

Inklúzív nevelés tanára tanári mesterszak
MENTÁLHIGIÉNÉ

Név:

1. Keresse meg a párját!

- | | |
|--|--|
| ①. Caplan <i>d</i> | Ⓐ. lelki egészség képlete |
| ②. Ottawai Karta <i>e</i> | Ⓑ. paradigma |
| ③. Kuhn <i>b</i> | Ⓒ. beteg, betegség, kezelés, orvos |
| ④. Első mentálhigiénés paradigma <i>c</i> | Ⓓ. preventív pszichiátia
(prevenciók célok) |
| ⑤. Horányi Béla <i>d</i> | Ⓔ. egészségfejlesztés fő területei |
| ⑥. Második mentálhigiénés paradigma <i>g</i> | Ⓕ. mentálhigiéné céljai |
| ⑦. MacDonald és O'Hara <i>a</i> | Ⓖ. kliens, probléma, konzultáció,
facilitátor |

1. <i>d</i>	2. <i>e</i>	3. <i>b</i>	4. <i>c</i>	5. <i>f</i>	6. <i>g</i>	7. <i>a</i>
-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------

2. Állapítsa meg, a felsorolt állítások IGAZ-HAMIS jellegét!

- h* 1. A lelki egészségi állapot javul ha a lelki egészség képletének számlálójában levő elemeket csökkentjük, a nevezőben lévő elemeket növeljük.
- h* 2. A második mentálhigiénés paradigma révén az egészség promóciója helyett a prevenció válik dominánssá.
- igaz* 3. Az egészség alapvetően a társadalom legkisebb egységében a családban keletkezik, a társadalom teremti meg a körülményeket az egészséges élethez.
- igaz* 4. Az első mentálhigiénés paradigma az orvosi szemléleti rendszer származéka, tudományos hátterét a kor pszichiátriájának humanizált változata biztosította.
- igaz* 5. A pszichés betegségek keletkezésének megelőzése két oldalról is lehetséges.
- hamis* 6. A másodlagos prevenció a pszichés betegségek által okozott kár csökkentésére irányul.
- hamis* 7. A WHO - Egészségügyi Világszervezet által elfogadott definíció szerint az egészség azonos a betegség hiányával.

3. Sorolja fel a lelki egészségvédelem fő feladatköreit!

1. mint: A lelki egészség megőrzése, fenntartása
- relaxáció - test; lélek ellátása; - meditáció; - fizikai aktivitás
2. mint: A lelki problémák megelőzése (prevenció)
3. mint: A lelki egészség károsítása vissza-állítása (rehabilitáció)

4. Sorolja fel a megelőzés prevenció céljait! (Copley)

1. primer prevenció: a lelki egészség erősítését, védelmét és lelki kórtalmak előfordulásának csökkentését megelőző (előmegelőzés)
2. szekunder prevenció: a már kialakult, létrejött káros állapotok időtartalmát csökkenteni
3. tercier prevenció: a pszichés betegségek által okozott káros következmények csökkentése

5. Ismertesse az elsődleges prevenció lényegét és sorolja fel annak sikkeit!

1. testi vagy mentális mint: fizikai higiéné, fizikai egészség alapja a lelki higiénének, de morális önszűrés.
(alapvető emberi szükséglet kielégítése.)
2. pszichoszociális mint: pszichoszociális igények és elvárások.
- a valóság mellett, érzelmi fejlődésnek biztosítása
- az emberi kapcsolatok, identitás, igény kielégítése, aya - gond - család
szükségletek; szükségletek teljesítése
3. megalapozott mint: a személyiség fejlődésének támogatása, a személyiség erősítése, a személyiség fejlődésének támogatása
4. ökológiai mint: a személyiség és környezetének kölcsönhatásának vizsgálata, a személyiség és környezetének kölcsönhatásának vizsgálata

6. Soroljon fel a lelki egészséget védő technikákat (max.3)!

-
-
-