

### Teregyakorlatom helyszíne:

Szegedi Szakképzési Centrum  
Móravárosi Ipari Szakképző és Általános Iskolája,  
Csongrád megye, Szeged



### *Bozsik Huanita*

egészségfejlesztés specializáció

rekreációs szervezés és  
egészségfejlesztés szak



### Teregyakorlati feladataim....

Egy évet töltöttem a teregyakorló helyemen. Mivel egy számomra idegen és ismerősöktől mentes teregyakorló helyet választottam, mindezt eleinte hátrányként éreztem, mivel nem tudtam hogyan fogok majd tudni együttműködni idegen emberekkel. Viszont most visszatekintve úgy érzem nagyon jól döntöttem, hiszen rákényszerültem arra, hogy idegen embereket megszólítsak, kikérdezzek, beszélgessek velük, ami a kommunikációs és kapcsolatlétesítési készségeim színvonalát felfelé emelte. Az első féléves feladataim főleg interjúztatásból, kérdőívezésből, kikérdezésből álltak, tehát információt szereztem a célcsoportom egészségi állapotáról, tapasztalatairól, illetve tudásáról egyes egészséggel összefüggő témákkal kapcsolatosan. Az egészségtérkép kielemezésével, amely tulajdonképpen egy állapotfelmérő kérdőív, széleskörűen képet kaptam a célcsoportom egészségi állapotáról. Ezen információk és eredmények alapján pedig sokkal hatékonyabban tudtam elkezdni a második féléves teregyakorlati

munkámat, mivel tudtam, hogy mely területek azok, amelyek fejlesztésre, beavatkozásra szorulnak. A következő félévben a teregyakorlati munkámat rövid tanácsadással kezdtem. Ezt követően nekiláttam az egészségfejlesztő projektem tervezésének, előkészítésének, melyet az áprilisi hónap folyamán valósítottam meg. A projektem négy projektet tartalmazott, melyeket az egészségtérkép eredményei, és a célcsoportom igénye szerint terveztem meg. Az alkalmazott módszereim mind a célcsoportom egészség esélyeinek és fejlesztésének növelésére irányultak. Érintettem a táplálkozást, mozgást és stressz-kezelést is. Mindemellett, egy négy alkalmas hosszú életmódtanácsadást is végigvezettem az áprilisi hónap folyamán, a teregyakorló hely egyik dolgozójával. Életmódjának terén, a szokások szintjén maradván segítettem neki pozitív irányú változást elérni. A projektem értékelése során számos visszajelzést kaptam, amelyeket mindenképp építő

jellegűnek tartok. Nagyon sok tapasztalatot szereztem a feladataim, illetve az emberekkel való kapcsolatfelvétel során, melyet szintén úgy gondolok, hogy a későbbiekben alkalmazni és kamatoztatni tudok. Egy igazi, éles helyzetben próbálhattam ki magam, és egy fontos feladatot láttam el – a dolgozók egészségfejlesztésén dolgoztam. Nagyon

sok munka van a hátam mögött, de örülök, hogy új ismereteket szerezhettem és adhattam át a terepgyakorlatom során. Külön köszönöm a terepkoordinátoromnak és az egész iskolának, hogy mindvégig szívesen fogadtak, segítették munkámat, és együtt dolgoztak velem.

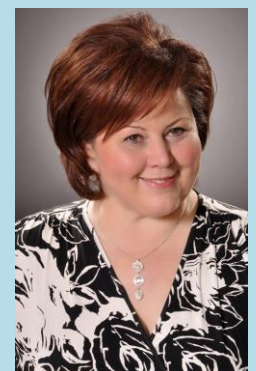


#### Amire büszke vagyok....

Elsősorban azt emelném ki, arra vagyok a legbüszkébb, hogy egy teljesen idegen helyen, egy olyan terepgyakorló helyen álltam meg a helyem és végeztem feladataimat, ahol senkit sem ismertem, és engem sem ismert senki. Hatalmas kihívásnak éreztem azt, hogy idegen emberekkel dolgozok együtt. Ezen körülmények közepette úgy gondolom, sokkal hitelesebben tudtam végezni feladataimat, és a gondos felkészüléseim, igyekezetem emelte a projektem, a tanácsadási helyzetek, valamint a kérdőíves és interjúztatási folyamatok színvonalát.

#### Bozsik Huanita egészségfejlesztő tevékenységéről ...

Bozsik Huanita az egészségfejlesztés iránt elkötelezett, feladatvégzése során precíz és pontos, az emberi kapcsolatok kialakításában a megértés és humánus vezet. A terepgyakorlat során felmerült „kényes” témákhoz megfelelő alázattal és szakmai hozzáértéssel fog(ott) hozzá, az egyes egészségfejlesztő tevékenységeket minden esetben gondos tervezés után, a célcsoport által elfogadható és feldolgozható nyelvezettel vezette be, hajtotta végre. Ki szeretném emelni Bozsik Huanita kreativitását, melynek segítségével a felnőtt célcsoport számára is képes volt játékosá tenni - az általa megtervezett és levezényelt - több elemet is tartalmazó egészségfejlesztő projektet. Megnyerő személyiséggel és diszkréciójával gyorsan elfogadtatta magát a tantestületben. Köszönjük a nálunk végzett munkáért Huanita!



*Hajduné Bihari Ágnes Klára*

kapcsolattartó  
terepkoordinátor