



*Az életem a remekművem.*

## Szakmai Gyakorlat a JólÉlek Pszichológiai Alapítványban

A JólÉlek Pszichológiai Alapítvány egyik fő missziója, hogy pályájuk megkezdése előtt álló diplomás pszichológusokat, illetve a végzés éveiben járó pszichológushallgatókat támogassa abban, hogy megtegyék első lépéseiket a pszichológus hivatás gyakorlásának irányában, azáltal, hogy megismerik az Alapítvány által képviselt szakmai és emberi értékeket, bevonódnak az Alapítvány együttműködő pszichológusainak tevékenységébe, továbbá kompetenciáikhoz szabott szerepvállalásokkal maguk is hozzájárulnak az Alapítvány tevékenységéhez. A munkánkba egyetemi keretek között, vagy egyéni megállapodás nyomán bekapcsolódó gyakornokok számára az alábbiakat tudjuk nyújtani.

### SZAKMAI TEAM-MUNKÁBA VALÓ BEKAPCSOLÓDÁS

A szakmai gyakorlat legfontosabb sarokpontja a **péntekenként 14.15-től 15.45-ig tartó időszak**, mely az Alapítvány pszichológusainak rendszeres, **személyes** találkozóponnya. Minden hónap 1. és 3. péntekjén a gyakornoknak lehetősége nyílik az Alapítvány **szupervíziós csoportjába** való bekapcsolódásra, ahol az együttműködő pszichológusok beszélnek meg személyes és szakmai kérdéseiket a meghívott külsős szupervízor iránymutatásával. A 2. és a 4. (időnként 5.) péntekeken pedig **esetmegbeszélő/intervíziós csoportba** kapcsolódhat be a gyakornok. Ezekhez az alkalmakhoz lehetőség nyílik **online** csatlakozni, vagy pedig **személyesen**, az Alapítvány Műhelyében jelen lenni. Az esetmegbeszélő alkalmak helyett bizonyos időközönként **TEAM-megbeszéléseket** tartunk, amikor az Alapítvány együttműködő pszichológusai, önkéntesei egyeztetnek a közös munkához, projektekhez fűződő szerepvállalásokról, egyéni és közös célkitűzésekről, felmerülő problémákról.

*Mivel a JólÉlek Pszichológiai Alapítvány másik kiemelt missziója a pszichoedukáció/pszichológiai ismeretterjesztés, így minden támogatást megadva kérjük gyakornokaink közreműködését ebben a szerepvállalásban.*



## PSZICHOEDUKÁCIÓ, ISMERETTERJESZTÉS

*Az életem a remekművem.*

Az ismeretterjesztéshez kapcsolódó feladatok minden esetben személyre és egyéni érdeklődésre szabottak. A pszichoeducáció formái lehetnek **élményszerűek**; mint pl. egy online vagy offline beszélgetés/előadás/workshop megszervezése (egyéni, vagy csoportmunkában egy ko-vezetővel), vagy pedig **írássok**: érdekes, pszichológiai témájú anyag/ közérthető (blog)cikk írása. Az így született írásokat közzétesszük honlapunkon és közösségi oldalainkon. Tapasztalataink szerint nagyon fontos frissen végzett, illetve leendő pszichológusoknak gyakorolni, hogy bizonyos szakmai témákban *magabiztosan merjék kifejezni a szakirodalmi ismereteik által alátámasztott egyéni véleményüket*. A blogcikkek elkészülésében minden technikai és szakmai támogatást megadunk. Mivel az ismeretterjesztés másik kiemelt platformja a közösségi média, így örömmel vesszük gyakorlónkaink kreatív és alkotó hozzájárulását ahhoz is, hogy **közösségi virtuális platformjaink** a lehető legérdekesebb és legfigyelemfelkeltőbb tartalmakkal gazdagodjanak. Támogatjuk tematikus tartalmak kidolgozását, igazodva a gyakorlók érdeklődéséhez és kompetenciájához.

## ESETVEZETÉS

Az ismeretterjesztésen túl tudjuk támogatni a gyakorlót abban, hogy egyéni esetvezetésben próbálja ki magát (kortárs segítői szerepkörben), amennyiben arra indíttatása mutatkozik. A gyakorlók kompetenciájához igazodó eset megkeresése, szintúgy közös egyeztetés tárgyát képezi. Az esetvezetés 1 - 10 alkalmas tanácsadási folyamatot ölel fel. A gyakorlók kérdéseivel fordulhat mentorához/ szakmai gyakorlatvezetőhöz és az esetszbeszélő csoportjához egyaránt.

## EGYÉNI KEZDEMÉNYEZÉSEK

A fentiekben túl támogatunk minden olyan egyéni kezdeményezést, mely illeszkedik a gyakorlók érdeklődési körébe és az Alapítvány tevékenységéhez, céljaihoz is kapcsolódik. A gyakorlók program ideje jó lehetőség olyan egyéni szakmai ötletek, inspirációk megvalósítására, melyhez adott esetben a támogatás, szakmai iránymutatás, egy helyszín, bátorítás, vagy ezek összessége hiányzik a gyakorlók számára.



*Az életem a remekművem.*

### **Amit elvárunk:**

- megbízhatóság
- nyitottság
- kíváncsiság
- kezdeményezőkézség
- személyes fejlődésért való egyéni felelősségvállalás hajlandósága

Az egyetemi szakmai gyakorlat teljesítésének feltétele min. 2, a fentiek közül kiválasztott "pszichoedukációs produktum": cikk, videoblog, online aktivitás, tematikus aktivitás a social media-ban, stb.. A megvalósításban minden szakmai és emberi támogatást megadunk. A pszichoedukációs produktumokkal eltöltött idő a gyakorlat óráiba beleszámít.

### **Amit nyújtunk:**

- betekintés egy pszichológiai missziójú civil szervezet életébe, céljaiba, szerepvállalásába
- egy változatos szakmai területeken tevékenykedő pszichológus-csapat megismerése
- tudásmegosztás
- pszichológus hivatással kapcsolatos dilemmák és kérdések feltétele, megvitatása (igény szerint)
- szakmai iránymutatás (igény szerint)
- Mivel a JóLÉlek Pszichológiai Alapítvány Műhelye egy színvonalas tanácsadó központ, "rendelő" is egyben, így a gyakornok efféle közegben is megmerítkézhet
- egyéni mentorálás
- rugalmasság