

**Az ismeretkör: *Mentálhigiénés ismeretek***

**Kredittartománya:** 12 kredit

**Tantárgyai:**

- 1.) Mentálhigiénés alapismeretek
- 2.) Fejlődéslélektan
- 3.) Lelki zavarok

<b>Tantárgy neve: <i>Fejlődéslélektan</i></b>	<b>Kreditértéke:</b> 4 kredit
A tantárgy besorolása: <b>kötelező</b>	
<b>A tantárgy elméleti vagy gyakorlati jellegének mértéke, „képzési karaktere”</b> 50% elmélet, 50 % gyakorlat	
A tanóra típusa: előadás és szeminárium. <b>Óraszám:</b> Nappali: 15 óra előadás, 15 óra szeminárium, összesen 30 óra/ félév Levelező: 5 óra előadás, 5 óra szeminárium, összesen 10 óra/félév Az adott ismeret átadásában alkalmazandó <b>további módok, jellemzők:</b> csoportos és egyéni feladatmegoldás	
A számonkérés módja: <b>gyakorlati jegy</b> Az ismeretellenőrzésben alkalmazandó <b>további módok:</b> egy választott témában megadott szempontok szerint dolgozat készítése	
A tantárgy <b>tantervi helye:</b> 2. félév	
Előtanulmányi feltételek: Mentálhigiénés alapismeretek	
<b>Tantárgy-leírás: az elsajátítandó ismeretanyag tömör, ugyanakkor informáló leírása</b>	
A tantárgy a fejlődéslélektan főbb kérdéseit, jelentős modelljeit, a tudományterület mai állását, a humán fejlődés komplexitását, az egyén és a szűkebb, valamint tágabb környezet kölcsönhatásait, interakciós és tranzakciós mechanizmusait tárgyalja. A tipikus fejlődés jellegzetességeit életkori bontásban veszi végig a biológiai, motoros, érzelmi, kognitív, társas és szabályozási területeken. A kurzus a következő főbb témákat öleli fel: <ol style="list-style-type: none"><li>1. A fejlődéslélektan központi kérdései: folyamatosság, területáltalános vagy területspecifikus fejlődés, a fejlődés forrásai, egyéni különbségek, gének és környezet, biológia és kultúra, érés, humánökológia, a koragyermekkor jelentősége</li><li>2. Koragyermekkorai fejlődés: a kompetens csecsemő, idegrendszeri, kognitív, érzelmi és társas fejlődés, korai kötődés alakulása, önszabályozás fejlődése, a beszéd és a nyelv fejlődése</li><li>3. Az iskoláskor fejleményei biológiai, kognitív, érzelmi és társas téren. Erkölcsi fejlődés. Az iskolaérettség. A nemi identitás kialakulása.</li><li>4. Fejlődés serdülőkorban és ifjúkorban, biológiai, kognitív, érzelmi, szociális változások. A serdülőkor lélektani jellegzetességei. Az identitás alakulása. Az ifjúkor életfeladatai.</li><li>5. A felnőttkor jellemzői, kihívásai, életciklusai.</li><li>6. Az időskor fejlődéslélektani sajátosságai, kognitív, társas, érzelmi jellemzők.</li></ol>	
A <b>2-5</b> legfontosabb <i>kötelező</i> , illetve <i>ajánlott irodalom</i> (jegyzet, tankönyv) felsorolása bibliográfiai	

adatokkal (szerző, cím, kiadás adatai, (esetleg oldalak), ISBN)

**Kötelező:**

- 1.) Cole, S. - R. Cole (2006): *Fejlődéslélektan*. Osiris Kiadó, Budapest, ISBN: 9789633894736
- 2.) Danis, I., Kalmár, M. (2011): A fejlődés természete és modelljei. In: I. Danis, M. Farkas, M. Herczog, & L. Szilvási (szerk.). *Biztos Kezdet Kötetek I.: Génektől a társadalomig: a koragyermekkorai fejlődés szinterei*. Nemzeti Család- és Szociálpolitikai Intézet, Budapest, 76-125. o. ISBN 978 963 7366 27 7
- 3.) Egyed K. (2011): Az evolúció ajándéka: az agyi plaszticitás és a rugalmas fejlődés. In: I. Danis, M. Farkas, M. Herczog, & L. Szilvási (szerk.). *Biztos Kezdet Kötetek I.: A génektől a társadalomig: a koragyermekkorai fejlődés szinterei*. Nemzeti Család- és Szociálpolitikai Intézet, Budapest, 166–204. o. ISBN 978 963 7366 27 7
- 4.) Erikson, E. H. (1997): Az emberi életciklus. In: Bernáth L., Solymosi K. (szerk.): *Fejlődéslélektani olvasókönyv*. Tertia, Budapest, 27-42 ISBN: 9638512989
- 5.) Körössy J. (2016): A pozitív fiatalkori fejlődés elmélete és modelljei *Alkalmazott pszichológia* 16(2) 9-18. DOI: 10.17627/ALKPSZICH.2016.2.9

**Ajánlott:**

- 1.) Danis I., Farkas M., Oates J. (2011): Fejlődés a koragyermekkorban: Hogyan is gondolkod(j)unk róla? In: Danis, I., Farkas, M., Herczog, M., Szilvási, L. (szerk.) *Biztos Kezdet Kötetek II. A koragyermekkorai fejlődés természete – Fejlődési lépések és kihívások*. Nemzeti Család- és Szociálpolitikai Intézet, Budapest, 24-67. o. ISBN 978 963 7366 28 4
- 2.) Csókási K. (2015): Az idősök mentális állapota In: Lampek K., Rétsági E. (szerk.): *Egészséges idősödés – Az egészségfejlesztés lehetőségei idős korban* PTE, Pécs, 103-119. <https://www.etk.pte.hu/protected/OktatasiAnyagok/%21Palyazati/sport2/EgeszsegesIdosod esJ.pdf> ISBN 978-963-642-969-0
- 3.) Deutsch K. (2015): Élethosszig tartó tanulás In: Lampek K., Rétsági E. (szerk.): *Egészséges idősödés – Az egészségfejlesztés lehetőségei idős korban* PTE, Pécs, 143-154. <https://www.etk.pte.hu/protected/OktatasiAnyagok/%21Palyazati/sport2/EgeszsegesIdosod esJ.pdf> ISBN 978-963-642-969-0

Azoknak az **előírt szakmai kompetenciáknak, kompetencia-elemeknek** a felsorolása, **amelyek kialakításához a tantárgy jellemzően, érdemben hozzájárul**

**a) tudása**

Ismeri az élethosszig tartó személyiségfejlődés menetét, feltételeit, akadályait és kríziseit. Átfogóan ismeri az egyén és a közösség jóllétének kölcsönhatását, ennek lélektani megalapozottságát.

Átfogóan ismeri az emberi kapcsolati formák sajátosságait, hatásait, működési feltételeit. Mélyrehatóan ismeri a kapcsolatépítésre szoruló egyének, csoportok sajátos problémáit, pszichés állapotuk általános jellemzőit.

Átfogóan ismeri a testi-lelki egészség szempontjából veszélyeztetett életkorral kapcsolatos, illetve pszichoszociális fejlődésükben akadályozott társadalmi csoportok sajátos problémáit és potenciális erőforrásait.

Részletekbe menően ismeri a közösség- és kapcsolatépítésre vonatkozó csapatmunka elméletét és gyakorlatát.

Ismeri a munkavégzéséhez szükséges felmérési és kutatási módszereket.

Ismeri és szakszerűen alkalmazni képes a digitális kommunikáció, az információ kezelésének szabályait.

**b) képességei**

Képes az egyének, csoportok, közösségek, intézmények eredeti, társas és közösségi erőforrás-értékeinek feltárására, tudatosítására és mobilizálására, az egyéni és társas jóllét megőrzésére.

Képes reflektálni a társadalmi és kulturális hovatartozási mintázatok sokféleségére, és ezek figyelembe vételével képes kölcsönös elfogadáson alapuló lokális közösségi struktúrák kiépítésére.

Képes segítő kapcsolat kialakítására, és a megküzdéséhez szükséges adekvát segítségnyújtásra a kliens életvezetési és kapcsolathányból eredő problémáiban és veszteségei feldolgozásában.

Képes a személyes korlátok és megterhelő társas helyzetek, a burnout, a mobbing, és a kirekesztés felismerésére, és kompetenciáinak megfelelő adekvát beavatkozási módok keresésére, illetve kivitelezésére.

Képes eltérő származású és eltérő élethelyzetből jövők együttműködésének és egyenjogú csoportrésztvételének biztosítására.

Képes munkájának a szakmai etikai szabályok betartásával történő, felelős végzésére.

**c) attitűdje**

Mentálhigiénés szemlélettel rendelkezik.

A lelki egészség fenntartásának és helyreállításának folyamataihoz erőforrásorientáltan közelít.

Az egyén és a közösség önálló cselekvését, képessé tételét (empowerment) tartja szem előtt a cselekvési stratégiák megtervezésében.

Tartózkodik az emberek megítélésétől.

Empatikus, szociális és interkulturális érzékenységgel bír.

Kreatívan, kritikusan, innovatívan viszonyul az információs műveltséghez, eredményesen tájékozódik a XXI. századi literációs kultúrában

**d) autonómiája és felelőssége**

Munkakörének megfelelően felelős lelki egészségvédő és személyiséget erősítő beavatkozásokat kezdeményezni, egyéni és csoportos szinten.

Képviseli és megvalósítja a munkaterületén az egyének és közösségek mentálhigiénés állapotának folyamatos reflektálását (problémafelvetés), és javaslatot tesz a fejlesztések irányaira és lehetséges módjaira.

Kezdeményezi és részt vesz az egészség megőrzését szolgáló programok megvalósításában.

Felelőssége képviselni a mentálhigiéné értékeit és szempontjait a munkaterületéhez tartozó szakmai közösségekben, munkacsoportokban.

Felelőssége kezdeményezni a lelki egészség szempontjából hangsúlyos témák megvitatását, s részt venni az adott terület fejlesztését célzó cselekvési programokban.

Tudatos, kritikus, önreflektív, innovatív a digitális kultúra alakításában.

**Tantárgy felelőse: Csapóné Dr. Ferenczi Szilvia, főiskolai docens, Ph.D.**

**Tantárgy oktatásába bevont oktató(k):**

**Dr. Radványi Katalin, főiskolai tanár, Ph.D.**

**Dr. (habil.) Gyarmathy Éva, főiskolai docens, Ph.D.**