

POLYÁNKI BALÁZS

## Segítő kapcsolatok lélektana



“TRUE HOME”  
 (“Igazi Otthon”)

**Mottó:**

“a few basic principles can help us to  
improve our dealings with others” /Philip Burnard, 1999/  
“néhány alapelv segíthet jobbá válni  
abban, ahogyan másokkal foglalkozunk” /Philip Burnard, 1999/

***Szemináriumi irodalomjegyzék és ajánlott irodalom***

**Hivatkozások listája**

- 1-McLeod, S. A. (2019). What Is the zone of proximal development? . Simply psychology: Psychology.
- 2-<https://www.simplypsychology.org/Zone-of-Proximal-Development.html>
- 3-<https://blog.kachinahouse.com/the-native-american-healing-hand/>
- 4-<http://spiritlabyrinth.com/hopi-hand.php>
- 5-<https://www.yourdictionary.com/helping-profession>
- 6-Bang, R. (1980): *A segítő kapcsolat*. Tankönyvkiadó, Budapest
- 7-Rogers, C. R. (1977): *The Characteristics of a Helping Relationship*. In: Journal of Counseling and 8-Development, Volume37, Issue1, September 1958, Pages 6-16
- 8-<https://gentwenty.com/seeing-a-life-coach-helped-me-take-the-biggest-leap-of-my-life/>
- 9-Feltham, C.; Dryden, W. (2006): *Brief Counselling. A practical, integrative approach*. 2<sup>nd</sup> edition. Open University Press. USA
- 10-Cole, M; Cole, S. R. (1997): *Fejlődéslélektan*. Osiris Kiadó, Budapest
- 11-Maslow, A. H. (1968): *Toward a psychology of being*. Van Nostrand Inc., Princeton
- 12-Crossman, P. ( 1966). *Permission and protection*. Transactional Analysis Bulletin, 5( 19), 152-154
- 13-O’Connor, J. (2002): *NLP Kézikönyv*. Gyakorlati útmutató kívánt eredményeink eléréséhez. Bioenergetic Kiadó, Budapest
- 14-Atkinson, R. L. et al (1995): *Pszichológia*. Osiris-Századvég, Budapest
- 15-Burnard, P. (1999): *Practical Counselling and Helping*. Routledge, New York, USA
- 16-Jacobs, M. (2003): *Sigmund Freud. Key figures in Counselling and Psychotherapy*. Second Edition. SAGE Publications. London
- 17-Lénárd, F. (1987): *A problémamegoldó gondolkodás*. Akadémiai Kiadó, Budapest
- 18-Rogers, J. (2004): *Coaching Skills: A Handbook*. Open University Press. New York, USA
- 19-Corney, R.; Kenkins, R. (edit.) (1993): *Counselling in General Practice*, Routledge, New York, USA
- 20-Velleman, R.; Aris, S. (2010): *Counselling and Helping*. Second Edition. BPS Blackwell, UK

- 21-McLeod, J. (2003): *An Introduction to Counselling*. Third Edition. Open University Press, New York, USA  
22-Bang, R. (1980): *A segítő kapcsolat*. Tankönyvkiadó, Budapest  
23-Bang, R. (1980): *A célzott beszélgetés*. Tankönyvkiadó, Budapest

### **További ajánlott irodalom segítő foglalkozásúak számára**

- 1-Watzlawick, P.; Weakland, J. H. Fisch, R. (2008): *Változás - A problémák keletkezésének és megoldásának elvei*. Animula Kiadó, Budapest  
2-Szilágyi, V. (1983): *Együttérzés, önzetlenség, felelősség*. Második kiadás. Tankönyvkiadó, Budapest  
3-Singer, M. (2016): *Vigasztalódás a gyászban. A haláleset és válás utáni veszteség feldolgozása*. Második kiadás. Jaffa Kiadó, Budapest.  
4-Vikár, Gy. (1980): *Az ifjúkor válságai*. Gondolat Kiadó, Budapest.  
5-Tomcsányi, T.; Fodor, L.; Kónya, O. (1990): Altruizmus, segítő szindróma, érett segítő identitás. In: *Psychiatria Hungarica, V. (1990) 3. 213-222.*  
6-Molnár, P.; Csabai, M. (1994): *A gyógyítás pszichológiája*. Springer Hungarica, Budapest  
7-Kulcsár, Zs. (1998): *Egészségpszichológia*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest  
8-Hézsér, G. (1996): *Miért? Rendszerszemlélet és lelki gondozói gyakorlat. Pasztorálpszichológiai tanulmányok*. Kálvin Kiadó, Budapest  
9-Fekete, S. (1991): Segítő foglalkozások kockázatai. Helfer szindróma és burnout jelenség. In: *Psychiatria Hungarica, VI. (1991) 1. 17-29.*  
10-Máté, G. (2013): *Szétszórt elmék. A figyelemhiány zavar új gyógymódja*. Libri Kiadó, Budapest.  
11-Buda, B. (1988): *A közvetlen emberi kommunikáció szabályszerűségei*. Harmadik, átdolgozott és bővített kiadás, Tömegkommunikációs Kutatóközpont, Budapest  
12-Csíkszentmihályi, M. (1997): *Flow. Az áramlat. A tökéletes élmény pszichológiája*. Akadémiai Kiadó, Budapest  
13-Czeplédi, E.; Tandarai-Kovács, M. (2019): A kiégés előfordulása és megelőzési lehetőségei ápolók körében. In: *Orvosi Hetilap, Vol 160, Issue 1, https://doi.org/10.1556/650.2019.30856*  
14-Pilling, J. (2019): *Orvosi kommunikáció a gyakorlatban*. Második kiadás. Medicina Kiadó, Budapest  
15-Buda, B. (2018): *Mentálhigiéné tanulmánygyűjtemény*. Animula Kiadó, Budapest  
16-Buda, B. (2003): *A lélek egészsége. A metálhigiéné alapkérdései*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest  
17-Durkó, M. (1980): *A felnőttnevelés és népművelés pszichológiai és andragógiai kérdései* (Szöveggyűjtemény külföldi szakirodalomból). Tankönyvkiadó, Budapest  
18-Tringer, L. (2007): *A gyógyító beszélgetés*. Medicina Kiadó, Budapest  
19- Ritoókné, Á. M. (1998): *A tanácsadás pszichológiája*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest  
20- Gordon, T. (1990): *Szülői hatékonyság tréning*. Gondolat, Bp  
21- Bagdy E. (1986): *Családi szocializáció és személyiség zavarok*. Tankönyvkiadó, Budapest  
22-Dávid, M.; Gefferth, É.; Nagy, T.; Tamás, M. (2014): *Mentorálás a tehetség gondozásban*. Géniusz Könyvek. Magyar Tehetségsegítő Szervezetek Szövetsége, Budapest

### **Kapcsolat és információ:**

Polyánki Balázs  
(+36) 70 620 6078  
[segito@segitokapcsolatok.hu](mailto:segito@segitokapcsolatok.hu)  
[www.segitokapcsolatok.hu](http://www.segitokapcsolatok.hu)