

FIȘA DISCIPLINEI PSIHOLOGIA SĂNĂTĂȚII

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA "OVIDIUS" DIN CONSTANȚA
1.2 Facultatea	PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚELE EDUCAȚIEI
1.3 Departamentul	PSIHOLOGIE, ASISTENȚA SOCIALĂ ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
1.4 Domeniul de studii	PSIHOLOGIE
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studii	PSIHOLOGIE
1.7 Anul universitar	2022-2023

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	PSIHOLOGIA SĂNĂTĂȚII						
2.2 Cod disciplină	P3208						
2.3 Titularul activităților de curs	LECT. UNIV. DR. BĂICEANU CARMEN-MIHAELA						
2.4 Titularul activităților aplicative	ASIST. UNIV. DRD. PETROV SILVIA						
2.5 Anul de studiu	III	2.6 Semestrul	6	2.7 Tipul de evaluare	E	2.8 Regimul disciplinei	DS/DO

3. Timpul total estimat

3.1 Număr de ore activități directe pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 aplicații	1
3.4 Total ore activități directe pe semestru	42	din care: 3.5 curs	28	3.6 aplicații	14
3.7 Total ore de studiu individual					58
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					18
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					12
Pregătire seminarii/ laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					14
Tutoriat					6
Examinări					6
Alte activități.....					2
3.8 Total ore pe semestru	100				
3.9 Numărul de credite	4				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Concepte fundamentale de: psihologie clinică și psihoterapie, psihopatologie
4.2 de competențe	- Capacitatea de transfer și utilizare a conceptelor fundamentale în situațiile educaționale abordate - Capacitate de analiză critică a literaturii de specialitate - Familiaritate cu noțiuni de metodologia cercetării

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sala de curs, videoproiector, laptop, tablă, acces la internet, acces la baze de date internaționale, materiale video educative, flipchart.
5.2 de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Laborator de psihologie, videoproiector, laptop, tablă, acces la internet, acces la baze de date internaționale, materiale video educative, imprimantă, copiator, hârtie, flipchart.

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<i>C1 Operarea cu concepte fundamentale în domeniul psihologiei sănătății</i> <i>C2 Proiectarea și realizarea unui demers de cercetare a sănătății și bolii (transversale, longitudinale, experimentale, prospective, studii de caz, studii calitative, meta-analize).</i> <i>C3 Evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în domeniul psihologiei sănătății mintale.</i> <i>C4 Evaluarea psihologică a individului, grupului și organizației și proiectarea unor strategii de intervenție primară și secundară asupra factorilor de risc pentru îmbolnăviri</i> <i>C5 Proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice în domeniul sănătății</i> <i>C6 Relaționarea și comunicarea interpersonală specifică domeniului psihologiei sănătății pentru educația pentru sănătate, promovarea sănătății și prevenția îmbolnăvirilor</i>
Competențe transversale	<i>CT1 Exercițierea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice în exercitarea profesiei</i> <i>CT2 Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară pe diverse paliere ierarhice</i> <i>CT3 Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea adaptării competențelor profesionale la dinamica contextului social</i>

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	• Cursul se adresează studenților de la specializarea Psihologie, anul III de studii. Predarea disciplinei are ca scop cunoașterea și însușirea de către studenți a noțiunilor fundamentale privind psihiatria, prevenția și păstrarea sănătății, înțelegerea, analiza și aplicarea conceptelor psihologice cu relevanță pentru sănătate, în scopul educării, informării și proiectării de strategii de prevenire și control a îmbolnăvirilor și îmbunătățirii sănătății și calității vieții.
7.2 Obiectivele specifice	• Încadrarea psihologiei sănătății în contextul disciplinelor de psihologice, vizând cunoașterea stării de sănătate, precum și măsurile de psihoprevenție care se impun în conexiune cu educația medico-psihologică. • Identificarea rolului factorilor cognitivi, emoționali, comportamentali și sociali în promovarea sănătății și în riscul pentru îmbolnăviri • Cunoașterea factorilor de risc morbigenic precum și a celor de sanogeneză care pot influența starea de sănătate, individuală sau colectivă. • Explicarea mecanismelor prin care sănătatea și boala sunt codeterminate de factori biologici, psihici, sociali și comportamentali. • Proiectarea de strategii de promovare și menținere a sănătății în contextul sănătății publice • Analiza modalităților de eliminare și reducere a factorilor de risc pentru îmbolnăviri • Manifestarea unei atitudini pozitive și responsabile față de domeniul științific / cultivarea unui mediu științific centrat pe valori și relații democratice / promovarea unui sistem de valori culturale, morale și civice / valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în activitățile științifice / implicarea în dezvoltarea instituțională și în promovarea inovațiilor științifice / angajarea în relații de parteneriat cu alte persoane - instituții cu responsabilități similare / participarea la propria dezvoltare profesională.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Număr ore alocate
1. Concepte cheie în Psihologia Sănătății 1.1. Premisele apariției Psihologiei Sănătății 1.2. Definirea Psihologiei Sănătății 1.3. Obiectivele Psihologiei Sănătății 1.4. Principii și paradigme de studiu 1.5. Ramuri ale Psihologiei Sănătății 1.6. Statutul și rolul psihologului în domeniul psihologiei sănătății	Prezentare orală + multimedia Prelegerea participativă, dezbaterile, expunerea interactivă, conversația euristică, problematizarea	(2 ore)
2. Normalitatea și anormalitatea și patologic în psihopatologie 2.1. Conceptul de sănătate 2.2. Conceptul de boală 2.3. Conceptul de stare de bine 2.4. Conceptul de calitate a vieții 2.5. Modele ale sănătății și bolii		(2 ore)
3. Modele ale sănătății și bolii		(2 ore)
4. Rolul cognițiilor în sănătate și boală 4.1. Rolul teoriei social-cognitive a personalității în psihologia sănătății 4.2. Autoeficacitatea 4.3. Stima de sine 4.4. Locus de control 4.5. Robustețea 4.6. Sentimentul de coerență 4.7. Optimismul		(2 ore)
5. Modelele cognitiv-sociale de promovare a sănătății 5.1. Modelul învățării sociale 5.2. Modelul convingerilor despre sănătate 5.3. Teoria comportamentului planificat 5.4. Modelul HAPA		(4 ore)
6. Emoții și sănătate 6.1. Teorii ale emoțiilor 6.2. Relația dintre cogniții și emoții 6.3. Rolul emoțiilor negative și pozitive în sănătate 6.4. Relația dintre emoții și urmărirea unor scopuri de sănătate 6.5. Relația dintre personalitate, emoții și sănătate		(2 ore)
7. Stilul de viață și sănătatea 7.1. Conceptul de stil de viață 7.2. Modele ale factorilor care influențează stilul de viață 7.3. Dependența de substanțe 7.4. Comportamentul sexual		(6 ore)
8. Stresul, evenimentele de viață, criza și trauma și sănătate 8.1. Noțiuni introductive 8.2. Precursori ai teoriei stresului 8.3. Modelul fiziologic și teoria răspunsului 8.4. Modelul cauzal și teoria stimulilor 8.5. Modelul interacțional și teoria		(2 ore)

tranzacțională 8.6. Modelul patogen și teoria fiziopatologică 8.7. Factorii de stress 8.8. Evaluarea stresorilor și procesul de coping 8.9. Consecințele stresului		
9. Determinismul social al sănătății		(2 ore)
10. Comunicarea mesajelor de sănătate		(2 ore)
11. Etica cercetării, a programelor de educație pentru sănătate și a evaluării.		(2 ore)
Bibliografie: 1. Baban, A. (2002). Psihologia sănătății: abordare psihosociala a sănătății publice. Cluj-Napoca: Editura ASCR. 2. Baban, A. (1998). Stres și personalitate. Cluj: Presa Universitară Clujeană. 3. Cosman, D. (2010). Psihologie medicală. Iași: Ed. Polirom. 4. Dobranici, Letiția (2008), Sănătate mintală, București: Editura Fundației România de Mâine. 5. Enăchescu, C. (2004). Tratat de Psihosexologie, Iași: Ed. Polirom. 6. Enăchescu, C. (2001). Tratat de Psihopatologie, București: Ed. Tehnică. 7. Enăchescu, C. (2004). Tratat de Igienă Mintală, Iași: Ed. Polirom. 8. Gitterman, A. (ed.). (2001). (2nd edition). Handook of social work practice with vulnerable and resilient populations. New York: Columbia University Press. 9. Gorgos, C., Tudose, C., Tudose, F. și colab. (1987-1992), Dicționar enciclopedic de psihiatrie, vol I-IV, București: Editura Medicală. 10. Iamandescu, I.B. (1997). Psihologie medicală, ediția a II-a. București: Editura Infomedica. 11. Ionescu, G. (1995). Tratat de psihologie medicală și psihoterapie, București: Ed. Asklepois. 12. Ionescu, Ș. (1998). Paisprezece abordări ale psihopatologiei, Iași: Editura Polirom. 13. Lăzărescu, M. (1993), Psihopatologie clinică, Timișoara: Editura Helicon. 14. Lupu, I.; Zanc, I. (1999). Sociologie Medicală, Iași: Ed. Polirom. 15. Kaplan, R., Sallis, J. and Patterson, T. (1993). Health and Human Behavior. New York: McGraw-Hill. 16. Marks, D. F., & Yardley, L. (2004). Research methods for clinical and health psychology. London: Sage Publications. 17. Milea, Ș. (2006). Profilaxia primară a tulburărilor psihice la copil și adolescent, București: Ed. Științelor Medicale. 18. Muntean, A., Munteanu, A. (2011). Violenta, trauma, reziliența, Iași: Ed. Polirom. 19. Ogden, J. (2007). Health psychology: a textbook (4th ed.). Maidenhead: Open University Press. 20. Predescu, V. și colab. (1989), Psihiatrie, București: Editura Medicală. 21. Rășcanu, R., (2001). Psihologia sănătății: de la credințe și explicații la sisteme de promovare a ei, în M.Zlate (coord.), Psihologia la răspântia mileniilor, Iași: Ed. Polirom. 22. Sarafino, E. (1990) Health Psychology: Biopsychosocial interactions. New York: Wiley. 23. Stanculescu, E. (2015). Managementul stresului in mediul educațional, București: Editura Universitară. 24. Sheridan, C. and Radmacher, S. (1992) Health Psychology:Challenging the Biomedical Model. New York: Wiley 25. Shoenberg, P. (2017). Psihosomatica. Utilizări ale psihoterapiei, București: Editura Trei. 26. Ionescu, S. (Coord.). (2013). Tratat de reziliență asistată, București: Editura Trei. 27. Ionescu, S., Jacquet M.-M., Lhote C. (2007). Mecanisme de apărare. Teorie si aspecte clinice Iași: Ed. Polirom. 28. Tudose, F. (2007), Psihopatologie și orientări terapeutice în psihiatrie, Editura Fundației România de Mâine, București. Tudose, F., Tudose C, Dobranici L. (2011) Tratat de psihopatologie și psihiatrie pentru psihologi, București: Editura Trei		
8.2 Aplicații (seminar/ laborator/ proiect)	Metode de predare	Număr ore alocate
1. Domeniul psihoigienei sănătății Conceptul de sănătate mentala si boala	Exercițiul de reflecție, Conversația euristică,	(1 ora)

psihica. Tulburările somatofobe.	Dezbateri, Analiza de text, Problematizarea	
2. Alfabetizare în sănătate		(2 ore)
3. Promovarea sănătății de-a lungul vieții: Particularitățile promovării sănătății la copii și adolescenți		(1 ora)
4. Promovarea sănătății de-a lungul vieții: Particularitățile promovării sănătății la adulți și vârstnici		(1 ora)
5. Influențe sociale și de mediu asupra comportamentelor de risc		(1 ora)
6. Influențe emoționale asupra comportamentelor de risc		(1 ora)
7. Modele de modificare a comportamentului: aplicații în dezvoltarea de programe de prevenție –modele motivationale		(2 ore)
8. Modele de modificare a comportamentului: aplicații în dezvoltarea de programe de prevenție –modele multistadiale		(2 ore)
9. Programe de promovare a sănătății în platforme online și de tip social media (e-health)		(1 ora)
10. Sesiune de prezentare a posterelor realizate de studenți		(2 ore)

9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conținutul disciplinei este în concordanță cu specificul domeniului, cu politicile educaționale specifice facultăților de profil, adaptat cerințelor pieței muncii pentru domeniile ocupaționale de profil psihologic.

10. Evaluare

10. Evaluare			
Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	In funcție de specificul disciplinei: corectitudinea si completitudinea cunoștințelor, coerenta logica, gradul de asimilare a limbajului de specialitate;	Evaluare orală/scrisa - Examen	40%
		Participarea activă la cursuri	10%
10.5 Aplicații	- capacitatea de a opera cu cunoștințele asimilate; - capacitatea de elabora un plan de cercetare în domeniul psihologiei sănătății; - criterii ce vizează aspectele atitudinale: conștiinciozitatea, interesul pentru studiu individual.	Participare activă la seminarii	20%
		Proiect de grup: Elaborarea unui proiect de prevenție pe o temă din domeniul psihologiei sănătății	20%
		Oficiu	10%
10.6 Standard minim de performanță			
• Cunoașterea elementelor fundamentale de teorie din domeniul Psihologiei sănătății • Sa îndeplinească criteriile privind numărul minim de prezențe la curs si seminar.			

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Pentru a promova disciplina este nevoie de obținerea a minim 50% din punctajul alocat cursului |
|--|

Data completării,

Titular activități de curs,
Nume/Prenume/Semnătură
Lect.univ.dr. Băiceanu Carmen-
Mihaela

Titular activități de curs,
Nume/Prenume/Semnătură
Asist.univ.drd. Petrov Silvia

22.09.2022

Data avizării în Departament,
30.09.2022

Director de Departament
Lect. univ. dr. Călin Mariana Floricica

Decan,
Prof. univ. dr. Mircea Adrian Marica