

Tantárgy neve: TANM-PPM-107L	Személyiség és	Kreditszáma: 2
egészségpszichológia		
A tanóra típusa és száma: ea. 14 óra/félév		
A számonkérés módja: koll.		
A tantárgy tantervi helye (hányadik félév): 2		
levelező képzésben: 10, 20, és 40 kredit es pe-psi modul		
Előtanulmányi feltételek: <i>nincs</i>		
Tantárgy-leírás:		
<p>1. Fejlesztett kompetenciaterületek: A tanegység segíti a leendő tanárt abban, hogy</p> <ul style="list-style-type: none"> • megismerje és megértse önmaga és tanítványai személyiségét • megértse az egyének közti különbségeket, s támaszkodni tudjon az ezekben fellelhető értékekre; • felismerje, értse és kezelni tudja az egyes életkorokban jellemző testi, értelmi, érzelmi, erkölcsi és társas magatartást • képes legyen figyelembe venni a tanulók sajátos tanulási és nevelési igényeit, és elősegíteni személyiségük kibontakozását • képes legyen a pedagógiai folyamat pszichológiai szempontú értékelésére, ismerje megfelelő visszajelzések kulcsfontosságú szerepét az énkép és az önértékelés alakulásában; • képes legyen hatékony eszközök kialakítására az iskolai stresszel való megküzdés elősegítésére; • képessé váljon a különféle viselkedésszavarok felismerésére, ezek megfelelő pedagógiai kezelésére, illetve szükség esetén megfelelő szakember segítségének igénybe vételére <p>2. Főbb tematikai csomópontok:</p> <ul style="list-style-type: none"> • A komplex emberi viselkedés vizsgálata és megértése különféle nézőpontokból: a személyiség megközelítésmódjai • Az egyénre jellemző viselkedés leírása és magyarázata: vonás- és típuselméletek • A viselkedés motivációs szempontú leírása (Murray) • A személyiség mélylélektani (pszichoanalitikus) értelmezése: a tudattalan fogalma, a személyiség szerkezete és fejlődése, a viselkedés motivációja (libidóelmélet), szorongás és elhárítás, tárgykapcsolat és kötődés, neuróziselmélet. • Szociális tanulás és önszabályozás. A szociális magatartásformák elsajátítása (jutalmazás és büntetés, érzelmi jelentéstanulás, utánpótlás, empátia, azonosulás, testkép és énkép kialakulása), kompetencia, önkontroll (késleltetés, önjutalmazás, hierarchikus viselkedésszabályozás), külső- és belsőkontroll attitűd, én-hatékonyság) • Fenomenológiai-humanisztikus személyiség-megközelítés emberképe, pedagógiai és terápiás szemlélete. Énkép és önértékelés. Önmegvalósítás és önérvényesítés. Individuális és kollektív én. • Az egészséges személyiség. Ego-kontroll és ego-rugalmasság, énkép-komplexitás, illuzórikus énkép. Áramlat-élmény (flow). • Stressz és megküzdés. Érzelmi intelligencia. Szorongás és kiégés. Pszichológiai védőfaktorok, pozitív pszichológia • Tanulási-, magatartás- és személyiségzavarok, a pszichés tünetek kialakulása • Kockázatos életmód és egészségmagatartás. Egészségfejlesztő és megelőzési programok az iskolában. 		
Irodalom		
<ul style="list-style-type: none"> • Carver, Ch. S., Scheier, M. F.: <i>Személyiségpszichológia</i>. Osiris, Budapest, 1998. (Kijelölt fejezetek.) • V. Komlósi A. (1999). A személyiség értelmezései. In: Oláh A., Bugán A. (szerk.) Fejezetek a pszichológiai alapterületeiből. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest. 		

- N. Kollár Katalin, Szabó Éva (szerk.): *Pszichológia pedagógusoknak*. Osiris Kiadó, Budapest, 2004. 21. fejezet
- Demetrovics Zs. és mtsai. (szerk.). *Iskolai egészségpszichológia*. L'Harmattan, Budapest, 2007. (Pikó, Kökönyei és Nagy H, fejezetei)
- Rigó A. (1996). *A stressz. Edukációs programok*. Egészségpszichológiai előadások a Kossuth Zsuzsa Egészségügyi Szakközépiskoláa számára a Soros Alapítvány támogatásával. Kézirat.