

**Kod przedmiotu**

**Kierunek**

Muzykoterapia

**Specjalność**

-

**Typ przedmiotu**

Fakultet psychologiczny

**Wymagania wstępne**

Znajomość wiedzy z zakresu psychologii ogólnej i rozwojowej.

**Wymagania końcowe**

Posiadanie wiadomości z zakresu podstaw psychologii zdrowia, studium przypadku - analiza wpływu przewlekłej choroby na funkcjonowanie psychospołeczne.

**Cele kształcenia**

- Poszerzenie wiedzy na temat psychospołecznych uwarunkowań choroby i zdrowia,
- przedstawienie modeli radzenia sobie z chorobą,
- zapoznanie z wiedzą na temat zachowań ryzykownych oraz z problematyką uzależnień,
- kształtowanie umiejętności rozpoznawania zasobów osobistych istotnych w procesie zdrowienia.

**Treści programowe nauczania**

- Wprowadzenie do problematyki zajęć: podstawowe zagadnienia psychologii zdrowia, definiowanie zdrowia i terminów pokrewnych.
- Socjokulturowe aspekty zdrowia i choroby; prezentacja narzędzi stosowanych w psychologii zdrowia; styl życia a zdrowie człowieka, zachowania pro- i anty zdrowotne i ich uwarunkowania, model salutogeny i patogeny.
- Odżywianie i zaburzenia odżywiania.
- Zachowania ryzykowne, uzależnienie i nadużywanie alkoholu i internetu: sygnały ostrzegawcze, fazy rozwoju uzależnień i leczenie. Prezentacja programów profilaktycznych, tradycyjne vs współczesne podejście do profilaktyki
- Psychosomatyczne aspekty chorób somatycznych.
- Adaptacja do choroby oraz strategie radzenia sobie z chorobą.
- Zasoby osobiste i właściwości osobowości ważne dla zdrowia (m.in. poczucie własnej wartości, poczucie własnej skuteczności, poczucie koherencji, umiejscowienie kontroli zdrowia, ekspresja emocji, duchowość), wzrost potraumatyczny.

**Efekty kształcenia (uczenia się) po ukończeniu przedmiotu**

**- w zakresie wiedzy**

- Zna oraz rozumie model salutogeny oraz patogeny w badaniach nad zdrowiem (K1\_W18).
- Posiada wiedzę na temat psychospołecznych aspektów chorób somatycznych (K1\_W19).

**- w zakresie umiejętności**

- Opanował umiejętności korzystania z psychologicznej wiedzy naukowej (K1\_U18).
- Umie rozpoznać czynniki pomyślne i czynniki pomyślne i czynniki ryzyka, np. w przebiegu choroby przewlekłej, zakłócające proces rozwoju człowieka (K1\_U19).

**- w zakresie kompetencji społecznych**

- Posiada umiejętności skutecznego komunikowania się z pacjentem i personelem medycznym (K1\_K07).

**Metody nauczania**

- Wykład
- Dyskusja
- Aktywne formy pracy z grupą:
  - burza mózgów
  - praca w małych grupach
  - studia przypadków
  - odgrywanie ról.

**Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów uczenia się**

| ROK                      | I   |   | II  |    | III |   |
|--------------------------|---|---|-----|----|-----|---|
| SEMESTR                  | 1   | 2 | 3   | 4  | 5   | 6 |
| Punkty ECTS              |   |   | 2   | 2  |     |   |
| Ilość godzin w semestrze |   |   | 15  | 15 |     |   |
| Rodzaj zaliczenia        |   |   | zal | zs |     |   |
| LEGENDA                  | zal – zaliczony; zs – zaliczenie ze stopniem; egz – egzamin; ed – egzamin dyplomowy |   |     |    |     |   |

**Kryteria oceny**

- Kolokwium sprawdzające: podstawową znajomość modelu salutogenego oraz patogenego, wiedzę na temat psychospołecznych aspektów chorób somatycznych.
- Praca zaliczeniowa – studium przypadku – analiza wpływu przewlekłej choroby na funkcjonowanie psychospołeczne: wskaźniki wzrostu potraumatycznego.
- Aktywny udział na zajęciach – udział w ćwiczeniach symulacyjnych.

**Literatura (piśmiennictwo)**

- Bishop G. (2000) *Psychologia zdrowia*. Wrocław: Wyd. Astrum Wrocław: Wyd. Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Friedman H.S. (2003). *Uzdrowiająca osobowość*. Gdańsk: GWP.
- Heszen-Niejodek I., Sęk H. (2007). *Psychologia zdrowia*, Warszawa: PWN.
- Pennebaker J.W. (2001). *Otwórz się. Uzdrowiająca siła wyrażania emocji*. Poznań: Media Rodzina
- Seligman M. (1996). *Optymizmu można się nauczyć*. Poznań: Media Rodzina.
- Sheridan C.L., Radmacher S.A. (1998). *Psychologia zdrowia. Wyzwanie dla biomedycznego modelu zdrowia*. Warszawa: Wyd. IPZ PTP.

**Język wykładowy**  
Polski

**Imię i nazwisko wykładowcy**  
dr Ewa Marat