



BÖLÜM 10

Ebeveynlere Yönelik Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Eğitimi

Sümeyye KAYA KOCAĞİL¹

Rana YİĞİT²

İçerik

- | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 1. Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları
1.1. Fiziksel Aktivite
1.2. Beslenme
1.3. Stres Yönetimi
1.4. Sağlık Sorumluluğu
1.5. Kişilerarası İlişkiler ve Manevi Gelişim | 2. Özet
3. Çıkar Çatışması
4. Teşekkür
5. Kaynaklar |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|

¹ Arş. Gör., Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, sumeyye93@mersin.edu.tr

² Prof. Dr., Mersin Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, ranayigit@yahoo.com

Etkinlik**Değerlendirme Çalışması**

Konu ile ilgili değerlendirme yapmak, kendinizi denemek için QR kodunu okutarak ulaşabileceğiniz testi çözebilirsiniz.

**3. Çıkar Çatışması**

Bölümün yazarları olarak, kitap bölümü ile ilgili olarak herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması olmadığını beyan ederiz.

Teşekkür

Bu bölüm “Serebral palsi tanısı Olan çocukların ebeveynlerine verilen sağlıklı yaşam biçimi davranışları eğitiminin etkisinin değerlendirilmesi” isimli yüksekisans tezinden üretilmiştir. Eğitim içeriğinin oluşturulması sırasında değerli görüşleriyle katkı sunan Sayın Prof. Dr. Ayda Çelebioğlu ve Sayın Doç. Dr. Hülya Karataş’a teşekkür ediyoruz.

Kaynaklar

1. Avcı YD. Kişisel sağlık sorumluluğu. *TAF Preventive Medicine Bulletin*. 2016; 15(3).
2. Aytakin, H. (2018). *İnsan ilişkileri ve iletişim*. Pegem Atf İndeksi, Ankara.
3. Bahar Z, Dilay A. Sağlığı geliştirme modeli: kavramsal yapı. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 2014;7(1):59-67.
4. Baltaş Z, Baltaş A. (2013). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul. Remzi Kitabevi, 133-140, 186-199.
5. Bryndin EG, Bryndina IE. Formation of publichealthcare on basis of healthylifestyle. *International Journal of Psychological and Brain Sciences*. 2017; 2(3): 63-68.
6. Ertekin Y. (2006). *Stres ve Yönetim*, 2. Baskı. Ankara, Gazi Kitabevi, 136-137.
7. TC. Sağlık Bakanlığı. (2016) *Türkiye Beslenme Rehberi*, Ankara.
8. TC. Sağlık Bakanlığı. (2014) *Türkiye Fiziksel Aktivite Rehberi*, Ankara.
9. Türkiye Halk Sağlığı Kurumu. (2015). *Aile Hekimliği Uygulamasında Önerilen Periyodik Sağlık Muayeneleri ve Tarama Testleri*. Ankara.
10. World Health Organization. (2015). *MhGAP Humanitarian Intervention Guide (mh-GAP-HIG): Clinical Management of Mental Neurological and Substance Use Conditions in Humanitarian Emergencies*. World Health Organization.