

Spis treści

Przedmowa

CZĘŚĆ I. PODSTAWY TEORETYCZNE I METODYCZNE EDUKACJI ZDROWOTNEJ

Rozdział 1. Zdrowie – podstawowe pojęcie w edukacji zdrowotnej

- 1.1. Definiowanie zdrowia i choroby – Barbara Woynarowska
 - 1.1.1. Profesjonalne i potoczne definiowanie zdrowia
 - 1.1.2. Zdrowie jako kategoria pozytywna
 - 1.1.3. Definiowanie choroby
- 1.2. Modele zdrowia – Barbara Woynarowska
 - 1.2.1. Biomedyczny model zdrowia
 - 1.2.2. Holistyczne podejście do zdrowia
 - 1.2.3. Model salutogenezy
- 1.3. Zdrowie jako wartość i zasób dla jednostki oraz zasób dla społeczeństwa – Barbara Woynarowska
 - 1.3.1. Zdrowie jako wartość
 - 1.3.2. Zdrowie jako zasób dla jednostki i społeczeństwa, prawo do zdrowia
- 1.4. Zdrowie publiczne i zdrowie globalne – Joanna Mazur
 - 1.4.1. Zdrowie publiczne a medycyna kliniczna
 - 1.4.2. Zakres działań zdrowia publicznego
 - 1.4.3. Zdrowie globalne
- 1.5. Mierniki zdrowia – Joanna Mazur
 - 1.5.1. Źródła danych i typy mierników zdrowia
 - 1.5.2. Obszary tematyczne w systemach mierników zdrowia
- 1.6. Jakość życia związana ze zdrowiem i metody jej pomiaru – Joanna Mazur
 - 1.6.1. Podstawowe definicje, modele i metody pomiaru jakości życia związanej ze zdrowiem
 - 1.6.2. Specyfika badania jakości życia związana ze zdrowiem u dzieci i młodzieży

Rozdział 2. Czynniki warunkujące zdrowie

- 2.1. Modele czynników warunkujących zdrowie – Barbara Woynarowska
 - 2.1.1. Koncepcja pól zdrowia
 - 2.1.2. Mandala zdrowia
 - 2.1.3. Tęcza polityki – społeczny model czynników warunkujących zdrowie
- 2.2. Psychologiczne zasoby sprzyjające zdrowiu – Nina Ogińska-Bulik
 - 2.2.1. Poczucie własnej wartości
 - 2.2.2. Poczucie własnej skuteczności
 - 2.2.3. Optymizm
 - 2.2.4. Poczucie koherencji
 - 2.2.5. Umiejscowienie kontroli zdrowia
 - 2.2.6. Prężność psychiczna
- 2.3. Styl życia i zachowania zdrowotne – Barbara Woynarowska
 - 2.3.1. Prozdrowotne style życia
 - 2.3.2. Zachowania związane ze zdrowiem
 - 2.3.3. Charakterystyka wybranych zachowań prozdrowotnych i zachowań ryzykownych u ludzi dorosłych
- 2.4. Wsparcie społeczne a zdrowie – Agnieszka Małkowska-Szcutnik
 - 2.4.1. Definicje, rodzaje, źródła i wybrane techniki pomiaru wsparcia społecznego
 - 2.4.2. Kapitał społeczny a zdrowie
- 2.5. Czynniki społeczno-ekologiczne warunkujące zdrowie i dobre przystosowanie – Krzysztof Ostaszewski
 - 2.5.1. Koncepcja resilience – podejście społeczno-ekologiczne
 - 2.5.2. Czynniki i mechanizmy powiązane z resilience

2.6. Czynniki społeczno-ekonomiczne warunkujące zdrowie, nierówności społeczne i nierówności w zdrowiu – Joanna Mazur

2.7. Opieka zdrowotna – Barbara Woynarowska

Rozdział 3. Dbałość ludzi o zdrowie – Barbara Woynarowska

3.1. Niektóre uwarunkowania dbałości o zdrowie

3.1.1. Odpowiedzialność za zdrowie

3.1.2. Świadomość zdrowotna a dbałość o zdrowie

3.2. Bierność wobec zdrowia i opór zdrowotny

3.3. Healthism – nadmierna koncentracja na zdrowiu

Rozdział 4. Terminologia, cele i koncepcje współczesnej edukacji zdrowotnej – Barbara Woynarowska

4.1. Nazwy i definicje edukacji zdrowotnej

4.1.1. Nazwy i ich ewolucja

4.1.2. Definicje edukacji zdrowotnej

4.2. Cele i oczekiwane efekty edukacji zdrowotnej

4.3. Modele i koncepcje edukacji zdrowotnej

4.3.1. Wybrane modele edukacji zdrowotnej

4.3.2. Edukacja zdrowotna ukierunkowana na rozwijanie umiejętności życiowych

4.3.3. Edukacja zdrowotna ukierunkowana na zwiększanie alfabetyzmu zdrowotnego

4.3.4. Edukacja zdrowotna w perspektywie salutogenetycznej

4.3.5. Demokratyczna/środowiskowa edukacja zdrowotna

Rozdział 5. Edukacja zdrowotna w terapii, profilaktyce chorób i innych problemów zdrowotnych oraz w promocji zdrowia

5.1. Edukacja zdrowotna w terapii chorób – Mirosława Cyłkowska-Nowak

5.1.1. Edukacja terapeutyczna, edukacja pacjenta

5.1.2. Praca edukacyjna z rodziną lub opiekunami pozarodzinnymi osoby chorej

5.2. Edukacja zdrowotna w profilaktyce chorób i zachowań ryzykownych dla zdrowia – Krzysztof Ostaszewski

5.2.1. Miejsce profilaktyki w działaniach na rzecz zdrowia

5.2.2. Typologie poziomów profilaktyki i ich miejsce w edukacji zdrowotnej

5.3. Edukacja zdrowotna jako kluczowy komponent promocji zdrowia – Barbara Woynarowska

5.3.1. Geneza i definicje promocji zdrowia

5.3.2. Strategia i podejścia w promocji zdrowia

5.3.3. Modele promocji zdrowia

Rozdział 6. Teorie i modele wykorzystywane w edukacji zdrowotnej – Barbara Woynarowska

6.1. Teorie/modeli zmiany zachowań

6.2. Modele planowania programów promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej

Rozdział 7. Etyczne aspekty edukacji zdrowotnej – Barbara Woynarowska

Rozdział 8. Rola i kompetencje osób prowadzących edukację zdrowotną – Barbara Woynarowska, Magdalena Woynarowska-Sołdan

Rozdział 9. Metodyka edukacji zdrowotnej

9.1.1. Etapy planowania programu edukacji zdrowotnej

9.1.2. Ewaluacja programu edukacji zdrowotnej

9.1.3. Planowanie poszczególnych zajęć

9.1.4. Ocena jakości programu edukacji zdrowotnej

9.2. Planowanie i przebieg procesu uczenia się pacjentów – Mirosława Cyłkowska-Nowak

9.3. Komunikowanie w procesie edukacji zdrowotnej – Mirosława Cyłkowska-Nowak

9.3.1. Komunikat i jego zawartość informacyjna

9.3.2. Argumentacja na rzecz zdrowia i dyskutowanie kwestii trudnych

9.3.3. Perswazja w konstruowaniu przekonań zdrowotnych

9.3.4. Subkody komunikacji pozawerbalnej

9.3.5. Skuteczność komunikacji a aspekty etyczne

9.4. Metody kształcenia w edukacji zdrowotnej – Magdalena Woynarowska-Sołdan

- 9.4.1. Metoda kształcenia: ustalenia definicyjne
- 9.4.2. Rodzaje metod kształcenia i kryteria ich doboru
- 9.4.3. Aktywizujące metody i techniki kształcenia
- 9.4.4. Charakterystyka wybranych metod i technik aktywizujących
- 9.4.5. Metody podające w edukacji zdrowotnej
- 9.5. Organizacja, warunki fizyczne i klimat psychospołeczny zajęć edukacji zdrowotnej – Magdalena Woynarowska-Sołdan
 - 9.5.1. Zajęcia w grupie
 - 9.5.2. Edukacja pojedynczych osób
- Rozdział 10.** Technologie informacyjne w edukacji zdrowotnej – Mirosława Cyłkowska-Nowak, Ewelina Wierzejska
 - 10.1. Technologia informacyjna – zasoby i możliwości potencjalnie przydatne w edukacji zdrowotnej
 - 10.2. Edukacja zdrowotna, technologie informacyjne i nowe media a zmiana pokoleniowa
 - 10.3. Zastosowanie technologii informacyjnych w sferze opieki zdrowotnej
 - 10.4. Internet jako przestrzeń zastosowań edukacyjnych na rzecz zdrowia
 - 10.5. Przykłady praktyk edukacji zdrowotnej z zastosowaniem technologii informacyjnej
 - 10.6. Wyzwania i kontrowersje dotyczące użytkowania technologii informacyjnych
- Rozdział 11.** Edukacja zdrowotna w różnych siedliskach
 - 11.1. Edukacja zdrowotna w rodzinie – Izabela Tabak
 - 11.1.1. Edukacja zdrowotna dzieci i młodzieży w rodzinie
 - 11.1.2. Edukacja zdrowotna dorosłych członków rodziny
 - 11.2. Edukacja zdrowotna w przedszkolu – Barbara Woynarowska
 - 11.2.1. Przedszkole jako siedlisko do realizacji edukacji zdrowotnej
 - 11.2.2. Właściwości rozwojowe dzieci w wieku przedszkolnym a edukacja zdrowotna
 - 11.2.3. Edukacja zdrowotna w podstawie programowej wychowania przedszkolnego
 - 11.3. Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia w szkole – Barbara Woynarowska
 - 11.3.1. Edukacja zdrowotna w podstawie programowej kształcenia ogólnego
 - 11.3.2. Czynniki wspierające i bariery w realizacji edukacji zdrowotnej w szkole
 - 11.3.3. Szkoła promująca zdrowie
 - 11.4. Edukacja w szpitalu i przychodni – Rafał Staszewski, Mirosława Cyłkowska-Nowak
 - 11.4.1. Edukacja w procesie hospitalizacji
 - 11.4.2. Szpitalna edukacja organizacyjna
 - 11.4.3. Edukacja terapeutyczna w szpitalu
 - 11.4.4. Edukacja na rzecz zaangażowania pacjenta
 - 11.4.5. Edukacja zdrowotna w szpitalu
 - 11.4.6. Edukacja zdrowotna i terapeutyczna w praktyce podstawowej opieki zdrowotnej

CZĘŚĆ II. WYBRANE OBSZARY TEMATYCZNE W EDUKACJI ZDROWOTNEJ DZIECI I MŁODZIEŻY

Wprowadzenie

Rozdział 1. Okres dzieciństwa i dorastania w kontekście potrzeb i realizacji edukacji zdrowotnej – Barbara Woynarowska, Agnieszka Małkowska-Szcutnik

- 1.1. Koncepcja zdrowia dzieci i młodzieży
- 1.2. Wybrane czynniki wpływające na zdrowie dzieci i młodzieży
- 1.3. Prawidłowości rozwoju dzieci i młodzieży a realizacja edukacji zdrowotnej

Rozdział 2. Edukacja zdrowotna dzieci i młodzieży z chorobami przewlekłymi – Mirosława Cyłkowska-Nowak, Barbara Woynarowska, Magdalena Woynarowska-Sołdan

- 2.1. Definicja i częstość występowania chorób przewlekłych u dzieci i młodzieży w Polsce
- 2.2. Fazowy charakter choroby przewlekłej
 - 2.2.1. Faza przeddiagnostyczna
 - 2.2.2. Faza wczesnego przystosowania się do choroby
 - 2.2.3. Naprzemienne fazy różnie nasilonego chorowania
 - 2.2.4. Faza przedterminalna

- 2.2.5. Faza radzenia sobie ze stratą
- 2.3. Edukacja zdrowotna dzieci i młodzieży z chorobami przewlekłymi w rodzinie
 - 2.3.1. Zmiany w życiu rodziny dziecka z chorobą przewlekłą
 - 2.3.2. Potrzeby i cele edukacji zdrowotnej dzieci i młodzieży z chorobami przewlekłymi w rodzinie
- 2.4. Edukacja dzieci i młodzieży z chorobami przewlekłymi w szkole i miejsce w niej edukacji zdrowotnej
 - 2.4.1. Funkcjonowanie uczniów z chorobami przewlekłymi w szkole
 - 2.4.2. Specjalne potrzeby edukacyjne dzieci i młodzieży z chorobami przewlekłymi
 - 2.4.3. Edukacja zdrowotna uczniów z chorobami przewlekłymi w szkole

Rozdział 3. Edukacja zdrowotna dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną – Dorota Danielewicz

- 3.1. Stopnie niepełnosprawności intelektualnej oraz współistniejące problemy społeczne i zdrowotne
- 3.2. Specyfika edukacji zdrowotnej dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną
 - 3.2.1. Rola i zadania rodziców
 - 3.2.2. Zadania szkoły
- 3.3. Edukacja seksualna dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną
- 3.4. Program promocji zdrowia psychicznego

Rozdział 4. Edukacja do dbałości o ciało – Barbara Woynarowska

- 4.1. Postrzeganie ciała we współczesnym świecie
- 4.2. Uczenie się dbałości o ciało w dzieciństwie i okresie dorastania
 - 4.2.1. Regularne mycie rąk
 - 4.2.2. Dbłość o zęby
 - 4.2.3. Samokontrola masy ciała
 - 4.2.4. Samobadanie piersi i jąder
 - 4.2.5. Ochrona przed nadmiernym nasłonecznieniem
 - 4.2.6. Korzyści i zagrożenia związane z upiększaniem ciała

Rozdział 5. Edukacja do zdrowia psychicznego

- 5.1. Rozwijanie wybranych psychologicznych zasobów dla zdrowia – Izabela Tabak
 - 5.1.1. Poczucie własnej wartości
 - 5.1.2. Poczucie własnej skuteczności
 - 5.1.3. Optymizm
- 5.2. Edukacja pozytywna – uczenie się dobrostanu – Izabela Tabak
 - 5.2.1. Koncepcja psychologii pozytywnej i dobrostanu
 - 5.2.2. Uczenie się dobrostanu
- 5.3. Rozwijanie umiejętności życiowych – Magdalena Woynarowska-Sołdan
 - 5.3.1. Powody zainteresowania umiejętnościami życiowymi
 - 5.3.2. Definicja i rodzaje umiejętności życiowych
 - 5.3.3. Edukacja zdrowotna ukierunkowana na rozwijanie umiejętności życiowych dzieci i młodzieży
- 5.4. Poszukiwanie, przyjmowanie i dawanie wsparcia – Agnieszka Małkowska-Szcutnik
 - 5.4.1. Wybrane czynniki kształtujące relacje społeczne
 - 5.4.2. Rodzaje wsparcia społecznego dla dzieci i młodzieży
 - 5.4.3. Proces poszukiwania i przyjmowania wsparcia społecznego i jego uwarunkowania
 - 5.4.4. Uwarunkowania związane z dawaniem wsparcia społecznego
 - 5.4.5. Rozwijanie umiejętności poszukiwania, przyjmowania i dawania wsparcia

Rozdział 6. Edukacja żywieniowa

- 6.1. Zasady prawidłowego żywienia – Halina Weker
 - 6.1.1. Organizacja posiłków
 - 6.1.2. Dobór produktów w całodziennej diecie
 - 6.1.3. Zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze
 - 6.1.4. Inne czynniki wpływające na sposób żywienia dzieci i młodzieży
- 6.2. Rozwijanie preferencji smakowych – Halina Weker
- 6.3. Czynniki warunkujące wybory żywieniowe – Barbara Woynarowska

- 6.4. Edukacja żywieniowa – definicje, cele, fazy, adresaci – Barbara Woynarowska
- 6.5. Specyfika edukacji żywieniowej dzieci i młodzieży – Barbara Woynarowska
 - 6.5.1. Okres niemowlęcy
 - 6.5.2. Okres przedszkolny
 - 6.5.3. Młodszy wiek szkolny
 - 6.5.4. Okres adolescencji
- 6.6. Edukacja żywieniowa dzieci i młodzieży w rodzinie, przedszkolu i szkole – Barbara Woynarowska
 - 6.6.1. Rodzina
 - 6.6.2. Przedszkole
 - 6.6.3. Szkoła

Rozdział 7. Edukacja do zwiększenia aktywności fizycznej – Hanna Nałęcz

- 7.1. Podstawowe pojęcia, metody pomiaru i rekomendacje dotyczące aktywności fizycznej dla zdrowia
 - 7.1.1. Cechy aktywności fizycznej
 - 7.1.2. Pomiar aktywności fizycznej
 - 7.1.3. Rekomendacje dotyczące aktywności fizycznej dla zdrowia
- 7.2. Aktywność fizyczna w dzieciństwie i okresie dorastania
 - 7.2.1. Zmiany poziomu aktywności fizycznej w dzieciństwie i w okresie dorastania
 - 7.2.2. Czynniki wpływające na poziom aktywności fizycznej dzieci i młodzieży
- 7.3. Edukacja do zwiększenia aktywności fizycznej w różnych okresach dzieciństwa i dorastania
 - 7.3.1. Okres niemowlęcy i poniemowlęcy
 - 7.3.2. Okres przedszkolny
 - 7.3.2. Młodszy wiek szkolny
 - 7.3.4. Okres dorastania

Rozdział 8. Edukacja do bezpieczeństwa – Marta Malinowska-Cieślak, Barbara Woynarowska

- 8.1. Podstawowe pojęcia
- 8.2. Częstość występowania urazów w populacji dzieci i młodzieży w Polsce
- 8.3. Przyczyny wypadków urazowych u dzieci i młodzieży
- 8.4. Strategie w prewencji urazów i promocji bezpieczeństwa
- 8.5. Edukacja do bezpieczeństwa w różnych okresach wieku rozwojowego
 - 8.5.1. Wczesne dzieciństwo – edukacja rodziców i opiekunów dzieci
 - 8.5.2. Wiek przedszkolny
 - 8.5.3. Młodszy wiek szkolny
 - 8.5.4. Okres dojrzewania płciowego i dorastania

Rozdział 9. Edukacja do zdrowia seksualnego – Alicja Długołęcka

- 9.1. Koncepcja zdrowia seksualnego w fazach życia człowieka
- 9.2. Edukacja seksualna dzieci przed okresem dojrzewania
 - 9.2.1. Okres przedszkolny
 - 9.2.2. Okres wczesnoszkolny
- 9.3. Edukacja seksualna nastolatków
 - 9.3.1. Młodzież w wieku 12–15 lat
 - 9.3.2. Młodzież w wieku 16–18 lat
- 9.4. Edukacja seksualna młodych dorosłych
- 9.5. Przygotowanie rodziców i nauczycieli do prowadzenia edukacji seksualnej

Rozdział 10. Edukacja w zapobieganiu zachowaniom ryzykownym – Krzysztof Ostaszewski

- 10.1. Struktura zachowań problemowych i ryzykownych dzieci i młodzieży
 - 10.1.1. Zachowania problemowe
 - 10.1.2. Zachowania ryzykowne
 - 10.1.3. Rozpowszechnienie zachowań ryzykownych
- 10.2. Obiecujące strategie edukacyjne w profilaktyce zachowań ryzykownych
 - 10.2.1. Strategia informacyjna: jak dbać o jej sensowność?
 - 10.2.2. Edukacja normatywna

- 10.2.3. Edukacja rówieśnicza
- 10.2.4. Psychoedukacja
- 10.2.5. Edukacja w grupach ryzyka
- 10.3. Edukacja rodziców nauczycieli i opiekunów młodzieży
- 10.4. Kontrowersyjne nurty w zapobieganiu zachowaniom ryzykownym

Rozdział 11. Edukacja do bycia aktywnym pacjentem – Magdalena Woynarowska-Sołdan, Barbara Woynarowska

- 11.1. Znaczenie aktywności pacjenta
- 11.2. Rozumienie pojęcia „aktywny pacjent”
- 11.3. Uczucie się roli aktywnego pacjenta przez dzieci i młodzież
- 11.4. Bariery w pełnieniu roli aktywnego pacjenta przez młodzież

Bibliografia

Indeks nazwisk

Indeks rzeczowy

O Autorach