

Doktori (PhD) értekezés tézisei

Utazás a mentális zavarból a felépülés irányába

Bulyáki Tünde

Témavezető: Prof. Dr. Molnár Péter



DEBRECENI EGYETEM

Humán Tudományok Doktori Iskola

Debrecen, 2021.

1. Az értekezés témája, célkitűzések

„a remény növekedhet olyan tápláló környezetben, amely lehetővé teszi az ember gyökereinek és biztonságának megteremtését”

(Deegan 1996)

A felépülésnek nincsen egységes meghatározása, mivel maga az egyéni utazás egyedi és személyes. Az egyik meghatározás, amelyre a szakemberek, kutatók és a felhasználók leggyakrabban hivatkoznak az Anthony (1993) által kínált definíció, amelyben a felépülés mélyen személyes, egyedülálló folyamat a hozzáállás, értékek, érzések, célok, készségek és/vagy szerepek megváltoztatásához. Ez egy kielégítő, reményteljes és hozzájáruló élet megélhetésének módja, még a mentális zavar által okozott akadályokkal, korlátozottsággal is. A felépülés magában foglalja az új élet értelmének és céljainak kifejlesztését, amikor az ember meghaladja a mentális zavar katasztrófájának következményeit (Francis 2014). A felépülés néhány olyan jellemzője, amelyet gyakran idéznek:

- egyedülálló és személyes utazás
- normál emberi folyamat
- folyamatos tapasztalat
- ritka az egyedüli utazás
- nem lineáris- az eredmények mellett kudarcok is lehetnek.

A felépülés sok ember számára küzdelem. A küzdelem a tünetek súlyosságából, a gyógyszeres kezelés mellékhatásaiból, jelenlegi vagy múltbeli traumából és fájdalomtól, nehéz társadalmi-gazdasági helyzetből, a mentális egészségügyi szolgáltatások igénybevételének tapasztalataiból származhatnak (Davidson, Rose 2007 idézi Amering, Schmolke 2009).

A felépülést objektív és szubjektív módon is meg lehet határozni. Objektív szempontból akkor mondhatjuk, hogy valaki felépült a mentális akadályozottságból, ha nincsenek olyan tünetei, melyek akadályozzák a mindennapi tevékenységeiben, képes az önálló életvitelre, önállóan menedzseli a pénzügyeit, gyógyszereit önállóan kezeli, ha munkaröpiaci aktivitása van, vagy tanul, ha képes baráti, társas kapcsolatok kialakítására és megtartására, ha viszonylag bensőséges családi kapcsolatokat tart fent. Szubjektív szempontból a felépülés magába

foglalja a reményteli, szebb jövőbe vetett hitet, azt, hogy a személy felelősséget vállal a döntéseiért, a saját életért és rendelkezik olyan készségekkel, amelyek segítik őt a döntéseiben. A klinikumban dolgozó szakemberek inkább az objektív, mérhető kritériumra helyezik a hangsúlyt, míg a mentális zavarral élő személyek a felépülésre utaló szubjektív jeleket hangsúlyozzák, a mentális zavar okozta akadályozottsággal való megküzdés képességét, az örömteli célok elérésének képességét. Amennyiben a felépülésre objektív klinikai szemszögből nézünk rá, akkor a felépülés a normális korlátok közötti működést jelenti (Lieberman 2010). Lieberman szerint (2010) ahhoz, hogy úgy tekintsünk egy emberre, hogy felépült a mentális zavarából a következőknek kell teljesülnie:

„ - A diagnózis felállításában szerepet játszó tünetek olyan mértékű tartós remissziója, hogy sem gyakoriságukban, sem súlyosságukban nem érhetik el a klinikai szintet.

- Teljes munkaidőben vagy részmunkaidőben végzett gyakorlati szereptevékenység, például munka vagy iskola, ami hasznos, eredményes és az életkorának megfelelő.
- Családtagok vagy más gondozók felügyelete nélküli életvitel, amely során az egyén önállóan vállal felelősséget a mindennapi szükségletei kielégítéséért, mint például a pénzügyei kezelése, a gyógyszerszedés, a megbeszélte időpontok betartása, a bevásárlás, egy étel elkészítése és a személyes tulajdonáért.
- Bensőséges családi kapcsolatok.
- Megfelelő helyeken és körülmények között végzett szabadidős tevékenységek.
- Kielégítő kapcsolattartás a kortársakkal, amelyek a barátokkal, társakkal való aktív kapcsolatteremtést, és a szociális háló kiépítését is magában foglalja.”

(Lieberman 2010: 17)

A felépülést, ha szubjektív szemszögből vizsgáljuk a felépülő számos szubjektív érzést és objektív tényezőt él meg. Így például a reményt, felhatalmazottságot, spirituális erőt, önségitést, a stigmatizáció leküzdését. A felépülést számos szakirodalom egy utazásként definiálja. Egy olyan utazásként, amely a tünetek alól való felszabadulás jellemez, egy pozitív pszichológiai fejlődés mely visszaadja az értelmes, örömteli élet éléséhez a hitet. Mit gondolhatnak a mentális zavarral élő személyek a felépülésről? Hogyan látják, hogy milyen tényezők segítik elő ezt a pozitív pszichológiai fejlődést? Ezekre adott válaszok megismerése elősegíthetik azt, hogy jobban megértsük a felépülés folyamatát. Továbbá, ha ismerjük a

felépülést elősegítő tényezőket, hatékonyabb pszichoszociális rehabilitációt tudunk biztosítani. A felépülés a mentálhigiénés rendszer vezető alapelvévé vált, amelynek eredményeként olyan gondozást és szolgáltatásokat kell támogatni, amelyek megkönnyítik az emberek életében folyamatban lévő változásokat. A felépülés társadalmi és interperszonális kontextusban bontakozik ki (Topor, Borg, DI Girolamo és Davidson, 2011 idézi Francis 2014).

Jelen munkának a célja, hogy feltárja azt, hogy a mentális zavarral élő személyek mit gondolnak a felépülésről, hogyan látják, milyen tényezők segítik elő a pozitív pszichológiai fejlődést, felépülést.

A dolgozat a kutatás, a kutatási eredmények bemutatása előtt röviden áttekinti a mentális zavarral élő személyek rehabilitációjának útját a zárt intézetektől a közösségben elérhető ellátásokig. Továbbiakban bemutatásra kerülnek azok az egészségügyi és szociális ellátások, szolgáltatások, estkezelési módszerek, melyek a mentális zavarral élő személyek és hozzátartozóik számára nyújtanak szolgáltatást, rehabilitációs lehetőséget.

II. Alkalmazott módszerek

A dolgozatban bemutatott kutatás hipotézisei, kutatási eszközei az alábbiakban bemutatottak voltak.

Kutatási hipotézisek:

- A mentális zavarral élő személyek felépülését elősegíti, ha motiváltak a változás iránt és hisznek benne.
- A mentális zavarral élők felépülésének útján fontos szerepe van a családnak, a természetes támaszként jelenlévő barátoknak.
- A felépülésre hatással van a társadalmi elfogadás, a támogató környezet. Aigmatizáció akadályozza, nehezíti a mentális zavarral élő személyt a felépülésben.
- A felépülést elősegíti a személyes, örömteli célokra épülő, azok elérését elősegítő, hatékony pszichoszociális rehabilitáció, és az elérhető közösségi pszichiátriai szolgáltatások.
- A felépülésben az önsegítő aktivitásoknak fontos szerepe van.

- A felépülés egyik kulcsa a segítő, akinek fontos a mentális zavarral élő személy felépüléséhez segítése.

Kutatási minta:

A kutatásban 16 mentális zavarral élő (8 nő, 8 férfi) Budapesten a Semmelweis Egyetem Közösségi Pszichiátriai Centrum- Ébredések Alapítvány közösségi pszichiátriai ellátását igénybe vevő személy vett részt. A kutatás 2015 június 16- és 2015 szeptember 18 között valósult meg. Az interjúalanyok BNO besorolás szerint szkizofrénia (F20), szkizoaffektív pszichózis (F25) vagy bipoláris zavar (F31) diagnózisával rendelkeznek. Az interjú alanyok a közösségi pszichiátriai ellátás keretében családjuk, valamint természetes támaszuk bevonásával kapnak támogatást a felépülés útján. Az életútinterjúk időtartalma változó volt, 60 perctől négy és fél óráig terjedő tartamban. A széleskörű kutatási pillérekre épülő életútinterjúk lehetőséget adtak a felépülés árnyalt folyamatának megismerésére.

A kutatás helyszínéül szolgáló Ébredések Alapítvány rövid bemutatása:

Az alapítvány 1991-ben alakult az InterCom ZRT jóvoltából az Ébredések című film magyarországi bemutatója után. Az alapítvány 1995 óta innovációs misszióval működő bölcsőszervezet, amely partnereivel létrehozta a közösségi pszichiátriai ellátást Magyarországon, és számos civil szervezetet (pl. Pszichiátria Érdekvédelmi Fórum, Szigony Alapítvány a Közösségi Pszichiátriáért). Az alapítvány egyik fő célja a mentális zavarral élők diszkriminációja és megfélemezése elleni küzdelem, valamint a társadalmi befogadás elősegítése. A szervezet missziója az érintettek felépülésének segítése, amely által kezükbe vehetik a saját életük irányítását. A rehabilitációs folyamatban, és a közösségi pszichiátriai ellátásban a mentális zavarral élő személyt szabad, felelős és egyenrangú közreműködőknek tekintik. A felépülés útját szakemberek (multidiszciplináris teamben) és önszorgító csoportok (pl. Hanghalló csoport) egyaránt kísérik (<https://ebredések.hu/rolunk/what-we-do/> letöltés dátuma 2019. július 16.).

A kutatásban szereplők jellemzői kapcsán még elmondható, hogy 9 fő diplomával, 6 fő középiskolai végzettséggel, 1 fő általános iskolai végzettséggel rendelkezett. Olyan személyekkel készült interjú, akiket az Ébredések Alapítvány közösségi pszichiátriai koordinátori feladatait betöltő intézetvezető pszichiáter objektív szempontok alapján felépültnek tekintett (lásd a korábbiakban bemutatott felépülés objektív szempontjait), illetve

maguk is felépülteként tekintettek önmagukra. Az interjú alanyok közül 7-en tapasztalati szakértőként aktívan részt vesznek a mindennapokban, az Ébredések Alapítvány önszorgalmazásának keretében, két fő pedig professzionális segítőtővé vált időközben és szociális munkásként ugyan a szociális munka más alkalmazási területén, de segítőtőként dolgozik. A legfiatalabb interjú alany 25-éves a legidősebb 65 éves volt.

Kutatási eszköz

A kutatás félig struktúrált életútinterjúk készítésével valósult meg. A félig struktúrált életútinterjú pillérei a következők:

- 1, Élettörténeti csomópontok áttekintése, jelen helyzet.
- 2, Az interjú alany mentális zavarának megismerése.
 - tünetek, tünetmentesség
 - milyen rehabilitációs szolgáltatásokat vett igénybe?
 - milyen gyógyszeres terápiában részesül jelenleg?
 - mikor volt legutoljára állapotrosszabodása?
- 3, Identitás, viszony a megélt mentális zavarhoz. Stigmatizáció kezelése.
 - Mit gondol a mentális zavaráról?
 - Hogyan viszonyul a mentális zavarához?
 - Érte önt hátrányos megkülönböztetés a mentális zavara végett? Ha igen az élete mely területén?
 - Mit gondol a mentális zavarokhoz kapcsolódó előítéletről?
 - Ön hogyan viszonyul a stigmatizációhoz?
 - Mit gondol, mit lehetne a stigmatizáció ellen tenni?
- 4, Életviteli készségek, önállóság, hatékonyság, kompetenciák.
- 5, Tevékenységek, aktivitás / mivel foglalja el magát/-munka, tanulás, szabadidős tevékenység
- 6, Kapcsolati háló, kötődések, társas támogatás, szociális kompetencia tényezők.

7, Önbecsülés, önértékelés, önhatékonyság.

8, Szerep identitás, az interjú alany helye a világban.

9, Személyes felelősségvállalás, „önmenedzselés”

10, Belső erőforrások: vágyak, törekvések, célok.

11, Család, mint erőforrás.

12, Külső erőforrások megléte / szükséges anyagi és intézményi források, segítő hálózat, önsegítés.

13, Megerősítő környezeti tényezők. Befogadás, az individualitás és személyes szükségletek akceptálása, ösztönzés, inspiráció, fejlődés lehetősége.

14, Az élet élésének külső realitásai, keretei. A mai magyar társadalmi viszonyok között milyen lehetősége van a mentális zavarral élő embereknek?

15, Mit gondol a felépülésről?

16, A változás iránti attitűd / kimeneti várakozás, remény, optimizmus

Miért is épül a kutatás ezekre a pillérekre? A felépülés szakirodalmi háttere és a klinikumban, közösségi pszichiátriai ellátásban eltöltött évet tapasztalatai, valamint a kutatási hipotézisek alapján fogalmazódtak meg a félig struktúrált életútinterjú kérdéskörei. A kutatás fókuszában nem a mentális zavar epigenezise illetve patogenezise áll. Ugyanakkor fontos látni, hogy hogyan alakult ki a mentális zavar az adott személynél, milyen különbségek milyen hasonlóságok érhetők tetten az interjúalanyok életében. A mindennapi életünkben láthatjuk, hogy a mentális zavarhoz erős stigmatizáció kapcsolódik. A felépülés útján a legnagyobb akadályt maga a stigma adja, ami lehet megélt stigma vagy önstigma. Fontos, hogy megismerjük, hogy a mentális zavarral élő interjúalanyok identitás tudatát. Hogyan viszonyulnak a mentális zavarhoz. Mit gondolnak a stigmatizációról, milyen megoldást tartanának célravezetőnek a stigmatizáció kezelésére. Gyakran látjuk, hogy a mentális zavarral élő személyek a mentális probléma következtében kiesnek a társadalomba integrált, aktív élet teréből, és izolálódnak. A külső és belső erőforrások beszűkülnek. A közösségi pszichiátriai ellátási tapasztalatok megmutatják számunkra, hogy a család, mint erőforrás, valamint a barátok támogató szerepe kulcsfontosságú a mentális zavarral élő személyek fejlődéséhez, felépüléséhez vezető útján. Kíváncsi voltam arra, hogy az interjú alanyok

hogyan látják a családtagok és a barátok szerepét a felépülésben. A mentális zavarral élő emberek mindennapi élet éléséhez szükséges készségeik gyakran nem elégséges szinten vannak jelen. Fiatal felnőttként lehet, hogy nem is volt lehetősége, szüksége ezen készségek használatára, de az önálló élet éléséhez ezek elengedhetetlenek. A közösségi pszichiátriai ellátás komplex pszichoszociális rehabilitációt biztosít a mentális zavarral élő emberek és családjuk számára. A rehabilitációban megjelenő stratégiák (pszichoedukáció, életviteli készségek tréningje, stresszkezelő stratégiák, speciális technikák) hozzásegítik a mentális zavarral élő személyt és családját, hogy megismerje, értse mentális zavarát, és képes legyen örömteli céljait elérni, a stresszhelyzetekben pedig asszertívan jelen lenni. A jó szolgáltatás tervezéséhez, nyújtásához látnunk kell, hogy milyen szolgáltatási elem az, amely hatékony a felépülés elősegítésében. A változás, fejlődés útján fontos, hogy motivált legyen a mentális zavarral élő személy és higgyen a változásban. Ehhez szükséges még egy humanisztikus segítő, akinek fontos a kliense fejlődése. A rehabilitáció kiinduló pontja a mentális zavarral élő személy örömteli céljai. Vajon ez hogyan jelenik meg a felépülés folyamatában? Sokszor reményvesztett, a pozitív változás esélyeit nem látó emberekkel kerülünk kapcsolatba a közösségi pszichiátriai ellátásban. A mentális zavar szenvedést okozó tartalma, a stigmatizáció, az elnyomó és nem partneri viszonyt létrehozó szolgáltatások sokszor elveszik a mentális zavarral élő embertől a vágyat, hitet az örömteli élettől. Ezen hogyan lehet változtatni? A személyre szabott rehabilitáció hogyan segíti elő azt, hogy a kliens boldog, örömteli, sikeres életet élhessen? A professzionális segítségnyújtás mellett az önsegítő aktivitásoknak, a sorstársi segítségnek kiemelkedő szerepe van. Vajon az önsegítő csoportok, a tapasztalati és kísérő szakértők jelenléte elősegíti a felépülést? Az önsegítésnek milyen hozama van a mentális zavarral élő emberek életében? Ezekre a kérdésekre megpróbáltam választ kapni az interjúk során. A stigmatizáció kapcsán már említésre került a társadalmi elfogadás, befogadás. A felépülésre hat az, hogy milyen lehetőségek vannak az adott társadalmi keretek között. Ennek ismerete elengedhetetlen az esélyegyenlőség elősegítéséhez szükséges törekvések megfogalmazásához. Végezetül kíváncsi voltam arra, hogy az interjú alany mit gondol a felépülésről és az ő személyes jövőjéről.

III. Az eredmények tézisszerű felsorolása

Az életútinterjúk feldolgozása igen változatos képet ad a felépülésről a felépülést elősegítő tényezőkről. Mégis elmondható, hogy vannak jellegzetességek, kulcselemek, melyek a felépülés útján fontos előrevivő szerepet játszanak.

Felépülést elősegítő tényezők az interjúalanyok meglátása szerint:

- akaraterő, önhatékonyság hite
- örömteli célok
- támogató családi és baráti kapcsolatok
- inspiráló, támogató személy
- közösségi pszichiátriai ellátás, családgondozás (hatékony pszichoszociális rehabilitációs stratégiák)
- elfogadó, támogató, reményt adó segítő kapcsolat
- önségítés, sorstársi segítség
- spiritualitás
- munkavállalás

A klinikai felépülés fogalma kimeneti szempontú megközelítés, amely a kimeneti állapotot írja le. E leírás a klinikusok megfigyelése és értékelése alapján történik, a leírás nem individualizált, hanem a leíró pszichiátria kategória rendszerébe illeszkedő „besorolást” képvisel.

A felépülés definiálásában a mentális zavarral élő személyek szempontjai a legfontosabbak.

A mentális zavarral élő személy szemszögéből nézve a személyes felépülés azt is jelenti, hogy az életét nem kórházakban tölti, és nem is egy szociális bentlakásos intézetben, ahol mások ellenőrzik az életét. Képes mentális zavara ellenére életét formálni, miközben nem függ szükségszerűen a gyógyszerektől, akár gyógyszermentesen is tünetmentes életet élhet. Ezen megközelítés fontos eleme, hogy a visszahúzódás, izoláció helyett egy aktívabb részvételt feltételez az életvitelben, és a védekező elutasítás helyett a változásokkal való szembenézést és az elfogadást ösztönöz. A felépülés fogalom jelentése tágabb, mint a gyógyítás hatására bekövetkező változás. Nem egy körülhatárolt elméletre épül és sok útja lehetséges. A felépüléshez vezető út változatos. Fontos azt is látni, hogy a felépülés létrejöhet professzionális segítő szakemberek beavatkozása nélkül is. Elmondható, hogy a felépülés nagyon egyéni, mélyen személyes változás - folyamat, amelyben a bátorságnak, akaraterőnek és a jövőbe vetett reménynek, hitnek fontos szerepe van. Ennek folyamán megerősödik az a

törekvés, hogy a mentális zavarral élő személy visszaszerezze kontrollját az élete felett, és egy olyan pozitív önkép formálódjon, amely nyomán az egyén nem pusztán „pszichiátriai betegnek” látja önmagát. Melynek hozama az önstigmatizáció terhe alól való felszabadulás. A felépülés folyamata nem csak a felépülő személyt érinti, nem csupán önmagára támaszkodó változás folyamatról van szó, hanem feltételezi mások támogató jelenlétét (pl. családtagok, barátok). A felépülés ugyanakkor nem lineáris folyamat, inkább visszalépésekkel tarkított „utazás”. A felépülés jelensége alapvetően a mentális zavarral sikeresen megbirkózók beszámolóin, személyes narratívákon keresztül került leírásra, miközben e koncepció empirikus vizsgálata elég nehéz. Ugyanakkor a fontos jellemzői jól megragadhatók – így az „empowerment,” a remény és optimizmus, és az élettel kapcsolatos elégedettség érzése (Bulyáki és mtsai 2019, Szabó, 2014). Slade (2009) megközelítésében az alapvető cél a mentális zavarral élők személyes felépülésének támogatása (a klinikai felépülés ennél szűkebb, és a személyes felépülésnek alárendelt cél). Miközben elfogadjuk azt, hogy a pszichoszociális rehabilitáció fontos eleme a felépüléshez vezető útnak, a személyes felépülés kiemeli a remény, a jelentés és identitás, valamint a személyes felelősség jelentőségét.

Míg a mentális zavarral élő személy az akadályozottságból a felépülés irányába halad számos szubjektív érzést és objektív tényezőt tapasztal meg. Így például a reményt egy jobb jövőben, amely a mentális zavarból adódó tünetekkel és akadályozottsággal való sikeresebb megküzdésből, és a pozitív énkép visszaszerzéséből adódik. A felhatalmazottságot (képes vagyok rá, ez az én életem) mely a célok elérésének a sikeréből és a kezelésben való részvételből adódik. A spirituális erőt, amely hittel és reménnyel köti össze az embereket. Az önsegítést és szociális támogatást a sorstársaktól, tapasztalati és kísérő szakértőktől. A stigmatizáció leküzdését, amely a mentális betegségeket és a mentális betegeket megbélyegzi (Lieberman, 2010).

A professzionális segítők szerepe elsősorban a remény megerősödésének támogatása, pozitív identitás erősítése a személyes fejlődés bátorítása, a személyes felelősség vállalás ösztönzése és a jelentés keresés segítése. A mentális zavarral élő személyek felépüléshez vezető útján kiemelkedő szerepük van a tapasztalati és a kísérő szakértőknek¹ is. Az önsegítés ereje kulcsfontosságú a pozitív pszichológiai fejlődésben.

¹ Kísérő szakértők azok a hozzátartozók, akiknek a családjában mentális zavarral élő személy él.

A felépülés tényezőinek ismerete elősegíti a személyre szabott hatékony pszichoszociális rehabilitációt, a felépülésértékekre épülő rehabilitációs szolgáltatást. A felépülés-alapú szemlélet lényeges eleme, hogy a felhasználók a terápia, a kutatás és az oktatás során egyenrangú társaink legyenek és az ő tapasztalatuk, mint tapasztalati evidencia jelenjen meg kutatási eredmények palettáján.

IV. A tézisfűzetben felhasznált irodalmak jegyzéke

Amering M.,Schmolke M. (2009):Recovery in Mental Health Reshaping Scientific and Clinical Responsibilities. Published: Wiley-Blackwell. A John Wiley & Sons, Ltd., Publication 2009

Anthony, W. A. (1993). Recovery from mental illness: The guiding vision of the mental health service system in the 1990s. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 16(4), 11–23. <https://doi.org/10.1037/h0095655>

Bulyáki T., Kaszásné J. I., Gallai I., Harangozó J. (2018): Mi a felépülés? In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki T., Harangozó J. Ébredések Alapítvány, Budapest 2018. pp 7-14

Bulyáki T., Gallai I., Kaszás J. I., Harangozó J., Szabó L.: Felépülés a mentális zavarból. Kézirat

Francis A. (2014): Strengths-based Assessments and Recovery in Mental Health: Reflections from Practice. In.: International Journal of Social Work and Human Services Practice Horizon Research Publishing Vol.2. No.6 Dec, 2014, pp. 264-271

Lieberman, R.P, Kopelowicz , A. (2002): Recovery from schizophrenia: a challenge for the 21st Century. *Internacional Review of Psychiatry* 2002; 14:242-255

Lieberman R.P. (2010): A rehabilitáció a felépülés útja. In: Felépülés a betegségből. A pszichiátriai rehabilitáció kézikönyve. Oriold és Társai, Budapest 2010. pp 1-37

Lieberman R.P. (2010): A pszichiátriai rehabilitáció alapelvei és gyakorlata. In: Felépülés a betegségből. A pszichiátriai rehabilitáció kézikönyve. Oriold és Társai, Budapest 2010. pp 37-89

Slade, M. (2009): Personal Recovery and Mental Illness: A Guide for Mental Health Professionals. *Cambridge University Press*. Cambridge. 2009.

Szabó L. (2014): Felépülés alapú megközelítés. In: Új életvezetési modell a pszichoszociális fogyatékosokkal élők számára a támogatott lakhatásban intézményi férőhelykiváltás. pp.61-65.

http://fszk.hu/wp-content/uploads/2015/09/Eletvezetesi_szolgaltatasi_modell_2014_10.pdf

(Letöltés ideje: 2019. augusztus 5)

Letöltések:

<https://www.nyaprs.org/e-news-bulletins/2018/9/18/recovery-the-conspiracy-of-hope-pat-deegans-1996-call-to-arms-come-hear-pat-this-wednesday-at-the-nyaprs-conference> (Letöltés

dátuma: 2019. augusztus 27

<https://ebredések.hu/rolunk/what-we-do/> (Letöltés dátuma:2019. július 16.).



Nyilvántartási szám: DEENK/94/2021.PL
Tárgy: PhD Publikációs Lista

Jelölt: Bulyáki Tünde
Doktori Iskola: Humán Tudományok Doktori Iskola
MTMT azonosító: 10030862

A PhD értekezés alapjául szolgáló közlemények

Magyar nyelvű könyvek (1)

1. **Bulyáki, T.:** Mentális zavarral élő emberek felépülését támogató pszichoszociális stratégiák. ELTE TÁTK, Budapest, 127 p., 2016. ISBN: 9789632847917

Magyar nyelvű könyvrészletek (4)

2. **Bulyáki, T.:** A közösségi pszichiátria bemutatása: Hogyan segíti elő a közösségi ellátás a mentális zavarral élő személyek felépülését?
In: Tudományos Gondolkodás és kutatás a szociális munkában / Bulyáki Tünde, Rácz Andrea, Talyigas Katalin, Debreceni Egyetem, Debrecen, [Közlésre elfogadva], 1-21, 2021.
3. **Bulyáki, T.,** Harangozó, J., Falloon, I. R. H.: Mentális zavarral élő, megváltozott munkaképességű emberek munkához segítése.
In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Ébredések Alapítvány, Budapest, 363-394, 2018. ISBN: 9786150018096
4. **Bulyáki, T.,** Kaszás, J., Gallai, I., Harangozó, J.: Mi a felépülés?
In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Ébredések Alapítvány, Budapest, 7-14, 2018. ISBN: 9786150018096
5. **Bulyáki, T.,** Gordos, E.: Pszichoszociális fogyatékossgal élő személyek munkarehabilitációja.
In: Kutatási beszámoló a pszichoszociális fogyatékossgal élő személyek társadalmi helyzetét feltáró országos kutatásról. Szerk.: Perlusz Andrea, A Gyógypedagógia Fejlesztéséért Alapítvány, Budapest, 93-107, 2017. ISBN: 9789631285079

Magyar nyelvű tudományos közlemények hazai folyóiratban (2)

6. **Bulyáki, T.,** Kaszás, J., Gallai, I., Harangozó, J., Szabó, L.: Felépülés a mentális zavarból
Alk. Pszichol. Megjelenés alatt (-), 1-12, 2021. ISSN: 1419-872X.
7. **Bulyáki, T.:** Pszichoszociális fogyatékossgal élők és családjaik támogatása, a közösségi pszichiátriai ellátás lehetőségei.
Szociálped. 15, 179-201, 2020. ISSN: 2064-2709.





Idegen nyelvű tudományos közlemények külföldi folyóiratban (1)

8. Tavormina, M. G. M., Tavormina, G., Nemoianni, E., Franza, F., d'Errico, I., Spurio, M. G., Tavormina, R., Zdanowicz, N., De, M. S., Harangozó, J., Nyulászi, A., **Bulyáki, T.**, Urlic, I., Russo, A. L., Agius, M.: Thinking of psychiatric disorders as a 'normal' illness. *Psychiatr. Danub.* 28 (1), 125-131, 2016. ISSN: 0353-5053. IF: 1.232

További közlemények

Magyar nyelvű könyvek (2)

9. Herold, K., **Bulyáki, T.**, Szabóné Csizmadia, M.: Szakmai ajánlás közösségi ellátás pszichiátriai betegek részére. Emberi Erőforrások Minisztériuma, Budapest, 66 p., 2018.
10. Bodrogi, A., Harangozó, J., **Bulyáki, T.**, Falloon, I. R. H.: A közösségi addiktológia kézikönyve. Ébredések Alapítvány, Budapest, 152 p., 2014.

Magyar nyelvű könyvrészletek (10)

11. Falloon, I. R. H., **Bulyáki, T.**: Aktív figyelem módszere a problémák és célok pontos meghatározására.
In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Ébredések Alapítvány, Budapest, 47-54, 2018. ISBN: 9786150018096
12. **Bulyáki, T.**, Szécsi, J.: Paranormatív kihívások.
In: A fiatalok lehetőségeinek kibontakoztatása. Szerk.: Csákvári Judit, Cs. Ferenczi Szílvia, ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar, Budapest, 76-117, 2018. ISBN: 9789637155826
13. Falloon, I. R. H., **Bulyáki, T.**: Problémamegoldás és célkitűzések valóra váltása.
In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Ébredések Alapítvány, Budapest, 59-66, 2018. ISBN: 9786150018096
14. Falloon, I. R. H., **Bulyáki, T.**: Személyes célok kitűzése.
In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Ébredések Alapítvány, Budapest, 15-25, 2018. ISBN: 9786150018096
15. **Bulyáki, T.**: Támogatott lakhatás.
In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Ébredések Alapítvány, Budapest, 355-362, 2018. ISBN: 9786150018096
16. Falloon, I. R. H., **Bulyáki, T.**: Alkalmazzuk az aktív figyelem módszerét a problémák és célok meghatározásához.
In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Ébredések Alapítvány, Budapest, 36-45, 2016. ISBN: 9789631259803





17. **Bulyáki, T.**, Harangozó, J.: Mentális zavarral élő, megváltozott munkaképességű emberek munkához segítése.
In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Ébredések Alapítvány, Budapest, 313-324, 2016. ISBN: 9789631259803
18. Falloon, I. R. H., **Bulyáki, T.**: Problémamegoldás és célkitűzések valóra váltása a felépülés útján.
In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Ébredések Alapítvány, Budapest, 45-52, 2016. ISBN: 9789631259803
19. Falloon, I. R. H., **Bulyáki, T.**: Személyes célok kitűzése a felépülés útján.
In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Ébredések Alapítvány, Budapest, 7-15, 2016. ISBN: 9789631259803
20. **Bulyáki, T.**: Támogatott lakhatás.
In: A közösségi pszichiátria kézikönyve. Szerk.: Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Ébredések Alapítvány, Budapest, 325-329, 2016. ISBN: 9789631259803

Magyar nyelvű tudományos közlemények külföldi folyóiratban (1)

21. Rácz, A., **Bulyáki, T.**, Sík, D., Szécs, J.: Szociális munka és társadalmi mobilitás: gyerekes családok, szenvedélybetegséggel és pszichoszociális akadályozottsággal élők támogatása. *Évkönyv (Újvidéki Egyetem Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar)*. 16 (1), 138-151, 2019. ISSN: 2217-8198.

A közlő folyóiratok összesített impakt faktora: 1,232

A közlő folyóiratok összesített impakt faktora (az értekezés alapjául szolgáló közleményekre): 1,232

A DEENK a Jelölt által az iDEa Tudóstérbe feltöltött adatok bibliográfiai és tudományometriai ellenőrzését a tudományos adatbázisok és a Journal Citation Reports Impact Factor lista alapján elvégezte.

Debrecen, 2021.03.11.



