

# DERS TANITIM ve UYGULAMA BİLGİLERİ

| Dersin Adı                          | Kodu   | Yarıyıl   | T+U+L<br>(saat/hafta) | Türü (Z / S) | Yerel Kredi | AKTS |
|-------------------------------------|--|-----------|-----------------------|--------------|-------------|------|
| Sağlık Psikolojisi                  | PSYC 342   | Güz-Bahar | 03+00+00              | Seçmeli      | 3           | 6    |
| Akademik Birim:                     | Psikoloji  |           |                       |              |             |      |
| Öğrenim Türü:                       | Örgün Eğitim   |           |                       |              |             |      |
| Ön Koşullar                         | Yok  |           |                       |              |             |      |
| Öğrenim Dili:                       | İngilizce  |           |                       |              |             |      |
| Dersin Düzeyi:                      | Lisans   |           |                       |              |             |      |
| Dersin Koordinatörü:                | Aslı ÇARKOĞLU  |           |                       |              |             |      |
| Dersin Amacı:                       | Bu dersin amacı: 1- Hastalığın önlenmesi ve iyi olma halinin artırılmasında psikolojinin rolünü analiz edebilmek. 2- Farklı teorik perspektiflerden farklı sağlık davranışları, tutumları, çıktıları ve hastalıkları inceleyebilmek. 3- Farklı disiplinlerle beraber çalışarak teori geliştiren, araştırma ve uygulama yapan bir alan olarak sağlık psikolojisini tartışabilmek için gerekli alt yapıyı oluşturmaktır.   |           |                       |              |             |      |
| Dersin İçeriği:                     | Hastalık ve sağlık algısı, sağlığın korunması, hastalıkların ve stresin oluşumundaki psikolojik süreçler, sağlığı koruyucu ve bozucu davranışlar, stres ve hastalıkla baş etme, ve sosyal destek süreçleri incelenir.  |           |                       |              |             |      |
| Dersin Öğrenme Çıktıları (ÖÇ):      | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>1-</b> Psikolojinin hastalığın önlenmesi ve sağlıklılığının desteklenmesindeki rolünü anlayabilmek.</li><li>• <b>2-</b> Farklı sağlık davranışlarını, yaklaşımlarını, sonuçlarını ve ilgili hastalıkları birçok teorinin perspektifinden karşılaştırma yapabilmek.</li><li>• <b>3-</b> Sağlık psikolojisinin, teori geliştirmek, araştırma yürütmek ve klinik pratikle angaje olmak için diğer disiplinlerle birlikte çalışan bir uzmanlık alanı olarak rolünü tartışabilmek.</li></ul> |           |                       |              |             |      |
| Dersin Öğrenme Yöntem ve Teknikleri | Ders anlatımı, araştırma egzersizleri, ödevler   |           |                       |              |             |      |

## HAFTALIK PROGRAM

| Hafta | Konular                              | Ön Hazırlık |
|-------|--------------------------------------|-------------|
| 1     | Giriş: Sağlık Psikolojisi Nedir?     |             |
| 2     | Sağlığın Fiziksel ve Genetik Yönleri |             |
| 3     | Sağlığın Sosyal ve Kültürel Yönleri  |             |
| 4     | Sağlık Davranışı Kuramları           |             |
| 5     | Yiyecek, Yeme Davranışı ve Obezite   |             |
| 6     | Yiyecek, Yeme Davranışı ve Obezite   |             |
| 7     | Diyabet                              |             |
| 8     | Mikrobiyom ve Ruh Sağlığı            |             |
| 9     | Sigara Kullanımı ve Bağımlılığı      |             |
| 10    | Sigara Kullanımı ve Bağımlılığı      |             |
| 11    | Ağrı ve Ağrı Kontrolü                |             |
| 12    | Önleme ve Sağlık Alanyazını          |             |
| 13    | Tarama ve Aşılama                    |             |
| 14    | Değerlendirme                        |             |

Kadir Has Üniversitesi'nde bir dönem 14 haftadır, 15. ve 16. hafta sınav haftalarıdır.

## ZORUNLU ve ÖNERİLEN OKUMALAR

Marks, Murray and Estacio (5th Ed) (2018). Health Psychology: Theory, research and Practice. Sage: London.

## DİĞER KAYNAKLAR

## DEĞERLENDİRME SİSTEMİ

| Yarıyıl İçi Çalışmaları                                   | Sayı      | Katkı Payı (%) |
|---|-----------|----------------|
| Katılım   | 14        | 3              |
| Proje   | 6         | 12             |
| Diğer Uygulamalar (seminer, stüdyo kritiği, workshop vb.) | 3         | 2              |
| Ara Sınavlar/Sözlü Sınavlar/Kısa Sınavlar                 | 2         | 42             |
| Final Sınavı  | 1         | 41             |
| <b>Total:</b>   | <b>26</b> | <b>100</b>     |

## İŞ YÜKÜ HESAPLAMASI

| Etkinlikler                               | Sayısı | Süresi (saat) | Toplam İş Yükü (saat) |
|---|--------|---------------|-----------------------|
| Ders Saati                                | 14     | 3             | 42                    |
| Uygulama                                  | 2      | 5.5           | 11                    |
| Proje                                     | 3      | 5             | 15                    |
| Ödev                                      | 6      | 5             | 30                    |
| Sunum/Jüriye Hazırlık                     | 4      | 3             | 12                    |
| Diğer Uygulamalara Hazırlık               | 3      | 5             | 15                    |
| Dersle İlgili Sınıf Dışı Etkinlikler      | 2      | 5             | 10                    |
| Ara Sınavlar/Sözlü Sınavlar/Kısa Sınavlar | 2      | 6             | 12                    |
| Final Sınavı                              | 1      | 3             | 3                     |
| <b>Toplam İş Yükü (saat):</b>             |        |               | <b>150</b>            |

1 AKTS = 25 saatlik iş yükü

## PROGRAM YETERLİLİKLERİ (PY) ve ÖĞRENME ÇIKTILARI (ÖÇ) İLİŞKİSİ

| #   | PY1 | PY2 | PY3 | PY4 | PY5 | PY6 | PY7 | PY8 | PY9 | PY10 | PY11 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|
| OC1 |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |
| OC2 |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |
| OC3 |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |

**Katkı Düzeyi:** 1 Düşük, 2 Orta, 3 Yüksek