

Tárgytematika

Félév:	2011/12/2
Tárgynév:	Egészségpszichológia II.
Tárgykód:	ALSZRA1092
Felelős szervezet neve:	Rekreológia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA25
Tárgyfelelős neve:	Ritter Andrea
Tárgy követelménye:	Vizsga
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	8/0/0

Oktatás célja:

A tárgy betekintést kíván nyújtani az egészségpszichológia, mint önálló tudomány elméleti és gyakorlati kérdéseibe. Pszichológiai aspektusból kíván ismeretet, ezáltal segítséget adni az egészség megteremtésére és megőrzésére vonatkozóan, milyen megküzdési stratégiákat alkalmazhatunk problémahelyzetben, hogyan védhetjük ki az egészségkárosító hatásokat. Fel kívánja hívni a figyelmet a segítő lelki egészségének fontosságára. A tárgy célja, hogy a hallgató legyen képes a pszichológiai ismeretanyagának kreatív felhasználására munkája során.

Tantárgy tartalma:

Az egészség-betegség határa
Stressz és stresszkezelés, stresszhelyzetek értelmezése és értékelése. Megküzdési stratégiák.
A krízis fogalma, folyamata, sajátosságai
A veszteség élménye, a normál és patológiás gyászmechanizmus
A szenvedélybetegségek pszichológiája
Egészség és társas támogatás
A gyógyító egészsége. A segítő személyisége, empátia, altruizmus
A munkahely pszichés klímája, vezetési stratégiák
Vitalitásgenerátorok: nevetés, humor, vicc
A fájdalom pszichológiája
Az egészségkárosító viselkedés egészségpszichológiai kérdései
Krónikus betegek ellátásának pszichológiája
Egészségpszichológiai szempontok időskorban
Terápiás csoportok, önsegítő csoportok szerepe az egészséges állapot megőrzésében

Számonkérési és értékelési rendszere:

A tantárgy a félév végén kollokviummal zárul.

Tárgytematika

Félév:	2011/12/2
Tárgynév:	Egészségpszichológia II.
Tárgykód:	ALSZRA1092
Felelős szervezet neve:	Rekreológia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA25
Tárgyfelelős neve:	Ritter Andrea
Tárgy követelménye:	Vizsga
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	8/0/0

Kötelező irodalom:

Buda Béla (2002): A lélek közegészségtana. Animula Kiadó

Csabai Márta – Molnár Péter (1999): Egészség, betegség, gyógyítás. Springer Orvosi Kiadó

Kállai János – Varga József – Oláh Attila (2007): Egészségpszichológia a gyakorlatban. Medicina Könyvkiadó Zrt.

Kopp Mária (2000): Orvosi pszichológia. Medicina Könyvkiadó Rt.

Kulcsár Zsuzsanna (1998): Egészségpszichológia. ELTE Eötvös Kiadó