

Nazwa przedmiotu/modułu:	Podstawy psychodietetyki				
Nazwa angielska:	Basis of psychodietetics				
Kierunek studiów:	Dietetyka				
W zakresie:	Dietoprofilaktyka i dietoterapia				
Tryb/Poziom studiów:	Stacjonarne / I-go stopnia – licencjackie				
Profil studiów	Praktyczny				
Jednostka prowadząca:	Karkonoska Państwowa Szkoła Wyższa w Jeleniej Górze, Wydział Nauk Medycznych i Technicznych, Katedra Nauk Medycznych				
Prowadzący przedmiot:	mgr Beata Lewandowska				
Status przedmiotu:	w zakresie				
I Formy zajęć, liczba godzin					
Semestr	Wykład	Ćwiczenia	Laboratoria	Łącznie	ECTS
5	15	15	-	30	1+1
Razem	15	15	-	30	2
II Cel przedmiotu:					
C1. Opanowanie wiedzy z zakresu podstaw psychologii zdrowia i choroby, mechanizmów powstawania zaburzeń odżywiania, psychologicznych funkcji jedzenia, podstaw psychologii odchudzania.					
C2. Doskonalenie kompetencji i umiejętności komunikacji interpersonalnej, aktywnego słuchania oraz rozwiązywania problemów wynikających z blokad w komunikacji.					
C3. Kształtowanie umiejętności wywierania skutecznego wpływu na zmianę zachowań człowieka w zakresie nawyków żywieniowych, kształtowanie umiejętności motywowania do zmiany dotychczasowych zachowań przedstawicieli różnych grup wiekowych.					
III Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:					
Wiedza z zakresu zrealizowanych przedmiotów: żywienie człowieka, dietetyka kliniczna, dietoprofilaktyka chorób cywilizacyjnych.					
IV Oczekiwane efekty uczenia się:					
W zakresie wiedzy:					
EU1. Zna psychologiczne, społeczne i kulturowe uwarunkowania zachowań żywieniowych.					
EU2. Ma wiedzę w zakresie wybranych metod pomocy psychologicznej i ich zastosowania w obszarze profilaktyki zaburzeń odżywiania. Zna cele i zadania edukacji żywieniowej i promocji zdrowia.					
EU3. Zna podstawowe zagadnienia z zakresu psychologii odchudzania: style jedzenia i ich uwarunkowania, etapy procesu odchudzania i ich charakterystyka.					
W zakresie umiejętności:					
EU4. Potrafi wyjaśnić psychologiczne przyczyny niepowodzenia w odchudzaniu					
EU5. Potrafi prowadzić wywiad motywujący, planować i przeprowadzać edukację żywieniową z pacjentami z zaburzeniami odżywiania.					
W zakresie kompetencji społecznych:					
EU6. Wykazuje się umiejętnością aktywnego słuchania, rozumie potrzebę stałego doskonalenia celem doskonalenia umiejętności zawodowych, pracy w zespole terapeutycznym.					
V Treści programowe:					

Forma zajęć: wykłady		Liczba godzin
W1	Psychodietetyka jako nauka. Wyzwania dla współczesności i przyszłości.	2
W2	Modele zachowań żywieniowych. Teoria uczenia się.	2
W3	Psychospołeczne uwarunkowania zachowań żywieniowych.	2
W4	Cechy osobowości a zachowania żywieniowe.	2
W5	Wybory żywieniowe i ich determinanty.	2
W6	Zintegrowany model odżywiania się.	2
W7	Wybrane zagadnienia z psychologii odchudzania.	2
W8	Wybrane zagadnienia pomocy psychologicznej i psychoterapii.	1
Suma godzin		15
Forma zajęć: ćwiczenia		Liczba godzin
Ćw.1	Psychologiczne funkcje jedzenia-studium przypadku.	2
Ćw.2	Psychologiczne i społeczne aspekty otyłości.	2
Ćw.3	Psychologiczne przyczyny niepowodzeń w odchudzaniu.	2
Ćw.4	Komunikacja interpersonalna w praktyce dietetyka-ćwiczenia warsztatowe.	2
Ćw.5	Interwencje psychologiczne w terapii nadwagi i otyłości – studium przypadku.	3
Ćw.6	Podstawy wywiadu motywującego – ćwiczenia warsztatowe.	2
Ćw.7	Bariery i blokady w komunikacji z dietetykiem – zajęcia warsztatowe.	2
Suma godzin		15
VI Narzędzia dydaktyczne:		
1.	Rzutnik multimedialny.	
2.	Broszury, plakaty, filmy edukacyjne.	
3.	Dokumentacja pacjentów z terapii (dzienniczki, obserwacje, analizy składu ciała).	
VII Metody dydaktyczne:		
1	Prezentacja multimedialna.	
2	Wizualizacja.	
3	Dyskusja dydaktyczna, burza mózgów.	
4	Studium przypadku.	
VIII Sposoby oceny (F – formująca, P – podsumowująca)		
F1	Kartkówka, sprawdziany częściowe.	
F2	Ocena ze sprawozdań.	
F3	Kolokwium końcowe z ćwiczeń.	
P1.	Egzamin – test jednokrotnego wyboru.	
IX Obciążenie pracą studenta		
Forma aktywności		Łączna i średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem (w trakcie zajęć)		30
Godziny kontaktowe z nauczycielem		5
Przygotowanie się do kartkówek, kolokwium		10
Przygotowanie sprawozdań pisemnych z ćwiczeń		7
Przygotowanie do zaliczenia końcowego		8
SUMA		60
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU		2
X Literatura podstawowa i uzupełniająca		

**Literatura podstawowa:**

1. A. Brytek-Matera. Psychodietetyka. Wyd. PZWL 2020
2. A. Brytek-Matera, *Psychologiczne aspekty nadwagi i otyłości*. Wyd. Difin, Warszawa 2020

**Literatura uzupełniająca:**

1. J. Kirenko, Otyłość. Przystosowanie i uwarunkowania. Wyd. UMCS 2015
1. Fairburn Ch.: Terapia poznawczo-behawioralna i zaburzeń odżywiania. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2013.

### 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 (PRK)	Cele przedmiotu	Treści programowe	Narzędzia dydaktyczne	Metody dydaktyczne	Sposób oceny
EU1	K.W07, K.W11	C1	W1, W2	1, 2	1, 3	P1
EU2	K.W08, K.W12	C1	W3-W8	2, 3	2, 3, 4	P1
EU3	K.W07	C1	W1-W3	2, 3	2, 3, 4	P1
EU4	K.U04, K.U05, K.U13	C2, C3	Ćw.1-Ćw.7	2, 3	2, 3, 4	F1, F2, F3
EU5	K.U21, K.U22	C2, C3	Ćw.1-Ćw.7	2, 3	2, 3, 4	F1, F2, F3
EU6	K.K01, K.K02, K.K10	C2, C3	Ćw.1-Ćw.7	2, 3	2, 3, 4	F1, F2, F3

### XII. ZASADY WERYFIKACJI OCZEKIWANYCH EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Przedmiot kończy się zaliczeniem na ocenę.

**Kryteria zaliczenia ćwiczeń:**

- obecność na zajęciach (materiał z nieobecnych zajęć należy zaliczyć w ramach godzin konsultacji prowadzącego przedmiot),
- kartkówka pisemna sprawdzająca przygotowanie do zajęć,
- sprawozdania pisemne z ćwiczeń,
- kolokwium pisemne końcowe.

Ocena końcowa stanowi średnią ocen cząstkowych.

**Kartkówki, kolokwia, sprawozdania oceniane są wg następujących kryteriów:**

Bardzo dobry – 100 – 90 %.

Dobry plus – 89 - 80 %.

Dobry – 79 - 70 %

Dostateczny plus – 69 - 60%.

Dostateczny – 59 - 51%.

Niedostateczny – 50 % i poniżej

**Kryteria zaliczenia wykładu (semestr 5) -** wykład kończy się zaliczeniem na ocenę (test jednokrotnego wyboru):

Bardzo dobry – 100 – 90 %.

Dobry plus – 89 - 80 %.

Dobry – 79 - 70 %

Dostateczny plus – 69 - 60%.

Dostateczny – 59 - 51%.

Niedostateczny – 50 % i poniżej

### XIII. INNE PRZYDATNE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Zajęcia odbywają się w salach dydaktycznych Wydziału Nauk Medycznych i Technicznych (budynek nr 3) zgodnie z planem zajęć umieszczonym na stronie internetowej WNMiT.  
Terminy i godziny konsultacji podawane są na pierwszych zajęciach.