

**АКАДЕМИЧЕН СТАНДАРТ
ЗА УЧЕБНА ДИСЦИПЛИНА
ПСИХОЛОГИЯ НА ЗДРАВЕТО**

1. Цел на обучението по дисциплината

Целите на дисциплината отговарят на:

- мисията и концепцията за университета, обема и кредитния рейтинг на дисциплината (по системата ECTS), видни от учебния план; квалификационната характеристика на специалностите Рехабилитатор/Инспектор обществено здраве/Медицински лаборант/Рентгенов лаборант/Помощник-фармацевт/Зъботехник/Инструктор по хранене и безопасност на храните.

Основна цел на обучението е получаване на знания и сенсibiliзиране на студентите за:

- възможности за поощряване на здравословното поведение на индивиди и групи, както и отчитане на психосоциалните аспекти на грижата за здравето, на боледуването и на лечението на различни физически проблеми с биопсихосоциална генеза.

Важен аспект на тази дисциплина е връзката между поведението и широко разпространени заболявания (напр. онкологични, сърдечносъдови болести, диабет и др.) . Преподаването се фокусира върху знанията и вярванията на пациента за болестта и тяхната връзка с боледуването; психосоциалните фактори в човешкото здраве, стреса и неговата роля за боледуването и справянето със заболявания; психичните фактори при хроничните телесни заболявания, влиянието на възрастта.

Получените знания са основа за формиране на нагласи, отчитащи съвременните постижения на интегративния и биопсихосоциалния подход към пациента. Тези нагласи благоприятстват усвояване на поведенчески модели, необходими за работа в сложна и силно стресогенна среда, както и за общуването с пациенти с различни заболявания и техните близки.

2. Учебно съдържание на дисциплината

Обучението следва **приоритетните цели на университета**: Развитието на личностните качества на студентите, насърчаване на тяхната инициативност, създаване на навици на перманентно самообразование и умение сами да се учат, придобиване на „преносими” знания, ключови компетентности и умения.

Изучават се основните теми на психология на здравето, в съответствие с тяхното съвременно развитие:

Модели на здравето. Психосоматичната медицина. Подходи в психология на здравето

Поведение, свързано със здравето. Поведенческа промяна

Възприятие и вярвания за болестта. Интерпретация на болестта. Справяне с диагноза.

Сътрудничеството на пациента.

Психосоциалните фактори и грижата за човешкото здраве. Стрес. Теории за стреса.

Измерване и управление на стреса.

Емоции – същност, функции. Емоции и стрес.

Психология на здравето в управлението на хроничните заболявания

Психология на здравето през жизнения цикъл- детство, юношество, зрелост и късна възраст.

По време на семинарите се обсъждат и теми в съответствие с професионалния профил на специалностите.

3. Предпоставки

Необходими са знания и умения по обща психология.

4. Академични ресурси

Преподавателите по психология на здравето трябва да притежават задълбочена професионална – теоретическа и практическа подготовка в областта на различните сфери на психологията, с приоритет на психологията на здравето. Едновременно с това е необходим и богат преподавателски опит в различни психологически дисциплини. Преподавателите задължително трябва да притежават степен „доктор по психология“ или хабилитирани по специалността.

5. Материални ресурси

Присъствените занятия се провеждат в аудитории или зали, оборудвани с мултимедийна техника и с осигурен Интернет.

6. Лекционно обучение

За всяка лекция се прави презентация; на студентите се предоставят материали по темите на учебната програма, по електронен път, за могат да се подготвят за всяко занятие. Препоръчителен е интерактивен формат на представяне на лекциите – стимулира се мисленето и активното включване на студентите.

7. Семинарни упражнения:

Семинарните упражнения се провеждат на две групи. Препоръчва се предварително литература по темата, която ще се обсъжда. Като методична

форма се отдава предимство на екипните дискусии и ролеви игри. Могат да се възлагат задачи на студентите да подготвят и защитят своя теза (презентация) по тема. Използват се и форми на самообучение чрез изучаване на образователни ресурси и препоръчана литература, задания за самостоятелна работа; тестове за самооценяване; демонстрации на психодиагностични и други методи на психологията; обсъждане на казуси.

8. Информационни ресурси. Основна литература. Сайтове

Масалджиева, Р. И др. Клинична психология. Второ преработено издание. Пловдив, 2019

Карабелъова, С. Психология и здраве. В: Въведение в психологията. Ред. Р. Масалджиева. Пловдив, Миртани, 2014г. 37-54 с.

APA. Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5, Washington, 2013 # <http://www.dsm5.org/Pages/Feedback-Form.aspx>.

Diagnostic criteria from DSM-IV-TR. Arlington: APA, 2000

МКБ-10. Глава V. Психични и поведенчески разстройства. София: 1998

Техники консултирования и психотерапия. Тексты. Москва, 2000

Пълен наръчник по психотерапия. Ред. Б. Бонгар. София, 2002

Техники консултирования и психотерапии. Тексты. Москва, 2000

Темков, И. и др. Стрес и кризи на личността. София, 1987

Шулман, Л. Изкуството да се помага на индивиди, семейства и групи. София, 1994

Роджърс, К. Взгляд на психотерапия. Москва, 1998

Еволюция психотерапии. Пер. с англ. Ред. Дж. Зайг. Т. 1-3. Москва, 1998

Електронни ресурси достъпни в пълен текст:

Emotions and stress increase respiratory resistance in asthma

T Ritz, A Steptoe, S DeWilde, M Costa - Psychosomatic Medicine, 2000 - journals.lww.com

Dynamic approaches to emotions and stress in everyday life: Bolger and Zuckerman reloaded with positive as well as negative affects

AJ Zautra, GG Affleck, H Tennen, JW Reich... - Journal of ..., 2005 - Wiley Online Library

Stress, positive emotion, and coping

S Folkman, JT Moskowitz - Current directions in psychological ..., 2000 - cdp.sagepub.com

Emotions and Stress

WR Lovallo - Handbook of Health Psychology and Behavioral ..., 2011 -
books.google.com

[HTML] Role of emotions and stress in the genesis of sudden death

RS Eliot, JC Bull - Journal of the American College of Cardiology, 1985 - Elsevier

A longitudinal analysis of positive psychological constructs and emotions on stress,
anxiety, and well-being

JB Avey, TS Wernsing, KH Mhatre - Journal of Leadership & ..., 2011 - jlo.sagepub.com

[PDF] From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks

RS Lazarus - Annual review of psychology, 1993 - annualreviews.org

Health Psychology: A Textbook By Jane Ogden Open University Press, 2007 (4th
edition)

Introduction to Clinical Health Psychology By Paul Bennett Open University Press,
2000

Contemporary Occupational Health Psychology: Global Perspectives on Research and
Practice By Jonathan Houdmont; Stavroula Leka Wiley-Blackwell, 2010

Reproductive Health Psychology By Olga B. A. van den Akker Wiley-Blackwell, 2012

The Psychology of Well Being By William M. Miley Praeger, 1999

Predicting Health Behaviour: Research and Practice with Social Cognition Models By
Mark Mark; Paul Paul Open University Press, 2005

The Psychology of Men's Health By Christina Lee; R. Glynn Owens Open University
Press, 2002

Understanding the Placebo Effect in Complementary Medicine: Theory, Practice, and
Research By David Peters Churchill Livingstone, 2001

Behavior, Health, and Aging By Stephen B. Manuck; Richard Jennings; Bruce S. Rabin;
Andrew Baum Lawrence Erlbaum Associates, 2000

Psychology in Diabetes Care By Frank J. Snoek; T. Chas Skinner Wiley, 2005 (2nd
edition)

Reframing Health Behavior: Change with Behavioral Economics By Warren K. Bickel;
Rudy E. Vuchinich Lawrence Erlbaum Associates, 2000

Control and the Psychology of Health: Theory, Measurement, and Applications By Jan
Walker Open University Press, 2001

Psychosocial Treatment for Medical Conditions: Principles and Techniques By Leon A.
Schein; Harold S. Bernard; Henry I. Spitz; Philip R. Muskin Brunner-Routledge, 2003

Changing Health-Risk Behaviors: A Review of Theory and Evidence-Based

Interventions in Health Psychology By Baban, Adriana; Craciun, Catrinel Journal of
Evidence-Based Psychotherapies, Vol. 7, No. 1, March 2007

Positive Psychotherapy for Distressed Cancer Survivors: Posttraumatic Growth
Facilitation Reduces Posttraumatic Stress By Ochoa, Cristian; Casellas-Grau, Anna;

9. Контролни работи

Текущият контрол се провежда чрез тестове или контролни задания. Студентите се ангажират интензивно през семестъра. Преподавателите контролират напредъка на студентите при всяко занятие. На студентите се предоставя своевременно информация и разяснения на резултатите от контрола, което да подпомогне по-нататъшната им подготовка. Резултатите от текущия контрол са компонент в крайната оценка за семестъра.

10. Самостоятелна работа и ангажираност на студента

Студентите се подготвят по зададени теми за дискусия или изготвят самостоятелни презентации.

11. Сътрудничество между студентите и преподавателския екип

Изразява се в: Ангажираност на преподавателя към студента и неговата предварителна подготовка, текущи трудности по усвояване на материала и възможности с индивидуална програма на учене да постигне повече. Използване на приемните часове за консултации. Мотивиране на студентите за включване в екипи по научни задачи, изследвания, проекти и др.

12. Изпити

Курсът завършва с изпит. По време на семестъра студентите получават текуща оценка от заданията, която участва във формирането на крайната оценка на изпита. Текущата оценка, отразява цялостното участие на студента. Оценяват се проведените тестове по време на лекционните и семинарни занятия; участието в дискусиите и груповата работа, резултатите от курсови и самостоятелни задачи и презентации, работа на студента с преподавателя по научни изследвания и проекти и др.;

13. Стандарти за оценяване

Поставя се оценка:

- Отличен (6) – за отлично познаване на препоръчаните информационни източници по преподаваните теми, задълбочено овладени ключови и допълнителни знания и умения, осмисляне на наученото и показана способност за аргументиране при излагане на получените знания.
- Мн. добър (5) – за много добре овладени ключови и допълнителни знания, осмислено и правилно разбиране на материята, умения за прилагане на наученото при сложни казуси задачи.
- Добър (4) – за овладени ключови и допълнителни знания за решаване на казуси и задачи, но без да може да ги развие до самостоятелно мислене;
- Среден (3) – за усвоени ключови знания и решения на прости задачи.
- Слаб (2) – не отговаря на нито едно от изискванията по-горе.

При започване на занятията по всяка дисциплина студентите трябва да бъдат запознати със стандартите за оценяване, процедурите за провеждане на текущ контрол и възможностите за получаване на обратна връзка за напредъка им през семестъра.

15. Формиране на крайната оценка

Крайната оценка определя в каква степен даденият студент е постигнал целта на обучението, поставена в началото. Тя е многокомпонентна и включва оценка от писмен краен изпит с коефициент $K=0.5$ и поне един от следните компоненти:

- оценка(и) от текущ контрол и самостоятелни задания $K=0.5$;

Възможни други компоненти са:

- оценката от семинарни упражнения през семестъра;

– оценката от работа с преподавателя по дисциплината по научни изследвания и проекти;

За всеки компонент, участващ в крайната оценка, се определя коефициент на значимост (от 0 до 1), като общата сума на коефициентите трябва винаги да бъде 1. Крайната оценка се получава като сбор от оценките по шестобална система от различните компоненти, умножени със съответните коефициенти на значимост.

Ако една от компонентите на крайната оценка е слаб 2, то крайната оценка е задължително слаб 2.

Компонентите, участващи при формиране на оценката и коефициентите на значимост за всяка дисциплина се определят от Академичния съвет с приемане на настоящия академичен стандарт на дисциплината.

При семестриален изпит писмените работи на студентите се оценяват анонимно.

Изпитните материали се съхраняват и се предоставя възможност на студентите да се запознаят с тях и основанията за оценка по ред и процедура обявени предварително. Периода, в който се осигурява достъп на студентите до изпитните материали и резултати, е не по-дълъг от 5 работни дни след датата на изпита.

Това изискване се поставя в съответствие с ЗВО чл. 56. ал. 1, „преподавателите са длъжни да разработят и да оповестят по подходящ начин и описание на водения от тях лекционен курс, включващо заглавия и последователност на темите от учебното съдържание, препоръчителна литература, начин на формиране на оценката и форма на проверка на знанията и уменията“.

Изготвил: Професор Радка Масалджиева, дм