



F. Takács István

PORTFÓLIÓ

www.f2f.hu

Bemutakozás

Már gyerekként is **pedagógus** akartam lenni. Egyetem kezdtem oktatni, majd jó tíz évig tanítottam biológiát. Ezután fordultam a segítő szakma felé. Ma **pszichológusként** dolgozom, munkámat pedig a **pedagógiában** és az **élettudományokban** szerzett tapasztalataim is meghatározzák.

Az egyéni tanácsadás mellett egyetemeken oktatok, tréningeket tartok és gyakran nyilvánulok meg szakértőként is.



Tanulmányok

Az önfejlesztés és a kutatás kiemelt helyen szerepel az életemben. Jelenleg CBT-tanfolyamot végzek a **Semmelweis Egyetemen**. Ezzel párhuzamosan jelenleg PhD-hallgató vagyok a **Szegedi Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskolájában**.

2024 - 2026

Semmelweis Egyetem

Kognitív viselkedésterapeuta képzés

2023 - 2027

Szegedi Tudományegyetem

Neveléstudományi Doktori Iskola

2019 - 2021

Szegedi Tudományegyetem

Pszichológia MA

2016 - 2017

Business Coach Kft.

Business coach képzés

2016 - 2019

Károli Gáspár Református Egyetem

Viselkedéselemző BA

2002 - 2008

Szegedi Tudományegyetem

Biológia MSc

Pszichológiai Tanácsadás

Egyéni folyamatokat tartok a következő témákban: önismeret, személyes elakadás, szorongás, kiégés, párkapcsolati problémák, munka és magánélet egyensúly, életvezetési nehézségek, családi gondok, konfliktuskezelés. További részletek az egyéni munkáimról **[ezen a honlapon](#)**.



Film

2021-től foglalkozom fikciós filmes produkciók pszichológiai tanácsadásával. Elsősorban a forgatókönyvfejlesztés során felmerülő karakteralkotásban kérik a segítségemet. De több filmforgatáson is voltam már jelen személyesen, a fotón látható filmben pedig a castingfolyamatot is pszichológiai tanácsokkal segítettem.



Film

A *Mikor hazudtam?* című nagyjátékfilmet fejlesztési folyamatát pszichológus szakértőként kísértem végig, erre **Hevér Lóránt** rendező kért fel. A film bejutott a Nemzeti Filmintézet 10. Inkubátor Program döntőjébe. Az alkotói folyamatról a rendező **ebben a cikkben** részletesen is beszélt. A pszichothriller fejlesztésében **Tasnádi István** és **Jeli Viktória** forgatókönyvírók segítségére voltam.



Azt beszéljük

2025 őszén indult az Azt beszéljük című heti talkshow a Dunán. A műsorban 9 állandó vendég szerepel, **ebbe a műsorba** állandó pszichológus suakártóként kért fel a közmédia.

A műsor indulásakor ezt nyilatkoztam: „*Finom intelligencia és humorérzék szükséges egy ilyen műsorban való szerepléshez. Véleményezni felelősség, hiszen hatással lehet a néző, hallgató gondolkodására. Izgalmas feladat minőségi módon szórakoztatni másokat*”.



azt beszéljük



DUNA

minden vasárnap
18:45-kor a Dunán

Média

A következő műsorokban szerepelek rendszeresen:

Családi Kör, Családbarát, Almárium, Delta, Multiverzum, Ridikül, Petőfi TV, RTL Reggeli, Fókusz, Valódi Nők, Sláger Reggel.

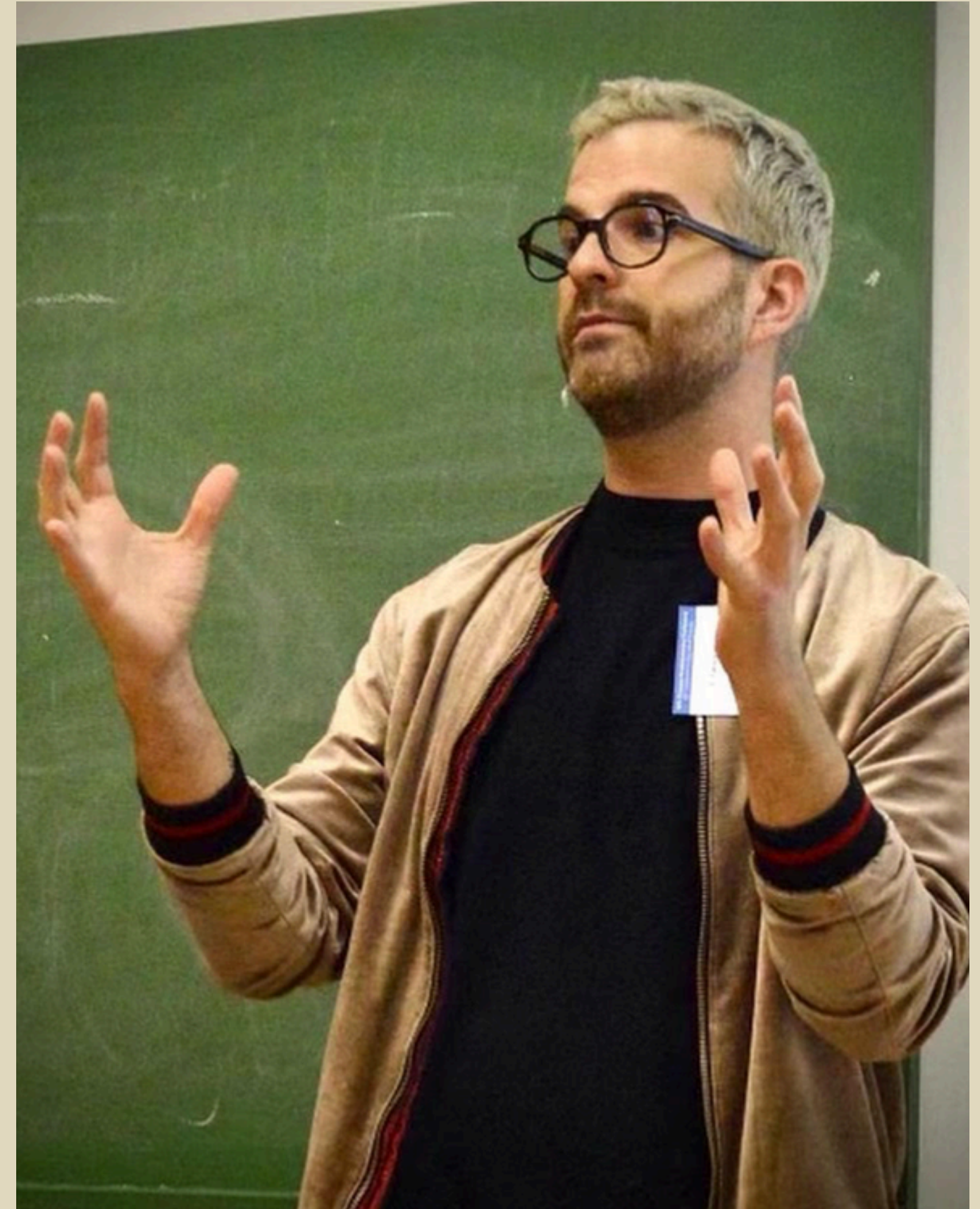
Televíziós tartalmaim videós formában visszaneézhetők saját **youtube csatornámon**.



Tudományos Tevékenység

Rendszeresen veszek részt konferenciákon:
**Országos Neveléstudományi Konferencia,
Pedagógiai Értékelési Konferencia, Kutató
Tanárok Konferenciája, Magyar Pszichiátriai
Társaság Vándorgyűlés.**

Cikkeim az alábbi helyeken jelentek meg:
**Magyar Pedagógia, Iskolakultúra, Biológia
Tanítása**





Pszichodukáció

Pszichológusként elsősorban önismeret, önbizalom, konfliktuskezelés, párkapcsolatok, stresszkezelés témájában tartok előadásokat. Kiemelten foglalkozom a generációs különbségekkel, a közösségi média hatásaival és a mesterséges intelligencia kihívásaival.



Tréningek

Önismeret, önfejlesztés, stresszkezelés, érzelmi intelligencia, asszertivitás és konfliktuskezelés, együttműködés és kommunikáció, motiváció és siker, stratégia és célképzés, pályaorientáció, idő- és feladatmenedzsment.



Számokban

Az első egyetemi képzésem elvégzése után azonnal tanársegédként helyezkedtem el. Középiskolákban és egyetemeken is tanítottam. Végig fontos fókusza volt az életemnek a tudományosság, a művészet és a kutatás.



200+
tréning

6000+
egyéni ülés

10 000+
iskolai, egyetemi óra

Kontakt

TELEFON

+3670 453 3695

MAIL

ftakacs.istvan@f2f.hu

WEB

www.f2f.hu

YOUTUBE

www.youtube.com/@f.takacsistvan3197

IMDB

www.imdb.com/name/nm16120732

