

SZKOŁA DOKTORSKA POLITECHNIKI WROCŁAWSKIEJ

PRACOWNIK ZGŁASZAJĄCY/REALIZUJĄCY KURS: Katarzyna Zahorodna, Joanna Szymańska
JEDNOSTKA ZGŁASZAJĄCA KURS: Studium Nauk Humanistycznych i Społecznych PWr
DYSCYPLINA: psychologia

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa w języku polskim: Zdrowie psychiczne człowieka.
Nazwa w języku angielskim: Mental health.
Kurs prowadzony jest w języku polskim / angielskim
Kurs przeznaczony dla wszystkich doktorantów: TAK / NIE

- 1) KURS PODSTAWOWY
- 2) KURS SPECJALISTYCZNY
- 3) SEMINARIUM
- 4) KURS HUMANISTYCZNY
- 5) LEKTORAT

Kod przedmiotu: DHQ100039S

* zaznaczyć właściwe

	Wykład autorski	Lektorat	Seminarium	Różne formy
Liczba godzin zajęć zorganizowanych w Uczelni (ZZU)			30	
Forma zaliczenia – na ocenę	Egzamin	Egzamin	Wygłoszenie referatu	Egzamin, zajęcia ewaluacyjne
ECTS			0	

WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I INNYCH KOMPETENCJI

1. brak
- 2.

CELE PRZEDMIOTU

C1 zapoznanie z kategorią zdrowia umysłowego i dobrostanu psychicznego,
C2 przedstawienie wybranych chorób i zaburzeń psychicznych i zachowania
C3 zapoznanie z formami pracy terapeutycznej i z elementami psychologii zdrowia
C4 nabycie umiejętności rozpoznawania swoich trudności i obciążeń w życiu emocjonalnym i umysłowym oraz posiadanie umiejętności odpowiedniego radzenia sobie z nimi

TREŚCI PROGRAMOWE

Forma zajęć		Liczba godzin
1.	Psychologiczne koncepcje człowieka.	2
2.	Zdrowie a choroba. Destygmatyzacja.	2

SZKOŁA DOKTORSKA POLITECHNIKI WROCŁAWSKIEJ

3.	Zaburzenia afektywne.	2
4.	Zaburzenia lękowe.	2
5.	Autoagresja i samobójstwa.	2
6.	Zaburzenia psychotyczne.	2
7.	Uzależnienia.	2
8.	Przemoc.	2
9.	Formy pomocy psychologicznej.	2
10.	Terapia schematów.	2
11.	Odporność psychiczna. Mindfulness	2
12.	Stres i radzenie sobie.	2
13.	Znaczenie więzi w życiu człowieka.	2
14.	Znaczenie inteligencji emocjonalnej (elementy NVC).	2
15.	Podsumowanie. Zaliczenia.	2
	Suma godzin	30

STOSOWANE NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

- N1. Wykład interaktywny wzbogacony pomocami audiowizualnymi
 N2. Praca grupowa na zajęciach (np. studium przypadku, praca z tekstem, praca koncepcyjna, tworzenie modeli)
 N3. Praca indywidualna doktoranta (np. wykonywanie testu, autoanaliza, przygotowanie wystąpienia)
 N4. Dyskusja

OSIĄGANE EFEKTY UCZENIA SIĘ

Rodzaj efektu uczenia się	Kod składnika opisu efektu uczenia się	Sposób weryfikacji
wiedza	P8S_WK	Kolokwium, wystąpienie
umiejętności	P8S_UU	Praca indywidualna, praca w grupie
umiejętności	P8S_UO	Praca w grupie
kompetencje społeczne	P8S_KO	Dyskusja, praca w grupie

LITERATURA PODSTAWOWA I UZUPEŁNIAJĄCA

LITERATURA PODSTAWOWA:

- [1] Lidia Cierpiałkowska, *Psychopatologia*, Scholar, Warszawa 2020
 [2] David Rosenhan, Walker Elaine, Martin Seligman, *Psychopatologia*, Zysk i S-ka, Warszawa 2017
 [3] James Butcher, Jill Hooley, Susan Mineka, *Psychologia zaburzeń*, GWP, Gdańsk 2017

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- [1] Bruce Stevens, Eckhard Roediger, *Emocjonalne pułapki w związkach*, GWP, Sopot 2019
 [2] Matthew McKey, Patrick Fanning, Avigail Lev, Michelle Skeen, *Relacje na huśtawce*, GWP, Sopot 2018
 [3] John Teasdale, Mark Williams, Zindel Segal, *Praktyka uważności*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2016
 [4] Rick Hanson, Forrest Hanson, *Rezyliencja*, GWP, Sopot 2019
 [5] Steven Hayes, Spencer Smith, *W pułapce myśli*, GWP, Sopot 2019
 [6] Zofia Milska-Wrzosińska [red.], *Psychoterapia dziś. Rozmowy*, PWN, Warszawa 2018

OPIEKUN PRZEDMIOTU (IMIĘ, NAZWISKO, ADRES E-MAIL)

Dr Katarzyna Zahorodna (katarzyna.zahorodna@pwr.edu.pl)
Dr Joanna Szymańska (joanna.szymanska@pwr.edu.pl)

