

Patrycja Stawiarska

Kierunki współczesnej promocji zdrowia i prewencji zaburzeń. Profilaktyka XXI wieku. Zagrożenia i wyzwania. Teoria i praktyka



Wydawnictwo Difin, 2019.

Żyjemy w czasach, w których istnieje coraz więcej czynników ryzyka problemów zarówno somatycznych, jak i psychicznych. Pomimo wielkich osiągnięć medycznych i psychologicznych poważne choroby somatyczne i psychiczne dotyczą coraz więcej osób. W bardzo wielu przypadkach choroby te wynikają z niewłaściwego stylu życia oraz z nieumiejętności radzenia sobie ze stresem. Dlatego oddziaływania profilaktyczne są niezwykle istotne dla współczesnych dzieci, młodzieży, dorosłych i starszych. Pomagają uczyć zdrowego stylu życia, wzmacniają zasoby osobiste skuteczne w radzeniu sobie z czynnikami ryzyka, wreszcie pomagają wzmacniać efektywne radzenie sobie z chorobą.

Z recenzji dr hab., prof. APS Ewy Zasępy

Z książki poza uporządkowaniem terminologii związanej z profilaktyką, promocją zdrowia oraz prewencją zaburzeń i odniesieniem do współczesności dowiemy się również jak opracowywać, wdrażać oraz ewaluować programy profilaktyczne. Przedstawione zostały konkretne programy profilaktyczne dla różnych grup odbiorców, można również skorzystać z przykładowych scenariuszy ćwiczeń do wykorzystania. Publikacja dedykowana jest psychologiom oraz pedagogom, naukowcom i studentom nauk humanistycznych, ale też każdemu, kto jest zainteresowany troską o zdrowie własne czy bliskich. Na stronie wydawnictwa dostępny jest spis treści oraz wstęp.

Tematyka profilaktyki w zakresie zdrowia psychicznego jest nam szczególnie bliska, gdyż od kilku lat realizujemy w naszej poradni autorski program profilaktyczny dla dzieci w wieku 6-9 lat.