

Tantárgy neve: Egészségmagatartás és egészségfejlesztés serdülőkorban	Kreditszáma: 2
A tanóra típusa ¹ : ea. / szem. / gyak. / konz. és száma: ea, 30	
A számonkérés módja (koll. / gyj. / egyéb ²): koll.	
A tantárgy tantervi helye (hányadik félév): 2	
Előtanulmányi feltételek (<i>ha vannak</i>): -	
Tantárgyleírás: az elsajátítandó <u>ismeretanyag</u> és a kialakítandó <u>kompetenciák</u> tömör, ugyanakkor informáló leírása	
<p>A kurzus a következő témaköröket tekinti át:</p> <ul style="list-style-type: none"> • a serdülőkor egészségpszichológiája; • a serdülők egészségmagatartását magyarázó társas-kognitív modellek és az ezekre alapozható, serdülőknek szóló preventív programok; • az egyes egészségkárosító viselkedések (táplálkozás-túlsúly, fizikai inaktivitás dohányzás, alkoholfogyasztás, rizikós szexuális magatartás) és egészséget fejlesztő viselkedések (pl. testedzés, egészségtudatos döntések) bio-pszicho-szocio-kulturális meghatározói serdülőkorban; • a stressz és a stressz kezelésének módszerei gyermek és serdülőkorban; • a serdülőkori depresszió, szorongás, öndestruktív viselkedés (öngyilkosság) primer preventív megközelítései; • az iskola mint az egészségfejlesztés színtere: komplex iskolai preventív programok – nemzetközi példák és a hazai gyakorlat bemutatása; • az életképesség (life skills) programok és alkalmazásuk serdülőkorban. 	
A 3-5 legfontosabb <i>kötelező</i> , illetve <i>ajánlott irodalom</i> (jegyzet, tankönyv) felsorolása bibliográfiai adatokkal (szerző, cím, kiadás adatai, oldalak, ISBN)	
<p>Kötelező irodalom:</p> <p>Carr, A. (2002) Prevention: what works in children and adolescents? Sussex: Brunner-Routledge, ISBN: 1-58391-276-2</p> <p>Demetrovics Zs., Urbán R., és Kökönyei Gy. (szerk) (2007) Iskolai egészségpszichológia. Budapest: L'Harmattan.</p> <p>Pikó B. (szerk.) (2010) Védőfaktorok nyomában. A káros szenvedélyek megelőzése és egészségfejlesztés serdülőkorban. L'Harmattan, Budapest. ISBN: 9789632362670</p> <p>Williams, P.G., Holmbeck, G.N., & Greenlay, R.N. (2002) Adolescent health psychology. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 70, 828-842.</p>	

¹ **Ftv. 147. §** *tanóra*: a tantervben meghatározott tanulmányi követelmények teljesítéséhez oktató személyes közreműködését igénylő foglalkozás (előadás, szeminárium, gyakorlat, konzultáció)

² pl. évközi beszámoló