

IRAKASKUNTZA-GIDA 2017/18

Ikastegia 231 - Psikologia Fakultatea

Zikl. Zehaztugabea

Plana GPSICO20 - Psikologiako Gradua

Ikastaroa 3. maila

IRAKASGAIA

25096 - Osasunaren Psikologia

ECTS kredituak: 6

IRAKASGAIAREN AZALPENA ETA TESTUINGURUA ZEHAZTEA

Osasunaren Psikologiaren helburua da psikologia zientifikoaren ezagutza, metodo eta teknikak osasunaren prebentziora eta gaixotasun fisikoen tratamendura aplikatu, hala nola osasunaren sustatzea. Helburu bikoitza dago: alde batetik osasunaren psikologiaren ezagutza eta ekarpenak ezagutaraztea ikasleei. Bestetik osasunaren errekerperaketa eta hobetzera zuzendutako gaitasun praktiko batzuen irakaskuntza, ikasleek beren garapen profesionalean aplikatu ditzaten. Irakasgai hau bi sailen artean ematen da, lehenengo zatia nortasuna, ebaluazioa eta tratamendu psikologikoen saileko irakasleek ematen dute, bigarrena berriz psikologia sozialaren sailekoak. Gaiak 6 kreditu ditu, 3 kreditu sail bakoitzak eta derrigorrezkoa den gaia da hirugarren mailan ematen dena.

GAITASUNAK / IRAKASGAIA IKASTEAREN EMAITZAK

1. Ongizate fisiko, psikologiko eta sozialaren lorpenerako Osasunaren Psikologiaren kontzeptu, ezaugarri, eredu eta oinarriko funtzioak.
2. Osasunaren Psikologiaren aplikazio arloak ezagutu hala nola beste diziplina profesional eta zientifikoekin dituen harremanak
3. Programazio eta balioespen teknikak aplikatzen jakitea, osasunaren prebentzioarekin erlazionatutako balioak, prozesu kognitiboak, emozionalak, psikobiologikoak eta portaerazkoak kontutan hartuz
4. Ongizate sozial eta psikologikoari buruzko txosten tekniko eta ahozkoak osatzeko gai izatea, Osasunaren Psikologiaren kode deontologikoa errespetatuz

EDUKI TEORIKO-PRAKTIKOAK

1. Gaia. Osasunaren Psikologiari Sarrera
2. Gaia. Psikologia eta Osasuna: portaera salutogenikoak eta patogenikoak
3. Gaia. Estresa eta Osasuna
4. Gaia. Osasuna eta Gaixotasuna
5. Gaia. Zainketa Psikologiko Aringarriak
6. Gaia. Ongizatearen eredu hedoniko eta eudaimonikoak
7. Gaia. Bizitza-zikloen eta Ongizatearen Faktore soziodemografikoak: sexua, gizarte-estatusa eta klaseak, hezkuntza, adina eta kohorteak
8. Gaia. Testuinguru kulturalak, balio kulturalak eta ongizatea
9. Gaia. Nortasuna, sostengu-soziala, bizitza-aldaketak eta ongizatea
10. Gaia. Adimen emozionalaren erregulazioa, aldaketaren aurre egitea, estres-ondoko hazkuntza eta ongizatea
11. Gaia. Esku-hartze programak ongizatearen hobekuntzarako .

METODOLOGIA

Gaiak 30 ordu magistralak ditu bertan eduki teorikoa azalduko da nagusiki eta beste irakaskuntza motetan alderdi praktikoak landuko dira.

IRAKASKUNTZA MOTAK

Eskola mota	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Ikasgelako eskola-orduak	30	2	21		2		5		
Ikaslearen ikasgelaz kanpoko jardueren ord.	45	3	31,5		3		7,5		

Legenda: M: Maistrala S: Mintecia GA: Gelako p. GL: Laborateiko p. GO: Ordenagailuko p.
GCL: P. klinikoak TA: Tailerra TI: Tailer Ind. GCA: Landa p.

EBALUAZIO-SISTEMAK

- Azken ebaluazioaren sistema

KALIFIKAZIOKO TRESNAK ETA EHUNEKOAK

- Test motatako proba % 50
- Praktiak (ariketak, kasuak edo buruketak) % 50

OHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Ebaluazioa jarraitua:

Zati teorikoa (%50): azterketa teorikoa burutuko da, finala edo partziala ikaslearen arabera. Lehenengo zati teorikoak 3 puntu balioko ditu eta bigarren zati teorikoak 2 puntu.

Zati praktikoa (%50): gela-praktika, tailer eta mintegien astez asteko ebaluazioa egingo da. Lehenengo zatiko praktikek 2 puntu balioko dute eta bigarren zatikoek 3 puntu.

Ebaluazio finala:

Ikasleek eskubidea izango dute azken ebaluazio bidez ebaluatuak izateko, non %100 balioko duen azterketa finala burutu beharko duten eduki teoriko zein praktikoekin. Eskubide hori baliatzeko, ikasleak etengabeko ebaluazioari uko egiten diola jasotzen duen idatzi bat aurkeztu beharko dio irakasgairaren ardura duen irakasleari eta, horretarako, bederatzi asteko epea izango du, ikastegiko eskola egutegian zehaztutakoarekin bat lauhilekoa edo ikasturtea hasten denetik kontatzen hasita.

Azterketen deialdi ofizialean zehaztutako datan ez aurkezteak deialdiari uko egitea suposatuko du. Deialdiari uko egiten dioten ikasleek aurkezteke kalifikazioa jasoko dute.

Azken emaitza: bi atalen arteko batuketa ponderatua izango da.

EZOHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

NAHITAEZ ERABILI BEHARREKO MATERIALAK

Irakasleak kopistegian eta eGela plataforman ikasturtero utzitako material teoriko-praktikoa

BIBLIOGRAFIA

Oinarrizko bibliografia

Psicología de la Salud

Amigo, I., Fernández, C., eta Pérez, M. (2009). Manual de Psicología de la Salud. Madrid: Piramide.

Bayés, R. (2000). Psicología del sufrimiento y de la muerte. Barcelona: Martínez-Roca.

Bergeret, J. (1980). La personalidad normal y patológica. Edit. Gedisa. España. Cap. 1: Estructuras y Normalidad.

Brannon, L. eta Feist, J. (2000). Psicología de la Salud. Madrid: Paraninfo.

Canguilhem G. (1982). Lo Normal y lo Patológico. Edit. Siglo XXI. México. Cap. 4: Enfermedad, Curación, Salud.

Chiozza, L. (2007). ¿Por qué enfermamos? La historia que se oculta en el cuerpo. Edit. Libros del Zorzal. Buenos Aires.

Cruz Roche, R. (1991). Psicoanálisis: reflexiones epistemológicas. Edit. Espasa Calpe SA. Cap. 4: El Psicoanálisis, método terapéutico. (Punto 1: El Concepto de Salud en Psicoanálisis).

Esteve, R., eta Ramírez, C. (2003). El desafío del dolor crónico. Málaga: Aljibe.

Freud, S. y Bullit, W. (1973). El presidente Tomas W. Wilson, un estudio psicoanalítico. Edit. Letra Viva. Bs. As.

Introducción.

Gil Roales-Nieto, J. (Arg.). (2004). Psicología de la Salud. Aproximación histórica, conceptual y aplicaciones. Madrid: Pirámide.

Klimas, N. G., O'Brien, A., & Fletcher, M. A. (2008). Overview of HIV. Psychosomatic Medicine, 70, 523-530.

Laplanche, J. y Pontalis, J.B. (1996): Diccionario de Psicoanálisis. Edit. Paidós. Buenos Aires.

Martínez Lavin, M. (2006). Fibromialgia: cuando el dolor se convierte en enfermedad. Edit. Aguilar.

Remor, E., Arranz, P. y Ulla, S. (2003). El psicólogo en el ámbito hospitalario. Edit. Desclee de Brouwer.

Sapolsky, R. M. (2008). ¿Por qué las cebras no tienen úlceras? La guía del estrés. Madrid: Alianza.

Simón, M. A. (Ed.). (1999). Manual de Psicología de la Salud. Fundamentos, Metodología y Aplicaciones. Madrid: Biblioteca Nueva.

Taylor, S. E. (2007). Psicología de la Salud. México D. F.: McGraw Hill.

Bienestar subjetivo hedónico y eudaimónico, psicológico y social

Obligatoria accesible en sitio web y se hará versión impresa en fotocopidora Zorroaga:

Bienestar subjetivo hedónico y eudaimónico, psicológico y social

Bilbao, M.A., Techio, E. Et al (2011). Bienestar Subjetivo y Psicológico Social CAPÍTULO 6. En D.Paez, C. Martín-

Beristain, JL Gonzalez, N. Basabe & J. De Rivera (Coords.) Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz. Madrid: Fundamentos.

En sitio Web www.ehu.es/pswparod : archivo Salud 2008_Ficha Técnica I: Bienestar y Valoración Psico-Social de la Salud Mental y archivo Bienestar psicológico, social y clima emocional en Materiales y Escalas

Emociones positivas, negativas y Bienestar

Paez, D., Bobowik, M., Carrera, P. & Bosco, S, (2011). Evaluación de la Afectividad durante diferentes episodios. ANEXO AL CAPÍTULO 4. En D.Paez, C. Martín-Beristain, JL Gonzalez, N. Basabe & J. De Rivera (Coords.) Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz. Madrid: Fundamentos.

En sitio Web www.ehu.es/pswparod: archivo Evaluación de Afectividad durante diferentes episodios emocionales en Materiales y Escala

Hechos de cambio vital, creencias básicas y bienestar

Paez, D. Vazquez, C. Et al (2011) Crecimiento Post-estrés y Post Traumático CAPÍTULO 9. En D.Paez, C. Martín-Beristain, JL Gonzalez, N. Basabe & J. De Rivera (Coords.) Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz. Madrid: Fundamentos.

Arnosó, M. et al (2011). Creencias Básicas sobre el yo y el Mundo. CAPÍTULO 7. En D.Paez, C. Martín-Beristain, JL Gonzalez, N. Basabe & J. De Rivera (Coords.) Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz. Madrid: Fundamentos.

En sitio Web www.ehu.es/pswparod: archivo Violencia colectiva y creencias básicas sobre el mundo, los otros y el yo. Impacto y reconstrucción en Materiales y Escalas

Apego y Amor

Ubillos, S. Et al (2004). Relaciones Íntimas: Atracción, Amor y Cultura. Cap.15 En, D. Páez, I. Fernández, S. Ubillos y E. Zubieta Psicología Social, Cultura y Educación. Madrid: Pearson. Libro descatalogado. Descargable en sitio Web www.ehu.es/pswparod en Publicaciones archivo Psicología Social, Cultura y Educación, Capítulo 15.

Regulación afectividad y bienestar

Paez, D., Martínez, F. & Campos, M.(2011) Regulación y afrontamiento de afectividad positiva y negativa. Manuscrito borrador inédito. Descargable en sitio Web www.ehu.es/pswparod archivo Ficha 8 Regulación y Afrontamiento Emocional afectividad negativa y positiva y archivo Instrumentos Informe practica 8b 2010_Regulación y Afrontamiento Emocional en Materiales y Escalas

* los artículos y capítulos con este signo se pueden descargar del sitio web del Grupo Consolidado Cultura Cognición y Emoción o del sitio web de Psicothema. Las escalas de satisfacción con la vida de Diener, la escala de PANAS de Watson, de Bienestar psicológico de Ryff, de Bienestar social de Keyes y de Emociones positivas/negativas de Fredrickson: <http://www.ehu.es/GCIPS/>

Gehiago sakontzeko bibliografía

Adler, N., & Matthews, K. (1994). Health Psychology: why do some people get sick and some stay well? Annual Review of Psychology, 45, 229-259.

Astudillo, W., Mendinueta, C., & Orbegozo, A. (2002). Presente y futuro de los cuidados paliativos. In W. Astudillo, A. Morales, E. Clavé, A. Cabarcos & E. Urdaneta (Eds.), Avances recientes en cuidados paliativos. Donostia: Sociedad Vasca de Cuidados Paliativos.

Baum, A., & Posluszny, D. M. (1999). Health Psychology: mapping biobehavioral contributions to health and illness. Annual Review of Psychology, 50, 137-163.

Bayés, R. (2000). Psicología del sufrimiento y de la muerte. Barcelona: Martínez-Roca.

Bayés, R. (2002). El sufrimiento: evaluación y medidas para su alivio. In W. Astudillo, A. Morales, E. Clavé, A. Cabarcos & E. Urdaneta (Eds.), Avances recientes en cuidados paliativos (pp. 285-294). Donostia: Sociedad Vasca de Cuidados Paliativos.

Bayés, R., & Borrás, F. X. (1999). Psiconeuroinmunología y salud. In M. A. Simón (Ed.), Manual de Psicología de la Salud. Fundamentos, Metodología y Aplicaciones (pp. 77-114). Madrid: Biblioteca Nueva.

Benedito, M. C., & López, J. A. (1997). Intervención psicológica en el asma bronquial infantil. In M. G. P. Orts & R. B. Arnal (Eds.), La práctica de la Psicología de la Salud (pp. 127-154). Valencia: Promolibro.

Botella, C., & Benedito, M. C. (1993). Asma bronquial. Madrid: Ediciones Pirámide.

Bower, J. E., Kemeny, M. E., & Fawzy, I. F. (2002). Group interventions for individuals with serious medical illness. In M. A. Chesney & M. H. Antoni (Eds.), Innovative approaches to health psychology: Prevention and treatment lessons from AIDS. Application and practice in health psychology (pp. 197-217). Washington D. C., US: American Psychologist

Aldizkariak

Revistas acceso libre

Psicothema : www.psychothema.com/

Boletín de Psicología: www.uv.es/seoane/boletin/boletin.html

Intervención Psicosocial: www.scielo.isciii.es/scielo.php Una vez allí pedir Intervención Psicosocial

Uztaro (www.uztaro.com)

Revistas Biblioteca facultad

Ansiedad y Estrés

Revista de Psicología Social

Health Psychology

International Journal of Health and Clinical Psychology

Journal of Personality and Social Psychology

Personality and Social Psychology Review

Personality and Social Psychology Bulletin

Revue Internationale de Psychologie Sociale

Interneteko helbide interesgarriak

World Health Organisation (www.who.int/en/)

Este sitio web del Grupo Consolidado de Investigación Cultura Cognición y Emoción están todos los materiales obligatorios descargables

www.ehu.es/pswparod mirar en Materiales y Escalas y en Publicaciones Emociones y Bienestar

Los sites siguientes tienen amplio material en castellano sobre bienestar, emociones y factores psicosociales

Sitio de Carmelo Vazquez UCM

<http://www.ucm.es/info/psisalud/carmelo/>

<http://www.psicologiapositiva.org>

Sitio de Itziar Fernández UNED

<http://www.uned.es/dpto-psicologia-social-y-organizaciones/>

[paginas/profesores/Itziar.htm](http://www.uned.es/dpto-psicologia-social-y-organizaciones/paginas/profesores/Itziar.htm)

Sitio de Pilar Carrera et al UAM

<http://www.scientia-affectus.es/>

Sitio Web del Laboratorio de Emociones de la Universidad de Malaga

Información sobre Inteligencia, regulación emocional y Bienestar

<http://www.emotional.intelligence.uma.es>

Sites internet inglés

Site web sobre bienestar de Ed Diener

<http://www.psych.uic.edu/~ediener>

Sitio anglófono de información sobre bienestar y Psicología positiva

<http://www.positivepsychology.org>

Sitio holandés que centraliza la información mundial sobre factores psicosociales del bienestar

<http://www.worlddatabaseofhappiness.eur.nl>

Site de Bárbara Fredrickson especialista de emociones positivas

http://www.unc.edu/peplab/barb_fredrickson_page_html

Site de Sonya Lyubomirsky especialista de la Psicología del bienestar

<http://www.faculty.ucr.edu/sonja/~index/html>

Site Internet sobre expresión emocional y bienestar de James Pennebaker

<http://www.psy.utexas.edu/pennebaker>

Site Internet de la especialista del amor Elaine Hatfield

<http://www2.hawaii.edu/~elaine>

Sites internet francés sobre bienestar

<http://www.psychologiepositive.info>

<http://www.psychologie-positive.net>

Sitio de Bernard Rimé sobre expresión emocional y bienestar

<http://www.uclouvain.be/en-perso-bernard-rime>

OHARRAK