

## Továbbképzések a Kapcsolatért Továbbtanulási lehetőségek a Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézetében

A Szentírás tanúsága szerint, miután zavar keletkezett a Teremtő és teremtettjei között, Isten egy kérdéssel szólította meg az embert: „Hol vagy?” A kérdés egyszerűnek tűnik, mégis a zsigereinkig képes hatni. Ha azonnal nem a mellébeszélést választjuk, és engedjük magunkat további kérdések által megszólítottá válni, nemcsak az Isten-kapcsolatunkat, hanem emberi interakcióinkat és önismeretünket is célba vehetik ezek a kérdések: Mire van szükségünk ahhoz, hogy jobban a másik mellé tudjunk szegődni? Miért érezzük, hogy néha éppen mi magunk vagyunk akadályai annak, hogy támogató és segítő kapcsolatba tudjunk kerülni embertársainkkal?

A korábbi években, évtizedekben a segítő szakemberek képzésénél – bizonyos értelemben ide lehet sorolni a lelkipásztorok képzését is – elsősorban arra helyezték a hangsúlyt, hogy mit kell mondania a segítő szakembernek. Aztán arra terelődött a fókusz, hogy egy segítő kapcsolatban miről beszélgetnek egymással a felek. Napjainkban az érdeklődés középpontjában a kapcsolódás áll, természetesen nem negligálva az előző hangsúlyokat sem. Ma így tehetnénk fel a kérdést: Hogyan is tud létrejönni olyan segítő kapcsolat, amelyben megtörténhet a változás és a gyógyulás?

Mint korábbi hallgató és jelenleg az oktatásban részt vevő tanár, magam is sokat gondolkodtam azon, hogy vajon mi adja képzéseink eredetiségét. Először is talán az, hogy általában a hallgatóink néhány év munkatapasztalat, szolgálat után érkeznek hozzánk, és ha nem is tudják egészen pontosan, hogy miben szeretnének vagy kellene fejlődniük, ők maguk is nyitottak az új ismeretek és tapasztalatok befogadására, vagy éppen a régiekre történő újbóli rácsodálkozásra. Ez utóbbival kapcsolatban jut eszembe, amikor egy spirituális önismereti intenzív hét végén, miután egészen különös mélységek-

ben éltük meg az ökumenét különböző felekezetekhez tartozó hallgatókkal együtt, az egyik református lelkész úgy foglalta össze az élményeit, hogy most kapott igazán kedvet ahhoz, hogy Kálvint és a református spiritualitást újra felfedezze magának.

A Mentálhigiéné Intézet 2010 áprilisától a Semmelweis Egyetem Egészségügyi Közszolgálati Kar intézményeként hirdeti meg képzéseit. Az Intézetben két mesterképzés folyik (szociális munka mesterképzés, mentálhigiénés családtudományi és családterápiás mesterképzés), valamint négy szakirányú továbbképzés (mentálhigiéné, mentálhigiénés lelkigondozói, laktációs tanácsadó, integrált szülő-csecsemő/kisgyermek konzultáció). Az Intézet honlapján az összes képzésről részletes információkat lehet kapni ([mental.semmelweis.hu](http://mental.semmelweis.hu)), itt most csak hármat szeretnék kiemelni ezek közül, gondolván arra, hogy talán ezek kelthetik fel leginkább a teológushallgatók érdeklődését.

### *Mentálhigiénés lelkigondozó képzés*

A képzés célja a lelkigondozók továbbképzése, saját mentálhigiénéjük megerősítése és a kapcsolatteremtéshez szükséges készségek fejlesztése. A résztvevők az elméleti és gyakorlati stúdiumokon (pl. leli zavarok, lelkigondozói kapcsolat) segítséget kapnak ahhoz, hogy jobban felismerjék és megértsék a segítségre szoruló emberek és csoportok problémáit, segíteni tudják őket lelki fejlődésük útján és döntéseik meghozatalában, támogassák őket erőforrásaik megtalálásában, valamint felkészültebben lássák el a közösségi vagy egyéni lelkigondozói feladatokat.

Az egyéni segítő kapcsolatra épülő individuális lelkigondozás mellett a lelkigondozó feladata lehet hasonló problémákkal küzdők – például fogyatékkal élő gyermeket nevelő szülők vagy elváltak – csoportjának kísérése is, vagy akár

pszichés betegségben szenvedők és családjaik kísérése.

A Mentálhigiénés lelkigondozó szakirányú továbbképzési szak a felsőfokú hitéleti végzettséggel – azaz lelkigondozói kompetenciával – már rendelkezőknek kíván speciális szakkompetenciákat adni. A továbbképzés tehát bölcsészettudományi, társadalomtudományi és klinikai ismeretekkel egészíti ki a hittudományi alapképzésen addig megszerzett tudást, hogy a lelkigondozással foglalkozók e területeken is felkészültebben és hatékonyabban végezhesék lelkigondozói, lelkivezetői munkájukat.

### *Mentálhigiéné szakirányú továbbképzés*

A képzés célja olyan komplex (mentálhigiénés) szemléletmód, ismeretanyag, készségek és képességek (ki)fejlesztése, amelyek birtokában a végzett hallgatók eredeti segítő hivatásukat egy addiginál tágabb kontextusban értelmezve, hatékonyabban és tudatosabban képesek folytatni. Azáltal válnak "jobb" tanárokká, lelkészekké, orvosokká, nővérekké, szociális munkásokká, hogy növekszik pszichoszociális kompetenciájuk. Növekszik reflexiós képességük, és bővülnek cselekvési lehetőségeik, nyitottabbá és felkészültebbé válnak a humán szolgáltatásokkal való együttműködésre, ezek fejlesztésére, így meg tudják fogalmazni annak lehetőségeit, hogy miként folytathatják jobban azt, amivel már foglalkoznak. A cél: valamennyi pozitív változás létrehozása elsősorban a saját munkaterületen.

Mindkét szakirányú továbbképzés középpontjában a másik ember vagy csoportok megsegítése áll, arra az alapra építve, hogy akkor tudunk igazán másoknak segíteni, ha mi is nyitottak vagyunk önmagunk megismerésére, képességeink fejlesztésére és sebeink elhordozására. Míg a mentálhigiénés lelkigondozói képzés kifejezetten hitéleti diplomával rendelkezők számára nyújt lehetőséget a továbbképzésre, addig a mentálhigiénés képzés minden diplomával rendelkező számára nyitott, amely rendkívüli lehetőséget nyújt a segítő szakem-

berek együttműködésének továbbfejlesztésére.

### *Mentálhigiénés családtudományi és családterápiás mesterképzési szak*

A képzés célja olyan szakemberek képzése, akik korszerű családtudományi és családterápiás elméletek és a hozzájuk kapcsolódó módszertani és gyakorlati ismeretek birtokában képesek a családok vizsgálatára fókuszáló tudományos tevékenységre, kutatásra és oktatásra, képesek továbbá a családterápiás módszerek és szemléletmód magas szintű, társadalmi kontextust is tekintetbe vevő alkalmazására. Családterápiás és rendszerszemléletű - de nem klinikai jellegű - beavatkozások révén képesek megelőző, támogató, erőforrásokat feltáró és segítő módon hatást gyakorolni a családi kapcsolatokra, beleértve a speciális helyzetű családokat és alternatív együttélési formákat.

Végezetül hadd álljon itt két korábbi hallgatónk gondolata a képzéseinken tapasztaltokról:

„Nyugodt szívvel mondhatom, hogy valójában az egész életemet újraértelmezte, átrendezte az itt eltöltött tanulmányi idő. Néhány év nagy lelki és egyéb rendrakás után most sokkal jobban érzem magam a bőrömben, mint annakelőtte.”

(református lelkész)

„Az emberekre való rálátásom, hozzáállásom változott sokmindenben és hiszem, hogy a családom is, meg a gyülekezetem is profitálni fog abból, amit itt tanulhattam.”

(református lelkész)

Intézeti dokumentumok felhasználásával készítette Joób Máté evangélikus lelkész, egyetemi docens