

## Tárgytematika / Course Description

### Rekreációs terápia

ESNM\_STTM055

**Tárgyfelelős neve /**

**Teacher's name:** dr. Mayer László

**Félév / Semester:** 2022/23/1

**Beszámolási forma /**

**Assesment:** Folyamatos számonkérés

**Tárgy heti óraszám /**

**Teaching hours(week):** 0/2/0

**Tárgy féléves óraszám /**

**Teaching hours(sem.):** 0/0/0

---

### OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

A tantárgy oktatásának célja hogy a hallgatók megismerjék a terápiás rekreáció alapfogalmait, formát. A terápiás módszerek alapjainak ismerete nélkülözhetetlen a betegséggel élők képességeinek, testi és lelki állapotának, életminőségének javításához, rehabilitációs, prevenciós programok kidolgozásához. A rekreációs terápiás módszerek jól használhatók szabadidős programok kidolgozásában is. A rekreációs terápiák elsajátításához segítséget jelenthet az alapvető pszicho-, szocio- és művészetterápiák megismerése.

---

### TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

A pszichoterápia alapjai I.

A pszichoterápia alapjai II.

Klasszikus pszichoterápiás módszerek, irányzatok.

A csoport szerepe a terápiás folyamatban.

A rendszerszemléletű családterápia.

Autogén tréning, relaxáció, meditáció.

Specifikus és nem-specifikus hatótényezők a terápiás folyamatban.

A szellemi rekreáció fogalma, felosztása.

Biblioterápia.

Képi eszközök használata a foglalkoztatásban és a terápiában (Filmek, fényképezés)

Zeneterápia.

Művészetterápiás programok.

Terápiás hatású zenés foglalkozások.

Tánc alapú mozgásterápiák.

---

## **SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESMENT'S METHOD**

A félév elfogadásának feltétele a gyakorlatokon rendszeres látogatása, egy rekreációs terápiás program határidőre történő elkészítése és beadása.

---

## **KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL**

Kötelező irodalom:

Bánhidi Mikós: Rekreációs terápia. Elektronikus jegyzet SZE, Győr, 2017.

Fritz Péter: Szellemi rekreáció. Rekreáció mindenkinek II. Dialóg Campus Kiadó, 2015.  
Unoka Zs., Purebl Gy., Túry F., Bitter I.: A pszichoterápia alapjai. Semmelweis Kiadó, 2012.

Ajánlott irodalom:

Fritz Péter: Mozgásos rekreáció. Rekreáció mindenkinek I. Bába kiadó, 2011.  
Amási Judit, Konta Ildikó, Mayer Richárdné : Foglalkoztató, művészetterápiás és mozgásintervenciós programok demenciával élők számára. INDA, Budapest 2015.

Horváth Endre: Foglalkoztatásterápiák. Egészségügyi Nyilvánt. és Képzési Központ, 2002.