

Szakleírás: Mentálhigiénés segítő szakember  
**BUDAPEST KÉPZÉSI HELYSZÍN**

Általános tudnivalók

A képzés helye: KRE BTK Pszichológiai Intézet – Pszichológiai Továbbképző Központ

Tanszékvezető, szakfelelős: dr. Kövi Zsuzsanna egyetemi docens

A képzés formája: iskolarendszerű, levelező képzés

Képzési terület: bölcsészettudomány

Szakképesítés: *Mentálhigiénés segítő szakember*

Szakindítás: évente, szeptemberben

Képzési alkalmak: félévente összesen 15 nap, 5-ször csütörtök-péntek (csütörtök 9:00-19:30; péntek 9:00-17:30,), és 5 nap önismeret (hétfő-kedd-szerdai vagy szombati napokon).

Önismereti csoportmunka: az 1., 2. és 3. félévben 50-50-50 óra, mindösszesen tehát 150 óra, hétfő-kedd-szerdai, vagy szombati napokon.

Jelentkezés minden év május utolsó munkanapjáig elektronikusan, [a KRE honlapján](#).

A jelentkezés feltételei

Bármely képzési területen legalább alapképzésben szerzett felsőfokú (BA, MA) végzettség, illetve a korábbi képzési rendszerben szerzett legalább főiskolai szintű oklevél.

A felvételi beszélgetés a szakmai gyakorlatra és a jelentkezés motívumaira irányul, külön készülést nem igényel. Felvételi keretszám: 75 fő.

Az Oklevél megszerzéséhez a tantárgyi követelmények teljesítése + szakdolgozat készítése és államvizsgán való megvédése + 150 órás önismereti célú csoportmunka teljesítése szükséges.

A költségtérítés összege: 230 000 Ft / félév.

Egyéni alkalmasság és szakvezetői javaslat esetén folytatási lehetőség – külön felvételi nélkül – a szupervizor szakon.

A képzés szerkezete

A program teljes óraszámja 520 óra, amelyből

- 140 óra elmélet (tantermi előadás 82 óra, témafeldolgozó szeminárium 58 óra),
- 230 óra gyakorlat (tanulmányi kiscsoportokban),
- 150 óra önismereti csoportmunka.

## Az egyes képzési területek tartalma

Az elméleti tárgyak rendszerszemléletű, holisztikus megközelítésben ölelik fel a lelki jelenségek, a személyközi kapcsolatok legfontosabb vonatkozó ismereteit. A hallgatók alakuló mentálhigiénés szemléletmódjuk révén hivatásszerepükben felkészültebbé válnak különböző életvezetési, mentálhigiénés problémahelyzetek megelőzésére, kedvező irányú befolyásolására. Módszerek: interaktív előadás, szemináriumi csoportmunka, filmalkotások.

*Bevezetés a mentálhigiénébe* (40 óra) Alapismeretek a lelki egészségről, annak egyéni és közösségi szintű meghatározottságáról. Főbb témakörök: lelki egészség, mentálhigiéné történet, paradigmák, megelőzés és fejlesztés, Közösségek Támogató Hálózata, önségítés, legfontosabb szinterek (család, iskola, lakókörnyezet, munkahely, egyház és hitélet, média), segítő hivatás, segítő kapcsolat, segítő és kiegészítő tünetcsoportok, programtervezés.

*Fejlődéslélektan* (30 óra) A személyiség fejlődésének kitüntetett szakaszai, azok jellemzői. Főbb témakörök: csecsemőkor (születéstől a 3-5 éves korig), korai anya-gyermek-kapcsolat (megkapaszkodás, individuáció), óvodás és kisgyermekkor, serdülőkor (a felnőtt önazonosság alakulása, nemi szerepek), ifjú felnőttkor (pályaválasztás, párválasztás, gyermekvállalás), felnőttkor, az érett személyiség jellemzői, öregkor, haldoklás és meghalás.

*Lelki zavarok* (26 óra) A problémás személyiségfejlődés háttere és tünetei. Főbb témakörök: pszichés funkciók és kórtünetek, a lelki zavarokat magyarázó legfontosabb modellek, szorongásos állapotok, függőségi és hangulati problémák, szkizofréniák, evési- és személyiségzavarok, krízisállapotok, gyászreakciók.

*Mentálhigiénés jelenségek* (40 óra) A leggyakoribb mentálhigiénés problémák kialakulása, befolyásolásuk lehetőségei. Főbb témakörök: a megismerés szabályszerűségei, az előítélet kialakulása, az agresszió keletkezése és befolyásolhatósága, csoportdinamikai jelenségek, szociológiai alapismeretek, a családi rendszer működése, deviancia modellek, szenvedélybetegségek, krízisállapotok, öngyilkosság, segítő rendszerek és szolgálatok, mentálhigiénés programok.

*Hivatásetika* (4 óra) A segítői munka hivatásetikai vonatkozásai.

A *gyakorlati tárgyak* keretében feldolgozzuk a hivatásszerep napi tapasztalatait, bővítjük a szakmai eszköztárat, ezáltal fejlődik a szakmai önazonosság, tudatosodnak az illetékességi határok.

*Non-direktív segítő beszélgetés* (80 óra) A „non-direktív segítő beszélgetés” alapelveinek megismerése, gyakorlása, illetve egyes hivatásokon belüli alkalmazhatóságának tisztázása.

*Esetmegbeszélés* (50 óra) A napi szakmai gyakorlatban fölmerülő konkrét probléma-helyzetek sokszempontú elemzése, a javasolható viszonyulási, megelőzési és befolyásolási lehetőségek föltárása.

*Terepmunka* (10 óra). Különböző intézmények működésének mentálhigiénés szempontú megfigyelése, és elemzése.

*Mentálhigiénés projekt* (50 óra). Tapasztalati tanulás módszerére épülő csoportmunka – közösségi mentálhigiénés programok tervezése, megvalósítása és értékelése.

*Szakedolgozati konzultáció* (10 óra) A szakedolgozat elkészítését segítő csoportmunka.

*Mentálhigiénés jelenségek tükröződése – film* (30 óra) A tárgyalt jelenségek mélyebb megértése érdekében műalkotások keltette saját érzelmek kifejezése és feldolgozása csoportkeretben.

*Az Önismereti csoportmunka (150 óra) hozzájárul a korábbi és aktuális életeseményekhez fűződő érzelmi viszonyulás háttérének megértéséhez, ezáltal elmélyíti az önismeretet, elősegíti az önkifejezést és önfogadást. Személyisége árnyaltabb átélése, tudatosabb felfogása révén a hallgató személyközi kapcsolataiban és hivatásszerepében egyaránt hatékonyabbá válik.*

Jelenléti kötelezettség: félévente és tárgyaként az órák legalább 80%-án jelen kell lenni!

Tanulmányi kötelezettségek: [Innen letölthető](#).

Szakdolgozat, államvizsga

A hallgatók a 4. félév lezárása után záródolgozatot írnak, melyet a soron következő államvizsgán védenek meg. Erre az időszakra költségtérítést már nem kell fizetni. (A 4. félév elvégzéséről a hallgató – kérésére – abszolutóriumot kaphat.)

További információk

KRE Pszichológiai Intézet (Törő Norbert)

Postacím: 1037 Budapest, Bécsi út 324, V. épület, 211-es szoba

Telefon: (06-1) 430 23 42

e-mail: [toro.norbert@kre.hu](mailto:toro.norbert@kre.hu)