

Tantárgyleírás

Iskolai egészségpszichológia BTPS312MA

Oktató: Dr. Orosz Róbert

Kreditszám: 2

Követelmény típusa: Gyakorlati jegy

A kurzus a testi és lelki egészség témáját dolgozza fel rendszerszemléletű megközelítésben, kiemelve a pszichológus szerepét az iskolai egészségvédelemben. A kurzus tematikája szervesen összefügg a „Személyes és társas hatékonyság az iskolában” című kurzusával, ezért az utóbbi függvényében félévenként változik.

I. Egészség és pszichológia

1. Az egészség értelmezése. Kiről mondhatjuk, hogy egészséges?
2. A lélektan szerepe az egészségvédelemben.
3. A mentálhigiéné definíciója és célja.

II. Egészség és kiteljesedés

1. A fejlődés szerepe a lelki egészség alakulásában.
Maslow, Mahler, Piaget, Kohlberg, Erikson

III. A fejlődésméletek integrációja

1. A fejlődésméletek integrációja.
2. Az egészségvédelem rendszerszemléletű megközelítése.

IV. Az egészségvédelem rendszerszemléletű megközelítése II.

Gyakorlatok az egyéni és közösségi rendszerek működési mechanizmusainak demonstrálására.

V. Az iskolai mentálhigiénében kulcsszerepet betöltő tényezők

Innentől az előző félévi Személyes és társas hatékonyság kurzus függvényében azokat a tényezőket is beemeljük és mélyebben tárgyaljuk, melyeket ott csak felszínesen sikerült érinteni. Az V-XV. órák témái:

Önismeret

Kommunikáció

Konfliktusok és kezelésük

Arousal, szorongás, stressz, szorongás- és stressz-kezelés, a személyiség megküzdési mechanizmusai

Énkép, önbizalom, önbecsülés

Tanári hatékonyság (Gordon elmélete)

A pszichológus hatékonysága

Az iskola és a családi rendszer kapcsolata

Mentális jelenlét
Flow és egészség
Változás és egészség
A tünetek szimbolikája
Holisztikus egészségszemlélet
Krízisintervenció

Irodalom:

- Bauer, J: A testünk nem felejt. Kapcsolataink és életmódunk hatásai génjeink és idegrendszerünk működésére. Ursus Libris, 2009.
- Buda Béla: Az iskolai nevelés – a lélek védelmében. Az iskolai mentálhigiéné alapelvei. Nemzeti tankönyvkiadó, Budapest, 2003.
- Gerevich József: Iskolai mentálhigiéné. In: Gerevich József (szerk.): Közösségi mentálhigiéné. Gondolat, Budapest, 1989. 56-80
- Kabat-Zinn, J: Bárhová mész ott vagy. Ursus Libris, 2009.
- Satir, V.: A családi együttélés művészete. (Az új családműhely). Coincidencia, 1999.
- Telkes József: Az iskola mint mentálhigiéné intézmény. In: Bóta Margit (szerk.): Iskolai mentálhigiéné (szöveggyűjtemény). Kossuth Egyetemi Kiadó, Debrecen, 2000. 25-33.
- Csíkszentmihályi Mihály: Flow. Az áramlat. A tökéletes élmény pszichológiája. Akadémiai Kiadó, Budapest, 1997.
- Dahlke, R.: A lélek nyelve: A betegség. A kórképek értelmezése és a betegség adta esély. Mérték Kiadó, 2009.
- Wilber, K: A működő szellem rövid története. Európa Kiadó. Budapest, 2003.