



Psychologia w dietetyce

1. METRYCZKA

Rok akademicki	2024/2025
Wydział	Wydział Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca	Nauki o zdrowiu
Profil studiów	praktyczny
Poziom kształcenia	2 letnie studia II stopnia
Forma studiów	niestacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	zaliczenie

Jednostka/jednostki prowadząca/e (oraz adres/yjednostki/jednostek)	Studium Psychologii Zdrowia ul. Litewska 14/16 Tel. 22 116 92 11 (sekretariat) zpikm.wum.edu.pl
---	--

Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Dr hab. Dorota Włodarczyk
Koordynator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt)	Dr Tomasz Duda tomasz.duda@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	Dr Stanisław Wójtowicz stanislaw.wojtowicz@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	Dr Tomasz Duda, Dr Stanisław Wójtowicz

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok I semestr studiów	Rok I, semestr1	Liczba punktów ECTS	5.00
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim			
wykład (W)		20	
seminarium (S)		20	
ćwiczenia (C)			
e-learning (e-L)			
zajęciapraktyczne (ZP)			
praktykazawodowa (PZ)			
Samodzielnapracastudenta			
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń			
3. CELE KSZTAŁCENIA			

1.	Poszerzenie wiedzy i zapoznanie studentów z psychologicznymi i społeczno-kulturowymi uwarunkowaniami zachowań związanych z odżywianiem
2.	Dostarczenie wiedzy na temat modeli wyborów żywieniowych
3.	Opanowanie umiejętności rozpoznawania czynników psychologicznych i społeczno-kulturowych kształtujących zachowania żywieniowe jednostki

4. EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy — Absolwent zna i rozumie:	
W1	Zna spektrum przejawów nieprawidłowości związanych z odżywianiem się
W2	Rozumie rolę czynników psychospołecznych przyczyniających się do niewłaściwego odżywiania
W3	Zna możliwe psychospołeczne konsekwencje niewłaściwego odżywiania się
W4	Zna psychologiczne i społeczno-kulturowe uwarunkowania zachowań związanych z odżywianiem
W5	Zna psychologiczne i społeczno-kulturowe znaczenie i funkcje zachowań związanych z jedzeniem
W6	Rozumie zależności między czynnikami kształtującymi zachowania związane z jedzeniem
W7	Zna czynniki determinujące procesy zmiany zachowań w dietetyce
Umiejętności — Absolwent potrafi:	
U1	Rozpoznaje przejawy nieprawidłowości związanych z odżywianiem
U2	Potrafi zidentyfikować czynniki psychospołeczne istotne w rozwoju problemów związanych z odżywianiem
U3	Rozpoznaje psychospołeczne konsekwencje niewłaściwego odżywiania się
U4	Rozpoznaje czynniki psychologiczne i społeczno-kulturowe kształtujące zachowania żywieniowe
U5	Opracowuje zestawienia podstawowych determinantów zachowań żywieniowych
U6	Identyfikuje czynniki istotne w procesie zmiany zachowania
Kompetencji społecznych — Absolwent jest gotów do:	

K1	Wykazuje wrażliwość na psychospołeczne problemy związane z odżywianiem	
K2	Uznaje wiedzę o psychologicznych i społeczno-kulturowych uwarunkowaniach zachowań związanych z jedzeniem	
K3	Działa w oparciu o potwierdzoną naukowo wiedzę o mechanizmach zmiany zachowania	
5. ZAJĘCIA		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
W-1	Modele wyborów żywieniowych: rozwojowy, poznawczy, psychofizjologiczny.	W4, W5, W6, U3, U4, U5, K2
W-2	Społeczno-kulturowe znaczenie pożywienia: pożywienie jako manifestacja ja, jako forma interakcji społecznych, jako tożsamość kulturowa.	W4, W5, W6, U3, U4, U5, K2
W-3	Wpływ czynników psychospołecznych na spostrzeganie własnego ciała. Przyczyny i konsekwencje niezadowolenie z własnego ciała.	W1, W2, W3, U1, U2, K1
W-4	Istota stosowania diety. Niedojadanie i przejadanie się jako skutek ograniczania jedzenia.	W1, W2, W3, U1, U2, K1
S-1	Psychologiczne aspekty wprowadzania zmiany zachowania	W7, U6, K3
S-2	Czynniki odpowiadające za trwałość zmiany	W7, U6, K3
S-3	Rola kontroli w działaniach związanych z dietą.	W1, W2, W3, U1, U2, K1
S-4	Psychologiczne konsekwencje stosowania diety.	W1, W2, W3, U1, U2, K1
6. LITERATURA		
Obowiązkowa		
1. Ogden J. Psychologia odżywiania się. Od zdrowych do zaburzonych zachowań żywieniowych. 2011, Wydawnictwo UJ, Kraków		
Uzupełniająca		
1. Pilska M., Jeżewska-Zychowicz M.: Psychologia żywienia. Wybrane zagadnienia. 2008, Wydawnictwo SGGW, Warszawa		
2. Zimbardo P.G.: Psychologia i życie. Rozdział 5. 1999, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa		
3. Ciccarelli S.K., White J.N.: Psychologia. 2015, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań		
4. Brytek-Matera A. (red): Psychodietetyka. 2020, PZWL, Warszawa		
5. William R. Miller, Christopher C. Butler, Stephen Rollnick: Wywiad motywujący w opiece zdrowotnej. Jak		

pomóc pacjentom w zmianie złych nawyków i ryzykownych zachowań, Medcover, Warszawa, 2010.

7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIASIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
W1-W7, U1-U6, K1-K3	Test wiadomości	60% poprawnych odpowiedzi

8.

INFORMACJE DODATKOWE (informacje istotne z punktu widzenia nauczyciele niezawarte w pozostałej części sylabusu, np. czy przedmiot jest powiązany z badaniami naukowymi, szczegółowy opis egzaminu, informacje o kole naukowym)

1. Sylabus z przedmiotu zamieszczony jest na stronie internetowej Studium Psychologii Zdrowia (dawniej: Zakład Psychologii i Komunikacji Medycznej): [www.http://zpkm.wum.edu.pl](http://zpkm.wum.edu.pl).
2. Student zobowiązany jest do punktualnego stawiania się na zajęcia.
3. Obecność na zajęciach jest obowiązkowa.
4. Dopuszcza się nieobecność w wymiarze 2h dydaktycznych.
5. Zaliczenie zajęć dokonywane jest na podstawie: a) obecności na zajęciach b) aktywnego udziału c) uzyskania pozytywnej oceny z testu wiadomości. Zakres materiału do testu obejmuje wiadomości przekazane na zajęciach oraz zawarte w literaturze obowiązkowej.
- 6 Student, który nie zaliczył testu, może przystąpić do niego ponownie w dwóch terminach poprawkowych ustalonych z prowadzącym zajęcia.

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich