

## Spis treści

### Wstęp

1. Zagadnienia zdrowia i choroby w głównych nurtach teoretycznych psychologii
  - 1.1. Dlaczego należy poznać główne nurty teoretyczne w psychologii?
    - 1.1.1. Psychoanaliza
    - 1.1.2. Behawioryzm
    - 1.1.3. Psychologia postaci
    - 1.1.4. Psychologia poznawcza
  - 1.2. Spotkanie psychologii z medycyną na gruncie teoretycznym
    - 1.2.1. Medycyna psychosomatyczna
    - 1.2.2. Medycyna behawioralna
    - 1.2.3. Psychologia zdrowia
  - 1.3. Psychologia i medycyna w rozwiązywaniu problemów zdrowia i choroby

### Podsumowanie

### Literatura cytowana

2. Czynniki psychospołeczne a zdrowie
  - 2.1. Polietologiczna koncepcja chorób jako podstawa zrozumienia problemów zdrowia i choroby
  - 2.2. Rola osobowości
    - 2.2.1. Predyspozycje osobowościowe
    - 2.2.2. Wzory behawioralno-osobowościowe
  - 2.3. Znaczenie czynników sytuacyjnych
    - 2.3.1. Wydarzenia traumatyczne
    - 2.3.2. Ważne wydarzenia życiowe
    - 2.3.3. Utrapienia dnia codziennego
  - 2.4. Pojęcie i rola wsparcia społecznego
  - 2.5. Behawioralne wyznaczniki zdrowia. Rola stylu życia
  - 2.6. Szczególny charakter wydarzeń traumatycznych i ich konsekwencje

### Podsumowanie

### Literatura cytowana

3. Stres a zdrowie. Zależności biologiczne i psychologiczne
  - 3.1. Dlaczego warto zajmować się stresem?
  - 3.2. Stres biologiczny - trochę historii
  - 3.3. Biologiczne mechanizmy reakcji stresowej - "osie stresu"
  - 3.4. Stres a odporność organizmu - parę słów o psychoneuroimmunologii
  - 3.5. Psychologiczne ujęcie stresu i radzenia sobie
    - 3.5.1. Mechanizmy obronne osobowości
    - 3.5.2. Odporność na stres
  - 3.6. Stres a zdrowie - drogi oddziaływania
    - 3.6.1. Droga bezpośrednia
    - 3.6.2. Droga pośrednia

### Podsumowanie

### Literatura cytowana

#### 4. Psychologiczne aspekty choroby i chorowania

##### 4.1. Kiedy ludzie korzystają z pomocy medycznej?

##### 4.2. Choroba jako sytuacja stresowa

##### 4.3. Reakcje na chorobę i radzenie sobie z nią

###### 4.3.1. Postawa wobec choroby

###### 4.3.2. Radzenie sobie w sytuacji choroby

##### 4.4. Ból jako specyficzny problem w chorobie

###### 4.4.1. Definicja, klasyfikacja i pomiar bólu

###### 4.4.2. Psychospołeczne czynniki kształtujące reakcje na ból

###### 4.4.3. Psychologiczne metody leczenia bólu i radzenia sobie z nim

#### Podsumowanie

#### Literatura cytowana

#### 5. Znaczenie relacji pacjent - personel medyczny dla przebiegu leczenia

##### 5.1. Dlaczego warto poznać różne modele relacji pacjent - personel medyczny?

###### 5.1.1. Nowe wyzwania i zagrożenia dla personelu medycznego

##### 5.2. Elementy prawidłowej relacji pacjent - personel medyczny. Kilka wskazówek praktycznych

###### 5.2.1. Empatia i prawidłowy kontakt z pacjentem

###### 5.2.2. Przekazywanie informacji o chorobie i leczeniu - poczucie bezpieczeństwa, edukacja, motywacja

##### 5.3. Efekt placebo w praktyce medycznej

###### 5.3.1. Co to jest placebo?

###### 5.3.2. Skuteczność efektu placebo

###### 5.3.3. Czynniki wpływające na siłę efektu placebo

###### 5.3.4. W poszukiwaniu mechanizmów wyjaśniających efekt placebo

##### 5.4. Błędy jatrogenne i ich konsekwencje

###### 5.4.1. Dlaczego pacjenci nie stosują się do zaleceń lekarskich?

#### Podsumowanie

#### Literatura cytowana

#### 6. Psychologiczne problemy związane z terminalną fazą choroby

##### 6.1. Choroba terminalna. Umieranie i śmierć - aspekty psychologiczne

###### 6.1.1. Życie i śmierć. Proces biologiczny, psychologiczny i społeczno-kulturowy

###### 6.1.2. Śmierć jako tabu

##### 6.2. Psychologiczne aspekty opieki paliatywnej

#### Podsumowanie

#### Literatura cytowana

#### 7. Zespół wypalenia zawodowego

##### 7.1. Wyjaśnienia teoretyczne i definicje

##### 7.2. Objawy wypalenia zawodowego

##### 7.3. Obciążenia związane z pracą w służbie zdrowia

##### 7.4. Dlaczego w tych samych warunkach pracy niektórzy wypalają się szybciej? Rola czynników indywidualnych

##### 7.5. Konsekwencje zespołu wypalenia zawodowego

##### 7.6. Czy można uniknąć wypalenia zawodowego albo je pokonać?

#### Podsumowanie

#### Literatura cytowana

#### 8. Zasady prowadzenia rozmowy z pacjentem

8.1. Jakich informacji poszukujemy?

8.2. Sztuka prowadzenia rozmowy

8.2.1. Formułowanie pytań

8.2.2. Początek rozmowy

8.2.3. Podtrzymywanie motywacji do rozmowy. Kiedy pacjenci chętnie udzielają szczerych informacji?

8.2.4. Zakończenie rozmowy

Podsumowanie

Literatura cytowana

9. Podstawowe zasady pomocy psychologicznej dla chorych somatycznie

9.1. Na czym polega pomoc psychologiczna?

9.2. Podstawowe cele pomocy psychologicznej dla chorych somatycznie

9.3. Główne techniki oddziaływania psychologicznego

9.4. Miejsce psychologa w zespole medycznym i jego rola w procesie leczenia chorych somatycznie

9.4.1. Psycholog w zespole medycznym - najczęstsze problemy

Podsumowanie

Literatura cytowana

Skorowidz