

## Tárgytematika / Course Description

### Mentálhigiéne

LGB\_EG059\_1

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: dr. Varga Gábor

Félév / Semester: 2015/16/1

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 diplomás ápoló képzésben résztvevő hallgatók általános ismereteinek bővítése, a lelki egészség témakörében. Az egyént károsító tényezőkről, mint a különböző stressz-állapotok, a tárgyvesztések, a szenvedélybetegségek, a krízisjelenségek, a közösségi mentálhigiéne jelenségeinek ismeretét bővítő szemlélet erősítése. A mentálhigiéne magába foglalja a pszichés megbetegedések magatartászavarok megelőzését, az intervenciót, a munkamódszereket és egy holisztikusabb szemléletmód kialakítását is elősegíti.

A diplomás ápoló napi munkája során találkozik a mentálhigiénnel, mint fogalommal, mint szemléletmóddal, mint intézményrendszerrel. Olyan megterhelő közegben folytatja tevékenységét, melynek során a mentálhigiénés szemléletmódnak a szuicid rizikónak, a krízisintervenciónak az önsegítő mozgalmaknak az eszköztárát, módszertanát, elméleti anyagát szükséges elsajátítania a hallgatónak ahhoz, hogy hatékonyan és egészségkárosodás nélkül biztonságosan végezze tevékenységét. Kellő támogatást tudjon nyújtani a pszichoszociális problémák megoldásában a klienseknek.

---

### TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

#### ***1 alkalom (6 óra)***

- **A mentálhigiéne fogalma, történelmi megközelítése. A mentálhigiénés mozgalmak Magyarországon, fogalmi megközelítések.**
- **Az egészségvédelem lépcsőfokai: primér, secunder, terciér prevenció. Az egészség és a mentális egészség, az orvosi lélektani, ápolás lélektani vonatkozásai a mentálhigiénének.**
- **A mentálhigiénés problémák természetrajza, a deviáns viselkedések, drogjelenségek, alkohol, függőségi magatartás alapjai. A mentálhigiéne megközelítési lehetőségei, történeti modelljei, a mentálhigiénés prevenció fogalma.**
- Alkoholfüggőség megelőzési lehetőségei. Az alkoholizmus mentálhigiénés vonatkozásai.
- A drogproblémák megelőzése. Elméleti modellek a drogproblémáknál. A drogozó magatartás; leggyakoribb drogok; drogprevenciók stratégiák. Kereslet- kínálat- ártalomcsökkentés, elsődleges- másodlagos- harmadlagos prevenció.

- A család mentalhygienéje, a család lélektani rendszerének fejlődése, változásai, a család segítésének, erősítésének irányelvei, a családterápia fontosabb irányzatai.
- Iskola és mentálhigiéné, az iskola pedagógia dilemmái, pedagógus, mint személyiségfejlesztő. A tanár kommunikációs eszközei. Az egészségvédelem iskolai lehetőségei. Az iskolás korosztály mentálhigiéné problémái.
- Tömegkommunikáció mentálhigiéné hatásai, szerepe az egészségfejlesztésben. Média tömegelektani hatásai.
- Krízisintervenció. A lelki segély szolgálatok lehetőségei, krízismegoldása, krízisintervenció az egészségügyben, elmélet és gyakorlat.
- Kapcsolati veszteségek, a gyász a konfliktus, a haldoklás és a halál mentalhygiénes aspektusai.
- Önségítő csoportok mentalhygieneje, csoportos önségítés, közösségi mentalhygiene.
- Munkahelyi mentalhygiene, kiegészés és megelőzése. Munkahelyi támogatórendszerek.
- Konzultáció és csoportos feldolgozások.

---

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

### **Félévközi követelmények:**

A kötelező irodalom, az előadások során közölt ismeretek és előadások anyaga, valamint a félévi követelményekben közölt irodalom elméleti ismereteinek elsajátítása.

### **Foglalkozásokon való részvétel:**

*ajánlott*

### **Értékelés:**

A szemeszter végén írásban tett vizsga.

---

## **KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL**

Buda Béla: Elmélet és alkalmazás a mentalhygiében TÁMASZ Budapest 1998

Greza Ferenc dr.: Bevezetés a mentalhygiénébe Magyar Testnevelési Egyetem Budapest 1998.

Dr. Varga Gábor: Drogproblémák megelőzése, FŐNIX Kiadó Győr, 2003.

Varga Gábor: Telefonos segítség kézikönyve, GYITOSZ Győr, 2000.