

## A SEMMELWEIS EGYETEM PSZICHOTERÁPIA SZAKKÉPZÉSE

*Képződésünk hosszú folyamat. Van, amikor lelkesedéssel, örömmel tölt el, máskor inkább teher, vagy félelemmel, gyötrődéssel teli. Tanáraink lehetnek számunkra mesterek, kollégák, mumusok. Az iskoláját! rovatunkban bemutatjuk a jelenlegi klinikai fázist oktató pszichoterápiás képzőhelyeinket. Célunk ezzel részben az, hogy a leendő hallgatókat segítsük a döntésben, melyik iskolát válasszák, de célunk az is, hogy a képzőhelyek tükröt kapjanak, lehetőséget a változásra, változtatásra, ha szükséges. Interjúkat készítettünk a képzés vezetőivel, illetve volt és jelenlegi hallgatókkal is. Bízunk benne, hogy sikerül minél transzparenssebben bemutatni a képzőhelyeket, hogy együtt nézzünk rá, mi bennük a közös, és milyen egyedi elméleti, szemléleti megfontolások, hibák és erősségek jellemzik őket. Köszönjük az interjúalanyok bátorságát! Korábbi lapszámokban a szegedi FÉSZEK, a pécsi és a tündérhegyi pszichoterápiás képzéseket jártuk körül, most a Semmelweis Egyetem pszichoterápia szakképzését mutatjuk be. Az interjúkat Eörsi Dániel, Kepics Zsanett és Pál Krisztina készítette 2024 júniusában.*

### HALLGATÓI OLDAL

Három hallgatót kérdeztünk – Begányi Dániel, Kele Tímea, Török Krisztina.

*Eörsi Dániel:* Szeretettel üdvözlünk mindenkit! Kérjük, hogy mutatkozzatok be az Olvasóknak!

*Begányi Dániel:* Begányi Dániel vagyok. Másfél éve csináltam a VIKOTE-nál a pszichoterápia szakvizsgát. Orvosi háttérrel kerültem a képzésbe, háziorvosi és üzemorvosi szakvizsgáim voltak előtte, így propedeutikai fázist is végeztem. Most helyettesítésben dolgozom háziorvosi körzetben, üzemorvosként is, és magánpraxisban 10-15 órában dolgozom pszichoterapeutaként.

*Kele Tímea:* Kele Tímea vagyok, a Semmelweis Egyetemen szakvizsgáztam klinikai szakpszichológusként, és a Semmelweis Egyetem Szakrendelő Intézetben dolgozom. Elsőéves vagyok a pszichoterapeuta szakképzésben, az első két modult végeztem el.

*Török Krisztina:* Török Krisztina vagyok, most fogok végezni a képzésben. Mivel fogorvos vagyok, nekem is három év volt a képzés, ősszel lesz a szakvizsga. Dolgozom, mint fogorvos magánpraxisban és a VIKOTE-n is, mint pszichoterapeuta-jelölt. Integratív terapeuta is vagyok, magánrendelésben azzal a módszerrel is dolgozom.

*Begányi Dániel:* Azt én is elvégeztem.

*Kele Tímea:* Én is, emellett a sématerápiás képzést is elvégeztem.

*Eörsi Dániel:* Ezek szerint mind a hárman képződtek integratívban is. Kezdjük az interjút! Az első kérdés: el tudjátok-e mondani, hogy a Semmelweis Egyetem pszichoterápia szakképzés klinikai fázisa hogyan épül fel, hány évig tart, milyen részei vannak? A gyakorlatban ez mekkora elfoglaltságot jelent: mennyit kell bejárni, olvasni, készülni?

*Török Krisztina:* Én az első olyan évfolyamba jártam, amikor a korábbiakhoz képest változott a képzés, valószínűleg Timi egy sokkal letisztultabb képzésről tud majd beszélni. A klinikai fázis két év, mellette minden héten egy nap kell rendelnünk. Ez egy remek dolog egyébként, a VIKOTE adja a pácienseket, ami nagyon nagy segítség. A pácienseket CBT-terápiával kezeljük, heti szupervízió mellett. Négy CBT-félév van, a legnagyobb megterhelés a harmadik félév volt. Hetente vagy kéthetente van oktatás, hétköznap, szerdán vagy pénteken, egész nap. Aki mellette főállásban, teljes munkaidőben dolgozik, annak ez nagyon nagy problémát jelent. Én például így dolgoztam. Azt te határozod meg, hogy a héten melyik nap rendelsz emellett a VIKO-

TE-ban. Maximum hat pácienssel kell dolgoznod. Ez azt jelenti, hogy egy teljes munkanapot, amikor oktatás van, és minimum egy fél-háromnegyed munkanapot kell feláldozni ez alatt a két év alatt a képzésben hetente a járóbeteg ellátásra.

*Eörsi Dániel:* Tehát a képzési napot ők mondják, viszont a rendelési napodra már neked is van ráhatásod.

*Török Krisztina:* Igen. A szupervízió van még fix időpontban, hétfő délelőtt.

*Kele Tímea:* A hat óra terápiás gyakorlatot azoknak nem kell elvégezni, akiknek a munkahelye rendelkezik akkreditációval. Az enyém sincs akkreditálva, úgyhogy én is bejárok a VIKOTE-ba erre a plusz hat órára, jellemzően délutáni, esti órákban. Egyébként reggel 9-től este 8 óráig fogadnak betegeket.

*Kepics Zsanett:* Azt mondtátok, hogy két éve változott a képzés? Ez mit jelent: mi volt és mi lett?

*Török Krisztina:* Az új jogszabály szerint – ami 2021-ben változott –, át kellett alakítani az egyetemeknek ezt a rendszert, és ezért egy kicsi, rövid ideig tartó káosz volt a mi évfolyamunknál.

*Kepics Zsanett:* Milyen elméleti órákkal találkoztok?

*Török Krisztina:* A klinikai fázisban a CBT módszer megtanulása 3-4 félév, és mellette az utolsó félévben bemutatják az összes többi terápiás módszert, egy-egy órában. Ezek a szakvizsgatételeket fedik le, csak egy rövid ízelítőt adnak.

*Kepics Zsanett:* Hogy néz ki egy képzési nap?

*Kele Tímea:* Szerdai napokon volt nekünk az oktatás, reggel fél 9-től délután fél 4-ig. Eléggye gyakorlatorientált, többnyire a délelőtti blokkok adják az elméleti háttérrel, és úgynevezett akváriumgyakorlatok is vannak, amikor egymással gyakorolva próbáljuk ki a különböző módszereket, intervenciók eljárásokat.

*Bégányi Dániel:* Volt egy blokkunk, amikor a gyakorlat része az autogén tréning volt az egész szemeszter alatt.

*Török Krisztina:* Nálunk a propedeutika évben volt autogén tréning, rogersi alapok pedig a második félévben. Klinikai fázisnál indul a CBT, ami nemzetközi szinten a legújabb trendeknek megfelelő CBT, nagyon felkészült oktatókkal, sok gyakorlattal.

*Kele Tímea:* Tényleg abszolút friss, korszerű az oktatás. Én már a klinikusi szakképzés alatt megismerkedtem a kognitív viselkedésterápiával, illetve dolgoztam is a Klinikai Pszichológia Tanszéken egy évet rezidensként, ami egy jó alapot adott a terapeuta-képzéshez, sok minden ismerős volt. Most megjelent új kiadásban a Beck-könyv (Judith S. Beck:

Kognitív viselkedésterápia kezdőknek és haladóknak), amit már a második féléves vizsgánál tudunk használni, és az is abszolút korszerű.

*Kepics Zsanett:* Mondtad, hogy a második modulodat csinálod, el tudjátok magyarázni, mit jelent ebben a képzésben a moduláris rendszer?

*Bégányi Dániel:* Az én időmben ezek inkább hagyományos szemeszterek voltak, csak tematikában lehet, hogy egy félévre valami konkrét téma esett. Például mi az utolsó félévben a gyakorlatokon viszonylag sokat kóstoltunk bele a sématerápiába.

*Török Krisztina:* Mi azért olyan sokat nem kóstoltunk be a sématerápiába, tehát ez változott. Van a CBT 1-es, 2-es, 3-as modul, és ha valaki nem pszichoterapeuta-képzésben van, akkor ő bejelentkezhet csak az egyes modulokra is. Nálunk voltak úgymond vendéghallgatók, akik nem jártak épp a pszichoterapeuta-képzésbe, de például a CBT pszichopatológiája érdekelte őket, vagy a speciális kezeléseket a borderline-pácienseknél. Így akkor abban a félévben többen voltunk. A modulrendszer lehetővé teszi azoknak, aki érdeklődnek, de még nem akarnak képzésben lenni, hogy bővítsék az ismeretük.

*Eörsi Dániel:* Többször utaltatok rá, hogy vannak gyakorlatok. Egy-egy képzési nap az felhasználható úgy, hogy elmélet plusz gyakorlat?

*Török Krisztina:* Attól függ, hogy ki tartja. Van, aki azt csinálja, hogy délelőtt leadja az elméleti részét az oktatásnak, és délután ennek megfelelően vagy párban, vagy csoportosan, vagy esetbemutatóval gyakorlunk. Őszintén: egy klinikai szakpszichológusnak szerintem nem ad olyan nagy újdonságot, azt éreztem, hogy nekünk, orvosoknak azért ez jóval többet adott.

*Bégányi Dániel:* Nálunk úgy volt, hogy az elmélet az ilyen tantermi jellegű prezentációs előadás, a gyakorlat az változott: volt, hogy egymáson gyakoroltunk technikákat, máskor az elmélet gyakorlati szempontú átbeszélése történt meg.

*Kele Tímea:* Igen, van ilyen jellegű is, amikor az imaginációt vagy a széktechnikát bemutatja egy oktató, és van, amit egymáson gyakorlunk, például, hogy hogyan hangzik a szókratészi kérdés, vagy modellezzük a lefelé mutató nyílt technikát. Ezek jellemzően páros gyakorlatok, és lehet kérdezni közben, a végén pedig megosztjuk egymással a tapasztalatainkat.

*Kepics Zsanett:* Mennyire módszerfüggő vagy módszerfüggetlen a képzés? Az oktatók miben jartasak?

*Török Krisztina:* A VIKOTE-n nem tudsz másban képződni, csak CBT-ben, pszichoterápia képzésben.

Az oktatók is inkább a kognitív terápia világából jönnek.

*Kele Tímea:* Úgy tudom, hogy széleskörűen képzettek, vannak, akik a kognitív viselkedésterápia mellett dinamikus irányzatban is képződtek. Többen az oktatóink közül részt vesznek a sématerapeuta-képzésben is.

*Eörsi Dániel:* Mennyire illeszkedik tartalmilag, szervezetileg a képzés a szakvizsgálóhoz?

*Bégányi Dániel:* A képzésnek az a része nekem mindenképpen gördülékenynek tűnt, például önismereti modul tekintve is volt saját opciója, amit lehetett választani, és annak is több formája volt. Abszolút azt éreztem, hogy segítettek oktatásilag, szervezésileg, hogy a szakvizsga irányába haladjunk.

*Török Krisztina:* Önismeretből nekem pszichodramám van, elfogadták, de lehet a jövőben változás lesz, hogy csak a CBT önismereti képzést fogják elfogadni. És hogy milyen lesz a szakvizsga? Fogalmam nincs, úgy érzem, a felkészítés rendben van. Ősszel szakvizsgáló kollégától hallottam, hogy úgy érezte a szakvizsgán, nem vették azt figyelembe, hogy a többi módszertől tényleg csak ízelítőt kaptunk, tehát nem vagyunk annyira elmélyülve a dinamikus módszerben például, viszont amikor ő kihúzta azt a módszert, akkor ott mindent kellett róla tudni.

*Kele Tímea:* Vannak olyan oktatási napok, amikor kifejezetten a szakvizsgálóra készítene fel minket, tehát nem közvetlenül a CBT-hez kapcsolódó ismeretekről van szó. Nekem klinikusként némiképp más a hátterem, több módszerben is képződtem, így én ezt elégnek gondolom. Érzem, hogy segítenek nekünk, az oktatásszervezés részéről is kapunk támogatást.

*Bégányi Dániel:* Én is éreztem, hogy csak ízelítő, amit kapunk a többi módszertől, de nekem a szakvizsgán – lehet, hogy csak szerencsém volt – ez nem okozott problémát.

*Kepics Zsanett:* Hányan vagytok az évfolyamon és milyen az orvosok, pszichológusok aránya?

*Török Krisztina:* Mi tizenegyen vagyunk, fele-fele arányban van orvos és szakpszichológus.

*Kele Tímea:* Mi 15-en vagyunk. Egyedül vagyok felnőtt klinikus. Van egy gyermek- és egy felnőtt-pszichiáter, három gyermekklinikus, két fogorvos, a többiek pedig orvosok.

*Bégányi Dániel:* Úgy emlékszem, hogy nálunk jelentős része azért szakpszichológus és pszichiáter volt, abban nem is vagyok biztos, hogy volt-e rajtam kívül más, aki más orvosi szakvizsgálóval rendelkezett. Fogászok is voltak ketten.

*Kepics Zsanett:* Mondtátok, hogy vannak gyerek-klinikusok: ők hogy vannak jelen a képzésben? Gyerek esetet lehet-e vinni, gyerekerápiáról van-e szó a képzésben?

*Török Krisztina:* Nálunk van egy gyerekházi orvos, és ő külön elvégezte a két féléves gyerek CBT-t, de az nem számít a képzésbe. A pszichoterapeuta szakvizsga felnőtt, és felnőtt esetek vannak, csak felnőtt esetet lehet vinni szakvizsgálóra.

*Kele Tímea:* Van olyan gyermekszakos klinikus, aki bejár ugyanúgy a VIKOTE-ba, és visz felnőtt eseteket.

*Eörsi Dániel:* Meg tudjátok fogalmazni, hogy mi a hitvallása ennek a képzésnek, van-e valamilyen hitvallása?

(Csönd.)

*Bégányi Dániel:* Egy hitvallást én azt hiszem, most meg tudok fogalmazni, ami nekem, mint aki nem szakpszichológusi háttérrel jött, fontos volt. Minden alkalommal, amikor a szupervízió vagy a gyakorlatokon olyasmit foglaltunk meg, hogy nehéznek érezzük, vagy bizonytalanok vagyunk az esetekkel kapcsolatban, az mindig előjött, hogy maga a jelenlétünk, és a rogersi szemlélet mennyit tud segíteni, mindig azt éreztem, hogy ezzel támogatnak minket.

*Török Krisztina:* Én azt éreztem az oktatás során végig, hogy egy olyan módszer mellett teszik le a voksukat, ami kvázi minden esetben használható bizonyos szintig a gyógyulás elérésében, és egy olyan módszer, ami a leginkább bizonyított módszer. Van egy nagyon komoly itinere, és ha azon végigmész, akkor valószínűleg sikert érsz el. Valameddig el tudsz jutni, aztán van egy szint, ami után már csak ez nem fog működni, de odáig egy nagy segítség. Ez egy elfogadott, jó módszer.

*Kele Tímea:* Nagyon szimpatikus ebben a módszerben, hogy abszolút partnerként kezeli a klienst, és az a cél, hogy együtt dolgozzunk, hogy ő is nagyon aktívan részt vegyen ebben a folyamatban. Végül egy olyan eszközt kap, amivel utána saját maga tud tovább haladni, a saját maga terapeutájává válva. A CBT-vel már viszonylag rövid idő alatt is jelentősen csökkenthető a páciens szenvedése.

*Kepics Zsanett:* És mit mondanátok, milyen kompetenciákkal kerülnek ki a hallgatók? Ti milyen kompetenciáitokban fejlődtek, fejlődtek?

*Török Krisztina:* Én rengeteget tanultam, fantasztikus volt a heti szupervízió. Az, hogy folyamatosan sok pácienssel dolgozunk, és mindről lehet beszélni... azt érzem, hogy rengeteg ismeretet, tapasztalatot és gyakorlatot szereztem. Az elején nekem nehéz volt. Orvos vagyok, ami egy nagyon

kemény strikt rendszer, ott információszimmetria van, ahhoz szoktál hozzá, hogy a beteget felvilágosítsd. Az integratívban azt a szemléletet tanultuk, hogy a páciens mondja meg, hogy mi történjen, te csak segíted. Pont elkezdtem távolodni ettől az orvosi szemlélettől, amikor bekerültem a CBT-be, és azt mondtam, hogy Úristen, megint iskolást játszom, megint azt kell mondanom, hogy legyen házi feladat, legyen leckéje a páciensnek. Az első félévben nagyon erős ellenállás volt bennem, de utána szépen kialakult, hogy ez mennyire jó tud lenni, és rajtam múlik az, hogy hogyan használom, de ehhez kellett idő.

*Kele Tímea:* Abban fejlődtem szerintem sokat, hogy alapvetően didaktikusabb voltam az elején, az edukáció nagyobb hangsúlyt kapott, majd a gyakorlás által intuitívabbá váltam, ma már sokkal jobban együtt tudok gondolkodni a páciensekkel. Én a 40 órás állásomban is ezt a módszert használom többnyire, és ez egyre gördülékenyebben jön, kevésbé didaktikusan, hanem együtt gondolkodva. Persze lehet, hogy nagyon egyszerűen hangzik, hogy együtt jövünk rá valamire, de sokszor jön először az, hogy már látod, mondanád, hogy mi segítene szerinted. Ekkor kell nagyon résen lenni, hogy hogyan tudod a klienst rávezetni, hogy az ő tempójában, és az ő stílusához illeszkedve ezt elfogadja, hogy végül ő mondja ki. Ebben szerintem nagyon sokat segítenek ezek a gyakorlatok.

*Bégányi Dániel:* Nekem volt a végén egy olyan hiányérzetem, hogy a teljes spektrum, amiről tanultunk, hogy milyen jellegű problémákat lehet CBT-vel megközelíteni, arról nem tudott gondoskodni a képzés, hogy mindegyikkel olyan személyes élményünk legyen, hogy egy olyan páciens mindenképpen kezeljünk a két év alatt. Tehát például én láttam egy kényszeres jellegű személyt a maga panaszaival, de kényszerbetegséget, mint diagnózist nem. De volt egy olyan érzetem, hogy ha később jön hozzám egy ilyen páciens, akkor az összefüggéseket, az elméletet, a szemléletet értem annyira, hogy egy szupervízor mellett – akitől tudok tanácsot kérni – tudnék ilyen pácienssel vinni.

*Török Krisztina:* Van még valami, ami szerintem fontos: amikor hozzánk kerülnek páciensek, akkor előtte van egy szűrés, tehát a VIKOTE az 1-es, 2-es és 3-as szinten szűri a pácienseket. Az első interjú mindig klinikai szakpszichológus csinálja. Amikor elkezdünk dolgozni, akkor nem fogunk kapni egy borderline személyiségzavaros pácienssel elsősorban, nagyon szépen építik fel, hogy a mi képességeinknek megfelelő páciensek jöjjenek, minőségi betegellátást tudunk végezni, és mi is tudunk közben

tanulni és tudjuk úgy érezni, hogy képesek vagyunk ezt megoldani. Az első félévben az összes páciens az egyes szintű volt, amit én kaptam. Most már hármasokat kapok, tehát szépen van felépítve ez a rendszer ilyen szempontból.

*Bégányi Dániel:* Szerintem egy olyan megközelítés, amit valaki, még ha esetleg nem is fog utána pszichoterápiával foglalkozni, akkor is nagyon jól beillesztheti az orvosi mindennapjaiba. Például az alacsony intenzitású pszichoterápiás intervenciókat.

*Török Krisztina:* Azt el nem tudom képzelni, hogy ezután a képzés után valaki, aki ezt megcsinálja, nem fog pszichoterapeutaként dolgozni, mert ez egy nagyon-nagyon megterhelő három év. Aki ebbe ennyi energiát fektet, annak biztos, hogy megvan az elkötelezettsége, hogy dolgozzon, mert másképp ez nem lehet végigcsinálni szerintem.

*Eörsi Dániel:* Milyen a légkör a képzésen? Mennyire alakul ki ilyen közösség a hallgatók között? Az oktatókkal mennyire alakul ki személyes kapcsolat?

*Török Krisztina:* Nálunk az a helyzet, hogy vannak, akik Debrecenből, Szekszárdról járnak, mindenki dolgozik. Nekünk van egy kisebb csoportunk, akikkel a propedeutikát csináltuk, négyen orvosok, mi többet szoktunk beszélgetni, de azért nem igazán van mód és idő – mert mindenki rengeteget dolgozik – hogy a képzés után együtt maradjon a csapat. A hangulat az oktatókkal nagyon jó, kollegiálisan kezelnek minket, segítőkészek. Lehet, hogy egy szegedi, pécsi vagy egy debreceni egyetemen jobban összeverbuválódnak, és utána van egy ilyen közösség, azt nem tudom. Nálunk ez nem alakult ki ilyen erősen. Tételmegosztás van, kidolgozást elosztjuk. Tehát ilyen szempontból igen.

*Kele Tímea:* Én is segítőkészséget tapasztalok leginkább, meg akarják érteni, hogy milyen nehézségeink vannak, mi az, amiben tudnak támogatni minket. Nálunk a szupervíziós csoport nagyon aktív, az elején még volt olyan, hogy én is ottmaradtam utána, és átbeszéltünk eseteket. A mi szupervíziós csoportunkban a többiek orvosok, és főállásban többnyire nem ezen a területen dolgoznak. Volt, hogy én is tudtam nekik segíteni, de persze a szupervízor is támogató.

*Kepics Zsanett:* Miért pont ezt a képzést választottátok és mennyiben teljesültek az elvárásaitok?

*Bégányi Dániel:* Én már előtte elkezdtem az integratív képzést, és nem tudtam igazából olyan nagyon sokat a CBT-ről, de azért annyi képem volt, hogy ez valami merőben más szemlélet, és én direkt így szerettem volna hozzá párosítani, valamilyen praktikusabb, racionálisabb jellegű módszert.

*Török Krisztina:* Nekem az volt a háttér, hogy elvégeztem az integratívot, de még nem írtam meg a dolgozatot. Most is várat magára, de minden más megvolt, ott javasolták, hogy menjek pszichoterapeuta-képzésre. A propedeutika kapcsán adott volt a Budapest, hiszen budapesti vagyok, de utána engem Szegedre is fölvettek, ahol használhattam volna az integratívot, mint módszert, azaz nem kellett volna még egy módszert tanulnom. De azt tapasztaltam, hogy a propedeutikán nagyon támogatóak és segítőkészek voltak, ez Budapest mellett szólt. Egy érv volt még, hogy még egy módszert fogok tanulni, ami ha nagyon nehéz is lesz, akkor is fontos. Másik érv, hogy itt biztos volt az, hogy a klinikai gyakorlati óraszámot meg tudom csinálni. Szegeden nagyon szimpatikus volt minden, a felvételi rendszer, a gondolkodás, csak attól tartottam, hogy hogyan fogom megcsinálni a járóbeteg gyakorlatot, és hogyan fogom megoldani a kórházi gyakorlatot innen Budapestről? Ezért választottam a Semmelweis Egyetemet. Nem bántam meg, jó, hogy megtanultam a CBT-t, nagyon hasznos.

*Kepics Zsanett:* Akkor mind a ketten elégedettek vagytok, azt kaptátok, amit vártatok?

*Török Krisztina:* Most már, hogy vége. *(Nevetünk.)* Közben azért éreztem, hogy kihullik a hajam, és hogy ez nem embernek való. Most már igen, elégedett vagyok, nyár van, és nemsokára szakvizsgázok.

*Kepics Zsanett:* És Timi, te miért választottad ezt, mennyire vagy elégedett?

*Kele Tímea:* Én azért választottam, mert kilenc éve dolgozom a Semmelweisen, és mindenképpen itt akartam maradni a pszichoterapeuta szakképzésben is. A klinikusi alatt is erősen kognitív viselkedésterápiás irányba képződtem, úgy voltam vele, hogy nem nehezítem az életemet, illetve a séma-terápia is érdekelt, ami azért ehhez szervesen kapcsolódik. Integratívot és drámát már én is végeztem előtte, úgyhogy itt azért sok praktikus ok is volt. Ez a módszer ismerős, működik és hasznos, hatékony, azt tapasztaltam. És mindenképpen szerettem volna én is Budapesten belül maradni.

*Eörsi Dániel:* Az adminisztráció mennyire gördülékeny?

*Török Krisztina:* Most vezették be a Kréta rendszert. Oda kéne feltölteni, még nem tudom milyen, odáig nem jutottam még el. Azelőtt minden félévkor volt kettő vagy három beadandó dolgozat, azt elküldted a szupervízornak, ha ő jóváhagyta, akkor utána beküldted a témafelelősnek, ezzel nem volt gond. A betegek adminisztrációja gyors, mert a szoftver, ami működik, az rendben van.

*Kele Tímea:* Nagyon jól használható a Kréta, a második féléves esettanulmányt már oda töltöttük fel.

*Kepics Zsanett:* Van-e lehetőségek a képzéssel kapcsolatban javaslatot, kritikát megfogalmazni? Van-e hatások a képzés felépítésére?

*Török Krisztina:* Szerintem nekünk kifejezetten volt hatásunk a képzés felépítésére, mert mi voltunk a „tesztmalac”, a tesztvéfolyam, velünk csinálták végig először, és mindig megkérdezték, hogy ez így rendben volt-e, mi tetszett, mi nem? Tehát személyesen mindig volt visszajelzés, aztán volt írásosan is visszajelzés kérés. Folyamatosan kérdeztettek minket, mert ők is akkor alakították ki a modul-rendszert, a képzés tematikáját. Nagyon ritkán volt olyan, hogy párhuzamosan előadták ugyanazt, de akkor azt jeleztük, és akkor azt leegyeztették.

*Kele Tímea:* A tananyag össze van fésülve, volt olyan oktatónk, aki utalt arra, hogy erről majd a másik oktató részletesen beszél, szerepel a diáin, tehát egymás előadásanyagát is ismerik, és ezt tudatosan dolgozták ki, úgy építették fel, hogy mindenről halljunk.

*Török Krisztina:* Azt biztos, hogy folyamatosan kommunikálnak egymással, mert mi, orvosok rendszeresen megfogalmaztuk, hogy nekünk a gyakorlatban, amikor párban kell dolgozni, az nem annyira informatív, mint amikor egy pár kiül, és végig látjuk, ők hogyan dolgoznak, akik már mondjuk profibbakk, és abból mi jobban tudunk tanulni. És erre odafigyeltek, elmondták egymásnak, és mondták, hogy tudják, ezt kértük, és így rakták össze a gyakorlatot.

*Eörsi Dániel:* Hogy érzitek, mennyire éri meg ár-érték arányban ez a képzés?

*Török Krisztina:* Most erre mit mondjak? Ha összerakom az összes önismeretet, az összes szupervíziót, az összes módszert, amit ez alatt a négy év alatt megpróbáltam magamba szívni, nem érdemes belegondolni abba, hogy ez mennyibe kerül, és hogy ez mikor jön vissza, mert ez rólam is szól, az én szakmaiságomról, az én emberségemről, mindenről. Aki ki tudja fizetni, annak rendben van.

*Kele Tímea:* Nekem is ez a megközelítésem, lelkiismeretesen akarom végezni a munkámat, hogy legyen egy tudásom, és az folyamatosan bővüljön. Nem számolom én se, ez olyan, mint a lakásfelújítás, azt sem adtam össze.

*Török Krisztina:* Azt még hozzátenném, hogy a konferenciákon pont abban a műhelyben dolgoztunk, ahol fiatalok voltak, és ők azért azt mondták, hogy nekik kigazdálkodhatatlan ez az összeg. Én orvos vagyok, már megvan az az anyagi lehetőségem, hogy ez ne legyen probléma. Ott a fiatalabbak

kifejezetten arról beszéltek, hogy ez komoly gond. Egyébként nem is fiatalok járnak a képzésbe. Azt látom, hogy így a 30-as vége, 40-es, 50-es korosztály.

*Kepics Zsanett:* Lassan lejár az időnk, de még van egy utolsó kérdésfüzérünk, úgyhogy azt felteszem: mi a képzés erőssége, mi a gyengesége, és miben szeretnétek, hogy változzon ez a képzés?

*Bégányi Dániel:* A gyengeségére most hirtelen könnyebb válaszolni. Amellett, hogy nyilván ez egy fókuszált képzés, tehát ennek a módszernek a megtanulására szerződünk, de ahogyan más módszer, ez sem fed le mindent, vannak fehér foltjai. A képzésben szívesen hallottam volna egy kicsit többet a többi megközelítésről, hogy például dinamikus szemszögből is tudjam nézni az eseteket. Volt, amikor szupervízió előkerült, amikor úgy tűnt, hogy ez a szempont kell ahhoz az esethez, de ha lehetett volna, akkor örültem volna, ha ez jobban megjelenik a CBT szemlélet mellett.

*Kele Tímea:* Én a képzésben a szupervíziót látom az egyik erősségnek, de itt csak Zsolthoz tudok viszonyítani, hiszen hozzá járok. Nagyon támogatónak érzem, és tényleg valós segítséget ad. Erősségnek tartom azt is, hogy nagyon sok a gyakorlat. Ami negatívum, hogy időben elég nagy megterhelést jelent. Itt külön önismeretet végzünk a módszerhez kapcsolódóan, és ez is plusz idő.

*Török Krisztina:* Én úgy képzeltem – Danihoz hasonlóan –, hogy a pszichoterapeuta-képzésben egy picit többet ismerek meg más módszerekből, de ez a képzés nagyon CBT fókuszú. Ám ha arra gondolok, hogy a CBT-t viszont nagyon jól tanítja meg, nagyon jó a szupervízió, és nagyon jó az, hogy ők megszervezik az életemet, hogy van lehetőségem klinikai járóbetegeket ellátni, van lehetőségem fekvőbeteg ellátásba betekinteni, egyszerű az utam,

nem nekem kell keresnem helyeket, ilyen szempontból mindenképpen nagyon jó. Az, hogy mennyire tudok módszerfüggetlenül, mint pszichoterapeuta gondolkodni, szerintem az azon múlik, hogy ki a szupervízorom.

*Kepics Zsanett:* És min változtatnátok? Lehet, hogy olvassák az képzésvezetők is, és majd változtatnak!

*Bégányi Dániel:* Hát, ami valamilyen formában nagyon jó lenne, ha egyáltalán reális... Amennyire tudom, egyes módszerekben már szinte alapvető, hogy videóra veszik az üléseket, és használják szupervízióban is, ez nagyon sokat segítene az oktatásban.

*Török Krisztina:* Ezt ők is nagyon szeretnék, de a magyar adatvédelmi jogszabály erre nem ad lehetőséget. Minden alkalommal elmondják, hogy ez a jövő, de ezért küzdeniük kell, erről sokat beszélgettünk. Nekem egy nagyon gyakorlati volna... jó lenne, ha nem hétköznapi lennének a képzési napok. Aki főállásban dolgozik, annak ez nehezen megoldható. Illetve, ahogy most Dani mondta, hogy nekik volt egy komolyabb sématerápiás félévük, ami ráépült a CBT-re... az nekünk most hiányzik. Örültem volna, ha több sématerápiás képzést kapok.

*Kepics Zsanett:* Lassan az időnk végéhez érünk, van-e még valami, amit fontosnak érezték, de nem kérdeztünk rá?

*Kele Tímea:* Nekem az, hogy a szervezethez nagyon magas fokú, korábbi egyetemi tanulmányaim során ilyen pontosságot nem tapasztaltam.

*Eörsi Dániel:* Szerintem elérkeztünk az interjúnak a végéhez. Nagyon-nagyon szépen köszönjük, hogy vállaltátok, és aktívak voltatok!

*Hallgatók:* Köszönjük mi is!

## OKTATÓI OLDAL

Az oktatók oldaláról a képzés vezetői: Simon Lajos és Unoka Zsolt voltak jelen az interjún.

*Pál Krisztina:* Hogyan épül fel a képzés, milyen részei vannak, és milyen elfoglaltságot jelent a gyakorlatban a kollégák számára?

*Unoka Zsolt:* A pszichoterápiás képzés párhuzamosan két elemből áll: klinikai fázis és módszerspecifikus fázis. Ez egyszerre megy.

*Eörsi Dániel:* Ez szétválasztható? Van-e olyan, hogy a jelölt csak az egyikre vagy csak a másikra jár, vagy ez egy csomag?

*Unoka Zsolt:* Ez moduláris rendszer. A módszer-specifikus is moduláris, meg a klinikai fázisban

is modulok vannak. A klinikai fázisnak van egy nagyon erős oldala, ez a 268 óra szupervízió, ami azt jelenti, hogy minden héten van egy másfél órás szupervízió hatfős csoportokban. Ebben a jelöltek által végzett pszichoterápiás munkát beszéljük meg. A jelölteknek van heti 8 óra klinikai feladata, amiből hat a betegkezelés. Ez adja az egyik vázát a klinikai fázisnak, másrészt az elméleti oktatás moduljai, ez évente 100 óra.

*Simon Lajos:* Fontos, hogy van 36 hónapos és 24 hónapos képzés. A 36 hónapos képzésben van egy propedeutika fázis. Miután ez egy szakvizsgára felkészítő tanfolyam, az utolsó félévben az összes szakvizsga kérdésre, módszerre vonatkozóan tar-

tunk előadást. Nagyon fontos, hogy azoknak az egyesületeknek a szakértőit kérjük fel rá, akik az adott módszerben jártasak.

*Eörsi Dániel:* Ez a heti 6 kontakt terápiás óra, betegekkkel való klinikai munka, gondolom, pszichoterápiás munka.

*Unoka Zsolt:* Igen, csak pszichoterápiás munka, amit itt, ebben az intézetben végeznek. Vagy egy a Semmelweis Egyetem Továbbképző Központja által akkreditált helyen.

*Eörsi Dániel:* Ennek nem kell feltétlen CBT-nek lennie?

*Simon Lajos:* A mi számunkra az a fontos, hogy CBT gyakorlólhelyen töltse az idejét.

Felmerült az a kérdés, hogy a klinikai fázis és a módszerspecifikus fázis hogy viszonyul egymáshoz. A klinikai fázist a Semmelweis Egyetem hirdeti meg, és a Semmelweis Egyetem szerződést köt különböző egyesületekkel, most konkrétan a Tündérhegygel és a VIKOTE-val. Két típusú tehát: a klinikai fázis mellett egy dinamikus orientált gyakorlólhely is létezik, meg VIKOTE-nek a CBT-je.

*Unoka Zsolt:* A Pszichoanalitikus Egyesület is akarja magát akkreditáltatni. Amennyiben ott lesz hat olyan kandidáns, aki egyszerre akar jelentkezni pszichoterapeuta-képzésbe, akkor nekik a szupervíziót nem a VIKOTE-n fogjuk tartani, hanem ott felkérünk az egyesület által kijelölt szupervízort.

*Eörsi Dániel:* Ti itt azokat szupervideáljátok, akik az általatok képviselt módszertani képzésbe járnak, de járhat egy jelölt elvileg más módszertani képzésbe is.

*Simon Lajos:* Igen, ami a Semmelweis Egyetem akkreditálva van. Ott jelentkezik pszichoterapeuta szakvizsgára valaki, és az egyesület biztosítja számukra a szupervíziót, akkor igen. Ez például a Tündérhegy, ők akkreditálva vannak a Szak és továbbképző központ által.

*Unoka Zsolt:* Kiegészíteném: a klinikai fázisban nem csak 160 óra szupervízió van, hanem 30 óra autogén tréning és 70 óra elmélet is – ez a klinikai fázis.

*Eörsi Dániel:* Hogyan van a blokkok időbeosztása?

*Unoka Zsolt:* Nem hetente, havonta, hanem vannak időszakok. Tehát a klinikai fázis, első év első félévben van egy nap. Ezek nyolcórás napok. Témáját tekintve: pszichoterápia története; pszichoterápiás diagnosztikai módszerek; problémaorientált esetleírás; lélektani krízis kezelése; pszichoterápiás kapcsolat kialakítása, szakaszai; pszichoterápia kivitelezése – stratégia, taktika, technika; pszichoterápia, szerződés, terápia lezárása. Ez egy nap. Akkor

van még egy nap: a terápiás helyzet és jelentősége a különböző pszichoterápiás módszerekben; egyén, csoport, család; a pszichoterápia jogi szabályozási finanszírozási és ellátásszervezési kérdései; pszichoterápiás etika; magánellátás kialakításának lépései; relaxációs technikák alapelvei, imaginatív terápia. Ezt Németh Piroska adja elő, aki annak az egyesületnek a képviselője. Terapeutaváltozók. Ez a személyközpontú egyesületből, Ajtay Gyöngyi adja elő.

Szenvedélybetegségek pszichoterápiája, pszichotikus betegek pszichoterápiája, személyiségzavaros pszichoterápia, tehát ez két nap volt idáig. Harmadik nap, a pszichoterápia neurobiológiája és gyógyszeres kezelése; pszichoterápia eredményessége és kutatási módszertana.

*Eörsi Dániel:* Egy féléven belül van három ilyen nap körülbelül?

*Unoka Zsolt:* Nem, ez már második félév.

Családterápia, csoportanalízis – Terenyi Zoltán, pszichodráma – Bagotai Tamás, hipnózis – Bányai Éva, pszichoanalízis – Schmelowszky-Forgács Anna, rövid dinamikus – Harmatta János, Antalfai Márta – jungi analitikus elmélet, Jeffrey Young sématerápiájáról én tartok előadást. Még van a gyógyíthatatlan betegek pszichoterápiája; akut elhúzódo gyász pszichoterápiája; az időskorúak pszichoterápiája; gyerek pszichoterápia, szomatikus betegségek, szorongás, kényszer. 24 hónap alatt hét alkalom van.

*Pál Krisztina:* Mennyi otthoni munkavégzésre számítottok a jelöltektől? Mennyiben elsajátítható ez az intézményben töltött idő alatt? Mennyi esetdolgozatot kell eladni?

*Unoka Zsolt:* Esetdolgozatot félévente kell a vitt esetekről leadni. Külön kell választanunk: vannak módszerspecifikus esetek, meg vannak a klinikai fázisban a szupervideált esetekből írtak. A hallgatónak a szupervízióban az ambuláns tevékenységéről kell számot adnia és esetkonceptualizációt írnia. Ezekről folyamatosan be kell számolniuk, és a végén egy zárójelentést írni.

*Eörsi Dániel:* Mennyi elméletet kell olvasniuk? Szakirodalmat referálniuk?

*Unoka Zsolt:* Nem kell.

*Simon Lajos:* Ez a hallgató kockázata: ha vizsgálni akar, akkor fel kell készülni a vizsgára.

*Unoka Zsolt:* Az előadók javasolnak szakirodalmat, mi nem ellenőrizzük, hogy azt elolvassa-e vagy nem a jelölt.

*Eörsi Dániel:* Vizsga évente van, vagy egy záróvizsga van?

*Unoka Zsolt:* Nem. Modulhoz szabottan van.

*Pál Krisztina:* Hogyan lehet a képzésbe bekerülni? Van-e túljelentkezés?

*Simon Lajos:* Az első lépése, hogy a hallgató, elmegy a választott akkreditált módszerspecifikus képzőhelyre és egy befogadó nyilatkozatot kap, hogy annak a képzőhelynek megfelel. Ez a Tündérhegy jelenleg és a VIKOTE. Ezzel a befogadó nyilatkozattal elmegy a Semmelweis Egyetem továbbképző központjában történő felvételre, amit a grémium bonyolít. Ez a bizottság a befogadó nyilatkozat alapján megvizsgálja, hogy a klinikai fázisra alkalmas-e az illető. Megvan-e a munkaviszonya az egészségügyi szolgáltatónál, képzettsége, a belépési kritériumoknak megfelel-e, és akkor kerül felvételre.

*Unoka Zsolt:* Az adminisztrátorok nagy segítségünkre vannak, ők a rendelet minden pontjára odafigyelnek. Nagy nehézség szokott lenni a jelentkezőknél, hogy szakvizsgázni, szakképzésben lenni csak olyan embernek lehet, aki dolgozik abban a szakmában, nincs értelme a szakképzésnek olyan emberek számára, akik nem gyakorolják azt a szakmát, tehát kell egy heti 36 órás állás egy olyan helyen, ahol pszichoterápiát végez. És hogyha nincs neki csak 20 órás, akkor megduplázódik a képzési ideje.

*Simon Lajos:* Tehát a felvételi nem egy vizsga. A motivációról van szó. Miért jelentkezik? De ez egyébként a befogadó nyilatkozatot kiadó módszerspecifikus egyesületnél már megtörténik. Még egy fontos dolog: nem pszichoterápiát kell végezni, hanem egészségügyi szolgáltatónál kell 36 órás munkaviszonyban lenni. A pszichoterápiás gyakorlat az a heti hat vagy nyolc óra, amivel biztosítjuk, hogy a képzés alatt pszichoterápiát fog végezni a jelölt. Tehát egy aneszteziológus is jöhet, akinek csak 20 órás az aneszteziológiai munkaszerződése, és azért ment el félállásba, hogy tudjon tanulni pszichoterápiát. Az ő számára hosszabb lesz a képzési idő. A lényeg tehát nem az, hogy terápiát végezzen, hanem hogy legyen egészségügyi munkaviszonya.

*Eörsi Dániel:* Magánellátásban is lehet ez a munkaviszony?

*Simon Lajos:* Igen, lehet kft alkalmazott például, de nem lehet önálló vállalkozó, tulajdonos.

*Eörsi Dániel:* Gyermek és ifjúsági szakpszichológusok tudnak-e jönni, tudnak-e gyerek esetet dolgozatként leadni, hogyan van ennek a szabályozása?

*Simon Lajos:* Gyerekklinikus kollégák, gyerekpszichiáter kollégák is jöhetnek, de felnőttképzésben részesülnek.

*Eörsi Dániel:* Tehát felnőtt esetet kell vinni.

*Unoka Zsolt:* Vagy serdülőt. Tehát 16 év fölöttit.

*Simon Lajos:* Gyermekellátásban dolgozók gyakran úgy oldják meg, hogy szülővel végeznek terápiát.

*Pál Krisztina:* Milyen a képzés légköre? Milyen a viszonyotok a diákokkal, van-e valami kapcsolódás, akár oktatáson kívüli aktivitás?

*Simon Lajos:* Nagyon jó a képzésnek a hangulata. Akik a VIKOTE-n végzik a gyakorlatukat, azok, ugye, ide járnak be, hetente nyolc órát itt vannak.

*Pál Krisztina:* Ők adják a nagyobb arányát a képződőknek? Akik a VIKOTE-n végzik a módszerspecifikus részt?

*Simon Lajos:* Ez változó. Volt, amikor a Tündérhegynek volt 20 hallgatója, nekünk 14, de most éppen az elmúlt két évben a tündérhegyiek lettek kevesebben, 5-6 fő, és nekünk van most 16, vagy 17 hallgatónk. Ha az analitikus egyesület is akkreditált lesz, akkor majd meglátjuk, hogy hogyan alakul ez az arányszám. Túljelentkezés nincs, tehát olyan nincs, hogy visszautasítottunk volna valakit a szakképzésből kapacitáshiány miatt. Azt hozzátenném, hogy a VIKOTE fogadja azokat a pécsi és szegedi egyetemen klinikai fázist végzőket is, akik a kognitív terápiát választják módszerként. De olyan nincs, aki ide csak a klinikai fázis miatt jön, és innen elmegy más módszert tanulni. Azért sem, mert az egyetem ezt egészlegesen kezeli: minden félévben be kell fizetni 470 ezer forintot, ami fedeti a teljes képzést: tehát a módszert és a klinikai fázist is. Nem éri meg senkinek, hogy befizesse a 470 ezret, és utána elmenjen még például hipnózist tanulni külön.

*Unoka Zsolt:* De ha mondjuk, a Hipnózis Egyesület akkreditáltatná magát ebben a képzésben, akkor az egyetem kifizetné az ottani képzőknek a képzési díját. Kimaradt még, hogy a klinikai fázisnak még kötelező része a három hónap folyamatos, tehát megszakítás nélküli, napi nyolcórás, háromhónapos gyakorlat a Pszichiátriai Klinika Pszichoterápiás Osztályán.

*Simon Lajos:* Ez a hospitálás.

*Eörsi Dániel:* Ezt csak ott lehet elvégezni?

*Unoka Zsolt:* Nem, ezt lehet a Tündérhegyen is. A Nyíró mindig hezitál, hol van, hol nincs, de most talán újra lehet ott is, és a Thalassa-ház is ilyen képzőhely.

A hangulatról: bonyolult kérdés. Lajos elkezdett arról beszélni, hogy itt van egy kollegiális hangulat, hogy együtt dolgoznak az oktatók azokkal, akik meg itt vannak gyakorlaton. Igazából én nem itt dolgozom a nap nagy részében, amitől az én viszonyom kizárólag szakmai, bejövök, előadást tartok. Azokkal lesz más mélysége, akik nálunk vannak három hónapig a pszichoterápiás osztályon, és ott meg



közösen éljük át a csoport és egyéni terápiák, meg supervíziók, meg az egész folyamat nehézségeit. Ott van egy közös élmény. A pszichoterápiás osztályon való intenzív együttlét, a közösen átélt nehéz érzelmi tapasztalatok egy nagyon más minőségű kapcsolatot hoznak létre. Előadó vagy supervízorként csak szakmai kérdésekről beszélünk. Tehát itt van egy váltás a kapcsolat minőségében szerintem.

*Pál Krisztina:* Hányan vannak most ebben az évben jelöltek.

*Simon Lajos:* 24 hónapból most jelenleg az első 12 hónapot végző 16 fő, a második rész, ők a végzősök, 12 fő. Így összesen 28-an vannak a szakképzésben. Plusz 12 fő végzi a propedeutika fázist.

*Eörsi Dániel:* Van-e valamilyen hitvallása a képzésnek?

*Simon Lajos:* Van: az első, hogy pszichoterapeutákat neveljünk. A pszichoterápia alapjait tanítjuk és általános pszichoterápiás készséget fejlesztünk a klinikai fázisban. A második hitvallásunk, hogy a kognitív sématerápiás szemléletű terapeutákat szeretnénk minél többet adni az egészségügyi szakmának.

*Unoka Zsolt:* Meg van egy olyan hitvallás, hogy létezik a sématerápiában és a kognitív szemléletben a kollaboratív, nyitott kapcsolat a terápiában. Tehát, hogy van egy olyanfajta tisztelete a másiknak, az önhatékonyaságának a fejlesztése és partnerként való kezelése, ami szintén egyfajta hitvallása ezeknek a módszereknek, ami talán más hangsúlyokat kap más irányzatokban.

*Simon Lajos:* Ugye egy fontos alapelv, hogy a terápiát követően is a saját szakembere legyen önmagának. Képes legyen saját magát továbbfejleszteni. Tehát úgy bocsájítjuk újtárra, hogy átadtuk neki a képességeket, hogy továbbfejlessze azokat.

*Pál Krisztina:* Mikor, hogyan indult a képzés, és ahhoz képest most hogy néz ki, voltak-e jelentősebb változtatások. Ugye a képzéseknél mindig nagy kérdés, hogy mennyire tud aktuális maradni, a szakirodalmat mennyire frissítik.

*Simon Lajos:* Az első képzés 1987-ben indult. 1990-től vált az egyesület saját jogú egyesületté, és attól kezdve pszichoterapeuta képesítésre képeztük a hallgatókat. 1993 óta van szakvizsga.

*Unoka Zsolt:* Mikor én beléptem, olyan 94–96 körül, más volt még a képzőgárda. Egy-két éve átalakítottuk teljesen a képzést moduláris rendszerré, bevontuk a kognitív terápia új irányzatait is a képzésbe. A kognitív terápiáról azt kell tudni, hogy Beck az alapítója, két nagy irányzat van, mi a becki irányzatot követjük, nem az ellisit. Becknek az az alapelve, hogy minden kognitív terápia, ami haté-

kony. Ami azt jelenti, hogyha van valami hatékony módszer, akkor azt megpróbálja a kognitív modellen belül megérteni, hogy az miért hatékony, és azt integrálja a kognitív terápiába. Tehát a kognitív terápia elmélete a 60-as évektől máig nagyon sokat változott, és maga a technikai repertoár is nagyon sokat változott. Nem hívja magát integratív módszernek, de olyan szempontból az, hogy integrál magába mindenféle hatékony eszközt. A kognitív terápiából kinőtt például a sématerápia, amit itt oktunk; a metakognitív terápia, ami máshova helyezi a hangsúlyt: a kogníciókról való kogníciókra, ruminatív vagy aggodalmaskodó embereknél vagy a mindfulness alapú kognitív viselkedésterápia. Vannak dialektikus viselkedésterápia (DBT) modulok. Tehát ezekkel egészült ki az új kognitív terápiás modellel. Másrészt mi az EABCT, az Európai Kognitív Viselkedésterápiás Egyesületnek akkreditált képzőhelye vagyunk, és ahogy ott is mindig változik az európai képzési struktúra, ahhoz igazítjuk mi is a sajátunkat. Másrészt a filozófia vagy hitvallásból az kimaradt, hogy Beckről érdemes tudni, hogy ő analitikusnak készült, és álmokkal foglalkozott, depressziós emberek álmaival. És azt találta, hogy nem a maga felé irányuló agresszió a lényeg a depresszióban, vagy a depressziós betegek álmába, hanem az, ahogy látják a világot, meg ahogy értékelik. Ő a vizsgaesetébe sok tudományos munkát is belerakott, és azt kapta válaszul, hogy még analizálja ki magából ezt a tudományos, patológikus hamis szelfet. Ő úgy döntött, hogy nem analizálja ki, hanem inkább létrehoz egy saját irányzatot. Az ő irányzatában, meg az azt követő leágazásokban központi szerepet kapott ez az evidence based medicine. Tehát sok hatékonyságvizsgálat van, meg az egyes kórképeket a modell szerint kutatják, hogy milyen kognitív mechanizmusok jellemzőek rájuk. Illetve most még úgy is megújult ez a képzés, hogy a központ bevételeinek jelentős részét arra fogjuk fordítani, hogy kutatási pályázatokat lehessen itt elindítani, és szponzorálni fogjuk az itteni alkalmazott terápiákkal kapcsolatos hatékonysági vizsgálatokat.

*Eörsi Dániel:* A jelöltek között is meghirdetitek, ők is be tudnak kapcsolódni?

*Unoka Zsolt:* Abszolút. Az még egy fontos dolog, hogy a képzők új nemzedékének nagy része kutató is a Semmelweis Egyetemen. Például Simon Viktória ADHD-t kutatott, ő viszi az ADHD kognitív viselkedésterápiás modulokat, én személyiségzavarokat kutatok, azt oktatom. Még egy fontos dolog, hogy Kéri Szabolcs, aki szintén kutató és pszichiáter, élettanász, tudós, ő is bekerült most a vezetőségbe, és ővele is különféle kutatásokat tervezünk. Tehát ez

a kutatói szempont még fontos része az itteni filozófiának.

*Pál Krisztina:* Mikor tervezitek elindítani ezt a projektet, hogy lehessen pályázni kutatásra?

*Unoka Zsolt:* Ebben az évben.

*Pál Krisztina:* Van lemorzsolódás a képzésben?

*Unoka Zsolt:* Van.

*Simon Lajos:* Nem, nem igazán. Az egy más kérdés, hogy mikor és milyen tempóban és milyen gyorsan vállalják be a szakvizsga letételét. A záróvizsgára befejezik a képzést, megkapják az abszolutoriumot az egyetemtől, de hogy mikor mennek szakvizsgára, azt nem tudjuk befolyásolni, az egy bizonytalan dolog. Ezzel kapcsolatosan annyit szeretnék elmondani, hogy az elmúlt 10-15 évben én folyamatosan szakvizsgáztattam is, és végignéztük a Nemzeti Vizsga Bizottságnál a szakvizsga papírokat, és már 10-15 éve 50% fölött van a szakvizsgázók között a kognitív terápiát választók aránya, és a másik 14 módszerre oszlik el a második 50%. De vannak olyan módszerek, ahol hosszú éveken keresztül egyáltalán nem jelentkeznek szakvizsgára emberek.

*Unoka Zsolt:* Lényeges, hogy ez egy szakvizsgára felkészítő program elsősorban. Kell lenni egy olyan alapnak, ami lehetővé teszi azt, hogy valaki önállóan tudjon pszichoterápiát végezni: tehát legyen egy szakvizsgája. De az, hogy majd valami nagy „pszichoterapeuta guru” legyen, az egy életre szóló feladat. Nem hiszem, hogy a szakvizsgára úgy kell elmenni, hogy az illető egy hiper-szuper agyonképzett valaki, hanem kell egy minimumot meghatározni, és aztán ő majd kiválasztja, hogy hogy fejlődik tovább.

*Eörsi Dániel:* A képzésnek az adminisztrációjáról tudtok-e mondani néhány szót, mennyire gördülékeny?

*Simon Lajos:* Nagyon hatékony, három képzési koordinátorunk van. Nehéz az együttműködés a Szak- és Továbbképző Központtal. A grémiumvezetőnek van befolyása és hatása arra, hogy hogyan történjenek a dolgok, mégis ez egy egyetem: lassabb, nehezebben mozdul, nem annyira rugalmas.

*Unoka Zsolt:* Azt emelném ki, hogy óriási gondok voltak az adminisztrációval a különféle egyesületeknél, és nagyon sokan jelentkeztek úgy szakvizsgára, hogy menetközben kiderült, hogy nincs is akkreditálva az az egyesület, meg nem is jelentkezett be a szakképzésbe. Hogy ezt megszüntessük, úgy döntöttem, hogy csak az jelentkezhet a rezidensképzésbe, akinek minden papírja rendben van, ezért van ez a felvételi. Az egyesületben is megegyeztünk, hogy nagyon világossá tesszük, hogy senki sem járhat úgy

a VIKOTE-ra, hogy azt hihesse, hogy ő pszichoterápiás képzésen vesz részt, hanem világosan el van mondva, hogy mindenki csak akkor lesz pszichoterapeuta, ha a rezidensképzésben részt vesz. Viszont a modulrendszer úgy építettük föl, hogy azt használhatják mások is. De mindenkinek a felvételikor teljesen világossá tesszük, hogy mivé válhat ennek a végén, és mivé nem válhat ezzel a képzéssel, ezekkel a papírokkal. A központ jelenléti ívet kíván meg és a jelenléti ívek alapján fizeti ki az oktatóknak a bérét, tehát nagyon pontos lett az adminisztráció a Semmelweis Egyetem Továbbképző központja felé. De ehhez tényleg kell néhány adminisztrátor, akiket a VIKOTE fizet.

*Eörsi Dániel:* A hallgatóknak mennyire van lehetőségük visszajelezni, javaslatot, kritikát megfogalmazni?

*Unoka Zsolt:* A Semmelweis Egyetem Továbbképző Központja rendszeresen kér visszajelzést, mind a klinikai, mind a módszerspecifikus fázison, és ott van a hallgatóknak lehetősége visszajelezni. A modulképzésben is folyamatosan, minden modul után a hallgatók kapnak egy kérdőívet, meg van egy szabad kifejtős rész, amiben visszajelezhetnek.

*Pál Krisztina:* Működőképesnek találjátok ezt? Tehát kaptok valóban visszajelzést, megfogalmazzanak kritikát?

*Simon Lajos:* Igen, azt változtatjuk is. A modulképzésünk két évvel ezelőtt kezdődött és már most változások vannak benne, a hallgatók igényei és jelzései alapján – például időponttal, beosztással kapcsolatban.

*Pál Krisztina:* Hogy éltétek meg ezt a Tündérhegygel való kapcsolódást? Milyen a viszonyotok a Tündérhegygel?

*Simon Lajos:* Jó.

*Unoka Zsolt:* Szerintem a Tündérhegygel nem kapcsolódtunk, hanem a Tündérhegy is része.

Ők is akkreditálták magukat a Semmelweis Egyetem Továbbképző Központjában, és ők is egy pszichoterapeuta rezidens képzőhellyé váltak. Harmatta János tagja a grémiumi bizottságnak. Én együtt szoktam vele szakvizsgáztatni, meg a Lajossal. Nagyon jó a viszonyunk, az adminisztrációs munkában a mi adminisztrátoraink segítenek nekik, tehát így is támogatjuk őket, és megkérjük a mi képzésünkben oktatni például Bagotai Tamást, Harmatta Jánost, másrészt Milák Piroska, aki meg a klinikai fázist vezeti mostantól a tündérhegyi képzésben, vele is nagyon jó a kapcsolatunk, szoktunk konzultálni. A jövő héten is fogunk találkozni, a Piroska, János, meg én.

*Eörsi Dániel:* Összességében hogyan fogalmaznátok meg, hogy mi ennek a képzésnek az erőssége, ha van, gyengesége. Van-e, amin változtatni szeretnétek?

*Simon Lajos:* A képzésnek az erőssége, egyik a nagyon komoly oktatási tapasztalat, oktatási tudás. A második a rugalmassága, hogy a módszert, elveket nagyon rugalmasan tudja ez a rendszer adni. Gyakorlatorientáltsága kifejezetten fontos, és az, hogy szigorú szupervízióval követjük a hallgatókat.

*Unoka Zsolt:* Tehát ezek az előnyei. Hogy miben lehetne még fejlődni? Igazából most gyűjtjük a tapasztalatokat, mert most fejlődünk egy nagyot, hogy létrehoztuk a modulrendszer. Az egyik aggodalom, hogy a modulrendszer előtt volt az osztályrendszer, hogy volt egy osztályfőnöke valakinek, és akkor két éven át vele volt a gyakorlat, ahol eseteket is megbeszéltek, meg új készségeket gyakoroltak, és hogy ez a fajta személyes kapcsolat, hogy valaki végigvisz két éven át egy csoportot, ez a csoportszemlélet, ez most egyedül a szupervízióban van meg. De a szupervízió nagyon más, egy nagyon koncentrált munka, mert ugye, hat embernek az eseteit kell így megbeszélni. Én ezen gondolkoztam, hogy talán ezt valahogy vissza kéne szerezni. Viszont ennek az ellenpólusa, hogy a modulrendszer révén nagyon sokféle szakemberrel tölt el egy napot a hallgató. Tehát nem egynek a bekozmásodott rigolyáihoz kell alkalmazkodnia, hanem látja, hogy mennyiféleképpen lehet ezt csinálni, és hogy a személyiség hogy befolyásolja a módszert, a tanítását, végzését.

*Simon Lajos:* Gyenge pontja még ennek a képzésnek az, hogy nagyon kevesen jönnek, akik számára második módszer ez. Inkább első módszerként

választják. Már végzett pszichoterapeuták, akik további módszert szeretnének elsajátítani, kevesen érkeznek.

*Unoka Zsolt:* Előnye még, hogy teljesen komolyan veszi azt, hogy két év alatt felkészítsenek valakit arra, hogy egy szakmát annyira megtanuljon, hogy le tudjon szakvizsgázni. Ez is egy előnye, hogy nagyon világosak a keretek, világos, hogy mit kell csinálni, és az is biztosítva van, hogy két év alatt valaki eljut odáig, hogy le tudja tenni a szakvizsgát.

*Pál Krisztina:* Valamit még mondanátok, amit nem kérdeztünk meg, de fontos lehet azoknak, akik gondolkodnak, hogy melyik képzést válasszák?

*Unoka Zsolt:* Én ezt mondanám, hogy ezért érdemes ezt a képzést választani. Hogy ha valaki világos, átlátható időn belül meg akar tanulni valamit egy olyan szinten, amivel önállóan tud kompetensen dolgozni pszichoterapeutaként, akkor javaslom ezt a képzést neki. Minden kiszámítható, átlátható, és a belépési kritériumok, illetve a vizsgára bocsátás kritériumait folyamatosan ellenőrizzük, hogy a hallgatónak ne legyenek gondjai formális okokból. És még egy nagy előnye, hogy ez nem egy „megúszós képzés”, tehát itt komolyan vesszük, hogy heti 6 órát kell terápiát végezni. Gyakran hallani, akár saját ismerősöktől is, hogy sok képzést végig lehet csinálni úgy, hogy az embernek jó, ha volt egy vagy két esete. Vagy még annyi se. Tehát aki szorong, és hajlik arra, hogy megússzon dolgokat, és kerülje a tényleges kihívásokat, azoknak nagyon javaslom ezt a képzést, mert itt erre semmi esélyük nincs. Itt külső támaszt kap ahhoz, hogy tényleg belevágjon a munkába, és ez megtérül.

*Eörsi Dániel, Pál Krisztina:* Köszönjük az interjút.