

Az életminőség összetevői

testi egészség

pszichológiai állapot

a függetlenség szintje (autonómia)

szociális kapcsolatok

személyes hiedelmek

a környezet kiemelt sajátosságaival való kapcsolat

WHO jelszó (2005)

Nincs egészség lelki egészség nélkül!

(There is no Health without Mental Health)

A „spiritualitás” az orvosi szakirodalomban (OVID)

Évtized	Publikációk száma
1970-1979	0
1980-1989	1
1990-1999	31
2000-2009	~ 2600

A spiritualitás dimenziói

(Hodges, Pszichiátriai Világszövetség 2010))

Az élet értelme (V. E. Frankl)

Személyes értékek

Hit a transzcendenciában

Hit a spirituális közösségben

Hirtelen szívhálálra hajlamosító tényezők

- Pszichiátriai betegség
- Szociális izoláció
- Alacsony fokú képzettség
- A-típusú viselkedés
- Születésnap (+27%)
- Jobbkezesség

Alexis Carrel (1873-1944)



Blazovich Jákó (1886-1952)



A családi szocializáció fölénye

- Jobb egészségkilátások
- Nagyobb gyógyulási és rehabilitációs esélyek
- Alacsonyabb halálozási ráta
- Kevesebb mentális patológia
- Alacsonyabb öngyilkossági ráta

Borbás Tibor:
Babits Mihály
Esztergom,
Széchenyi tér





Széchenyi István 1791-1860

Vivek H. Murthy, MD, MBA

Sergean General



Loyolai Szt. Ignác

1491-1556



Csontváry Kosztka Tivadar

1853-1919



A remény fogalmának összetevői

1. Személy (nem személyiség!)
2. Jövőre irányul
3. Pozitív várakozás
4. A jövő érdekében kifejtett aktivitás
5. Szabadság

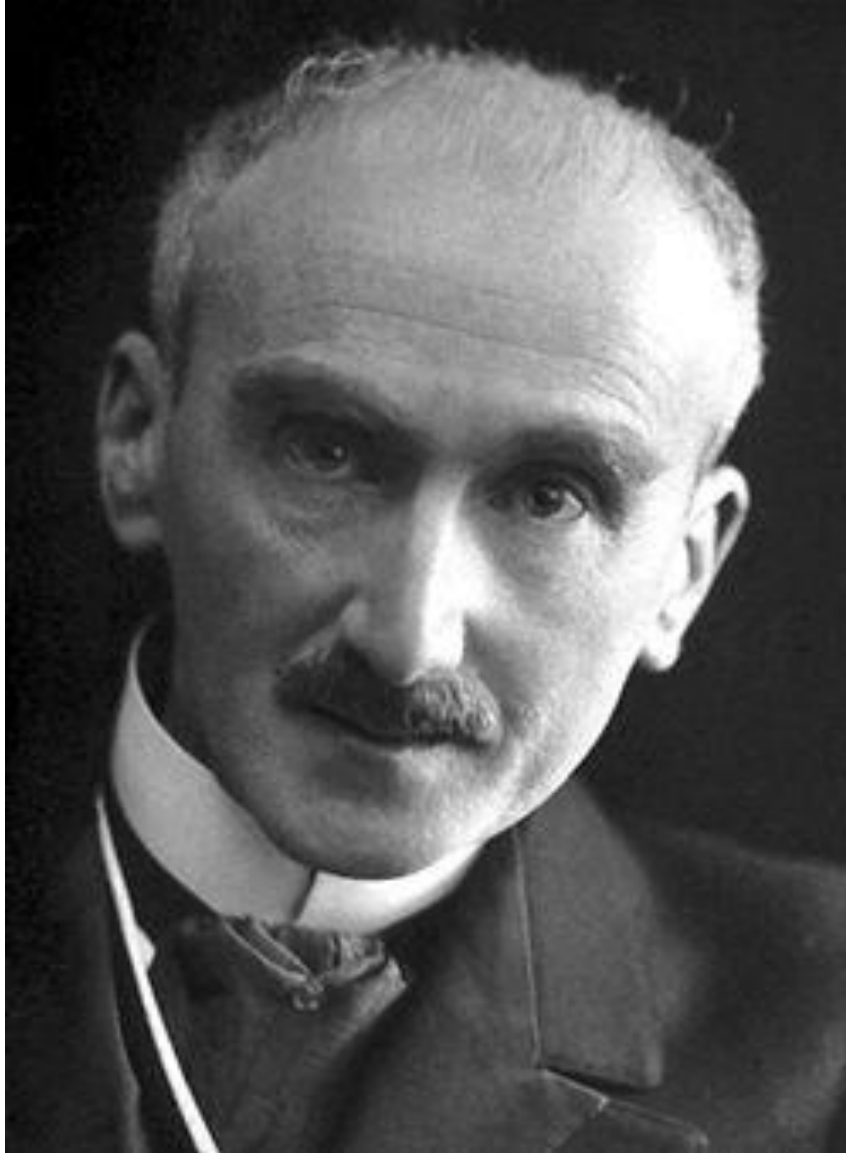
A jó házasság prediktorai

- Terman (792 pár): boldog gyermekkor – boldog házasság (szignifikáns korreláció)
- Burgess, Wallis: A jó házasság valószínűségét növeli:
 - 1. A szülők házasságának harmóniája
 - 2. A szülőkkel való konfliktus hiánya
 - 3. Ragaszkodás a szülőkhöz és a testvérekhez
 - 4. Az ellenkező nemű szülő vonzó mivolta
 - 5. Otthoni nevelés: határozott, nem durva
 - (Itt a legalacsonyabb a bűnözési hajlam)

A boldogság definíciójához

- Több, mint lélektan. Antropológia, filozófia
- Etikai természetű, „kell” típusú állítások
- A személyes lét értelmének birtoklása
- A jövőre vetül
- Önmagát meghaladó irányultság
- A szabad szubjektum önértelmezésének horizontja

Henri Bergson 1869-1941



A nevetés bergsoni ismérvei

1. Sajátosan emberi
2. Érzelemmentes talajon
3. Társas közegben

