

Sálfélagslegir áhrifaþættir heilsu

E-505-BFIM



Ár: 2. eða 3. ár.

Önn: Haustönn.

Tegund námskeiðs: Valnámskeið.

Undanfarar: 1. ár í BSc-námi í sálfræði.

Skipulag: 4 stundir á viku í 12 vikur.

Kennari: Heiðdís B. Valdimarsdóttir.

Lýsing: Í námskeiðinu verður farið yfir kenningar og rannsóknir sem miða að skilningi á hvernig samspil sálfélaglegra, tilfinningalegra og líffræðilegra þátta hefur áhrif á orsakir, meðferð og vörn gegn sjúkdómum. Meðal þess sem rætt verður um er eftirfarandi: 1) áhrif tilfinninga, streitu, viðhorfa, hegðunar og lífstíls á sjúkdómavarnir, þróun sjúkdóma og bata; 2) félagsleg og sálræn skammtíma- og langtímaáhrif langvinnra sjúkdóma (t.d. hjartasjúkdómar, krabbamein); 3) sálfélagsleg íhlutun til að bæta lífsgæði og hjálpa einstaklingum að takast á við langvinna sjúkdóma og taka ákvarðanir við lífslok. Þetta námskeið mun gefa nemendum kost á að þróa leiðir til að samþætta kenningar og rannsóknir þvert á mismunandi fræðigreinir, t.d. sálfræði, faraldsfræði og líffræði.

Lærdómsviðmið: Að námskeiði loknu á hver nemandi að geta:

- Skilið hvernig samspil tilfinningalegra, hugrænna, atferlislegra, félagslegra og líffræðilegra þátta hefur áhrif á heilsu og vanheilsu.
- Skilið og lagt gagnrýnt mat á mismunandi kenningar og líkön sem notuð eru til að útskýra hvernig sálrænir og félagslegir þættir hafa áhrif á heilsu.
- Haft grunnkilning á tegundum sálfélaglegrar íhlutunar sem notaðar eru til að efla heilsu og hjálpa einstaklingum með langvinna sjúkdóma (t.d. krabbamein og hjarta- og æðasjúkdóma).
- Beitt „health belief“ líkönum til að skilja og breyta eigin heilsutengdri hegðun.

Námsmat: Tímapróf, hópumræður, verkefni og lokapróf.

Lesefni: Sarafino, E. P. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. (7. útgáfa). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons Inc.

Kennsluaðferðir: Fyrirlestrar, hópavinna og umræðutímar.

Tungumál: Enska.

ECTS: 6.