

|                |                      |               |     |
|----------------|----------------------|---------------|-----|
| <b>Kennari</b> | Kristjana Pálsdóttir | <b>Sk.st.</b> | KPÁ |
|----------------|----------------------|---------------|-----|

### Áfangalýsing:

Helstu umfjöllunarefni áfangans eru geðheilbrigði, geðrækt og algengustu flokkar geðrænna raskana. Fjallað verður um orsakir þeirra, tíðni, einkenni og meðferðarúrræði. Lögð er áhersla á að nemendur átti sig á samspili líkamlegra og andlegra þátta í tengslum við geðheilbrigði og þróun geðraskana. Nemendur kynnst leiðum til að verjast streitu og taka á afleiðingum hennar. Leitast verður við að draga úr ranghugmyndum og fordómum um fólk með geðraskanir. Áhersla á að auka víðsýni nemanda, rökhugsun, sjálfstæð og öguð vinnubrögð.

### Markmið:

#### Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

Helstu kenningum og hugtökum sálfræðinnar um einstaklingsmun og frávíkshæðun  
Geðröskunum, orsökum þeirra, einkennum og afleiðingum  
Leiðum til þess að draga úr kvíða og streitu og til að viðhalda góðri geðheilsu  
Geðheilbrigðiskerfinu  
Aðstæðum fólks með geðraskanir  
Staðalímyndum tengdum geðröskunum og fordómum tengdum fólki með geðraskanir

#### Nemandi skal hafa öðlast leikni í því að:

Beita skapandi hugsun við lausnarmiðað nám  
Velja milli kenninga og aðferða við lausn verkefna  
Miðla fræðilegu efni skýrt, í ræðu og riti  
Vinna sjálfstætt og með samnemendum að því að kynna sér, draga saman og kynna fyrir  
öðrum sálfræðilega umfjöllun um geðraskanir

#### Nemandi skal geta hagnýtt þátt almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

Afla upplýsinga greina þær og setja í samhengi  
Nýta fræðilegan texta á íslensku og á erlendu tungumáli  
Leita að upplýsingum, leggja mat á þær og greina mikilvægustu atriði þeirra  
Nálgast verkefni á faglegan og sjálfstæðan hátt  
Móta eigin aðstæður með það að markmiði að stuðla að eigin geðheilbrigði  
Vekja aðra til umhugsunar um aðstæður fólks sem er með geðraskanir og vinna gegna  
fordómum gagnvart þeim  
Setja fram nákvæmar röksemdir fyrir skoðunum sínum

### Námsgögn:

Efni frá kennara - birt á Moodle.

**Afbrigðasálfræði**  
**SÁLF3GG05**  
**Námsáætlun, haustönn 2021**



**Áætlun um yfirferð og fyrirlögn námsmatsþátta:**

| <b>Tímabil<br/>(vikunúmer/lotunúmer)</b> | <b>Námsefni (verklegt<br/>og bóklegt)</b>                   | <b>Heimavinna/verkefni</b>                          | <b>Vægi námsmatsþátta</b> |
|--|---|---|---------------------------|
| Víka 33<br>16. - 22. ágúst               | Kynning á áfanga  |   |                           |
| Víka 34<br>23. - 29. ágúst               | Áhrifaþættir<br>geðheilsu<br>Streita                        | Rannsóknarverkefni<br>kynnt                         |                           |
| Víka 35<br>30. - 5. september            | Áhrifaþættir<br>geðheilsu<br>Hreyfing                       | Skila<br>rannsóknaráætlun                           | 10%                       |
| Víka 36<br>6. - 12. september            | Áhrifaþættir<br>geðheilsu<br>Svefn                          |   |                           |
| Víka 37<br>13. - 19. september           | Áhrifaþættir<br>geðheilsu Næring,<br>tengsl og áhugamál.    |   |                           |
| Víka 38<br>20. - 26. september           | Geðraskanir - helstu<br>flokkar og<br>greiningartæki        | Rannsóknarskýrsla                                   | 20%                       |
| Víka 39<br>27. - 3. október              | Kvíðaraskanir   |   |                           |
| Víka 40<br>4. - 10. október              | Kvíðaraskanir   | Moodle verkefni 1                                   | 5%                        |
| Víka 41<br>11. - 17. október             | Lyndirsaskanir  | <i>Verkefni í<br/>rannsóknarrýni lagt<br/>fyrir</i> |                           |
| Víka 42<br>18. - 24. október             | Lyndirsaskanir  | Moodle verkefni 2                                   | 5%                        |
| Víka 43<br>25. - 31. október             | Geðklofi  | Moodle verkefni 3                                   | 5%                        |
| Víka 44<br>1. - 7. nóvember              | Persónuleikaraskanir  | Skila rannsóknarrýni                                | 10%                       |
| Víka 45<br>8. - 14. nóvember             | Líkamsskynjunarröskun                                       | Moodle verkefni 4                                   | 5%                        |
| Víka 46<br>15. - 21. nóvember            | Átraskanir  |   |                           |
| Víka 47<br>22. - 28. nóvember            | Þráhyggja og árátta   | Moodle verkefni 5                                   | 5%                        |
| Víka 48<br>29. - 5. desember             | Samantekt og lok<br>áfanga.<br>Undirbúningur fyrir<br>próf. |   | 10%                       |

**Afbrigðasálfræði**  
**SÁLF3GG05**  
**Námsáætlun, haustönn 2021**

**Námsmat og vægi námsmatsþátta:**

| Matsform:  | <input type="checkbox"/> Símat   | <input checked="" type="checkbox"/> Lokapróf/valið lokapróf | <input type="checkbox"/> Lokaverkefni |
|--|--|---|---------------------------------------|
| Námsmatsþættir   | Lýsing námsmatsþátta   | Vægi  |                                       |
| Lokapróf   | Próf úr öllu efni áfangans.<br>Leyfilegt er eitt <b>handskrifað</b><br>A4 <i>svindblað</i> til aðstoðar við<br>lausn prófsins. |   | 30%                                   |
| Kynning  | Upplýsingarpakki um<br>geðröskun - tveir og tveir<br>vinna saman og kynna í lok<br>annar.                                      |   | 10%                                   |
| Rannsóknaráætlun   | Rannsóknaráætlun -<br>rannsókn á heilsutengdum<br>venjum sem kunna að hafa<br>áhrif á geðheilsu.<br>Hópverkefni.               |   | 5%                                    |
| Rannsóknarskýrsla  | Rannsóknarskýrsla<br>rannsóknar á heilsutengdum<br>venjum sem kunna að hafa<br>áhrif á geðheilsu.<br>Hópverkefni.              |   | 20%                                   |
| Rannsóknarrýni   | Verkefni upp úr<br>rannsóknargrein - kynning<br>og rýni, tveir til þrjú vinna<br>saman.  |   | 10%                                   |
| Moodleverkefni   | 5 Moodleverkefni sem unnin<br>eru unnin upp úr<br>efnisþáttum.<br>Einstaklingsverkefni. Oftast<br>lagt fyrir í kennslustund.   |   | 25%                                   |
|  | <b>Samtals:</b>  |   | <b>100%</b>                           |
| <b><u>Einkunnir fyrir hvern námsmatsþátt eru birtar í INNU á því formi sem best hentar.</u></b><br>Annað: Nemendur þurfa að skila öllum námsmatsþáttum, samkvæmt reglum Félags- og hugvísindadeildar, til þess að öðlast próftökurétt. Þá þarf nemandi að ná einkunninni 4.0 í lokaprófi til þess að vetrareinkunn taki gildi. |  |   |                                       |

Nr.: GAT-045  
Útgáfa: 11  
Dags.: 27.11.2019  
Höfundur: Áfangastjórar  
Samþykkt: Skólameistari  
Síða 4 af 4

Afbrigðasálfræði  
SÁLF3GG05  
Námsáætlun, haustönn 2021



Verkefnaskólinn á Akureyri

Námsáætlunin er birt með fyrirvara um breytingar - og vegna heimsfaraldurs COVID - 19 getur skipulag og kennsluhættir breyst frá því sem hér segir.

Svo minnir kennari á að nemendur bera sjálfir ábyrgð á námi sínu og með góðri ástundun, vinnusemi og **gleði** næst góður árangur.

Dagsetning: 04.08.2021

  
Undirritun kennara

 16/8 '21  
Undirritun brautarstj., fagstj eða staðgengils