

A TANTÁRGY ADATLAPJA

1. A képzési program adatai

1.1 Felsőoktatási intézmény	Babes-Bolyai Tudományegyetem
1.2 Kar	Szociológia és Szociálismunkás-képző Kar
1.3 Intézet	Magyar Szociológia és Szociálismunkás-képző Intézet
1.4 Szakterület	Szociális munka – MENTÁLHIGIÉNÉ A SZOCIÁLIS SZFÉRÁBAN
1.5 Képzési szint	Mesteri
1.6 Szak / Képesítés	Mentálhigiénés szakember

2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	MENTÁLHIGIÉNÉ ELMÉLET ÉS GYAKORLAT						
A tantárgy kódja	AMM 4010 – kredit 7						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve	Prof. dr. ALBERT-LŐRINCZ Enikő						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	Dr. Adorján Júlia						
2.4 Tanulmányi év	1.	2.5 Félév	I.	2.6. Értékelés módja	V	2.7 Tantárgy típusa	K

3. Teljes becsült idő (az oktatási tevékenység féléves óraszama)

3.1 Heti óraszám	4	melyből: 3.2 előadás	2	3.3 szeminárium/labor	2
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám	56	melyből: 3.5 előadás	28	3.6 szeminárium/labor	28
A tanulmányi idő elosztása:					óra
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása					32
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					25
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása					36
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					16
Vizsgák					6
Más tevékenységek:					4
3.7 Egyéni munka össz-óraszama					119
3.8 A félév össz-óraszama					175
3.9 Kreditszám					7

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1 Tantervi	• -
4.2 Kompetenciabeli	• -

5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei	legalább 50%-os részvétel az előadásokon Az ismeret elsajátításhoz szükséges: számítógép és internet hozzáférés (elektronikus könyvészet elérése céljából), könyvtári munka, terepen való probléma feltárás és csoportos-kezelési terv kidolgozás.
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	legalább 70%-os részvétel a szemináriumokon

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

Szakmai kompetenciák	<p>C1,C2,C3</p> <p>A segítő hivatásra való felkészítés: a másik ember mellett állás, támogatás, gondozás, gyógyítás. A klienssel szemben tiszteletet tanúsítása, bánásmód elsajátítása. Szerződéskötés és beavatkozási cél megállapítása és terv kidolgozása. Felmérés, adatgyűjtés: a kliens motivációjára, lehetőségeire, készségeire vonatkozóan. Képesség arra, hogy a szociális munkás saját énjét használja fel a kliensrendszer érdekében. Ehhez a megfelelő önismeret biztosítása. Kommunikációs készségek: mások meghallgatásának képessége, a testbeszéd megértése. Egészségfejlesztés módszereinek ismerete.</p>
Transzverzális kompetenciák	<p>CT 1. A mentálhigiénés képzés nem ad új identitást, hanem olyan többlet tudást, amely nagyobb hatékonyságot biztosít a saját területen. Hatékonyabban és tudatosabban fogják szakmájukat gyakorolni.</p>

7. A tantárgy célkitűzései (az elsajátítandó jellemző kompetenciák alapján)

7.1 A tantárgy általános célkitűzése	<p>A képzésen hivatásos segítő szakembereket képezünk tovább.</p> <p>Az elméleti képzés célja a lelki, pszichoszociális jelenségekre vonatkozó ismeretek átadása. A hallgatók látásmódját, szakmai személyiségük fejlesztését a rendszerszemlélet és a holisztikus megközelítés móddal biztosítjuk. Így képessé válhatnak a mentálhigiénés szemléletmód és gyakorlat alkalmazására.</p> <p>A cél olyan komplex (mentálhigiénés) szemléletmód, ismeretanyag, készségek fejlesztése, amelyek birtokában a hallgatók az addiginál tágabb kontextusban értelmezve, hatékonyabban és tudatosabban képesek folytatni eredeti segítő hivatásukat.</p> <p>A mentálhigiéné egyaránt jelent szemléletet, elméletet, tevékenységi területet, illetve intézményrendszert – ezen területek problémái megjelenítésre fognak kerülni.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Mint <i>szemlélet</i> elsődlegesen a proszociális értékek, az életminőség fejlesztésére, az életigenlő magatartás támogatására irányul. Hozzájárul az erkölcsi értékek megszilárdulásához, az önpusztító, destruktív és aszociális megnyilvánulások csökkenéséhez. ○ Elméletének középpontjában – a humán tudományok ismereteit integrálva – a holisztikus emberkép áll. A különböző pszichoszociális problémákat az emberi kapcsolatok kontextusában értelmezi és annak keretében igyekszik befolyásolni. ○ <i>Tevékenységi területe</i>, illetve intézményrendszere átfogja a humán szolgálatokat, a kultúrát, a közművelődést, a közoktatást, a szociális gondoskodást, az egészségügyet, a hitéletet, a tömegtájékoztatást, a polgári kezdeményezéseket, a törvényhozást, stb. <p>A kurzus azt kívánja tudatosítani, hogy egyéni és közösségi feladat törődni az emberi egészséget veszélyeztető természeti és társadalmi tényezőkkel.</p>
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései	<ul style="list-style-type: none"> • a mentálhigiéné szemléletének közvetítése • a preventív magatartást promoválása • megismertetni a hallgatókat az egészség és a betegség pszichológiai hátterével • ismertetni a mentálhigiéné történetét és fogalmi keretét, • az egészségpszichológia fogalmainak ismertetése,

	<ul style="list-style-type: none"> • az egészségfejlesztés módszertanának bemutatása, • információ nyújtás annak érdekében, hogy felismerjék a veszélyeztető tényezőket és veszélyeztetett csoportokat, • a lelki egészség védelmében történő sajátos beavatkozások ismertetése.
--	---

8. A tantárgy tartalma

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
1.Hét: A mentálhigiéné története	<ul style="list-style-type: none"> - előadás - problématisztálás - kiscsoportos gyakorlatok - tréningmódszerek - filmek elemzése - terep-beszámolók 	
2. Hét: A mentálhigiéné, mint cselekvéstudomány		
3-4. Hét: A társadalmi hatások elemzése és következményei a lelki egészségre		
6. Hét: Individualizáció és közösségiség, mint mentálhigiéné tényező		
7. Hét: Lelki egészség feltételei		
8. Hét: Egészség promoció		
9. Hét: Életmód – Életminőség		
10. Hét: Életkorok pszichohigiénéje		
11. Hét: Iskolai mentálhigiéné		
12. Hét: Munkahelyi mentálhigiéné és kiegész		
13. Hét: Egyéni és társadalmi traumák		
14. Hét: A lelki egészség prediktív és protektív faktorai A média hatásai.		

Kötelező könyvészet:

- Albert-Lőrincz Enikő, (2011), Az egészséges életviteltől a drogfogyasztó magatartásig, Kolozsvári Egyetemi Kiadó, Kolozsvár közösen a Loisir kiadóval, Budapest, ISBN 978-963-88267-6-3, (200 p.)
- Albert-Lőrincz Enikő, (2009), A drogfogyasztás prevenciója. Az integrált megelőzés elmélete és gyakorlata, Kolozsvári Egyetemi Kiadó, Kolozsvár (260 oldal)
- Albert-Lőrincz Enikő, (2007), SALUS SATIS, Az egyén és a közösség egészségvédelme, Kolozsvári Egyetemi Kiadó, Kolozsvár (264 oldal)
- Albert-Lőrincz Enikő, (2005), Iskolai szociális munka és tanácsadás, Ábel kiadó, Kolozsvár (82 oldal)
- Buda Béla, (1995), A mentálhigiéné szemléleti és gyakorlati kérdései, Tamasz Alapítvány, Budapest
- Buda Béla, (1994), Mentálhigiéné, Animula, Budapest
- Buda Béla, (2000), A lélek közegészségtana, Animula, Budapest
- Buda Béla, (1994), Fejezetek az orvosi szociológia és társaslélektan tárgyköréből, TÁMASZ Alapítvány, Budapest
- Buda Béla, (1998), Elmélet és alkalmazása mentálhigiénében, Tamas Alapítvány, Budapest
- Bóta Margit, szerk.,(2003), Iskolai mentálhigiéné, Kossuth Egyetemi Kiadó, Debrecen
- Enăchescu Constantin, 2004, Tratat de igienă mintală, Polirom, Buc.
- Kézdi, B. (1999): A mentálhigiéné paradigmáiról in: Bagdy E. (szerk.): Mentálhigiéné: Elmélet, gyakorlat, képzés, kutatás. Budapest, Animula, 11-18
- Lajkó Károly, (2005) Viselkedésünk és lelki egyensúlyunk, medicina, Bp.
- Tomcsányi Dóra, (2002), Mentálhigiéné képzés a Semmelweis Egyetemen, Animula, Budapest
- *** Mentálhigiéné, (2000), Szöveggyűjtemény belső használatra, Eger

Ajánlott könyvészet:

CSABAI, M., MOLNÁR, . (1999), Egészség, betegség, gyógyítás, Springer, Bp

Comer, R. J. (2000): A lélek betegségei. Budapest, Osiris

EWLES, L., SIMMET, I., (1999), Egészségfejlesztés, Medicina Könyvkiadó Rt., Budapest

IVAN, A., Medicina omului sănătos, ED., Medicală, Buc., 1993.

KULCSÁR, ZS., (1998), Egészségpszichológia, ELTE Eötvös kd. Bp.

SCHOFIELD, W., The role of psychology in the delivery of health services. American Psychologist, 24. 565-584

8.2 Szeminárium / Labor

Didaktikai módszerek

Megjegyzések

Könyvészet:

9. Az episztemikus közösségek képviselői, a szakmai egyesületek és a szakterület reprezentatív munkáltatói elvárásainak összhangba hozása a tantárgy tartalmával.

Terepen való tájékozódás, kockázati tényezők felmérése, segítségnyújtás drogfogyasztás esetén, prevenció programok levezetése

10. Értékelés

Tevékenység típusa	10.1 Értékelési kritériumok	10.2 Értékelési módszerek	10.3 Aránya a végső jegyben
10.4 Előadás	- aktív részvétel legalább az előadások 1 /2 -én - egy élethelyzet elemzése mentálhigiénés szempontból, írásbeli kifejtése (választott téma alapján) és bemutatása - írásbeli vizsga	Félévi ellenőrzés módja írásbeli vizsga - évközben ismeretfelmérés Az elbírálás figyelembe veszi, hogy a diák mennyire képes az elméleti anyagot gyakorlati helyzetek megoldására alkalmazni.	10% 20% 30%
10.5 Szeminárium / Labor	szemináriumi tevékenység		40%
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei			

Aktív részvétel az előadások (50%), a szemináriumok (70%)-án.

Szemináriumi feladatok teljesítése. Referátumok készítése terepen való tájékozódás alapján, eredeti módon (plagizálás kizáró jellegű).

Az akadémiai deontológia követelményei

Az akadémiai etika tiszteletben tartása céljából a következő elvárásoknak kell megfelelni:

- minden dolgozat eredeti (saját munka) kell legyen, plagizálás esetén a hallgató nem állhat vizsgára,
- a csalás következménye a minimális jegy vagy indokolt esetben kizárás,
- a jegyek kifüggesztésére az internet lehetőségeit kell használni,
- óváásra az eredmények kifüggesztése után maxim 24 órával kerülhet sor, a megoldás az óvás benyújtását követő 48 órán belül megtörténjen.

Sajátos szükségletű diákok helyzete:

Számukra is biztosítani fogjuk az információk elérhetőségét és az értékelés formája meg fog felelni a fogyatékos diákok sajátosságának. A cél - a lehetőségek keretén belül – az egyenlő feltételek biztosítása.