

PRZEDMIOTY PODSTAWOWE	nr w planie studiów	ECTS
Psychologia uzależnień a profilaktyka zachowań ryzykownych	7	2

Profil kształcenia	Ogólnoakademicki	
Wydział / Kierunek	Wychowanie Fizyczne / Sport	
Jednostka organizacyjna	Zakład Pedagogiki i Psychologii	
Poziom studiów	II°	
Rok, semestr	II rok, sem. 4	
Język wykładowy	polski	
Tryb studiów	stacjonarne	
Forma zajęć: wykład i ćwiczenia	15/ 15	
Forma zaliczenia	Zo4	
Charakter zajęć	obligatoryjny	

CELE PRZEDMIOTU

Nabycie wiedzy (umiejętności przekazania jej) w zakresie uzależnień (behawioralnych i chemicznych) oraz profilaktyka zachowań ryzykownych, takich jak: nadmierne picie alkoholu, zażywanie narkotyków (także w ramach dopingu), ryzykowny seks itp.). Uzyskanie informacji na temat szerokiego spektrum koncepcji uzależnień oraz metod rehabilitacji. Poznanie procesu powstawania i mechanizmów uzależnień, w szczególności uzależnienia od wysiłku fizycznego oraz od substancji stosowanych jako doping. Rozwój świadomości konsekwencji społecznych uzależnień. Nabycie podstawowych umiejętności rozpoznawania symptomów uzależnienia w szczególności od wysiłku fizycznego i dopingu. Poznanie wybranych programów profilaktycznych dotyczących przeciwdziałania zachowaniom ryzykownym, utrudniającym bądź uniemożliwiającym uprawianie sportu oraz zarządzanie instytucjami związanymi ze sportem. Nabycie podstawowej wiedzy i podstawowych umiejętności w zakresie prowadzenia rozmowy z osobą, u której obserwuje się zachowania ryzykowne oraz symptomy uzależnienia, w szczególności od aktywności fizycznej i/lub dopingu. Uzyskanie informacji na temat roli wysiłku fizycznego w zdrowym stylu życia. Rozwinięcie potrzeby zdrowego i satysfakcjonującego stylu życia.

Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia	Przedmiotowe efekty kształcenia w zakresie wiedzy (P_W), umiejętności (P_U) i kompetencji społecznych (P_S)	Odniesienie do efektów obszarowych
K_W03	P_W01 Posiada podstawową wiedzę dotyczącą rozumienia uzależnień oraz procesu ich powstawania (w szczególności uzależnienia od wysiłku fizycznego oraz dopingu).	M2_W03 M2_W09 M2_W10
K_W04	P_W02 Zna mechanizmy uzależnień (behawioralnych oraz od substancji psychoaktywnych)	M2_W04
K_W10	P_W03 Rozpoznaje konsekwencje społeczne uzależnień, w szczególności uzależnienia od aktywności fizycznego i dopingu.	M2_W06 M2_W09
K_W03	P_W04 Zna zachowania ryzykowne towarzyszące uzależnieniom (w szczególności uzależnieniu od sportu i dopingu) oraz ich konsekwencje.	M2_W03 M2_W09 M2_W10
K_W09	P_W05 Potrafi wymienić podstawowe zasady prowadzenia rozmowy z osobami przejawiającymi zachowania ryzykowne oraz symptomy uzależnienia.	M2_W10

K_W03	P_W06 Potrafi wskazać na podstawowe zasady zdrowego stylu życia, będące składową profilaktyki zachowań ryzykownych.	M2_W03 M2_W09 M2_W10
K_W12	P_W07 Wie na czym polega rola sportu w zdrowym stylu życia.	M2_W06
K_U02	P_U01 Potrafi rozpoznać osoby uzależnione, w celu lepszego prowadzenia i zarządzania grupą.	M2_U10,
K_U08	P_U02 Umie rozmawiać z osobami przejawiającymi zachowania ryzykowne i symptomy uzależnienia, w szczególności uzależnienia od sportu oraz dopingu.	M2_U01, M2_U13, M2_U14
K_U12	P_U03 Potrafi zmotywować osobę przejawiającą zachowania ryzykowne do podjęcia próby zmiany stylu życia.	M2_U03, M2_U09
K_U12	P_U04 Potrafi zmotywować siebie i innych do podjęcia zdrowego stylu życia.	M2_U03, M2_U09
K_K01	P_K01 Umie przeprowadzić pogadankę z zakresu profilaktyki zachowań ryzykownych i uzależnień, w szczególności uzależnień od ćwiczeń fizycznych oraz dopingu.	M2_K01
K_K06	P_K02 Potrafi poradzić sobie w zespole, w którym pojawiły się problemy z zakresu uzależnień. Umie w sposób otwarty rozmawiać o zaistniałej sytuacji.	M2_K06
K_K02	P_K03 Wie kiedy i w jaki sposób skierować podopiecznego, współpracownika do ekspertów z dziedziny psychologii, w szczególności psychoterapii uzależnień	M2_K02
K_K07	P_K04 Posiada kompetencje interpersonalne umożliwiające przeprowadzenie rozmowy, tak z grupą, w której pojawił się problem uzależnień, jak i osobą przejawiającą zachowania ryzykowne i symptomy uzależnienia.	M2_K08
K_K09	P_K05 Potrafi wprowadzić zwyczaje sprzyjające zdrowemu stylowi życia w zespole, który prowadzi.	M2_K09

LITERATURA

podstawowa	<p>Beck A., Wright F. D., Newman C. F., Liese B. S., (2007) "Teoria poznawcza uzależnień", Kraków: WUJ.</p> <p>Guerreschi C., (2006) "Nowe uzależnienia", Kraków: Wydawnictwo Salwatorianów.</p> <p>Guszkowska M., (2012) "Uzależnienie od ćwiczeń fizycznych - objawy i mechanizmy", Psychiatria Polska 5 (XLVI), 846 - 856.</p> <p>Mellibruda J., Sobolewska - Mellibruda Z., (2011) "Integracyjna psychoterapia uzależnień. Teoria i praktyka", Warszawa: IPZ PTP .</p> <p>Mędraś M., Bidzińska B., (2004) "Uzależnienie od wysiłku fizycznego", w: Medycyna sportowa, Warszawa: Medsportpress.</p> <p>Woronowicz B. (2009), "Uzależnienie: geneza, terapia, powrót do zdrowia", Poznań - Warszawa: Media Rodzina, Wydawnictwo Edukacyjne Parpamedia.</p>
uzupełniająca	<p>Baumeister R. E., Heatheron T. E., Dianne M. T., (2000) "Utrata kontroli. Jak i dlaczego tracimy zdolność samoregulacji", Warszawa: PARPA.</p> <p>Grzelak Sz., (2009) "Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży: aktualny stan badań na świecie i w Polsce", Kraków: Wydawnictwo Rubikon.</p> <p>Kadden R., Carroll K., Donovan D., Cooney N., Monti P., Abrams D., Litt M., Hester R., (1995), "Materiały szkoleniowe dla terapeutów uzależnień Cz. III. Uczenie umiejętności praktycznych", Warszawa: PARPA,.</p>

	<p>Miller N., Zweben A., DiClemente C. C., Rychtarik R. G.,(1995), “Materiały szkoleniowe dla terapeutów uzależnień”, Warszawa: PARPA.</p> <p>Programy profilaktyczne: Wojcieszka K.: “Korekta”, “Drugi Elementarz”, “Wygrać życie”, “Noe”, “Szlaban” itd.</p> <p>Sobolewski Z., 2001), “Praca nad rozbrojeniem psychologicznych mechanizmów uzależnienia”, <i>Terapia Uzależnienia i Współuzależnienia</i> 3(18), 6 – 10.</p>
--	--

Wydział Wychowania Fizycznego