

Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület

Tanulmányi és vizsgaszabályzat

Érvényes 2025. november 1-jétől

Felnőttképzési nyilvántartási szám: B/2020/002138

MRSZE feladatai, céljai

Képzési rendszer

Az autogén tréning és a szimbólumterápiás képzés folyamata

Kiképzők

1. Autogén tréning (relaxációs módszerek)

A képzés célja

A képzés felépítése

A képzés keretei

Csoportos vagy egyéni forma

Személyes vagy online képzési forma

Képzési idő

Hiányzás

Pótlás pótórával

Pótóra díja

Pótlás szakmai feladattal

Az autogén tréning képzésre jelentkezés feltételei

Az autogén tréning képzésbe bekerülés

Az autogén tréning képzés elvégzése után kapható végzettség

1.1. Autogén tréning sajátélmény

A képzési modulra jelentkezés feltétele

A modul tartalma

A képzés keretei

A képzési modul teljesítésének feltételei

A képzési modul zárása

A képzés során megszerzett kompetenciák

1.2. Autogén tréning elméleti szeminárium

A képzési modulra jelentkezés feltétele

A modul tartalma

A képzés keretei

A képzési modul teljesítésének feltételei

A képzési modul zárása

A képzés során megszerzett kompetenciák

1.3. Autogén tréning szupervízió

A képzési modulra jelentkezés feltétele

A modul tartalma

A képzés keretei

A modul teljesítésének feltételei

A teljes autogén tréning képzés zárása

Záródolgozat

Záróvizsga

A képzés során megszerzett kompetenciák

2. Szimbólumterápia

A képzés célja

A képzés felépítése

A képzés keretei

Csoportos vagy egyéni forma

Személyes vagy online képzési forma

Képzési idő

Hiányzás

Pótlás pótórával

Pótóra díja

Pótlás szakmai feladattal

A szimbólumterápia képzésre jelentkezés feltételei

A szimbólumterápia képzésbe bekerülés

A szimbólumterápia képzés elvégzése után kapható végzettség

2.1. Szimbólumterápia sajátélmény

A képzési modulra jelentkezés feltétele

A modul tartalma

A képzés keretei

A képzési modul teljesítésének feltételei

A képzési modul zárása

A képzés során megszerzett kompetenciák

2.2. Szimbólumterápia elmélet és szupervízió

A képzési modulra jelentkezés feltétele

A modul tartalma

A képzés keretei

A képzési modul teljesítésének feltételei

A teljes szimbólumterápia képzés zárása

Záródolgozat

Záróvizsga

A képzés során megszerzett kompetenciák

3. Ráépített szimbólumterápia szupervízió

A képzés célja

A képzés keretei

Csoportos vagy egyéni forma

Személyes vagy online képzési forma

Képzési idő

Hiányzás

Pótlás pótórával

Pótóra díja

A Ráépített szimbólumterápia szupervízió képzésbe jelentkezés feltételei

A Ráépített szimbólumterápia szupervízió képzésbe bekerülés

A képzési modul tartalma

[A képzési modul teljesítésének feltételei](#)
[A képzési modul zárása](#)
[A képzés során megszerzett kompetenciák](#)

4. Diákrelax

[A képzés célja](#)
[A képzés felépítése](#)
[A képzés keretei](#)
[Csoportos vagy egyéni forma](#)
[Személyes vagy online képzési forma](#)
[Képzési idő](#)
[Hiányzás](#)
[Pótlás pótórával](#)
[Pótóra díja](#)
[Pótlás szakmai feladattal](#)

[A Diákrelax képzésre jelentkezés feltételei](#)
[A Diákrelax képzésbe bekerülés](#)
[A Diákrelax képzés elvégzése után kapható végzettség](#)

4.1. Diákrelax 1. - Autogén tréning sajátélmény pedagógusoknak

[A képzési modulra jelentkezés feltétele](#)
[A modul tartalma](#)
[A képzés keretei](#)
[A képzési modul teljesítésének feltételei](#)
[A képzési modul zárása](#)
[A képzés során megszerzett kompetenciák](#)

4.2. Diákrelax 2. - A relaxációs módszerek iskolai bevezetésének elmélete és gyakorlata

[A képzési modulra jelentkezés feltétele](#)
[A modul tartalma](#)
[A képzési modul teljesítésének feltételei](#)
[A teljes Diákrelax képzés zárása](#)
[Záródolgozat](#)
[A képzés végén a résztvevő záródolgozatot készít az alábbi tartalommal:](#)
[Záróvizsga](#)
[A képzés során megszerzett kompetenciák](#)

5. Gyermek-, serdülőkor és várandósok relaxációja specializáció

[A képzés célja](#)
[A képzés felépítése](#)
[A képzés keretei](#)
[Csoportos vagy egyéni forma](#)
[Személyes vagy online képzési forma](#)
[Képzési idő](#)
[Hiányzás](#)
[Pótlás szakmai feladattal](#)

[A képzésre jelentkezés feltételei](#)
[A képzésbe bekerülés](#)
[A képzés \(vagy modul\) tartalma](#)
[A képzés \(vagy modul\) teljesítésének feltételei](#)
[A képzés \(vagy modul\) zárása](#)
[Záródolgozat](#)
[Záróvizsga](#)
[A képzés során megszerzett kompetenciák](#)
[A képzés elvégzése után kapható végzettség](#)
[Képzők](#)

6. Intermodális mesepszichológia

[A képzés célja](#)
[A képzés felépítése](#)
[A képzés keretei](#)
[Csoportos vagy egyéni forma](#)
[Személyes vagy online képzési forma](#)
[Képzési idő](#)
[Hiányzás](#)
[Jelentkezési feltételek az IMM specializációra](#)
[Az IMM képzés után kapható végzettség](#)
[IMM képzők](#)
[IMM képzési modulok leírása](#)

[Lélekrendező mesemunka – népmese elemek pszichológiai alkalmazása \(30 óra\)](#)

[A képzési modulra jelentkezés feltétele](#)
[A modul rövid tartalma](#)
[Modul teljesítésének feltételei](#)
[A képzési modul zárása](#)
[A képzés során szerzett kompetenciák](#)

[Intermodális mesepszichológia elmélet és módszertan – 30 óra](#)

[A képzési modulra jelentkezés feltétele](#)
[A modul rövid tartalma](#)
[Modul teljesítésének feltételei](#)
[A képzési modul zárása](#)
[Megszerzett kompetenciák](#)

[Intermodális mesepszichológia szupervízió – 40 óra](#)

[A képzési modulra jelentkezés feltétele](#)
[A modul rövid tartalma](#)
[A modul teljesítésének feltételei](#)
[Képzési modul zárása: záródolgozat és záróvizsga](#)
[Megszerzett kompetenciák](#)

MRSZE feladatai, céljai

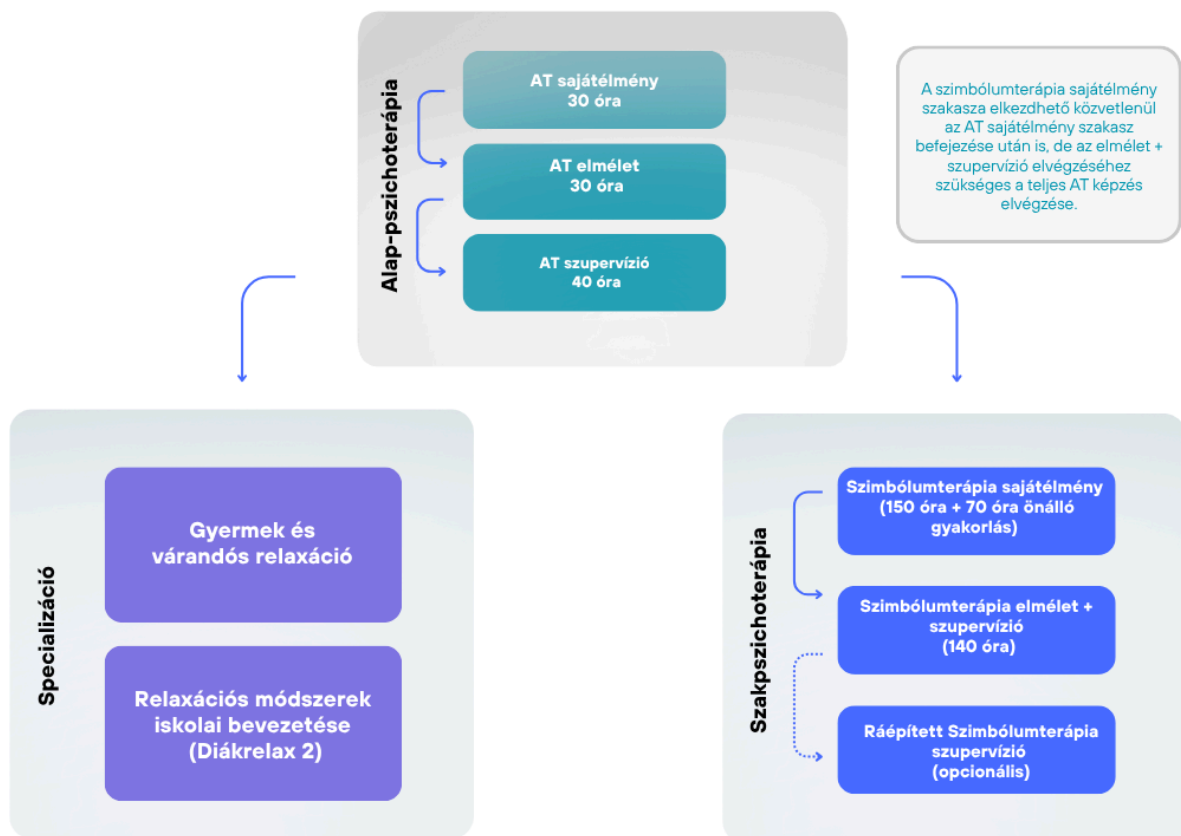
A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület célja az autogén tréning és szimbólumokkal végzett pszichoterápiás módszer alkalmazása, fejlesztése, a módszer iránt érdeklődő szakemberek képzése, a nemzetközi és magyarországi szakmai hagyományok őrzése. A képzés folyamatát a Tanulmányi és Vizsgaszabályzat határozza meg.

Képzési rendszer

A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület képzési rendszere a pszichoterapeuta képzésben akkreditált, emellett illeszkedik a Pszichoterápiás Tanács Szövetség Képzési Bizottságának ajánlásaihoz.

A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület alap-pszichoterápiás módszere az autogén tréning, szakpszichoterápiás módszere a szimbólumterápia, ezekre különböző specializációk épülnek.

Az autogén tréning és a szimbólumterápiás képzés folyamata



Kiképzők

Kiképző pszichoterapeuta lehet az, aki

- legalább 5 éve pszichoterapeuta képesítéssel rendelkezik,
- az autogén tréning (relaxációs módszerek) és a szimbólumterápia területén teljes módszerspecifikus képzettséggel bír,
- legalább 3 éve aktívan részt vesz az Egyesület közösségi, tanulmányi és tudományos munkájában,
- akit az Egyesület elnöksége alkalmasnak talál, és megbíz ezzel a feladattal.

Amennyiben a fenti feltételeknek a kiképző nem tesz eleget, az Egyesület elnöksége mérlegelés után szüneteltetheti a kiképzői státuszát.

A képzésben részt vesznek kiképző aspiránsok és autogén tréning kiképző oktatók is, akik kiképző pszichoterapeuta szupervíziója mellett vezetnek csoportokat.

A kiképzők, aspiránsok és oktatók névsora az egyesületi honlapon olvasható.

1. Autogén tréning (relaxációs módszerek)

A képzés célja

A képzés célja olyan szakemberek képzése, akik - végzettségüktől függően - pszichoterápiás, tanácsadási vagy gyakorlatvezetői eszköztárral használják az autogén tréninget a kliensekkel végzett segítő munkában.

A képzés felépítése

A képzés 3 modulból áll, amelyek az alábbi sorrendben végezhetők el:

Autogén tréning sajátélmény - 30 tanóra

Autogén tréning elméleti szeminárium - 30 tanóra

Autogén tréning szupervízió 40 tanóra

A modulok csak egymást követően végezhetők el.

Mindhárom modul elvégzése és a záróvizsga sikeres teljesítése után szerez jogosultságot a szakember arra, hogy az autogén tréninget alkalmazza a kliensekkel végzett segítő munkájában.

A képzés keretei

Csoportos vagy egyéni forma

Az egyesületi képzések csoportos formában történnek. A csoport létszáma maximum 10 fő.

Amennyiben a hallgató az Egyesület kiképző pszichoterapeutájánál egyéni autogén tréning képzésben részesült, akkor az egyéni autogén tréning elfogadható sajátélményű képzésnek, ha

- az autogén tréning időtartama legalább 15 óra,
- a kiképző pszichoterapeuta a hallgatót képzettségbeli és személyiségi alkalmassága miatt a képzésbe javasolja,
- a hallgató elkészítette a sajátélmény írásos feldolgozását és ezt bemutatja,
- az egyéni autogén tréning sajátélmény megkezdése és a képzést lezáró záróvizsga között nem telik el 4 évnél több. Az idői korlát alól egyéni kérelem alapján az Egyesület Tanulmányi Bizottsága (mrsze-tb@googlegroups.com) felmentést adhat.

Ebben az esetben a hallgató az egyéni autogén tréning sajátélmény után csoportos elméleti szemináriumhoz csatlakozhat.

Ha a hallgató az autogén tréning sajátélményű szakaszt nem a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület képzésében teljesítette, az csak abban az esetben fogadható el, ha a képző a MRSZE kiképzője. Ebben az esetben a hallgató az autogén tréning módszerspecifikus képzést az elméleti szemináriummal folytathatja.

Személyes vagy online képzési forma

A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület a személyes képzési formát részesíti előnyben, ugyanakkor törekszünk arra, hogy a pszichoterápiás módszerek online alkalmazásáról is tapasztalatot szerezzenek a hallgatóink. Ennek érdekében a személyes formában tartott képzések esetén a sajátélmény képzési szakaszban az órák maximum 20 százaléka, az elméleti szeminárium és szupervíziós képzési szakaszban az órák maximum 30 százaléka online formában is megvalósulhat a csoportvezető döntése alapján.

A csoportvezető - egyedi döntés alapján - egy-egy indokolt akadályozottság esetén lehetőséget adhat az online bekapcsolódásra.

A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület félévente egy online képzési csoportot indít. Ezeknél a csoportoknál mindhárom képzési szakasz (sajátélmény, elmélet, szupervízió) online formában zajlik. A csoportba jelentkezéskor indokolni kell, hogy miért választ a hallgató online képzési formát (pl. külföldi tartózkodás, képzőhelytől távoli lakhely). Az online csoportba egyedi elbírálás után lehet bekerülni.

Képzési idő

A képzés 3 modulban (autogén tréning sajátélmény, elméleti szeminárium, szupervízió) mindösszesen 100 tanóraban, általában három félév alatt valósul meg. A modulokat max. 4 éven belül kell befejezni, ellenkező esetben az egyes modulokat újra el kell végezni az autogén tréning végzettség megszerzéséhez.

A képzés elvégzésére fordítható max. 4 év egyéni elbírálás alapján meghosszabbítható pl. gyermekvállalás, betegség, stb. Egyéni elbírálás az Egyesület Tanulmányi Bizottságától kérhető e-mailben (mrsze-tb@googlegroups.com).

Hiányzás

A kontaktórákról 15 % hiányzás fogadható el.

Pótlás pótórával

15 %-ot meghaladó hiányzás esetén a csoportvezető egyedi mérlegelése alapján 25% hiányzásig a hallgatónak lehetősége van pótórákat venni és ezzel teljesíteni az előírt óraszámokat. Egy képzési szakaszban 10%-ánál több pótórára nem vehető. Az órák pótlása egyéni, vagy – amennyiben lehetőség van rá – csoportos formában történhet.

Pótórá díja

A csoportos pótórák díja a mindenkori óradíj kétszerese, az egyéni pótórá díja a mindenkori csoportos óradíj négyszerese.

Pótlás szakmai feladattal

A képzés elméleti szakaszában – a csoportvezető döntése alapján – a mulasztás pótlása egyéni szakmai többlet feladatok elvégzésével is teljesíthető.

Az autogén tréning képzésre jelentkezés feltételei

Magyarországon államilag elismert diploma vagy posztgraduális végzettség az alábbi szakterületeken:

- pszichológus
- viselkedéselemző
- mentálhigiénés szakember (min. 4 féléves képzés keretében)
- orvos
- diplomás ápoló
- gyógytornász
- gyógypedagógus
- szociális munkás
- szülésznő
- védőnő
- mentőtiszt
- lelkes és lelki gondozó

Más egészségügyi területen és egyéb segítő foglalkozásban szerzett diploma esetén egyeztetés szükséges az Egyesület Tanulmányi Bizottságával (mrsze-tb@googlegroups.com)

Pszichológus, viselkedéselemző és orvosi tanulmányok esetén a képzés megkezdhető még folyamatban lévő egyetemi képzés mellett is leghamarabb a képzés harmadik évében, de tanúsítvány csak a diploma megszerzése után adható ki.

Az autogén tréning képzésbe bekerülés

A képzésben való részvételt első interjú előzi meg, ahol a csoportvezető mérlegeli a jelentkező motivációját, szakmai fejlődés lehetőségét és személyes alkalmasságát. Ezek alapján a csoportvezető dönt a jelentkező felvételéről a csoportba.

Az autogén tréning képzés elvégzése után kapható végzettség

A 100 tanórás autogén tréning (relaxációs módszerek) képzés elvégzése után a végzett szakember az alap illetve szakképzettségének megfelelő kompetenciával dolgozhat és a következő cím illetve megnevezés használatára jogosult:

Autogén tréning végzettség	Alapvégzettség és szakképesítés
relaxációs gyakorlatvezető	nem pszichiáter orvos, viselkedéselemző, gyógytornász, mentálhigiénés szakember, lelkesz, lelki gondozó, diplomás ápoló, szociális munkás, gyógypedagógus, védőnő, szülésznő, mentőtiszt és egyéb segítő szakmában felsőfokú végzettséget szerzett vagy alapidiplomára ráépített posztgraduális képzést (segítő szakmában) végzettek
autogén tréning gyakorlatvezető	pszichológus, nem egészségügyi szakvizsgával rendelkező szakpszichológus (pl. tanácsadó szakpszichológus, egészségfejlesztő szakpszichológus, munka és szervezetfejlesztési szakpszichológus, pedagógiai szakpszichológus, szexuálpszichológiai szakpszichológus, sport szakpszichológus)
autogén tréning terapeuta	egészségügyi szakvizsgával rendelkező szakpszichológus (klinikai szakpszichológus, alkalmazott egészségpszichológiai szakpszichológus, neuropszichológus, addiktológiai szakpszichológus), pszichiáter szakorvos
autogén tréning pszichoterapeuta	pszichoterapeuta

A módszer alkalmazása során – már a szupervíziós szakasztól kezdve – a pszichológusok vagy a jelöltek alapszakmája etikai kódexének előírásai érvényesek.

1.1. Autogén tréning sajátélmény

A képzési modulra jelentkezés feltétele

Az autogén tréning képzésre jelentkezés feltételei pontban leírtak szerint.

A modul tartalma

A Johannes Heinrich Schultz által kidolgozott, vagy azon alapuló, egymásra épülő autogén tréning gyakorlatok, valamint más relaxációs elemek és technikák (szervtréning, célformula, autogén fókusz, stb) megismerése, sajátélményű megtapasztalása. A képzésen történő csoportos gyakorlást önálló, egyéni gyakorlás egészíti ki. A képzés része az átélt élmények írásos rögzítése, a csoportos élménymegosztás és -feldolgozás.

A képzés keretei

Az autogén tréning sajátélményű elsajátítása 12-15 alkalommal, heti bontásban történik. A képzés időtartama 30 tanóra.

A képzési modul teljesítésének feltételei

- Aktív részvétel az órák legalább 85%-án.
- Az autogén tréning rendszeres, napi szintű gyakorlása, a gyakorlás során átélt élmények írásos rögzítése.
- A képzés végén az autogén tréning sajátélmény írásos élményfeldolgozási összefoglalójának elkészítése megadott szempontok szerint.

A képzési modul zárása

A sajátélmény szakasz élményfeldolgozással zárul, melyet a csoportvezető részére kell leadni írásban. A leadási határidőt a csoportvezető jelöli ki legalább 2 héttel a leadás határidő előtt.

A képzési szakasz elvégzéséről – a hallgató kérésére – a képzés megkezdését követő öt éven belül igazolás állítható ki.

A képzés során megszerzett kompetenciák

A gyakorló képes saját egészsége és jólléte támogatására hatékonyan alkalmazni az autogén tréninget és a megismert relaxációs technikákat. Képes az önreflexióra, testi történéseinek fokozottabb tudatosítására.

1.2. Autogén tréning elméleti szeminárium

A képzési modulra jelentkezés feltétele

Befejezett autogén tréning sajátélmény, amit az alábbi képzési formák egyikében teljesített:

1. A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület képzése keretében 30 tanóra autogén tréning sajátélmény csoportos formában. A csoportos autogén tréning sajátélmény megkezdése és a képzést lezáró záróvizsga között nem telhet el 4 évnél több.
2. Egyéni autogén tréning a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület kiképző pszichoterapeutájánál elvégezve. Ha
 - az autogén tréning időtartama legalább 15 óra,
 - a kiképző pszichoterapeuta a hallgatót képzettségbeli és személyiségi alkalmassága miatt a képzésbe javasolja,

- a hallgató elkészítette a sajátélmény írásos feldolgozását és ezt bemutatja,
 - az egyéni autogén tréning sajátélmény megkezdése és a képzést lezáró záróvizsga között nem telik el 4 évnél több.
3. Ha a hallgató az autogén tréning sajátélményű szakaszt nem a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület képzésében teljesítette, az csak abban az esetben fogadható el, ha a képző a MRSZE kiképzője. A csoportos autogén tréning sajátélmény megkezdése és a képzést lezáró záróvizsga között nem telhet el 4 évnél több.

A modul tartalma

Az autogén tréning és más relaxációs technikák elméletének szemináriumi formájú, tematikus feldolgozása nemzetközi és hazai szakirodalmi források alapján. Az elméleti képzés kiegészül sajátélményű tapasztalat szerzésével az autogén tréning gyakorlat vezetésében. Az elméleti képzés mellett lehetőség nyílik néhány kapcsolódó technika sajátélményű megtapasztalására, pl: progresszív relaxáció, fókuszolás, imagináció.

A képzés keretei

A 30 tanórás elméleti szeminárium heti, kétheti vagy tömbösített csoportalkalmak keretében valósul meg. Tömbösített képzési alkalmak esetén egy blokk maximum 6 tanóra. Online elméleti képzés esetén egy képzési alkalom maximum 4 tanóra.

A képzési modul teljesítésének feltételei

- aktív részvétel az órák legalább 85%-án
- autogén tréning gyakorlat vezetése legalább egy alkalommal
- az elméleti vizsga teljesítése legalább 60%-os eredménnyel

A képzési modul zárása

Az elméleti szakasz írásbeli elméleti vizsgával zárul, melynek időpontját legalább 2 héttel előbb a csoportvezető jelöli ki. Amennyiben a vizsga sikertelen, két alkalommal szóban, bizottság előtt megismételhető. A megismételt vizsgák között legalább 1-1 hétnek kell eltelnie. A második sikertelenül megismételt vizsga után csak akkor van lehetőség újabb vizsgára, ha a hallgató újból elvégzi az elméleti szemináriumi szakaszt.

Az első elméleti vizsga díjtalan, a megismételt vizsgák díja az aktuális óradíj négyszerese.

A képzés során megszerzett kompetenciák

A hallgató megfelelően tájékozott a fontosabb hazai és külföldi autogén tréning és relaxációs szakirodalomban, sajátélményű tapasztalata és ismerete van az autogén tréning vezetéséről. Korszerű ismeretekkel rendelkezik egyéb relaxációs eljárásokról.

1.3. Autogén tréning szupervízió

A képzési modulra jelentkezés feltétele

A képzési modul befejezett autogén tréning elméleti szeminárium után kezdhető meg. Figyelembe kell venni, hogy a csoportos autogén tréning sajátélmény megkezdése és a képzést lezáró záróvizsga között nem telhet el 4 évnél több.

A modul tartalma

Az autogén tréning önálló tanítása és/vagy terápiás alkalmazása a segítő kapcsolatban egy klienssel. Mindez szoros szakmai kontroll mellett, csoportos esetmegbeszélés keretében, a pszichodinamikai történések megértésén keresztül zajlik. A szupervízió során, a módszer gyakorlati alkalmazásának tanulása mellett, legalább ugyanolyan fontos a leendő terapeuta önismeretének és hivatás személyiségének a terápiás munkán keresztül történő fejlesztése.

A képzés keretei

A 40 tanórás autogén tréning szupervízió heti, kétheti csoportalkalmak keretében valósul meg.

A modul teljesítésének feltételei

- aktív részvétel a kontaktórák min. 85%-án
- a kompetencia szintjének megfelelő, felnőttkorú klienssel végzett, legalább 12 ülésből álló, lezárt autogén tréning folyamat végigvitele rendszeres szupervízió mellett.
- a vizsgaesetből írásos esetbemutató dolgozat készítése (méltányosság kérése esetén legkésőbb az utolsó szupervíziós alkalom után hat hónapon belül)

A teljes autogén tréning képzés zárása

Az autogén tréning (relaxációs módszerek) képzés befejezése írásos esetelemzéssel és annak bizottság előtti szóbeli bemutatásával zárul.

Záródolgozat

A záródolgozatban egy legalább 12 ülésből álló, lezárt autogén tréning folyamatot kell bemutatni, amit a hallgató önállóan vezetett, rendszeres szupervíziós támogatás mellett, a hallgató kompetencia szintjének megfelelő, felnőtt korú klienssel.

A záródolgozatot a kijelölt vizsgaidőpont előtt legalább 2 héttel szükséges leadni a csoportvezetőnek. A vizsgabizottság tagjai az Egyesület kiképző pszichoterapeutái lehetnek. A záróvizsga időpontját a csoportvezető jelöli ki a vizsga előtt legalább 1 hónappal.

A záródolgozat tartalmi és formai követelményeit a 2. melléklet tartalmazza.

Záróvizsga

Személyes formában zajló képzés esetén a záróvizsga személyes jelenléttel történik. Egyéni mérlegelés esetén online becsatlakozási lehetőség biztosítható.

Online csoportok esetén a vizsga online vagy személyes formában szervezhető.

A záróvizsga feltétele a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület Tanulmányi és Vizsgaszabályzata szerinti legalább 10 aktivitási pontot érő szakmai feladat elvégzése.

A záróvizsgán a záródolgozatban megírt és végig szupervízióval támogatott esetvezetés szóbeli bemutatása és védeése történik bizottság előtt. A vizsgabizottság tagjai az Egyesület kiképző pszichoterapeutái lehetnek. A záróvizsgán értékelik:

- az indikáció és kontraindikáció szempontjainak mérlegelését
- az autogén tréning módszertanának megfelelő esetvezetést
- a segítő kapcsolati jelenlétet
- az autogén tréning módszertanához tartozó szakkifejezések adekvát használatát
- az önreflexió képességét

A vizsga díjköteles, aktuális összegét a felnőttképzési szerződés tartalmazza.

Sikertelen vizsga esetén a szupervíziós szakaszt meg kell ismételni.

Sikeres vizsga után a hallgató tanúsítványt kap, amely feljogosítja arra, hogy az autogén tréninget (relaxációs módszereket) az alap- és szakképzettségének megfelelő szinten alkalmazza.

Elvesztett tanúsítvány pótlását az operatív munkacsoporttól (operativ.mrsze@gmail.com) lehet kérni. A pótlás díját az aktuális MRSZE díjszabás tartalmazza. ([MRSZE díjszabás](#))

A képzés során megszerzett kompetenciák

A hallgató képes önálló - a kompetencia szintjének és a szakma szabályainak megfelelő - autogén tréning esetvezetésre és más relaxációs módszerelemek (pl. progresszív relaxáció) használatára a segítő munkában. Képes önállóan alkalmazni a megismert technikai elemeket és ezeket hatékonyan és segítő módon tudja használni az autogén tréning tanítása során. Képes annak megítélésére, hogy a tanult módszer milyen esetben alkalmazható vagy kontraindikált. Ismeri és tiszteletben tartja kompetenciája határait. A képzés elvégzése után tisztában van a folyamatos szupervízió fontosságával és szakmai munkájába beépíti.

2. Szimbólumterápia

A képzés célja

“Szimbólumterápiáknak nevezzük a meditatív módon történő, képi megjelenítésekkel dolgozó terápiás gyakorlatot. Ennek hatásfokát és mélységét, a személy belső valóságának formába öntését túlnyomórészt a relaxált, ellazult testi-lelki állapot, a befelé forduló befogadó figyelem biztosítja. A

Magyarországon használt szimbólumterápia elnevezés összefoglalja az analógiás gondolkodás eszközeivel történő megértést, belátást, nézőpontváltást, érzelmi átalakítást. Más országokban tartalmi és értelmezési nézőpontok szerint meditációnak, imaginációnak, vizualizációnak, vagy éber álomnak nevezik. A kiindulópont többféle lehet: indukált hívókép, emlékek, élethelyzetek, akár egyes projektív tesztek, egy saját szimbólum megalkotása vagy spontán imagináció, álom.” (Németh Marietta, Szőnyi Magda (2015) Relaxációs és szimbólumterápiák. In: Szőnyi Gábor (szerk.) Pszichoterápia tankönyve, Budapest, Medicina, 298-299. oldal)

A képzés célja olyan szakemberek képzése, akik - végzettségüktől függően - pszichoterápiás, tanácsadási vagy gyakorlatvezetői eszköztárral alkalmazzák a szimbólumterápia eszközeit a kliensekkel végzett segítő munkában.

A képzés felépítése

A képzés (összesen 360 tanóra) 2 modulból áll, amelyek az alábbi sorrendben végezhetőek el:

Szimbólumterápia sajátélmény - 220 tanóra (150 csoportos kontaktóra és 70 tanóra önálló gyakorlás)

Szimbólumterápia elmélet és szupervízió - 140 tanóra

A modulok csak egymásra épülően végezhetőek el.

Mindkét modul elvégzése és a záróvizsga sikeres teljesítése után szerez jogosultságot a szakember arra, hogy alkalmazza a szimbólumterápia eszköztárát a kliensekkel végzett segítő munkájában.

A képzés keretei

Csoportos vagy egyéni forma

Az egyesületi képzések csoportos formában történnek. A csoport mérete maximum 9 fő.

Egyéni szimbólumterápiás önismereti pszichoterápiával nem váltható ki a módszerspecifikus képzés sajátélményű, önismereti része.

Személyes vagy online képzési forma

A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület a személyes képzési formát részesíti előnyben, ugyanakkor törekszünk arra, hogy a pszichoterápiás módszerek online alkalmazásáról is tapasztalatot szerezzenek a hallgatóink. Ennek érdekében a személyes formában tartott képzések esetén a sajátélmény képzési szakaszban az órák maximum 20 százaléka, az elmélet és szupervízió képzési szakaszban az órák maximum 30 százaléka online formában is megvalósulhat a csoportvezető döntése alapján.

A csoportvezető - egyedi döntés alapján - egy-egy indokolt akadályozottság esetén lehetőséget adhat az online bekapcsolódásra.

Képzési idő

A képzés 2 modulban (szimbólumterápia sajátélmény, szimbólumterápia elmélet és szupervízió) mindösszesen 360 tanóraban (ebből 290 tanóra csoportos kontaktóra) valósul meg.

Mindkét képzési szakasz általában kéthetente 3 tanóraban valósul meg. Egy félév kb. 30 óra.

A szimbólumterápia sajátélményű képzési szakasz elvégzése után egy későbbi időpontban is folytatható az elméleti és szupervíziós képzési szakasz.

Hiányzás

A kontaktórákról 15 % hiányzás fogadható el.

Pótlás pótórával

15 %-ot meghaladó hiányzás esetén a csoportvezető egyedi mérlegelése alapján 25% hiányzásig a hallgatónak lehetősége van pótórákat venni és ezzel teljesíteni az előírt óraszámokat. Egy képzési szakaszban 10%-ánál több pótóra nem vehető. Az órák pótlása egyéni, vagy – amennyiben lehetőség van rá – csoportos formában történhet.

Pótóra díja

A csoportos pótórák díja a mindenkori óradíj kétszerese, az egyéni pótóra díja a mindenkori csoportos óradíj négyszerese.

Pótlás szakmai feladattal

A képzés elméleti szakaszában – a csoportvezető döntése alapján – a mulasztás pótlása egyéni szakmai többlet feladatok elvégzésével is teljesíthető.

A szimbólumterápia képzésre jelentkezés feltételei

1. Magyarországon államilag elismert diploma vagy posztgraduális végzettség az alábbi szakterületeken:
 - pszichológus
 - viselkedéselemző
 - mentálhigiénés szakember (min. 4 féléves képzés keretében)
 - orvos
 - diplomás ápoló
 - gyógytornász
 - gyógypedagógus
 - szociális munkás
 - szülésznő
 - védőnő
 - mentőtiszt
 - lelkes és lelki gondozó

Más egészségügyi területen szerzett diploma esetén egyeztetés szükséges az Egyesület Tanulmányi Bizottságával (mrsze-tb@googlegroups.com)

2. Befejezett autogén tréning sajátélmény, amit az alábbi képzési formák egyikében lehet teljesíteni:
 - a. A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület képzése keretében 30 tanóra autogén tréning sajátélmény csoportos formában.
 - b. Egyéni autogén tréning a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület kiképző pszichoterapeutájánál elvégezve. Ha
 - az autogén tréning időtartama legalább 15 óra,
 - a kiképző pszichoterapeuta a hallgatót képzettségbeli és személyiségi alkalmassága miatt a képzésbe javasolja,
 - a hallgató elkészítette a sajátélmény írásos feldolgozását és ezt bemutatja.
 - c. Ha a hallgató az autogén tréning sajátélményű szakaszt nem a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület képzésében teljesítette, az csak abban az esetben fogadható el, ha a képző a MRSZE kiképzője.

A képzés megkezdhető még folyamatban lévő egyetemi képzés esetében is (leghamarabb a BA vagy egységes képzés harmadik évében), de tanúsítvány csak a diploma megszerzése után adható ki.

A szimbólumterápia képzésbe bekerülés

A képzésben való részvételt első interjú előzi meg, ahol a csoportvezető mérlegeli a jelentkező motivációját, szakmai fejlődés lehetőségét és személyes alkalmasságát. Ezek alapján a csoportvezető dönt a jelentkező felvételéről a csoportba.

A szimbólumterápia sajátélmény megkezdhető az autogén tréning (relaxációs módszerek) képzés sajátélményű szakaszának befejezése után, de a szimbólumterápia képzés második szakaszába (elmélet és szupervízió) csak az autogén tréning teljes képzés befejezése után lehet jelentkezni.

A szimbólumterápia képzés elvégzése után kapható végzettség

A teljes, 360 tanórás szimbólumterápia képzés elvégzése után a végzett szakember – az alap illetve szakképzettségének megfelelően – a következő cím illetve megnevezés használatára jogosult:

Szimbólumterápiás végzettség	Alapvégzettség és szakképesítés
Relaxációs és imaginációs gyakorlatvezető	nem pszichiáter orvos, viselkedéselemző, gyógytornász, mentálhigiénés szakember, lelkes, lelki gondozó, diplomás ápoló, szociális munkás, gyógypedagógus, védőnő, szülésznő, mentőtiszt és egyéb segítő szakmában felsőfokú végzettséget szerzett vagy alapidiplomára ráépített posztgraduális képzést (segítő szakmában) végzettek
Autogén tréning és imaginációs gyakorlatvezető	pszichológus, nem egészségügyi szakvizsgával rendelkező szakpszichológus (pl. tanácsadó szakpszichológus, egészségfejlesztő)

	szakpszichológus, munka és szervezetfejlesztési szakpszichológus, pedagógiai szakpszichológus, szexuálpszichológiai szakpszichológus, sport szakpszichológus)
Autogén- és szimbólumterápiás terapeuta	egészségügyi szakvizsgával rendelkező szakpszichológus (klinikai szakpszichológus, alkalmazott egészségpszichológiai szakpszichológus, neuropszichológus, addiktológiai szakpszichológus), pszichiáter szakorvos
Autogén- és szimbólumterápiás pszichoterapeuta	pszichoterapeuta

A módszer alkalmazása során – már a szupervíziós szakasztól kezdve – a pszichológusok vagy a jelöltek alapszakmája etikai kódexének előírásai érvényesek.

2.1. Szimbólumterápia sajátélmény

A képzési modulra jelentkezés feltétele

1. A szimbólumterápia képzésre jelentkezés feltételei pontban leírt végzettség.
2. Befejezett autogén tréning sajátélmény.

Szimbólumterápiás sajátélmény nem kezdhető meg más, éppen folyamatban levő pszichoterápia illetve pszichoterápiás sajátélményű képzés mellett. Amennyiben a sajátélményű folyamat során válik szükségessé pszichoterápiás segítség, úgy azt a csoportvezetővel egyeztetve lehet elkezdni egyéni helyzetben és elsősorban kognitív, rövid dinamikus ill, személyközpontú megközelítésben.

A modul tartalma

A képzési modul célja a szimbólumterápiában alkalmazott imaginációs, meditatív gyakorlatok, képhívások megismerése, sajátélményű megtapasztalása, ezáltal az önismeret fejlesztése.

A szimbólumterápia sajátélmény öt tematikus szakaszra tagolódik:

- testi tudatosság képei
- alapszimbólumok
- belső utak, lelki tájak bejárása
- mély önismeretet feltáró témakörök
- értékrendezés

Egy-egy képhívást legalább háromszor szükséges megismételni az önálló gyakorlás során. A képhívásokat követő csoportos élményfeldolgozás az analógiás gondolkodás, lelki felfedezések, önmagára találás, a schultzi életelvűség és autogenitás szempontjai szerint történik.

A képzés keretei

A szimbólumterápia sajátélmény képzési szakasz összesen 220 tanóra, ami 150 csoportos kontaktórából és 70 tanóra önálló gyakorlásból áll. A képzési szakasz csoportülései általában kéthetente 3 tanóraban valósulnak meg. Egy félév kb. 30 óra.

A képzési modul teljesítésének feltételei

- Aktív részvétel az órák legalább 85%-án.
- A szimbólumterápiás képhívások rendszeres önálló gyakorlása, a gyakorlás során átélt élmények és a körbetekintő asszociációk írásos rögzítése.
- A sajátélmény szakasz végén írásos élményfeldolgozási összefoglaló elkészítése megadott szempontok szerint.

A képzési modul zárása

A sajátélmény szakasz befejezésekor a hallgató írásos élményfeldolgozást készít a csoportvezető által megadott szempontok szerint, amit a csoportvezetőnek kell leadni. A leadási határidőt a csoportvezető jelöli ki legalább 2 héttel a leadás határidő előtt.

A képzési szakasz elvégzéséről – a hallgató kérésére – a képzés megkezdését követő öt éven belül igazolás állítható ki.

A képzés során megszerzett kompetenciák

Szimbólumterápia sajátélmény képzési szakasz elvégzése után a szakember arra jogosult, hogy önmaga számára alkalmazza a szimbólumterápiás gyakorlatokat. Kliensekkel végzett szimbólumterápiás munkára nem jogosít.

A képzés során megszerzett kompetenciák, elsajátított értékek: a befogadó figyelem tudatos alkalmazása, analógiás gondolkodás elsajátítása, az élmények összevetése az élettapasztalatokkal, képesség a külső világ és a belső világ összefüggéseinek meglátására, a szimbolizációs képesség fejlesztése, motivációk belsővé alakítása, egészséges önbecsülés, feszültség-és bizonytalanság tűrés határának emelkedése.

2.2. Szimbólumterápia elmélet és szupervízió

A képzési modulra jelentkezés feltétele

1. A teljes autogén tréning képzés befejezése.
2. A szimbólumterápia sajátélmény befejezése.

A modul tartalma

Az elméleti képzési szakaszban egyrészt általános, az imaginációs-meditációs módszerekkel és a szimbólumterápiával kapcsolatos elméleti tudnivalók (személyiségelméleti alapok, pszichoterápiás kritériumok, a szimbólumterápia strukturális jellemzőinek és terápiás jelentőségének valamint gyakorlati alkalmazásának ismeretei, a szimbólumértelmezés szabályai), másrészt specifikus, az alkalmazott képek szimbolikáját és terápiás jelentőségét tartalmazó ismeretek elsajátítása történik, önálló témafeldolgozás és közös megbeszélés keretében.

Az elméleti képzés szemináriumi formában, önálló témafeldolgozás és csoportos megbeszélés keretében történik. Az önálló elméleti munkák írásban történő elkészítése és a csoporttal való megosztása elméleti vizsgának felel meg.

A hallgatók önálló esetvezetése szupervízió mellett, az elméleti képzéssel párhuzamosan történik. A képzés kezdeti szakaszában a hallgató egy-egy imaginációs gyakorlatot épít be a folyamatban lévő pszichoterápiás / segítő munkájába, ezzel jártasságot szerez a lélektani, élethelyzeti problémák képi megjelenítésében, (állapotkép hívás, érzések transzformációja képpé, elvont fogalmak képi konkretizálása). A képzés második felében az alapvégzettségének megfelelő módon dolgozik imaginációs, szimbólumterápiás eszközökkel a teljes folyamat szupervíziója mellett.

A képzés keretei

A 140 tanórás szimbólumterápia elmélet és szupervízió képzési szakasz csoportülései általában kéthetente 3 tanórán valósulnak meg. Egy félév kb. 30 óra.

A képzési modul teljesítésének feltételei

- aktív részvétel az órák legalább 85%-án
- legalább két szimbólumterápiás elméleti témakör írásos feldolgozása és szóbeli prezentálása a csoport számára
- A szupervíziós képzés kezdeti szakaszában a hallgató a folyamatban levő pszichoterápiás / segítő munkájába épít be imaginációs gyakorlatokat és erről beszámol a szupervízióban.
 - Aki klinikai szakpszichológus (jelölt), pszichiáter szakorvos (jelölt) vagy pszichoterapeuta (jelölt), egy legalább 20 képhívásból álló szimbólumterápiát visz végig egy felnőtt korú klienssel rendszeres szupervízió mellett.
 - Aki más végzettséggel vesz részt a képzésben, legalább 3 felnőtt korú, a hallgató kompetenciájának megfelelő klienssel végzett segítő munkájába épít be imaginációs gyakorlatokat rendszeres szupervízió mellett. A képzés zárásaként egy felnőtt korú, a hallgató kompetenciájának megfelelő klienssel visz végig legalább 12 ülésből álló, imaginációs gyakorlatokkal dolgozó segítő folyamatot.
- A vizsgaesetből írásos esetbemutató dolgozat készítése (méltányosság kérése esetén legkésőbb az utolsó szupervíziós alkalom után hat hónapon belül)

A teljes szimbólumterápia képzés zárása

A szimbólumterápia képzés befejezése írásos esetelemzéssel és annak bizottság előtti szóbeli bemutatásával zárul.

Záródolgozat

Klinikai szakpszichológus (jelölt), pszichiáter szakorvos (jelölt) vagy pszichoterapeuta (jelölt) esetén: a szupervízióban referált, legalább 20 képhívásból álló, lehetőleg befejezett szimbólumterápia bemutatása.

Más végzettség esetén: a szupervízióban referált, legalább 12 ülésből álló imaginációs gyakorlatokkal dolgozó, lehetőleg befejezett segítő folyamat bemutatása.

A záródolgozatot (esettanulmányt) a kijelölt vizsgaidőpont előtt legalább 1 hónappal szükséges leadni a csoportvezetőnek, aki eljuttatja azt a vizsgabizottság tagjaihoz. A záróvizsga időpontját legalább egy hónappal előbb a csoportvezető jelöli ki.

A záródolgozat tartalmi és formai követelményeit a 3. melléklet tartalmazza.

Záróvizsga

A szimbólumterápiás képzés záróvizsgáját személyes formában szervezzük.

A záróvizsga feltétele a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület Tanulmányi és Vizsgaszabályzata szerinti legalább 30 aktivitási pontot érő szakmai feladat elvégzése.

A záróvizsgán a záródolgozatban megírt és végig szupervízióval támogatott esetvezetés szóbeli bemutatása és védeése történik bizottság előtt. A vizsgabizottság tagjai az Egyesület kiképző pszichoterapeutái lehetnek. A záróvizsgán értékelik:

- a kliens által hozott probléma élettörténeti és érzelmi összefüggéseinek bemutatása
- az indikáció és kontraindikáció szempontjainak mérlegelését
- a szimbólumterápia módszertanának megfelelő esetvezetést
- a segítő kapcsolati jelenléte
- a szimbólumterápia módszertanához tartozó szakkifejezések adekvát használatát
- az önreflexió képességét

A vizsga díjköteles, aktuális összegét a felnőttképzési szerződés tartalmazza.

Sikertelen vizsga esetén a vizsga egyszer ismételhető legalább 8 óra egyéni szupervízió után. Második sikertelen vizsga esetén meg kell ismételni a szimbólumterápia elmélet és szupervízió képzési szakaszt.

Sikeres vizsga után a hallgató tanúsítványt kap, amely feljogosítja arra, hogy a szimbólumterápiát (imaginatív módszereket) az alap- és szakképzettségének megfelelő szinten alkalmazza.

Elvesztett tanúsítvány pótlását az operatív munkacsoporttól (operativ.mrsze@gmail.com) lehet kérni. A pótlás díját az aktuális MRSZE díjszabás tartalmazza. ([MRSZE díjszabás](#))

A képzés során megszerzett kompetenciák

A szimbólumterápia elmélet és szupervízió képzési szakasz elvégzése során megszerzett kompetenciák: A végzett szakember megfelelően tájékozott a fontosabb hazai és külföldi szakirodalomban, képes önálló - a szakma és a módszer szabályainak megfelelő - esetvezetésre. Képes önállóan alkalmazni a megismert technikai elemeket és ezeket hatékonyan, szakszerűen és segítő módon tudja használni a belső képekkel folytatott terápiás munka során. Képes annak megítélésére, hogy a tanult módszer milyen esetben és kinél alkalmazható, vagy milyen esetben és kinél kontraindikált. Ismeri és tiszteletben tartja kompetenciája határait. A képzés elvégzése után tisztában van a folyamatos szupervízió fontosságával és szakmai munkájába beépíti.

3. Ráépített szimbólumterápia szupervízió

A képzés célja

A képzés célja olyan szakemberek képzése és továbbképzése, akik már elvégezték a szimbólumterápia sajátélmény, a szimbólumterápia elmélet és szupervízió képzést (összesen 360 óra), de szakmai vizsgára készülve további egyesületi szupervízió mellett végzik szimbólumterápiás munkájukat.

A képzés keretei

A Ráépített szimbólumterápia szupervízió az adott félévre szóló elköteleződést jelent. A szupervíziós csoport a félév során zárt csoportként működik. A következő félév kezdetekor legkésőbb az első alkalomig nyitott a csoport, ekkor van lehetőség új tag becsatlakozására.

Csoportos vagy egyéni forma

A csoport létszáma maximum 7 fő.

Személyes vagy online képzési forma

A Ráépített szimbólumterápia szupervízió személyes és online formában is szervezhető a csoportvezető döntése alapján.

Képzési idő

Egy félév minimum 20 tanóra.

Hiányzás

A kontaktórákról 15 % hiányzás fogadható el.

Pótlás pótórával

15 %-nál több pótóra nem vehető. Az órák pótlása egyéni, vagy – amennyiben lehetőség van rá – csoportos formában történhet.

Pótóra díja

A csoportos pótórák díja a mindenkori óradíj kétszerese, az egyéni pótóra díja a mindenkori csoportos óradíj négyszerese.

A Ráépített szimbólumterápia szupervízió képzésbe jelentkezés feltételei

A szimbólumterápia elmélet és szupervízió képzés teljesítése mellett a képzés feltételeinek vállalása.

A Ráépített szimbólumterápia szupervízió képzésbe bekerülés

1. Befejezett szimbólumterápia elmélet és szupervízió képzési szakasz.
2. A képzésben való részvételt első interjú előzi meg, ahol a csoportvezető mérlegeli a jelentkező motivációját, szakmai fejlődés lehetőségét és személyes alkalmasságát.

Ezek alapján a csoportvezető dönt a jelentkező felvételéről a csoportba.

A képzési modul tartalma

A Ráépített szimbólumterápia szupervízió képzés fókuszában a hallgatók önálló esetvezetésének csoportos szupervíziója áll. A klienssel történő segítő / pszichoterápiás munka során a hallgató elmélyíti jártasságát a lélektani, élethelyzeti problémák képi megjelenítésében. A későbbiekben legalább egy klienssel visz a kompetenciájának megfelelő, imaginációs gyakorlatokkal dolgozó segítő folyamatot / szimbólumterápiát lehetőleg befejezésig. A szupervíziós folyamat célja, hogy a hallgató önreflektív módon integrálja szakmai tudását és tapasztalatait, átdolgozhassa elakadásait, dilemmáit, valamint rálátást kapjon azokra az önismereti elemekre, amelyek a kliensekkel való munkájában előtérbe kerülnek.

A képzési modul teljesítésének feltételei

- Aktív részvétel az órák legalább 85%-án.
- Legalább egy eset rendszeres referálása a szupervíziós félév során.

A képzési modul zárása

Visszatekintő összefoglaló írása a főbb tapasztalatokról (1 - 5 oldal terjedelemben) az utolsó szupervíziós órát követő 2 héten belül. Az összefoglalót a csoportvezetőnek kell leadni. A képzési szakasz elvégzéséről – a hallgató kérésére – a képzés megkezdését követő öt éven belül igazolás állítható ki.

Elvesztett igazolás pótlását az operatív munkacsoporttól (operativ.mrsze@gmail.com) lehet kérni. A pótlás díját az aktuális MRSZE díjszabás tartalmazza. ([MRSZE díjszabás](#))

A képzés során megszerzett kompetenciák

A szimbólumterápia szupervíziós munka révén a szakember képes a szakma és a módszer szabályainak megfelelő esetvezetésre. Képes önállóan alkalmazni a megismert technikai elemeket és ezeket hatékonyan, szakszerűen és segítő módon tudja használni a belső képekkel folytatott terápiás munka során. Képes annak megítélésére, hogy a tanult módszer milyen esetben és kinél alkalmazható, vagy milyen esetben és kinél kontraindikált. Ismeri és tiszteletben tartja kompetenciája határait. A képzés elvégzése után tisztában van a folyamatos szakmai fejlődés, az önreflexió és szupervízió fontosságával és szakmai munkájába beépíti.

4. Diákrelex

A diákrelex elnevezés és szakmai tartalom szellemi tulajdon védelem alatt áll.

A Diákrelex 2. képzés a Pedagógus Akkreditációs Rendszerben a 277/1997(XII. 22.) sz. Korm. r. szerint akkreditált pedagógus-továbbképzési program.

A képzés célja

A képzés célja olyan pedagógusok, iskolapszichológusok képzése, akik iskolai körülmények között alkalmaznak autogén tréninget és más relaxációs technikákat az általános és középiskolás tanulókkal végzett pedagógusi és/vagy segítő munkájuk során. Ennek érdekében a képzés első szakaszában (Diákrelex 1) sajátélményű tapasztalatot szereznek az autogén tréninggel, majd a képzés második szakaszában (Diákrelex 2) megismerik a gyermekek életkori sajátosságaihoz illeszkedő relaxációs technikákat és ezek szakszerű alkalmazását.

A Diákrelex 1. - Autogén tréning sajátélmény pedagógusoknak képzési szakasz elvégzése után a pedagógus saját mentálhigiénés egyensúlya fenntartása érdekében képessé válik önállóan alkalmazni az autogén tréning módszert és a megismert relaxációs technikákat. Fejlődik az önreflexió képessége és a testi történések tudatosítása. Képessé válik a testi-szellemi tudatosság integrálására, ezáltal javul önszabályozása, csökken a stressz károsító hatása, fejlődik a teherbíró képessége. A módszer használatával a növekvő kreativitás, intuíció és elfogadóbb érzelmi viszonyulás átvihető a pedagógiai gyakorlatba.

A Diákrelex 2. - A relaxációs módszerek iskolai bevezetésének elmélete és gyakorlata elnevezésű képzési szakasz áttekinti a gyermekek életkori sajátosságaihoz illeszkedő relaxációs technikákat. A pedagógus megismeri a relaxációs gyakorlatok személyiségre gyakorolt fejlesztő hatását és képessé válik önállóan kiválasztani, megtervezni az aktuális iskolai/iskolán kívüli környezetükhöz leginkább illeszkedő gyakorlatokat (pl. életkor, csoportlétszám, idői keretek szerint), amelyek a személyiségfejlődés támogatását, mentálhigiénés célokat és a stresszkezelés edukálását segítik. A relaxációs gyakorlatvezető pedagógus képes célzottan segíteni a diákjai a testi-érzelmi feszültségszabályozás tanulását és támogatnia spontán élmények átélését, kifejezését. Megtanítja elfogadni az átélt élmények személyiségből fakadó egyediségét, hogy a diákokban mind a saját, mind a mások élményeinek elfogadásával növekedjen az önértékelés és az empátiás készség. Képes a tantárgyi szimbolika és további imaginációs gyakorlat felhasználásával javítani a diákok tantárgyakhoz,

feladatokhoz való viszonyán. Segíteni tudja a diákok jövőre irányuló érdeklődését, pályaképük alakulását az iskola biztosította keretek között.

A képzés felépítése

A képzés 2 modulból áll, amelyek az alábbi sorrendben végezhetőek el:

Diákrelax 1. - Autogén tréning sajátélmény pedagógusoknak - 30 tanóra

Diákrelax 2. - A relaxációs módszerek iskolai bevezetésének elmélete és gyakorlata - 30 tanóra

A modulok csak egymást követően végezhetőek el.

Mindkét modul elvégzése és a záróvizsga sikeres teljesítése után szerez jogosultságot a szakember arra, hogy az autogén tréning szemléletét és elemeit, valamint más relaxációs technikákat alkalmazza a tanulókkal való oktatás-nevelési tevékenységben.

A képzés keretei

Csoportos vagy egyéni forma

A Diákrelax képzést kizárólag csoportos formában szervezzük. A csoport létszáma 6-12 fő.

Amennyiben a hallgató az MRSzE Egyesületben a 100 órás Autogén tréning (relaxációs módszerek) képzést elvégezte, ennek igazolása után a Diákrelax 1 elvégzése nélkül jelentkezhet a Diákrelax 2 képzésre.

Egyéni autogén tréning elfogadható sajátélményű képzésnek (Diákrelax 1), és a hallgató jelentkezhet a Diákrelax 2 modulra, amennyiben a sajátélmény autogén tréninget az MRSzE képzőjénél vagy kiképzőjénél végezte, továbbá:

- az autogén tréning időtartama legalább 15 óra,
- a kiképző pszichoterapeuta vagy az egyesületi képző a hallgatót képzettségbeli és személyiségi alkalmassága miatt a Diákrelax képzésbe javasolja,
- a hallgató elkészítette a sajátélmény írásos feldolgozását és ezt bemutatja,
- az egyéni autogén tréning sajátélmény megkezdése és a képzést lezáró záróvizsga között nem telik el 4 évnél több. Az idői korlát alól egyéni kérelem alapján az Egyesület Tanulmányi Bizottsága (mrsze-tb@googlegroups.com) felmentést adhat.

Személyes vagy online képzési forma

A Diákrelax képzés személyes, online vagy hibrid formában is megtartható. Személyes képzés esetén a tanórák maximum 30 százaléka történhet online formában.

Képzési idő

A képzés két modulban (Diákrelax 1 és Diákrelax 2) mindösszesen 60 tanóraban, általában két félév alatt valósul meg. A képzés az első modul megkezdésétől számított 4 éven belül végezhető el.

A képzés elvégzésére fordítható max. 4 év egyéni elbírálás alapján meghosszabbítható (pl. gyermekvállalás, betegség, stb). Egyéni elbírálás az Egyesület Tanulmányi Bizottságától kérhető e-mailben (mrsze-tb@googlegroups.com).

Hiányzás

A kontaktórákról 10 % hiányzás fogadható el.

Pótlás pótlásával

10 %-ot meghaladó hiányzás esetén a csoportvezető egyedi mérlegelése alapján 25% hiányzásig a hallgatónak lehetősége van pótlórákat venni és ezzel teljesíteni az előírt óraszámokat. Egy képzési szakaszban 15%-ánál több pótlóra nem vehető. Az órák pótlása egyéni, vagy – amennyiben lehetőség van rá – csoportos formában történhet.

Pótóra díja

Az egyéni pótóra díja a mindenkor képzési óradíj négyszerese, a csoportos pótóra az óradíj kétszerese.

Pótlás szakmai feladattal

A képzés elméleti szakaszában – a csoportvezető döntése alapján – a mulasztás pótlása egyéni szakmai többlet feladatok elvégzésével is teljesíthető.

A Diákrelax képzésre jelentkezés feltételei

Magyarországon államilag elismert diploma:

- pedagógus
- pszichológus (pszichológus végzettség esetén a 100 óra Autogén tréning (relaxációs módszerek) képzés elvégzése után a Diákrelax 2 képzési szakaszra jelentkezhet a hallgató)
- szociális gondozó
- mentálhigiénés végzettség más diplomára építve

Más igazolt magyarországi illetve nemzetközi képzés esetén egyéni elbírálás szükséges. Képzettségek elfogadásáról a képző dönt a MRSZE Tanulmányi Bizottságának jóváhagyásával.

A Diákrelax képzésbe bekerülés

A képzésben való részvételt első interjú előzi meg, ahol a csoportvezető mérlegeli a jelentkező motivációját, szakmai fejlődés lehetőségét és személyes alkalmasságát. Ezek alapján a csoportvezető dönt a jelentkező felvételéről a csoportba.

A Diákrelax képzés elvégzése után kapható végzettség

Sikeres vizsga esetén a jelölt elnyeri a Diákrelaxációs gyakorlatvezető címet, amelyről tanúsítványt kap. Ez a képzettség feljogosítja a szakembert, hogy a végzettségének megfelelő kompetencia körben a tanulókat, gyerekeket a Diákrelax anyagával megismertesse szakkör, tanóra, egyéni vagy csoportos

fejlesztés formájában. A hallgató a képzés által nem lesz jogosult más jellegű, a pedagógiai kompetencia körön kívüli segítő tevékenység folytatására.

Elvesztett tanúsítvány pótlását az operatív munkacsoporttól (operativ.mrsze@gmail.com) lehet kérni. A pótlás díját az aktuális MRSZE díjszabás tartalmazza. ([MRSZE díjszabás](#))

4.1. Diákrelax 1. - Autogén tréning sajátélmény pedagógusoknak

A képzési modulra jelentkezés feltétele

Magyarországon államilag elismert pedagógus diploma.

Javasolt munkakörök: óvodapedagógus, tanító, tanár, gyógypedagógus, konduktor, logopédus, mozgásterapeuta, kollégiumi nevelő, szociálpedagógus, könyvtáros tanár/tanító.

A modul tartalma

A Johannes Heinrich Schultz által kidolgozott, vagy azon alapuló, egymásra épülő autogén tréning gyakorlatok, valamint más relaxációs elemek és technikák (szervtréning, célformula, autogén fókusz, stb) megismerése, sajátélményű megtapasztalása. A képzésen történő csoportos gyakorlást önálló, egyéni gyakorlás egészíti ki. A képzés része az átélt élmények írásos rögzítése, a csoportos élménymegosztás és -feldolgozás.

A képzés keretei

Az autogén tréning sajátélményű elsajátítása heti bontásban történik. A képzés időtartama 30 tanóra.

A képzési modul teljesítésének feltételei

- Aktív részvétel az órák legalább 90%-án.
- Az autogén tréning rendszeres, napi szintű gyakorlása, a gyakorlás során átélt élmények írásos rögzítése.
- A képzés végén az autogén tréning sajátélmény írásos élményfeldolgozási összefoglalójának elkészítése megadott szempontok szerint.

A Diákrelax 1. képzés végén "teljesítette" vagy "nem teljesítette" minősítés adható.

A képzési modul zárása

A sajátélmény szakasz élményfeldolgozással zárul, melyet a csoportvezető részére kell leadni írásban. A leadási határidőt a csoportvezető jelöli ki legalább 2 héttel a leadás határidő előtt.

A képzési szakasz elvégzéséről – a hallgató kérésére – a képzés megkezdését követő öt éven belül igazolás állítható ki.

A képzés során megszerzett kompetenciák

A pedagógus képes saját mentálhigiénés egyensúlya fenntartása érdekében önállóan használni az autogén tréning módszert és a megismert relaxációs technikákat. Képes az önreflexióra, testi történéseinek fokozottabb tudatosítására. Képes a testi-szellemi tudatosság integrálására, ezáltal a szervezete jobb önszabályozására, a stressz károsító hatásainak csökkentésére, teherbíró képessége javítására. Képes fokozottabban elfogadni átélt élményeinek saját személyiségéből fakadó egyediségét. Képes növekvő kreativitását, intuícióit és elfogadóbb érzelmi viszonyulását átvinni a pedagógiai gyakorlatban.

A Diákrelex 1. képzés elvégzése után a pedagógus kizárólag önmaga számára alkalmazhatja az autogén tréning módszert.

4.2. Diákrelex 2. - A relaxációs módszerek iskolai bevezetésének elmélete és gyakorlata

A képzési modulra jelentkezés feltétele

Befejezett autogén tréning sajátélmény, amit az alábbi képzési formák egyikében teljesített:

1. Pedagógusok számára: A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület képzése keretében 30 tanóra Diákrelex 1. Autogén tréning - sajátélmény pedagógusoknak képzés.
2. Pszichológusok számára: A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület teljes autogén tréning (relaxációs módszerek) képzése.
3. Egyéni autogén tréning a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület képzőjénél vagy kiképzőjénél elvégezve. Ha
 - az autogén tréning időtartama legalább 15 óra,
 - a kiképző pszichoterapeuta a hallgatót képzettségbeli és személyiségi alkalmassága miatt a képzésbe javasolja,
 - a hallgató elkészítette a sajátélmény írásos feldolgozását és ezt bemutatja,
 - az egyéni autogén tréning sajátélmény megkezdése és a képzést lezáró záróvizsga között nem telik el 4 évnél több.
4. Ha a hallgató az autogén tréning sajátélményű szakaszt nem a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület képzésében teljesítette, az csak abban az esetben fogadható el, ha a képző a MRSZE kiképzője. A csoportos autogén tréning sajátélmény megkezdése és a képzést lezáró záróvizsga között nem telhet el 4 évnél több.

A modul tartalma

Intenzív felkészítő tanfolyam a relaxációs módszerek iskolai bevezetéséhez. A pedagógus a fejlődéslélektan stresszmenedzsmenttel kapcsolatos ismereteinek beépítésével, életkori sajátosságok szerint kialakított, gazdag relaxációs gyakorlatsorokat sajátít el (életkori modulok). Ezek olyan iskolai keretek között alkalmazható gyakorlatok, amelyek a gyermekek kulcskompetenciáinak megerősítésére, a stresszkezelés javítására, szorongás, feszültség oldására, az analógiás gondolkodás, kreativitás fejlesztésére, és a személyiségfejlődés támogatására szolgálnak.

A hallgató alapismereteket szerez a relaxáció testi és lelki hatékonyságáról, az asszociatív, szimbolikus gondolkodásmódról, imaginációs technikák (tantárgyi szimbolika) lehetőségeiről. Az hallgató megtapasztalja az adaptált szimbólumterápiás gyakorlatok szerepét a tanítási, tanulási folyamatokban, az érzelmi munkában, önkifejezésben és a motiváció javításában. A hallgató sajátélményű tapasztalatot szerez relaxációs gyakorlatokban (Diákrelax 1), majd a Diákrelax 2 során azok vezetésében, az iskolai bevezetés gyakorlati lépéseiben. A hallgató a személyiségfejlesztés, stresszkezelés, prevenció paradigmáin belül maradvá dolgozik a gyerekekkel, betartva a kompetenciahatárait, pszichokorrektív műveleteket (értelmezés, átdolgozás) nem alkalmaz.

Pszichológusok számára a képzés az autogén tréning és más relaxációs módszerek alkalmazását helyezi iskolai környezetbe. Ismerteti a pedagógiai környezet sajátosságait és a jó gyakorlatok eredményeit, kiemeli az oktatási környezetben alkalmazható technikákat.

A képzés keretei

A Diákrelax 2. képzés 30 tanóra, amit blokkosítva, a résztvevőkkel egyeztetett időpontban tartunk.

A képzési modul teljesítésének feltételei

- aktív részvétel az órák legalább 90%-án
- referálás, gyakorlatvezetés és szupervíziós aktív részvétel teljesítése
- írásbeli záródolgozat elkészítése
- szóbeli vizsga teljesítése, ami a záródolgozat prezentálása és az elméleti kérdés megválaszolása

A teljes Diákrelax képzés zárása

A Diákrelax képzés záródolgozattal és záróvizsgálattal fejeződik be.

Záródolgozat

A képzés végén a résztvevő záródolgozatot készít az alábbi tartalommal:

- adott korosztály számára készített relaxációs tanmenet,
- a 6 alkalmas relaxációs gyakorlatvezetést bemutató 7-10 oldalas dolgozat. A dolgozat elkészítése után záróvizsgát tesz.

Záróvizsga

Záróvizsgára az a résztvevő bocsátható, aki megfelelő számú órán vett részt, és a tartalmi követelményeket is teljesítette.

A záróvizsga bizottság előtt zajlik, a záródolgozat ismertetéséből és egy elméleti tétel kifejtéséből áll.

A záródolgozat értékelésének szempontjai:

- az életkornak és környezetnek megfelelő gyakorlatok alkalmazása és a Diákrelax módszertanának megfelelő foglalkozás vezetés
- a segítő attitűd és önreflexiós képesség jelenléte
- a Diákrelax módszertanához tartozó szakkifejezések adekvát használata
- a gyakorlatok részletes és átlátható, formai követelményeknek megfelelő leírása

A vizsga díjköteles, aktuális összegét a felnőttképzési szerződés tartalmazza.

Sikertelen vizsga esetén vizsga egyszer ismételtető legalább 4 óra egyéni konzultáció után. Az ismétlődő vizsga és a pótlás díját az aktuális MRSZE díjak listája tartalmazza ([MRSZE díjszabás](#)). Második sikertelen vizsga esetén a képző vagy a vizsgabiztos javaslata alapján 5-7 egyéni pótóra után ismételtető a vizsga..

Sikeres vizsga után a hallgató Diákrelax gyakorlatvezető megnevezésű tanúsítványt kap, amely feljogosítja arra, hogy a Diákrelax módszerét kompetencia körének megfelelően alkalmazza.

Elveszett tanúsítvány pótlását az operatív munkacsoporttól (operativ.mrsze@gmail.com) lehet kérni.

A pótlás díját az aktuális MRSZE díjszabás tartalmazza. ([MRSZE díjszabás](#))

A képzés során megszerzett kompetenciák

A hallgató képes önállóan alkalmazni és tanmenetbe integrálni a gyermekek életkori sajátosságaihoz illeszkedő relaxációs technikákat és gyakorlatcsoportokat az aktuális iskolai vagy iskolán kívüli környezethez leginkább illeszkedő módon. Ismeri és alkalmazza a relaxációs gyakorlatok személyiségre gyakorolt fejlesztő hatását, feszültség szabályozásban, a spontán élmények átélésében és kifejezésében betöltött szerepét. Összességében a Diákrelax eszközeivel képes segíteni az elfogadás, önértékelés, empátiás készség, valamint a motiváció és kreativitás növelését.

5. Gyermekek-, serdülőkor és várandósok relaxációja specializáció

Akkreditációs szám:

A képzés célja

A Gyermekek-, serdülőkor és várandósok relaxációja képzés az Autogén tréning (relaxációs módszerek) képzésre épülő specializáció. A képzés hangsúlyosan gyakorlati jellegű. A kisgyermekektől a

serdülőkorig tartó életkor, ill. a várandós időszak relaxációs gyakorlatainak elméleti és gyakorlati specialitásait, változatait, a terápiák / segítő folyamat előkészítését, felépítését, menetét, a terápiás helyzet vagy segítő kapcsolat sajátosságait tárgyaljuk.

A képzés ideje alatt legalább egy gyermek vagy serdülő és egy várandós kliens esetvezetése szükséges.

A képzés felépítése

A képzés keretei

Csoportos vagy egyéni forma

A képzést csoportos formában szervezzük. A csoport létszáma max. 20 fő.

Személyes vagy online képzési forma

A képzés személyes részvétellel zajlik, online formájú alkalmat rendkívüli esetben tartunk. A hallgató a csoportvezetővel egyeztetve, indokolt esetben választhatja az online részvételt.

Képzési idő

A képzés összesen 45 tanóra: 15 óra elmélet, 15 óra gyakorlat, 15 óra szupervízió. Minden képzési alkalom tartalmaz szemináriumi és szupervíziós részeket, valamint sajátélményű gyakorlatokat. A képzés teljes időtartama 1 tanév.

Hiányzás

A kontaktórákról 15 % hiányzás fogadható el.

Pótlás szakmai feladattal

15 %-ot meghaladó hiányzás esetén a csoportvezető egyedi mérlegelése alapján 25% hiányzásig a hallgatónak lehetősége van a csoportvezetővel megbeszélte egyéni módon pótolni az órákat.

A képzésre jelentkezés feltételei

A képzés előfeltétele a befejezett Autogén tréning (relaxációs módszerek) képzés. A specializációra relaxációs módszerekkel dolgozó, gyakorló szakemberek jelentkezését várjuk.

A képzésbe bekerülés

A képzésben való részvételt első interjú előzi meg, ahol a csoportvezető mérlegeli a jelentkező motivációját, szakmai fejlődés lehetőségét és személyes alkalmasságát. Ezek alapján a csoportvezető dönt a jelentkező felvételéről a csoportba.

A képzés (vagy modul) tartalma

A Várandósok relaxációja képzési egység magába foglalja a várandósság pszichológiájának összefoglalását, valamint a magzati fejlődéshez kapcsolódó alapvető ismereteket. A relaxációt a várandós állapot támogatásaként, pszicho-profilaktikus céllal vezeti be. Áttekinti a várandósság alatt feldolgozandó élettémákat. Útmutatást nyújt a foglalkozások szervezésére, felépítésére, valamint az imaginatív elemek alkalmazására vonatkozóan. A résztvevők megtanulják az autogén tréning speciálisan várandósokra kialakított formuláit.

A gyermekrelaxációs blokk tartalmazza a relaxáció tanulás elemeinek specifikus, életkorhoz igazodó alkalmazását a különböző korosztályoknál 3-18 éves korig (relaxációs szöveg, testhelyzet, naplóvezetés, szülők bevonása-önállóság, élményfeldolgozás stb.), valamint az életkori sajátosságokhoz kapcsolódó segítő elemek, módszerek (mese, játék, mozgás, képzelet, aktív relaxációs technikák stb.) bevezetését.

Imaginációk alkalmazása gyermekeknél és várandósok esetében is indokolt, a terápiás / segítő folyamatot nagymértékben támogatja. Az imaginációk szakszerű alkalmazása érdekében a résztvevők bevezetést kapnak a szimbólumok, szimbólumelemzés ismeretkörébe, valamint azok megértése, alkalmazása tekintetében is gyakorlatot szereznek. Ezen ismeretek a hallgatót nem jogosítják fel szimbólumterápia alkalmazására.

A képzés (vagy modul) teljesítésének feltételei

- Aktív részvétel az órák legalább 85%-án.
- A sajátélményű gyakorlatok önreflektív elemző feldolgozása, az írásban elkészített összefoglaló leadása.
- Az alkalmazott hívóképek szimbólumai közül kettőből szimbólumelemzés elkészítése a csoportvezető által megjelölt határidőre.
- A sajátélményű gyakorlás során megjelenő szimbólumok közül kettőből szimbólumelemzés elkészítése a csoportvezető által megjelölt határidőre.
- Egy-egy esettanulmány megírása gyermek és várandós segítő foglalkozásból / terápiából.

A képzés (vagy modul) zárása

A képzés záróvizsga keretében megszerezhető tanúsítvánnyal zárul.

Záródolgozat

A vizsgára bocsátás feltétele két esettanulmány elkészítése a képzés során szupervízióval támogatott esetekből. Az egyik esettanulmány egy gyermekkel vagy serdülővel, a másik egy várandós klienssel végzett, legalább 10 alkalomból álló, a tanult módszerspecifikáció alapján végigvitt relaxációs / autogén tréning segítő vagy terápiás folyamat bemutatása.

A záródolgozatot a kijelölt vizsgaidőpont előtt legalább 2 héttel szükséges leadni a csoportvezetőnek.

Záróvizsga

A záróvizsgán a záródolgozatban megírt két eset szóbeli bemutatása és védeése történik bizottság előtt. A vizsgabizottság tagjai a képzésvezetők és az Egyesület kiképző pszichoterapeutái lehetnek.

A záróvizsga időpontját a csoportvezető jelöli ki a vizsga előtt legalább 1 hónappal.

A vizsga díjköteles, aktuális összegét a felnőttképzési szerződés tartalmazza.

Záróvizsgát a képzést követő 3 éven belül kell letenni. Ha a hallgató olyan esetből vizsgázik, amit nem vezetett végig és nem mutatott be szupervízió a képzés során, akkor a záróvizsgát megelőzően további 15 tanóra csoportos szupervízióban kell részt vennie a vizsgaesete szupervíziós támogatása érdekében.

Sikertelen vizsga esetén a 15 tanóra szupervíziós szakaszt meg kell ismételni.

A képzés során megszerzett kompetenciák

A hallgató tájékozott

- a várandósság élettani, pszichológiai jellemzői tekintetében,
- a gyermekek azon pszichológiai jellemzőiben, melyekre a relaxáció épül,
- a szimbólumok elméleti és gyakorlati megközelítésében, megértésben, elemzésében a gyermek, serdülő és várandós relaxáció alkalmazása során,
- a gyermekek és serdülők relaxáció tanulásához szükséges motivációs légkör megteremtésében,
- annak megítélésében, hogy a tanult módszer, technikai elem milyen esetben, kinél, hogyan alkalmazható.

A hallgató alkalmazni képes

- a relaxációs módszereket, illetve az autogén tréninget gyermekek és várandósok körében,
- a relaxációt támogató képhíváson alapuló módszereket a gyermekek és várandósok körében,
- képes felhasználni, a segítő/terápiás folyamatba beépíteni és önállóan alkalmazni a megismert módszereket, technikai elemeket,
- felismeri kompetencia határokat, valamint a képzés elvégzését követően a folyamatos szupervízió fontosságát.

A képzés elvégzése után kapható végzettség

Sikeres záróvizsga után a hallgató Tanúsítványt kap, amely feljogosítja arra, hogy az alapvégzettségének megfelelő kompetencia szinten gyakorolt relaxációs módszereket / autogén tréninget gyermekek, serdülők és várandósok számára, speciális igényeiket figyelembe véve alkalmazza.

Elvesztett tanúsítvány pótlását az operatív munkacsoporttól (operativ.mrsze@gmail.com) lehet kérni.

A pótlás díját az aktuális MRSZE díjszabás tartalmazza. [MRSZE díjszabás](#)

Képzők

A képzés felelőse: Kaplonyi Csilla, gyógypedagógus, relaxációs és imaginációs gyakorlatvezető.

Meghívott előadó: Dr. Hadas Katalin, autogén- és szimbólumterápiás kiképző pszichoterapeuta.

Mindketten a gyermekek és várandósok relaxációja módszerspecifikáció kidolgozói.

6. Intermodális mesepszichológia

Az Intermodális mesepszichológia (IMM) egy olyan rugalmas és egyben strukturált módszer, amely a népmesék pszichológiai alkalmazását ismerteti szimbólumterápiás és rendszerszemléleti keretben. A módszertan a mesemunka reflektív és autogén vezetését, valamint a mesék interdiszciplináris megközelítésének elméletét és módszertanát foglalja magában. A mesék archetipikus tartalmának megéléséhez és megértéséhez a magyar népmesék narratíváit szimbolikus történetként alkalmazza, a szimbólumelemzést operacionalizált módon teszi követhetővé. A befogadás előkészítésére, a tapasztalatok integrálására és a mesei anyag széleskörű és többsíkú, szabad értelmezésére különös hangsúlyt fektet. A népmeséket a narratívpszichológiai és szimbólumterápiás eljárások metszéspontjába helyezi, a mesei történet rendjét több síkon hasznosítja. A mesei kollektív történettel végzett munkának hozzáadott értéke lehet a legtöbb pszichológiai intervencióban: önpercepció, mély önismeret, pszichoedukáció, célzott fejlesztés, tanácsadás és terápia egyéni és csoportos formáiban.

A képzés célja

A képzés célja felkészíteni a hallgatókat a népmesék pszichológiai alkalmazására szimbólumterápiás és rendszerszemléleti alapokra épülő módszertannal, interdiszciplináris elméleti keretben. A módszer és a képzés kifejezetten támogatja a különböző kompetencia és tevékenységi területekhez való adaptációt. Mesepszichológiai eljárások alkalmazhatóak a pedagógiai tevékenységben, mentális és pszichológiai segítő tevékenységekben, tanácsadás különböző területein, valamint a pszichológiai szupportív eljárásoktól a terápiás ellátásig - a hallgató meglévő végzettsége és képzettségei szerint. Az IMM a **terápia fogalmát szocioterápiás értelemben használja**, pszichoterápiás vagy klinikai ellátásra ez a képzés önmagában nem jogosít.

Az IMM képzés önmagában nem helyettesíti vagy nem váltja ki az MRSzE-ben elérhető más képzéseket.

A képzés felépítése

A teljes képzés három szakaszból áll. Az első szakasz elkezdésének feltétele egy bevezető modul, a *Bevezetés a mesepszichológiába – 30 óra* teljesítése.

- **Lélekrendező mesemunka** – népmese elemek pszichológiai alkalmazása (30 óra)
- **Intermodális mesepszichológia** – elmélet és módszertan – népmesék pszichológiai alkalmazása (30 óra)

- **Intermodális meseterápia** – szupervízió – *komplex mesemunka* vezetése (40 óra)

A képzési szakaszok egymásra épülnek. Mindhárom szakasznak része egy sajátélmény blokk, módszertani és elméleti blokkok. A kontaktórák mellett az intenzív önálló kutatómunka is szerves része a képzésnek. Mindhárom modul elvégzése és a záróvizsga sikeres teljesítése után jogosult a hallgató a módszer önálló alkalmazására a saját kompetencia körén belül.

A képzés keretei

Csoportos vagy egyéni forma

Az IMM képzés csoportos formában történik, maximum 12 fős csoportokban.

Személyes vagy online képzési forma

Az IMM képzése a módszer jellegéből fakadóan és az MRSzE állásfoglalásának megfelelően a *személyes formát részesíti előnyben*, amelynél az órák maximum 30%-a online térbe kerülhet át.

Képzési idő

Az IMM képzés blokkosított formában történik, napi 6-10 tanóraban (jellemzően hétvégén).

A képzés elvégezhető egy folyamatban, jellemzően egy tanévre ütemezve, vagy (modulonként) szünetekkel – a képzés megkezdésének időpontjától számítva 4 éven belül. A 4 évnél későbbi befejezés esetén a szupervíziós modulnak képzővel egyeztetett százalékát (30-60%-t) megismételve lehet teljesíteni a záróvizsgát.

Hiányzás

Hiányzás a kontaktórákról 15%-ig fogadható el, ezt meghaladó hiányzás esetén a képző mérlegelése alapján 25%-ig lehetőség van pótórával teljesíteni az előírt óraszámot – vagyis modulonként 10% pótórára van lehetőség. A pótlásra kontaktórával és szakmai feladattal van lehetőség.

A képzés elméleti szakaszában – a csoportvezető döntése alapján – a mulasztás pótlása egyéni szakmai többlet feladatok elvégzésével is teljesíthető.

Az egyéni kontakt pótórá díja a mindenkor képzési óradíj négyszerese, a csoportos pótórá az óradíj kétszerese.

Jelentkezési feltételek az IMM specializációra

A képzésre jelentkezni az alábbi négy feltétel teljesülése esetén lehet.

1. Végzettség:

Magyarországon államilag elismert diploma vagy posztgraduális végzettség a segítő vagy pedagógus szakmák egyikén, az alábbi szakterületeken:

- pszichológus,

- viselkedéselemző,
- orvos,
- mentálhigiénés szakember (min. 4 féléves képzés keretében),
- gyógypedagógus,
- pedagógus,
- szociális munkás,
- lelkes és lelki gondozó,
- kommunikációs szakember.

Más segítő foglalkozásban szerzett diploma vagy folyamatban levő képzés esetén a képzővel való egyeztetés szükséges (stiblar.erika@pszichoforras.hu)

2. *Bevezetés a mesepszichológiába – a népmese alkalmazás alapjai* 30 órás képzés teljesítése.

A képzés sajátélmény, elméleti, módszertani bevezetést tartalmaz, amelynek elvégzése után 3 éven belül megkezdhető az IMM képzés. Az MRSzE képzési rendhez igazodva a képzés elkezdésének feltétele az *első interjú*, amely az IMM esetében a Bevezetés képzésben való részvétel során teljesül.

3. Képi munkában való képzettség igazolása olyan módszerben, amely a magyar pszichológiai gyakorlatban elfogadott:

- autogén tréning,
- szimbólumterápia,
- MRSZE Diákreaxáció,
- hipnoterápia (MHE),
- integratív – KIP módszere (IPE), személyközpontú képzettség (MaSZk PTE)
- művészetterápiás képzettség - legalább 120 órás képzés keretében,
- pszichodráma vagy családterápiás (MCSE) képzettség legalább 120 órában
- módszerspecifikus képzettség vagy képzési folyamatban való részvétel - legalább 120 órában következő egyesületeknél: MAPE, MPE, AKAPE, CSAKIT, DREAM, MIPE, POPKE

Más igazolt magyarországi illetve nemzetközi képzés esetén egyéni elbírálás szükséges. Képzettségek elfogadásáról a képző dönt (stiblar.erika@pszichoforras.hu) a MRSZE Tanulmányi Bizottságának jóváhagyásával.

A képzés megkezdésének feltétele továbbá a javasolt népmese szövegek elolvasása a képző által biztosított forrásból, amit a képző a modul kezdete előtt legalább 2 héttel a hallgatók rendelkezésére bocsát.

Az IMM képzés után kapható végzettség

A 100 tanórás képzés elvégzése után a végzett szakember az alap, illetve szakképzettségének megfelelő kompetenciával dolgozhat és a következő megnevezés használatára jogosult az alapvégzettségének megfelelően:

Cím az IMM képzettség alapján	Alapvégzettség
-------------------------------	----------------

intermodális meseterapeuta	pszichológus (szakvizsgával vagy anélkül), pszichiáter, pszichoterapeuta
intermodális meseterápiás foglalkozásvezető	orvos, viselkedéselemző, mentálhigiénés szakember, lelkes, lelki gondozó, szociális munkás, gyógypedagógus, és egyéb segítő szakmában felsőfokú végzettséget szerzett vagy alaplómára ráépített posztgraduális képzést (segítő szakmában) végzettek

Az alkalmazás során - már a szupervíziós szakasztól kezdve - az alapszakmája etikai kódexének előírásai érvényesek.

IMM képzők

A képzésért felelős: Stiblar Erika tanácsadó szakpszichológus, autogén tréning és imaginációs gyakorlatvezető, az Intermodális mesepszichológia módszerének kidolgozója.

IMM képző lehet az, aki az MRSzE teljes módszerspecifikus képzést (autogén tréning és szimbólumterápia) elvégezte, továbbá elvégezte az IMM teljes képzését és legalább 3 éve aktívan alkalmazza azt, valamint részt vesz a specializáció fejlesztésében vagy más IMM-et érintő szakmai munkában.

Meghívott előadóként részt vehet képzésben - a felelős képző felkérésére – az Egyesület képzői közül vagy társszakmákból olyan szakember, aki az adott témában különösen jártas.

IMM képzési modulok leírása

A képzés minden moduljában jelentős helyet foglal el az interdiszciplináris területek diszkurzív áttekintése. Fokozatosan építkezik ennek érdekében az elméleti tematika és a módszertani gyakorlat a képzési modulokban. A képzésben a népmesei kultúrában való jártasság nem előfeltétel, de a képzés anyagaként szükséges a néprajzi szakirodalmak és meseanyag megismerése. Ennek fokozatos felépítése érdekében minden képzési szakaszban egy mese-törzsanyagot, valamint kötelező irodalmi forrásokat biztosít a képző.

Lélekrendező mesemunka – népmese elemek pszichológiai alkalmazása (30 óra)

A képzési modulra jelentkezés feltétele

- Megfelelő végzettség a "Jelentkezési feltételek az IMM specializációra" pontban leírtak szerint
- A Bevezetés a mesepszichológiába nevű, 30 tanórás képzés sikeres teljesítése (<https://pszichoforras.hu/mesepszichologia/bevezetes-a-mesepszichologiaba-kepzes/>)
- A jelentkezés elfogadásakor ajánlott meseanyag elolvasása

A modul rövid tartalma

Az IMM képzésnek az első modulja a meseelemek fenomenológiai vizsgálatának módszertanát, szimbólumelemzését és pszichológiai alkalmazását ismerteti. A modul fókusza a mese pszichológiai funkcióinak tudatos támogatása, interdiszciplináris fogalmának és morfológiájának a pszichológiai alkalmazása.

A képzési modul része egy rövid sajátélmény szakasz, amely referencia pont a képzés során, módszertani reflexióra ad közvetlen lehetőséget. Az elméleti és módszertani tematikákban a résztvevők 20-25 oldalas anyag diszkurzív ismertetésével vállalnak aktív részvételt (az anyagot a képzés során a képző biztosítja).

Modul teljesítésének feltételei

- Aktív részvétel az órák legalább 85%-án – hiányzás esetén ennek pótlása
- Hallgatói referátum és egyéni kutatómunka teljesítése.
- Elméleti dolgozat: A képzés végén a hallgató elméleti dolgozatot készít módszertani kitekintéssel, a képzési modul kezdetén megadott szempontok alapján (meseelem kultúrantropológiai, folklorisztikai elemzése, és a választott meseelem pszichológiai alkalmazási lehetőségeinek bemutatása). A dolgozat elkészítéséhez a kontaktóra mellett egy szupervíziós alkalmat lehet igényelni. A dolgozat eredeti munka, amelynél a szerző a hivatkozási és etikai szabályokat különös gonddal betartja, és erről nyilatkozik.

A képzési modul zárása

A képzési szakasz dolgozattal zárul, amelyet a képző fogad el a szupervízió során felmerült javaslatok teljesítése után. A dolgozat sikertelen teljesítése esetén az új dolgozat - a képzés záró dátumától számítva - 2 éven belül egy alkalommal adható be. Az ismételt elbírálás díja az érvényes vizsgadíj kétharmada.

A képzési modulok elvégzéséről igazolás kérhető modulonként.

A képzés során szerzett kompetenciák

A hallgató megismeri

- a mesei motívumok folklorisztikai-, kulturális- és lélektani elemzésének alapjait
- a mesemorfológia pszichológiai vonatkozásait
- a mese pszichológiai hatásmechanizmusát és a metatörténet fogalmát
- az autogén folyamatok, sajátos tudatállapotok és a mesemunka párhuzamait
- a lélekrendező mesemunka lépéseit, a meseélmény autogén megsegítésének alapjait a befogadástól az egyéni tematikáig
- szimbólumelemzés alapjait: az asszociatív jelentésadás és kultúrantropológiai kitekintés módszertani lépéseit
- egy mesemotívum körbetekintő feldolgozásának módszertanát (jelentésbokr).
- a népmese pszichológiai funkcióit
- alapvető mesei motívumokat és szimbólumokat: elindulás, megküzdés képei
- mesemunka modalitásokban való követését, intermodalitást segítő technikákat

A szakasz teljesítésével a meseelemek célzott alkalmazását a hallgató a végzettségének és képzettségének megfelelő kompetenciakörben végezheti, meglévő gyakorlatába integrálva, de önálló foglalkozás szervezésére nem jogosít.

Intermodális mesepszichológia elmélet és módszertan – 30 óra

A képzési modulra jelentkezés feltétele

- Megfelelő végzettség a “Jelentkezési feltételek az IMM specializációra” pontban leírtak szerint
- Lélekrendező mesemunka – népmese elemek pszichológiai alkalmazása képzési szakasz sikeres teljesítése
- A jelentkezés elfogadásakor ajánlott meseanyag elolvasása

A modul rövid tartalma

Az IMM képzés második modulja a népmesék narratívájának, vagyis teljes szüzsé rendszerszemléletű vizsgálatának, komplex pszichológiai elemzésének módszertanát ismerteti. A képzési modul célja a szakirodalmak, ismeretek mélyítése és gazdagítása mellett a narratív pszichológiai elemek és a szimbólumterápiás alkalmazás bemutatása. A képzés során egy elméleti tematika bemutatása és egy választott mesei szüzsé komplex vizsgálata szükséges.

A képzési modul része egy rövid sajátélmény szakasz, amely referencia pont a képzés során, módszertani reflexióra ad közvetlen lehetőséget. Továbbá az elméleti és módszertani tematikákban a résztvevők 20-25 oldalas anyag diszkurzív ismertetésével vállalnak aktív részvételt (az anyagot a képzés során a képző biztosítja).

Modul teljesítésének feltételei

- Aktív részvétel az órák legalább 85%-án.
- Hallgatói referátum és egyéni kutatómunka teljesítése.
- Elméleti dolgozat: A képzés végén a hallgató elméleti dolgozatot készít módszertani kitekintéssel, a képzési modul kezdetén megadott szempontok alapján (egy magyar varázsmese komplex elemzése és pszichológiai alkalmazása). A dolgozat elkészítéséhez a kontaktóra mellett egy szupervíziós alkalmat lehet igényelni. A dolgozat eredeti munka, amelynél a szerző a hivatkozási és etikai szabályokat különös gonddal betartja, és erről nyilatkozik.

A képzési modul zárása

A képzési szakasz elméleti dolgozattal zárul, amelyet a képző fogad el a szupervízió során felmerült javaslatok teljesítése után. A dolgozat sikertelen teljesítése esetén a képzési szakasz nem teljesítettnek tekintendő. Új dolgozat - a képzés záró dátumától számítva - 2 éven belül egy alkalommal adható be. Az ismételt elbírálás díja az érvényes vizsgadíj.

A képzési modulok elvégzéséről igazolás kérhető modulonként.

Megszerzett kompetenciák

A megszerzett kompetenciák alapján a hallgató alkalmazza

- a népmese pszichológiai funkcióihoz illeszkedő mesei szüzsé kiválasztását
- egyéni mesemunka fordulópontjait, meseélmény feldolgozásának vezetését
- az egyéni szimbolizációs munka fókuszált segítségét, ebbe a kollektív tartalmak integrálását
- narratív pszichológia mozzanatok felismerését és alkalmazását a személyes munkában
- a népmese komplex elemzését a lélektani alkalmazási lehetőségek kiemelésével

A szakasz teljesítése a népmesék alkalmazására jogosítja fel a résztvevőt szupervízió mellett, a végzettségének és képzettségeinek megfelelő kompetenciakörben.

Intermodális mesepszichológia szupervízió – 40 óra

A képzési modulra jelentkezés feltétele

- Megfelelő végzettség a “Jelentkezési feltételek az IMM specializációra” pontban leírtak szerint
- Intermodális mesepszichológia elmélet és módszertan képzési szakasz sikeres teljesítése
- A jelentkezés elfogadásakor ajánlott meseanyag elolvasása

A modul rövid tartalma

Az IMM képzés utolsó modulja a népmese meseterápiás alkalmazását ismerteti, valamint a mesemunka vezetésében alkalmazandó önreflexív technikákat. Továbbá része a képzésnek pszichológiai elméletek meseterápiás adaptálása. Az esetvezetések az elsajátított személet gyakorlati alkalmazásának követésével történnek. A komplex elméleti tematikák és a saját meseelemzés (előző képzési szakasz dolgozatának) bemutatása a módszertani ismeretek alkalmazását segítik.

A szupervíziós szakaszban az önálló esetvezetés(ek) gyakorlati munkájának közös megbeszélése és értelmezése történik, valamint az áttekintő elméleti tematikák közös feldolgozása.

A képzési modul része egy rövid sajátélmény szakasz, amely referencia pont a képzés során, módszertani reflexióra ad közvetlen lehetőséget. Az elméleti és módszertani tematikákban a résztvevők 20-25 oldalas anyag diszkurzív ismertetésével vállalnak aktív részvételt (az anyagot a képzés során a képző biztosítja).

A modul teljesítésének feltételei

- Aktív részvétel az órák legalább 85%-án – hiányzás esetén ennek pótlása.
- Hallgatói referátum és egyéni kutatómunka teljesítése.
- Záródolgozat előkészítése: a szupervíziós szakaszban a hallgató az esetvezetéséről, az egyéni vagy csoportos foglalkozásokról referál. Egyéni foglalkozás esetében 6-7 ülést szükséges tartalmaznia, ami lehet egy önálló folyamat, vagy egy hosszabb folyamat deklarált mesepszichológiai része. Csoportos foglalkozás esetében 4-5 alkalom szükséges, alkalmanként 2-3 órás időkerettel, önálló folyamatként. A záródolgozat elkészítéséhez a kontaktóra mellett egy szupervíziós alkalmat lehet igényelni a képzés keretein belül. A dolgozat eredeti munka,

amelynél a szerző a hivatkozási és etikai szabályokat különös gonddal betartja, és erről nyilatkozik.

Képzési modul zárása: záródolgozat és záróvizsga

Záróvizsgára bocsátás feltételei:

- Képzési szakaszok és záródolgozatok teljesítése
- A képzés sikeres teljesítéséhez a tanulmányi követelményeken túl a hallgatónak személyiségében és általános tájékozottságában is megfelelőnek kell lennie arra, hogy a mesepszichológiai módszertant a kompetenciahatárok betartásával hitelesen tudja alkalmazni. Amennyiben a képző megítélése szerint ez a feltétel nem teljesül, a jelentkezővel ezt tudatnia kell a lehető leghamarabb, a megfelelő lehetőségekről való tájékoztatás mellett.
- A tanúsítvány megszerzésének feltétele az egyesületi aktivitás, 15 aktivitási pont, amelyet MRSzE, mesepszichológia, mesekultúra programokon való részvétellel lehet teljesíteni. A képzés megkezdése előtti évben teljesített programok is beszámíthatók.

A szupervíziós szakasz és a teljes képzés egy eset megírásával, majd szóbeli bemutatásával, megvédésével zárul. A képzést záró eset bemutatása során a pszichológiai folyamatok tudatos követése kap hangsúlyt.

A záródolgozat értékelésének szempontjai:

- a kliens által hozott élethelyzet élettörténeti bemutatása
- az indikációk és meseválasztás indoklása, IM módszertanának megfelelő foglalkozás vezetés
- a segítő attitűd és önreflexiós képesség jelenléte
- az IM módszertanához tartozó szakkifejezések adekvát használata

A záródolgozatot a kijelölt vizsga előtt legalább 10 nappal (docx. kiterjesztéssel) szükséges elküldeni a csoportvezetőnek, aki továbbítja a vizsgabizottság többi tagjához. A vizsgabizottság tagjai: az IMM képző és az MRSzE egy kiképző terapeutája. A záróvizsga időpontját a csoportvezető jelöli ki a vizsga előtt 1 hónappal. A vizsga díját a felnőttképzési szerződés tartalmazza. Sikertelen vizsga esetén a szupervíziós szakasz esetvezetés és konzultációs részét meg kell ismételni (12 óra csoportos vagy 7 óra egyéni konzultáció formájában).

Megszerzett kompetenciák

A hallgató tájékozottságot / gyakorlatot szerez:

- a kapcsolódó interdiszciplináris és szakmai szakirodalom alkalmazásában
- lélektani fejlődésmodellek alkalmazásában a népmesék narratíváiban
- lényeges mesei szerepkörök pszicho-morfológiájának követésében
- lényeges szerepkörök szimbolikájának és mesei narratívájának áttekintésében pszichológiai párhuzamokkal (elindulás, segítő, változás-átváltozás, megküzdés)
- rítus, mítosz és szakralitás értelmezésében a mesemunka pszichés vonatkozásaiban
- az eset narratív és szimbolikus követésében, a kompetencia határok megítélésében

Az IMM módszer szerves részét alkotják a szakmai munkacsoport műhelyein való részvételek, amik a képzés lezárása után is továbbképzési és elmélyítési lehetőségként elérhetőek.

A TVSZ-ben nem szabályozott kérdések esetén kérdésével forduljon a Tanulmányi Bizottsághoz a tanulmanyifelelos.mrsze@gmail.com címen.

1. melléklet: Aktivitási pontok

Célunk, hogy a képzés során olyan szakmai kapcsolatok alakuljanak ki, ami a képzési idő után is fennmarad. Ennek érdekében segítjük a hallgatók kapcsolódását az Egyesület közösségéhez és szakmai munkájához.

A képzés során gyűjtött aktivitási pontok célja a szakmai ismeretek képzésen túli bővítése, a szakmai életben szerzett többszintű tájékozódás és kapcsolatépítés.

Az aktivitás az autogén tréning (relaxációs módszerek) és szimbólumterápiás módszerek témakörében végzett tudományos és szakmai munkára, az MRSZE szervezeti keretei között végzett tevékenységekre vonatkozik.

Az autogén tréning (relaxációs módszerek) képzés megkezdésétől a záróvizsgáig legalább 10 aktivitás pontot szükséges szereznie a hallgatónak. A szimbólumterápiás szakaszban a záróvizsgáig 30 aktivitás pontot kell elérni. Az intermodális meseterápiás képzés során 15 aktivitási pontot kell elérni.

A pontok megítélése és nyilvántartása a csoportvezető feladata.

tudományos cikk írása	25 pont
recenzió írása könyvről	20 pont
recenzió írása szakmai cikkről	10 pont
előadás nemzetközi konferencián	30 pont
előadás hazai MRSZE konferencián vagy szakmai napon	20 pont
részvétel MRSZE szervezésű nemzetközi konferencián	15 pont
részvétel hazai MRSZE konferencián	10 pont
részvétel MRSZE szakmai napon	6 / 4 pont
részvétel egyesületi műhely munkájában vagy munkacsoportban	max. 15 pont
részvétel egyesületi tagozat munkájában	max. 15 pont
részvétel pályázatírásban / lebonyolításban	max. 15 pont
részvétel az egyesület munkájának népszerűsítésében, pl: újságcikk, dizájn, megjelenés tervezés	max. 15 pont

részvétel konferencia / és egyéb egyesületi program szervezésben	max. 15 pont
írásos szakmai anyag vagy tananyag készítésben részvétel	max. 15 pont
legújabb nemzetközi és hazai szakirodalom gyűjtése	max. 10 pont
az Egyesület működését segítő egyéb önkéntes munka	max. 10 pont

2. melléklet: Az autogén tréning (relaxációs módszerek) képzés záródolgozat követelményei

Záródolgozat tartalmi követelményei:

- a hallgató rövid bemutatkozása
- kapcsolatfelvétel a klienssel
- az első interjú
- az indikáció és kontraindikáció szempontjainak mérlegelése
- a terápiás / segítő kapcsolati szerződés
- az autogén tréning folyamata, a folyamat során megjelent pszichés és testi jelenségekkel - hallgató kompetenciájának megfelelően - végzett munka, és ebben a szupervízió szerepének bemutatása
- az autogén tréning folyamat lezárása
- a hallgató kompetencia szintjének megfelelő pszichodinamikai és szimbolikus összefüggések elemzése
- a folyamat zárása, az elért eredmények áttekintése a kitűzött célokkal összevetve
- a klienssel végzett munkához kapcsolódó önreflexió

Záródolgozat formai követelményei:

- Terjedelem: min. 12, max. 16 oldal
- 12-es betűméret, másfeles sorköz
- fedlapon: Egyesület neve (fent középen), autogén tréning vizsgadolgozat (középen), cím (középen), a vizsgázó neve és legmagasabb végzettsége (jobb oldalon lent), dátum (csak az évszám legalul középen), kiképző neve (bal oldalon lent)
- tartalomjegyzék oldalszámokkal

3. melléklet: A szimbólumterápia képzés záródolgozat követelményei

Záródolgozat tartalmi követelményei:

- a hallgató rövid bemutatkozása
- kapcsolatfelvétel a klienssel
- az első interjú
- az indikáció és kontraindikáció szempontjainak mérlegelése, a választott módszer illeszkedése a kliens problematikájával
- a kliens által hozott probléma élettörténeti és érzelmi összefüggéseinek bemutatása
- a terápiás / segítő kapcsolati szerződés
- a szimbólumterápia / segítő kapcsolat folyamatát, az ebben alkalmazott szimbólumterápiás gyakorlatok során megjelent pszichés és testi jelenségekkel – a hallgató kompetenciájának megfelelően – végzett munka, és ebben a szupervízió szerepének bemutatása
- az imaginációs képek illesztése, választásának indoklása
- egy kiemelt képhívás tartalmának és feldolgozásának részletes bemutatása, a klienstől származó szó szerinti idézetekkel
- a segítő / terápiás folyamat bemutatása (dinamikája, fordulópontjai, elakadásai)
- a pszichoterápia / segítő kapcsolati folyamat lezárása
- a folyamat zárása, az elért eredmények áttekintése a kitűzött célokkal összevetve
- a klienssel végzett munkához kapcsolódó önreflexió

Záródolgozat formai követelményei:

- terjedelem: min. 20, max. 25 oldal (plusz mellékletek)
- 12-es betűméret, másfeles sorköz
- fedlapon: Egyesület neve (fent középen), szimbólumterápia vizsgadolgozat (középen), cím (középen), a vizsgázó neve és legmagasabb végzettsége (jobb oldalon lent), dátum (csak az évszám legalul középen), kiképző neve (bal oldalon lent)
- tartalomjegyzék oldalszámokkal

4. melléklet: Alkalmazott relaxációs specializációk záródolgozati követelményei

Záródolgozat tartalmi követelményei:

- a hallgató rövid bemutatkozása
- kapcsolatfelvétel a klienssel, első interjú bemutatása
- az indikáció és kontraindikáció szempontjainak mérlegelése, a választott módszer illeszkedése a kliens problematikájával
- a kliens által hozott probléma élettörténeti és érzelmi összefüggéseinek bemutatása
- a terápiás / segítő kapcsolati szerződés
- a Diákrelex / Gyermekrelaxáció / Várandós relaxáció/ Intermodális meseterápia segítő folyamatának a bemutatása - az ellátás / foglalkozás formájához illeszkedő szerkesztésben
- az alkalmazott gyakorlatok / intervenciók bemutatása, azok illeszkedése a folyamatba a specializáció módszertana szerint, a választások indoklása
- a megjelent pszichés és testi jelenségek követése - a hallgató kompetenciájának megfelelően - végzett munkával
- az esetvezetésben a szupervízió szerepének bemutatása
- a segítő folyamat bemutatása (dinamikája, fordulópontjai, elakadásai), a folyamat lezárása
- az elért eredmények áttekintése a kitűzött célokkal összevetve, valamint a klienssel végzett munkához kapcsolódó önreflexió
- a hallgatónak a szakmai identitásra és személyes fejlődésre vonatkozó önreflexiója a képzés tekintetében

Záródolgozat formai követelményei:

- terjedelem: min. 15, max. 20 oldal (plusz mellékletek)
- Times New Roman 12-es betűméretnek megfelelő karakter, 1 / 1,15 sorköz
- fedlapon: Egyesület neve (fent középen), képzés neve és a vizsgadolgozat megnevezés (középen), cím (középen), a vizsgázó neve és legmagasabb végzettsége (jobb oldalon lent), dátum (csak az évszám legalul középen), kiképző neve (bal oldalon lent) / vagy a képző által biztosított sablon szerint
- tartalomjegyzék oldalszámokkal
- eredetiségi és etikai nyilatkozat
- irodalmi hivatkozások és irodalomjegyzék pontossága