

# MENTÁLHIGIÉNÉ SZAKIRÁNYÚ TOVÁBBKÉPZÉS

## TANTÁRGYLEÍRÁSOK

<b>Szocializáció</b>
A tantárgy leírása: A kurzus célja, hogy átfogó képet adjon a személyiség alakulását meghatározó tényezőkről. A kurzus fejlődés- és személyiséglélektani vonatkozásokat egyaránt beépít a pszichikus fejlődés és működés lényegi leírásába. Részletesen tárgyalja a viselkedést meghatározó tényezők alakulása, a biológiai és szociális meghatározók kapcsolata (humánétológiai és evolúciós pszichológiai szempontok alapján), a korai fejlődés és a szocializációs folyamat, az utánpótlás és szociális tanulás jelenségeit. Bemutatja a pszichikus fejlődés különböző elméleti modelljeit (pszichoanalízis, behaviorizmus, humanisztikus irányzat), valamint a kritikus fejlődési zavarok és fejlődési krízisek megjelenését a szocializációban (az én-alakulás és korai személyiségfejlődés, latencia-időszak problémái, serdülőkori személyiségváltozások, a felnőttkori identitás megjelenése).
Félév: <u>őszi</u> / tavaszi / mindkettő
A tárgy típusa: kollokvium
Óraszám: 15

<b>Személyiséglélektani alapok</b>
A tantárgy leírása: A személyiséglélektan című tárgy áttekintést nyújt a pszichológia tudománytörténete során kialakult fontosabb személyiséglélektani irányzatok alapvető elgondolásairól. Tárgyalja az elméletalkotás törvényszerűségeit, az elmélet és gyakorlat összefüggéseinek különféle aspektusait. A stúdium jelentős hangsúlyt fektet a pszichoanalízis, a behaviorizmus és a humanisztikus pszichológia személyiség-felfogásának részletesebb tárgyalására, mely irányzatok elgondolásrendszere a későbbi segítő munka elméleti megalapozását teszi lehetővé.
Félév: <u>ősz</u> i / tavaszi / mindkettő
A tárgy típusa: kollokvium
Óraszám: 10

## **Alkalmazott szociálpszichológia kutatási módszerek**

A tantárgy leírása:

A tantárgy célja bevezetést nyújtani a szociálpszichológiai jelenségek azon körébe, amelyek a mindennapi élet pszichológiai és társadalmi összefüggéseit írják le. A tananyag a tudományos megközelítés és gyakorlati felhasználásának kapcsolatát igyekszik megmutatni a következő témakörökön keresztül:

- a szociálpszichológia helye a pszichológiában és a tudományok rendszerében;
- főbb kérdéskörök, irányzatok és vizsgáló eljárások;
- a társadalmi befolyásolás: propaganda, meggyőzés és tömegkommunikáció;
- a kommunikáció szociálpszichológiai vonatkozásai, a verbális és nonverbális csatornák; alkalmazkodás a többséghez: norma, konformitás és deviancia;
- a proszociális viselkedés szociálpszichológiája, a társas támasz;
- társadalmi szervezetek, csoportok, döntési folyamatok.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: kollokvium

Óraszám: 10

## **Bevezetés a szociológiába**

A tantárgy leírása:

A tantárgy célja, hogy megismertesse a hallgatókkal a szociológia alapfogalmait, a mai magyar társadalomkutatás legfontosabb tanulságait. Így tárgyalásra kerülnek a következő témák:

- A szociológia tudományának sajátosságai, helye a társadalomtudományok körében.
- Az európai paradigma és Magyarország.
- A magyar szociológia hozzájárulása a társadalomtörténet kutatásához.
- A társadalom struktúrája és rétegződése.
- A társadalmi egyenlőtlenségek.
- A társadalmi mobilitás.
- A modernizáció és következményei.
- Társadalmi változás a modern világban.
- Módszerek és elméletek a szociológiában témakörei.

A megszerzett ismeretek segítségével a hallgatók alkalmassá tehetők a mentálhigiénés problémák történeti-szociológiai hátterének elemzésére.

Félév: ősz / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: kollokvium

Óraszám: 5

## Bevezetés a szociálpolitikába

A tantárgy leírása:

A tantárgy célkitűzései között szerepel, hogy egyértelművé tegye a hallgatók számára azt, hogy egy társadalmpolitikai koncepció - csakúgy mint egy szociálpolitikai -, meghatározott társadalmi-gazdasági körülmények között, eltérő értékszempontok és érdekek által meghatározottan érlelődik ki, ugyanakkor alapvető szakmai, szakszerűségi követelményeknek is meg kell felelnie. A tantárgy különböző megközelítési módokat kombinál, így az ágazatonkénti, vagy a szakmai alapelvek alapján történő tárgyalás éppen úgy megtalálható benne, mint a célcsoportok szerinti.

- Részletes megbeszélésre kerül a szociálpolitika fogalmának értelmezése.
- Társadalmi újratermelés és társadalmpolitika.
- Gazdaság és társadalom: az állami beavatkozás elméletei, állami szociálpolitika.
- A szociálpolitika alapelvei: biztonság (abszolút és relatív), felelősség; prevenció - korrekció, Integráció - szegregáció, normativitás - interpretativitás; univerzalitás - szelektivitás, szubszidiaritás, a kevésbé választhatóság elve;
- Az ellátási formák sajátosságai, a humán szolgáltatások, a nonprofit szervezetek szociálpolitikai szerepe;
- Az együttműködés lehetőségei a szociálpolitika szereplői között; a jövedelemelosztás szociálpolitikai vonatkozásai;
- A köz-, a magán- és a vegyes finanszírozás; a transzfer jövedelmek;
- A társadalombiztosítás;
- Interperszonális, intertemporális, horizontális, vertikális redisztribúció.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: kollokvium

Óraszám: 10

## **Alkalmazkodási zavarok gyermekkorban**

A tantárgy leírása:

A tárgy célja, hogy alapismereteket adjon a gyermek- és serdülőkorban kialakuló pszichés megbetegedések leggyakoribb okairól, lefolyásáról, kezelhetőségéről. Rövid elméleti bevezetőt tartalmaz, mely egyrészt ismertet néhány gyakran használt klinikai fogalmat, elkülönítve ezek jelentését a felnőttkorban szokásos használatától (pl. neurózis, pszichózis, korai sérülés, én-fejlődési zavar, fejlődési elakadás, identitás-krízis, külső és belső konfliktus, elhárító mechanizmusok, stb.)

A tárgy időrendben követi a gyermek fejlődését, az életkori krízispontokat, a csecsemőkor lehetséges problémáit, az anya-gyerek kapcsolat legtipikusabb zavarait. Ezt követik a kisgyermekkor, az óvodáskor, a kisiskoláskor, majd a prepubertás és pubertás problémái. Minden korszak megbeszélését az adott időszak fejlődési feladatának megbeszélése vezeti be, ennek egészséges megoldása, illetve lehetséges torzulásai. A fejlődési feladat megoldásában a családi reakciókra nagy hangsúlyt fektetünk, a lehetséges problémákat próbáljuk a szűkebb, és néha a tágabb környezet (iskola, kulturális milió) kontextusában megérteni.

Egy-egy tipikus reakciómódhoz kötődő zavarokat (pl.: pszichoszomatikus problémák, magatartás-rendellenességek, beszédzavarok) annál az életkornál beszélünk meg, amelyben legtipikusabb az előfordulása, nyilvánvalóvá téve, hogy szinte minden fajta zavar más korban is előfordul.

A tünetek mögöttes jelentését, értelmezhetőségét általában vázlatosan közöljük, tekintve, hogy ennek megoldása a klinikai szakpszichológus feladata.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: kollokvium

Óraszám: 10

<b>Alkalmazkodási zavarok felnőttkorban</b>
---

A tantárgy leírása:
---------------------

A normalitás problematikájának áttekintése után a felnőttkorban előforduló azon patológiás pszichikus jelenségek, betegségek tárgyaljuk, melyek a mentálhigiénés munka keretében előfordulhatnak.
---

Normalitás, a pszichés egészség meghatározásának problematikája, kritériumai, definíciója.
--

A betegszerep, a diagnózis mint stigma.
---

Betegszerep és a betegségelnyök, a betegséghez való viszonyulás. A pszichotikus zavarokkal: szkizofrénia, paranoia.
---

Hangulatzavarok: depresszió és mánia.
---------------------------------------

Szorongásos zavarok: generalizált szorongás, pánikzavar, fóbiák, kényszer. Szomatoform
--

zavarok: hipochondria, szomatizációs szindróma, konverzió. Személyiségzavarok.
--

Pszichoszomatikus zavarok.
----------------------------

Evészavarok: anorexia nervosa, bulimia nervosa.
---

Félév: Félév: <u>ősz</u> / <u>tavaszi</u> / mindkettő
---

A tárgy típusa: kollokvium
----------------------------

Óraszám: 15
-------------

## **A deviáns viselkedés**

A tantárgy leírása:

A tárgy célja, hogy alapvető ismereteket nyújtson a társadalmi beilleszkedési zavarok témakörében. Meghatározza a deviancia fogalmát, összekapcsolva a szociológiai, szociálpszichológiai közelítések által feltárt tényezőkkel.

A deviancia kialakulásával kapcsolatban különböző modelleket vázol fel, kiemeli a személyiségfejlődés és szocializáció kritikus pontjait, melyek a deviáns viselkedés kiinduló pontjaivá válhatnak. Részletesen bemutatja az egyes devianciákat: pl. drog, alkohol, öngyilkosság, antiszocialitás, játékszenvedély.

Az egyes deviancia-formák ismertetésénél kitér a zavar eredetének, kialakulásának specifikumaira, tipikus megjelenési formáira, kezelési lehetőségeire és ennek nehézségeire. Az elméleti alapokra építve sorra veszi a mentálhigiénés beavatkozás lehetőségeit, különös tekintettel a prevencióra, a rehabilitációra. Ismereteket ad a beilleszkedési zavarok azonosításához, ezek súlyosságának, kimenetelének megítéléséhez. Figyelembe véve a mentálhigiénikus szakember feladatkörét, segítséget nyújt abban, hogy a megfelelő szakellátásba irányítsa a klienst, illetve a veszélyeztetett csoportok körében megelőző tevékenységet folytasson.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: kollokvium

Óraszám: 10



## **Mentálhigiéné I.**

A tantárgy leírása:

Célunk megismertetni a hallgatókkal a mentálhigiéné fogalmának, történeti alakulásának áttekintésén keresztül a mentálhigiéné tevékenységet, a mentálhigiéné kapcsolatát az egyéb humán szolgáltatásokkal, a következő témakörökön keresztül:

- A mentálhigiéné története, alapfogalmai.
- Az orvosi, pszichiátriai, „pozitív” mentálhigiéné, közösségi mentálhigiéné, szociobiológiai, evolúciós, „New Age” koncepciók.
- A lelki egészségvédelem lépcsői: primer, szekunder, terciar prevenció.
- A mentálhigiéné tevékenység helye, keretfeltételei, a mentálhigiéné modellek és ellátórendszerek.
- A magyar populáció egészségügyi helyzetképe.
- A szorongás, a félelem és a stressz mentális károsító hatását és az ezekkel való megküzdés (megelőzés) lehetőségeit részletesen tárgyaljuk: A szorongás és a félelem. A stressz és az életesemények. Megelőzés, megküzdési stratégiák, pozitív coping mechanizmusok.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: kollokvium

Óraszám: 15

## Önismereti és személyiségfejlesztő csoport I., II.

A tantárgy leírása:

A mentálhigiénés szakirányú képzettséggel rendelkezők szemléletének formálásában meghatározó az élményen alapuló kapcsolati készségek kialakítása (a saját személyiség hatótényezőinek tudatos kezelése). Mindez meghatározott idejű önismereti képzés alapján lehetséges.

A kurzus különböző kiscsoportos technikákat használhat. Az önismereti folyamat mindig reflektálni igyekszik arra, hogy nem kiscsoportos vezetésre tanít, hanem a saját szakterületen felhasználható önismereti élmények és tudás megszerzésére irányul.

A további képzés csakis az illetékes módszerspecifikus egyesületekhez kapcsolódhat.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: gyakorlat

Óraszám: 100

## Családi dinamika

A tantárgy leírása:

A kurzus célja a személyiség fejlődésében kulcsszerepet játszó család jellemzőinek, dinamikai viszonyainak vizsgálata. A családot rendszerszemléletű közelítésben (pl. határok, kommunikáció, konfliktusok, szerepek, stb. főfogalmakkal), illetve változásában írja le. Főbb témakörök:

- Az egyén, a család és a társadalom. Autonómia a családon belül. A leválás folyamatának jellegzetességei a különböző családtípusoknál.
- A családterápiás irányzatok szemléleti keretei. A család mint rendszer működése, jellemzői.
- Alrendszerek és ezek kommunikációja. A család reagálása a hatásokra (rugalmas-adaptív, illetve merev-patológias dimenzióban).
- A pár. Kötődési típusok a partnerkapcsolatokban, motivációk, szükségletek. Konfliktus és ennek megoldási stratégiái, a konfliktuskezelés szerepe a családban.
- A családi életciklusokhoz kötődő szerepváltozások. A kibővült család és a gyermeknevelési stílus.
- A családi hagyományok, rítusok jelentőségei. A származási család hatása a társadalmi adaptációra.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: kollokvium

Óraszám: 10

## Mentálhigiéné II.

A tantárgy leírása:

Cél a mentálhigiéné szakterületekkel való megismerkedés, azon "életterületek" áttekintése, ahol a mentálhigiéné megközelítés és segítségnyújtás elengedhetetlen. Kiemelt szerepet szánunk az önsegítés és a közösségi mentálhigiéné szerepének és jelentőségének tárgyalására.

- A család támogató és károsító hatásai a családtagok lelki egészségére. A család, mint rendszer.
- Veszteségek a családban.
- Munkahely és mentálhigiéné.
- A migráció és a mobilitás pszichológiai konzekvenciái a mai magyar társadalomban.
- A munkanélküliség pszichológiai hatása.
- Az iskolai mentálhigiéné.
- A gyermekvédelem problémái és fejlesztésének mentálhigiéné szempontú lehetőségei.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: kollokvium

Óraszám: 15

## A segítő kapcsolat

A tantárgy leírása:

A kurzus célja áttekinteni a segítő kapcsolat jellemzőit, elméleti hátterét, modelljeit, jelenségeit, stratégiáit, fázisait, valamint azon készségeket, melyek ezt hatékonyabbá teszik.

- A segítő kapcsolat és a terápia különbözősége, ezek etikai és kompetencia jellemzői, indikációi. A segítő szakmák kialakulásának története, szerepe a különböző humán foglalkozásokban.
- A klienssel való kapcsolatteremtés. Az exploráció szempontjai, kérdéskörei, elméleti keretei. Az információ szintjei. Az exploráció során megfigyelendő reakciók, a kliens és a kérdező ellenállásának felismerése. Az explorációs anyag feldolgozása. Az empátia jelentősége a segítő kapcsolatban. Az empátia szintjei.
- Az önismeret jelentősége a segítő kapcsolatban, az önismeret-érvédelem-énkép összefüggései.
- A segítő beszélgetés és a tanácsadás problematikája, hatékonyságnövelő készségek és kommunikációs technikák: résztvevő jelenlét, aktív hallgatás; hibás hallgatási formák. A vegetatív kommunikációs csatornák szerepe, a szorongás jelei.
- A kliens problémájának feltárása, megértése, konstrukcióinak megismerése. A problémafeltárás során alkalmazható figyelési és befolyásolási fogások. A célkitűzések megjelölése.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: gyakorlat

Óraszám: 10

## Krízislélektan

A tantárgy leírása:

A kurzus célja, hogy részletes áttekintést nyújtson a krízishelyzetek jellegzetességeiről, a krízisintervenció alapelveiről, a pszichés traumák egyénre és kultúrára gyakorolt hatásairól, következményeiről, a gyógyulás - segítség lehetőségeiről.

- A krízishelyzet, mint veszély és mint esély.
- Fő megközelítési modellek: akcidentális és fejlődési krízisek.
- A főbb krízisfajták jellegzetességei (például fejlődési krízisek, gyász, gyógyíthatatlan betegségek, házassági krízisek, munkanélküliség).
- A krízis átélésének élménye, tünetei. Forгатókönyv a krízis felmérésére.
- A krízisintervenció jellegzetességei, célok, eszközök, szakaszai. A krízisből való kijutás lehetőségei, fajtái.
- A segítő lelke, avagy kivédhető-e a „kiegési szindróma”?

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: kollokvium

Óraszám: 10

**Etika**

A tantárgy leírása:

A kurzus célja, hogy bemutassa a segítő kapcsolati jelenségkörökre építve a fontosabb etikai alapelveket.

Az általános etikai alapelvek, a humán értékek és interperszonális kapcsolatok alakulása jelenkori társadalmunkban.

A segítő és a kliens viszonyának etikai kérdései a különböző humán foglalkozásúak relációiban (tanár, egészségügyi dolgozó, teológus, jogász, stb.). A hallgatók saját eseteikhez kapcsolódó problémafelvetése, ennek esetmegbeszélő helyzetben való feldolgozása.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: kollokvium

Óraszám: 5

<b>Mentálhigiéné és szakmai szerepek</b>
A tantárgy leírása: A kurzus elsősorban a mentálhigiéné ismeretek különböző területeken történő adaptációs lehetőségeit igyekszik feltárni, hogy ne professzióként, hanem a különböző segítő foglalkozásúak specifikus hatékonyságnövelő lehetőségeként jelenjen meg. A kurzus célja a különböző humán területeken történő mentálhigiéné munka adaptációs lehetőségeinek bemutatása. Ehhez a képzésben korábban végzett, a különböző területeken dolgozó mentálhigiénikusok meghívásával bemutatók szerveződnek a mentálhigiéné ismeretek felhasználási lehetőségeiről. Ezek főbb területei: általános iskolai tanár, középiskolai tanár, különböző felekezetű teológusok, jogász (bíró, ügyvéd, gyámhatóság), gyermekvédelemben dolgozó szakemberek, mentálhigiéné intézmények munkatársai (családsegítők, egyéb szociális intézmények).
Félév: <u>őszi</u> / <u>tavaszi</u> / mindkettő
A tárgy típusa: kollokvium
Óraszám: 20



<b>Diádikus kapcsolatkezelés</b>
A tantárgy leírása: A tárgy célja, hogy a hallgatók alapkészség és elmélet szintjén tájékozódjanak a segítő kapcsolatban felhasználható módszerekben. Sajátélményű tapasztalatszerzés és elméleti alapok tanácsadási technikákban és Rogersi alaphelyzetben (empátia-labor).  (A képzés a módszerspecifikus képzési szintek óraszámainak kb. egy negyedét tartalmazza. Igény esetén, a megfelelő társaságoknál szerezhetők meg az alapképzettséghez szükséges óraszámok.)
Félév: <u>ősz</u> i / <u>tavaszi</u> / mindkettő
A tárgy típusa: gyakorlat
Óraszám: 30

## Esetmegbeszélés és szupervízió

A tantárgy leírása:

A kurzus célja a hallgatók elméleti és gyakorlati ismereteinek konkrét esetvezetésbe való átvezetése, és egyben a záróvizsga dolgozatának kialakítását is szolgálja. Alapja egyéni és csoportos konzultáció, szupervízió.

A csoportos konzultáció általános esetvezetési ismeretek megbeszélését és demonstrálását tartalmazza, sorra véve valamennyi hallgató témaválasztását, annak indokoltságát, az alapképzettségnek megfelelő szakirányú beágyazottságát.

Az esetválasztás helyességét, indokoltságát, a konzulens tanár megválasztását ez a folyamat készíti elő, illetve képezi le.

Ezt követően valamennyi hallgató köteles csoportmegbeszélésbe vinni, legalább egy alkalommal, folyamatban lévő esetét, és 10 órában egyéni konzultációt végezni kijelölt konzulensével.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: gyakorlat

Óraszám: 20

<b>Egyéni esetvezetés és konzultáció</b>
A tantárgy leírása:  A kurzus célja a hallgatók elméleti és gyakorlati ismereteinek konkrét esetvezetésbe való átvezetése, és egyben a záróvizsga dolgozatának kialakítását is szolgálja. Formája egyéni konzultáció és szupervízió.
Félév: őszi / <u>tavaszi</u> / mindkettő
A tárgy típusa: gyakorlat
Óraszám: 10

**Külső szakmai gyakorlat I.**

A tantárgy leírása:

A kurzus szakmai önismereti csoport formájában dolgozza fel a hallgatók mentálhigiénés jellegű tevékenységeinek, tapasztalatainak önismereti vonatkozásait. Különös figyelmet fordítunk a konfliktuskezelési, tárgyalási technikákra és ezek önismereti vonatkozásaira, a saját mentálhigiénére.

Félév: őszi / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: gyakorlat

Óraszám: 20

**Külső szakmai gyakorlat II.**

A tantárgy leírása:

A hallgatók az utolsó félévben 30 óra szakmai gyakorlatot teljesítenek egy mentálhigiénés tevékenységet (is) végző szakmai szervezetnél. A saját aktuális munkahelyen végzett mentálhigiénés tevékenységet is elfogadjuk, fontosnak tartjuk viszont a tevékenység megfelelő szakmai felügyeletét. Az itt szerzett tapasztalatok az Egyéni esetvezetés és konzultáció, valamint az Esetmegbeszélés és szupervízió tantárgyak keretén belül kerülnek feldolgozásra.

Félév: ősz / tavaszi / mindkettő

A tárgy típusa: gyakorlat

Óraszám: 30

<b>Matematikai statisztika alapjai (BTMH120)</b>
--

A tantárgy leírása:

A kurzus célja, hogy a hallgatókat megismertesse a statisztika alapfogalmaival (populáció, minta, változók), a statisztikai elemzések fő típusaival (leíró statisztika, induktív statisztika), és módszereivel (tapasztalati eloszlások vizsgálata, statisztikai becslés, statisztikai hipotézisvizsgálat menete). A kurzus során a hallgatók betekintést is nyernek a pszichológiai statisztika gyakorlatába, néhány, a kritikai gondolkodást ösztönző problémafelvetésen keresztül.

Félév: őszi / <u>tavaszi</u> / mindkettő
--

A tárgy típusa: gyakorlat
---------------------------

Óraszám: 5
------------