

# Munkahelyi egészségpszichológia

BTPS213MA

*Bernáth Ágnes*

A tárgy célja a szervezetek és dolgozók egészségének elősegítését és fejlesztését képviselő szemléletmód elméleti alapjainak elsajátítása, valamint a gyakorlatban előforduló egészség fejlesztését célzó programok megismerése.

1. Betegségtől egészségig: Az egészség fogalmának tudományos megközelítése, az egészségpszichológia kialakulása
2. Az egészségmagatartás meghatározói

Munka és egészség kapcsolata:

3. A munkahelyi stressz fogalma és következményei, munkahelyi stresszorok
4. Egyéni tényezők: megterhelés és igénybevétel, a munkahelyi stressz mérése
5. Munkahelyi stressz modellek
6. Munkahelyi egészségfejlesztés, a prevenció jelentősége a munkahelyen
7. Ergonómiai alapismeretek
8. Egészségmegőrzés a munkahelyen

Irodalom:

- Ungváry Gy., Morvai V. (szerk.)(2010): Munkaegészségtan. Foglalkozás-orvostan, foglalkozási megbetegedések, munkahigiéné, Medicina Könyvkiadó Zrt.
- Baum, A., Krantz, D. S., Gatchel, R. J. (1997): An introduction to health psychology, McGraw-Hill
- Kulcsár Zs. (2002): Egészségpszichológia, ELTE Eötvös Kiadó, Budapest
- Marks, D. F. et al. (2000): Health Psychology, Sage, London
- Asnani V, Pandey UD, Sawhney M. (2004) Social support and occupational health of working women. J Health Manag, 6(2): 129-139.
- Györfly Zs, Ádám Sz. (2003) Szerepkonfliktusok az orvosnői hivatásban. LAM, 13(2): 159-164.
- Györfly Zs, Ádám Sz. (2004) Az egészségi állapot, a munkastressz és a kiégés alakulása az orvosi hivatásban. Szociol Szle, 3: 107-127.

- Kopp M, Skrabski Á. Alkalmazott magatartástudomány. A megbirkózás egyéni és társadalmi stratégiái. Corvinus Kiadó, Budapest, 1995
- Györffy Zs, Ádám Sz, Harmatta J, Túry F, Kopp M, Szényei G. A pszichiátria területén
- dolgozó diplomás nők életminősége és egészségi állapota. In: Kopp M (szerk.), Magyar lelkiállapot 2008, Esélyerősítés és életminőség a mai magyar társadalomban. Semmelweis Kiadó, Budapest, 2008: 356-362.
- Harrach A, Kopp M. Munka, egészség-betegség. In: Kopp M, Berghammer R. (szerk.), Orvosi Pszichológia. Medicina, Budapest, 2005: 550-561.
- Hegedűs K, Kovács M. (2008) A munkahelyi stressz hatása az egészségügyi dolgozókra. Hippoc, 10(2): 60-64.
- Juhász Á. (2002) Munkahelyi stressz, munkahelyi egészségfejlesztés, Budapest <http://www.erg.bme.hu/szakkepzes/3felev/szakkepzejezet.pdf> (2008-08-11)
- Karasek RA. (1979) Job decision latitude, job demands and mental strain: Implications for job redesign. Admin Sci Quart, 24: 285-308.
- Kállai J. Egészség és társas támogatás. In: Kállai J, Varga J, Oláh A. (szerk.), Egészségpszichológia a gyakorlatban. Medicina, Budapest, 2007: 199-216.
- Zolnai Zs. (2009): Az egészséges munkahely és a munkahelyi wellness, Családorvosi Fórum, 7, 24-27.
- Gábor E., Kiss J. (2010): Munkahelyi egészségfejlesztés- a minőség jegyében I, II., III., *Egészségfejlesztés* 51, 1-2 szám
- Juhász Á. (2006): Munkahelyi egészségfejlesztés elméletben és gyakorlatban, Alkalmazott Pszichológia, VIII, 2, 89-102.