



## **Tudnivalók a mesteri disszertáció elkészítéséhez**

### **MENTÁLHIGIÉNÉ A SZOCIÁLIS SZFÉRÁBAN**

mesteri program hallgatói számára (2023/2024 tanév)

A mesteri disszertációnak kötelezően mentálhigiénés tematikájúnak kell lennie. A dolgozatból ki kell tűnnie, hogy a végzős hallgató elsajátította a mentálhigiénés szemléletet, ismeri a módszereit és be tud avatkozni a lelki egészség védelmében. A kutatást vagy beavatkozás bármilyen klienskörrel – egyének, család, csoport, közösség – és bármely szintéren – iskola, család, munkahely, közösség – végezhető. A prevenciós jellegű beavatkozások lehetnek elsődleges (pl. kampány típusú beavatkozásokat vagy közösségfejlesztést is), másodlagos vagy harmadlagos programok, melyeknek célja mindig a fizikai, lelki és szociális jólét javítása.

#### **A disszertáció megírásának kritériumai:**

##### Szakmai kritériumok:

A dolgozat tagolása: elméleti rész, és saját, kutatás vagy-beavatkozás rész.

A dolgozatíró dönthet afelől, hogy mentálhigiénés kutatást vagy mentálhigiénés beavatkozási projektet végez disszertációs munkaként:

- ha mentálhigiénés kutatást végez, ennek teljesítenie kell a kutatási kritériumokat: a populáció pontos megjelölése, kutatási kérdések, hipotézisek megfogalmazása (mennyiségi kutatás esetén), a résztvevők (minta) bemutatása, standardizált eszközök használata, adatelemzési módszer megnevezése és szakszerű használata, az eredmények APA standardok szerinti leírása.

A kutatási adatok eredményét figyelembe véve egy mentálhigiénés helyzetkezelési vagy prevenciós projektet kell készítenie.

- ha mentálhigiénés beavatkozási projektet végez, akkor a szakirodalom felhasználásával indokolnia kell a beavatkozás szükségességét vagy fel kell mérnie a beavatkozás előtti állapotot. Előzetes kutatási adatokként felhasználhatja a beavatkozás alanyairól rendelkezésére álló információkat, vagy felhasználhat olyan adatokat is, amelyeket nem ő vett fel, de az illető területre vonatkoznak. (Pl. A fogyatékos személyek munkalehetőségeit bemutató hivatalos jelentés statisztikai adatai.) A végigvitt projekt hatékonyságát fel kell mérni és értelmezni kell.

Terjedelmi kritériumok: A szakdolgozat tartalmi fejezeteinek terjedelme: minimum 30 oldal (függelék nélkül). Felső határ 40 oldal + függelékek +mellékletek



### **Formai tudnivalók:**

A dolgozat a következő fejezetekre, elemekre tagolódhat:

- \* Címlap 1,2
- \* Tartalomjegyzék
- \* Rövid összefoglalás (Kivonat)
- \* Bevezető + Témaválasztás indoklása
- \* Dolgozat (elméleti rész és kutatási illetve beavatkozási rész)
- \* Bibliográfia
- \* Ábrák és táblázatok jegyzéke
- \* Mellékletek: tesztek, kérdőívek, rajzok, egyéb felhasznált anyag

A dolgozat felépítése során célszerűen betartandó arányok:

Kivonat: 1 oldal (a dolgozat témájának előzetes bemutatása)

Bevezetés: 1-2 oldal (a fejezetek tartalmának áttekintő ismertetése, a téma kifejtése során alkalmazott gondolatmenet felvázolása, a témaválasztás indoklása)

Elméleti rész: 1/3

Kutatási rész + Beavatkozás: 2/3

Konklúziók: 2-3 oldal

Ajánlások, javaslatok: 1 oldal

A szakdolgozatot elektronikus formában kell beadni (az iratkozás platformján).

A dolgozat fedőlapján (az első oldalon magyarul, a másodikon románul) az alábbi információkat kell elhelyezni:

- \* Egyetem, kar, szak neve
- \* Dolgozat címe
- \* Dolgozatíró neve
- \* Irányító tanár/-ok neve
- \* Hely
- \* Év

Lapformátum A4

Sortávolság: 1,5

Betűméret: 12-es

Betűtípus: Times New Roman CE, Arial CE, Helvetica

Oldalszámozás: kötelező

Szövegszerkesztővel: kb. 60-65 karakter x 28 - 30 sor/oldal

A helyesírási ellenőrzés kötelező!



## A dolgozat elméleti része

- A kulcsfogalmak meghatározása és részletes, lényegre törő bemutatása

-A vizsgált témával kapcsolatos hazai és nemzetközi szakirodalom bemutatása,

A disszertációs dolgozatban a hallgató minimum 30 könyvészeti anyagot dolgoz fel, arányait tekintve ezek kétharmada 2013 utáni munka. Az elméleti rész tartalmazza a kulcsfogalmak meghatározása és részletes, lényegre törő bemutatását, a legfontosabb elméleti modellek ismertetése az általános probléma bemutatását (pl. a szülői készségeket befolyásoló tényezők), az előzetes beavatkozások/ kutatások minőségi meta-analízisét. A dolgozatban kifejtett szöveg, idézetek forrását kötelezően fel kell tüntetni szakirodalmi hivatkozásként és a könyvészetben egyaránt.

## Kutatási- beavatkozási rész

### A kutatási rész felépítése:

A bevezetés ismertesse a téma szakmai fontosságát valamint a kutatás célkitűzéseit.

Az elméleti részből logikusan kell következniük a célkitűzéseknek és a kutatási kérdéseknek.

A módszertani részben tájékoztasson a kutatási stratégiáról, az adatgyűjtés folyamatáról, az alkalmazott módszerekről/eszközökről (standardizált kérdőívek, űrlapok, tesztek, interjú vezető, létező adatbázisok másodfeldolgozása, stb.)

A hipotéziseket releváns szakirodalmi adatokkal és hivatkozással kell megindokolni (pl. a megfogalmazott hipotézis fölött, vagy alatt). Ezeket elég egy-két mondatban megemlíteni. Egy kutatásnak nem lehet 3–4-nél több hipotézise.

Mennyiségi kutatás esetén szükséges az eszközök megbízhatóságának kiszámítása, bemutatása (Cronbach alpha mutatók).

A résztvevők leírása tartalmazza a mintavételi eljárás részletezését, a célpopuláció megnevezését, amelyből a minta származik (pl. középiskolás diákok, idősek, stb.), a résztvevők létszámát, a minta nem és életkor szerinti eloszlását, illetve más, a kutatás szempontjából releváns változók mentén történő bemutatását (pl. lakhely, szülők iskolázottsága, tanulmányi szint, foglalkozás, anyagi helyzet szerinti eloszlás stb.).

Az eredményeket ismertető rész tartalmazza az adatok mennyiségi és/vagy minőségi elemzését és értelmezését.

Elsőként a mintára jellemző leíró statisztikai adatok kerülnek bemutatásra: középértékek (átlag, medián, módusz), szórások, minimum, maximum.

A hipotézisek vizsgálatához statisztikai feldolgozást szükséges végezni, amely megmutatja, hogy a mintánkra jellemző eredményeket általánosíthatjuk-e a célpopulációra.

A statisztikai próbák alkalmazási feltételeinek vizsgálata (pl. normalitás vizsgálat) megelőzi az adatok feldolgozását, amely a tanult statisztikai próbákkal (pl. Chi-négyzet teszt, Pearson korreláció, Spearman korreláció, lineáris regresszió, páros mintás t próba, független mintás t próba, egyszempontos Anova., ismételt méréses ANOVA, stb. ).

Az eredmények táblázatok, valamint ábrák formájában is bemutatásra kerülnek (magyar nyelven, APA standardok szerint). Minden táblázatot számmal és címmel látunk el. Minden



táblázatra hivatkozni kell minimum egyszer a szövegben (pl. lásd 1. Táblázat). A táblázatokhoz hasonlóan minden ábrát címmel és számmal látunk el. Minden ábrára hivatkozni kell minimum egyszer a szövegben (pl. lásd 1. Ábra).

Kvalitatív kutatás esetén emeli a dolgozat értékét, ha feldolgozó szoftot használ (MAXqda, Atlas-ti, stb).

Beavatkozási terv kidolgozása: a kutatási eredmények és az elméleti részben bemutatottak alapján egy részletesen kidolgozott terv leírása.

Az adatbázishoz való hozzáférést a vezető tanár vagy a vizsgabizottság számára biztosítani kell.

A beavatkozási rész felépítése: (mentálhigiénés projekt + kivitelezés)

A beavatkozási rész lehet egyénnel, családdal, csoporttal vagy közösséggel való munka.

A beavatkozás szükségességét a választott terület kiinduló állapotának bemutatásával kell igazolni (anamnézis, előzetes kutatási adatok, pre-teszt, helyzetfelmérési módszerek, szükséglet felmérés). Előzetes kutatási adatokként elemzhet:

1. saját felmérésekből származó adatokat (a kutatási populáció vizsgálata standardizált mérőeszközök felhasználásával), itt elfogadott a minőségi elemzés is (pl. narrativa- tematikus tartalomelemzés, stb.)

2. a beavatkozás alanyairól rendelkezésre álló információkat (pl. dokumentum vizsgálat stb.),

3. felhasználhat olyan metaanalízisből származó adatokat, amelyeket az illető területre vonatkoznak.

A beavatkozás hatékonyságának mérése

A beavatkozás hatékonyságának a mérése a tanácsadásban használt sajátos hatékonyság mutatók felhasználásával történik (pl. beavatkozási terv céljai elérési szintjének elemzése, a kliens állapotának szubjektív megítélése, skálázás, célokhoz való viszonyítás a kliens és a tanácsadó szemszögéből, kislétszámú kísérleti design)

Az egyénnel végzett munkának összesen legalább 12 ülésből, a családokkal/párokkal legalább 6, csoportokkal 8 ülésből kell állnia.

Családdal való munka esetén az ülések történhetnek egyetlen családdal/párral (6 ülés), két családdal/párral (3-3 ülés) vagy három családdal (2-2 találkozó), a mentálhigiénés projekt céljának megfelelően.

Az ülések hanganyagát rögzíteni kell és le kell leadni a vezető tanárnak. Ha a hanganyag rögzítése nem kivitelezhető, akkor az ülések anyagát jegyzőkönyv formájában kell rögzíteni és leadni.

- Szisztematikusan felépített mentálhigiénés projekt: mit kíván elérni, mi indokolja, milyen beavatkozási technikát választ és miért;



- **A beavatkozás folyamata:** megtervezés, a beavatkozás lépéseinek strukturált, lényegretörő leírása (ülések). Indokolni, hogy minek köszönhető az elért változás, a helyzet javulása.
- **Eredmények:** hogyan mérte a beavatkozás hatékonyságát;
- **Önreflexió:** hogyan tapasztalta meg saját szakmai erősségeit és korlátait az elvégzett munka során. Reflektáljon a hibalehetőségekre, hiányosságokra is.

**Konklúziók:** mutasson rá az elért eredményekre és reflektáljon arra, hogy hogyan viszonyulnak az elméleti részben bemutatott ismeretek a jelenlegi kutatás eredményeihez illetve, hogyan jelennek meg a gyakorlati beavatkozás során.

Ajánlások: mutasson rá a kutatási és beavatkozási eredmények és az ezáltal leszűrt konklúziók eredetiségére, tudományos és gyakorlati felhasználhatóságra.

### **Bibliográfia:**

- legalább 30 címet kell tartalmaznia
- a témaspecifikus anyag 2/3-ának 2013 utáninak kell lennie
- a hivatkozások használata az APA 7 standardja szerint történjen

**Mellékletek:** a kutatási és beavatkozási munka során használt valamennyi felmérőeszközt csatolni kell mellékletként.

*Ábra és táblázat.* Minden ábrának és táblázatnak legyen címe és külön-külön sorszáma. A dolgozat végén legyen *Ábrák jegyzéke* és *Táblázatok jegyzéke* a táblázatok, ábrák címével, sorszámával és oldalszámmal (APA7 standard szerint).

A dolgozatnak meg kell felelnie a szakszövegírás akadémiai- és nyelvtani helyességi követelményeinek, beleértve az ékezetek helyes használatát. A források szakszerű kezeléséhez az American Psychological Association hivatkozási stílus 7-es kiadását (APA7) kell követni.

A szakdolgozat elkészítésének folyamatában fontos alkalmazni a szakmai etika előírásait az adatgyűjtésre, személyiségi jogok tiszteletben tartására, a konfidencialitásra és szövegírással kapcsolatosan. A szakdolgozat szerzőjének be kell tartania a plágium ellenőrzés (Turnitin) és a mesterséges intelligencia (IA) használatára vonatkozó előírásokat.

### **A dolgozatot kísérő kötelező nyilatkozatok:**

1. Az irányító tanár aláírt beleegyező nyilatkozata
2. Nyilatkozat a tartalom eredetiségéről

### **Plágium**

A dolgozatban a plágium minden formáját kerülni kell. Plágium alatt más személy szellemi termékének (szövegének, adatainak, fotójának stb.) forrás említése nélküli felhasználását értjük a dolgozatban.



Minden esetben plágiumról beszélünk, ha:

- a) szó szerint átvett szöveget vagy anyagot nem jelezzük az átvételt teljes terjedelmében idézőjelekkel, szövegközi zárójeles hivatkozással és a szakirodalomban/ könyvészetben nem tüntetjük fel a forrást.
- b) minimálisan parafrázált szöveget vagy anyagot nem jelezzük az átvételt teljes terjedelmében idézőjelekkel, szövegközi zárójeles hivatkozással és a könyvészetben nem tüntetjük fel a forrást.
- c) alaposan parafrázált vagy összefoglalt szöveget vagy anyagot nem jelezzük az átvételt teljes terjedelmében szövegközi zárójeles hivatkozással és a könyvészetben nem tüntetjük fel a forrást.
- d) idegennyelvű szöveg esetén a saját szó szerinti fordítás vagy minimális parafrázis esetén nem jelezzük az átvételt teljes terjedelmében idézőjelekkel, szövegközi zárójeles hivatkozással és a könyvészetben nem tüntetjük fel a forrást.
- e) saját korábbi szövegünket vagy anyagunkat hasznosítjuk újra szükség esetén idézőjelek, valamint a szövegközi zárójeles hivatkozás és a könyvészetben feltüntetett forrás nélkül.

### **Kutatási etika és az empirikus adatforrások használata**

A dolgozat nem tartalmazhat olyan kifejezett utalásokat vagy nyomokat a kutatási alanyok személyazonosságára vonatkozóan, amelyek lehetővé teszik az olvasó számára azok azonosítását. Ez alól csak az az eset képez kivételt, ha a hallgató a személyektől írásbeli engedélyt kapott személyazonosság felfedésére, és ezt a szakdolgozat jellege indokolja.

Az elemzés során felhasznált interjúkivonatokat, helyszíni naplójegyzeteket, megfigyelések és dokumentumok tiszteletben tartják az egyének és (kérésükre) az intézmények adatvédelmi jogait, anonimitását, és rövidítésekkel, álnevekkel anonimizálják azokat. A munka során mindvégig tiszteletben tartjuk az emberi méltóságot, és elkerüljük az alanyok/a kliensek és a szakember fizikai és mentális jólétének bármilyen sérülését.

### **Szóbeli bemutató**

A szóbeli előadás a dolgozat saját hozzájárulására és következtetéseire összpontosít, és a dolgozat bemutatására és megvitatására 15 perc áll rendelkezésre. A dolgozatot a jelölt 10 percen ismerteti, a bizottság pedig kb. 5 percig kérdéseket tesz fel a jelöltnek.

### **A disszertáció értékelési szempontjai:**

- Témaválasztás, a dolgozat stílusa (max. 1 pont)
- Bibliográfiai anyag (max. 1 pont)
- Elméleti felvezetés (max. 2 pont)
- A kutatás-beavatkozás módszertana, a kutatási eredmények bemutatása és elemzése illetve a beavatkozás ismertetése és értékelése (max. 3 pont)
- Helyesírás, grafikai szerkesztés (max. 1 pont)



**szociológia &  
szociális munka**

Babes-Bolyai Tudományegyetem



UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI  
BABEȘ-BOLYAI TUDOMÁNYEGYETEM  
BABEȘ-BOLYAI UNIVERSITÄT  
BABEȘ-BOLYAI UNIVERSITY  
TRADITIO ET EXCELLENTIA

**B-dul 21 Dec. 1989 nr. 128**

**Cluj-Napoca 400604**

**+40-246-42.46.74**

**+40-264-41.99.58**

**socasis.ubbcluj.ro**

- Konklúziók (max. 1 pont)
- + Hivatalból 1 pont.

Kolozsvár, 2023. december 10.

a vizsgabizottság