DOBROSTAN PSYCHICZNY PACJENTA I PRACOWNIKA

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2025/26
Wydział	Wydział Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca	Nauki o zdrowiu
Profil studiów	Ogólnoakademicki
Poziom kształcenia	Licencjat
Forma studiów	Stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	Przedmiot do wyboru
Forma weryfikacji efektów uczenia się	Zaliczenie
Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące	Studium Komunikacji Medycznej Warszawski Uniwersytet Medyczny ul. Litewska 16 00-575 Warszawa skm@wum.edu.pl www.skm.wum.edu.pl
Kierownik jednostki	**dr n. społ. Antonina Doroszewska** antonina.doroszewska@wum.edu.pl
Koordynator przedmiotu	mgr Piotr Smolaga piotr.smolaga@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	dr n. społ. Antonina Doroszewska antonina.doroszewska@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	dr Antonina Doroszewska, antonina.doroszewska@wum.edu.pl dr Mariola Piszczatowska-Oleksiewicz, mariola.piszczatowska-oleksiewicz@wum.edu.pl mgr Joanna Zawanowska, joanna.zawanowska@wum.edu.pl mgr Magdalena Nowak, magdalena.nowak@wum.edu.pl mgr lek. Iwona Drozdowska, iwona.drozdowska@wum.edu.pl mgr Dominika Saad, dominika.saad@wum.edu.pl mgr Piotr Smolaga, piotr.smolaga@wum.edu.pl

2. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Rok i semestr studiów	rok III, semestr 2	**Liczba punktów ECTS**	1

FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ	**Liczba godzin**	**Kalkulacja punktów ECTS**
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim		
wykład (W)	10	0.4
seminarium (S)	15	0.6
ćwiczenia (C)		
e-learning (e-L)		
zajęcia praktyczne (ZP)		
praktyka zawodowa (PZ)		
Samodzielna praca studenta		
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		

3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	Zrozumienie znaczenia empatii w codziennej praktyce.
C2	Kształtowanie samoświadomości i samoregulacji w kontekście dobrostanu.
C3	Rozpoznawanie i (samo)monitorowanie obszarów dobrostanu.
C4	Rozwój umiejętności komunikacyjnych w pracy z osobami po kryzysach psychicznych.
C5	Zrozumienie znaczenie rozwijania inteligencji emocjonalnej, odporności psychicznej i rezyliencji.
C6	Poznanie sposobów regulacji emocjonalnej i profilaktyki wypalenia zawodowego.

4. STANDARD KSZTAŁCENIA – SZCZEGÓŁOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Symbol i numer efektu uczenia się zgodnie ze standardami uczenia się	**Efekty w zakresie**

Wiedzy – Absolwent* zna i rozumie:	
E_U18	Współpracuje z zespołem wielodyscyplinarnym w celu zapewnienia ciągłości opieki nad pacjentem.
E_U38	Potrafi dokonać wyboru metod komunikacji dostosowany do specyfiki różnych grup populacyjnych
E_U60	Potrafi identyfikować problemy pacjenta, klienta oraz grupy społecznej
E_U72	Uwzględnia perspektywę pacjenta, uzgadnia z pacjentem postępowanie, stosuje metody motywowania pacjenta do przestrzegania zaleceń

**W załącznikach do Rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki z 29 września 2023 wspomina się o „absolwencie", a nie studencie*

5. POZOSTAŁE EFEKTY UCZENIA SIĘ

Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:	
W1	Pojęcie i składowe dobrostanu, samoświadomości, samoregulacji i rezyliencji.
W2	Radzenie sobie ze stresem, lękiem i budowanie odporności psychicznej.
W3	Pojęcia Inteligencja emocjonalna, wypalenie zawodowe oraz profilaktyka mobbingu.
W4	Zarządzanie emocjami i sposoby regulacji emocji.
W5	Różne rodzaje zaburzeń psychicznych, ich objawy i przyczyny oraz specyfikę funkcjonowania.
W6	Umiejętność podstawowej oceny stanu psychicznego pacjenta.
Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:	
E_K01	Posiada świadomość własnych ograniczeń i wie kiedy zwrócić się do innych specjalistów.
E_K13	Jest świadomy własnych ograniczeń i wie, kiedy zwrócić się do ekspertów

6. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykłady	Pojęcie dobrostanu w koncepcjach psychologii pozytywnej. Obszary dobrostanu. Dobrostan w opozycji do kryzysu. Znaczenie empatii i sposoby jej okazywania. Odporność psychiczna, rezyliencja i radzenie sobie ze stresem Inteligencja emocjonalna i regulacja emocji Wypalenie zawodowe	
Seminaria	Ujęcie dobrostanu jako samoświadomości i jakości dbania o zdrowie psychiczne. Obszary dobrostanu.	

	Pracowanie interwencji uwzględniających zdrowie psychiczne. Brak dobrostanu jako element aktywizujący zaburzenia psychiczne. (Omówienie zaburzeń psychicznych) Ujęcie dobrostanu w paradygmatach naukowych, techniki rozwijania samoświadomości i samoregulacji. Jak zarządzać swoimi emocjami na co dzień. Samoregulacja i skuteczność działania w koncepcjach psychologicznych. Motywacja, zaangażowanie i prokrastynacja. Rola przekonań i techniki skutecznego planowania.	

7. LITERATURA

Obowiązkowa

1. Seligman, M.E. P. (2011). Pełnia życia. Nowe spojrzenie na kwestię szczęścia i dobrego życia. Poznań: Media Rodzina.

Uzupełniająca

1. Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069–1081.
2. Schiraldi, G.R. (2023). Siła rezyliencji, Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
3. Podgórska J. (2023). Tak działa mózg. Jak mądrze dbać o jego funkcjonowanie, Wydawnictwo W.A.B.

8. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
E_U18, E_U38, E_U60, E_U72, W1-W6, E_K01, E_K13	Przygotowanie autorefleksji na koniec każdego seminarium	Udzielenie odpowiedzi na każde pytanie podane w formularzu autorefleksji

9. INFORMACJE DODATKOWE

1. Obecność na wszystkich wykładach i seminariach jest obowiązkowa.
2. Jeśli nie ma możliwości uczestniczenia w zajęciach z inną grupą, dopuszcza się odrobienie nieobecności poprzez udział w spotkaniu Studenckiego Koła Naukowego Komunikacji i Edukacji Medycznej lub, w wyjątkowych sytuacjach, zaliczenie testu wiedzy.
3. Osoby, które chciałyby uczęszczać na wszystkie seminaria i/lub ćwiczenia z inną grupą są proszone o złożenie podania z uzasadnieniem o zmianę grupy na początku roku akademickiego. Kontakt do kierowniczki dr Antoniny Doroszewskiej. Podanie może zostać przesłane na adres e-mailowy – antonina.doroszewska@wum.edu.pl.
4. Zapraszamy osoby zainteresowane udziałem w kołach naukowych. Przy Studium Komunikacji Medycznej działa SKN Edukacji Medycznej: opiekunka koła – dr Antonina Doroszewska (antonina.doroszewska@wum.edu.pl); strona SKN – http://www.facebook.com/sknedumedwum.

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusa przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusa w innych celach wymaga zgody WUM.

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich