ALAPKÉPZÉS ÓRARENDJE

SE-SZTOK/2026.II./00042

B évfolyam

2026. szeptember 4.	Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó
9:00-10:30	Tanévnyitó; Bemutatkozások; Az évfolyam megalakulása
10:45-12:15	Ismerkedés a Mesetár meséivel; A mesék hetes rendszere a népmesétől a műmeséig
13:15-14:45	A mese történeti gyökerei; Mese és mítosz kapcsolata
15:00-16:30	A népmesék gyógyító világképe; A hét meserégió azonosságai és különbségei; A keleti és az európai mesék különbségei folklorisztikai szempontból

2026. szeptember 5.	Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó
9:00-10:30	A mesetípusok folklorisztikai rendszere I. Állatmese, varázsmese, legendamese, novellamese
10:45-12:15	A mesetípusok folklorisztikai rendszere II. Ördögmese, csúfolómese, tréfás mese, hazugságmese, formulamese
13:15-14:45	A mesekalauz-módszer
15:00-16:30	A mesekalauz-módszer gyakorlása

ALAPKÉPZÉS ÓRARENDJE

SE-SZTOK/2026.II./00042

B évfolyam

2026. szeptember 6. **Oktató: Luzsi Margó**

9:00-10:30	A mesemondó mint otthon- és világteremtő; A mese mint kapcsolati háló
10:45-12:15	Mesemondói stílusok, attitűdök, lehetséges hibák Mesemondói identitásmodellek, szerepfelfogások
13:15-14:45	A történethallgatási transz A mesemondó mint terapeuta – A terapeuta mint mesemondó
15:00-16:30	A mesemondó szabadsága; Meseismeret, repertoár; Mesemondási gyakorlatok

ALAPKÉPZÉS ÓRARENDJE

SE-SZTOK/2026.II./00042

B évfolyam

2026. október 17. — Oktatók: Dr. Boldizsár Ildikó, Dr. Nagy Emőke

9:00-10:30	A meseterápia és a mesék terápiás használata közötti különbség A Metamorphoses Meseterápiás Módszer alapjai **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
10:45-12:15	A Metamorphoses Meseterápiás Módszer rendszere A mesékkel való terápiás munka lehetőségei – a MMM hét szintje **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
13:15-14:45	A történet mint erőforrás (A történetmesélés ereje) A narratív pszichológia és a metamorphoses-meseterápia különbségei **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
15:00-16:30	A rítusok szerepe a meseterápiában; A liminalitás szerepe a meseterápiában **Oktató: Dr. Nagy Emőke**

2026. október 18. — Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó

9:00-10:30	Módszerdemonstráció - Saját élmény I.
10:45-12:15	Módszerdemonstráció - Saját élmény II.
13:15-14:45	Preventív mesefoglalkozások tervezésének elmélete – A világkép-módszer
15:00-16:30	Preventív mesefoglalkozások tervezésének gyakorlata

MÁSODIK MODUL ÓRARENDJE

SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS NÉP- ÉS MŰMESÉKKEL

B évfolyam

Dátum: 2027. január 8. — **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó, Szirtesi-Nagy Réka**

Elméleti alapok

9:00-10:30	A mesék lélektani és terápiás hatásai A népmesei műfajcsoportok terápiás lehetőségei **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
10:45-12:15	A mesékkel való személyiségfejlesztés hét lehetősége **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
13:15-14:45	A mesemotívumokban rejlő lehetőségek I. A hőssel való munka lehetőségei a meseterápiában – Gyakorlat **Oktató: Szirtesi-Nagy Réka**
15:00-16:30	A mesemotívumokban rejlő lehetőségek II. – Gyakorlat Énerősítő és énvédő minták az állatmesékben **Oktató: Szirtesi-Nagy Réka**

Dátum: 2027. január 9. — **Oktatók: Dr Boldizsár Ildikó, Dr. Virag Heuegger**

A segítő beszélgetés és a mesemotívumokban rejlő terápiás lehetőségek

9:00-10:30	A MMM harmadik szintje: A segítő beszélgetés (mesecoaching) Önismeret meséken keresztül **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
10:45-12:15	Segítő beszélgetés I. Elmélet és gyakorlat A Metamorphoses Mesekártya alaphasználata **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
13:15-14:45	A segítő beszélgetés II. Meseterápiás-mesedobozok készítésének elmélete **Oktató: Dr. Virag Heuegger**
15:00-16:30	Meseterápiás-mesedobozok készítésének gyakorlata **Oktató: Dr. Virag Heuegger**

Boldizsár Ildikó
Nemzetközi Meseiskolája

MÁSODIK MODUL ÓRARENDJE

SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS NÉP- ÉS MŰMESÉKKEL

B évfolyam

Dátum: 2027. január 10.	**Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó, Szirtesi-Nagy Réka**
	A műmese
9:00-10:30	A nép-és műmesék poétikai és terápiás különbségei Kognitív viselkedésterápia támogatása műmesékkel **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
10:45-12:15	Műmese-kalauz elmélete és gyakorlata Intelligenciaterületek fejlesztése műmesékkel – Gyakorlat **Oktató: Szirtesi-Nagy Réka**
13:15-14:45	Műmese-saját élmény papírszínházzal - Gyakorlat **Oktató: Szirtesi-Nagy Réka**
15:00-16:30	A műmesére épülő foglalkozások tervezésének elmélete és gyakorlata **Oktató: Szirtesi-Nagy Réka**

MÁSODIK MODUL ÓRARENDJE

SZEMÉLYISÉGFEJLESZTÉS NÉP- ÉS MŰMESÉKKEL

B évfolyam

Dátum: 2027. január 30. **Oktatók: Peer Krisztina, Soós Dóra**

A befogadók – Meseterápia gyerek- és kamaszkorban

9:00-10:30	Hogyan vihető testbe a mese? Testtudatosító mesefoglalkozások kisgyerekkorban. Testérzetek és mesei szimbólumok **Oktató: Soós Dóra**
10:45-12:15	Hogyan nyitható meg testben a mese? Kamaszok identitásfejlődésének támogatása mesékkel **Oktató: Soós Dóra**
13:15-14:45	Élethosszig tartó fejlődés Erikson modell-elmélete és a meseterápia tükrében **Oktató: Peer Krisztina**
15:00-16:30	Életkori sajátosságok és atipikus gyerekek a mesecsoportban **Oktató: Peer Krisztina**

Dátum: 2027. január 31. **Oktatók: Dr. Boldizsár Ildikó, Szirtesi-Nagy Réka**

Meseterápiás műhelymunka – Többalkalmas személyiségfejlesztő mesefoglalkozások tervezésének elmélete és gyakorlata

9:00-10:30	Felnőtt életfordulók és életszakaszok támogatása mesékkel **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
10:45-12:15	Kompetenciák és mesék **Oktató: Szirtesi-Nagy Réka**
13:15-14:45	Módszerdemonstráció – Saját élmény Személyiségfejlesztő népmesefoglalkozások tervezésének elmélete **Oktató: Szirtesi-Nagy Réka**
15:00-16:30	Személyiségfejlesztő népmesefoglalkozások tervezésének gyakorlata Foglalkozástervezések (Gyakorlat) **Oktató: Szirtesi-Nagy Réka**

Boldizsár Ildikó
Nemzetközi Meseiskolája

HARMADIK MODUL ÓRARENDJE

MESETERÁPIA KRÍZISHELYZETEKBEN – REZILIENCIA ERŐSÍTÉSE MESÉKKEL

B évfolyam

Dátum: 2027. április 9. — **Oktatók: Dr. Boldizsár Ildikó, Csábi Orsolya**

Mesék és krízisek kapcsolata

9:00-10:30	Alapfogalmak Krízis, reziliencia, rizikófaktor, vészrugalmassági minta, kiegyenlítő modell, védőfaktor modell **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
10:45-12:15	Életválságok meséi: a krízis, a reziliencia és a mesék kapcsolata A reziliencia fejlesztésének meseterápiás lehetőségei **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
13:15-14:45	Reziliencia-kártya elkészítése A reziliencia-skála elmélete **Oktató: Csábi Orsolya**
15:00-16:30	Reziliencia-mesekalauz elmélete és gyakorlata **Oktató: Csábi Orsolya**

Dátum: 2027. április 10. — **Oktatók: Dr. Boldizsár Ildikó, Dr. Rostás Rita, Csábi Orsolya**

Rizikófaktorok és megküzdési stratégiák

9:00-10:30	A mesehős mint reziliens személy **Oktató: Rostás Rita**
10:45-12:15	Rizikófaktorok a mesékben és a valóságban A rizikófaktor mint fejlődési lehetőség **Oktató: Dr. Rostás Rita**
13:15-14:45	Megküzdési stratégiák a mesékben **Oktató: Dr. Rostás Rita és Csábi Orsolya**
15:00-16:30	A mesebeli ellenfél és a rizikófaktor közötti hasonlóságok és különbségek **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**

HARMADIK MODUL ÓRARENDJE

MESETERÁPIA KRÍZISHELYZETEKBEN – REZILIENCIA ERŐSÍTÉSE MESÉKKEL

B évfolyam

Dátum: 2027. április 11. **Oktatók: Dr. Boldizsár Ildikó, Révész Renáta Liliána**

Védőfaktorok I.

9:00-10:30	Veszteség- és gyászfeldolgozás mesékkel **Oktató: Révész Renáta Liliána**
10:45-12:15	Védőfaktorok a gyász szakaszaiban **Oktató: Révész Renáta Liliána**
13:15-14:45	A védőfaktorok és a mesei műfajcsoportok kompatibilitása Milyen védőfaktorok kiépítésére alkalmasak az egyes mesetípusok **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
15:00-16:30	A varázstárgyak szerepe a védőfaktorok kialakításában Univerzális értékek és mesebeli segítők mint védőfaktorok **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**

HARMADIK MODUL ÓRARENDJE

MESETERÁPIA KRÍZISHELYZETEKBEN – REZILIENCIA ERŐSÍTÉSE MESÉKKEL

B évfolyam

Dátum: 2027. április 24. **Oktatók: Mészáros Piroska, Tátrai Vanda**

Védőfaktorok II.

9:00-10:30	Táltospótló, Lejtőszappanozó és a három szörnyek: A függőség – felépülés köre és az ehhez illeszthető népmesei motívumok **Oktató: Mészáros Pirosa**
10:45-12:15	A függőség – felépülés köre és az ehhez illeszthető népmesei motívumok használata a gyakorlatban **Oktató: Mészáros Piroska**
13:15-14:45	A környezettel való kapcsolat mint védőfaktor A mesék szerepe a természetkapcsolat helyreállításában. **Oktató: Tátrai Vanda**
15:00-16:30	Ökológiai kapcsolódást segítő meseterápiás foglalkozások tervezése és vezetése **Oktató: Tátrai Vanda**

Dátum: 2027. április 25. **Oktatók: Dr. Boldizsár Ildikó, Révész Renáta Liliána, Csábi Orsolya**

Krízisrendező meseterápiás műhelyek tervezése

9:00-10:30	Saját élmény Reziliencia-fókuszú mesefoglalkozás II. Védőfaktor-kiépítés **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
10:45-12:15	Saját élmény Reziliencia-fókuszú mesefoglalkozás I. Rizikófaktor semlegesítése **Oktató: Révész Renáta Liliána**
13:15-14:45	A reziliencia-fókuszú (krízisrendező) meseterápiás műhelyek tervezésének elmélete és gyakorlata – kiscsoportos tervezés **Oktató: Csábi Orsolya**
15:00-16:30	Megosztás, értékelés, a harmadik modul zárása **Oktató: Csábi Orsolya**

NEGYEDIK MODUL ÓRARENDJE

MESETERÁPIÁS CSOPORTOK ÉS EGYÉNI MESETERÁPIA VEZETÉSÉNEK ELMÉLETE ÉS GYAKORLATA

B évfolyam

Dátum: 2027. június 26.	**Oktatók: Hunya Csilla, Dr. Nagy Emőke, Szirtesi-Nagy Réka**
Saját élményű mesecsoport kiscsoportos formában	
9:00-10:30	A beléptetés funkciója mesecsoportban
10:45-12:15	Alkotó meseterápia mesecsoportban
13:15-14:45	Objektív mesemátrix készítése
15:00-16:30	Szubjektív mesemátrix készítése

Dátum: 2027. június 27.	**Oktatók: Hunya Csilla, Dr. Nagy Emőke, Szirtesi-Nagy Réka**
Saját élményű mesecsoport kiscsoportos formában	
9:00-10:30	A mese külső térképe
10:45-12:15	A mese belső térképe
13:15-14:45	A külső és belső térkép összehangolása a csoporttagok közreműködésével
15:00-16:30	A kiléptetés funkciója mesecsoportban

NEGYEDIK MODUL ÓRARENDJE

MESETERÁPIÁS CSOPORTOK ÉS EGYÉNI MESETERÁPIA VEZETÉSÉNEK ELMÉLETE ÉS GYAKORLATA

B évfolyam

Dátum: 2027. július 2. **Oktatók: Dr. Boldizsár Ildikó, Hunya Csilla**

A meseterápiás csoportok elméleti és gyakorlati megközelítése

9:00-10:30	Meseterápiás csoportok általános jellemzői **Oktató: Hunya Csilla**
10:45-12:15	Csoportvezetés-elmélet **Oktató: Hunya Csilla**
13:15-14:45	Mesemátrix-elmélet és gyakorlat; Pár- és családterápia meseterápiás eszközökkel **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**
15:00-16:30	A nonverbális és verbális alkotó meseterápia szerepe mesecsoportokban **Oktató: Dr. Boldizsár Ildikó**

Dátum: 2027. július 3. **Oktatók: Dr. Boldizsár Ildikó**

Az egyéni meseterápia elméleti alapjai

9:00-10:30	A varázsmese morfológiai jellemzői egyéni terápiás folyamatokban A hét állandó szereplő és a 31 funkció szerepe egyéni meseterápiában
10:45-12:15	A tudatváltó pont szerepe egyéni meseterápiában A helyszínek jelentősége egyéni terápiás folyamatokban
13:15-14:45	A mesemandala és a yantra használata egyéni meseterápiában
15:00-16:30	A segítő szerepkörének jelentősége egyéni meseterápiás folyamatokban

NEGYEDIK MODUL ÓRARENDJE

MESETERÁPIÁS CSOPORTOK ÉS EGYÉNI MESETERÁPIA VEZETÉSÉNEK ELMÉLETE ÉS GYAKORLATA

B évfolyam

Dátum: 2027. július 4. **Oktatók: Dr. Boldizsár Ildikó**

Az egyéni meseterápia gyakorlata

9:00-10:30	Egyéni terápiák vezetésének forgatókönyve
10:45-12:15	A terápiás mese kiválasztásának 12 lépcsős folyamata
13:15-14:45	Esetfelvétel – Módszerdemonstráció
15:00-16:30	Gyakorlás A képzés zárása