



Szakteirás: Mentálhigiénés segítő szakember

## BUDAPESTI KÉPZÉSI HELYSZÍN

### Általános tudnivalók

**A képzés helye:** KRE BTK Karácsony Sándor Továbbképző Központ (1022 Budapest, Csopaki utca 6.)

**Központvezető:** Vasi Fanni

**Szakfelelős:** Dr. Simon Gabriella egyetemi docens

**A képzés formája:** iskolarendszerű, levelező képzés

**Képzési terület:** bölcsészettudomány

**Szakképesítés:** *mentálhigiénés segítő szakember*

**Szakindítás:** évente, szeptemberben

**Képzési alkalmak:** szemeszterenként összesen 15 nap, 5-ször csütörtök-péntek (csütörtök 9:00-19:30; péntek 9:00-17:30,).

### 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).

### A jelentkezés feltételei

Bármely képzési területen legalább alapképzésben alap- vagy mesterképzésben szerzett felsőfokú (BA, BSc, MA, MSc) végzettség, illetve a korábbi képzési rendszerben szerzett főiskolai vagy egyetemi szintű oklevél. Az Oklevél megszerzéséhez a tantárgyi követelmények teljesítése, a záródolgozat elkészítése és záróvizsgán való megvéde, 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 költségtérítés összege:** 395 000 Ft / félév.

### Jelentkezés

Elektronikusan 2026. április 26-ig, [a KRE honlapján](#).

<https://btk.kre.hu/btkfelveteli/>

**A jelentkezés során a kitöltendő felület 9. pontjába önéletrajzot és motivációs levelet kérünk feltölteni! A jelentkezési dokumentumokat PDF formátumban kérjük elkészíteni, a fájl címe tartalmazza a jelentkező nevét és azt, hogy a dokumentum önéletrajz/motivációs levél.**

Pl. minta\_panna\_oneletrajz ill. minta\_panna\_motivacios\_level



**Javasljuk, hogy a motivációs levélben egyéb lényegesnek tartott információk mellett (a jelentkező szakmai gyakorlata és a jelentkezés motívumai) térjenek ki az alapvégzettségükre, ha van, segítői szakképzettségükre, egyéb segítői tapasztalataikra, illetve az esetleges önismereti csoportmunkában való részvételükre.**

**A dokumentumok feltöltésekor, kérjük, figyeljenek arra, hogy a személyi igazolvány és a lakcímkártya mindkét oldala legyen meg. Ez történhet úgy (is), hogy az igazolvány előzetesen beszkenelt vagy befotózott két oldalát egy dokumentumba szerkesztik, és azt töltik fel.**

**A beérkezett anyagok alapján május végéig értesítjük a jelentkezőket, hogy kiket tudunk meghallgatni a felvételi beszélgetésen.**

**A felvételi beszélgetés** előzetes értesítés alapján kiscsoportban zajlik. A beszélgetés a segítői alapvégzettség meglétére, a szakképzettségre, a szakmai tapasztalatokra, a szakmai gyakorlatra, e körben a segítői szakmai gyakorlatra, az önkéntes munkára (ha van) és a jelentkezés motívumaira irányul. Szempontjaival a motivációs levélben kért képzettségek és tapasztalatok alaposabb kifejtésére tér ki, külön készülést nem igényel. A beszélgetést kiegészíti egy szabad interakciós gyakorlat is, mely a segítői motívumokra irányul. **A felvételire hozzák magukkal a 150 óra önismeret igazolásuk eredeti példányát és másolatát.**

**A felvételi beszélgetés időpontja:** 2026. június

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

### **További információk**

KRE BTK Karácsony Sándor Továbbképző Központ

Postacím: Károli Gáspár Református Egyetem, Karácsony Sándor Továbbképző Központ

1022 Budapest, Csopaki utca 6.

e-mail: [temesvari.timea@kre.hu](mailto:temesvari.timea@kre.hu)

### **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.

- *Fejlődéslelektan* (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, életútelelemzés.

- *Lelki zavarok (26 óra)*

A kurzus célja: a hallgatók alapszinten szerezzenek kellő ismereteket a legfontosabb, leggyakoribb pszichopatológiai 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, szkizofrénia, 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: társadalomlélektani 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 háttér tényezői és megjelenésük jellemzői. Segítő hivatásuk „segítő” és „kiegészítő” 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.

- *Szakdolgozati konzultáció (10 óra)*

A szakdolgozat elkészítését segítő konzultációs munka.

Tanulmányi kötelezettségek: [Innen letölthető.](#)

#### *Záródolgozat, záróvizsga*

A hallgatók a 4. félév során, vagy annak lezárása után záródolgozatot írnak, melyet a soron következő államvizsgán védenek meg. Cél a képzés során megismert valamely tudományterület bármely, a mentálhigiéné szempontjából releváns problémakörének önálló, **tudományos igényű** feldolgozása révén elősegíteni, hogy a hallgató szakmai tevékenysége során fejlessze képességeit, bővítse ismereteit; bemutassa a mentálhigiénés **segítő kapcsolat mentálhigiénés jellegét**, a **projektvezetés gyakorlatát** és az **irodalomkutatás módszereit**; szerezzon tapasztalatot tudományos igényű elemzés készítésében; gyakorolja a mentálhigiénés szemlélet álláspontjának világos, szabatos, tárgyilagos kifejtését. Záródolgozat Segítő kapcsolat bemutatásából vagy Mentálhigiénés projektmunkából



írható. A záródolgozatban a hallgató választott témáját saját szakmai tevékenysége, szakirodalmi tájékozottsága, ismeretei alapján önállóan dolgozza fel.

#### **A záróvizsgára jelentkezés feltételei**

- a 4 félév tantárgyi programjához rendelt tanulmányi kötelezettségek teljesítése;
- a 150 órás önismereti csoportmunka teljesítése;
- az előírt tanegységek teljesítése;
- záródolgozat elkészítése, az előírt konzultációk megtartása, teljesítése, igazolása és a konzulens hozzájárulása a dolgozat benyújtásához.

#### **A záróvizsga elemei**

- A záródolgozat megvédése, valamint elméleti záróvizsga a Záróvizsga Bizottság előtt.
- *Az oklevél minősítését* szakdolgozat érdemjegye + elméleti záróvizsga érdemjegyének átlaga adja.

**Az oklevél átvétele** a záróvizsgát követő 30 nap eltelté után a Tanulmányi Osztály ügyfélszolgálatán (Reviczky utcában) van lehetőség. Amennyiben az oklevél elkészült a Tanulmányi Osztály értesítést küld az érintett hallgatók részére.

A képzési időszakot követő záródolgozati munkára költségtérítést már nem kell fizetni. (A 4 féléves tantárgyi követelmények teljesítésével a hallgató abszolutóriumot szerez, amely elvégzéséről – kérésére – igazolást kaphat.)