

# Tárgytematika

<b>Félév:</b>	2011/12/1
<b>Tárgynév:</b>	Egészségpszichológia II.
<b>Tárgykód:</b>	ALTSRA1092
<b>Felelős szervezet neve:</b>	Rekreológia Intézeti Tanszék
<b>Felelős szervezet kódja:</b>	AA25
<b>Tárgyfelelős neve:</b>	Ritter Andrea
<b>Tárgy követelménye:</b>	Kollokvium
<b>Tárgy heti óraszám:</b>	0/0/0
<b>Tárgy féléves óraszám:</b>	8/0/0

---

## Oktatás célja:

### A tantárgy 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:

### A 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, önszegítő csoportok szerepe az egészséges állapot megőrzésében

## Számonkérési és értékelési rendszere:

### A tantárgy követelményei:

# Tárgytematika

<b>Félév:</b>	2011/12/1
<b>Tárgynév:</b>	Egészségpszichológia II.
<b>Tárgykód:</b>	ALTSRA1092
<b>Felelős szervezet neve:</b>	Rekreológia Intézeti Tanszék
<b>Felelős szervezet kódja:</b>	AA25
<b>Tárgyfelelős neve:</b>	Ritter Andrea
<b>Tárgy követelménye:</b>	Kollokvium
<b>Tárgy heti óraszám:</b>	0/0/0
<b>Tárgy féléves óraszám:</b>	8/0/0

---

## Számonkérési és értékelési rendszere:

A tantárgy a félév végén kollokviummal zárul.

## Kötelező irodalom:

### 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