

Beszámoló a Selye Magatartástudományi Társaság 2015. évi tevékenységeiről

A TÁRSASÁGRÓL

A Selye János Magyar Magatartástudományi és Magatartásorvoslási Társaság 1994-ben alakult, 1998 óta tagja a Nemzetközi Magatartásorvoslási Társaságnak (ISBM, International Society of Behavioral Medicine).

A Társaság jelenlegi vezetősége:

Elnök: Stauder Adrienne
Elnökhelyettes: Novák Márta
Főtitkár: Susánszky Éva
Pénztáros: Salavecz Gyöngyvér
Elnökségi tagok: Túry Ferenc, Sándor Imola,
Honlapok: www.selyesociety.hu, www.eletkeszsegek.hu, www.munkahelyistresszkerdoiv.hu,
www.munkahelyistresszinfo.hu

A TÁRSASÁG ALAPTEVÉKENYSÉGEI

Alaptevékenységünknek megfelelően, **egészségnevelő, egészségmegőrző programokat** valósítunk meg, melyek fő célja a stresszel való jobb megküzdés. A Társaság aktív szerepet vállal a hazai és nemzetközi tudományos és szakmai közéletben.

2015 BEN MEGVALÓSULT PROGRAMOK

STRESSZCSÖKKENTŐ, EGÉSZSÉGMEGŐRZŐ, MAGATARTÁSORVOSLÁSI BEAVATKOZÁSOKAT VALÓSÍTOTTUNK MEG:

- A Williams Életkészségek (WÉK) program 2015-ben is sikeresen futott, 48 WÉK alaptréning valósult meg a Selye Társaság szakmai felügyeletével, külső partnerek együttműködésével, melyekben közel 400 fő vett részt.
- A WÉK már a határon túli magyarság körében is érdeklődésre tart számot. 2015-ben Marosvásárhelyen Susánszky Éva és Kiss Zoltán tartottak WÉK alapképzést, majd facilitátor képzést, melyen az alapképzést elvégzők közül 8 fő szakember vett részt és közülük heten oklevelet szerveztek és tartanak is képzéseket.
- Czeglédi Edit által tartott DUCI-WÉK stresszkezelő program „érzelmi evőknek” csoportok egész évben nagy sikerrel futottak, 6 csoportban (ebből egy speciálisan súlyfelesleggel küzdőket segítő szakembereknek tartott csoport volt) 65 fő vett részt. A DUCI-WÉK-kel kapcsolatos tapasztalatokat Edit tudományos közlemények formájában is megosztotta, az Orvosi Hetilapban jelent meg cikke (részletek tudományos tevékenységnél) és a témában 2 előadást tartott: a XIV. Magatartástudományi Napokon (Pécs, 2015. június 11-12.) és a 5th Central European Congress on Obesity konferencián (Budapest, 2015. október 1-3.)
- Stauder Adrienne szívinfarktuson átesett vagy szívritmus zavarral kezelt szívbetegeknek tartott WÉK tréninget. Kérdőíves hatékonyság vizsgálat folyamatban van.
- Munkahelyi stresszkezelő tréningeket tartottunk a munkahelyi pszichoszociális kockázat csökkentése érdekében: 14 egynapos, 2 kétnapos munkahelyi tréninget tartottunk, kb. 160 fő vett részt a képzéseken.
- **WÉK Önálló tanulási program** (DVD és munkafüzet): stresszkezelő programunk önsegítő változata iránt is folyamatosan van igény.

SAKMAI TOVÁBBKÉPZÉSEKET SZERVEZTÜNK A SE MAGATARTÁSTUDOMÁNYI INTÉZETTEL EGYÜTTMŰKÖDÉSSEN, MELYEKEN ÖSSZESEN 120 SZAKEMBER VETT RÉSZT

- Stresszkezelés elmélete és gyakorlata (WÉK CME): 2015. április 24-25 és december 4-5.
- Kiegészítő kezelő tréning egészségügyi dolgozóknak (CME): 2015. március 7 és október 11.
- Interperszonális pszichoterápia alapjai (CME): 2015. március 31.
- A munkahelyi pszichoszociális kockázattértékelés és kockázatkezelés lehetőségei. 2015. március 12.

- **WÉK Facilitátorképzés és szupervízió:**

2015-ben 3 Facilitátor képzésen, összesen 21 résztvevő fejezte be az elméleti részt.

WÉK Facilitátoroknak egész napos belső továbbképzés, szupervízió: 4 alkalommal

KORÁBBI PÁLYÁZATOK EREDMÉNYEINEK FENNTARTÁSA

Tudományos ismeretterjesztő tevékenységünk széles rétegeket elért.

- Az Egyesületünk által létrehozott (OMMF-11-0104 pályázat) majd tovább működtetett online kérdőív www.munkahelyistresszkerdoiv.hu szerepel a Nemzeti Munkaügyi Hivatal szakmai ajánlásában, mint a munkahelyi pszichoszociális kockázat felmérésére szakmailag ajánlott eszközre. A kérdőívet több ezren töltötték ki.
- Az Egyesületünk által működtetett információs oldalt www.munkahelyistresszinfo.hu is sokan keresték fel, innen elérhetőek az Egyesület oktatófilmjei is "A stressz kétszer: Stresszkezelés a munkahelyen." 1. rész: <http://www.youtube.com/watch?v=G4PON0VUNxg> 2. rész: <http://www.youtube.com/watch?v=3yOdW72Bsv4>

A SELYE TÁRSASÁG ÁLTAL TÁMOGATOTT TUDOMÁNYOS TEVÉKENYSÉGEK:

- SE TDK Alapítvány megkeresésére 50 eFt-tal támogatta a Társaság a 2015. évi tudományos diákköri konferenciát, és a Bíráló bizottságok munkájában is részt vett Társaságunk több tagja.
- A Társaság tudományos konferencia részvétel támogatási pályázatán konferenciákon való részvételi támogatást kaptak: Kollár János, Hegedűs Katalin, Czeglédi Edit. Az első szemeszterben a Bíráló Bizottság elnöke Túry Ferenc, tagjai Szántó Zsuzsa és Rónai Katalin voltak, második félévben elnök: Szántó Zsuzsa, tagok Balog Piroska és Kollár János voltak.
- A Társaság támogatásával végzett tudományos tevékenységhez kapcsolódó publikációk:
Czeglédi E. (2016): A stresszkezelés alkalmazási lehetőségei az elhízás kezelésében. Orvosi Hetilap, 157(7), 260–267.
Nistor K, Ádám Sz, Cserháti Z, Szabó A, Zakor T, Stauder A. A Koppenhágai Kérdőív a Munkahelyi Pszichoszociális Tényezőkről II (COPSOQ II) magyar verziójának pszichometriai jellemzői. (Psychometric characteristics of the Hungarian version of the Copenhagen Psychosocial Questionnaire II (COPSOQ II).) Mentálhigiéné és Pszichoszomatika, 2015:16(2), 179-207.
Nistor K, Nistor A, Ádám Sz, Szabó A, Konkoly Thege B, Stauder A. Munkahelyi pszichoszociális kockázati tényezők kapcsolata a depressziós tünetegyüttesrel a magyar munkavállalók körében. Az Országos Munkahelyi Stresszfelmérés előzetes eredményei. (The relationship of work-related psychosocial risk factors with depressive symptoms among Hungarian workers. Preliminary results of the Hungarian Work Stress Survey.) Orvosi hetilap, 2015: 156(11), 439-448.
-

TOVÁBBI TERVEK:

- Sikeresen futó projektek folytatása.