

Dersin Tanımı					
Adı	Kodu	Yarıyıl	T+U Saat	Kredi	AKTS
BESLENME VE SAĞLIK	PCG3212071	Bahar Dönemi	2+0	2	3
<b>Ön Koşul Dersleri</b>					
<b>Önerilen Seçmeli Dersler</b>					
<b>Dersin Dili</b>	İngilizce				
<b>Dersin Seviyesi</b>	Lisans				
<b>Dersin Türü</b>	Seç. Genel Kültür				
<b>Dersin Koordinatörü</b>	Dr.Öğr.Üye. Nadire Gülçin YILDIZ				
<b>Dersi Verenler</b>	Dr.Öğr.Üye. Nadire Gülçin YILDIZ				
<b>Dersin Yardımcıları</b>					
<b>Dersin Amacı</b>	Bu ders doğal ve sağlıklı beslenme; obezite ile mücadele; gıda katkı maddeleri; sağlıklı yaşam ve egzersiz; büyüme ve gelişme; sağlıklı cinsel yaşam; bağımlılıkla mücadele (tütün, alkol, madde bağımlılığı vb.); trafik, afet ve ilkyardım konularına odaklanır. Ek olarak, bu dersin temel amacı aşağıdaki konularda daha iyi bir anlayış sağlamaktır: a) Sağlık nedir ?; 2. Sağlık konusunda eşitsizlikleri; 3. Sağlık açısından riskli davranışlar; 4. Sağlığı koruyucu davranışlar; 5. Sağlık davranışını açıklama; 6. Değişen davranış: mekanizma ve yaklaşımlar; 7. Sağlık sorunlarının önlenmesi; 8. Sağlık ve hastalıkta vücut; 9 Belirti algılama, yorumlama ve yanıt; 10. Danışma ve ötesi; 11. Stres, sağlık ve hastalık: teori; 12. Stres ve hastalık moderatörleri; 13. Stresi yönetmek; Bölüm 14. Hastalığın etkisi ve sonuçları: hasta bakış açısı; Bölüm 15 Hastalığın etkisi ve sonuçları: aileler ve bakım verenler; 16. Ağrı; ve 17. Sağlık ve yaşam kalitesinin iyileştirilmesi.				
<b>Dersin İçeriği</b>	Bu ders; 1. Bölüm Sağlık nedir,2. Bölüm: Sağlık konusunda eşitsizlikler,3. Bölüm: Sağlık açısından riskli davranış,4. Bölüm: Sağlığı koruyucu davranışlar,5. Bölüm: Sağlık davranışını açıklama,6. Bölüm: Değişen davranış: mekanizma ve yaklaşımlar,7. Bölüm: Sağlık sorunlarının önlenmesi,8. Bölüm: Sağlık ve hastalıkta vücut,9 Bölüm: Belirti algılama, yorumlama ve tepki verme,10. Bölüm: Danışma ve ötesi,11. Bölüm: Stres, sağlık ve hastalık: teori,12. Bölüm: Stres ve hastalık moderatörleri,13. Bölüm: Stresi yönetmek14. Bölüm: Hastalığın etkisi ve sonuçları,15. Bölüm: Hastalığın etkisi ve sonuçları: aileler ve gayri resmi bakıcılar 16. Bölüm: Ağrı; konularını içermektedir.				
<b>Dersin Öğrenme Çıktıları</b>			<b>Öğretim Yöntemleri</b>	<b>Ölçme Yöntemleri</b>	
Öğrenciler sağlıklı olma ve sağlıklı kalma ile ilgili kompleks dinamikler hakkında bilgi, farkındalık sahibi olurlar.			1, 21, 3, 8	A, C	
<b>Öğretim Yöntemleri</b>	1: Anlatım, 21: Video, 3: Tartışma, 8: Grup Çalışması				
<b>Ölçme Yöntemleri</b>	A: Yazılı sınav, C: Ödev				
<b>Ders Akışı</b>					
<b>Sıra</b>	<b>Konular</b>	<b>Ön Hazırlık</b>			
1	1. Bölüm Sağlık nedir	Tanıtım			
2	2. Bölüm: Sağlık konusunda eşitsizlikler	Ders Okuması			
3	3. Bölüm: Sağlık açısından riskli davranış	Ders Okuması			
4	4. Bölüm: Sağlığı koruyucu davranışlar	Ders Okuması			
5	5. Bölüm: Sağlık davranışını açıklama	Ders Okuması			
6	6. Bölüm: Değişen davranış: mekanizma ve yaklaşımlar	Ders Okuması			
7	7. Bölüm: Sağlık sorunlarının önlenmesi	Ders Okuması			
8	8. Bölüm: Sağlık ve hastalıkta vücut	Ders Okuması			
9	9 Bölüm: Belirti algılama, yorumlama ve tepki verme	Ders Okuması			
10	10. Bölüm: Danışma ve ötesi	Ders Okuması			
11	11. Bölüm: Stres, sağlık ve hastalık: teori	Ders Okuması			
12	12. Bölüm: Stres ve hastalık moderatörleri	Ders Okuması			
13	13. Bölüm: Stresi yönetmek14. Bölüm: Hastalığın etkisi ve sonuçları	Ders Okuması			
14	15. Bölüm: Hastalığın etkisi ve sonuçları: aileler ve gayri resmi bakıcılar Bölüm: Ağrı	16.	Ders Okuması		
<b>Kaynaklar</b>					
Morrison, V., & Bennett, P. (2016). An introduction to health psychology. Harlow, England : Pearson.					