

# Etikai és módszertani irányelvek

## Képzés megnevezése

RESTART Módszertani továbbképzés krónikus fáradtsággal élő betegek támogatására – Pacing technika, életmódprogram, edukáció

## Képzés kimenetele

A képzés a Felnőttképzési Adatszolgáltatási Rendszerben (FAR) nyilvántartott, tanúsítványt adó kompetenciafejlesztő módszertani képzés.

A képzés kompetenciafejlesztő jellegű, nem minősül szakképesítést adó képzésnek és nem jogosít egészségügyi tevékenység végzésére.

## 1. A dokumentum célja

Jelen dokumentum célja, hogy meghatározza a „RESTART Módszertani továbbképzés krónikus fáradtsággal élő betegek támogatására – Pacing technika, életmódprogram, edukáció” nevű képzésének szakmai és etikai kereteit azon szakemberek számára, akik a mentorprogram szemléletét edukációs céllal kívánják alkalmazni krónikus fáradtsággal élő személyek támogatásában.

## 2. A mentorprogram jellege

A RESTART Módszertani továbbképzés alapját adó RESTART Mentorprogram egy edukációs és szemléletformáló életmódprogram, amely a Pacing technika – a rendelkezésre álló egyéni energiaszint tudatos beosztásának – elméleti és gyakorlati alapjait ismerteti.

A mentorprogram:

- nem minősül egészségügyi szolgáltatásnak,
- nem diagnosztikus vagy terápiás jellegű,
- nem helyettesíti az orvosi ellátást.

A tanfolyam anyagát képező program edukatív jellegű, és nem irányul az egészségi állapot közvetlen befolyásolására vagy annak megváltoztatására.

### 3. A segítő szerepe és kompetenciahatárai

A képzést elvégző szakember:

- ✓ edukációs és támogató szerepben működik
- ✓ segíti a kliens állapotának jobb megértését
- ✓ támogatja az életmódbeli alkalmazkodást

A szakember nem jogosult:

- diagnózis felállítására,
- terápiás vagy kezelési terv meghatározására vagy módosítására,
- a kezelőorvosi javaslatok felülbírálására,
- a Pacing technika valamint a program összetevőinek előíró, nem egyénre szabott alkalmazására.

A kliens állapotának súlyosságára, stádiumára vagy terhelhetőségére vonatkozó megítélés minden esetben orvosi kompetencia, amely nem a segítő szakember feladata.

A mentorprogram módszereinek alkalmazása minden esetben:

- az egyéni állapothoz igazított
- a kliens döntésén alapuló
- az egészségügyi ellátással összehangolt folyamat

A módszerek alkalmazása szükség esetén a kezelőorvossal egyeztetve történik.

### 4. Etikai alapelvek

A segítő szakember a mentorprogram alkalmazása során az alábbi elvek mentén jár el:

- Autonómia tisztelete – a kliens döntéseinek tiszteletben tartása
- „Ne árts” elve – a túlterhelés és állapotromlás megelőzése
- Kompetenciahatárok betartása
- Őszinte kommunikáció – a módszer lehetőségeinek és korlátainak egyértelmű jelzése
- Együttműködés az egészségügyi ellátással

## 5. A mentorprogram alkalmazásának keretei

A RESTART Mentorprogram és a Pacing technika alkalmazása során kiemelt jelentőségű:

- az egyéni energiaszint folyamatos figyelemmel kísérése,
- a terheléshez való rugalmas alkalmazkodás,
- a túlterhelés elkerülése,
- a fokozatosság elve.

A mentorprogram összetevői és a Pacing technika nem alkalmazható egységes protokollként, minden esetben személyre szabást igényel.

A módszerek alkalmazása során a kliens aktuális állapota és terhelhetősége kiemelt figyelmet igényel.

## 6. Felelősségi keretek

A képzést elvégző segítő szakember a tevékenységét saját szakmai felelőssége mellett végzi. A mentorprogram összetevőinek alkalmazása minden esetben a kliens egyéni döntésén alapul, amelynek következményeiért a kliens saját felelősséget vállal.

A RESTART Mentorprogram szerzője nem vállal felelősséget:

- a módszer egyéni alkalmazásáért,
- a szakember által végzett tevékenységért,
- az ebből fakadó következményekért.

## 7. Záró rendelkezés

A RESTART Mentorprogram és a RESTART Módszertani továbbképzés célja a krónikus fáradtsággal élő személyek támogatásának elősegítése edukatív és szemléletformáló keretek között, a szakmai határok egyértelmű megtartásával.

Budapest, 2026. április 6.

**Balajtiné Bartha Henriett Eszter (Bartha H. Eszter)**

a RESTART Mentorprogram szerzője

Jelen dokumentum elektronikus aláírással hitelesített.