

SZEMPONTRENDSZER a mesteri disszertáció elkészítéséhez

MENTÁLHIGIÉNÉ szakos mesteri hallgatók számára (2025/2026-os tanév)

A mesteri disszertációnak kötelezően mentálhigiénés tematikájúnak kell lennie. A dolgozattól 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 prevenció 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 prevenció projektet kell készítenie.

- ha mentálhigiénés beavatkozást 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
- * 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:

Absztrakt: 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

Következtetések: 2-3 oldal

Ajánlások, javaslatok, önreflexió: 1 oldal

A szakdolgozatot elektronikus formában kell beadni.

A dolgozat fedőlapján az alábbi információkat kell elhelyezni:

első oldal magyarul

- * Egyetem, kar, szak neve
- * Dolgozat címe
- * Dolgozatíró neve
- * Konzulens/ek/neve
- * Hely
- * Év

második oldal románul

- * Egyetem, kar, szak neve
- * Dolgozat címe
- * Dolgozatíró neve
- * Konzulens/ek/neve
- * Hely
- * Év

Margók: baloldali max. 4,5 cm, jobboldali max 3 cm felső max. 3 cm, alsó max. 3 cm. A kötés miatt a baloldali margó 1 cm-el növelhető.

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! Letölthető magyar helyesírási szabályzat:

<http://mek.oszk.hu/01500/01547>

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 2015 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.

A kutatási rész felépítése

A bevezetésben 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 (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 7 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

A beavatkozás indoklása 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 felmérésből 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, interjú, stb.),

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

A beavatkozás céljainak ismertetése: mit kíván elérni, mi indokolja, milyen beavatkozási technikát választ és miért;

A keretek tisztázása, etikai megfontolások:

A beavatkozás alanyainak leírása

A beavatkozás történhet egyénnel, családokkal, csoporttal vagy közösséggel

A beavatkozás tervének bemutatása

Ülések száma:

- **Egyéni beavatkozás** esetén legalább 12 találkozás szükséges (lehet egy vagy több kliens).
- **Családokkal/párokkal való munka** esetén minimum 6 találkozás, amely történhet: egyetlen családdal/párral (6 ülés); két családdal/párral (3-3 ülés); három családdal (2-2 találkozó), a tanácsadás céljának megfelelően.
- **Csoportos beavatkozás** esetén legalább 8 ülés szükséges.

A hanganyagot, ha lehet, rögzíteni kell Ha a hanganyag rögzítése nem kivitelezhető, akkor az ülések anyagát jegyzőkönyv formájában kell rögzíteni és leadni a vezető tanárnak.

A beavatkozás folyamata:

- A beavatkozás lépéseinek strukturált, lényegretörő leírása (ülések).
- Egy ülés részletes leírása
- Fontos használni és bemutatni a mentálhigiénés beavatkozás során alkalmazott módszereket is.

Eredmények: Indokolni, hogy minek köszönhető az elért változás, a helyzet javulása és, hogy hogyan mérte a beavatkozás hatékonyságát;

A beavatkozás hatékonyságának a mérése a beavatkozásban használt sajátos hatékonysági 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)

Kövekeztetések és javaslatok: 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.

Önreflexió: hogyan tapasztalta meg saját szakmai erősségeit és korlátait az elvégzett munka során. Reflektáljon a hibalehetőségekre, hiányosságokra is.

Bibliográfia:

- legalább 30 címet kell tartalmaznia
- a témaspecifikus anyag 2/3-ának 2015 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, sorszámaival és oldalszámmal. (APA standard szerint)

A disszertáció értékelési szempontjai:

- Témaválasztás, a dolgozat stílusa, könyvészet (max. 1 pont)
- Elméleti felvezetés (max. 2 pont)
- A kutatás-beavatkozás módszertana, a beavatkozás ismertetése, elemzése és értékelése, a kutatási eredmények bemutatása és elemzése (max. 5 pont)
- Helyesírás, grafikai szerkesztés (max. 1 pont)
- Következtetések, javaslatok, önreflexió (max. 1 pont)

A fent említett szempontokat a bizottság a dolgozat írott formájának és a szóbeli védésnek az értékelésekor egyaránt figyelembe veszi. A leadott dolgozat értékelése a végső jegy 40%-át, míg a védésen szerzett jegy a 60%-át teszi ki. A dolgozat szövegének meghamisítása – ideértve a másolt szövegrészek beillesztését, a bibliográfiai források feltüntetésének elmulasztását, illetve a kutatási vagy beavatkozási adatok kitalálását – a dolgozat érvénytelenítését és a vizsgálóhoz való jog elvesztését vonja maga után.

A dolgozat eredetiségének vizsgálata a Turnitin plágiumellenőrző rendszer alkalmazásával történik. Az eredetiséget igazoló nyilatkozatban azt is fel kell tüntetni, hogy a dolgozat egyes részeinek elkészítése során alkalmazott-e MI-t, és ha igen, milyen célra.

Kolozsvár, 2025. november

a vizsgabizottság