

## Tárgytematika / Course Description

### Egészségfejlesztés-egészségnevelés

NGB\_EG033\_1

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: Kovácsné dr. Tóth Ágnes

Félév / Semester: 2015/16/2

Beszámolási forma /

Assesment: Folyamatos számonkérés

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 2/0/0

Tárgy féléves óraszám /

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

---

### 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. Az egészség fogalma és egészséget befolyásoló tényezők, Az egészségmegőrzés, egészségfejlesztés fogalma és programjai
2. Az egészségnevelés módszerei, eszközei
3. Az egészségnevelés színterei, szervezeti formái, Az egészségfejlesztési szükségletek
4. Egészségfejlesztési menedzsment
5. Az egészségfejlesztés gyakorlata, kommunikáció, a csoportokkal való munka,
6. Nevelési feladatok az egészségügyi ellátásban
7. Egészséges táplálkozás, Táplálkozási szokások
8. A túlzott tápanyagbevitel és mozgáshiány következményei
9. A gyermek és az idős ember táplálkozási szükséglete
10. Lelki egészség, Mentálhigiéné fogalma és tárgya, területei
11. Az egészséges lelki egyensúly fenntartása , Énvédő technikák
12. Konfliktushelyzetek és kezelése
13. Érzelmi élet egyensúlya, Devianciák és megelőzésük, Burn out szindróma

Kiscsoportos gyakorlat: Egészségtudatos magatartás kialakítása

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

---

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

Félévközi követelmények:

Projekt munka:

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**

Linda Ewles-Ina Simnett: Egészségfejlesztés Medicina Könyvkiadó Rt. – Bp., 1999

Órai jegyzet