

2.

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu/modułu:	Podstawy psychologii				
Nazwa angielska:	Basic psychology				
Kierunek studiów:	Dietetyka				
w zakresie:	Dietoprofilaktyka i dietoterapia/Dietetyka w rekreacji				
Tryb/Poziom studiów:	Stacjonarne, I-go stopnia – licencjackie				
Profil studiów	Praktyczny				
Jednostka prowadząca:	Karkonoska Państwowa Szkoła Wyższa w Jeleniej Górze, Wydział Nauk Humanistycznych i Społecznych				
Prowadzący przedmiot:	dr Beata Miedzińska				
Status przedmiotu:	Obowiązkowy				
I Formy zajęć, liczba godzin					
Semestr	Wykład	Ćwiczenia	Laboratoria	Łącznie	ECTS
1	15	-	-	15	1
II Cel przedmiotu:					
C1 – Uzyskanie przez studenta wiedzy dotyczącej podstawowych pojęć psychologicznych, nurtów w psychologii i jej miejsca w systemie innych nauk					
C2 – Zdobyć przez studenta wiedzy w zakresie procesów i cech psychicznych oraz ich roli w regulacji zachowania					
C3 – Uzyskanie przez studenta wiedzy i umiejętność dostrzegania związków między cechami psychicznymi a zachowaniem, oraz rozumienia przyczyn i konsekwencji zachowania człowieka					
C4 – Uzyskanie przez studenta wiedzy z zakresu komunikacji interpersonalnej bez przemocy i umiejętności wykorzystania jej w praktyce.					
III Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:					
Brak					
IV Oczekiwane efekty uczenia się :					
EU 1 – Student potrafi zdefiniować podstawowe pojęcia psychologiczne, umie posługiwać się nimi w dyskusji.					
EU2 – Student zna podstawowe psychologiczne mechanizmy funkcjonowania człowieka, co pozwala mu lepiej zrozumieć siebie i innych. Widzi różnice indywidualne dotyczące reakcji emocjonalnych. Uświadamia sobie związek między potrzebami, emocjami, a motywacją . Rozumie mechanizmy reakcji stresowej i somatyczne oraz psychologiczne konsekwencje stresu długoterminowego.					
EU3 – Student zna pojęcie samowiedzy, samooceny i aspiracji. Dostrzega związek między samooceną i standardami osobistymi, a aspiracjami oraz sposobem komunikowania wiedzy o sobie w otoczeniu społecznym.					
EU4 – Student ma podstawową wiedzę na temat komunikacji werbalnej i niewerbalnej. Uświadamia sobie rolę komunikacji w relacjach interpersonalnych. Widzi różnice indywidualne w sposobach komunikowania się, ich konsekwencje społeczne. Potrafi komunikować się bez przemocy.					
V Treści programowe:					
Forma zajęć: wykłady					
W. 1	Wprowadzenie do psychologii. Przegląd podstawowych teorii psychologicznych. Teoria psychodynamiczna, behawioryzm, psychologia poznawcza, ewolucyjna.				
W. 2	Samowiedza i jej składniki centralne i peryferyjne. Związek samooceny z aspiracjami. Dysonans poznawczy a potrzeba podtrzymywania samooceny. Poczucie własnej wartości.				
W. 3	Emocje. Kulturowe uwarunkowania emocji. Interpretacje emocji. Mózgowe mechanizmy emocji. Jedzenie pod wpływem emocji. Stres i jego konsekwencje somatyczne i psychologiczne				

W. 4	Stres. Skutki psychologiczne i somatyczne przewlekłego stresu. Sposoby radzenia sobie ze stresem.
W. 5	Mechanizm motywacyjny. Pojęcie motywu. Motywacja a sprawność działania. Rola kar i nagród w procesie motywowania. Konflikty motywacyjne
W. 6	Zaburzenia odżywiania. Anoreksja. Bulimia. Ortoreksja. Bigoreksja.. Negatywna stygmatyzacja.
W. 7	Komunikacja interpersonalna. Pytania zamknięte i otwarte. Parafrazowanie. Odzwierciedlanie emocji. Asertywność

Suma godzin 15

VI Narzędzia dydaktyczne:

1.	Wykresy, podręczniki i teksty źródłowe
2.	Foliogramy, materiały z prasy fachowej
3.	Urządzenia interkomunikacyjne (tablica interaktywna, rzutnik multimedialny)

VII Metody dydaktyczne:

1.	Wykład informacyjny
2.	Wykład aktywizujący

VIII Sposoby oceny (F – formująca, P – podsumowująca)

F1.	Obecność na wykładach
P1.	Końcowe zaliczenie pisemne – test

IX Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Łączna i średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem (w trakcie zajęć)	15
Przygotowanie się do zajęć, zaliczenia	15
SUMA	30
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	1

X Literatura podstawowa i uzupełniająca

Literatura podstawowa:

1. Sęk H., Psychologia kliniczna T. 1-2, Wyd. PWN 2013
2. Trzcieńska – Green A. (red.) Psychologia. Podręcznik dla studentów kierunków medycznych, Universitas, Kraków 2006
3. Przetaczniki-Gierowska M., Tyszkowa M., Psychologia rozwoju człowieka T.1 , Wyd. PWN Warszawa 2011

Literatura uzupełniająca:

1. Ogden J., :Psychologia odżywiania się: od zdrowych do zaburzonych zachowań. Wyd Uniwersytetu Jagiellońskiego 2011
2. Miedzińska B., Podstawy psychologii. Wyd. Karkonoska Państwowa Szkoła Wyższa w Jeleniej Górze 2010
3. Motyka M., Komunikacja terapeutyczna w opiece ogólnomedycznej, Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2011
4. Harwas-Napierała B., Trempała J., Psychologia rozwoju człowieka, T.3, Rozwój funkcji psychicznych PWN Warszawa 2004

XI TABLICA POWIĄZAŃ EFEKTÓW PRZEDMIOTOWYCH I KIERUNKOWYCH Z CELAMI PRZEDMIOTU W ODNIESIENIU DO METOD WERYFIKACJI

Efekty uczenia się	Odniesienie danego efektu do efektów zdefiniowanych dla całego programu (PEK)	Cele przedmiotu	Treści programowe	Narzędzia dydaktyczne	Metody dydaktyczne
EU 1	K_W_07,	C1	W. 1	1,3	1,2
EU 2	K_W_06, K_W_07	C1, C2, C3	W. 2 W.3, W.4, W 5, W 6	1,2,3	1,2
EU 3	K_W_01	C3, C4	W 2, W.7	1,3	1,2

EU 4	K_W_07, K_U_04 , K_K-07	C3, C4	W. 7	1,3	1,2
XII. ZASADY WERYFIKACJI OCZEKIWANYCH EFEKTÓW UCZENIA SIĘ					
<p>W celu pełnej orientacji studenta, co do stawianych mu wymagań oraz zakresu opanowanych przez niego wiadomości i umiejętności na pierwszych zajęciach przedstawiane są przez prowadzącego informacje dotyczące warunków zaliczenia przedmiotu. Kryteria oceny: 9 – 10 pkt. ocena dostateczny, 11-12 pkt. ocena dostateczny plus, 13-14 pkt. ocena dobry, 15-16 pkt. ocena dobry plus, 17-18 pkt. ocena bdb.</p>					
XIII. INNE PRZYDATNE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE					
<ol style="list-style-type: none"> 1. Zajęcia odbywają się w salach dydaktycznych Wydziału Nauk Medycznych i Technicznych budynek nr 3 zgodnie z zapisami w planie zajęć 2. Informacje na temat warunków zaliczenia i terminy konsultacji podawane są na pierwszych zajęciach. 3. Informacje na temat terminu zajęć (dzień tygodnia/godzina) – zgodnie z planem zajęć umieszczonym na tablicy informacyjnej oraz na stronie internetowej WNMiT 					