

Τίτλος Μαθήματος	ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ			
Κωδικός Μαθήματος	SSHPS409-1			
Τύπος μαθήματος	ΕΠΙΛΕΓΟΜΕΝΟ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ			
Επίπεδο	Πτυχίο (Επίπεδο 1)			
Έτος / Εξάμηνο φοίτησης	4 ^ο / Χειμερινό			
Όνομα Διδάσκοντα	Δρ. Άγγελος Ροδαφινός			
ECTS	6	Διαλέξεις εβδομάδα	/ 3	Εργαστήρια εβδομάδα
Στόχος Μαθήματος	<p>Σκοπός του μαθήματος είναι να βοηθήσει τους φοιτητές να κατανοήσουν θέματα θεωρητικής όσο και ερευνητικής μορφής, που αφορούν το αντικείμενο της ψυχολογίας της υγείας. Επιπλέον, σκοπεύει να βοηθήσει τους φοιτητές να αντιληφθούν τα οφέλη της υγιεινής ζωής και συμπεριφοράς, όπως για παράδειγμα επιστημονικά αποδεδειγμένες μεθόδους αντιμετώπισης του άγχους της καθημερινής ζωής. Τέλος σκοπεύει να προωθήσει την κατανόηση του ρόλου και τα οφέλη της συνεργασίας μεταξύ ψυχολόγου και αθλητικού επιστήμονα/επιστήμονα υγείας.</p>			
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<p>Με την ολοκλήρωση του μαθήματος ο/η διδασκόμενος/η αναμένεται να είναι σε θέση να:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Αναγνωρίζει τις σημαντικές θεωρίες που αφορούν τις βιοψυχοκοινωνικές, αποδεκτές και μη αποδεκτές, συμπεριφορές • Εφαρμόζει τα υφιστάμενα σχέδια διαχείρισης που προβλέπονται για τα άτομα που υποφέρουν από ψυχολογικές και/ή ψυχοσωματικές παθήσεις • Αναλύει και να συγκρίνει παραδοσιακά και σύγχρονα μοντέλα της υγιούς ή της μη υγιούς συμπεριφοράς • Καταγράφει πρότυπα υγείας τα οποία αφορούν εμπειρίες καιεργαλεία αξιολόγησης της συμπεριφοράς μέσα από συζητήσεις στην τάξη • Καταγράφει εξατομικευμένα σχέδια δράσης για τον εντοπισμό των συνηθειών υγείας και να προτείνει στρατηγικές για τη διαχείριση των ανθυγιεινών πρακτικών. • Προτείνει αλλαγές στη συμπεριφορά του ατόμου ώστε να βελτιώνεται 			

	<p>ποιότητα ζωής</p> <ul style="list-style-type: none"> • Περιγράφει τους διάφορους μηχανισμούς μέσω των οποίων λειτουργικές και δυσλειτουργικές μεταβλητές της ανθρώπινης προσωπικότητας αναπτύσσονται μέσα στο πλαίσιο των διαπροσωπικών σχέσεων. • Κατανοεί τις βασικές αρχές που έχουν να κάνουν με την σεξουαλική υγεία και λειτουργικότητα του ατόμου 		
Προαπαιτούμενα	Κανένα	Συναπαιτούμενα	Κανένα
Περιεχόμενο Μαθήματος	<p>Το μάθημα έχει σκοπό να εμπλουτίσει το επίπεδο των φοιτητών όσον αφορά τα θέματα της ψυχολογίας της υγείας. Είναι σχεδιασμένο με τέτοιο τρόπο ώστε να δώσει στους μαθητές αρκετές ευκαιρίες για να αναλύσουν, συνδυάσουν και εφαρμόσουν θεωρητικές και πρακτικές γνώσεις της ψυχολογίας της υγείας. Μετά την παράδοση μαθημάτων και συζητήσεων, οι φοιτητές θα είναι σε θέση να κρίνουν την λειτουργικότητα διαφόρων ψυχοθεραπευτικών μεθόδων που αφορούν θέματα ψυχολογίας της υγείας.</p> <p>Οι επιμέρους ενότητες είναι οι ακόλουθες:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Γενική Ανασκόπηση • Συστήματα του σώματος • Υγιεινή ζωή. Ορισμός – περιεχόμενο – εφαρμογές • Βιοψυχοκοινωνικό μοντέλο αξιολόγησης • Η αντιμετώπιση του άγχους στην καθημερινή μας ζωή • Ο ασθενείς στα θεραπευτικά κέντρα • Η αντιμετώπιση του πόνου • Η αντιμετώπιση χρόνιων ασθενειών • Η αντιμετώπιση καρδιακών παθήσεων, της υπέρτασης, εγκεφαλικών επεισοδίων, κόλπου και διαβήτη • Ψυχονευρολογική ανοσία, AIDS, καρκίνος και αρθρίτιδα • Το μέλλον της ψυχολογίας της υγείας • Ψυχοθεραπείες & Υγεία • Ψυχοσυναισθηματική Υγεία και Γήρανση • Ψυχοσυναισθηματική Υγεία και Διαζύγιο 		
Μεθοδολογία Διδασκαλίας	<p>Θεωρία</p> <p>Η διδασκαλία του μαθήματος συμπεριλαμβάνει διαλέξεις για την προσφορά του θεωρητικού υπόβαθρου. Στη διδασκαλία χρησιμοποιούνται αναλυτικές σημειώσεις με PowerPoint και υλικό πλούσιο σε εικόνες και videos. Μέθοδοι όπως μελέτες περίπτωσης, κλινικά σενάρια, συζήτηση, ερωτήσεις / απαντήσεις χρησιμοποιούνται στην μεθοδολογία διδασκαλίας ανάλογα με τη φύση του μαθήματος. Χρησιμοποιείται επίσης σχετικό υλικό δημοσιευμένο σε</p>		

	<p>διεθνή επιστημονικά περιοδικά για παρακολούθηση των πιο πρόσφατων εξελίξεων σχετικών με το αντικείμενο του μαθήματος.</p>
<p>Βιβλιογραφία</p>	<p>Κύρια Συγγράμματα:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Schacter, L.D., Gilbert, T.D., & Wegner, M.D. (2012). <i>Ψυχολογία</i>, Gutenberg.Vosniadou, S. (2011). <i>Εισαγωγή στην Ψυχολογία</i>, Gutenberg. 2. Paul, A. (2012). <i>Νευροψυχολογία, Βιολογική Ψυχολογία</i>, Gutenberg.Zisi, A. (2013). <i>Κοινωνία, Κοινότητα, & Ψυχική Υγεία</i>, Gutenberg. 3. Pourkos, M. (2016). <i>Πλαίσιο, Σώμα, Βίωμα, & Αναπαραστάσεις</i>, Gutenberg. 4. Taylor, S.E. (2017). <i>Health Psychology</i>, 10th Edition, McGraw Hill.
<p>Αξιολόγηση</p>	<p>Συνεχής αξιολόγηση (50%):</p> <p>Η αξιολόγηση μπορεί να περιλαμβάνει οποιοδήποτε συνδυασμό των ακόλουθων:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Οι εργασίες και τα ερευνητικά σχέδια (30%) παρέχουν ευκαιρίες στους φοιτητές να εφαρμόσουν τις θεωρητικές τους γνώσεις με πρακτικό τρόπο. Οι εργασίες είναι σχεδιασμένες με τρόπο που να απαιτούν κριτική σκέψη, έρευνα, ανάλυση και σύνθεση πληροφοριών. Τα ερευνητικά σχέδια μπορεί να είναι ατομικά, ή ομαδικά και πρέπει να ευθυγραμμίζονται με τα μαθησιακά αποτελέσματα. Οι φοιτητές αξιολογούνται ως προς την ποιότητα της εργασίας τους, το βάθος της κατανόησης που επιδεικνύουν και την ικανότητά τους να επεξηγούν αποτελεσματικά τις ιδέες τους. Οι εργασίες και τα ερευνητικά σχέδια μπορούν να είναι ατομικές ή ομαδικές. • Συζητήσεις στην τάξη – Debates (20%): Οι φοιτητές συμμετέχουν σε συζητήσεις στην τάξη για την αξιολόγηση των θεωρητικών τους γνώσεων. Ενθαρρύνεται η ενεργός συμμετοχή για να ακονίσουν τις δεξιότητες κριτικής σκέψης τους, θέτοντας ερωτήσεις ανοικτού τύπου και διευκόλυνσης του διαλόγου τους. <p>Τελική εξέταση (50%): Περιεκτική τελική εξέταση, για την αξιολόγηση της συνολικής θεωρητικής γνώσης των φοιτητών. Αυτές οι αξιολογήσεις καλύπτουν ένα ευρύτερο φάσμα θεμάτων και μαθησιακών αποτελεσμάτων από ολόκληρο το πρόγραμμα σπουδών, για να εκτιμηθεί η κατανόηση και η ενσωμάτωση της γνώσης των φοιτητών σε διάφορους τομείς.</p>



ΦΟΡΕΑΣ ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗΣ ΚΑΙ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΤΗΣ ΑΝΩΤΕΡΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
THE CYPRUS AGENCY OF QUALITY ASSURANCE AND ACCREDITATION IN HIGHER EDUCATION



Γλώσσα	Ελληνικά / Αγγλικά
--------	--------------------