

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)¹
OPIS PRZEDMIOTU

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Promocja zdrowia psychicznego	
0912/UTH/WNMiNoZ/ST-NST/J3-09			Mental health promotion	
Język wykładowy		Polski		
Rok akademicki		2022/2023		
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

<p>Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się:</p>	<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>
<p>Sposób obliczania oceny końcowej:</p>	<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>	D.W1 ++ D.W12 ++	Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5	Zaliczenie na ocenę	Kolokwium, opracowanie zagadnienia
W2	<i>Funkcjonowanie podmiotów psychiatrycznej opieki zdrowotnej zgodnie z założeniami Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego.</i>	D.W7 ++ D.W8 ++	Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5	Zaliczenie na ocenę	Kolokwium, opracowanie zagadnienia
W3	<i>Promocja zdrowia psychicznego, jej zadania i główne kierunki, ukierunkowane na motywowanie pacjenta do zachowań prozdrowotnych.</i>	D.W14 ++ D.W15 ++	Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5	Zaliczenie na ocenę	Kolokwium, opracowanie zagadnienia
U1	<i>Uwzględnianie w procesie postępowania terapeutycznego zasad promocji zdrowia psychicznego i dostrzeganie zachowań antyzdrowotnych i autodestrukcyjnych.</i>	D.U1 ++ D.U2 ++ D.U9 ++	Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5	Zaliczenie na ocenę	Kolokwium, opracowanie zagadnienia
U2	<i>Potrafi stosować w podstawowym zakresie psychologiczne interwencje wspierające oraz prawidłowo komunikować się w zespole.</i>	D.U11 ++ D.U12 ++	Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5	Zaliczenie na ocenę	Kolokwium, opracowanie zagadnienia
U3	<i>Potrafi ocenić problemy zdrowotne w tym psychiczne populacji oraz ocenić sytuację epidemiologiczną zaburzeń zdrowia psychicznego występujących powszechnie w Polsce.</i>	G.U1 ++ G.U4 ++	Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5	Zaliczenie na ocenę	Kolokwium, opracowanie zagadnienia
K1	<i>Kierowanie się dobrem pacjenta poprzez nawiązanie kontaktu oraz okazywanie zrozumienia dla różnic kulturowych.</i>	K.K1 ++ K.K2 ++	Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5	Zaliczenie na ocenę	Kolokwium, opracowanie zagadnienia
K2	<i>Propagowanie zachowań prozdrowotnych oraz wdrażanie zasad koleżeństwa zawodowego.</i>	K.K6 ++ K.K9 ++	Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5	Zaliczenie na ocenę	Kolokwium, opracowanie zagadnienia
K3	<i>Przekazywanie informacji w zakresie zdrowia psychicznego z zastosowaniem różnych technik komunikacyjnych.</i>	K.K12 ++	Ćwiczenia 1-10 Seminaria 1-5	Zaliczenie na ocenę	Kolokwium, opracowanie zagadnienia

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: Logos.
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 ECTS¹⁰		

Informacje dodatkowe, uwagi