

**Закарпатський угорський інститут імені Ференца Ракоці II**

**II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola**

**A PSZICHOLÓGIAI SZOLGÁLAT**

**ÉVES TERVE**

**2024-2025 tanév**

**Beregszász**

**2024**

## Bevezetés

A II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola szervezeti rendszerében a Pszichológiai Szolgálat prevenciós és intervenciós tevékenysége révén támogatja a hallgatókat, az oktatókat és a Főiskola egyéb munkatársait lelki egészségük megtartásában, annak fejlesztésében. A szolgálat tanácsadási, koordinációs, terápiás és egészségorientált ismeretterjesztői feladatokat lát el.

A Pszichológiai Szolgálat tevékenységét az Ukrán Alkotmány alapján érvényben lévő, felsőoktatási intézményeket érintő jogszabályok, azon belül az Oktatási Törvény, Felsőoktatási Törvény, az Emberi Jogok Egyetemes Nyilatkozata, a Gyermek jogairól szóló egyezmény; Ukrajna elnökének és Minisztériumi Kabinetjének az emberi jólét és egészségmegőrzéssel kapcsolatos rendelkezései, a II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola Szabályzata a Pszichológiai Szolgálatáról, a KMF rektorának Az oktatási folyamat megszervezéséről a II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskolán és Az erőszak és zaklatás megelőzéséről és leküzdéséről a II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskolán szóló rendeletei, a pszichológusok Etikai kódexe, valamint Az oktatási rendszerben működő pszichológiai szolgálatok, a 2024/2025 tanévre vonatkozó tevékenységi köreiről című dokumentumok határozzák meg: [https://znayshov.com/News/Details/metodychni\\_rekomendatsii\\_priorytetni\\_napriamy\\_roboty\\_psykhologichnoi\\_sluzhby\\_2024\\_2025](https://znayshov.com/News/Details/metodychni_rekomendatsii_priorytetni_napriamy_roboty_psykhologichnoi_sluzhby_2024_2025). Ukrajna Oktatási és Tudományos Minisztériuma által kiadott rendelet szerint különös figyelmet fordítunk az iskolai erőszak és a munkahelyi zaklatás megelőzésére és kezelésére: <https://mon.gov.ua/news/alhorytm-vzaiemodii-shchodo-preventsii-ta-protydii-bulinhu-v-zakladakh-osvity>

A KMF Pszichológiai Szolgálat feladatait az alábbi szakemberek végzik:

**Lánczi Viktória** – pszichológus, mentálhigiénés szakember. A Debreceni Egyetem Humán Tudományok Doktori Iskola Nevelés- és Művelődéstudományi Doktori Program PhD hallgatója, valamint a Pedagógia, Pszichológia, Tanító, Óvodapedagógia, Oktatás- és Intézményvezetés Tanszék tanársegéde.

**Dr. Berghauer-Olasz Emőke** – pszichológus, mentálhigiénés szakember, képződő művészetterapeuta. A Pedagógia, Pszichológia, Tanító, Óvodapedagógia, Oktatás- és Intézményvezetés Tanszék docense, valamint a Kárpátaljai Magyar Mentálhigiénés Társaság elnöke.

**Ábrány Krisztián** – görögkatolikus pap, mentálhigiénés szakember. Teológiai tanulmányait a Szent Atanáz Görögkatolikus Hittudományi Főiskolán végezte, melyet követően pappá szentelték. A Semmelweis Egyetem Egészségügyi Közszolgálati Karán szerzett mentálhigiénés szakember diplomát.

A II. RF KMF Pszichológiai Szakszolgálatának tevékenységét a **Kárpátaljai Magyar Mentálhigiénés Társaság** önkéntes mentálhigiénés szakemberei segítik

**Olosz Natália** – pszichológus, oligofrénpedagógus, logopédus.

A Pszichológiai Szakszolgálat **célja és feladata** a hallgatók és az oktatók lelki egészségének megőrzése és fejlesztése különböző prevenciós és intervenciós tevékenységek megvalósítása révén. A Szakszolgálat munkatársai a lelki folyamatok elakadása során elsősorban a lelki egészség felől

megközelítve nyújtanak segítséget és támogatást abban, miként lehetséges kezelni a kritikus helyzeteket és más oldalról közelíteni az adott problematikus területhez. A főiskola bázisán működtetett Pszichológiai Szakszolgálat az egészségtudatos felsőfokú intézmény koncepcióját támogatja.

### **A Pszichológiai Szakszolgálat fő célja:**

- magas színvonalú és szakszerű pszichológiai szolgáltatás biztosítása II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola hallgatói, oktatói és munkatársai számára, melynek alapvető célja a lelki egészség megőrzése és erősítése;
- a pszichológiai kultúra és világkép kialakításához szükséges feltételek kialakítása;
- a hallgatók intézményhez való hatékony alkalmazkodásának segítése, valamint segítő beavatkozás biztosítása az adaptációt nehezítő elemek fennállása esetén;
- a harmonikus fejlődés, az önismeret és önmegvalósítás optimális feltételeinek megteremtése;
- a hallgató személyiségfejlődésének megfelelő pszichológiai és pedagógiai támogatás biztosítása többnyelvű környezetben.

A Pszichológiai Szakszolgálat feladatai között a pszichológiai ismeretek terjesztése mellett elsődlegesen a személyiségfejlődést befolyásoló tényezők, az egyéni fejlődés pszichológiai vizsgálata szerepel, melyet a korrekciós és fejlesztő tevékenységek egészítenek ki. Ezek révén a Szakszolgálat munkatársai lehetőséget biztosítanak bizonyos problémák, nehézségek, rossz szokások, negatív érzelmi állapotok stb. leküzdésére a hallgatókban. Emellett, pszichológiai és pedagógiai intervenciók intézkedéseket megvalósítását tűzi ki az eltérő magatartásmódok kiküszöbölésére, a deviáns viselkedés különböző formáinak leküzdésére, korrekciójára; az általános, speciális és szociális képességek fejlesztésének elősegítésére. Különösen fontos feladatának tekinti a tanulás iránti motiváció kialakítását a hallgatókban, valamint a pszichológiai és pedagógiai segítségnyújtást a tanulási és társas körülményekhez való alkalmazkodás érdekében.

Az egyéni pszichológiai konzultáció, pszichológiai tanácsadás során egy hozott probléma (tartós stressz, lehangoltság, alkalmazkodási nehézségek, érzelmileg megterhelő helyzet, krízisek, konfliktusok nehéz kezelése, döntési helyzetek tisztázása) több oldalról történő megvilágításával nyújt segítséget, valamint lehetőséget biztosít a feldolgozásra.

### **A Pszichológiai Szakszolgálat fő tevékenységei:**

- pszichológiai tanácsadás;
- pszichodiagnosztika;

- pszichoprofilaktika
- pszichokorrekción;
- pszichológiai ismeretfejlesztés.

## I. A Pszichológiai Szolgálat 2023-2024 tanévben folyó munkájának elemzése

A Pszichológiai Szolgálat előirányzott feladatai a következők voltak:

- Az oktatási folyamatban résztvevő egyének és csoportok pszichológiai kultúrájának elmélyítése, a hallgatók és tanárok kapcsolati rendszereinek támogatása a humanisztikus elvek jegyében, a személyes pszichológiai elakadások intervenciós megoldásának elősegítése;
- Az egyén szakmai személyiségfejlődése érdekében segíteni a hallgatók oktatási környezetbe való beilleszkedését az adott multikulturális közegben, s ezáltal csökkenteni az adaptációs időszakot;
- Az egyéni bánásmód biztosítása és egyénre szabott módszerek alkalmazása az adott lelki eredetű kérdés megoldásában;
- Lelki egészségük megőrzése érdekében minőséges pszichológiai szolgáltatásban részesíteni mindazokat az oktatási folyamatban résztvevő egyéneket és csoportokat, akik erre igényt tartanak;
- A hallgatók öntudatának, önértékelésének, viselkedéskultúrájának és érzelmi intelligenciájának fejlesztése, a lelki béke és a belső harmónia kialakulásának elősegítése;
- Az agresszív, erőszakos, zaklató viselkedés megelőzése, a hallgatók elméleti és gyakorlati ismereteinek bővítése a védekezés tekintetében. A hallgatók önuralmának és önkontrolljának a fejlesztése;
- A hallgatók motiváltsági szintjének növelése a tanulás, az önfejlesztés, a szakmai kompetenciák fejlődése, valamint önmegvalósítás területein.

A Pszichológiai Szolgálat tevékenységi területein belül elvégzett munka:

1. *A Pszichodiagnosztika* keretén belül egyéni és csoportos felmérések/vizsgálatok révén feltárássra kerültek pszichológiai állapotrendszer eltérései/hiányosságai/hibái, amelyek konzultációs keretek között vagy korrekciós tréninggyakorlatok segítségével kaptak megfelelő támogatást.

2. *A megelőzés* érdekében csoportos kötött és kötetlen beszélgetések, diskurzusok folytak a hallgatók körében az alábbi témákban: *A pályaválasztás motivációi, A kezdő pedagógus kreativitása, Hogy ne váljunk manipuláció áldozatává? Az elvárásoknak megfelelő magatartás kialakítása a személyiség megismerésén keresztül, Társas kommunikáció sajátosságai, Zaklatásmegelőzés (bullying) lehetőségei.* Az év folyamán a Kárpátaljai Magyar Mentálhigiénés Társaság önkénteseinek közreműködésével tréningssorozatot szerveztünk a Bullying (iskolai zaklatás) témakörében.

„*Kezelem a konfliktusokat – békét teremtve magam körül*” címmel szerveztünk Tréningssorozatot a hallgatók számára a különböző évfolyamokról.

3. *Korrekció (terápia)* céllal többalkalmas tréningfoglalkozások szervezése történt: *Megoldom a konfliktusokat és békét teremtek magam körül, Konfliktusok a családban, Stressz, félelem, veszteség..., A mentális egészség megőrzése* címmel.

4. *Pszichológiai tanácsadás* a tanév első szemeszterében az egyéni és csoportos konzultációk a szolgálat Folyamattervének megfelelően zajlottak. Élő találkozások keretein belül megbeszélésre kerültek a pszichológiai vizsgálatok eredményei, a hallgatókat és a munkatársakat érdeklő kérdések (személyes félelmek, aggályok, nehézségek, igények, vágyak, tapasztalatok, stb).

Az Ukrajnát ért orosz katonai intervenció miatt kialakult helyzet megnövelte a pszichológiai konzultáció iránti igényt. Nagy számban keresték a hallgatók, a Pszichológiai szolgálat szolgáltatásait érzelmi támogatásért, az emocionális káoszban való eligazodás és a félelmekkel való megküzdés érdekében. A tanácsadás alkalmai, 1-2 eset kivételével, telefonon vagy online formában valósultak meg.

5. *Pszichológiai ismeretek terjesztése* területén a II.RF KMF Pszichológiai szolgálata, aktív részvételével képviseltette magát Ukrajna állami oktatásának minőségbiztosításáért felelős osztálya által meghirdetett, az egész országra kiterjesztett programban „A pedagógusok pszichológiai támogatása” címmel, a háború elől menekült gyermekeket befogadó iskolákban/osztályokban tanító pedagógusok számára.

## **II. Célkitűzések a 2024-2025 tanévre**

### **A pszichológiai szolgálat tevékenységének céljai:**

- A pszichológiai szolgáltatások minőségének és elérhetőségének biztosítása mind jelenléti, mind pedig online formában.
- A pszichológiai kultúra elmélyítése, a hallgatók és tanárok kapcsolati rendszereinek támogatása, a személyes pszichológiai elakadások intervenciós megoldásának elősegítése az oktatási folyamatban résztvevő egyének és csoportok számára;
- A hallgatók oktatási környezetbe való beilleszkedésének pszichológiai támogatása, és a személyiség szakmai identitásfejlődésének elősegítése.
- Az oktató-nevelő folyamat hatékonyságának növelése a gyakorlati pszichológia eszközeivel.
- A hallgatók „egészségtudatának” fejlesztése a személyiség fizikai, pszichológiai, szociális és lelki vonatkozásaiban.
- A hallgatók öntudatának, önértékelésének, viselkedéskultúrájának és érzelmi intelligenciájának fejlesztése, a lelki béke és a belső harmónia kialakulásának elősegítése.
- A hallgatók motiváltsági szintjének növelése a tanulás, az önfejlesztés, a szakmai kompetenciák fejlődése, valamint az önmegvalósítás területein.

### **A pszichológiai szolgálat tevékenységének feladatai:**

- A KMF hallgatók és munkatársak pszichológiai támogatása nehéz élethelyzeteikben.
- A pszichológiai ismeretek bővítése iránti igény szükségleteinek kielégítése.
- A hallgatók/végzős hallgatók, tanárok pszichológiai támogatása az intellektuális, tudományos és alkotói tevékenységeiben való kibontakozás érdekében.
- Az oktató-nevelő folyamat során felmerült nehézségek, elakadások pszichológiai támogatása.
- A hallgató egészséges személyiségfejlődésének elősegítése az alkalmazott pszichológia eszközei segítségével.

- Terápiás és rehabilitációs tevékenység biztosítása a hallgatók számára, a hatékony beilleszkedés érdekében.
- A hallgatók szociálpszichológiai problémáinak feltárása és kezelése.
- A hallgatók önállósodási folyamatának elősegítése és szakmai beilleszkedési készségeinek erősítése.
- Segítségnyújtás a hallgatói közösség kívánatos erkölcsi-pszichológiai jólétének alakulásában.

### **A Pszichológiai Szolgálat főbb tevékenységi formái:**

1. **Pszichológiai tanácsadás** – az oktatási folyamat valamennyi résztvevője számára biztosítani a lehetőséget arra, hogy a humanisztikus pszichológia elveinek megfelelő pszichológiai tanácsadásban részesülhessenek;

2. **Pszichodiagnosztika** – megfigyelések, interjúk, megbízható, pszichológiai tesztműszerek alkalmazása a diákok, tanárok, munkatársak és csoportok esetén jelentkező pszichológia jelenségek feltárására és azok integritás elven való korrekciója;

3. **Megelőzés** – egyéni és csoportos tanácsadások, kerekasztal-beszélgetések, szemináriumok, előadások stb., érintett célcsoportok számára;

4. **Rehabilitáció** – pszichológiai, pedagógiai és szociális támogatás olyan hallgatók számára, akik beilleszkedési, viselkedési, társas kapcsolati, élethelyzeti, érzelmi-akarati nehézségekkel küzdenek/küzdöttek meg;

5. **Felvilágosítás** – olyan időszerű pszichológiai tartalmú ismeretek közvetítése, amelyek figyelemfelkeltő, problémamegoldó, egészségmegőrző, kapcsolati kultúrafejlesztő hatással vannak a hallgatókra, a tanárookra, a kollégium nevelőkre és a szülőkre;

6. **Szociális patronálás** – a diákoknak nyújtott szociálpszichológiai támogatás, amelynek célja az életkörülmények és a szociális problémák megoldása/javítása;

7. **Szervezési és módszertani munka** – a munkaterv és beszámoló összeállítása; felkészülés az ismeretterjesztő előadásokhoz, felszólalásokhoz, szemináriumokhoz, beszélgetésekhez, tréningfoglalkozásokhoz; informatív, figyelemfelkeltő tartalmú pszichológiai ismereteket közlő anyag előkészítése, kidolgozása; a pszichológiai vizsgálatok eredményeinek kiértékelése, elemzése és interpretálása; bibliográfiai kutatások, elméleti és gyakorlati eszköztárbővítés; tanulmányi-módszertani, tudományos-módszertani központok munkájában való aktív részvétel; szakirányú konferenciákon való részvétel.

**Karantén ideje alatt, avagy távoktatás esetén** a pszichológiai szolgálat tevékenysége online formában működhet tovább, és Ukrajna Oktatási és Tudományos Minisztériumának "A COVID-19 koronavírus terjedésének megfékezésére irányuló szervezési intézkedésekről" szóló rendelete (№ 406 sz. 16.03.2020.) értelmében kerül átszervezésre az ott található javaslatoknak megfelelően.

## Tréning-témakörök a 2024-2025 tanévre:

- „Mondj nemet az iskolai erőszakra és a munkahelyi zaklatásra”
- *Előadás tréninggyakorlatokkal:* „Mondjunk „MEGÁLLJT!” a zaklatásnak”
- *Előadás tréninggyakorlatokkal:* „Az agresszió kialakulásának és kibontakozásának mechanizmusai”
- Tréning „Társadalmi sztereotípiák és előítéletek az észlelésben és ezek hatása a másik ember megértésére”
- Tréning „Alkalmazkodás és csapatépítés”
- Tréning „Önbizalom – asszertivitás”
- Tréning „A társadalom válsághelyzetének hatása az egyénre. Az életkorral összefüggő személyiségkrízisek”
- Tréning „Az érzelmi intelligencia (EQ)”
- Tréning „Empátia”
- Tréning „Konfliktuskezelés”
- Tréning „A stresszel való megküzdés technikái”
- Tréning „Szakmai szocializáció”
- Tréning „Hogyan birkózzunk meg a stresszel?”
- „Kommunikációs készségek" tréning
- „Szülőkkel való munka" tréning
- Filmklub – filmnézés másképp

## Tartalom

№	Tevékenységi formák típusai és formai megoldások	Tervezett időpont	Célcsoport	Megjegyzés
<b>1. DIAGNOSZTIKAI MUNKA</b>				
1.1	A főiskolai környezetbe való beilleszkedés és a tanulás folyamatának kérdőíves vizsgálata	szeptember-október	I-V. évfolyam nappali tagozatos hallgatói	
1.2	A diákok kollégiumi közösségbe való beilleszkedésének kérdőíves vizsgálata	október	I-V. évfolyam nappali tagozatos hallgatói	
1.3	A vizsgaidőszakra való felkészülés és a tanulás sikerességének kérdőíves vizsgálata	december/január	I-V. évfolyam nappali tagozatos hallgatói	
1.4	Kérdőíves felmérés "Tanárok diákszempel" címmel	december/január, május/ június	a II RF KMF hallgatói	
1.5	<p>Az érzelmi kiegyensúlyozottság szintjének, az önismeret, a kommunikációs készségek, a szakmai irányultság és a pszichikus folyamatok szervezeti egyensúlyának és fejlettségi szintjének a vizsgálata.</p> <p><i>Vizsgálati módszerek:</i>                      Többdimenziós személyiségvizsgáló kérdőív „Integrációs készség”;                      Beck-féle depresszió skála;                      „Hangulatmérő, szuicid-hajlam”- teszt "PHQ-9"                      Magányérzet szintjének diagnosztizálására D. Russell és M. Ferguson. Teszt - "Vágyódás a gyengédségre".</p>	A tanév folyamán	I. évfolyam nappali és levelező tagozatos hallgatói	
1.6	A hallgatói csoportok társas kapcsolataiban uralkodó viszonyrendszerek vizsgálata, különös tekintettel a „kirekesztett” hallgatókra és az informális leader-re. (J. Moreno "Szociometria"-tesztje segítségével)	Igény szerint	I-IV. évfolyam nappali és levelező tagozatos hallgatói	

1.7.	Egyéni vizsgálatok a tanulási és beilleszkedési nehézségekkel küzdő hallgatók körében a megismerő folyamatok zavarainak feltárása érdekében. <i>Vizsgálati módszere:</i> „Pszichológiai állóképesség-teszt” (Prognózis)	Kérésre	I-IV. évfolyam nappali és levelező tagozatos hallgatói	
------	--	---------	---	--

1.8	A hallgatók motiváltsági szintjének feltárása (Motívumleltár – módszer, Hajlam-érdeklődés – teszt, a Személyiség sikerorientáltági szükséglete-teszt)	Igény szerint	I-V. évfolyam nappali tagozatos hallgatói	
1.9	Kérdőív "A pedagógusok és a diákok pedagógiai együttműködéssel kapcsolatos megítélésének sajátosságai" címmel	A tanév folyamán	I-VI. évfolyam nappali tagozatos hallgatói	
1.10	A hallgatók pszichológiai érettségvizsgálata a felsőoktatásban való tanulás rendszerében	szeptember- október	I-VI. évfolyam nappali tagozatos hallgatói	

## 2. KONZULTÁCIÓ (tanácsadás)

2.1.	Hallgatók számára tervezett konzultációs témák: -Az önálló tanulás készségei, technikái. -A tanulási folyamat tartalmi aspektusai. -A tanulói csoportokba való beilleszkedés és a tanulási folyamatokhoz való alkalmazkodás. - A társas kommunikáció tulajdonságai és hatásmechanizmusai. -A tanár-diák konfliktusok kommunikációs hibái. -Társas kapcsolatok a hallgatói közösségben. -Személyközi (intim) kapcsolatok. -Érzelmi kapcsolatok a szülőkkel. -Családi viszonyrendszerek. - Alkoholfüggőség. - Drogfüggőség. - Internetfüggőség. - Stressz, félelem, frusztráció, veszteségek, depresszió – a háború okán kialakult poszttraumás szindróma	(egy-egy téma konzultációra szánt időtartama 2 óra)  A tanév folyamán	I-VI. évfolyam nappali és levelező tagozatos hallgatói  Egyéni és kiscsoportos konzultációk (a szakszolgálat irodájában, telefonos, Meet, Zoom elektronikus felületeken)	
------	---	---	--	--

2.2.	<p>A kurátorok és kollégiumi nevelők számára tervezett konzultációs témák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-A hallgatók pszichológiai támogatása a háború okozta érzelmi biztonságérzet elvesztése okán.</li> <li>-Hatékony pedagógiai módszerek a hallgatók személyiségfejlődésének támogatásában.</li> <li>-Konfliktusok egyes hallgatókkal vagy hallgatói csoportokkal.</li> <li>-A munkatársak kapcsolati nehézségei.</li> <li>-Személyes életvezetési, érzelmi, életkori válságok.</li> </ul>	<p>(egy-egy téma konzultációra szánt időtartama 1,5 óra)</p> <p>A tanév folyamán</p>	<p>Kurátorok, mentorok, tanárok, kollégiumi nevelők</p> <p>Egyéni és kiscsoportos konzultációk (a Szakszolgálat irodájában, telefonos, Meet, Zoom</p>	
------	---	--	---	--

			elektronikus felületeken)	
2.3.	<p>Előadó-, kutató-tanárok, pedagógusok, számára tervezett témák:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-A pedagógushivatás módszertani problémái a tanítási folyamat rendszerének megoldásai az online- és hibrid oktatásban</li> <li>- Konfliktusok egyes hallgatókkal vagy hallgatói csoportokkal.</li> <li>- Kollegiális együttműködés és támogatás.</li> <li>-Személyes életvezetési, szakmai, érzelmi, életkori válságok.</li> </ul>	<p>(egy-egy téma konzultációra szánt időtartama 1,5 óra)</p> <p>A tanév folyamán</p>	<p>A II.RF KMF tanárai</p> <p>Egyéni konzultációk (a Szakszolgálat irodájában, telefonos, Meet, Zoom elektronikus felületeken)</p>	
2.4.	<p>Tanácsadás a II.RF KMF vezetősége számára, a hallgatók pszichológiai és pedagógiai támogatásával kapcsolatos kérdésekben.</p>	<p>A tanév folyamán</p>	<p>Felkérésre vagy egyéni tanácsadás formában</p>	
2.5.	<p>Tanácsadás a II.RF KMF közösségi szervezetei számára (HÖK - Hallgatói Önkormányzat)</p>	<p>A tanév folyamán</p>	<p>Felkérésre vagy egyéni tanácsadás formában</p>	

2.6.	Tanácsadás a főiskolai hallgatók szülei számára. Tervezett témák: -Szülői támogatás eszközei, a hallgató eredményes tanulása érdekében; -Az önállóság és önszervezés problémái; -A konfliktusok kommunikációs hibái; -Az ifjúkor krízisei; -A szakmára való felkészülés pszichológiai aspektusai; -Az önmegvalósítás tendenciái ifjúkorban; -A mentális egészség megőrzése, stresszkezelési technikák.	A tanév folyamán  Igény szerint	A kurátor és a főiskola vezetésének kezdeményezésével, vagy egyéni tanácsadás formában  (a Szakszolgálat irodájában, telefonos, Meet, Zoom elektronikus felületeken)	
2.7.	Rendszeres tanácsadás szuicid hajlamú hallgatók (gondolat, szándék, törekvés, próbálkozás), azok szülei, a kurátorok, valamint olyan személyek számára, akik tanúi voltak az öngyilkossági kísérletnek.	A tanév folyamán	A kurátorok kezdeményezésére és a KMF Adminisztrációja kérésére (a Szakszolgálat irodájában)	
2.8.	Tanácsadás a kollégiumaiban élő I-II. évfolyamos hallgatók számára (az új életkörülményekhez való alkalmazkodás folyamatainak pszichológiai értelmezése, közösségi	A tanév folyamán	Kollégiumban élő I-II. évfolyamos hallgatók	

	viszonyrendszerek kialakításának elősegítése érdekében).			
2.9.	Csoportos konzultációk tervezett témakörei I-IV. évfolyamos hallgatók számára: • Érzelmi intelligencia EQ • Hatékony bemutatkozás, önérvényesítés • Empátia • Tolerancia	október, december, február, április	I-VI. évfolyam nappali tagozatos hallgatói	
<b>3. KORREKCIÓ (terápia, fejlesztés)</b>				
3.1.	Az egyéni fejlesztés rendszerének kidolgozása a pszichológiai vizsgálatok és felkérések alapján	A feltárt problémák szerinti kategóriákban	A főiskola hallgatói	
3.2.	Tréning „Alkalmazkodás és csapatépítés”	november	I. évfolyam nappali tagozatos hallgatók	

3.3.	Tréning „Az agresszió kialakulásának és kibontakozásának mechanizmusai”	október	II. évfolyam nappali tagozatos hallgatók	
3.4.	Korrektív csoportok szervezése a <i>beilleszkedési nehézségekkel küzdő hallgatók számára</i>	I. félév	I. évfolyam nappali tagozatos hallgatók	
3.5.	Tréning „Társadalmi sztereotípiák és előítéletek az észlelésben és ezek hatása a másik ember megértésére”	január	I-III. évfolyam nappali tagozatos hallgatói	
3.6.	Tréning „Önbizalom – asszertivitás”	II. félév	I. évfolyam nappali tagozatos hallgatók	
3.7.	Tréning „Konfliktuskezelés”	I. félév	II–V. évfolyam nappali tagozatos hallgatók	
3.8.	Tréning „A stresszel való megküzdés technikái”	II. félév	A HÖK tagjai	
3.9.	<i>Előadás tréninggyakorlatokkal: „Mondj nemet az iskolai erőszakra és a munkahelyi zaklatásra”</i>	I. félév 2024. november 18-22.	II., III. évfolyamos hallgatók	
3.10.	<i>Előadás tréninggyakorlatokkal: „A társadalom válsághelyzetének hatása az egyénre. Az életkorral összefüggő személyiségkrízisek”</i>	II. félév 2025. május 5-9.	A KMF diákjaival a kurátori órák keretein belül	
3.11.	<i>Előadás tréninggyakorlatokkal: «Mondjunk „MEGÁLLJ!”-t a zaklatásnak»</i>	II. félév	A KMF diákjaival a kurátori órák keretein belül	
3.12.	Tréning „Szakmai szocializáció”	Havonta egyszer	I. évfolyam nappali tagozatos hallgatóknak	
3.13.	„Szülőknek szóló” tréning	Havonta egyszer	I. évfolyamos hallgatók szüleivel	
3.14.	Filmklub – filmnézés másképp	Havonta egyszer	A KMF hallgatóinak (igény szerint)	
<b>4. PSZICHOLÓGIAI ISMERETEK BŐVÍTÉSE</b>				
4.1.	<i>Kurzus A bullying (zaklatás) elleni küzdelem és megelőzés az oktatási intézményekben címmel.</i>	A tanév folyamán		

4.2.	Kurzus <i>Pedagógiai konfliktusok sajátosságai!</i> címmel.	I. félév		
4.3.	Webinárium <i>A szokás hatalma</i> címmel.	A tanév folyamán		
<b>5. PSZICHOLÓGIAI FELVILÁGOSÍTÁS</b>				
5.1.	A hallgatók számára tervezett témák: az élet értékei; a sikeres beilleszkedés és alkalmazkodás külső és belső feltételei; a csoportban uralkodó pozitív pszichológiai légkör megteremtése; az aktív közéleti tevékenység, mint az egyéni lelki problémák és a frusztráció leküzdésének összefüggései.	A tanév folyamán	II–V. évfolyam nappali tagozatos hallgatók	
5.2.	Diákkonferencia " <i>Addiktív (függőségi) magatartásformák – tabuk nélkül</i> " címmel a dohányzás-, ifjúkori alkoholizmus-, internet- és drogfüggőség pszichológiai hátérvizsgálata.	A tanév folyamán	II–V. évfolyam nappali tagozatos hallgatók	
5.3.	Informatív-gyakorlati foglalkozások tervezett témái kollégiumi nevelők számára: - a bűnözési hajlam és a kábítószerfüggőség, - a káros szokások kialakulásának megelőzési lehetőségei; - a személyes méltóság és becsület formálódása; - konfliktusmegelőzés a hallgatói közösségben; - a nevelő pedagógusok szerepe a diákok kulturált kommunikációs környezetének kialakításában.	A tanév folyamán	Kollégiumi nevelőtanárok	
5.6	Eseménysorozat <i>A zaklatás elleni nemzetközi világnap</i> alkalmából.	2024. november 18-22. 2025. május 5-9.	I., V. évfolyam nappali tagozatos hallgatók Pszichológiai szolgálat, ügyvédek/jogászok	
5.7.	Rendezvény <i>A mentális egészség napja</i>	2024. október 10.	I–V. évfolyam nappali tagozatos hallgatói, PP tanszék munkatársai	

## 6. SZERVEZÉSI ÉS MÓDSZERTANI MUNKA

6.1	A Pszichológiai Szolgálat éves tervének kidolgozása a 2024-2025-es tanévre	2024. augusztus	a Pszichológiai Szolgálat munkatársai	
6.2.	Előadások, felszólalások, gyakorlati tájékoztatók, foglalkozások, tréningek előkészítése a hallgatók, tanárok, nevelőpedagógusok számára; kérdőívek, kidolgozása.	2024/2025-ös tanévre vonatkozó tematikáknak és feladatoknak/tervnek megfelelően	pszichológus irodája, könyvtár	
6.3.	Konferenciákon, szemináriumokon, tudományos és módszertani megbeszéléseken való részétel (hazai és nemzetközi szinteken).	Meghívás és felkérés alapján		
6.4.	Önképzés. Könyvtári munka.	Havonta 1 alkalommal	Könyvtár	
6.5.	Tréningek, kurzusok, projektek kidolgozása az aktuális korrekciós- és fejlesztői feladatoknak megfelelően	A tanév folyamán		
6.6.	Tudományos cikkek, tájékoztató, figyelemfelkeltő szórólapok készítése	A tanév folyamán		
6.7.	Beszámolók készítése a Szolgálat tevékenységéről és munkájának eredményességéről	az I. és II. félév lezárta után		
6.8.	Faliújság szerkesztése a kollégium hallgatói számára az alábbi tartalmakkal: "Milyen motivációs erők hatnak ösztönzőleg a tanulásra?" "A beilleszkedési nehézségek leküzdési módjai"; "Egészséges életmód szokásainak fortélyai"; "Ötlettár a hasznos szabadidő eltöltésére"; "Mentális egészségmegőrzés technikái"; "Az egészségtudatos magatartás – az életminőség záloga".	A tanév folyamán		
6.9.	A pszichológiai vizsgálatok eredményeinek feldolgozása, interpretációja.	A tanév folyamán	a Szakszolgálat irodájában	

6.10.	A pszichológiai szakszolgálat módszertani eszköztárának folyamatos bővítése, rendszerezése.	A tanév folyamán	a Szakszolgálat irodájában	
<b>7. INTÉZMÉNYEN KÍVÜLI TEVÉKENYSÉGEK</b>				
7.1.	Diákszallók, kollégiumok látogatása, amelyek nem a Főiskola fenntartásában működnek – (körülmények felmérése, egyéni konzultációk lehetőségének biztosítása)	A hónap utolsó pénteki napja	Hallgatók, akik nem a II. RF KMF kollégiumában laknak	
7.2.	Látogatás a HÖK iroda szervezeténél (körülmények felmérése, egyéni konzultációk lehetőségének biztosítása)	A hónap első pénteki napja	A HÖK szervezetének tagjai	
7.3.	Együttműködési kapcsolatok kialakítása más felsőoktatási intézmények pszichológiai szolgálataival	A tanév folyamán		
7.4.	Folyamatos kapcsolattartás olyan hallgatók családjaival, akik nehéz élethelyzetbe kerültek.	Meghívás és felkérés alapján		

Az éves terv végrehajtásáért felelős:

Lánczi Viktória, pszichológus,  
mentálhigiénés szakember;

Dr. Berghauer-Olasz Emőke, Ph.D,  
pszichológus, mentálhigiénés szakember és

Olosz Natália, pszichológus,  
oligofrénpedagógus, logopédus