

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

**Általános tudnivalók**

**A képzést működtető intézmény:** KRE BTK Pszichológiai Intézet – Pszichológiai Továbbképző Központ

**Központvezető:** Törő Norbert

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

**A képzés helyszíne:** II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola, Beregszász

**Célcsoport:** a képzés azok számára indul, akik Ukrajnában élnek és dolgoznak

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

**Képzési terület:** bölcsészettudomány

**Szakképesítés:** *Mentálhigiénés segítő szakember*

**Szakindítás:** **kétévente szeptemberben**

**Képzési alkalmak:** félévente 5x2 nap, péntek–szombat.

Szemeszterenként összesen 15 nap, 5-ször péntek-szombat (péntek 8:00-16:50; szombat 8:00-16:30), és 5 nap önismeret – csak azok számára, akiknek nincs korábbról elfogadható önismereti csoportmunkájuk. Az önismereti csoportmunka az 1., 2. és 3. félévben 50-50-50 óra, mindösszesen tehát 150 óra, melynek pontos időbeosztását a képzésre felvett hallgatókkal külön egyeztetjük.

**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 költségtérítés összege:** 50 000 Ft / félév.

**A jelentkezés feltétele:**

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

**Hangsúlyozzuk továbbá, hogy azoknak a jelentkezését tudjuk fogadni, akik életvitelszerűen Ukrajnában élnek, dolgoznak.**

**A jelentkezés lépései**

**Jelentkezéseket 2025. augusztus 1-jéig fogadunk. (Meghosszabbítva!)**

### 1.) elektronikus jelentkezés:

az alábbi linkre kattintva az online jelentkezési felület kitöltésével [a KRE honlapján](#).

A dokumentumok feltöltésekor, kérjük, figyeljenek arra, hogy az új típusú (plasztik) 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. Ehhez a lakcímet igazoló dokumentumot is szükséges csatolni.

A régi típusú személyi igazolványnál az első két oldalt, az aktuális fényképes oldalt, valamint a lakcímberegyszt is szükséges szkennelni.

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

Javasoljuk, 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.

Majd az elektronikus jelentkezést követően

### 2.) az alábbi papíralapú dokumentumok postázása:

- az elektronikus jelentkezést követően egy visszaigazoló e-maillal megkapott, nyomtatott, aláírt jelentkezési lap – megszerzett diploma, 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 terjedelemben)

***Kérjük, hogy az elektronikus jelentkezéssel párhuzamosan a jelentkezési anyagokat postai úton is küldjék meg a KRE Pszichológiai Intézet címére, hogy azok a jelentkezési határidő lejárta előtt biztosan megérkezzenek az Intézetbe!***

Postázási cím:

Tóth Ferencné ügyintéző

KRE BTK Pszichológiai Intézet Továbbképző Központ

1022 Budapest, Csopaki utca 6.

### A felvételi beszélgetés

A szakmai gyakorlatra és a jelentkezés motívumaira irányul, külön készülést nem igényel. Felvételi keretszám: 36 fő.

**A felvételi beszélgetés időpontja: 2025. június 25. Új időpont: 2025. augusztus 8.**

**Helyszíne:** II. Rákóczi Ferenc Kárpátaljai Magyar Főiskola, Beregszász

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

Az új évfolyam 2025 szeptemberétől kellő számú felvett jelentkező esetén indul.

### **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: 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 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 megismerése. 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.

*Az Önismereti csoportmunka* (150 óra) hozzájárul a korábbi és aktuális életeseményekhez fűződő érzelmi viszonyulás háttérének megértéséhez, ezáltal elmélyíti az önismeretet, elősegíti az önkifejezést és önelfogadást. 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: +36305747934

e-mail: [tovabbkepzes.ptk@kre.hu](mailto:tovabbkepzes.ptk@kre.hu)

**MENTÁLHIGIÉNÉS SEGÍTŐ SZAKEMBER**  
**KRE BTK PSZICHOLÓGIAI INTÉZET – PSZICHOLÓGIAI TOVÁBBKÉPZŐ KÖZPONT**  
**BEREGSZÁSZ,**  
**II. RÁKÓCZI FERENC KÁRPÁTALJAI MAGYAR FŐISKOLA – KIHELYEZETT KÉPZÉSI**  
**HELYSZÍN**

| <b>Tárgy</b>                                    | <b>Elm.<br/>/Gyak.</b> | <b>Követelmény</b> | <b>Feladat</b>                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------|------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tanulmányi kötelezettségek, 1. félév</b>     |                        |                    |                                                                                                                                                     |
| Bevezetés a mentálhigiénébe 1.                  | E                      | Kollokvium         | „Közvetlen lakókörnyezetem támogató rendszere, ahogyan 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) |
| <b>Tanulmányi kötelezettségek, 2. félév</b>     |                        |                    |                                                                                                                                                     |
| 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 |
| Hivatásetika                        | 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<br>1 komplex vizsga | Összevont szóbeli vizsga a két tárgy anyagából                                                                                    |