

Tarkó Klára – Radács Marianna – Benkő Zsolt István –
Lippai László Lajos (szerk.)

Aranymetszetben az egészség

Interdiszciplináris tanulmányok az Alkalmazott
Egészségtudományi és Környezeti Nevelés Intézet
tudományos műhelyeiből



Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó
Szeged, 2025

A kötet megjelenését támogatta
A Magyar Tudományos Akadémia Közoktatás-Fejlesztési Kutatási Programja

Lektorálta:
Dr. habil. Valkusz Zsuzsanna c. egyetemi tanár

ISBN 978-963-648-068-4 (nyomtatott)
ISBN 978-963-648-069-1 (pdf)

© Tarkó Klára, Radács Marianna, Benkő Zsolt István, Lippai László Lajos
2025

Kiadja:
Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó
Szeged, 2025

Tartalomjegyzék

ELŐSZÓ	9
<i>Lippai László, Osváth Viola, Szabó-Prievara Dóra Katalin és Tarkó Klára: A lelki egészség és - betegség határát érintő pedagógusi döntések támogatási lehetőségei az iskolai lelki egészségfejlesztés keretrendszerében.....</i>	<i>11</i>
Absztrakt	11
1. Bevezetés.....	12
2. A pedagógusok mentálhigiénés vészjelző funkciója.....	15
3. Módszertan.....	17
4. Eredmények.....	21
5. Megbeszélés	21
6. Következtetések	22
Köszönetnyilvánítás	23
Irodalomjegyzék.....	23
<i>Lipták Mónika Zoé és Tarkó Klára: Az egészséggel kapcsolatos téves elképzelések vizsgálatának alapjai leendő pedagógusok körében.....</i>	<i>28</i>
Absztrakt	28
1. Bevezetés.....	29
2. Laikus egészségfilozófia és egészséggel kapcsolatos tévképzetek	30
3. Egészséggel kapcsolatos állítások.....	32
4. Összegzés	51
Köszönetnyilvánítás	51
Irodalomjegyzék.....	51
<i>Mátó Veronika, Benkő Zsuzsanna, Tarkó Klára, Mihálka Mária és Pósa Gabriella: Gyermekvállalást befolyásoló tényezők nappali tagozatos hallgatók körében</i>	<i>67</i>
Absztrakt	67
1. Bevezetés.....	68
2. Módszertan.....	70
3. Eredmények.....	72

4. Megbeszélés	76
5. Következtetések	80
Köszönetnyilvánítás	81
Irodalomjegyzék.....	81
<i>Mihálka Mária és Mátó Veronika: A családpedagógiai tanácsadás, mint lehetséges válasz.....</i>	<i>83</i>
Absztrakt	83
1. Bevezetés.....	84
2. Családi életre nevelés megjelenése képzéseinkben.....	84
3. Családpedagógiai tanácsadó mesterképzései szak, mint lehetséges válasz	91
4. A családpedagógiai tanácsadó lehetséges szakmai feladatai, célcsoportjai	94
5. Összefoglalás.....	96
Köszönetnyilvánítás	97
Felhasznált Irodalom.....	98
<i>Osváth Viola és Kis Bernadett: A gyász sokféle arca a mentálhigiénés munkában</i>	<i>100</i>
Absztrakt	100
1. Bevezetés.....	101
2. A gyász feldolgozásának alapjai	101
3. Mentálhigiénés beavatkozási lehetőségek.....	101
4. A mentálhigiénés szakember és a kliens kapcsolata	103
5. A szakember saját veszteségei és azok kezelése.....	103
6. A közös munka lezárása.....	104
Köszönetnyilvánítás	104
Irodalomjegyzék.....	104
<i>Nádudvari Gabriella Erika és Paizs Melinda Adrienn: A Stíluskommunikátor szakirányú továbbképzési szak egészségfejlesztéssel kapcsolatos törekvéseire irányuló hatásvizsgálat</i>	<i>106</i>
Absztrakt	106
1. Bevezetés.....	106
2. A Stíluskommunikátor szakirányú továbbképzési szak bemutatása	107

3. Adatok elemzése	111
4. Következtetések	120
Köszönetnyilvánítás	121
Irodalomjegyzék.....	122
<i>Molnár Zsolt, Radács Marianna, Balla Zsolt és Gálfi Márta: A természettudomány komplexitásának tantárgypedagógiai kihívásai.....</i>	<i>123</i>
Absztrakt	123
1. Bevezetés.....	123
2. A komplex gondolkodás jelentősége a természettudományos oktatás tükrében.....	126
3. Összegzés	134
Irodalomjegyzék.....	134
<i>Benkő Zsolt István: A közlekedésből eredő zaj- és egyéb szennyezés Szegeden – 9 év mérései.....</i>	<i>138</i>
Absztrakt	138
1. Bevezetés.....	139
2. A hang és érzékelése	139
3. Mérési körülmények.....	148
4. Mérési eredmények és következtetések	150
Irodalomjegyzék.....	153
<i>Sós Katalin, Bibok Rita, Kóltty Attila, Szűcs József és Tóth Bence: Elektromágneses terek a környezetünkben, indukciótérkép felvétele.....</i>	<i>155</i>
Absztrakt	155
1. Bevezetés.....	156
2. Módszertan.....	160
3. Eredmények.....	162
4. Következtetések	168
Irodalomjegyzék.....	168
<i>Dudás Tünde: Textíliák az egészség megőrzésének szolgálatában.....</i>	<i>170</i>
Absztrakt	170
1. Bevezetés.....	171
2. Funkcionális és intelligens textíliák.....	171

3. A textíliák szerepe napjainkban	172
4. Az öltözetünkkel szemben támasztott igények	173
5. Fenntartható textilgyártás.....	181
6. Összefoglalás.....	182
Irodalomjegyzék.....	182
<i>Dürgő Hajnalka és Fazekas Martin: A 10-14 éves korosztály iskolai étkezése és táplálkozási szokásai 2022-ben</i>	<i>186</i>
Absztrakt	186
1. Bevezetés.....	187
2. Módszertan.....	190
3. Eredmények.....	190
4. Megbeszélés	196
5. Következtetések	198
Irodalomjegyzék.....	199

ELŐSZÓ

Az utóbbi évtizedekben az egészségtudományok egészségfogalma folyamatosan gazdagodott. Már nem csupán a betegség vagy a fogyatékoság hiányát jelenti, hanem az ember testi, mentális, érzelmi, spirituális, társas és társadalmi jóllétének, valamint a természeti és technológiai környezetével való egyensúlyát is. Az egészség ezért az összetett rendszerek – környezeti, társadalmi és technológiai hálózatok – metszéspontjának is tekinthető, ezért érdemes ebből az aspektusból is vizsgálni.

Az „Aranymetszetben az egészség” cím nem csupán metafora, hanem irányelv is. Az aranymetszés az arányosság, az egyensúly és az esztétikai harmónia szimbóluma – ezekre a minőségekre törekszik a kortárs tudomány is, amikor az egészséget nem elszigetelt jelenségként, hanem a fenntarthatóság, a környezeti változások és a technológiai fejlődés összefüggéseiben értelmezi. A kötet tanulmányai e komplex nézőpontból indulnak ki: különböző tudományterületek határvidékein keresik azokat a metszéspontokat, ahol az egészség középpontba állítása új felismeréseket és gyakorlati megoldásokat kínálhat.

A bemutatott kutatások az egészségtudományok, a környezettudományok, valamint a technikai innovációk különböző aspektusait vizsgálják. Közös bennük az egészségközpontú megközelítés: az az elv, hogy az emberi jóllét megőrzése és előmozdítása csak akkor lehet tartós és hatékony, ha figyelembe vesszük az embert körülvevő rendszerek hatásait is.

A kötet jelentősége a tartalmi vonatkozáson túl egy szerkezeti változásban is rejlik. 2021. július 1.-től a Szegedi Tudományegyetem Juhász Gyula Pedagógusképző Karán elindult szerkezeti változások nyomán létrejött az Alkalmazott Egészségtudományi és Környezeti Nevelés Intézet, melynek égisze alatt a holisztikus értelemben vett egészségnevelő és egészségfejlesztő szakemberképzést biztosító alap- (rekreáció és életmód BSc), mester- (mentálhigiénés közösség- és kapcsolatépítő MA), osztatlan tanár- (természettudomány-környezettan szakos tanár; technika- és tervezés-tanár) és szakirányú továbbképzéseket (egészségfejlesztő mentálhigiéné szakirányú továbbképzési szak; egészségfejlesztő mentálhigiénikus pedagógus szakvizsgára felkészítő szakirányú továbbképzési szak, stíluskommunikátor szakirányú továbbképzési

szak) nyújtó egységek munkájukat szakmai, módszertani és tudományos tekintetben átfogó ernyő alá szerveződve, racionálisabb együttműködést megvalósító szervezeti egységben végzik. Az Alkalmazott Egészségtudományi és Környezeti Nevelés Intézetén belül működő Egészségszociológia és Életmód Tanszék, Egészségpszichológia és Mentálhigiéné Tanszék, Környezet-biológia és Környezeti Nevelés Tanszék és Technika Tanszék gyümölcsöző együttműködésének eredménye a jelen kötet is, melynek szerkesztői e négy tanszék vezetői.

Bízunk benne, hogy a kötetben szereplő tanulmányok hozzájárulnak egy olyan tudományközi, interdiszciplináris párbeszédhez, amelyben az egészség nem csupán cél, hanem mérce is – egy kiegyensúlyozottabb, felelősebb és élhetőbb jövő érdekében.

Szeged, 2025. augusztus

A Szerkesztők