**Wprowadzenie do psychologii***Introduction to psychology*

|  |  |
| --- | --- |
| **Program studiów dla przedmiotu obowiązujący od cyklu kształcenia** | 2025/2026 |
| **Kierunek studiów** | **Dietetyka** |
| **Rok i semestr studiów** | Rok I/ Semestr I |
| **Poziom kształcenia** | Studia I stopnia |
| **Profil kształcenia na kierunku** | Praktyczny |
| **Moduł kształcenia dla przedmiotu** | Ogólny |
| **Nazwa specjalizacji**  (jeśli przedmiot specjalizacyjny) | - |
| **Status przedmiotu** | Do wyboru |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Forma zajęć** | **Liczba godzin** | | **ECTS** | **Forma zaliczenia** | **Waga** |
|  | **Studia stacjonarne** | **Studia niestacjonarne** |  |  |  |
| Wykład | Godz\_ST | Godz\_NST | **5** | Egzamin | 100% |
| **Razem za zajęcia dydaktyczne** | **30** | **24** |  |  | |
| Praca własna studenta | 95 | 101 |  |  | |
| **Ogółem** | **125** | **125** |  |  | |

**Cele kształcenia dla przedmiotu**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Zapoznanie studenta z podstawowymi procesami psychicznymi człowieka. |
|  | Zapoznanie studenta z możliwymi praktycznymi zastosowaniami wiedzy psychologicznej w życiu codziennym i działalności zawodowej. |
|  | Ukształtowanie świadomości znaczenia psychologicznego aspektu funkcjonowania człowieka dla jego zdrowia. |

**Efekty uczenia się**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **WIEDZA** | | | |
| **L.p.** | **Efekty przedmiotowe**  (Student zna i rozumie) | **Odniesienie do efektów kierunkowych** | **Metody weryfikacji**  **efektów uczenia się** |
|  | Rozumie naukowy status psychologii, jej cel, przedmiot i metody. | Diet\_WG01 | Egzamin. |
|  | Wymienia i opisuje podstawowe psychologiczne procesy człowieka, rozumie ich złożoność́. | Diet\_WG01  Diet\_WG02 | Egzamin. |
|  | Zna wybrane prawidłowości psychologiczne funkcjonowania indywidualnego i społecznego człowieka. | Diet\_WG01  Diet\_WG02  Diet\_WG03 | Egzamin. |
|  | Zna możliwe praktyczne zastosowania wiedzy psychologicznej w dziedzinie medycyny, zdrowia i dietetyki. | Diet\_WG01  Diet\_WG02  Diet\_WG03  Diet\_WK03 | Egzamin. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **UMIEJĘTNOŚCI** | | | | |
| **L.p.** | **Efekty przedmiotowe**  (Student potrafi) | **Odniesienie do efektów kierunkowych** | **Metody weryfikacji**  **efektów uczenia się** |
|  | Potrafi przeanalizować́ i wyjaśnić́ wybrane zachowania człowieka poprawnie stosując podstawową terminologię psychologiczną i psychologiczne kategorie opisu. | Diet\_UK03 | Egzamin.  Aktywność na zajęciach. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **KOMPETENCJE SPOŁECZNE** | | | |
| **L.p.** | **Efekty przedmiotowe**  (Student jest gotów do) | **Odniesienie do efektów kierunkowych** | **Metody weryfikacji**  **efektów uczenia się** |
|  | Ma świadomość́ złożoności psychologicznych motywów warunkujących zachowania człowieka, w tym zachowania zdrowotne i żywieniowe. | Diet\_KK03 | Egzamin.  Aktywność na zajęciach. |
|  | Jest świadomy granic swoich kompetencji w zakresie psychologii, jest gotowy do współdziałania z psychologami we wspólnym rozwiązywaniu problemów klientów/pacjentów zgłaszających się po pomoc do dietetyka. | Diet\_KK02 | Egzamin.  Aktywność na zajęciach. |

**Treści kształcenia**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **L.p.** | **Treść kształcenia (tematyka zajęć)** | **Liczba godzin** | |
| Wykład | |
| **Studia stacjonarne** | **Studia niestacjonarne** |
|  | Psychologia jako dyscyplina naukowa - jej przedmiot, metody i cele | 2 | 1 |
|  | Psychologia jako dziedzina praktyki - praktyczne zastosowania psychologii w różnych obszarach życia. | 2 | 1 |
|  | Procesy poznawcze: wrażenia, percpecja, uwaga | 2 | 1 |
|  | Procesy poznawcze: pamięć, myślenie, uczenie | 2 | 1 |
|  | Emocje: typologie, funkcje, znaczenie dla życia człowieka | 2 | 2 |
|  | Motywacja: rodzaje, funkcje, znaczenie dla życia człowieka | 2 | 2 |
|  | Osobowość - teoria Wielkiej Piątki, pomiar osobowości oraz znaczenie w wyjaśnianiu zachowań człowieka. | 2 | 2 |
|  | Mechanizmy wpływu społecznego: przykłady eksperymentów społecznych i możliwych zastosowań wyników tych eksperymentów | 2 | 2 |
|  | Społeczne mechanizmy agresji, stereotypizacji, wykluczenia społecznego i sposoby przeciwdziałania im. Znaczenie dla profesjonalistów zajmujących się zdrowiem człowieka. | 2 | 2 |
|  | Główne kategorie zaburzeń psychicznych i ich podstawowe cechy. Rola rożnych specjalistów w leczeniu zaburzeń́ psychicznych. | 2 | 2 |
|  | Mózgowe podłoże czynności psychicznych i zachowań człowieka. Studia przypadków zaburzeń zachowania spowodowanych uszkodzeniem mózgowia. | 2 | 2 |
|  | Związki umysłu i ciała. Zależności psychosomatyczne i somatopsychiczne. Implikacje dla profesjonalistów zajmujących się zdrowiem człowieka. | 2 | 2 |
|  | Obraz ciała jako regulator zachowań człowieka. Znaczenie dla zachowań zdrowotnych. | 2 | 1 |
|  | Psychologia zachowań żywieniowych. Implikacje dla dietetyków. | 2 | 1 |
|  | Role zawodowe i granice kompetencji zawodowych w zespołach profesjonalistów zajmujących się zdrowiem człowieka. Etyczne aspekty pomagania. | 2 | 2 |
|  | **Razem** | **30** | **24** |

**Metody kształcenia**

|  |  |
| --- | --- |
| **Forma zajęć** | **Metody kształcenia** |
| Wykład | Wykład informacyjny i/lub problemowy z prezentacją multimedialną  Psychologiczna analiza przypadków  Dyskusja, debata, burza mózgów, grywalizacja  Prezentacja wybranych elementów atlasu neuroanatomicznego |

**Warunki zaliczenia**

|  |  |
| --- | --- |
| **Sposób zaliczenia** | **Wagi (%)** |
| **Forma zajęć** |
| Egzamin pisemny | 90% |
| Wykonanie zadań / ćwiczeń / projektu podczas zajęć | 10% |
| **Razem** | **100%** |

**Rozliczenie pracy własnej studenta**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **L.p.** | **Czynności w ramach pracy własnej** | **Szacowana liczba godzin** | |
| **Studia stacjonarne** | **Studia niestacjonarne** |
|  | Przygotowanie do udziału w zajęciach (np. wstępna lektura, przygotowanie lub zgromadzenie materiałów, pomocy, przygotowanie referatu lub prezentacji na zajęcia itp.) | 20 | 25 |
|  | Lektura obowiązkowa | 20 | 25 |
|  | Obowiązkowe zapoznanie się z innymi materiałami lub treściami (np. materiałami audio, wideo, narzędziami, pomocami, oprogramowaniem, sprzętem, aktami prawnymi, dokumentacją, warunkami miejsca pracy itp.) | 20 | 25 |
|  | Przygotowanie do egzaminu | 35 | 26 |
|  | **Razem** | **95** | **101** |

**Literatura obowiązkowa**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Ph. Zimbardo, R. Gerrig. Psychologia i życie 2020 |

**Literatura uzupełniająca**

|  |  |
| --- | --- |
|  | A. Łuszczyńska. Zachowania zdrowotne. Dlaczego dobre chęci nie wystarczą. 2004 |
|  | O. Jane. Psychologia odżywiania się 2011 |
|  | K. Janowski, K. Awruk. Motivation for Physical Activity and Mental Health Indicators in Male Gym Attendees (Physical Culture and Sport. Studies and Research, vol. 69, nr. 1, str. 65-73) 2016 |
|  | K. Janowski. Psychological Perspectives on Health and Disease. Vol. 1. Determinants of Somatic and Mental Health 2019 |
|  | D. Pankowski, K. Janowski, W. D. Owczarek, A. Borzęcki. Sociodemographic variables, health-related behaviors, and disease characteristics in patients with psoriasis (Family Medicine & Primary Care Review, vol. 20, nr. 2, str. 149-153) 2018 |

**Inne materiały dydaktyczne**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Prezentacja multimedialna i materiały od prowadzącego zajęcia |