

Tárgytematika

Félév:	2014/15/2
Tárgynév:	Mentálhigiéné
Tárgykód:	ALSRMA3031
Felelős szervezet neve:	Rekreológia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA25
Tárgyfelelős neve:	Bodnár Gabriella Dr.
Tárgy követelménye:	Évközi jegy
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	5/5/0

Oktatás célja:

Megismertesse a hallgatókkal a félév folyamán a mentálhigiéné jelenlegi értelmezéseit, kialakulását, fejlődését, magyarországi helyzetét. Elhelyezze, a mentálhigiéné szerepét a segítő szakmákon belül, rendszerezze a mentálhigiéné diszciplináján belül előforduló szakmai területeket, megvilágítsa a mentálhigiéné kapcsolódási pontjait az alkalmazott pszichológia, pedagógia, pszichiátria diszciplináihoz.

Tantárgy tartalma:

Igények és hiányosságok a mindennapi életben
Egészség, betegség kérdésének lelki aspektusai
A mentálhigiéné történelmi megközelítése
Mentálhigiéné mozgalom Magyarországon
Mentálhigiéné gyakorlati és fogalmi megközelítései
Lelki egészségvédelem lépcsői (Primer-, szekunder-, tercier prevenció)
Lelki egészség, öngyógyítás
Védekező, elhárító mechanizmusok és a ...Coping”
A stressz
A trauma, extrém megterhelések, közösségi traumák
Krisis, krízishelyzet, öngyilkosság
Függőség (függőségi magatartás és élményvilág)
Az életesemények, életkori problémák
Beavatkozás lehetőségei az élet nagy kríziseiben(Gyász, Öngyilkosság, Válás és hatása a gyermek fejlődésére, Sérült gyerek születése, Munkanélküliség stb.)
Megelőzés, rehabilitáció, lelki egészségvédelmi tanácsadás
Önsegítő csoportok
Segítés útjain: egyéni segítés, egészségnevelés közösségi hatások, szakintézmények, szociális segítés
Terápiák, mint a lelki egészség visszaállításának eszközei
Terápiák osztályozása, formái, történetük,
A pszicho- és a szociálterápiák összehasonlítása
Terápiás kapcsolat
Egyéni terápiás formák, technikák
Csoportos terápiás formák, technikák
Csoport hatásmechanizmusa

Számonkérési és értékelési rendszere:

Tárgytematika

Félév:	2014/15/2
Tárgynév:	Mentálhigiéné
Tárgykód:	ALSRMA3031
Felelős szervezet neve:	Rekreológia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA25
Tárgyfelelős neve:	Bodnár Gabriella Dr.
Tárgy követelménye:	Évközi jegy
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	5/5/0

Számonkérési és értékelési rendszere:

előadás, elemzés, kiscsoportos munka, egyéni és páros tevékenységek a tananyag elsajátításában

Kötelező irodalom:

Kötelező és ajánlott irodalom:

Dr. Buda B. (2002): A mentálhigiéné szemléleti és gyakorlati kérdései. Animula Kiadó, Budapest

Dr. Tomácsányi T. (2003): Tanakodó – A mentálhigiéné elméleti, módszertani és képzési kérdései Semmelweis Egyetem Kiadó, Budapest

Dr. Hárdi I. (1992): A lélek egészségvédelme. A lelki egészségvédelem jelene és távlatai. Springer Tudományos Kiadó Kft., Bp.

Bagdy E. (sz) (2006): A klinikai pszichológia és mentálhigiéné szakmai protokollja. Animula Kiadó, Budapest,.

Buda B. (2005): Mentálhigiéné. Tanulmánygyűjtemény. Animula Kiadó, Budapest