

KARTA PRZEDMIOTU

Załącznik Nr 1 do Zarządzenia nr 3/07/2020
z dnia 13 lipca 2020 r w sprawie wzoru karty
przedmiotu w Wyższej Szkole Menedżerskiej
w Warszawie

I. OGÓLNE INFORMACJE PODSTAWOWE O PRZEDMIOCIE (MODULE)										
Psychologia zdrowia										
Nazwa jednostki organizacyjnej prowadzącej kierunek:				Instytut Pedagogiki i Psychologii						
Nazwa kierunku studiów, poziom kształcenia:				Psychologia, jednolite studia magisterskie						
Profil kształcenia:				Praktyczny						
Nazwa specjalności:				-----						
Rodzaj modułu uczenia się:				Kierunkowy						
Rok / Semestr:				Rok 2/semestr 4						
Osoba koordynująca przedmiot:										
Wymagania wstępne (wynikające z następstwa przedmiotów):				Brak, zgodnie z programem						
II. FORMY ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH ORAZ WYMIAR GODZIN										
	Wykład	Ćwiczenia	Konwersatorium	Laboratorium	Warsztaty	Projekt	Seminarium	Konsultacje	Egzamin/ zaliczenie	Suma godzin
Studia stacjonarne		20							Z	20
Studia niestacjonarne		12							Z	12
III. METODY REALIZACJI ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH										
Formy zajęć			Metody dydaktyczne							
Wykład										
Ćwiczenia			Praca indywidualna i w zespołach, dyskusja, burza mózgów, case study,							
IV. PRZEDMIOTOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW UCZENIA SIĘ DLA KIERUNKU I OBSZARÓW										
Lp.	Opis przedmiotowych efektów uczenia się								Odniesienie do efektu kierunkowego	
Wiedza:										
1.	Student zna kluczowe teorie oraz terminologię z zakresu psychologii zdrowia i jej zastosowania w pracy zawodowej psychologa.								K_W02	
Umiejętności:										
2.	Student potrafi wyjaśniać zachowania człowieka z zastosowaniem koncepcji, teorii i pojęć z zakresu psychologii zdrowia i umieścić te wiedze w kontekście praktycznym.								K_U09	
3.	Student potrafi – z wykorzystaniem wiedzy przedmiotowej - wyjaśniać złożone zjawiska i procesy dotyczące jednostek i grup w zakresie funkcjonowania w obszarze zdrowia								K_U10	
4.	Student potrafi stworzyć podstawowe interwencje psychologiczne w oparciu o wiedzę z zakresu psychologii zdrowia w odniesieniu do grup i jednostek.								K_U12	
Kompetencje społeczne:										
5	Student podejmując praktykę psychologiczną związana z psychologią zdrowia zachowuje się profesjonalnie, klientów traktuje z szacunkiem i troską o etyczne aspekty swojej pracy								K_K01	

KARTA PRZEDMIOTU

Załącznik Nr 1 do Zarządzenia nr 3/07/2020
z dnia 13 lipca 2020 r w sprawie wzoru karty
przedmiotu w Wyższej Szkole Menedżerskiej
w Warszawie

6	Student podejmując dyskusję posługuje się argumentami merytorycznymi, z szacunkiem odnosząc się do interlokutorów	K_K06		
7	Student ma świadomość różnorodności i złożoności czynników determinujących ludzkie zachowanie w zakresie dbałości i troski o własne zdrowia	K_K11		
V. TREŚCI PROGRAMOWE (UCZENIA SIĘ)				
Lp.	Wykład:	Odniesienie do przedmiotowych efektów uczenia się		
Lp.	Ćwiczenia/warsztaty:	Odniesienie do przedmiotowych efektów uczenia się		
1. 2. 3. 4.	1. Psychologia zdrowia – wprowadzenie do problematyki. Zastosowania praktyczne. Psychologia a zdrowie. 2. Problematyka postaw psychologicznych w zakresie zdrowia. Teoretyczne i praktyczne podstawy kształtowania postaw prozdrowotnych i prospoportowych. Anatomia perswazji a techniki wywierania wpływu na ludzi. 3. Aspekty kognitywne, kulturowe, behawioralne, emocjonalne i motywacyjne a kształtowania postaw prozdrowotnych. Psychoprofilaktyka zdrowia 4. Wybrane metody i narzędzia praktyczne w obrębie psychologii zdrowia.	1, 5, 7 1, 2, 3, 6, 7 1, 2, 3, 6, 7 1, 2, 3, 4, 5, 6		
VI. METODY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ				
Efekty uczenia się	Metoda weryfikacji	Forma zajęć, w ramach której weryfikowany jest EUS(Efekt uczenia się)		
Wiedza:				
K_W02	napisany program psychoprofilaktyczny, wypowiedź ustna.	ćwiczenia		
Umiejętności:				
K_U09 K_U10 K_U12	napisany program psychoprofilaktyczny, analiza case studdy.	ćwiczenia		
Kompetencje społeczne:				
K_K01 K_K06 K_K11	napisany i przedstawiony publicznie program psychoprofilaktyczny	ćwiczenia		
VII. KRYTERIA OCENY OSIĄGNIĘTYCH EFEKTÓW UCZENIA SIĘ				
Efekty uczenia się	Ocena niedostateczna Student nie zna i nie rozumie/nie potrafi/nie jest gotów:	Zakres ocen 3,0-3,5 Student zna i rozumie /potrafi/jest gotów:	Zakres ocen 4,0-4,5 Student zna i rozumie /potrafi/jest gotów:	Ocena bardzo dobra Student zna i rozumie /potrafi/jest gotów:
	Student uzyskuje poniżej 50% max. liczby punktów dla danego efektu Student charakteryzuje się znajomością koncepcji,	Student uzyskuje od 50 do 59% max. liczby punktów dla danego efektu na ocenę 3 oraz student uzyskuje od 60 do 69% max. liczby	Student uzyskuje od 70 do 79% max. liczby punktów dla danego efektu na ocenę 4 oraz student uzyskuje od 80 do 89% max. liczby	Student uzyskuje powyżej 89% max. liczby punktów dla danego efektu

KARTA PRZEDMIOTU

Załącznik Nr 1 do Zarządzenia nr 3/07/2020
z dnia 13 lipca 2020 r w sprawie wzoru karty
przedmiotu w Wyższej Szkole Menedżerskiej
w Warszawie

K_W02 K_U09 K_U10 K_U12 K_K01 K_K06 K_K11	definicji, terminów, pojęć teorii z zakresu psychologii zdrowia Opisuje zastosowania PZ w pracy zawodowej psychologa. Student analizuje, interpretuje i wyjaśnia przykładowe zachowania człowieka i społeczeństw z perspektywy PZ, przy wykorzystaniu właściwego aparatu pojęciowego Tworzy podstawowe, proste interwencje psychologiczne w oparciu o wiedzę z zakresu PZ w odniesieniu do grup i jednostek. Student wykazuje oparte na wiedzy psychologicznej, pozytywne postawy wobec potencjalnych osób z którymi spotka się w ramach pracy zawodowej w obszarze zdrowia – zarówno specjalistów, jak i potencjalnych klientów Wykazuje postawę etyczną w swoich wypowiedziach Dyskutuje wykorzystując wiedzę z PZ, z zachowaniem szacunku do interlokutorów. Student ma świadomość złożoności czynników determinujących ludzkie zachowanie w zakresie własnego zdrowia, jest świadomy roli dbania o swoje zdrowie w kontekście własnego życia i ewentualnych zmian.	punktów dla danego efektu na ocenę 3,5 Student charakteryzuje się znajomością koncepcji, definicji, terminów, pojęć teorii z zakresu psychologii zdrowia Opisuje zastosowania PZ w pracy zawodowej psychologa. Student analizuje, interpretuje i wyjaśnia przykładowe zachowania człowieka i społeczeństw z perspektywy PZ, przy wykorzystaniu właściwego aparatu pojęciowego Tworzy podstawowe, proste interwencje psychologiczne w oparciu o wiedzę z zakresu PZ w odniesieniu do grup i jednostek. Student wykazuje oparte na wiedzy psychologicznej, pozytywne postawy wobec potencjalnych osób z którymi spotka się w ramach pracy zawodowej w obszarze zdrowia – zarówno specjalistów, jak i potencjalnych klientów Wykazuje postawę etyczną w swoich wypowiedziach Dyskutuje wykorzystując wiedzę z PZ, z zachowaniem szacunku do interlokutorów. Student ma świadomość złożoności czynników	punktów dla danego efektu na ocenę 4,5 Student charakteryzuje się znajomością koncepcji, definicji, terminów, pojęć teorii z zakresu psychologii zdrowia Opisuje zastosowania PZ w pracy zawodowej psychologa. Student analizuje, interpretuje i wyjaśnia przykładowe zachowania człowieka i społeczeństw z perspektywy PZ, przy wykorzystaniu właściwego aparatu pojęciowego Tworzy podstawowe, proste interwencje psychologiczne w oparciu o wiedzę z zakresu PZ w odniesieniu do grup i jednostek. Student wykazuje oparte na wiedzy psychologicznej, pozytywne postawy wobec potencjalnych osób z którymi spotka się w ramach pracy zawodowej w obszarze zdrowia – zarówno specjalistów, jak i potencjalnych klientów Wykazuje postawę etyczną w swoich wypowiedziach Dyskutuje wykorzystując wiedzę z PZ, z zachowaniem szacunku do interlokutorów. Student ma świadomość złożoności czynników determinujących ludzkie zachowanie w zakresie własnego	Student charakteryzuje się znajomością koncepcji, definicji, terminów, pojęć teorii z zakresu psychologii zdrowia Opisuje zastosowania PZ w pracy zawodowej psychologa. Student analizuje, interpretuje i wyjaśnia przykładowe zachowania człowieka i społeczeństw z perspektywy PZ, przy wykorzystaniu właściwego aparatu pojęciowego Tworzy podstawowe, proste interwencje psychologiczne w oparciu o wiedzę z zakresu PZ w odniesieniu do grup i jednostek. Student wykazuje oparte na wiedzy psychologicznej, pozytywne postawy wobec potencjalnych osób z którymi spotka się w ramach pracy zawodowej w obszarze zdrowia – zarówno specjalistów, jak i potencjalnych klientów Wykazuje postawę etyczną w swoich wypowiedziach Dyskutuje wykorzystując wiedzę z PZ, z zachowaniem szacunku do interlokutorów. Student ma świadomość złożoności czynników determinujących ludzkie zachowanie w zakresie własnego zdrowia, jest świadomy roli dbania o swoje zdrowie w kontekście własnego
--	--	--	---	--

KARTA PRZEDMIOTU

Załącznik Nr 1 do Zarządzenia nr 3/07/2020
z dnia 13 lipca 2020 r w sprawie wzoru karty
przedmiotu w Wyższej Szkole Menedżerskiej
w Warszawie

		ludzkie zachowanie w zakresie własnego zdrowia, jest świadomy roli dbania o swoje zdrowie w kontekście własnego życia i ewentualnych zmian.	zdrowia, jest świadomy roli dbania o swoje zdrowie w kontekście własnego życia i ewentualnych zmian.	życia i ewentualnych zmian.
--	--	---	--	-----------------------------

VIII. NAKŁAD PRACY STUDENTA – WYMIAR GODZIN I BILANS PUNKTÓW ECTS

Rodzaj aktywności ECTS	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
Udział w zajęciach dydaktycznych (wykłady, ćwiczenia, konwersatoria, projekt, laboratoria, warsztaty, seminaria) – SUMA godzin – z punktu II	20	12
Egzamin/zaliczenie	1	1
Udział w konsultacjach		
Projekt / esej	10	10
Samodzielne przygotowanie się do zajęć dydaktycznych	24	24
Przygotowanie się do zaliczenia zajęć dydaktycznych	45	45
Sumaryczne obciążenie pracą studenta (25h = 1 ECTS) SUMA godzin/ECTS	100/4	100/4
Obciążenie studenta w ramach zajęć w bezpośrednim kontakcie z nauczycielem	20	12
Obciążenie studenta w ramach zajęć o charakterze praktycznym	20	12
Obciążenie studenta w ramach zajęć związanych z praktycznym przygotowaniem zawodowym	40	40
Obciążenie studenta w ramach zajęć związanych z przygotowaniem do prowadzenia badań	20	36

IX. LITERATURA PRZEDMIOTU ORAZ INNE MATERIAŁY DYDAKTYCZNE

Literatura podstawowa przedmiotu:

Zdrowie psychiczne / Kazimierz Zieliński. - Warszawa : Polskie Towarzystwo Higieny Psychiczej, 2006

Psychologia pozytywna : nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka / redakcja naukowa Janusz Czapiński ; [tłumacze Joanna Kowalczevska, Józef Radzicki, Jacek Suchecki, Marcin Szuster, Andrzej Tarłowski]. -Wyd. 1, 4 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2015

Edukacja zdrowotna / Barbara Woynarowska. - Wyd. 2. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2012.

Wybrane testy, kwestionariusze i podręczniki (biblioteka WSM)

Literatura uzupełniająca przedmiotu:

- ▶ Krawczyński (red.) (2010). Psychologia sportu dzieci i młodzieży. Wybrane zagadnienia. Gdańsk: Pomorska Federacja Sportu.
- ▶ Graczyk M. „Lepienie Mistrza- metodyka treningu mentalnego Pawła Nastuli”, Kultura Fizyczna nr 9-10 / 1996.
- ▶ Heszen-Niejodek I., Sęk H. (red.), Psychologia zdrowia, Warszawa 2008
- ▶ Doktor T (1993). Orientalne techniki relaksu i medytacji. Warszawa: Wyd. Iskry.
- ▶ Seligman M. (2000). Optymizmu można się nauczyć. Poznań: Media Rodzina of Poznań.

Inne materiały dydaktyczne: