

KARTA PRZEDMIOTU

Kod przedmiotu	0919.4.ZP2.D.POIO	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Psychologia odżywiania i odchudzania
	angielskim	Psychology of nutrition and weight loss

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Zdrowie Publiczne
1.2. Forma studiów	Stacjonarne
1.3. Poziom studiów	Studia drugiego stopnia magisterskie
1.4. Profil studiów*	Ogólnoakademicki
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	dr n. hum. Edyta Laurman Jarzabek
1.6. Kontakt	edyta.laurman-jarzabek@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	polski
2.2. Wymagania wstępne*	podstawowa wiedza z psychologii ogólnej

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	Wykład
3.2. Miejsce realizacji zajęć	Sale dydaktyczne UJK
3.3. Forma zaliczenia zajęć	Zaliczenie z oceną
3.4. Metody dydaktyczne	Wykład, dyskusja, praca w grupach, prezentacje multimedialne, film edukacyjny
3.5. Wykaz literatury	podstawowa
	1. Schmidt U., Treasure J., Alexander J.: Pokonać bulimię i zespół napadowego objadania. Wydawnictwo Dialog, Warszawa 2020. 2. Brytek-Matera A., Zaburzenia odżywiania, Wyd. PZWL, 2022. 3. Obara-Gołębiowska M., Nadwaga otyłość i psychologia. Wyd. Difin 2020. 4. Czepczor K., Brytek-Matera A., Jedzenie pod wpływem emocji. Wyd. Difin, 2017. 5. Czepczor – Bernat K., Brytek-Matera A., Psychologiczne aspekty nadwagi i otyłości. Teoria i praktyka. Difin, 2019.
	uzupełniająca
	1. Gruszecka K. Psychodietetyka, czyli jak wyjść z błędnego koła odchudzania. Wyd: Sensus, 2020. 2. Ogden J., Psychologia odżywiania się. Od zdrowych do zaburzeń zachowań żywieniowych. Wyd: Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2011.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykład: C1. Zapoznanie studentów z podstawowymi pojęciami w psychologii odżywiania, zjawiskami i procesami psychicznymi, które determinują zachowania żywieniowe człowieka. C2. Zapoznanie studentów z uwarunkowaniami, rodzajami i charakterystyką zaburzeń odżywiania. C3. Poznanie psychologicznej specyfiki pacjentów z jadłowstrętem psychicznym i bulimią psychiczną oraz form wsparcia pacjenta w zdrowieniu.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: 1. Mechanizm i patogeneza zaburzeń odżywiania w wybranych podejściach psychologicznych. Style jedzenia. 2. Doświadczenie emocji a proces odżywiania się. Psychologia odchudzania - psychologiczne przyczyny i konsekwencje otyłości. 3. Obraz ciała; wprowadzenie w problematykę zaburzeń odżywiania; anoreksja; ortoreksja; bulimia, kompulsywne objadanie się; 4. Psychoterapia i pomoc psychologiczna w zaburzeniach odżywiania.

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY :		
W01	Posiada wiedzę i rozumie uwarunkowania zdrowia człowieka, zagrożenia wynikające ze stylu życia, środowiska, w którym funkcjonuje	ZP2A_W03

W02	Zna skuteczne metody interwencji w sytuacji zaburzeń odżywiania.	
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	Potrafi zaplanować, monitorować i ocenić programy w obszarze zdrowia publicznego, w zakresie działalności profilaktycznej, informacyjnej, edukacyjnej oraz szkoleniowej dotyczących psychologii odżywiania się i odchudzania.	ZP2A_U02 ZP2A_U06
U02	Posiada umiejętności pracy w grupie oraz potrafi zaproponować podjęcie właściwych działań w zakresie promocji zdrowego odżywiania z uwzględnieniem różnych grup wiekowych, stanu zdrowia i rodzaju aktywności zawodowej oraz dokonać oceny ich skuteczności	
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	Potrafi skutecznie planować, organizować i kierować pracą zespołu wykazując postawę aktywnego uzupełniania wiedzy i umiejętności w oparciu o zasadę uczenia permanentnego	ZP2A_K04

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się																			
Efekty przedmiotowe (symbol)		Sposób weryfikacji (+/-)																	
		Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt* Sesja coachingowa			Aktywność na zajęciach*			Praca własna* prezentacja			Praca w grupie*		
		Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć		
		W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01					+									+					
W02					+									+					
U01					+												+		
U02					+												+		
K01																	+		

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	wynik testu końcowego na poziomie 61%-68%
	3,5	wynik testu końcowego na poziomie 69%-76%
	4	wynik testu końcowego na poziomie 77%-84%
	4,5	wynik testu końcowego na poziomie 85%-92%+ aktywność w dyskusji kierowanej
	5	wynik testu końcowego na poziomie 93%-100%+aktywność w dyskusji kierowanej i umiejętność kierowania pracą w grupie.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta
	Studia stacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	20
Udział w wykładach*	18
Udział w egzaminie/kolokwium zaliczeniowym*	2
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	5
Przygotowanie do wykładu*	2
Przygotowanie do egzaminu/kolokwium*	3
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	25
PUNKTY ECTS za przedmiot	1

*niepotrzebne usunąć

Przyjmuję do realizacji (data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....