

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)¹
OPIS PRZEDMIOTU

| | | | | |
|---|---------------------------------|--|-----------------------------------|---------------------|
| Kod przedmiotu | | Nazwa przedmiotu | Promocja zdrowia psychicznego | |
| 0912/URad/WNMinoz/ST-NST/J3-09 | | | Mental health promotion | |
| Język wykładowy | | Polski | | |
| Rok akademicki | | 2024/2025 | | |
| | | | | |
| Kierunek w zakresie | | Lekarski | | |
| Poziom studiów | | Studia jednolite magisterskie | | |
| Profil studiów | | Ogólnoakademicki | | |
| Forma studiów | | Stacjonarne/Niestacjonarne | | |
| Semestr/ semestry | | X letni | | |
| | | | | |
| Przynależność do grupy zajęć | | Moduł J: Oferta uczelni J3: Przedmioty kliniczne | | |
| Status przedmiotu | | Do wyboru | | |
| Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS | | Forma zajęć | Liczba godzin zajęć dydaktycznych | Liczba punktów ECTS |
| | | Ćwiczenia | 20 h | 2 ECTS |
| | | Seminarium | 10 h | |
| Powiązanie przedmiotu | z profilem studiów ² | Przedmiot związany z prowadzoną w Uczelni działalnością naukową i uwzględnia udział studentów w zajęciach przygotowujących do prowadzenia działalności naukowej lub udział w tej działalności związanej ze zdrowiem psychicznym. | | 2 ECTS |
| | z dyscypliną ³ | Nauki medyczne | | 2 ECTS |
| Forma nauczania ⁴ | | Tradycyjna: zajęcia w siedzibie Uczelni | | |
| Wymagania wstępne | | Realizacja efektów kształcenia w zakresie wiedzy, umiejętności, kompetencji społecznych z poprzednich semestrów studiów | | |
| | | | | |
| Jednostka prowadząca | | Wydział Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu | | |
| Koordynator | | Dr n.o zdr. Bożena Kosińska | | |
| Adres strony internetowej pjo | | https://wnminoz.uniwersytetradom.pl/ | | |
| Adres e-mail koordynatora | | b.kosinska@uthrad.pl | | |

**EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH, WERYFIKACJA
EFEKTÓW UCZENIA SIĘ**

| | |
|--|---|
| Cel kształcenia: | <ol style="list-style-type: none"> 1. Zapoznanie z teoriami promocji i profilaktyki zdrowia psychicznego. 2. Kształtowanie umiejętności służących utrzymaniu zdrowia psychicznego. 3. Kształtowanie umiejętności przygotowywania projektów/kampanii w zakresie zdrowia psychicznego. |
| Treści programowe: Ćwiczenia | <p>Ćwiczenia: 20 h prowadzonych jako 10 ćwiczeń po 2 h.</p> <p>Tematyka ćwiczeń</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zdrowie psychiczne a rozwój psychiczny człowieka.. 2. Stres i frustracje a zdrowie psychiczne człowieka. 3. Sytuacje trudne w grupie społecznej, wypalenie zawodowe jako źródło przewlekłego stresu. 4. Stalking, mobbing – nowe zagrożenia w środowisku pracy. 5. Promocja zdrowia psychicznego w szkołach i miejscach pracy zgodnie z zaleceniami WHO. 6. Środki i metody promocji zdrowia. 7. Udział lekarza w psychoedukacji. 8. Samobójstwo jako problem społeczny. 9. Rodzaje wsparcia społecznego. 10. Założenia narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego. |
| Treści programowe: Seminarium | <p>Seminarium: 10 h prowadzonych jako 5 spotkań po 2 h.</p> <p>Tematyka seminariów</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Podstawowe terminy dla promocji zdrowia i promocji zdrowia psychicznego. 2. Czynniki warunkujące zdrowie i zachowania zdrowotne. 3. Radzenie sobie ze stresem, relaksacja i aktywizacja w procesie budowania zdrowia. 4. Przygotowanie programu edukacji zdrowotnej w zakresie zdrowia psychicznego. 5. Komunikowanie z mediami jako przykład promocji zdrowia psychicznego. <p>Jedno kolokwium na ostatnim spotkaniu.</p> |
| Metody dydaktyczne:⁶ | <ol style="list-style-type: none"> 1. Ćwiczenia <ul style="list-style-type: none"> • Praca w grupie • Prezentacja multimedialna • Projekt 2. Seminarium <ul style="list-style-type: none"> • Prezentacja • Analiza przypadku • Wykład 3. Praca samodzielna <ul style="list-style-type: none"> • Przygotowanie projektu |

| | |
|---|--|
| Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się: | <p>Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie wszystkich wymaganych dla przedmiotu efektów uczenia się. Uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich form zajęć wchodzących w skład przedmiotu jest równoznaczne z jego zaliczeniem i zdobyciem przez studenta przyporządkowanej przedmiotowi liczby punktów ECTS.</p> <p>1. Ćwiczenia</p> <p>W celu uzyskania oceny pozytywnej z ćwiczeń należy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przygotować projektu <p>2. Seminarium</p> <p>Zaliczenie modułu wymaga spełnienia następujących punktów:</p> <ul style="list-style-type: none"> • uczestnictwo, • aktywność, • zaliczenie kolokwium. <p>3. Przedmiot kończy się zaliczeniem na ocenę</p> |
| Sposób obliczania oceny końcowej: | <p>Sposób obliczenia oceny końcowej (dokładnej) z przedmiotu uwzględniający wszystkie jego formy określony został w Regulaminie studiów (§37-40). Ocena dokładna obliczana jest w systemie Wirtualnej Uczelni na podstawie ocen uzyskanych z poszczególnych form przedmiotu.</p> <p>Skala ocen dla poszczególnych form zajęć uwzględnianych w obliczeniu oceny dokładnej.</p> <p>1. Ćwiczenia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zaliczenie ćwiczeń: <ul style="list-style-type: none"> ➤ obecność 100% ➤ przygotowanie projektu <p>2. Seminarium</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zaliczenie seminarium: <ul style="list-style-type: none"> ➤ obecność 80%-100% i ➤ zaliczenie kolokwium na co najmniej 70% |

| Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć ⁷ | | | | Metody weryfikacji efektów uczenia się | |
|--|---|--|---|--|---|
| Numer efektu uczenia się | Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU) Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi /(K) jest gotów do: | Kierunkowy efekt uczenia się (KEU) i stopień osiągnięcia | Forma zajęć | Forma weryfikacji (zaliczeń) | Metody sprawdzania i oceny |
| W1 | <i>Społeczny wymiar ochrony zdrowia psychicznego, rola stresu społecznego w zachowaniach zdrowotnych.</i> | <i>D.W1 ++ D.W2 ++ D.W3 ++ D.W4 ++</i> | <i>Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5</i> | <i>Zaliczenie na ocenę</i> | <i>Kolokwium, opracowanie zagadnienia</i> |
| W2 | <i>Funkcjonowanie podmiotów psychiatrycznej opieki zdrowotnej zgodnie z założeniami Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego.</i> | <i>D.W16 ++ G.W4 ++</i> | <i>Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5</i> | <i>Zaliczenie na ocenę</i> | <i>Kolokwium, opracowanie zagadnienia</i> |
| W3 | <i>Promocja zdrowia psychicznego, jej zadania i główne kierunki, ukierunkowane na motywowanie pacjenta do zachowań prozdrowotnych.</i> | <i>E.W38 ++</i> | <i>Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5</i> | <i>Zaliczenie na ocenę</i> | <i>Kolokwium, opracowanie zagadnienia</i> |
| U1 | <i>Uwzględnianie w procesie postępowania terapeutycznego zasad promocji zdrowia psychicznego i dostrzeganie zachowań antyzdrowotnych i autodestrukcyjnych.</i> | <i>D.U1 ++ D.U2 ++ D.U9 ++</i> | <i>Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5</i> | <i>Zaliczenie na ocenę</i> | <i>Kolokwium, opracowanie zagadnienia</i> |
| U2 | <i>Potrafi stosować w podstawowym zakresie psychologiczne interwencje wspierające oraz prawidłowo komunikować się w zespole.</i> | <i>D.U11 ++ D.U12 ++</i> | <i>Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5</i> | <i>Zaliczenie na ocenę</i> | <i>Kolokwium, opracowanie zagadnienia</i> |
| U3 | <i>Potrafi ocenić problemy zdrowotne w tym psychiczne populacji oraz ocenić sytuację epidemiologiczną zaburzeń zdrowia psychicznego występujących powszechnie w Polsce.</i> | <i>G.U1 ++ G.U4 ++</i> | <i>Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5</i> | <i>Zaliczenie na ocenę</i> | <i>Kolokwium, opracowanie zagadnienia</i> |
| K1 | <i>Kierowanie się dobrem pacjenta poprzez nawiązanie kontaktu oraz okazywanie zrozumienia dla różnic kulturowych.</i> | <i>K.K1 ++ K.K2 ++</i> | <i>Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5</i> | <i>Zaliczenie na ocenę</i> | <i>Kolokwium, opracowanie zagadnienia</i> |
| K2 | <i>Propagowanie zachowań prozdrowotnych oraz wdrażanie zasad koleżeństwa zawodowego.</i> | <i>K.K6 ++ K.K9 ++</i> | <i>Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5</i> | <i>Zaliczenie na ocenę</i> | <i>Kolokwium, opracowanie zagadnienia</i> |
| K3 | <i>Przekazywanie informacji w zakresie zdrowia psychicznego z zastosowaniem różnych technik komunikacyjnych.</i> | <i>K.K10 ++</i> | <i>Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5</i> | <i>Zaliczenie na ocenę</i> | <i>Kolokwium, opracowanie zagadnienia</i> |

Literatura i pomoce naukowe⁸

Literatura podstawowa

1. Galecki P., Szulc A. 2018. *Psychiatria*. Wrocław: Edra Urban & Partner.
2. Kaczmarek-Dylewska M. 2012. *Promocja zdrowia psychicznego*. Wrocław: Continuo.
3. Karski J.B. 2011. *Praktyka i teoria promocji zdrowia*. Warszawa: CeDeWu.
4. Stawiarska P. 2016. *Wypalenie zawodowe w perspektywie wyzwań współczesnego świata*. Warszawa: Difin.

Literatura uzupełniająca

1. Anczewska M. 2006. *Stres i wypalenie zawodowe u pracowników psychiatrycznej opieki zdrowotnej*. Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii.
2. Dąbrowski K. 1996. *W poszukiwaniu zdrowia psychicznego*. Warszawa: PWN.
3. Kępiński A. 2015. *Rytm życia*. Kraków: Wydawnictwo Literackie.

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS

| Udział w zajęciach, aktywność | Obciążenie studenta [h] | | |
|---|-----------------------------|--|---------------------|
| | Inne godz. Kontaktowe (IGK) | Praca własna studenta: zajęcia bez nauczyciela (ZBN) | Zajęcia dydaktyczne |
| Udział w ćwiczeniach | - | - | 20 h |
| Udział w seminarium | | | 10 h |
| Udział w konsultacjach | 5 h | - | - |
| Przygotowanie się do wykładów/ćwiczeń/seminariów/ Przygotowanie do zaliczenia/egzaminu | - | 25 h | - |
| Sumaryczne obciążenie pracą studenta | 5 h/ 0,2 ECTS | 25 h/ 0,8 ECTS | 30 h/ 1,0 ECTS |
| Punkty ECTS za przedmiot | 2 ECTS ¹⁰ | | |

Informacje dodatkowe, uwagi

W przypadku studentów ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych, określone powyżej (w karcie) metody i formy weryfikacji efektów uczenia się dostosowuje się odpowiednio do indywidualnych potrzeb tych studentów. Szczegółowe zasady i formy wsparcia studentów ze szczególnymi potrzebami: w tym z niepełnosprawnością, przewlekle chorych podczas zajęć, zaliczeń i egzaminów określono w: Regulaminie Studiów, Zasadach Studiowania, Procedurze dotyczącej zapewnienia dostępności procesu kształcenia studentom ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych.