

## Tárgytematika / Course Description

### Egészségfejlesztés-egészségnevelés

LGB\_EG033\_1

**Tárgyfelelős neve /**

**Teacher's name:** Kovácsné dr. Tóth Ágnes

**Félév / Semester:** 2016/17/1

**Beszámolási forma /**

**Assesment:** Folyamatos számonkérés

**Tárgy heti óraszám /**

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

**Tárgy féléves óraszám /**

**Teaching hours(sem.):** 6/0/0

---

### OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

A hallgatók ismerjék meg az egészségkultúra, az egészségmagatartás és az egészségi állapotot befolyásoló tényezőket. Törekedjenek a minél egészségesebb életvitel megvalósítására. A hallgatók legyenek képesek különböző életkorokban és egészségi állapotban lévő egyéneknek egyéni szükségleteiknek megfelelő egészségnevelési és egészségfejlesztési tevékenység végzésére.

---

### TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

1-2-3. óra

Az egészség fogalma és egészséget befolyásoló tényezők,  
Az egészségmegőrzés, egészségfejlesztés fogalma és programjai  
Az egészségnevelés módszerei, eszközei  
Az egészségnevelés szinterei, szervezeti formái,  
Az egészségfejlesztési szükségletek  
Egészségfejlesztési menedzsment  
Az egészségfejlesztés gyakorlata, kommunikáció, a csoportokkal való munka,  
Nevelési feladatok az egészségügyi ellátásban  
Egészséges táplálkozás, Táplálkozási szokások  
A túlzott tápanyagbevitel és mozgáshiány következményei

4-5-6 óra

A gyermek és az idős ember táplálkozási szükséglete

Lelki egészség, Mentálhigiéne fogalma és tárgya, területei

Az egészséges lelki egyensúly fenntartása , Énvédő technikák

Konfliktushelyzetek és kezelése

Érzelmi élet egyensúlya, Devianciák és megelőzésük, Burn out szindróma

---

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

Projekt munka:

Az egészségtudatos magatartás kialakításához kapcsolódó ápolási feladatok:

Részvétel az egészségi állapot felmérésében

Részvétel a prevenció különböző formáiban

Felvilágosító tevékenység folytatása egészségkárosító tényezőkről

Egészségfejlesztő foglalkozás szervezésében való közreműködés

Részvétel a páciensek/kliensek egészséges életmódra való felkészítésében

Rizikófaktorok feltérképezése a saját lakóhelyen

Egészségnap szervezése

Irodalomkutatás: Hogyan éljünk együtt egy krónikus betegséggel?

Szabadon választott témakörben betegtájékoztató füzet összeállítása

Számonkérés: írásbeli zv, értékelés: Gauss görbe szerint.

---

## **KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL**

