



JAGIELLONIAN  
UNIVERSITY  
IN KRAKÓW

## Psychopatologia dla każdego

Educational subject description sheet

### Basic information

<b>Field of study</b> University-wide Courses in Polish		<b>Education cycle</b> 2025/26	
<b>Speciality</b> -		<b>Realization year</b>	
<b>Organizational unit</b> Zajęcia ogólnouczelniane		<b>Subject code</b> ZOOPLS.D100000.16234.25	
<b>Study level</b> dowolny poziom		<b>Lecture languages</b> polish	
<b>Study form</b> full-time degree programme		<b>Disciplines</b> Psychology	
<b>Education profile</b> General academic		<b>ISCED classification</b> 0313 Psychology	
<b>Mandatory</b> elective		<b>USOS code</b> ZO-127	
<b>Subject coordinator</b>	Magdalena Wielgus		
<b>Lecturer</b>	Magdalena Wielgus		
<b>Period</b> Winter semester	<b>Examination</b> graded credit	<b>Number of ECTS points</b> 2.0	
	<b>Activities and hours</b> E-learning (discussion class): 30, including: • Asynchronous classes: 30		

## Goals

C1	Student posiada podstawową wiedzę z zakresu psychopatologii jako dziedziny oraz na temat podstawowych mechanizmów psychologicznych leżących u podstaw wybranych zaburzeń psychicznych.
C2	Student posiada niezbędną wiedzę i umiejętności interpersonalne potrzebne do skutecznego rozpoznawania i reagowania na problemy zdrowia psychicznego w swoim otoczeniu, w granicach podejmowanych ról zawodowych i prywatnych. Zna zasady udzielania pierwszej pomocy przedpsychologicznej (ang. First Psychological Aid).
C3	Student rozumie wartość rozwijania (samo)świadomości dot. swoich własnych ograniczeń, trudności i wyzwań oraz jest w stanie adekwatnie na nie reagować (np. rozwijając swoje umiejętności radzenia sobie, zwracając się po pomoc itp.).

## Subject's learning outcomes

Code	Outcomes in terms of	Effects	Examination methods
<b>Knowledge - Student knows and understands:</b>			
W1	w sposób podstawowy, cechy i mechanizmy leżące u podstaw najczęściej występujących zaburzeń psychicznych;		credit with grade
W2	mechanizmy stresu i sposobów radzenia sobie;		credit with grade
W3	znaczenie wsparcia psychologicznego i dbania o dobrostan psychiczny osób, z którymi żyje i pracuje (np. pacjentów, uczniów, pracowników i współpracowników), w granicach podejmowanych ról (prywatnych i zawodowych);		credit with grade
W4	na poziomie podstawowym, system działania opieki zdrowia psychicznego w Polsce (np. cele, sposoby organizacji i funkcjonowania instytucji pomocowych, terapeutycznych, psychoprofilaktycznych, psychoedukacyjnych);		credit with grade
W5	pojęcia normy i patologii w odniesieniu do trudności psychicznych.		credit with grade
<b>Skills - Student can:</b>			
U1	na poziomie podstawowym identyfikować niepokojące objawy sugerujące problemy zdrowia psychicznego u osób w swoim otoczeniu;		credit with grade
U2	wykorzystać wiedzę psychologiczną w profilaktyce wykluczenia i patologii społecznych, w granicach podejmowanych ról (prywatnych i zawodowych).		credit with grade
<b>Social competences - Student is ready for:</b>			
K1	otwartej komunikacji i współpracy ze specjalistami zdrowia psychicznego i dziedzin pokrewnych w ramach udzielania pierwszej pomocy przedpsychologicznej;		credit with grade
K2	przyjęcia postawy bezwzględnego szacunku, empatii i otwartości wobec jednostek i grup społecznych oraz troski o ich dobro; zrozumienia i akceptacji odmienności drugiego człowieka, traktowanego podmiotowo;		credit with grade

Code	Outcomes in terms of	Effects	Examination methods
K3	udzielania pomocy i przeprowadzenia rozmowy wspierającej z osobą przeżywającą trudności psychiczne, uwzględniając swoje kompetencje i granice swojej roli w tym procesie;		credit with grade
K4	reagowania na własne trudności psychiczne i stres, w tym poszukiwać pomocy i wsparcia; potrafi animować pracę nad własnym rozwojem.		credit with grade

### Calculation of ECTS points

Activity form	Activity hours*
E-learning (discussion class)	30
self-study regarding classes	5
preparation for final test	10
analysis of literature given by the teacher	5
exercises performance	5
problem analysis	5
<b>Student workload</b>	<b>Hours</b> 60
	<b>ECTS</b> 2.0

\* hour means 45 minutes

### Study content

No.	Course content	Subject's learning outcomes
1.	<p>Wprowadzenie do kursu</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wstęp do kursu – cele, harmonogram, zasady zaliczenia.</li> <li>• Wstęp do psychopatologii – pojęcie normy i patologii w psychiatrii (wskaźniki anormalności).</li> <li>• Rola klasyfikacji w psychopatologii (DSM-5, ICD-11) oraz wyzwania z nimi związane.</li> <li>• Biologiczne i psychologiczne wyjaśnienia zaburzeń psychicznych.</li> <li>• System działania opieki zdrowia psychicznego w Polsce i kompetencje specjalistów.</li> <li>• Wstęp do pierwszej pomocy przedpsychologicznej.</li> </ul>	W4, W5, K1

No.	Course content	Subject's learning outcomes
2.	<p>Reakcje na wydarzenia traumatyczne</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Omówienie zaburzeń pourazowych oraz związanych z czynnikiem stresowym (m.in. PTSD, zaburzenia adaptacyjne).</li> <li>• Pierwsza pomoc przedpsychologiczna w obliczu katastrof i sytuacji traumatycznych.</li> </ul>	W1, W2, W3, U1, U2, K1, K3
3.	<p>Zaburzenie paniczne i inne zaburzenia lękowe oraz OCD</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Omówienie zaburzenia panicznego i innych zaburzenia lękowe oraz OCD.</li> <li>• Przyczyny predysponujące do zaburzeń lękowych (w tym - rola zachowań zabezpieczających).</li> <li>• Zasady mądrego wspierania osób z zaburzeniami lękowymi i OCD.</li> </ul>	W1, W2, W3, U1, K3
4.	<p>Depresja i inne zaburzenia depresyjne</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Omówienie wybranych zaburzeń depresyjnych.</li> <li>• Współwystępowanie depresji z innymi zaburzeniami psychicznymi i somatycznymi.</li> <li>• Etiologia depresji i wyjaśnienia ewolucyjne.</li> <li>• Ćwiczenie umiejętności chwalenia i dowartościowywania innych.</li> </ul>	W1, W3, U1, K3
5.	<p>Zaburzenia (afektywne) dwubiegunowe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Omówienie choroby afektywnej dwubiegunowej (CHAD) oraz innych zaburzeń afektywnych dwubiegunowych.</li> <li>• Fakty i mity na temat samobójstw.</li> <li>• Pierwsza pomoc przedpsychologiczna w kryzysie samobójczym oraz dobre praktyki dot. informowania o samobójstwach w mediach (efekt Papageno, efekt Wertera).</li> </ul>	W1, W3, W4, U1, U2, K1, K2, K3
6.	<p>Schizofrenia i inne zaburzenia psychotyczne</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Omówienie schizofrenii oraz innych (wybranych) zaburzeń psychotycznych.</li> <li>• Uprawomocnienie i unieważnienie, empatia - omówienie zagadnień.</li> <li>• Pierwsza pomoc przedpsychologiczna w kryzysie psychotycznym.</li> </ul>	W1, W2, U1, U2, K1, K2, K3
7.	<p>Zaburzenia neurorozwojowe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Omówienie ADHD i innych zaburzeń neurorozwojowych.</li> <li>• Stygmatyzacja zaburzeń psychicznych jako problem społeczny.</li> </ul>	W1, W2, W3, W5, U2, K2

No.	Course content	Subject's learning outcomes
8.	Zaburzenia snu <ul style="list-style-type: none"> <li>• Omówienie bezsenności i innych zaburzeń snu.</li> <li>• Czynniki predysponujące, wyzwalające i podtrzymujące bezsenność.</li> <li>• Samoopieka oraz higiena snu jako metody profilaktyczne dla osób w kryzysie oraz dla wspierających.</li> </ul>	W1, W2, K4
9.	Zaburzenia związane z substancjami i uzależnienia <ul style="list-style-type: none"> <li>• Omówienie zaburzeń związanych z substancjami i uzależnień, w szczególności - zaburzenia używania alkoholu.</li> <li>• "Syndrom DDA i DDD".</li> <li>• Skuteczność interpersonalna w zakresie osiągnięcia celów ("asertywność").</li> </ul>	W1, W2, W3, W5, U1, U2, K3, K4
10.	Zaburzenia jedzenia i odżywiania się <ul style="list-style-type: none"> <li>• Omówienie zaburzeń jedzenia i odżywiania się, w szczególności - anoreksji, bulimii, zaburzenia z napadami objadania się.</li> <li>• Życzliwość i uważność na innych jako umiejętności pierwszej pomocy przedpsychologicznej.</li> </ul>	W1, W2, U1, U2, K3

## Course advanced

### Teaching methods :

e-learning methods, lecture with multimedia presentation, Situational method, brainstorming, discussion, case study, solving tasks

Activities	Examination methods	Credit conditions
E-learning (discussion class)	credit with grade	Test zaliczeniowy w formie pytań jednokrotnego wyboru.

## Entry requirements

Brak wymagań wstępnych. Kurs dostępny dla studentów wszystkich kierunków poza psychologią.

## Literature

### Obligatory

1. Literatura obowiązkowa stanowi wybrane fragmenty lektur i materiały audiowizualne udostępnione przez prowadzącego na zajęciach.

### Optional

1. Popiel, A., Zawadzki, B., Pragłowska, E., Habrat, P., Gajda, P. (2019). Skuteczne działanie w stresie. Program profilaktyki PTSD dla osób narażonych na traumatyzację zawodową, GPW, Gdańsk.
2. Linehan, M. M. (2016). Terapia dialektyczno-behawioralna (DBT): trening umiejętności: podręcznik terapeuty. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
3. Linehan, M. M. (2016). Terapia dialektyczno-behawioralna (DBT): trening umiejętności: materiały i ćwiczenia dla pacjentów. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.