

## Ψυχολογία της Υγείας

<b>ΣΧΟΛΗ</b>	ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ		
<b>ΤΜΗΜΑ</b>	ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ		
<b>ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	Προπτυχιακό Επίπεδο Σπουδών (1ος κύκλος)		
<b>ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	ΝΥ2131	<b>ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	Γ'
<b>ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	Ψυχολογία της Υγείας		
<b>ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</b>	<b>ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b>	<b>ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ</b>	
Θεωρία	3	5	
Άσκηση Πράξη	1		
<b>ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	Υποχρεωτικό Μάθημα		
<b>ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:</b>	Όχι		
<b>ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:</b>	Ελληνική		
<b>ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS</b>	Όχι		
<b>ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)</b>	<a href="https://docs.google.com/document/d/1CsSd_-yd22HEb2Dd0DSoh3GvAtkFHQUD/edit?usp=sharing&amp;ouid=100165752450934772099&amp;rtpof=true&amp;sd=true">https://docs.google.com/document/d/1CsSd_-yd22HEb2Dd0DSoh3GvAtkFHQUD/edit?usp=sharing&amp;ouid=100165752450934772099&amp;rtpof=true&amp;sd=true</a>		

### ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μαθησιακά Αποτελέσματα
<p>Το μάθημα αποσκοπεί στη μελέτη και κατανόηση των φοιτητών/τριών στην Ψυχολογία της Υγείας, έτσι ώστε να διακρίνουν και να ερμηνεύουν τις πολύπλοκες συνδέσεις και διεργασίες της σωματικής και ψυχικής υγείας του ασθενούς για να είναι σε θέση ως επαγγελματίες υγείας να σχεδιάζουν και να επιλέγουν συγκεκριμένες δεξιότητες και διεργασίες στη φροντίδα των ασθενών στο υπόβαθρο του βιοψυχοκοινωνικού μοντέλου υγείας και ασθένειας.</p> <p>Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές/τριες θα μπορούν να επιδεικνύουν τα ακόλουθα μαθησιακά αποτελέσματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Να αναγνωρίζουν και να περιγράφουν τους παράγοντες που καθορίζουν τις συμπεριφορές υγείας.</li> <li>• Να εντοπίζουν και να ερμηνεύουν ζητήματα του πόνου και της διαχείρισής του.</li> <li>• Να αναγνωρίζουν και να περιγράφουν τους βασικούς παράγοντες που οδηγούν στην προσαρμογή στην ασθένεια.</li> <li>• Να παρέχουν φροντίδα χρησιμοποιώντας βασικές γνώσεις της ψυχολογίας.</li> </ul>

- Να εντοπίζουν και να διακρίνουν τις καθηλώσεις και παλινδρομήσεις των ασθενών.
- Να αναλύουν κριτικά τους μηχανισμούς άμυνας των ασθενών.
- Να αναγνωρίζουν τα συμπτώματα της επαγγελματικής εξουθένωσης και τους παράγοντες που την εγκαθιστούν.
- Να μπορούν να γράφουν μελέτες περίπτωσης.

### Γενικές Ικανότητες

- Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων δεξιοτήτων
- Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις
- Λήψη αποφάσεων
- Ατομική εργασία
- Ομαδική εργασία
- Εργασία σε διεθνές περιβάλλον
- Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα
- Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον
- Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής
- Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

### Το διδακτικό μέρος περιλαμβάνει:

- Εισαγωγή στην Ψυχολογία της Υγείας
- Πεπιοθήσεις για την Υγεία και την Ασθένεια
- Η σχέση μεταξύ πεπιοθήσεων, συμπεριφοράς και υγείας - το παράδειγμα των εικονικών φαρμάκων
- Η διαχείριση του στρες: Ο ρόλος των ψυχολογικών διεργασιών στη διατήρηση της υγείας
- Ψυχοσωματική Ψυχολογία
- Το βίωμα της ασθένειας και οι ψυχολογικές διεργασίες της
- Χρόνια ασθένεια, αναπηρία και γήρανση στο πλαίσιο του κύκλου ζωής
- Συμμόρφωση – μη Συμμόρφωση και Ποιότητα Ζωής
- Ασθένεια τελικού σταδίου, απώλειες και πένθος
- Ψυχολογικά Ζητήματα των Επαγγελματιών Υγείας
- Επαγγελματική Εξουθένωση
- Οι Ψυχομετρικές Κλίμακες στην Ψυχολογία της Υγείας
- Το μέλλον της ψυχολογίας της υγείας

## ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

### ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ

Μικτή μάθηση που περιλαμβάνει α) πρόσωπο με πρόσωπο και β) ασύγχρονη online μάθηση

<p><b>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</b></p>	<p>Οι τρόποι διδασκαλίας περιλαμβάνουν διαλέξεις, ομαδικές διαδραστικές συζητήσεις, και ατομικές παρουσιάσεις</p> <p>Η παρουσίαση των εισηγήσεων γίνεται σε ηλεκτρονική μορφή (Power Point) με χρήση μόνιμα εγκατεστημένου υπολογιστή και video projector.</p> <p>Υπάρχει η πλατφόρμα ασύγχρονης εκπαίδευσης του Τμήματος Νοσηλευτικής (moodle/ ecourse).</p> <p>Γίνεται συστηματικά χρήση βιβλιογραφικών δεδομένων από το διαδίκτυο.</p> <p>Σχετικά με την χρήση ΤΠΕ στην επικοινωνία των φοιτητών/τριών με τον διδάσκοντα, στην πλατφόρμα ασύγχρονης εκπαίδευσης του Τμήματος (moodle/ ecourse) και του ιστοτόπου του τμήματος έχει διαμορφωθεί ειδικό πεδίο, όπου αναρτώνται ηλεκτρονικά όλες οι ανακοινώσεις σχετικά με το μάθημα.</p> <p>Επιπρόσθετα οι φοιτητές/τριες μπορούν να επικοινωνούν μέσω e- mail, ή να απευθύνουν απ' ευθείας ερωτήματα μέσω της ιστοσελίδας στον διδάσκοντα.</p>	
<p><b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b></p>	<p><b>Δραστηριότητα</b></p>	<p><b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b></p>
	<p><i>Διαλέξεις</i></p>	<p>39</p>
	<p><i>Διαδραστική Μάθηση</i></p>	<p>13</p>
	<p><i>Εκπόνηση Μελέτης (project)</i></p>	<p>9</p>
	<p><i>Άσκηση Πράξη</i></p>	<p>13</p>
	<p><i>Εκπόνηση Μελέτης Περίπτωσης (Case study)</i></p>	<p>14</p>
	<p><i>Ατομική Μελέτη</i></p>	<p>39</p>
	<p><i>Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων</i></p>	<p>10</p>
	<p><i>Προετοιμασία για τις εξετάσεις</i></p>	<p>8</p>
	<p><i>Εξετάσεις</i></p>	<p>3</p>
	<p><b>Σύνολο Μαθήματος</b></p>	<p><b>148</b></p>
<p><b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</b></p>	<p>Γλώσσα Αξιολόγησης είναι η Ελληνική</p> <p>Δίνεται η δυνατότητα εκπόνησης 2 προαιρετικών γραπτών εργασιών. Η πρώτη εργασία μπορεί να συγκεντρώσει έως και 2,5 βαθμούς και η δεύτερη έως και 2,5 βαθμούς.</p> <p>Η διαδικασία τελικής αξιολόγησης είναι γραπτή και χρησιμοποιούνται:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ 3 Θέματα Ανάπτυξης</li> </ul> <p>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης τα οποία είναι προσβάσιμα από τους/τις φοιτητές/τριες στην ιστοσελίδα του μαθήματος και παρουσιάζονται στο πρώτο μάθημα από τον</p>	

## ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

### Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:

- Dimatteo M. R. & Martin R. L., 2011. *Εισαγωγή στην ψυχολογία της υγείας*. Εκδόσεις Πεδίο, Αθήνα.
- Γκούβα Μ. & Κοτρώτσιου Ε., 2011. *Ψυχολογικά ζητήματα σε ιστορίες φροντίδας*. Ιατρικές Εκδόσεις Λαγός, Αθήνα.
- Καραδήμας Ε., 2005. *Ψυχολογία της υγείας*. Εκδόσεις Τυπωθήτω, Αθήνα.
- Παπαδάτου Δ. & Αναγνωστόπουλος Φ., 2015. *Η ψυχολογία στο χώρο της υγείας*. Εκδόσεις Παπαζήση, Αθήνα.

### Προτεινόμενη Αρθρογραφία:

- Allom, V., Mullan, B., & Hagger, M., 2016. Does inhibitory control training improve health behaviour? A meta-analysis. *Health Psychology Review, 10(2)*, 168-186.
- Erpton, T. et al., 2015. The impact of self-affirmation on health-behavior change: A meta-analysis. *Health Psychology, 34(3)*, 187.
- Khoury, B., Sharma, M., Rush, S. E., & Fournier, C., 2015. Mindfulness-based stress reduction for healthy individuals: A meta-analysis. *Journal of Psychosomatic Research, 78(6)*, 519-528.
- Kwasnicka, D., Dombrowski, S. U., White, M., & Sniehotta, F., 2016. Theoretical explanations for maintenance of behaviour change: a systematic review of behaviour theories. *Health Psychology Review, 10(3)*, 277-296.
- Sweeney, A. M., & Moyer, A., 2015. Self-affirmation and responses to health messages: A meta-analysis on intentions and behavior. *Health Psychology, 34(2)*, 149.

### Συναφή Επιστημονικά Περιοδικά:

- British Journal of Health Psychology, <https://onlinelibrary.wiley.com/page/journal/20448287/homepage/productinformation.html>
- Health Psychology, <https://www.apa.org/pubs/journals/hea/>
- Journal of Health Psychology, <https://journals.sagepub.com/home/hpq>