



**Uczelnia Łazarskiego
Wydział Medyczny
Kierunek Lekarski**

Nazwa przedmiotu	PSYCHOLOGIA ŻYWIENIA		
Kod przedmiotu	WL_WYB09		
Poziom studiów	Jednolite studia magisterskie		
Status przedmiotu	Fakultatywny		
Rok i semestr realizacji przedmiotu	Rok II, sem.3		
Forma zajęć i godziny kontaktowe dla każdej formy zajęć	Wykład	Ćwiczenia	Seminaria
			30 godz.
	Łącznie 30 godz.		
Wymagania wstępne	Wiedza ogólna o zachowaniu człowieka		
Założenia i cele przedmiotu	Celem przedmiotu jest przekazanie studentom wiedzy na temat psychologicznych mechanizmów regulujących system odżywiania człowieka a także przekazanie wiedzy o zaburzeniach psychologicznych oraz społecznych w zakresie odżywiania.		
Efekty kształcenia:	Odniesienie do efektów kształcenia określonych w załączniku nr 1 Rozporządzenie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z dnia 9 maja 2012 r. w sprawie standardów kształcenia dla kierunków studiów: lekarskiego, lekarsko-dentystycznego, farmacji, pielęgniarstwa i położnictwa (Dz.U. Nr 0, poz. 631)		
Wiedza: EK1 - zna konsekwencje niewłaściwego odżywiania, w tym długotrwałego głodowania, przyjmowania zbyt obfitych posiłków oraz stosowania niebilansowanej diety	B.W19		
EK2 - zna aktualny stan wiedzy na temat społecznego wymiaru zdrowia i choroby, wpływu środowiska społecznego (rodziny, sieci relacji społecznych) i nierówności społecznych na stan zdrowia oraz społeczno-kulturowych różnic i roli stresu społecznego w zachowaniach zdrowotnych i autodestrukcyjnych	D.W1		
EK3- Rozumie kulturowe, etniczne i narodowe uwarunkowania zachowań ludzkich.	D.W16		

<p>EK4 - zna zagadnienia: dziecka maltretowanego i wykorzystywania seksualnego, upośledzenia umysłowego, zaburzeń zachowania: psychoz, uzależnień, zaburzeń odżywiania i wydalania u dzieci</p>	<p>E.W4</p>
<p>EK5 - zna objawy, zasady diagnozowania i postępowania terapeutycznego w najczęstszych chorobach psychicznych, w tym: c) zaburzeniach odżywiania, d) zaburzeniach związanych z przyjmowaniem substancji psychoaktywnych</p>	<p>E.W17.c i d.</p>
<p>EK6 - zna zasady promocji zdrowia, jej zadania oraz główne kierunki działania, ze szczególnym uwzględnieniem znajomości roli elementów zdrowego stylu życia</p>	<p>G.W5</p>
<p>Umiejętności: EK7 – Korzysta z baz danych, w tym internetowych, i wyszukuje potrzebną informację na temat nieprawidłowego odżywiania za pomocą dostępnych narzędzi. EK8 – dostrzega oznaki zachowań antyzdrowotnych i autodestrukcyjnych i właściwie na nie reaguje EK9 - Stosuje w podstawowym stopniu psychologiczne interwencje motywujące i wspierające. EK10 – ocenia i opisuje stan somatyczny i psychiczny pacjenta EK11 –planuje postępowanie diagnostyczne, terapeutyczne i profilaktyczne. EK12 – planuje konsultacje specjalistyczne EK13 –podczas badania dziecka rozpoznaje zachowania i objawy wskazujące na możliwość wystąpienia przemocy wobec dziecka</p>	<p>B.U11 D.U2 D.U10 E.U13 E.U16 E.U32 G.U5</p>

<p>Kompetencje społeczne EK14 - posiada świadomość własnych ograniczeń i umiejętność stałego dokształcania się</p>	
<p>Opis treści przedmiotu</p>	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Żywnienie w aspekcie historycznym. Rewolucje żywieniowe w historii , historyczne zainteresowanie problemem żywienia. Żywnienie w starożytności, średniowieczu w epoce odrodzenia, oświecenia, w XIX wieku, XX wieczne koncepcje diety, rewolucja feministyczna, antropologiczne uwarunkowania jedzenia, problem otyłości i marnowania jedzenia, posthumanistyczne koncepcje jedzenia, vegetarianizm jako moda XXI wieku, 2. Żywnienie w wymiarze społecznym. W jaki sposób czynniki kulturowe i społeczne wpływają na sposób żywienia. Zmiana zwyczajów żywieniowych. Diety wegetariańskie. Etniczne zwyczaje żywieniowe. Pojęcia: umiarkowanie, różnorodność, równowaga. 3. Wybory żywieniowe. Rozwojowe modele wyborów żywieniowych. Poznawcze modele wyborów żywieniowych. Psychofizjologiczne modele wyborów żywieniowych 4. Znaczenie pożywienia w aspekcie indywidualnym i społecznym. Pożywnienie jako manifestacja ja. Pożywnienie jako forma interakcji społecznych. Pożywnienie jako tożsamość kulturowa. Pomiar przekonań na temat znaczenia pożywienia. 5. Znaczenie wymiarów ciała – rys historyczny. Sposób przedstawiania kobiet i mężczyzn w mediach. Znaczenie płci. Co oznacza niezadowolenie z ciała. Obawy o figurę. Przyczyny niezadowolenia z ciała - nastawienie psychiczne. 6. Stosowanie diety. Kontekst historyczny. Przemysł związany z odchudzaniem. Niedozżywnienie. Istota stosowania diety. Przejadanie się. Konsekwencje stosowania diety i ograniczeń dietetycznych. Kontrolowanie jedzenia. 7. Otyłość. Rozpowszechnienie otyłości- przyczyny i konsekwencje. Środowisko sprzyjające otyłości. Badania nad otyłością. Interwencje dietetyczne. Czy otyłość należy w ogóle leczyć? 8. Zaburzenia odżywiania się. Anoreksja psychiczna i jej konsekwencje. Bulimia psychiczna i jej konsekwencje. Przyczyny zaburzeń odżywiania. Głód. 9. Leczenie zaburzeń odżywiania się. Terapia psychoanalityczna. Terapia poznawczo-behawioralna. Terapia rodzinna i leczenie szpitalne. Zintegrowana koncepcja leczenia. „Obsesje” jedzeniowe. 10. Perfekcjonizm, niska samoocena i problemy interpersonalne. 11. Nauka i filozofia zdrowego starzenia się. Źródło wiecznej młodości, zaprzeczenie starości. Zalety starości. 12. Kolokwium końcowe. 	
<p>Metody dydaktyczne</p>	<p>Prezentacja multimedialna Power Point oraz omawianie wybranych problemów w dyskusji ze studentami.</p>
<p>Pomoce dydaktyczne</p>	<p>Laptop, ekran, tablica</p>
<p>Język wykładowy</p>	<p>Polski</p>
<p>Punkty ECTS</p>	<p>2</p>
<p>Rodzaj i nakład pracy studenta</p>	<p>Udział w seminariach – 30 godz. Praca własna - 20 godz. - przygotowywanie się do seminariów oraz zaliczenia końcowego. Sumaryczne obciążenie studenta pracą - 50 godz.</p>

Literatura podstawowa	1. Ogden J.: „Psychologia odżywiania się” Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, wyd. I, Kraków 2011.
Literatura uzupełniająca	1. Cooper M., Todd G., Wells A.: “Bulimia” Wyd. Zysk i S-ka Poznań 2005. 2. Fairburn C.G.: „Jak pokonać objadanie się”, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, wyd. I, Kraków 2014.
Metody oraz sposoby weryfikacji efektów kształcenia	EK1 – EK13: Krótki pisemny opis wybranych zagadnień na każdym seminarium. Dyskusja problemowa. Oraz zaliczenie sprawdzianów cząstkowych. Kolokwium końcowe (semestralne) EK14: obserwacja zachowań i wypowiedzi formułowanych przez studenta
Warunki zaliczania	1. Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest: obecność na wszystkich seminariach, czynny udział w dyskusjach na seminariach, oceny z wszystkich (10) cząstkowych sprawdzianów oraz zaliczenie końcowego kolokwium. 2. Zaliczenie przedmiotu student uzyskuje na podstawie liczby punktów będących sumą: 10 pkt za krótkie sprawdziany z przyswojonej wiedzy na seminariach, (10 sem. x 1 pkt) 20 pkt z kolokwium końcowego na które składa się: 10 pytań testowych x 1pkt = 10 pkt 5 pytań opisowych x 2 pkt = 10 pkt 30 pkt to suma możliwych do uzyskania punktów Minimalna liczba punktów zapewniająca pozytywną ocenę to 60 % (tj. 18 pkt) wszystkich uzyskanych punktów w semestrze. Ocena końcowa zaliczenia: 0.0 pkt – 17,9 pkt = 2 18,0 pkt – 20,0 pkt = 3 20,1 pkt – 22,0 pkt = 3,5 22,1 pkt - 24,0 pkt = 4 24,1 pkt - 26,0 pkt = 4,5 26,1 pkt - 28,0 pkt = 5 28,1 pkt - 30,0 pkt = 5,5 3. Student ma prawo do przystąpienia do zaliczenia semestralnego w jednym terminie podstawowym i jednym terminie poprawkowym. Ich formę i terminy ustala koordynator przedmiotu. Nieuzyskanie pozytywnej oceny w terminie poprawkowym powoduje niezaliczenie przedmiotu.
Koordynator przedmiotu	Dr Grzegorz Majewski
Prowadzący zajęcia	Dr Grzegorz Majewski
Miejsce realizacji przedmiotu	Uczelnia Łazarskiego, 02-662 Warszawa, ul. Świeradowska 43