

TARTALOM

ELŐSZÓ ELÉ (Kiss-Rigó László)	9
ELŐSZÓ (Benkő Zsuzsanna)	11
TÉKA (Prievara Dóra Katalin)	13
1. AZ EGÉSZSÉG TÖRTÉNETI ÉS MODERN MEGKÖZELÍTÉSE. AZ EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS FOGALMA, SZEMLÉLETMÓDJA (Benkő Zsuzsanna)	15
1.1. Az egészség fogalmának történelmi változásai az ókortól a 20. század végéig. Paradigmaváltás az egészségről való gondolkodásunkban	16
1.1.1. Az ókori görögök az egészség-betegségről	16
1.1.2. Az egészség az Ó- és Újszövetségi tanításokban, a Bibliában	17
1.1.3. A 19–20. század elejének egészség-betegség dichotómiájáról	19
1.1.4. Az egészség paradigmaváltásának előfutárai	19
1.1.5. Az egészségértelmezés paradigmaváltása	20
1.2. Az egészséget/egészségi állapotot befolyásoló tényezők	24
1.3. A holisztikus egészség dimenziói. Aaron Antonovsky szalutogenetikus egészség elmélete, mint az egészségfejlesztés alapja	25
1.3.1. A holisztikus egészség modell	26
1.3.2. Antonovsky útja a szalutogenetikus „Koherencia érzet” egészség modell felé	27
1.3.3. A szalutogenetikus modell	27
1.3.3.1. Általános Rezisztencia Erőforrások (ÁRE)	28
1.3.3.2. Koherencia Érzet (KÉ)	31
1.3.4. A szalutogenetikus egészség modell az egészségfejlesztés alapja	33
1.4. Egészségfejlesztés	34
1.4.1. Az egészségfejlesztés értelmezése, definíciói	34
1.4.2. Az egészségfejlesztés alapjai, irányelvei	35
1.4.3. A WHO egészségfejlesztésének fő jellemzői	37
1.4.4. Az egészségfejlesztés fő módszerei	42
1.4.4.1. Egészségképzés	42
1.4.4.2. Egészségfejlesztő szervezetfejlesztés, projektmenedzsment	44
1.4.4.3. Az önségítő csoportok egészségfejlesztő tevékenységéről	47
Ellenőrző kérdések	47
Irodalomjegyzék	48

2. A CSALÁDOK MÚLTJA ÉS JELENE (<i>Benkő Zsuzsanna és Tarkó Klára</i>)	49
2.1. A család fogalmi megközelítése	50
2.2. A család történelmi változásai	51
2.3. Szociológiai családelméletek	54
2.3.1. A harmónia és a konfliktus modell	54
2.3.2. Családi kapcsolati rendszer	56
2.4. A család támogató és veszélyeztető jellegű funkciói	59
2.5. A családi élet szakaszai	60
2.5.1. Újonnan házasodott pár, gyermek nélkül	61
2.5.2. Csecsemőt és/vagy kisgyermeket (születéstől 3 éves korig) nevelő család	62
2.5.3. Óvodáskorú (3–6 éves) gyermeket nevelő család	62
2.5.4. Iskolás (6–14 éves) gyermeket nevelő család	63
2.5.5. Serdülő (14–18 éves) gyermeket nevelő család	63
2.5.6. Felnövekedett gyermeket kibocsátó család	63
2.5.7. Magukra maradt, még aktív (dolgozó, munkahellyel rendelkező) szülők családja	64
2.5.8. Idős házaspár családja nyugdíjazás után	64
Ellenőrző kérdések	65
Irodalomjegyzék	65
3. TÁRSADALMI KÖRNYEZET ÉS KISEBBSÉGEK (<i>Tarkó Klára</i>)	67
3.1. Társadalmi alrendszerek	67
3.2. Család – kisebbség – esélyegyenlőtlenség	70
3.3. Összegzés	75
Ellenőrző kérdések	76
Irodalomjegyzék	76
4. ÉLETMÓDRÓL TUDOMÁNYOSAN A MINDENNAPOKBAN (<i>Tarkó Klára</i>) ..	79
4.1. Az életmód fogalma	79
4.2. Életmód modell	81
4.3. Életmód elemek	84
4.3.1. Kultúra, értékek, normák – hagyomány és modernitás	84
4.3.2. Hol, kikkel, miért és mit jelent?	87
4.4. Összegzés	87
Ellenőrző kérdések	88
Irodalomjegyzék	88

5. A STRESSZ ÉS A HOLISZTIKUS EGÉSZSÉG: MINDENNAPI TERHEK, JÓLESŐ IZGALMAK ÉS MEGKÜZDÉSI MÓDOK (<i>Lippai László</i>)	91
5.1. A stressz fogalmának meghatározása, tudományos vizsgálatának fontosabb irányzatai	91
5.2. A stresszt kiváltó környezeti hatások sajátosságai: a stressz mint stimulus ..	92
5.3. A stressz fiziológiai, pszichés és viselkedéses következményei: a stressz mint válasz megközelítés	93
5.4. A stressz szubjektív: tranzakcionista megközelítés	94
5.5. Egészséges stressz: létezik?	95
5.6. Alkalmazkodás a distresszhez – Általános Rezisztencia Erőforrások (ÁRE)	96
5.7. Alkalmazkodás a distresszhez – megküzdési módok	97
Ellenőrző kérdések	99
Irodalomjegyzék	100
6. A BOLDOGSÁG JELENTŐSÉGE A LELKI EGÉSZSÉG FEJLESZTÉSÉBEN (<i>Lippai László</i>)	101
6.1. A lelki egészség és a holisztikus egészségmodell	101
6.2. Leleki egészség és boldogság	102
6.3. A boldogság: érzelm vagy hangulat?	103
6.4. Leleki egészség és boldogság: hazai helyzet	105
6.5. A lelki egészségfejlesztés fogalma, célja és módszerei	107
Ellenőrző kérdések	108
Irodalomjegyzék	108
7. LELKI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS, MENTÁLHIGIÉNÉ ÉS KÖZÖSSÉGI MENTÁLHIGIÉNÉ AZ ISKOLÁBAN (<i>Kis Bernadett</i>)	111
7.1. A köznevelési intézmények és a lelki egészség	111
7.2. A mentálhigiéné irányzatai és fogalma	113
7.3. A közösségi mentálhigiéné szemlélete	116
7.4. Mentálhigiéné és lelki egészségfejlesztés az iskolában	117
Ellenőrző kérdések	120
Irodalomjegyzék	120
8. AZ ÓVODA ÉS AZ ISKOLA, MINT EGÉSZSÉGFEJLESZTŐ SZÍNTÉR: EGÉSZSÉGFEJLESZTŐ PEDAGÓGIAI MÓDSZEREK (<i>Kis Bernadett</i>)	121
8.1. A köznevelési intézmények és az egészségnevelés, egészségfejlesztés	121
8.2. A hagyományos egészségnevelés	122
8.3. A korszerű egészségnevelés	123

8.4. Az óvodai és az iskolai egészségnevelés lehetőségei	125
8.5. Az óvodai és az iskolai egészségfejlesztés szintér alapú megközelítése	126
8.6. Ajánlások a pedagógiai gyakorlat számára	128
Ellenőrző kérdések	130
Irodalomjegyzék	130
9. PEDAGÓGIAI MÓDSZEREK A KORSZERŰ EGÉSZSÉGNEVELÉS SZOLGÁLATÁBAN (<i>Mátó Veronika</i>)	133
9.1. Előadás	134
9.2. Mozaik módszer	134
9.3. Drámapedagógia	134
9.4. Projektmódszer	135
9.5. Multimédia	136
Ellenőrző kérdések	136
Irodalomjegyzék	137
10. A PEDAGÓGUS HIVATÁS ÉS A PEDAGÓGUS ETIKA KATOLIKUS ALAPELVEI (<i>Kissné Kapocsi Erzsébet</i>)	139
10.1. Az etika fogalma, tárgya és felosztása	139
10.1.1. Erkölcs, morál, etika, az etika részei, etikai irányzatok	139
10.1.2. Normatív etikai elméletek	141
10.1.3. Erkölcs és jog, erkölcs és vallás kapcsolata	143
10.2. A pedagógus hivatás és a pedagógus etika katolikus alapelvei	144
10.2.1. Hivatás és hivatásetika	144
10.2.2. A pedagógus etika mint alkalmazott hivatásetika	146
10.2.3. A katolikus vallás erkölcsi alapelvei	146
10.2.4. Pedagógus Etikai Kódex(ek)	146
10.2.5. Az Etikai Kódex szerepe, érvényessége. A hivatástudat	148
Ellenőrző kérdések	149
Irodalomjegyzék	149
11. A KERESZTÉNY ETIKA ALAPJAI (<i>Serfőző Levente</i>)	151
Ellenőrző kérdések	158
Irodalomjegyzék	159
UTÓSZÓ. TÖRTÉNETI ÁTTEKINTÉS A SZEGEKIF-RŐL (<i>Barabás Hunorné</i>)	161
KÖTETÜNK SZERZŐI	163