



elte | ppk



**Eötvös Loránd Tudományegyetem**  
**Pedagógiai és Pszichológiai Kar**

1075 Budapest, Kazinczy utca 23–27.  
+36-1-461-4500  
fax: +36-1-461-4586  
<http://www.ppk.elte.hu/>

## **SPORTPSZICHOLÓGIAI SZAKPSZICHOLÓGIA** **szakirányú továbbképzési szak**

<b>A képzés szakmai felelőse:</b>	ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar
<b>A képzés indítását engedélyező OH-határozat száma:</b>	FNYF/206-6/2022.
<b>A képzés megnevezése:</b>	sportpszichológiai szakpszichológia (Sport Psychology Postgraduate Specialisation Programme)
<b>A szakképzettség oklevélben szereplő megnevezése:</b>	sportpszichológiai szakpszichológus (Sport Psychologist)
<b>Képzési terület:</b>	bölcsészettudomány
<b>A képzés időtartama, kreditértéke:</b>	4 félév, 120 kredit

### **A felvétel feltételei:**

A felvétel feltételei pszichológia mesterképzési szakon (korábban egyetemi szintű képzésben) szerzett végzettség és szakképzettség.

A jelentkezők felvételi beszélgetésen vesznek részt, ami a jelentkező érdeklődési körét, motivációját, korábbi gyakorlati tapasztalatait, illetve a szakterülettel kapcsolatos jövőbeni elképzeléseit, terveit járja körül.

### **A képzés célja:**

A képzés célja olyan sportpszichológiai szakpszichológusok képzése, megalapozott tudással rendelkeznek a sportpszichológia elméleti, gyakorlati és módszertani hátteréről, felkészültek a sportpszichológiai feladatok megtervezésére, szervezésére, irányítására, ellátására és értékelésére a sport minden területén, a gyermeksporttól a felnőttig, az egészséges életmódtól a rekreációs sporttevékenységeken át az élsportig.

Cél, hogy olyan, a sporttal összefüggő, széles spektrumú, specifikus pszichológiai ismeretekkel és készségekkel felruházott szakembereket képződjenek, akik sportegyesületek, sportszervezetek, sportági szakszövetségek, sportiskolák, sportakadémiák, szabadidősporttal foglalkozó intézmények, oktatási intézmények (sporttal kapcsolatos tevékenységek) és magánpraxis keretében is képesek a sportpszichológia eszköztárával segíteni a sportolókat, egyéb szakembereket és a közösségek sikeres és egészséges munkáját, működését, szabadidősportok és élsportok esetében is. A képzés fontos feladatának érzi, hogy hozzájáruljon a sport, a mozgás által megteremthető mindenkori és a minden szinten való fejlődéshez, valamint megerősödjön a mozgás jóllétet és gyógyítást biztosító szemlélete is. További cél, hogy a kiképzett szakemberek képesek legyenek a testi-lelki egészség kibontakoztatására, a mentális egészség fenntartásának elősegítésére, valamint az egészségen és egyensúlyon alapuló eredményesség megteremtésére. A szak tartalmi követelményei igazodnak a nemzetközi gyakorlathoz.

### **A képzés során elsajátítandó kompetenciák, tudáselemek, megszerzhető ismeretek:**

Tudás:

- ismeri a sportpszichológia sajátos kutatási és alkalmazott sportpszichológiai (ismeretszerzési és problémamegoldási) módszereit;
- ismeri a sportpszichológia hazai és nemzetközi kutatás-fejlesztési és innovációs főbb trendjeit;

- tisztában van a pszichés teljesítménynövelés hatására fellépő veszélyek típusaival, a sportélet személyiséget formáló és deformáló extrém kihívásaival, a sportolás és a teljesítményelvárás pszichés fejlődést akadályozó tényezőivel;
- a sportszektor működésének ismeretében a szituációs faktoroktól függetlenül a személyiséget és embert védő adekvát szakmai magatartással, hiteles kommunikációval és fejlődésorientált elvárásokkal van jelen a fejlesztés, a támogatás és teljesítménynövelés egész folyamatában;
- ismeri az elméleti kérdések gyakorlati kidolgozási és megvalósítási módjait a sporttudomány területén;
- ismeri a sport és mozgás személyiségfejlődésre, egészségre és jóllétre gyakorolt hatását és tudatosan kiáll a mentális egészség megtartása és az egyensúlyban való fejlődés érdekében;
- ismeri a sporttal kapcsolatos pedagógiai, pszichológiai, szociológiai, antropológiai törvényszerűségeket;
- részletekbe menően ismeri a terület sajátos kutatási, problémaelemzési és megoldási módszereit;
- megfelelő ismeretekkel rendelkezik a sportolókkal, fizikai aktivitást végzőkkel kapcsolatos kognitív, affektív és pszichomotoros tanítás és tanulás stratégiáiról;
- megfelelően tájékozott a sportban fontos pedagógiai, fejlődéslélektani, szociál- és szervezetpszichológiai sajátosságokkal kapcsolatban;
- ismeri a sport mint szubkultúra sajátosságait;
- megfelelő tudást birtokol a sportban adekvát konfliktuskezelési módokról, kommunikációs stratégiákról és módszerekről;
- ismeri a terület specifikus jellemzőit, terminológiáját, irányait, kidolgozott határait és a rokon szakterületekhez való kapcsolódását;
- ismeri a sporttal kapcsolatos leggyakrabban előforduló specifikus mentális állapotok és zavarok sajátosságait, érti dinamikájukat és ismeri a sport területén alkalmazható prevenciós módszereket;
- átlátja a sportpszichológusi munka lehetséges kereteit, szerződéskötés szempontjait a magánpraxistól egészen a sportszövetség alkalmazottjaként való működésmódokig.

#### Képesség:

- sportpszichológusi munka ellátására különböző színtereken (egyesületek, szakszövetségek, sportiskolák, sportklubok, sportakadémiák, rekreációs fórumok, edzőtáborok, versenyek);
- tanácsadásra, felmérésre, tesztelésre, felkészítő programok összeállítására, eredményességének mérésére, szakvéleményezésre, konzultációra, a sportteljesítmény pszichés oldalának biztosítására;
- egyéni és csapatsportok sportpszichológiai feladatainak ellátására is, gyermek, serdülő és felnőtt korosztályokban;
- felismerni a terület speciális problémáit, kiválasztani és helyesen alkalmazni a megfelelő sporttudományi kritériumoknak megfelelő adat- és információfelvételi, elemző és kiértékelési módszereket;
- türelemmel vezetni klienseit az eredményesség útján, hogy a teljesítményfejlődés soha ne billenjen a testi és pszichés destrukció irányába;
- a gyermek- és felnőtt sportolók, fizikai aktivitást végzők sportpszichológiai felkészítésének megtervezésére és végrehajtására;
- magas szinten megtervezni és végrehajtani sportpszichológiai feladatokat a sport szervezeteinél, önkormányzatoknál, háttérintézményeknél, rekreációs központoknál;
- a sportolókat, fizikai aktivitást végzőket adekvát módon támogatni interdiszciplináris megközelítést alkalmazva a gyakorlatban;
- nemzetközi kapcsolattartásra, kutatásokban való részvételre, szakmai képviselőre, szakmai fórumok szervezésére;
- sportpszichológiai kutatói életpálya megalapozására;
- a sportpszichológiai tevékenységhez erőforrások felkutatására, bevonására;

- vezetni vagy közreműködni hazai és nemzetközi kutatási, fejlesztési projekteken; a területen belül stratégiai problémák megoldására, kutatói gondolkodásmódra, problémaérzékenységre, problémafókuszú megközelítésre, tesztfelvételi, mérési és kiértékelési rutinnal;
- interdiszciplináris és sporttudományos kutatásokban, sportpszichológiai vonatkozású projekteken való részvételre;
- tudását érthető módon megosztani egyénekkal és közösségekkel;
- felismerni a sportban gyakran előforduló mentális nehézségek, zavarok tüneteit, és szükség esetén megfelelő ellátás felé irányítani a sportolót vagy sportszakembert.

#### Attitűd:

- elkötelezettséget mutat a pszichológiai ismereteknek a sport világában történő közeghez illesztett specifikus alkalmazása mellett;
- előítéletmentes, segítőkész viszonyulással rendelkezik a sportolókkal, valamint az egyesületek, szervezetek összes munkavállalójával szemben, függetlenül az adott helyzetben betöltött szerepétől, beosztásától;
- ösztönző szemléletmóddal rendelkezik, felelősségteljes magatartást tanúsít, ezeket törekszik másnak is átadni;
- ismeri a sport társadalmi, gazdasági, kulturális jelenségeit, és törekszik azok pozitív befolyásolására;
- nyitott a kapcsolatteremtésre, együttműködésre és kommunikációra, ezeket kezdeményezi is magyar és idegen nyelven;
- együttműködő attitűddel rendelkezik a szakmai stáb tagjai és tapasztalati szakértők iránt;
- vállalja szakmai identitását, mellyel megalapozza hivatástudatát;
- testkulturális területen végzett munkája során tiszteletben tartja és védi a gyermeki és emberi méltóságot és jogokat;
- törekszik arra, hogy a szakmai tartalmakra vonatkozó szóbeli és írásbeli kommunikációja közérthető legyen;
- nyitott az új médiumok iránt, az élethosszig tartó, valamint az élet egészére kiterjedő tanulásra való törekvés a személyiségjegyévé vált;
- elkötelezett szakmai érdeklődésének több irányú elmélyítésére, megszilárdítására, igénye van a sportpszichológiával kapcsolatos szakirodalmi szövegek önálló feldolgozására, elemzésére és beépítésére a gyakorlatban;
- törekszik a problémák megoldására a sportpszichológia és a sporttudomány területén;
- törekszik arra, hogy naprakész szakmai tudással rendelkezzen (például továbbképzéseken való szakmai részvétel);
- igyekszik elősegíteni mások sportszakmai fejlődését, munkáját;
- reflektíven gondolkodik saját sportpszichológusi tevékenységéről, és felhasználja azt tevékenysége fejlesztéséhez.

#### Autonómia és felelősség:

- minden helyzetben tudatosan és felelősen alkalmazza a sporttörvényt, felvállalja és tanítja a sportkörnyezet tagjait az emberi egészség értékeire a teljesítménynövelés kritikus pillanataiban is;
- gyakorlati munkájában a Pszichológusok Szakmai Etikai kódexe szerint jár el;
- sportpszichológusi tevékenységét önállóan ellátja és felelősséget vállal érte;
- önállóan gondolja végig a terület kérdéseinek szakmai források, ajánlások, evidenciák alapján történő esetleges átdolgozását;
- munkája során szükség szerinti szupervíziót igényel, javasolt munkája során további önismereti folyamatban vesz részt;
- ismeri kompetenciahatárait, azon túlmutató és képzettségeinek megfelelő jogosultságain túli feladatot nem vállal; szükség esetén a sportolót klinikai pszichológushoz, pszichiáterhez, pszichoterapeutához, szakorvoshoz irányítja;
- felelősséget vállal a sportoló fizikai, mentális és lelki egészségéért, és a felelősségvállalás fontosságát tudatosítja klienseiben, annak szüleinek és edzőiben is;

- hozzájárul a fejlődés- és személyiségközpontú, fenntartható edzői, pedagógusi szemlélet kialakulásához;
- szakmai kérdésekben együttműködést kezdeményez és tart fenn a testkulturális területen található hazai és nemzetközi szervezetekkel;
- szakmai felelősségének teljes tudatában fejleszti a vele kapcsolatba kerülők személyiségét, a sportpszichológia társadalmi szerepének, fontosságának hangsúlyozásával;
- tudatosan alakítja, követi a terület etikai normáit, lehetőségéhez mérten javítja azok minőségét, és etikusan viszonyul mások szellemi értékeihez, szakmai eredményeihez;
- tudatosan képviseli és lehetőségéhez mérten javítja azon módszereket, amelyekkel a szakterületén dolgozik, elfogadja, továbbá, az etikai normákat figyelembe véve saját módszertanába beépíti más tudományágak módszertani sajátosságait;
- minden cselekedete mások segítésére irányul, a fair play szellemében tevékenykedik, terjeszti ennek fontosságát, és ezzel mintát ad környezetének;
- teljes felelősséget vállal a webes térben kifejtett tevékenységéért, az etikai normákat fokozottan betartja;
- képviseli szakmáját fórumokon, teljes mértékben együttműködik szakmai és civil szervezetekkel.

#### **A szakképzettség szempontjából meghatározó ismeretkörök:**

- Alapozó és társtudományok: sporttudomány, sportban releváns társtudományok,
- Pszichológia: sportban releváns szélesebb körű pszichológiai ismeretek, specifikus sportpszichológiai ismeretek, sportpszichológiai terepgyakorlat,
- Szabadon választható tárgyak,
- Szakdolgozat.

Az aktuálisan folyó képzések mintatantervei [ezen az oldalon](#) érhetők el.

#### **A szakképzettség alkalmazása:**

A szakon végzettek ellátják a különböző sportegyesületekben, diáksport egyesületekben, sportági szakszövetségekben és a válogatott keretek mellett a sportpszichológiai teendőket. A szabadidő, és rekreációs sport térhódításával szerepük megnő az ilyen sporttevékenységet biztosító szabadidősport egyesületekben végzett sportpszichológiai feladatok ellátásában is. A képzés fókuszába a sporthelyzettel járó olyan tipikus élethelyzetek kerülnek, amelyekkel a személy egyénileg, családban, csoportban és szervezetben egyaránt küzdhet. A sportpszichológiai szakpszichológus segíti az egyént a sportban megjelenő többletstressz kezelésére, annak teljesítménybe és személyiségfejlődésbe való elaborálásába, ezen keresztül segíti a testi-lelki egyensúly, jóllét megtartását és a mentális egészség javítását.

#### **Tervezett munkarend/képzési napok:** levelező

Hetente pénteken és szombaton.

#### **A képzés helyszíne:**

A képzést Budapesten hirdetjük. (ELTE PPK 1075 Budapest, Kazinczy utca 23-27.)

#### **Irányszám:** 25 < 40

A képzés csak abban az esetben indul, ha a jelentkezések száma eléri az indításhoz szükséges minimális irányszámot.

#### **Meghirdetési információk:**

A szakirányú továbbképzéseket a [www.felvi.hu](http://www.felvi.hu) oldalon és a [kar felvételi meghirdetéseket tartalmazó oldalon](#) is közzétesszük a keresztféléves, általános és pótfelvételi eljárás időzítésének megfelelően.

**Költségek:**

A képzést kizárólag önköltséges finanszírozási formában hirdetjük. A jelentkezési díjat és a képzés féléves önköltségének összegét a meghirdetési oldalon tesszük közzé.

**Egyéb kiegészítő információk:**

A záróvizsgára bocsátás kritériumfeltétele 100 óra igazolt önismereti és/vagy módszerspecifikus képzés (akkreditált módszerspecifikus képzés megfelelő jogosultságokkal rendelkező [kiképző terapeuta] pszichológustól) teljesítése – egyéni vagy csoportos formában; több, de legfeljebb három részletben elvégezve –, aminek a megszervezéséről és a költségeiről a hallgató önállóan gondoskodik, a képzés ezt nem biztosítja.