

Szakleírás: Mentálhigiénés segítő szakember

LÉVAI KÉPZÉSI HELYSZÍN

Általános tudnivalók

A képzést azok számára indítjuk, akik életvitelszerűen Szlovákiában élnek, és ott dolgoznak.

Az új évfolyam várhatóan 2026 szeptemberében indul.

A képzés helye: Léva

Központvezető: Törő Norbert

Szakfelelős: Dr. Simon Gabriella egyetemi docens

A képzés formája: iskolarendszerű, levelező képzés

Képzési terület: bölcsészettudomány

Szakképesítés: *mentálhigiénés segítő szakember*

Szakindítás: kétévente, szeptemberben

Képzési alkalmak: szemeszterenként összesen 15 nap, 5-ször pénteken és szombaton, valamint 5 nap önismeret – csak azok számára, akiknek nincs korábbi elfogadható önismereti csoportmunkájuk. Az önismereti csoportmunka az 1., 2. és 3. félévben 50-50-50 óra, mindösszesen tehát 150 óra.

A képzés szerkezete

A program teljes óraszama 520 óra, amelyből

- 140 óra elmélet (tantermi előadás 82 óra, témafeldolgozó szeminárium 58 óra),
- 230 óra gyakorlat (tanulmányi kiscsoportokban),
- 150 óra önismereti csoportmunka azok számára, akik ezt előzetesen nem teljesítették.

Az oklevél megszerzéséhez a tantárgyi követelmények teljesítése, a záródolgozat elkészítése és záróvizsgán való megvédése, valamint a 150 órás önismereti célú csoportmunka teljesítése szükséges. A szakirányú továbbképzési szakon megszerzett oklevél nem ad önálló, új végzettséget, hanem a korábbi, már meglévőt egészíti ki; jogszabályban meghatározottak szerinti munkakör betöltésére jogosít.

A jelentkezés feltételei

Bármely képzési területen alap- vagy mesterképzésben (BA, BSc, MA, MSc), illetve a korábbi képzési rendszerben szerzett főiskolai vagy egyetemi szintű diploma.

A költségtérítés jelenlegi összege (később változhat): 50 000 Ft / félév.

Jelentkezés: **jelenleg nincs jelentkezési időszak.**

A jelentkezés módja: **később lesz lehetőség jelentkezést beadni.**

1.) A Károli Gáspár Református Egyetem honlapján található jelentkezési űrlap kitöltésével (<http://www.kre.hu/btkfelveteli/>), melyet a jelentkező számára a rendszer utólag pdf formátumban e-mailben megküld.

A dokumentumok feltöltésekor, kérjük, figyeljenek arra, hogy a személyi igazolvány mindkét oldala szükséges. Ez történhet úgy (is), hogy az igazolvány előzetesen beszkenelt vagy befotózott két oldalát egy dokumentumba szerkesztik, és azt töltik fel. Lakcímkártyájának csak a lakcímét tartalmazó oldalát csatolja.

Kérjük, hogy a felületen feltüntetett dokumentumok mellett a 9. pont alá töltsenek fel számítógéppel szerkesztett, magyar nyelvű önéletrajzt és motivációs levelet is két külön dokumentumként!

Továbbá töltsék fel az oklevél hiteles¹ fordítását is (lehetőség szerint folyamatos szkenneléssel), amennyiben az nem magyar, angol, német vagy francia nyelvű (kivétel, amennyiben az oklevél kétnyelvű, és abból az egyik a magyar).

2.) Szükséges megküldendő dokumentumok:

- oklevél másolata (a nem magyar, angol, német, vagy francia nyelvű oklevelek mellé, hiteles fordítás is szükséges)
- géppel írt magyar nyelvű szakmai önéletrajz
- géppel írt motivációs levél (legfeljebb egy oldal)
- a rendszer által generált és emailben megkapott, kinyomtatott és aláírt jelentkezési űrlap

Ezeket a következő postacímre küldjék:

KRE BTK Tanulmányi Osztály – Tóthfalusiné Basa Margit

1088 Budapest, Reviczky u. 4.

A borítékon a következő szöveg feltüntetése szükséges: *„Jelentkezés – mentálhigiénés segítő szakirányú továbbképzés, Léva”*

A felvételi beszélgetés a szakmai gyakorlatra és a jelentkezés motívumaira irányul, külön készülést nem igényel. Felvételi keretszám: 38 fő.

A felvételi beszélgetés időpontja: **később tesszük közzé.**

A felvétel során előnyt élvez, aki már rendelkezik elvégzett – vagy megkezdett és előrehaladott – külső, akkreditált helyszínen folytatott 150 óra önismereti csoportmunkával.

Az új évfolyam 2026 szeptemberétől kellő számú felvett jelentkező esetén indul.

¹ Hiteles fordításnak minősül:

- az Országos Fordító és Fordításhitelesítő Iroda hiteles fordítása vagy hitelesítési záradékával ellátott fordítás,
- magyar külképviseleti szerv vagy magyar közjegyző hitelesítési záradékával ellátott fordítás,
- az Európai Unió valamely tagállamának belső joga szerint hitelesnek minősülő fordítás.

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, művészi filmalkotások megtekintése.

- Bevezetés a mentálhigiénébe (40 óra)

A kurzus célja a mentálhigiéné mint holisztikus emberképen alapuló, multidiszciplináris ismereti és működési terület bemutatása. A mentálhigiéné alapfogalmainak és legfontosabb színtereinek megismertetése, szakmai „közös nyelv” kimunkálása. Főbb témakörök: a (lelki) egészség és mentálhigiéné fogalmai, a mentálhigiéné történeti modelljei, Közösségi Támogató Hálózat, önsegítő csoportok és mozgalmak, média és mentálhigiéné, a családok mentálhigiénéje, iskolai mentálhigiéné, munkahely és mentálhigiéné, egyház és mentálhigiéné, a segítő hivatások jellemzői, segítő és kiegészítő tünetcsoportok.

- Fejlődéslélektan (30 óra)

A kurzus célja az egészséges (pszichés zavarokat nem mutató) személyiség fejlődésének és funkcióinak megismerése a fogantatástól (magzati élet), illetve a megszületéstől a serdülőkoron át az öregkorig, majd a halálig. Főbb témakörök: a fejlődés alapkérdései; a tárgykapcsolat-elmélet alapfogalmai, az újszülött képességei, pszichológiai mechanizmusok, óvodáskor és a látencia, serdülőkor, a serdülő kapcsolatai, felnőttkor és felnőttkori szerepek – krízisek, családi dinamika, öregedés, öregség, halál és gyász, életútelemzés.

- Lelki zavarok (26 óra)

A kurzus célja: a hallgatók alapszinten szerezzenek kellő ismereteket a legfontosabb, leggyakoribb pszicho-patológiai és pato-pszichológiai jelenségekről annak érdekében, hogy napi munkájuk során képesek legyenek a kórképeket felismerni, ezáltal pedig kompetencia határaikat megtartva, a klienseiknek meg tudják adni a legmegfelelőbb segítséget. Főbb témakörök: normalitás – egészség – betegség, pszichopatológiai modellek, szorongásos zavarok, „szociális alkalmazkodási skála” kérdőív, fóbiák, pánik és kényszeres zavarok, elhárító mechanizmusok, stressz-zavarok, hangulatzavarok, serdülőkori zavarok, szkizofréniák, pszicho-fiziológiai és szomatikus zavarok, diszfunkcionális családi minták és dinamikák, evési zavarok, személyiségzavarok, személyiségfejlesztő csoportok - csoportterápiák.

- Mentálhigiénés jelenségek (40 óra)

A kurzus célja: a kurzus értelmezi, és összefüggésbe állítja a jellemző társadalom- és csoportlélektani jelenségeket, továbbá részletesebben is ismerteti a leggyakoribb (individuális és közösségi) mentálhigiénés zavarjeleket és problémákat, azok kialakulásának hátterét és kedvező irányú befolyásolásuk gyakorlati lehetőségeit, különös tekintettel a hallgatók szakmai illetékességi körére. Főbb témakörök: társadalmlélektani alapfogalmak: a megismerés szabályszerűségei, az előítélet kialakulása, az agresszió keletkezése és kezelése. Szociológiai alapismeretek és modellek, csoportlélektani alapismeretek: a csoport fogalma, alakulása, leggyakoribb csoportdinamikai jelenségek. A devianciák főbb formái: öngyilkosság, alkohol- és kábítószer függőség – kialakulásuk háttértényezői és megjelenésük jellemzői. Segítő

hivatásúak „segítő” és „kiegési” szindrómája, segítő és ellátó hálózatok (civil és hivatásos szolgálatok) működése, hazai és külföldi mentálhigiénés programok bemutatása.

- *Hivatásetika* (4 óra)

A kurzus célja, hogy a hallgatók ismerjék meg a gyakorlati filozófia jelentőségét és hatását a különféle életszakaszokra. Legyen rálátásuk az ember antropológia sajátosságaira. Igazodjanak el az etika alapvető irányzatai között. Legyenek képesek a hivatásszerepben is felismerni a cselekvés etikai motivációit és hivatásetikai követelményeit. Főbb témakörök: az érték és érdek konfliktusainak felismerése, az etikailag „morális” és „immorális” cselekedetek közötti határok, a segítség és a segítő etikája, a pontosan definiáló törvényetika megtévesztő biztonsága, az önmagára hagyatkozó lelkiismeret, a mentálhigiénés segítő szakember kompetenciahatárai.

- *Mentálhigiénés – lelki - jelenségek tükröződése – film* (30 óra)

A kurzus célja, hogy a hallgatók művészi (film) alkotások segítségével szerezzenek élményszerű benyomásokat jellemző lelki – pszichodinamikai megnyilvánulásokról, mentálhigiénés értelemben is releváns jelenségekről. A keletkező érzelmek feldolgozása révén a nagycsoport dinamika megragadása és visszacsatolása.

- *Non-direktív segítő beszélgetés* (80 óra)

A kurzus célja a face to face, „itt és most” keletkező saját élmények észlelésén, kommunikálásán, illetve a hivatásszerepben megtapasztalt és gyakorolt segítő kapcsolati szituációk elemzésén keresztül az úgynevezett „non-direktív segítő beszélgetés” (C. R. Rogers) alapelveinek tanítása, technikájának elsajátítása. Főbb témakörök: a segítő attitűd, a segítség motívumai, kommunikációs alapismeretek, a kommunikációt gátló és serkentő tényezők, személyközpontú megközelítés és annak követelményei, a segítő kapcsolat keretei, folyamata, a segítő kapcsolat kockázatai.

- *Esetmegbeszélés* (50 óra)

A kurzus célja, hogy a hallgató mint esetvezető (esetgazda) értse meg érzelmi, életvezetési nehézségekkel küzdő, de alapvetően egészséges (pszichés zavarokat nem mutató) kliense átmeneti alkalmazkodási zavarát, problémáját. Ennek során reflektálódjék a hivatásszerep, bővüljön a napi szakmai munka eszköztára, erősödjék a hallgató szakmai identitása és kompetenciája. Főbb témakörök: az esetmegbeszélés témáját, tematikáját a segítő beszélgetésből, a segítő kapcsolatból származó információhalmaz képezi. Az alapvetően egészséges, ám különböző mértékű, de mindenképpen átmeneti alkalmazkodási zavart, problémát mutató kliens és szűkebb-tágabb környezetével való interakciójának, az ahhoz való viszonyulásának mintázatának megértése kerül a fókuszba.

- *Terepmunka* (10 óra)

A kurzus célja, hogy a hallgatók előzetesen szerezzenek tapasztalatot a segítő típusú intézményekben zajló legjellemzőbb interakciós mintákról, illetve azok lehetséges lelki egészségi vonatkozásairól. Főbb témakörök: a „terep” fogalma, interakció, segítő / kliens kommunikáció, lelki egészség.

- *Mentálhigiénés projekt* (50 óra)

A kurzus célja: közösségi alapú mentálhigiénés programok tervezése és kivitelezése legfontosabb szempontjainak elsajátítása, ezen belül pedig a folyamatos, önreflektív közösségi mentálhigiénés munkamódszer megtapasztalása. Főbb témakörök: a mentálhigiénés projekt fogalma és kritériumai, a programtervezéstől a kiértékelésig.

- *A szakdolgozatírás módszertana* (10 óra)

A hallgatóknak írásos munkával kell bizonyítaniuk, hogy rendelkeznek megfelelő mentálhigiénés szemlélettel. A képzésen szerzett elméleti ismereteiket és gyakorlati készségeiket milyen módon tudják más szakterületek releváns tapasztalataival ötvözni, valamint szakmai tevékenységükben képesek az elméleti ismeretek és a szakirodalom integrálására. A gyakorlati kurzus e munkát támogatja.

- *Szakedolgozati konzultáció* (10 óra)

A szakdolgozat elkészítését segítő konzultációs munka.

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!

A tanulmányi kötelezettségek a 6-8. oldalon olvashatók.

Záródolgozat, záróvizsga

A hallgatók a 4. félév során, vagy annak lezárása – a tanulmányi követelmények teljesítése – után záródolgozatot írnak, melyet a soron következő államvizsgán védenek meg. A képzési időszakot követő záródolgozati munkára költségtérítést már nem kell fizetni. (A 4 féléves tanulmányi követelmények teljesítésével a hallgató abszolutóriumot szerez, erről – kérésére – igazolást kaphat.)

További információk

Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Továbbképző Központ

Postacím: 1022 Budapest, Csopaki utca 6.

Telefon: +36-30-489-4309

e-mail: tovabbkepzes.ptk@kre.hu

MENTÁLHIGIÉNÉS SEGÍTŐ SZAKEMBER

KRE BTK PSZICHOLÓGIAI INTÉZET – PSZICHOLÓGIAI TOVÁBBKÉPZŐ KÖZPONT

Tárgy	Elm. /Gyak.	Követelmény	Feladat
Tanulmányi kötelezettségek, 1. félév			
Bevezetés a mentálhigiénébe 1.	E	Kollokvium	„Közvetlen lakókörnyezetem támogató rendszere, hogyan látom és átélem”. (Max. 3 o. dolgozat benyújtása)
Bevezetés a mentálhigiénébe 1.	Gy	Beszámoló	A félévben tárgyalt valamely témakörrel kapcsolatos szakirodalmi közlemény ismertetése. (Max. 1 o. dolgozat benyújtása)
Fejlődéslélektan 1.	E	Kollokvium	Anya-gyermek interakció megfigyelése. (Max. 1 o. dolgozat benyújtása)
Fejlődéslélektan 1.	Gy	Beszámoló	A félévben tárgyalt valamely témakörrel kapcsolatos szakirodalmi közlemény ismertetése. (Max. 1 o. dolgozat benyújtása)
Lelki zavarok 1.	E	Kollokvium	Diszfunkcionálisan működő család megfigyelésen alapuló leírása. (Max. 1 o. dolgozat benyújtása)
Terepmunka	Gy	Beszámoló	Az adott „terep” viszonyrendszere hogyan hat a résztvevők lelki egészségére? (Különböző színterekről írt, max. 1–1 o. dolgozat benyújtása)
Segítő beszélgetés 1.	Gy	Beszámoló	Beszélő és meghallgató párbeszédét max. 1 oldalban bemutató összefoglaló benyújtása
Mentálhigiénés jelenségek tükröződése (film) 1.	Gy	Beszámoló	A választott filmben ábrázolt jelenség hogyan hatott és hogyan jelenik meg a hallgató napi szakmai tevékenységében? (Max. 1 o. dolgozat benyújtása)

Tanulmányi kötelezettségek, 2. félév

Bevezetés a mentálhigiénébe 2.	E	Kollokvium	Szóbeli vizsga tételsor alapján
Bevezetés a mentálhigiénébe 2.	Gy	Beszámoló	A félévben tárgyalt valamely témakörrel kapcsolatos szakirodalmi közlemény ismertetése. (Max. 1 o. dolgozat benyújtása)
Fejlődéslélektan	E	Kollokvium	Szóbeli vizsga tételsor alapján
Lelki zavarok 2.	E	Kollokvium	Szóbeli vizsga tételsor alapján

Lelki zavarok 2.	Gy	Beszámoló	A félévben tárgyalt valamely témakörrel kapcsolatos szakirodalmi közlemény ismertetése. (Max. 1 o. dolgozat benyújtása)
Segítő beszélgetés 2.	Gy	Beszámoló	Kliens és segítő (hallgató) közötti két, egymást követő non-direktív segítő párbeszéd részleteinek leírása (jegyzőkönyv-részlet)
Mentálhigiénés projekt 1.	Gy	Beszámoló	Saját tevékenységi kör mentálhigiénés szemléletű feltérképezése projektmunka céljából, projekt napló készítése, a projekt napló írás tapasztalatai, reflexiója
Hivatás-etika	E	Kollokvium	Írásbeli vizsga (kurzuszáró dolgozat)
Mentálhigiénés jelenségek (film) 2.	Gy	Beszámoló	A választott filmben ábrázolt jelenség hogyan hatott és hogyan jelenik meg a hallgató napi szakmai tevékenységében?

Tanulmányi kötelezettségek, 3. félév

Mentálhigiénés jelenségek 1.	E	Kollokvium	Kombinált írásbeli és szóbeli vizsga (Írásbeli teszt és tételsor)
Mentálhigiénés jelenségek 1.	Gy	Beszámoló	A félévben tárgyalt valamely témakörrel kapcsolatos szakirodalmi közlemény ismertetése. (Max. 1 o. dolgozat benyújtása)
Segítő beszélgetés 3.	Gy	Beszámoló	Kliens és segítő (hallgató) közötti három, egymást követő non-direktív segítő párbeszéd részleteinek leírása (jegyzőkönyv-részlet)
Esetmegbeszélés 1.	Gy	Beszámoló	Esetismertető jegyzőkönyv benyújtása, beleértve az esetmegbeszélésre irányuló reflexiót (Min. 4 egymást követő beszélgetésen alapuló segítő kapcsolat)
Mentálhigiénés projekt 2.	Gy	Beszámoló	Munkanapló és önálló mentálhigiénés projekt tervének benyújtása
Fejlődéslélektan + Lelki zavarok	E	Mentálhigiéné 1 komplex vizsga	Összevont szóbeli vizsga a két tárgy anyagából

Tanulmányi kötelezettségek, 4. félév

Mentálhigiénés jelenségek 2.	E	Kollokvium	Szóbeli vizsga kiadott tételek alapján
Mentálhigiénés jelenségek 2.	Gy	Beszámoló	A félévben tárgyalt valamely témakörrel kapcsolatos szakirodalmi közlemény ismertetése (Max. 1 o. dolgozat)
Segítő beszélgetés 4.	Gy	Beszámoló	Kliens és segítő (hallgató) közötti négy, egymást követő non-direktív segítő párbeszéd részleteinek leírása (jegyzőkönyv-részlet)

Esetmegbeszélés 2.	Gy	Beszámoló	Esetismertető jegyzőkönyv benyújtása, beleértve az esetmegbeszélésre irányuló reflexiót
Mentálhigiénés projekt 3.	Gy	Beszámoló	Projekt forgatókönyv, dokumentumok, folyamatértékelő jegyzőkönyv benyújtása
A szakdolgozat- írás módszertana	Gy	Beszámoló	Részletes szakdolgozati terv, vagy szakdolgozat benyújtása
Bevezetés a mentálhigiénébe + Mentálhigiénés jelenségek	E	Mentálhigiéné 1 komplex vizsga	Összevont szóbeli vizsga a két tárgy anyagából