



HETEDHÉT FOLYAMAT

Hét alkalmas szakmai műhely

KIVONAT

Hét darab szakmai tartalom a mindennapi munkához, szociális szakemberek részére

[Vajda Zsolt](#)

cotreme.hu

Hetedhét folyamat

Hét témakör a mindennapi szakmai munkához

1. A kliens útja

A szakmai műhelyen az alábbi kérdésekre keresünk válaszokat:

Én, mint ügyfél, kliens:

- Milyen érzés lehet felvenni veletek a kapcsolatot? Akár ,ha a szakember keresi fel az ügyfelet, akár az ügyfél kezdeményezi a kapcsolatfelvételt.
- Mik az első gondolataim?
- Hogyan alakul ki a bizalmam?
- Mikortól érzem magam biztonságom nálatok?
- Milyen tényezőktől függ a személyes bizalmam a szakembereitek felé?
- Mennyire érzem magam szabadnak és döntésképesnek?
- Milyen szabályok vonatkoznak rám?
- Milyen kötelességeim vannak?
- Létezik választási lehetőség számomra?

A tematika címszavakban:

- A kliens útja nálatok
- Az intézményed belső szakmai működése
- Válaszutak - választások - Jogok – kötelességek – lehetőségek
- Én, mint kliensünk...
- Zárás, reflexiók

2. Az első interjú és a szerződés (megegyezés) Kik a klienseink? Mit tudunk róluk? Mit szeretnénk elérni náluk/velük?

Tartalom:

Az első interjú főbb szakaszai:

- Általános helyzetfeltárás:
- Családi és társas kapcsolatok:
- Munka, megélhetés:
- Egészségi állapot, pszichés jóllét:
- Erőforrások, megküzdési módok:
- Kliens céljai

Zárás: Mi a különbség az első interjú és a segítő beszélgetés között? A hetedhét folyamat következő alkalmának és témakörének előkészítése

3. A segítő beszélgetés

A képzés és szakmai műhely rövid, vázlatos tartalma

- Bevezetés, hangolódás...
- A szakember kognitív és érzelmi szintje
- Az empátia
- A verbális és non-verbális kommunikációk tudatos használata
- Én, mint segített:
- A szakember önreflexiója, önreflexiós szintje
- "Megérkezés" a segítő beszélgetésbe

- A segítő beszélgetés felépítése, gyakorlata
- Kérdésfajták, kérdéskörök, szinonim fókuszált kérdések
- Mit csinál a tested közben? Mi engedhető meg, és mi nem fér bele?
- Hogy érzed magad közben és hogy érzi magát az ügyfeled, kliensed?
- Zárás, visszajelzések

4. Az esetmegbeszélés módszertana

A képzés és szakmai műhely rövid, vázlatos tartalma

Bevezetés – hangolódás:

- ✓ Néhány szó az esetmunkáról
- ✓ Kognitív és érzelmi szintek dinamikus egyensúlya

Az esetmegbeszélés:

- ✓ Célja
- ✓ Fajtái
- ✓ Szereplői, résztvevői
- ✓ Lépései, forgatókönyve
- ✓ Eredményessége

Az esethozás

- ✓ Rövid szempontrendszer az esetmegbeszéléshez

Az esetmegbeszélés vezetése

- ✓ Eszközök, módszerek, szerepek

Az esetmegbeszélő csoport munkafázisai

- ✓ Kérdéskörök – alternatívák – visszacsatolások – zárás

Zárás – visszajelzések

5. Változáskezelés? (Magunkban. Kliensünkben.)

„Ahhoz, hogy mint szakember változást tudjunk elérni egy segítő folyamatban, változást kell megélnünk önmagunkban és önmagunkkal.”

Vázlatos tartalom:

Bevezetés - (rá)hangolódás

- Kapcsolatom - viszonyom a változáshoz

A múlt:

- Változások - váltásaim - változtatásaim – változásaim
- Rendhagyó koordinátarendszer

A jelen:

- Idővonal
- "A hős útja"

A jövő:

- A változáskezelés folyamata
- Megoldási utak, stratégiák
- Amikor túl késő... (Túl? Késő?)
- Amikor túl gyors...
- A változáskezelés szakaszai
- A rugalmas alkalmazkodó képesség (Reziliencia, reziliens működés)
- Önbecsülés és önazonosság

Zárás - visszajelzések

6. Konfliktuskezelés

Tapasztalat – önismeret – alkalmazás

Vázlatos tartalom:

- Én és a konfliktus, a konfliktus és én
- Sajátélmények megosztása
- Konfliktuskezelési stratégiák
- A stratégiák alkalmazása a mindennapi munkánkban

7. Záró, bónusz témakör

Az eddigi folyamat hat témaköreinek tapasztalata alapján egy - a csoport által választott - újabb szakmai tartalom feldolgozása.

Budapest, 2026. 03. 03.

Vajda Zsolt

szociális munkás, szupervizor