

## ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ: ΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

### 1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ		
ΤΜΗΜΑ	ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	Προπτυχιακό		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Ψ-3507	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	6 <sup>ο</sup>
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Οργανωτική Ψυχολογία: Εργασία και Υγεία		
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Κων/νος Καφέτσιος		
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ	Καθηγητής Κοινωνικής και Οργανωτικής Ψυχολογίας		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
Διαλέξεις	3	6	
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Ανάπτυξης Δεξιοτήτων (Σεμινάριο)		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	Μεθοδολογία Έρευνας στις Κοινωνικές Επιστήμες I		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	Ελληνική		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΝΑΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	<a href="https://elearn.uoc.gr/course/view.php?id=1359">https://elearn.uoc.gr/course/view.php?id=1359</a>		

### 2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

#### Μαθησιακά Αποτελέσματα

Το μάθημα αυτό υιοθετεί μια συστημική οπτική σε θέματα ψυχικής υγείας στην εργασία. Θα προσπαθήσουμε δηλαδή να εξετάσουμε την ψυχική υγεία ως εξαρτημένη μεταβλητή: α) ατομικών παραγόντων που έχουν να κάνουν με το άγχος, το συναίσθημα, β) παραγόντων που σχετίζονται με το εργασιακό περιβάλλον και τις σχέσεις που αναπτύσσει το άτομο με την εργασία και το εργασιακό περιβάλλον και γ) σχέσεων έξω από το εργασιακό περιβάλλον (οικογενειακών, φιλικών κλπ.) και την αλληλεξάρτησή τους με τις σχέσεις μέσα στην εργασία.

#### Γενικές Ικανότητες

- Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών.
- Αυτόνομη εργασία.
- Ομαδική εργασία.
- Σεβασμός στη διαφορετικότητα και την πολυπολιτισμικότητα.
- Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου
- Σύνδεση θεωρίας και πρωτογενούς έρευνας

- Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής
- Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης.

### 3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. Εισαγωγή στην ψυχολογία της υγείας στην εργασία
- 2 & 3. Επαγγελματικό άγχος και επαγγελματική εξουθένωση (Burnout)
4. Κοινωνική στήριξη (Social support) και ψυχική υγεία στην εργασία: Το μοντέλο απαιτήσεων-ελέγχου-κοινωνικής στήριξης
- 5 & 6. Η παρεμβολή ρόλων στην εργασία και την οικογένεια: Επιδράσεις στην ψυχική υγεία
7. Διαπροσωπικές σχέσεις, εργασία και ψυχική υγεία
8. Η επίδραση των συναισθημάτων στην ψυχική υγεία στην εργασία
9. Ικανότητες συναισθηματικής νοημοσύνης στην εργασία
10. Ατομικές διαφορές και ψυχική υγεία στην εργασία
11. Εργασία και υγεία σε ένα παγκοσμιοποιημένο περιβάλλον: Η συνδρομή της διαπολιτισμικής ψυχολογίας

### 4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<b>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</b>	Πρόσωπο με πρόσωπο																				
<b>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</b>	Χρήση Τ.Π.Ε. στη διδασκαλία. Υποστήριξη μαθησιακής διαδικασίας μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-class.																				
<b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Δραστηριότητες Μαθήματος</th> <th>Φόρτος Εργασίας (ώρες)</th> <th>ECTS Μονάδες</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Παραδόσεις Μαθήματος</td> <td>36</td> <td>1,44</td> </tr> <tr> <td>Ομαδική εργασία και παρουσίαση</td> <td>50</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Ατομική Εργασία</td> <td>30</td> <td>1,20</td> </tr> <tr> <td>Γενική προετοιμασία για το σεμινάριο</td> <td>40</td> <td>1,60</td> </tr> <tr> <td><b>Σύνολο</b></td> <td><b>156</b></td> <td><b>6,24</b></td> </tr> </tbody> </table>	Δραστηριότητες Μαθήματος	Φόρτος Εργασίας (ώρες)	ECTS Μονάδες	Παραδόσεις Μαθήματος	36	1,44	Ομαδική εργασία και παρουσίαση	50	2	Ατομική Εργασία	30	1,20	Γενική προετοιμασία για το σεμινάριο	40	1,60	<b>Σύνολο</b>	<b>156</b>	<b>6,24</b>		
Δραστηριότητες Μαθήματος	Φόρτος Εργασίας (ώρες)	ECTS Μονάδες																			
Παραδόσεις Μαθήματος	36	1,44																			
Ομαδική εργασία και παρουσίαση	50	2																			
Ατομική Εργασία	30	1,20																			
Γενική προετοιμασία για το σεμινάριο	40	1,60																			
<b>Σύνολο</b>	<b>156</b>	<b>6,24</b>																			
<b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</b>	I. Ομαδική εργασία – Παρουσίαση στην τάξη (60%) II. Ατομική εργασία (40%) Η αξιολόγηση γίνεται στην Ελληνική. Για τους φοιτητές Erasmus, στην Αγγλική.																				

### 5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Κάντας, Α. (1995). *Οργανωτική-βιομηχανική ψυχολογία: Μέρος 3ο - Διεργασίες ομάδας, Σύγκρουση, ανάπτυξη και αλλαγή- Κουλτούρα Επαγγελματικό άγχος*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Marc J. Schabracq, Jacques A. M. Winnubst, Cary L. Cooper (Editor) (2002). *The Handbook of Work and Health Psychology* (2nd ed.). Wiley

Βασιλάκη, Ε., Τριλίβα, Σ. & Μπεζεβέγκης, Η. (Επιμ. Εκδ.) *Το στρες, το άγχος και η αντιμετώπισή τους* (σελ. 231-258). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα