterze problemowym.			
Liczba punktów wymagana do zaliczenia (51% maksymalnej liczby punktów możliwych do uzyskania).			
Punktacja/oceny:			
91%-100% - bdb.			
81%-90% - db. plus			
71%-80% - db.			
61%-70% - dst. plus			
51%-60% - dst.			
50% – ndst.			
Ćwiczenia:			
Na ocenę podsumowującą składają się oceny cząstkowe zdobyte w trakcie ćwiczeń: ocena przygotowanej przez studenta prezentacji, ocena efektów indywidualnej i zespołowej pracy studenta oraz stopnia przyswojenia wiedzy i opanowania umiejętności praktycznych zakładanych w przedmiotowych efektach uczenia się.			

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

Przewiduje się wykorzystanie platformy MS Teams