

## Tárgytematika / Course Description

### Munkahelyi egészségfejlesztés

GKLS\_MGTM051

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: Dr. Szücs Petra Katalin

Félév / Semester: 2021/22/2

Beszámolási forma /

Assesment: Vizsga

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 0/0/0

Tárgy féléves óraszám /

Teaching hours(sem.): 9/0/0

### OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

Ismeretek biztosítása, gyakorlati alkalmazása, mint mentálhigiéne a munkalélektanban, az egészségfejlesztés ismertetése, a lelki egészségfejlesztés és mentális megbetegedések megelőzése, egészségfejlesztési gyakorlati programok elősegítése, alkalmazása a munkaterületen. Munkahelyi egészségfejlesztés módszereinek, elméleti ismereteinek bemutatása.

### TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

Tantárgy tematikája, rövid tartalma

1. óra	Mentálhigiéne fogalma, szerepe a munkalélektanban. A dolgozó ember szerepe a munkarendszerben. Pszichoszociális kockázatok.
2. óra	Egészségfejlesztés, lelki egészségfejlesztés és a mentális megbetegedések megelőzése. Mentális egészségfejlesztés a munkahelyeken, jó egészségfejlesztő gyakorlati programok
3. óra	A stressz fogalma, fiziológiai alapjai, a munkahelyi stressz. A munkahelyi stresszel kapcsolatos leggyakoribb pszichiátriai kórképek. A munkahelyi stresszel kapcsolatos leggyakoribb pszichoszomatikus betegségek. Speciális, multikauzális megbetegedések
4. óra	Egészségmegőrzés a munkahelyen, mint táplálkozási szokások, a dohányzás egészségkárosító hatásai
5. óra	Alkohol. Gyógyszer- és kábítószer-abúzus
6. óra	A munkahelyi egészségmegőrzés gyakorlati végrehajtásának általános szempontjai
7. óra	Fizikai inaktivitás
8. óra	Foglalkozási és nem foglalkozási tényezők hatása a dolgozók egészségére

### SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

a) Beadandó írásbeli házidolgozat készítése a hallgató által választott mentálhigiéne és egészségmegőrzési

ismeretekből, vagy b) szorgalmi időszak alatt egy-egy választott téma alapján előadás tartása, (megajánlott jegy az előadást követően)

---

### **KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL**

Kötelező irodalom	Prof. Ádány Róza: Megelőző orvostan és népegészségtan, Medicina Kiadó Budapest 2011. Dr. Plette Richárd: A munkavédelem és a stressz; Előadásokon elhangzottak
Ajánlott irodalom	Ungváry György - Morvai Veronika: Munkaegészségtan, Medicina Kiadó Budapest, 2010.