

Tárgytematika / Course Description

Mentálhigiéne

NGB_EG059_1

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: dr. Varga Gábor

Félév / Semester: 2018/19/2

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 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 mentalhygiene jelenségeinek ismeretét bővítő szemlélet erősítése. A mentalhygiene 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 mentalhygienével, mint fogalommal, mint szemléletmóddal, mint intézményrendszerrel. Olyan megterhelő közegben folytatja tevékenységét, melynek során a mentalhygienes szemléletmódnak a szuicid rizikónak, a krízisintervenciónak az öngyógyító 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 (4 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 mentalhygienének. A mentalhygienes problémák természetrajza, a deviáns viselkedések, drogjelenségek, alkohol, függőségi magatartás alapjai. A mentalhygiene megközelítési lehetőségei, történelmi modelljei, a mentalhygienes prevenció fogalma.

Kötelező irodalom:

- Buda Béla :*Elmélet és alkalmazás a mentalhygienében TÁMASZ Budapest 1998 (9.-45. o.)*
- Grezsa Ferenc dr.: *Bevezetés a mentalhygienében Magyar Testnevelési Egyetem Budapest 1998.(5.o.- 15 o.)*

Ajánlott irodalom:

- Hárdi István: *A lélek egészségvédelme -Springer-Verlag kiadó, Budapest, 1992. (19.o-135.o., 155-172.o.)*
- Hárdi István: *Lelki egészségvédelem Medicina Kiadó Bp. 1997. (21-67. O)*

2. alkalom (4 óra):

- Alkoholfüggőség megelőzési lehetőségei. Az alkoholizmus mentálhigiénés vonatkozásai.
- A droproblémák megelőzése. Elméleti modellek a droproblémáknál. A drogozó magatartás; leggyakoribb drogok; dropprevenciós stratégiák. Kereslet- kínálat- ártalomcsökkentés, elsődleges- másodlagos- harmadlagos- megelőzési stratégiák.

Kötelező irodalom:

- Buda Béla dr.: *Elmélet és alkalmazás a mentálhigiénében TÁMASZ, Budapest 1998 (9.- 32., 157. - 189., 229.-233., 243. - 247.o.)*
- Dr. Varga Gábor: *FŐNIX Alkohol Prevenziós Oktató Program, FŐNIX Kiadó Győr, 2004.*
- Grezsa Ferenc dr.: *Bevezetés a mentálhigiénében Magyar Testnevelési Egyetem Budapest 1998.(15.o.- 39 o.)*
- Dr. Varga Gábor: *Droproblémák megelőzése, FŐNIX Kiadó Győr, 2003.*

Ajánlott irodalom:

- Dr. Bagdy Emőke: *Mentálhigiéné elmélet gyakorlat képzés kutatás Animula, Budapest, 1999. (226.-230.o.)*
- Hárdi István: *Lelki egészségvédelem Medicina Kiadó Bp. 1997. (102.-121. O.)*
- Bácskai Erika- Gerevich József: *A kortárs segítés tanári kézikönyve Egészséges Ifjúságért Alapítvány Vác 2000. (14. - 87. o.)*

3. alkalom (4 óra)

- A család mentálhigiénéje, 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 mentálhigiénés problémái.

Kötelező irodalom:

- Buda Béla : *Elmélet és alkalmazás a mentálhigiénében TÁMASZ Budapest 1998 (45.- 137. o.)*
- Földes Zoltánné szerkesztése: *Önismeret - Kommunikáció - Egészség ÁNTSZ Győr-Moson-Sopron Megyei Intézete Győr, 1997. (Gondolatok a családkba történő segítő beavatkozásokról Varga Gábor) (112.- 125.o)*

Ajánlott irodalom:

- *Mentálhigiéné, szerk.: Gerevich József, Budapest, T-Twins kiadó 1995.(40.o-112.o.)*
- Hárdi István: *Lelki egészségvédelem Medicina Kiadó Bp. 1997. (156.-167. O)*
- Bagdy Emőke: *Mentálhigiéné elmélet és gyakorlati képzés kutatás, 1979. Animula kiadó (165-187.o.)*

4. alkalom (4 óra):

- Tömegkommunikáció mentálhigiénés hatásai, szerepe az egészségfejlesztésben. Média tömeglélektani hatásai.

Kötelező irodalom:

- Buda Béla: *Elmélet és gyakorlat alkalmazása a mentálhigiénében Budapest, 1998. TÁMASZ kiadó (137.o.-157.o.)*

Ajánlott irodalom:

- Vetró Á.-Csapó Á.: *A televízió és a gyermek*, Animula kiadó, Budapest, 1991..
- Velkei L.: *Adatok a televízió-, videonézés hazai gyakorlatának és hatásának megismeréséhez.* -Gyermekgyógyászat 47/3., 1996.

5. alkalom (4 óra):

- Zárthelyi vizsga.
- Krízisintervenció. A lelkisegély szolgálatok lehetőségei, krízismegoldása, krízisintervenció az egészségügyben, elmélet és gyakorlat.

Kötelező irodalom:

- Buda Béla: *A Mentálhigiéné szemléleti és gyakorlati kérdése TÁMASZ Kiadó 1998. Budapest (162.-175.o.)*
- Varga Gábor: *Telefonos segítség kézikönyve, GYITOSZ Győr, 2000. (45.-117.o.)*

Ajánlott Irodalom:

- Kelemen Gábor szerkesztése: *Tele-dialógus Tanulmányok az öngyilkosság megelőzés kommunikatív perspektíváiról Pro Pannónia Kiadói Alapítvány Pécs*
- Hárdi István: *Lelki egészségvédelem Medicina Kiadó Bp. 1997. (191.-198.o.)*

6. alkalom (4 óra):

- Kapcsolati veszteségek, a gyász a konfliktus, a haldoklás és a halál mentálhigiénés aspektusai.
- Önségítő csoportok mentálhigiénéje, csoportos önségítés, közösségi mentálhigiéné.

Kötelező irodalom:

- Buda Béla: *Mentálhigiéné tanulmánygyűjtemény Animula kiadó, 1994. Budapest, (359-375.o.)*
- Buda Béla: *A Mentálhigiéné szemléleti és gyakorlati kérdése TÁMASZ Kiadó 1998. Budapest (209.-231. o.)*
- *Mentálhigiéné - Szociális Szakképzés Könyvtára sorozat, T-TWINS kiadó, szerkesztette: Gerevich József (205.-220.o.)*

Ajánlott irodalom:

- Elisabeth Kübler-Ross: *A halál és a hozzá vezető út Gondolat kiadó Budapest, 1988. (25-156.o)*

7. alkalom (4 óra):

- Munkahelyi mentálhigiéné, kiégés és megelőzése. Munkahelyi támogatórendszerek.
- Konzultáció és csoportos feldolgozások.

Kötelező irodalom:

- Grezsa Ferenc: *Bevezetés a mentálhigiénébe Budapest, 1998. Magyar Testnevelési Egyetem (59.- 72.o.)*

Ajánlott irodalom:

- Buda Béla: *Mentálhigiéné tanulmánygyűjtemény Animula kiadó, 1994. Budapest, (107.-155.o. 219.-237.)*

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:

Év közbeni zárthelyi dolgozat és a szemeszter végén írásban tett vizsga.

KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL