

**ΣΤΡΕΣ: ΣΧΕΣΕΙΣ ΝΕΥΡΙΚΟΥ-ΕΝΔΟΚΡΙΝΙΚΟΥ-ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ
ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ**

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ		
ΤΜΗΜΑ	ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	Προπτυχιακό		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Ψ-3408	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	5 ^ο και εξής
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΣΤΡΕΣ: ΣΧΕΣΕΙΣ ΝΕΥΡΙΚΟΥ-ΕΝΔΟΚΡΙΝΙΚΟΥ-ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ		
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Ανδρέας Καστελλάκης		
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ	Αναπλ. Καθηγητής Ψυχοφυσιολογίας		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
Διαλέξεις και ασκήσεις (παρουσιάσεις πρωτότυπων ερευνητικών εργασιών από τους φοιτητές και συγγραφή εργασιών ανασκόπησης)	3	6	
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Ανάπτυξης δεξιοτήτων (Σεμινάριο)		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	Μεθοδολογία Έρευνας στις Κοινωνικές Επιστήμες (και υπό προϋποθέσεις τα Ψ-2401 και Ψ-2402)		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	Ελληνική		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΟΧΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://elearn.uoc.gr/course/view.php?id=339 (Απαιτείται password)		

2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μαθησιακά Αποτελέσματα
<p>Σκοπός του μαθήματος είναι να δώσει στους φοιτητές την ευκαιρία να εξερευνήσουν την πρόσφατη επιστημονική βιβλιογραφία στο θέμα της βιοψυχολογίας του στρες.</p> <p>Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές αναμένεται να εξοικειωθούν με τις βασικές έννοιες της βιοψυχολογίας του στρες (π.χ. θεωρίες, ανατομικό υπόστρωμα, μέθοδοι μελέτης, μηχανισμοί στρες, νευροχημικοί φαινοτύποι που σχετίζονται με το στρες, καθώς και νευροψυχιατρικές διαταραχές που προκαλούνται από το στρες, βασικά πειραματικά παραδείγματα κ.λπ.).</p> <p>Επίσης, με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές αναμένεται να εξοικειωθούν με:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Μελέτη πρωτότυπων ερευνητικών άρθρων • Συγγραφή περιλήψεων από επιστημονικά άρθρα • Προφορική παρουσίαση επιστημονικών άρθρων • Αναζήτηση βιβλιογραφίας χρησιμοποιώντας ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων

- Την εκπόνηση μιας συνθετικής-βιβλιογραφικής εργασίας.

Γενικές Ικανότητες

- Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών.
- Αυτόνομη εργασία.
- Ομαδική εργασία.
- Σχεδιασμός και διαχείριση έργων.
- Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής.
- Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης.

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Το συγκεκριμένο σεμινάριο καλύπτει τέσσερις (4) βασικές ενότητες οι οποίες σε γενικές γραμμές είναι:

- Σχέσεις στρες και νευρικού συστήματος
- Σχέσεις στρες και ενδοκρινικού συστήματος
- Σχέσεις στρες και ανοσοποιητικού συστήματος
- Αλληλεπιδράσεις μεταξύ αυτών των συστημάτων σε συνθήκες στρες

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<p>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</p>	<p>Στην τάξη (Στις πρώτες συναντήσεις, ο διδάσκων θα παρουσιάσει θέματα σχετικά με τη βιοψυχολογία του στρες, τον τρόπο αναζήτησης της σχετικής βιβλιογραφίας και τη χρήση της μορφής APA για την τεκμηρίωση των πηγών). Στη συνέχεια, κάθε φοιτητής θα παρουσιάσει μια πρόσφατη πρωτότυπη ερευνητική εργασία που δημοσιεύτηκε σε επιστημονικά περιοδικά με κριτές. Μετά από τις παρουσιάσεις, οι φοιτητές θα συζητήσουν και θα κριτικάρουν πτυχές της εργασίας.</p> <p>Οι φοιτητές που επιλέγουν να παρακολουθήσουν αυτό το σεμινάριο υποχρεούνται να παρίστανται σε όλες τις διαλέξεις και παρουσιάσεις (μέγιστος αριθμός απουσιών: 2).</p> <p>Η επιλογή του θέματος των παρουσιάσεων γίνεται σε συνεργασία με το διδάσκοντα. Οι φοιτητές που επιλέγουν να παρακολουθήσουν το σεμινάριο υποχρεούνται επίσης να συντάξουν ένα έγγραφο κριτικής ανασκόπησης που θα πρέπει να υποβληθεί μέχρι το τέλος της εξεταστικής περιόδου και το αργότερο την εξεταστική του Σεπτεμβρίου.</p>			
<p>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</p>	<p>Χρήση Τ.Π.Ε. στη διδασκαλία.</p> <p>Υποστήριξη μαθησιακής διαδικασίας μέσω της ιστοσελίδας του μαθήματος στην ηλεκτρονική πλατφόρμα UoC e-learn.</p>			
<p>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</p>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="632 1944 927 2038"> <p><i>Δραστηριότητα</i></p> </td> <td data-bbox="927 1944 1147 2038"> <p><i>Φόρτος Εργασίας</i></p> </td> <td data-bbox="1147 1944 1362 2038"> <p><i>ECTS μονάδες</i></p> </td> </tr> </table>	<p><i>Δραστηριότητα</i></p>	<p><i>Φόρτος Εργασίας</i></p>	<p><i>ECTS μονάδες</i></p>
<p><i>Δραστηριότητα</i></p>	<p><i>Φόρτος Εργασίας</i></p>	<p><i>ECTS μονάδες</i></p>		

	<i>Εξαμήνου</i>	
Διαλέξεις	12 (4 X 3)	0,48
Σεμιναριακές παρουσιάσεις εργασιών	27 (9 X 3)	1,08
Προετοιμασία προφορικής παρουσίασης άρθρου	20	0,8
Ομαδικές εργασίες & ασκήσεις - Συγγραφή περιλήψεων επί των άρθρων που θα παρουσιαστούν	30	1,2
Ανεξάρτητη μελέτη και σύνταξη άρθρου ανασκόπησης	65	2,6
Σύνολο Μαθήματος	154	6,16
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ	<p>Η αξιολόγηση γίνεται στην Ελληνική γλώσσα.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Παρουσίαση πρωτότυπου ερευνητικού άρθρου (το 25% της συνολικής βαθμολογίας) 2. Συμμετοχή στην τάξη (το 10% της συνολικής βαθμολογίας) 3. Εβδομαδιαίες περιλήψεις πρωτότυπων ερευνητικών άρθρων (25%) 4. Συγγραφή βιβλιογραφικής εργασίας ανασκόπησης σε ειδικό θέμα του σεμιναρίου (το 40% της συνολικής βαθμολογίας) <p>Τα κριτήρια αξιολόγησης παρουσιάζονται κατά την πρώτη παράδοση που γίνεται στο χώρο του αμφιθεάτρου και είναι αναρτημένα στην ηλεκτρονική σελίδα του μαθήματος.</p>	

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΒΑΣΙΚΗ:

- Widmaier, P.E., Raff, H., & Kevin, S.T. (2016). *Vander's Φυσιολογία του ανθρώπου: Οι Μηχανισμοί του σώματος* (Επιστ. Επιμέλεια στην Ελληνική: Ν. Γελαδάς). Λευκωσία: Broken Hill Publishers Ltd.

ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΗ:

- Πρωτογενείς πηγές από τη διεθνή και ελληνική βιβλιογραφία (π.χ., αναζήτηση στην

κεντρική βιβλιοθήκη του ΠΚ).

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΑ:

- Ader, R. (1995). Historical Perspectives on Psychoneuroimmunology. In H. Friedman, T.W. Klein & A.L. Friedman (Eds.), *Psychoneuroimmunology, stress and infection* (pp. 1-21). Florida: CRC Press, Boca Raton.
- Arnetz, B.B., & Ekman, R. (2006). *Stress in Health and Disease*. Wiley-VCH Verlag GmbH & Co.
- Chrousos, G.P. (2009). Stress and disorders of the stress system. *Nature Reviews Endocrinology*, 5, 374-381.
- Conrad C.D. (2011). *The Handbook of Stress: The Neuropsychological Effects on the Brain*. Oxford: Wiley-Blackwell.
- De Kloet, E.R. (2004). Hormones and the stressed brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1018, 1–15.
- Karsten, C.A., & Baram, T.Z. (2013). How does a neuron “know” to modulate its epigenetic machinery in response to early-life environment/ experience? *Frontiers in Psychiatry*, 4, 89, doi: 10.3389/fpsy.2013.00089
- Kiecolt-Glaser, J.K., & Glaser, R. (1994). Psychoneuroimmunology and Health Consequences: Data and Shared Mechanisms. *Psychosomatic Medicine*, 57, 269-274.
- Lorentz, M.M. (2006) Stress and Psychoneuroimmunology Revisited: Using mind-body interventions to reduce stress. *Alternative Journal of Nursing, Issue 11*, 1-11
- Lupien, S.J., Maheu, F., Tu, M., Fiocco, A., & Schramek, T.E. (2007). The effects of stress and stress hormones on human cognition: Implications for the field of brain and cognition. *Brain and Cognition*, 65, 209–237.
- Schwabe, L., Joëls, M., Roozendaal, B., Wolf, O.T., & Oitzl, M.S. (2012). Stress effects on memory: An update and integration. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 36(7), 1740-1749.
- Steckler, T., Kalin, N.H., & Reul, J.M.H.M (2005). *Handbook of Stress and Brain* (vol. I & II). Amsterdam: Elsevier.
- van Praag, H.M., de Kloet, E.R., & van Os, J. (2004). *Stress, the Brain and Depression*. Cambridge UK: Cambridge University Press