

Spis treści

Wstęp	XI
Rozdział 1 Narodziny i rozwój psychologii zdrowia	1
1.1. Źródła wyodrębnienia się psychologii zdrowia	3
1.2. Prekursorzy psychologii zdrowia	9
1.3. Współczesne wyzwania naukowe, edukacyjne i praktyczne. Poszerzony zakres i nowe problemy	13
1.4. Podsumowanie	18
Rozdział 2 Psychologia zdrowia jako dziedzina stosowana	21
2.1. Pojęcie psychologii zdrowia i jej ogólna charakterystyka	23
2.2. Psychologia zdrowia jako dziedzina badań	25
2.3. Psychologia zdrowia jako dziedzina zastosowań praktycznych	27
2.4. Status psychologii zdrowia	28
2.5. Podsumowanie	29
Rozdział 3 Koncepcje i pojęcie zdrowia w psychologii i naukach o człowieku	31
3.1. Co to jest zdrowie	33
3.2. Ogólne tendencje w ujmowaniu zdrowia	37
3.3. Zmiany poziomu zdrowia w ciągu życia człowieka	40
3.4. Pojęcie zdrowia a pojęcia bliskoznaczne	46
3.5. Podsumowanie	49
Rozdział 4 Modele i podejścia stosowane w psychologii zdrowia	51
4.1. Model biomedyczny	53
4.2. Model biopsychospołeczny i holistyczno-funkcjonalny	54
4.3. Model socjoekologiczny	56
4.4. Model dobrostanu psychicznego	58
4.5. Podsumowanie	60
Rozdział 5. Podejście salutogenetyczne i jego znaczenie dla psychologii	63
5.1. Komplementarność podejścia patogenetycznego i salutogenetycznego	65
5.2. Podstawowe założenia teoretyczne podejścia salutogenetycznego	66
5.3. Wybrane wyniki empirycznej weryfikacji modelu salutogenezy	71
5.4. Podsumowanie	74
Rozdział 6 Behawioralne uwarunkowania zdrowia i choroby	77
6.1. Zachowanie a zdrowie i choroba – uwagi wstępne	79
6.2. Pojęcie i istota zachowań zdrowotnych	81
6.3. Rodzaje zachowań zdrowotnych	85
6.4. Badania nad strukturą zachowań zdrowotnych	88
6.5. Styl życia a zdrowie	90
6.6. Podsumowanie	91

Rozdział 7 Poznawcze uwarunkowania zdrowia i choroby	93
7.1. Potoczne i naukowe koncepcje zdrowia	95
7.2. Komponenty świadomości zdrowotnej i jej rozwój	97
7.3. Przekonania dotyczące możliwości wpływania na własne zdrowie	99
7.4. Rola czynników poznawczych w organizacji zachowań zdrowotnych	102
7.5. Podsumowanie	104
Rozdział 8 Modele społecznej psychologii poznawczej wyjaśniające zachowania zdrowotne i zmianę zachowań	107
8.1. Model przekonań zdrowotnych	109
8.2. Teoria uzasadnionego działania i teoria planowanego zachowania	111
8.3. Motywacja do zmiany zachowań związanych ze zdrowiem z perspektywy teorii autodeterminacji	114
8.4. Modele fazowe zmiany zachowań związanych ze zdrowiem	117
8.5. Znaczenie procesów ważnych w realizacji intencji prozdrowotnych	125
8.6. Zasady kształtowania i zmiany zachowań zdrowotnych	127
8.7. Doskonalenie modeli naukowych i programów zmiany zachowań związanych ze zdrowiem	128
8.8. Podsumowanie	130
Rozdział 9 Zdrowie i choroba w paradygmacie stresu psychologicznego	133
9.1. Współczesne ujęcia stresu psychologicznego	136
9.2. Wielowymiarowa analiza zjawiska stresu a podejście do problemów zdrowotnych we współczesnej psychologii zdrowia	140
9.3. Radzenie sobie jako specyficzna forma aktywności w obliczu stresu – ujęcie klasyczne	141
9.4. Radzenie sobie jako specyficzna forma aktywności w obliczu stresu – współczesne ujęcia rozszerzające	143
9.5. Radzenie sobie z problemami zdrowotnymi z perspektywy postępów w psychologii stresu	147
9.6. Podsumowanie	150
Rozdział 10 Psychologiczno-społeczny kontekst zdrowia i choroby – zasoby i czynniki ryzyka w modelu salutogenetycznym i patogenetycznym	153
10.1. Rola zasobów i deficytów odpornościowych w procesach zdrowia i choroby	155
10.2. Resilience jako nowy obszar badań nad procesami odporności	165
10.3. Podsumowanie	170
Rozdział 11 Psychologiczne mechanizmy chorób i dysfunkcji somatycznych	173
11.1. Psychodynamiczne koncepcje wyjaśniające choroby i dysfunkcje somatyczne	175
11.2. Behawioralno – poznawcze koncepcje wyjaśniające prozdrowotne i ryzykowne zachowania oraz dysfunkcje i zaburzenia somatyczne	178
11.3. Rodzinne koncepcje chorób i dysfunkcji somatycznych w podejściu systemowym	181
11.4. Stres jako przyczyna chorób	182
11.5. Osobowość a zachorowalność	189
11.6. Psychoneuroimmunologia jako współczesna propozycja wyjaśniania zależności psychosomatycznych	192
11.7. Polietologiczne modele chorób somatycznych	194
11.8. Podsumowanie	196
Rozdział 12 Psychologiczne następstwa choroby	199
12.1. Ogólna charakterystyka psychologiczna zmian w sytuacji człowieka w następstwie choroby – sytuacja choroby jako źródło stresu	201
12.2. Reakcje emocjonalne wobec choroby i związanej z nią sytuacji	203
12.3. Poznawcze odzwierciedlenie własnej choroby – obraz własnej choroby i jego komponenty	205
12.4. Ból jako główna forma cierpienia w chorobie somatycznej	207

12.5. Zmęczenie jako powszechne doświadczenie związane z chorobą somatyczną	209
12.6. Depresja jako dolegliwość współwystępująca z chorobą somatyczną	211
12.7. Podsumowanie	211
Rozdział 13 Zachowanie wobec własnej choroby i jego organizacja	213
13.1. Radzenie sobie ukierunkowane na emocje	215
13.2. Radzenie sobie z chorobą ukierunkowane na znaczenie (na przykładzie teorii adaptacji poznawczej Taylor)	220
13.3. Instrumentalne radzenie sobie z chorobą; sytuacja choroby jako zadanie	221
13.4. Indywidualne różnice predyspozycji do radzenia sobie z chorobą; rola indywidualnego stylu radzenia sobie	224
13.5. Skuteczność radzenia sobie z własną chorobą i rozwój osobisty w chorobie somatycznej	226
13.6. Stres, choroba i radzenie sobie – wzajemne związki	228
13.7. Podsumowanie	228
Rozdział 14 Psychologiczne aspekty opieki zdrowotnej	231
14.1. Wyzwania i ograniczenia współczesnego systemu ochrony zdrowia – uwagi wstępne	231
14.2. Kontakty człowieka zdrowego z systemem opieki zdrowotnej i jego zadaniami	234
14.3. Pacjent w szpitalu, organizacja instytucji leczniczych a jakość usług zdrowotnych	238
14.4. Seniorzy w systemie opieki zdrowotnej	241
14.5. Podsumowanie	243
Rozdział 15 Psychologiczna problematyka kontaktu lekarz—pacjent	245
15.1. Psychologiczny kontekst kontaktu lekarza z pacjentem – wprowadzenie	247
15.2. Kontakt lekarza z pacjentem jako zagadnienie interdyscyplinarne: znaczenie aspektów wychowawczych	248
15.3. Podejmowanie decyzji o udaniu się do lekarza, oczekiwania pacjenta i lęk przed spotkaniem z lekarzem	250
15.4. Przebieg spotkania pacjenta z lekarzem; problemy w komunikowaniu się	253
15.5. Satysfakcja pacjenta ze spotkania z lekarzem, zmiany stanu emocjonalnego po wizycie i ich związek z wynikami leczenia	255
15.6. Wykonywanie przez pacjentów zaleceń lekarskich	256
15.7. Zaufanie jako podstawa relacji lekarz-pacjent; jaki lekarz zasługuje na zaufanie?	259
15.8. Paternalizm, konsumeryzm, czy partnerstwo? Zmieniający się model relacji lekarz-pacjent	261
15.9. Podsumowanie	263
Rozdział 16 Psychologiczna diagnoza zdrowia i choroby oraz kontekstu zdrowia	265
16.1. Metodologiczne podstawy diagnozy poziomów zdrowia i choroby	267
16.2. Cele i problemy diagnostyczne w psychologii zdrowia	270
16.3. Znaczenie ekspertyzy i badań ewaluacyjnych w psychologii zdrowia	275
16.4. Metody diagnozy psychologicznych aspektów zdrowia i choroby	277
16.5. Podsumowanie	284
Rozdział 17 Interwencje psychologiczne i rodzaje pomocy w psychologii zdrowia	285
17.1. Psychologiczne aspekty promocji zdrowia	287
17.2. Psychologiczna prewencja chorób i dysfunkcji somatycznych	289
17.3. Interwencja psychologiczna w sytuacjach nagłego zagrożenia zdrowia	293
17.4. Wybrane zagadnienia terapii psychologicznej	296
17.5. Psycholog zdrowia w roli konsultanta	300
17.6. Podsumowanie	301
Rozdział 18 Psychologia zdrowia w wybranych dziedzinach medycyny	303
18.1. Psychologiczne problemy chorób układu krążenia	305
18.2. Psychologiczne problemy chorób nowotworowych	311
18.3. Cukrzyca jako zagrożenie zdrowotne i wyzwanie dla psychologów	318

■ Spis treści

18.4. Wybrane psychologiczne aspekty ginekologii i położnictwa	328
18.5. Psychologiczna wiedza o starzeniu i starości oraz jej zastosowanie w praktyce geriatrycznej – wybrane zagadnienia	334
18.6. Podsumowanie	341
Rozdział 19 Kontekst metodologiczny psychologii zdrowia	345
19.1. Badania terenowe o celach poznawczych nad psychologicznymi aspektami zdrowia i choroby	348
19.2. Badania jakościowe w psychologii zdrowia	348
19.3. Podejścia stosowane w badaniach psychosomatycznych	351
19.4. Budowanie programów interwencyjnych i ich ewaluacja	356
19.5. Podsumowanie	357
Zakończenie	365
Bibliografia	371
Aneks	397
Indeks nazwisk	417
Indeks rzeczowy	