



**TANTÁRGYI ADATLAP**

**MUNKAHELYI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS**

**BMEGT52S150**

# I. TANTÁRGYLEÍRÁS

## 1. ALAPADATOK

### Tantárgy neve

MUNKAHELYI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS

### Azonosító

BMEGT52S150

### A tantárgy jellege

kontaktórás tanegység

### Kurzustípusok és óraszámok

<i>Típus</i>	<i>óraszám</i>
Előadás	12
Gyakorlat	0
Laboratórium	0

### Tanulmányi

teljesítményértékelés

(minőségértékelés)

### típusa

vizsgaérdemjegy

### Kreditszám

3

### Tantárgyfelelős

*Neve* *Beosztása* *Email címe*

Dr. Kun Ágota adjunktus kun.agota@gtk.bme.hu

### Tantárgyat gondozó oktatási szervezeti egység

Ergonómia és Pszichológia Tanszék

### A tantárgy weblapja

<https://edu.gtk.bme.hu>

### A tantárgy oktatásának nyelve

magyar - HU

### A tantárgy tantervi szerepe, ajánlott féléve

Szak: **Munka és szervezet szakpszichológus 2010**

Tantárgy szerepe: **Kötelező törzsanyag**

Ajánlott félév: **1**

---

### Közvetlen előkövetelmények

*Erős* Nincs

*Gyenge* Nincs

*Párhuzamos* Nincs

*Kizáró feltételek* Nincs

### A tantárgyleírás érvényessége

Jóváhagyta a Gazdaság- és Társadalomtudományi Kar Kari Oktatási Bizottsága (Érvényes: 2021.09.06-tól).

## 2. CÉLKITŰZÉSEK ÉS TANULÁSI EREDMÉNYEK

### Célkitűzések

A kurzus célja elméleti oldalról a munkahelyi egészségfejlesztés kérdéskörének és aktualitásának áttekintése, a munkahelyi környezetben megjelenő tipikus, egészség-kockázatot jelentő tényezők számbavétele, valamint a munkahelyi egészség megőrzésének, fejlesztésének, pszichológia eszközökkel támogatott módszereinek megismerése. A munkahelyi egészségfejlesztés mellett a tárgy keretein belül a munkahelyi, pszichés jóllét legfontosabb kérdéskörei is tárgyalásra kerülnek, valamint a pszichoszociális kockázattértékelés és a munkahelyi stressz témája is tárgyalásra kerül.

### Tanulmányi eredmények

Tudás

1. ismeri a munkahelyi egészség és egészségfejlesztés fogalomrendszerét, elméleteit, magyarázó modelljeit, és a munkahelyi tényezőkkel való összefüggéseit,
2. ismeri az egészségfejlesztés és a munkahelyi egészségfejlesztés alapvető módszereit,
3. ismeri a munkahelyi egészségfejlesztési programok kialakításának elméleti keretrendszerét, lépéseit, ab-ba integrálható módszereit
4. ismeri a munkahelyi egészségfejlesztés folyamatában a munka és szervezetpszichológus lehetséges szerepkörét és feladatait.

Képesség

1. Képes önállóan munkahelyi egészségfejlesztő programokat megtervezni, kialakítani és lebonyolítani,
2. képes önállóan munkahelyi egészséget, stresszt és jóllétet felmérő eszközöket megtervezni és alkalmazni,
3. képes a munkahelyi jóllét programok tartalmi elemeit meghatározni, programot tervezni és lebonyolítani,
4. képes önállóan mérőeszközöket kialakítani és interjúkat, fókuszcsoportokat, workshopokat megtervezni és lebonyolítani,
5. képes üzleti ajánlatot írni, ártervezetet kialakítani szervezetek számára.

Attitűd

1. Nyitott a szakterület szakmai ismereteinek elsajátítására, megismerésére és hiteles közvetítésére,
2. törekszik a pszichológiai tudását a gyakorlatba integrálni,
3. tudatosan tervez és épít szakmai kapcsolatokat,
4. törekszik arra, hogy a megszerzett ismereteket és az elsajátított készségeket magabiztosan és hatékonyan alkalmazza mások fejlődése, fejlesztése érdekében,
5. hitelesen és etikusan képviseli és műveli az elsajátított elméleti és gyakorlati ismereteit.

Önállóság és felelősség

1. Konstruktívan és megoldás-központúan gondolkodik az elsajátított pszichológiai ismeretek, eszközök és gyakorlatok felhasználásával,
2. a tanult ismeretek alkalmazásával képes különböző tartalmú szervezeti programok megtervezésére, ki-alakítására és lebonyolítására,
3. gondolkodásában a rendszerelvű megközelítést alkalmazza szervezeti közegre adaptálva,
4. képes felelősséget vállalni az általa kialakított programok szakmai tartalmáért,
5. együttműködik hallgatótársaival a félévközi feladatok csoportos megoldásában.

### Oktatásmódszertan

Előadások, kommunikáció írásban és szóban, IT eszközök és technikák használata, interaktív óraközi, valamint önállóan és csoportmunkában készített feladatok.

### Tanulástámogató anyagok

- Juhász, Á. (2002). Munkahelyi stressz, munkahelyi egészségfejlesztés. Oktatási segédanyag. Budapest: Munka- és szervezetpszichológia szakképzés. <http://www.munkahelyiegeszsegfejlesztes.hu/docs/doc2.pdf>
- Kapás, Zs. (2004): Egészséges munkavállaló a munkahelyen, OEFI, Budapest
- Ewles, L., Simnett, I. (1999): Egészségfejlesztés gyakorlati útmutató, Medicina Kiadó, Budapest
- Grossmann, R., Scala, K. (2004): Egészségfejlesztés és szervezetfejlesztés, JGYTF Kiadó, Szeged
- Helman, C. G. (1998): Kultúra, egészség és betegség. Melania Kiadó Kft., Budapest
- Európai Munkahelyi Biztonsági és Egészségvédelmi Ügynökség, 2007. Kutatás a munkahelyi stressz té-mában. Összefoglaló egy európai felmérésről. [https://osha.europa.eu/hu/node/7091/file\\_view](https://osha.europa.eu/hu/node/7091/file_view)
- A. Kun, 2013. Health, stress, well-being and positive affectivity. In: Soós Juliánna Katalin, Szerk.: Takács Idikó Psychology. Budapest: Typotex Kiadó.

# II. TANTÁRGYKÖVETELMÉNYEK

## A TANULMÁNYI TELJESÍTMÉNY ELLENŐRZÉSE ÉS ÉRTÉKELÉSE

### Általános szabályok

A 2.2. pontban megfogalmazott tanulási eredmények értékelése projekt dolgozat értékelésével történik.

### Teljesítményértékelési módszerek

A. Szorgalmi időszakban végzett teljesítményértékelések részletes leírása: 1. Részteljesítmény értékelés (házi feladat): a tantárgyi tudás, képesség, attitűd, valamint önállóság és felelősség típusú kompetenciaelemeinek komplex értékelési módja, melynek megjelenési formája a kiscsoportosan készített gyakorlati feladat; a feladat tartalmát, követelményeit, beadási határidejét értékelési módját az oktató határozza meg. 2. Összegző teljesítményértékelés: zárthelyi dolgozat – a félév során tárgyalt témakörök ismereteinek számonkérése, a tudás tesztelése.

### Szorgalmi időszakban végzett teljesítményértékelések részaránya a minősítésben

- Részteljesítmény értékelés (házi feladat): 50%
- Összegző teljesítmény értékelés (zh): 50%
- összesen: 100%

### Vizsgaelemek részaránya a minősítésben

### Az aláírás megszerzésének feltétele, az aláírás érvényessége

### Érdemjegy-megállapítás

Jeles	
Jeles	85–100
Jó	70–85
Közepes	55–70
Elégséges	40–55
Elégtelen	< 40

### Javítás és pótlás

1) A zárthelyi dolgozat a szorgalmi időszak utolsó hetében tartott pót ZH és a pótlási héten tartott pótpót ZH alkalommal pótolható. 2) A házi feladat – szabályzatban meghatározott díj megfizetése mellett – késedelmesen a pótlási időszak utolsó napján 16:00 óráig adható be vagy elektronikus formában 23:59-ig küldhető meg. 3) A beadott és elfogadott házi feladat a 2) pontban megadott határidőig és módon díjmentesen javítható. 4) Az összegző tanulmányi teljesítményértékelés a pótlási időszakban – első alkalommal – díjmentesen pótolható vagy javítható. Javítás esetén a korábbi és az új eredmény közül a hallgató számára kedvezőbbet vesszük figyelembe. 5) Amennyiben az 4) pont szerinti pótlással sem tud a hallgató elégtelentől különböző érdemjegyet szerezni, úgy – szabályzatban meghatározott díj megfizetése mellett – második alkalommal, összevont formában ismételt kísérletet tehet a sikertelen első pótlás javítására.

### A tantárgy elvégzéséhez szükséges tanulmányi munka

részvétel a kontakt tanórákon

kiscsoportos feladat elkészítése

kijelölt írásos tananyag önálló elsajátítása

vizsgafelkészülés

összesen

### A tantárgykövetelmények jóváhagyása és érvényessége

2017 előtti, következő felülvizsgálat 2021. szeptember.

# III. RÉSZLETES TANTÁRGYTEMATIKA

## TEMATIKAI EGYSÉGEK ÉS TOVÁBBI RÉSZLETEK

### A félévben sorra vett témák

A 2.2. pontban megfogalmazott tanulási eredmények eléréséhez a tantárgy a következő tematikai blokkokból áll. Az egyes félévekben meghirdetett kurzusok sillabuszaiban e témaelemeket ütemezzük a naptári és egyéb adottságok szerint.

- 1 Az egészségfejlesztés története, értelmezése, fogalmi rendszere és stratégiája. Az egészségfejlesztés helye a munkával összefüggésben.
- 2 A munkahelyi egészségfejlesztés alapja, az egészségfejlesztési stratégia helye a munkahelyen. Az egészségfejlesztés alapelvei a munkahelyeken.
- 3 Az egészséget befolyásoló munkahelyi faktorok feltárása, munkahelyi egészségtérkép, állapot felvázolása. Az egészség-esélyegyenlőség kérdése a munkahelyen.
- 4 Munkahelyi egészségfejlesztési programok kialakítása, tartalma, módszerei, eszközei.
- 5 A munkapszichológus szerepe, eszközei az egészségfejlesztésben.
- 6 A sikeres programok feltételei és sikerkritériumai. Legjobb gyakorlatok, esettanulmányok.
- 7 A pszichés jóllét fogalma, értelmezése, megközelítései. A jóllét dinamikus és interaktív modelljei. A jóllét fogalma más fogalmakhoz képest (jóllét, elégedettség, boldogság, életminőség, stb.). A szubjektív jóllét megközelítésének nézőpontjai. A PERMA modell.
- 8 A munkahelyi jóllét értelmezésének lehetőségei, magyarázó modelljei. A munkahelyi jóllét területei és az azt megalapozó tényezők. A jóllétet fokozó megközelítések és módszerek. Munkahelyi jóllét programok kialakításának lépései, tartalmi elemei és módszerei.
- 9 Szervezeti jóllét. A szervezeti jóllét és a kultúra kapcsolata. Gondoskodó kultúra, gondoskodó vezető. A szervezeti jóllét növelésének lehetséges megközelítései, gyakorlata, eszközei. Szervezeti jóllétet célzó programok kialakításának alapjai.

### További oktatók

### A tantárgykövetelmények jóváhagyása és érvényessége

A Tantárgyi adatlap I. és II. részén túli III. részét az érintett szak(ok) szakfelelőse(i)vel való egyeztetés alapján az 1.8. pontban megjelölt Ergonómia és Pszichológia Tanszék vezetője hagyja jóvá.