

TANTÁRGYADATLAP

1. A képzési program adatai

1.1 Felsőoktatási intézmény	Babeş-Bolyai Tudományegyetem, Kolozsvár
1.2 Kar	Pszichológia és Neveléstudományok Kar
1.3 Intézet	Alkalmazott Pszichológia Intézet
1.4 Szakterület	Pszichológia
1.5 Képzési szint	Alapképzés (Licenz)
1.6 Szak / Képesítés	Pszichológia – magyar nyelven Pszichológus/ Képesítés kód: L060080010
1.7. Oktatási forma	Távoktatás

2. Tantárgy adatai

2.1. A tantárgy neve		Egészségpszichológia				A tantárgy kódja		PLM2216			
2.2. Az előadásért felelős tanár neve – tantárgyfelelős				Dr. Kálcza-Jánosi Kinga docens							
2.3. A szemináriumért/laborért/projektért felelős tanár neve – tantárgytutora				Drd. Gálfi Bernadette Dr. Poka Tunde							
2.4. Tanulmányi év		2	2.5. Félév		4	2.6. Értékelés módja		Vizsga	2.7. Tantárgy típusa	Tartalom	szaktan tárgy
										Kötelezős éa	kötelező ő

3. Teljes becsült idő (az oktatási tevékenység féléves óraszámja)

3.1. Heti óraszám-nappali tagozat	4	amiből: 3.2. kurzus	2			3.3. szeminárium/ labor/ projekt	2
3.4. 3.4. Félévi óraszám: távoktatás	125	amiből: 3.5. SI	69	AI	28	3.6. AT (8) + TC (20) + AA (0)	28
Az egyéni tanulási (SI) és önképzés (AI) idő leosztása:							97 óra
3.5.1. A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása (AI)							28
3.5.2. Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás							40
3.5.3. Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása							23
3.5.4. Tutorálás (szakmai tanácsadás)							2
3.5.5. Vizsgák							2
3.5.6. Egyéb tevékenységek							2
3.7. Az egyéni tanulás (SI) és az önképzési tevékenységek (AI) teljes óraszámja	97						
3.8. A félév össz-óraszámja (ECTS száma x 25 óra)	125						
3.9. Kreditszám	5						

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1. tantervi	-
4.2. kompetenciabeli	-

5. Feltételek (ha vannak)

5.1. Az előadás lebonyolításának feltételei	BBTE eLearning platformja
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	-

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

Szakmai kompetenciák	- CP. 1. A pszichológia alapvető fogalmaival való munka - Tanulási eredmények: - 1.1. A diplomázó ismeri és megkülönbözteti a tudományos pszichológia területének főbb paradigmáit. - 1.2. A tanuló azonosítja az információfeldolgozás pszichológiai folyamatait és megfelelően operál velük - 1.9. A végzős azonosítja az atipikus fejlődési pálya sajátosságait - CP. 2. Kutatási megközelítés tervezése és megvalósítása a pszichológiában - Tanulási eredmények: - 2.1. A diplomázó részt vesz alap- és alkalmazott pszichológiai kutatások tervezésében és lebonyolításában. - CP. 5. Pszichológiai beavatkozások tervezése és megvalósítása. - Tanulási eredmények: - 5.1. A diplomával rendelkező személy azonosítja a kockázati és ellenálló képességet növelő tényezőket egyéni és csoportos szinten egy pszichológiai beavatkozás megtervezése érdekében. - 5.2. A tanuló konkrét elméletileg és empirikusan megalapozott intervenciókat tervez és valósít meg egyéni és csoportos szinten.
Transzverzális kompetenciák	- CT. 1. A szakmai feladatok meghatározott deontológiai elvek szerinti elvégzése a szakma gyakorlása során - Tanulási eredmények: - 1.1. A végzős ismeri a szakma gyakorlására jellemző szakmai etikai elveket és normákat. - CT. 2. Hatékony munkamódszerek alkalmazása multidiszciplináris csapatban különböző hierarchikus szinteken. - Tanulási eredmények: - 2.1. A végzett felismeri a multidiszciplináris megközelítések hasznosságát a pszichológiai gyakorlatban. - 2.2. A tanuló együttműködik a kapcsolódó területek szakembereivel - CT. 3. Önértékeli a továbbképzési igényeket annak érdekében, hogy a szakmai kompetenciákat a társadalmi kontextus dinamikájához igazítsa. - Tanulási eredmények: - 3.1. A végzős folyamatosan felméri a továbbképzési szükségletét annak érdekében, hogy a szakmai kompetenciákat a társadalmi környezet dinamikájához igazítsa.

7 A tantárgy célkitűzései (az elsajátítandó jellemző kompetenciák alapján)

7.1. Tantárgy általános célkitűzése	- Az egészségpszichológiai alapfogalmainak, elméleteinek és eljárásainak megismerése és megértése; ezek megfelelő alkalmazása a szakmai tájékoztatásban
-------------------------------------	---

	- Az alapismeretek alkalmazása az egészségpszichológia területén relevanciával bíró fogalmak, helyzetek, folyamatok stb. magyarázatában. - Az alapelvek és eljárások alkalmazása az egészségpszichológia hatáskörébe tartozó problémák megoldásában - Olyan szakmai projektek kidolgozása, amelyek az egészségpszichológia keretén belül elfogadást nyert alapelveket és eljárásokat alkalmaznak
7.2. A tantárgy specifikus célkitűzései	- A tények és elméleti modellek megértése és értelmezése az egészségpszichológia alapfogalmainak és elméleteinek segítségével - Az egészségpszichológiai vizsgálatok szempontjából releváns adatok begyűjtését, feldolgozását és értelmezését biztosító eljárások megismerése - Az esetmegfogalmazások megalapozása a az egészségpszichológián belül - A pszichológiai problémák megoldását célzó beavatkozások stratégiai kidolgozásának megalapozása, az esetmegfogalmazásokból kiindulva. - A személyek, csoportok, illetve szervezetek mennyiségi és minőségi eljárások segítségével történő kiértékelése (diagnózisa) egy olyan vállalkozás keretén belül, amelyik relevanciával bír az igényelt szolgáltatás kontextusában. - Az alapvető elméletek és modellek alkalmazása az egészségpszichológiai beavatkozások keretén belül, beleértve a megelőzést, az egészségtámogatást, a tanácsadást és a terápiát is - Az egészségtámogató beavatkozás stratégiájának minőségi elemzése - Az egészségtámogató beavatkozás tervének kivitelezése az egyén, csoport, vagy szervezet szintjén; a beavatkozás kimenetelének felmérése és kiértékelése

8. Tartalmak

8.1. AI, SI	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Modul 1 Bevezetés az egészségpszichológiába. Stressz, egészség/betegség	Egyéni és csoportban tanulás	A teljes SI-idő 40%-a
Modul 2 Az egészségpszichológia alkalmazott területei	Egyéni és csoportban tanulás	A teljes SI-idő 60%-a
Könyvészet: Kálcza Jánosi K. (2021). <i>Egészségpszichológia- tanulmányi útmutató</i>. Babeş-Bolyai Tudományegyetem, Pszichológia és Neveléstudományok Kar, Alkalmazott Pszichológia Intézet. Kállai J., Varga J., Oláh A. (szerk) (2014). <i>Egészségpszichológia a gyakorlatban</i>. Medicina Könyvkiadó Zrt., Budapest. Brannon, L., Feist, J., & Updegraff, J. A. (2018). <i>Health psychology : an introduction to behavior and health</i>. Cengage Learning Asia Pte Ltd. Sanderson, C. A. (2012). <i>Health Psychology</i> (2th ed.). John Wiley & Sons Inc. Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). <i>Health psychology : biopsychosocial interactions</i> (9th ed.). John Wiley & Sons Inc. Taylor, S. E., & Stanton, A. L. (2021). <i>Health psychology</i>. Mcgraw-Hill Education. Maddi, S. R. (2013). <i>Hardiness: turning stressful circumstances into resilient growth</i>. Springer; Dordrecht		

8.2. AT	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Stressz: Az egészségmagatartás védő és kockázati tényezői, a megküzdési formák és a rugalmasság.	Gyakorlati tevékenység	A diákok aktív részvétele
Az egészségpszichológia alkalmazott területei Fájdalomcsillapítási technikák/ A pszichoterápia szerepe a krónikus betegek kezelésében/Idősek pszichológiai problémái / A szexuális egészség/Az egészséges táplálkozás támogatása/Az alkohol és a droghasználat pszichológiai következményei.	Gyakorlati tevékenység	A diákok aktív részvétele
Könyvészet: Kálcsa János K. (2021). <i>Egészségpszichológia- tanulmányi útmutató</i>. Babeş-Bolyai Tudományegyetem, Pszichológia és Neveléstudományok Kar, Alkalmazott Pszichológia Intézet. Kállai J., Varga J., Oláh A. (szerk) (2014). <i>Egészségpszichológia a gyakorlatban</i>. Medicina Könyvkiadó Zrt., Budapest. Brannon, L., Feist, J., & Updegraff, J. A. (2018). <i>Health psychology : an introduction to behavior and health</i>. Cengage Learning Asia Pte Ltd. Sanderson, C. A. (2012). <i>Health Psychology</i> (2th ed.). John Wiley & Sons Inc. Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). <i>Health psychology : biopsychosocial interactions</i> (9th ed.). John Wiley & Sons Inc. Taylor, S. E., & Stanton, A. L. (2021). <i>Health psychology</i>. Mcgraw-Hill Education. Maddi, S. R. (2013). <i>Hardiness: turning stressful circumstances into resilient growth</i>. Springer; Dordrecht		
8.3. TC	Információ továbbítási módszerek	Megjegyzések
Jegyzőkönyv és parciális vizsga	Stressz	A feladat aránya a végső jegyben: 20%.
Esettanulmány	A megadott téma előkészítése a kritériumok szerint az UBB eLearning Platform tantárgy célkitűzéseivel összhangban	A feladat aránya a végső jegyben: 30%. A feladatot az UBB eLearning platformjára töltjük fel a megadott határidőre
Könyvészet: Kálcsa János K. (2021). <i>Egészségpszichológia- tanulmányi útmutató</i>. Babeş-Bolyai Tudományegyetem, Pszichológia és Neveléstudományok Kar, Alkalmazott Pszichológia Intézet. Kállai J., Varga J., Oláh A. (szerk) (2014). <i>Egészségpszichológia a gyakorlatban</i>. Medicina Könyvkiadó Zrt., Budapest.		

Brannon, L., Feist, J., & Updegraff, J. A. (2018). *Health psychology : an introduction to behavior and health*. Cengage Learning Asia Pte Ltd.

Sanderson, C. A. (2012). *Health Psychology* (2th ed.). John Wiley & Sons Inc.

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health psychology : biopsychosocial interactions* (9th ed.). John Wiley & Sons Inc.

Taylor, S. E., & Stanton, A. L. (2021). *Health psychology*. McGraw-Hill Education.

Maddi, S. R. (2013). *Hardiness: turning stressful circumstances into resilient growth*. Springer; Dordrecht

8.4. AA	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
-		
Könyvészet:		

9. Az episztemikus közösségek képviselői, a szakmai egyesületek és a szakterület reprezentatív munkáltatói elvárásainak összhangba hozása a tantárgy tartalmával.

A javasolt kurzus és szemináriumi témák a pszichológia alap- és alkalmazott kutatásának aktuális témái, és megközelítésük e tudományágban a szakirodalom legújabb eredményeire épülnek. A tantárgyak alkalmazásai a munkaerőpiacon igényelt és a szakmai közösségek normái szempontjából releváns főbb fogalmakra is kiterjednek.

10. Értékelés

Tevékenység típusa	10.1. Értékelési kritériumok	10.2. Értékelési módszerek	10.3. Aránya a végső jegyben
10.4. AI, SI	a tananyagok elemzésének és szintetizálásának képessége	Írásbeli vizsga	50%
		Parciális vizsga/jegyzőkönyv	20% (10%+10%)
10.5. TC / AA	Ismeretek megértése gyakorlati alkalmazása	Házi dolgozat	30%

10.6. A teljesítmény minimumkövetelményei

Ha a félévi vizsgán a hallgató nem éri el az átmenő jegyet (5,00), akkor nem megy át a vizsgán, még akkor sem, ha a 10.5 pontban megjelölt előírásoknak eleget tett.

A kurzus, a szeminárium vagy a gyakorlati órák (laboratórium, gyakorlat, projekt stb.) esetében a hiányzások (igazolt vagy igazolatlan) maximális hányada az összóraszám legfeljebb 15%-a lehet. Az óralátogatási kötelezettségek elmulasztása a hallgató vizsgáról való kizárását vonja maga után (lásd kreditszabályzat).

A szemináriumi feladat(ok) kötelezőek, kizáró jellegűek, a vizsgára való jelentkezés előfeltételét képezik. Teljes pontszámot csak a határidőre leadott dolgozatok kaphatják meg. A türelmi időszakban pontlevonással még elfogadható a beadott dolgozat. A türelmi időszak után leadott munkák, ha elérik az átmenő minősítést, akkor a végső jegyben 0 pontot érnek, de a diák jogosulttá válik a vizsgán való részvételre. A kötelező félév közbeni feladatok vizsgaidőszakban, pótvizsgaidőszakban pótolhatóak, de nem számítanak a végső jegybe, csupán feljogosítják a hallgatót a vizsgán való részvételre.

A parciális vizsga nem kizáró jellegű. A parciális vizsgán való részvétel elmulasztása nem vonja maga után a félév végi vizsgáról való kizárást. A parciális vizsga nem pótolható, kivéve orvosilag jól indokolt esetben. Orvosilag igazolt távollét esetén a kórházi elbocsátást igazoló felmentés benyújtása (7 napon belül) esetén a hallgatónak joga van szóbeli vizsgát tenni, amivel megszerezheti az adott részjegyet.

Azoknak a hallgatóknak, akik nyílt szesszióra, pótvizsgára, jegyemelésre jelentkeznek, minden tantárgyi követelménynek (jelenlét, parciális, feladatok, projektek stb.) eleget kell tenniük. A

szemináriumi tevékenységeken, parciális vizsgákon szerzett osztályzat csak az adott tanévben érvényes, nem vihető át egy következő tanévre.

A vizsgák alatti csalás a hallgató egyetemről való kizárását vonja maga után, a kreditszabályzatnak megfelelően, a BBTE rektorának döntése által, a Kari Tanács javaslatára, amelynek alapját a vizsgáztatót tanár által benyújtott írásos panasz képezi. Ez érvényes a végső jegy kiszámításában szereplő valamennyi tételre (félévi vagy pótvizsga, parciális vizsga, félévi szemináriumi feladatok, projektek).

Tantárgytutor/ok
Drd. Gálfi Bernadette

Tantárgyfelelős
Dr. Kálcza-Jánosi Kinga docens

Kitöltés dátuma
2024.04.25

Dr. Poka Tunde

Távoktatás igazgató / felelős,
Dr. Kanyaró (Szabó) Kinga adjunktus

Kitöltés dátuma

2024.04.25.