**MENTÁLHIGIÉNÉS TRÉNING**

**BTED413BA-K2**

**(pedagógia nev.spec.)**

**(szab.vál.)**

**2018/2019. tanév II. félév**

 **hétfő 14:00-151:30 57.terem**

|  |  |
| --- | --- |
| **témakör** | **megjegyzés** |
| február 11. | Követelmények;a mentálhigiéné-értelmezési keret |  |
|  18. | önismeret I. | Buda B.12-26.  |
|  25. | önismeret II. | Buda B. 67-78.  |
| március 4. |  empátia, kooperáció | Buda B.80-99  |
|  11. | stressz és kezelése | Buda B.128-140.  |
|  18. | asszertivitás, kommunikáció | Buda B.141-152.  |
|  25. | előítéletek, kiégés | Buda B. 189-206. |
| április 1. | KONZULTÁCIÓS HÉT |  |
|  8. | szupervízió |  |
|  15. | önsegítő csoportok | önálló feladat beadása |
|  22. | HÚSVÉT |  |
|  29. | coaching,  |  |
| május 3.  | konzultációs lehetőség |  |

**szakirodalom:**

**Bagdy Emőke** (1997): Pszichofitness. Animula K., Bp.

**Buda Béla** (2003): Az iskolai nevelés - a lélek védelmében - Az iskolai mentálhigiénéalapelvei. Nemzeti Tankönyvkiadó, Bp .

**ajánlott irodalom:**

Buda Béla (2003): A lélek egészsége. A mentálhigiéné alapkérdései. Nemzeti Tankönyvkiadó. Bp.

Gerevich József(szerk.)(1998): Közösségi mentálhigiéné. Gondolat K., Bp.

Járó Katalin(szerk.)(1999): Játszmák nélkül. Helikon K

**Követelmények:**

1. Aktív részvétel
2. szakirodalmi beszámoló
3. A felnőtté válás problémái és kihívásai (Interjú készítés végzős középiskolással vagy kezdő egyetemistával; javasolt szempontok:az interjú alany életkora, neme, tanulmányai, munkája, attitűdje; családi kapcsolataiban történő változások; kortársainak hatása; helye, szerepe a közösségekben; problémái-kihez fordul azokkal; és saját reflexiói az elhangzottakra) beadás: április 15.

Veressné dr. Gönczi Ibolya

egyetemi docens