

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

Filia w Gorzowie Wielkopolskim

Kierunek: Dietetyka

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu: **PSYCHOLOGIA**

Kod przedmiotu: **ZWKF_DT_1_O_A.3_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Nauk Humanistycznych
i Społecznych**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

dr Marzena Tomczak

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Marzena Tomczak

Data opracowania: **15.01.2025 r.**

1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia pierwszego stopnia			
Profil	praktyczny			
Specjalność	wszystkie			
Rok studiów / semestr	rok 1, semestr 2			
Status przedmiotu	obowiązkowy			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć	30			
Liczba punktów ECTS	2			

2. Cele przedmiotu

C1	Nabycie wiedzy o teoretycznych ujęciach procesów psychologicznych związanych z funkcjonowaniem człowieka, zmianami rozwojowymi oraz problemami zdrowia i choroby.
C2	Rozwinięcie umiejętności rozpoznawania i analizy czynników wpływających na proces powstawania zaburzeń odżywiania.
C3	Opanowanie podstawowych umiejętności projektowania działań zmierzających do wspomagania pacjenta.
C4	Zrozumienie znaczenia cech własnego zachowania w roli dietetyka dla inicjowania i podtrzymywania optymalnej jakości funkcjonowania pacjenta.

3. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

- umiejętność wyszukiwania, selekcjonowania, analizowania i oceniania informacji z różnych źródeł.

4. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (poziom 6)
EK1	rozumie znaczenie czynników psychologicznych w zdrowym funkcjonowaniu człowieka; zna zasady komunikowania się z pacjentem	K_W13	P6S_WG P6S_WK
EK2	umie interpretować zachowania człowieka związane z prawidłowym odżywianiem; potrafi wywierać wpływ na edukację żywieniową pacjentów i wprowadzać działania wspomagające pacjenta, wykorzystując wiedzę psychologiczną w pracy dietetyka	K_W14 K_K07	P6S_WG P6S_WK P6S_KO P6S_KR
EK3	potrafi identyfikować problemy pacjenta	K_K06	P6S_KK P6S_KR

5. Treści programowe

WYKŁADY		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
W1	Współczesne kierunki psychologii czyli różne sposoby widzenia ludzkich zachowań.	4
W2	Funkcjonalne znaczenie temperamentu dla zachowania człowieka. Regulacyjna teoria temperamentu. Inwentarz FCZ-KT.	2
W3	Uczenie się i analiza zachowania. Warunkowanie klasyczne i sprawcze. Modelowanie.	2
W4	Emocje i ich rola w dokonywaniu i podtrzymywaniu zmiany. Funkcje i regulacja emocji.	2
W5	Motywacja. Źródła motywacji. Skuteczne motywowanie do zmiany.	2
W6	Rozwój człowieka w ciągu całego życia.	2
W7	Stres psychologiczny. Teorie i symptomy. Radzenie sobie ze stresem. Rola stresu w zdrowotnym funkcjonowaniu człowieka.	4
W8	Związki ciała i umysłu. Placebo – mechanizmy i czynniki.	2
W9	Podstawowe typy zaburzeń psychicznych. Zaburzenia osobowości.	3
W10	Obraz ciała. Znaczenie wymiarów i niezadowolenie z ciała.	2
W11	Modele wyborów żywieniowych.	2
W12	Zachowania żywieniowe: nawykowe przejadanie, emocjonalne przejadanie się, restrykcje dietetyczne.	2
W13	Test zaliczeniowy.	1
Razem		30

6. Metody dydaktyczne

M1	Wykład konwersatoryjny.
M2	Praca w zespołach.
M3	Dyskusja.

7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	30
Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć	8
Przygotowanie do zaliczenia	12
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta	50

Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	2
---	---

8. Metody oceny

a. Ocena formująca

F1	Dyskusja podczas wykładów.
F2	Analiza materiałów filmowych.

b. Ocena podsumowująca

P1	Zaliczenie pisemne – test wiadomości.
----	---------------------------------------

c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- uzyskanie pozytywnej oceny z testu wiadomości.

9. Kryteria oceny

Efekt uczenia się EK1	
na ocenę 2	Student nie ma podstawowej wiedzy na temat procesów psychicznych oraz nie zna podstawowych zaburzeń odżywiania.
na ocenę 3	Student zna podstawowe procesy psychiczne, rozumie mechanizmy nimi rządzące; potrafi podać rodzaje zaburzeń odżywiania; zna pojęcie stresu psychologicznego, wymienia modele wyborów żywieniowych.
na ocenę 4	Student zna i rozumie procesy psychiczne i mechanizmy nimi rządzące; omawia różne zaburzenia odżywiania; zna pojęcie i symptomy stresu psychologicznego; charakteryzuje modele wyborów żywieniowych.
na ocenę 5	Student rozumie i wyjaśnia procesy psychiczne i mechanizmy nimi rządzące; omawia i różnicuje zaburzenia psychiczne; zna pojęcie stresu psychologicznego; rozumie jego wpływ na zachowanie i zdrowie człowieka; zna sposoby radzenia sobie ze stresem; porównuje różne modele wyborów żywieniowych.
Efekt uczenia się EK2	
na ocenę 2	Student nie rozpoznaje czynników wpływających na proces powstawania zaburzeń odżywiania; nie opanował podstawowych umiejętności projektowania działań zmierzających do wspomagania pacjenta.
na ocenę 3	Student zna podstawowe przyczyny i czynniki wpływające na proces powstawania zaburzeń odżywiania; opanował niezbędne umiejętności projektowania działań zmierzających do wspomagania pacjenta.
na ocenę 4	Student zna przyczyny i rozpoznaje czynniki wpływające na proces powstawania zaburzeń odżywiania; opanował umiejętności projektowania działań zmierzających do wspomagania pacjenta.
na ocenę 5	Student wyjaśnia i różnicuje czynniki wpływające na proces powstawania zaburzeń odżywiania; doskonali umiejętności projektowania działań zmierzających do wspomagania pacjenta; wykorzystuje wiedzę psychologiczną w pracy dietetyka.
Efekt uczenia się EK3	
na ocenę 2	Student nie potrafi identyfikować problemów pacjenta.
na ocenę 3	Student identyfikuje problemy pacjenta, podejmuje odpowiednie działania i pomaga w ich rozwiązaniu.
na ocenę 4	Student identyfikuje problemy pacjenta, podejmuje odpowiednie działania i pomaga w ich rozwiązaniu; zna potrzeby pacjentów; potrafi traktować ich z szacunkiem i zrozumieniem.

na ocenę 5	Student identyfikuje problemy pacjenta, analizując dane z wywiadu oraz sygnały pozawerbalne, podejmuje odpowiednie działania i pomaga w ich rozwiązaniu; zna potrzeby pacjentów i ich najbliższych; potrafi traktować ich z szacunkiem i zrozumieniem; przyjmuje właściwą postawę etyczną podczas wykonywania swoich zadań.
------------	---

10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	K_W13	C1	W1–W13	M1–M3	F1, F2
EK2	K_W14, K_K07	C2–C4	W1–W13	M1–M3	F1, F2
EK3	K_K06	C1, C2	W1–W13	M1–M3	F1, F2

11. Wykaz piśmiennictwa

a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Gerrig R.J., Zimbardo P. G., <i>Psychologia i życie</i> , Warszawa 2009.
2.	Heszen I., Sęk. H., <i>Psychologia zdrowia</i> , Warszawa 2008.
3.	Ogden J., <i>Psychologia odżywiania się</i> , Kraków 2010.

b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	Bishop G.D., <i>Psychologia zdrowia</i> , Wrocław 2000.
2.	Heszen-Niejodek I., <i>Psychologia stresu: korzystne i niekorzystne skutki stresu życiowego</i> , Wydawnictwo Naukowe PWN, 2015.
3.	Nęcka E., <i>Psychologia: wprowadzenie</i> , Wydawnictwo Naukowe Scholar, 2024.
4.	Ogden J., <i>Psychologia diety</i> , Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, 2024.

12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....
(miejsowość, data)

(kierownik zakładu)

(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)