

Tantárgy neve	Életvitel kompetenciákat fejlesztő tréning
Tantárgy kódja	TKB1206
Meghirdetés féléve	2
Kreditpont	2
Összóraszám (elm+gyak)	0+2
Számonkérés módja	gyakorlati jegy
Előfeltétel (tantárgyi kód)	-
Tantárgyfelelős neve	Vassné dr. Figula Erika
Tantárgyfelelős beosztása	főiskolai tanár
Tantárgyfelelős tanszék kódja	TK

1. A tantárgy elsajátításának célja:

A hallgatók alkalmassá tétele a pedagógusszerephez tartozó életviteli kompetenciákat igénylő feladatok ellátására.

2. Tantárgyi program:

A szociális érzékenység fejlesztése: önfogadás és a másik személy elfogadása, a szociális decentráls gyakorlása. A kommunikációs képességek fejlesztése. Kapcsolatteremtés és kapcsolatkeresés. Az érdeklődés és az őszinte figyelem gyakorlása a társas hatékonyság fejlesztésében. A biztonságra törekvés. Kooperabilitás, befolyásolás, meggyőzés és problémamegoldás. Törekvés és képesség az események kézben tartására: bizalom és önbizalom. Stressz és megküzdési módok.

3. Évközi tanulmányi követelmények: saját élményű gyakorlatok, aktív részvétel.

4. A megszerzett ismeretek értékelése: gyakorlati jegy

5. Az értékelés módszere: a „pszichológiai jelenlét” alapján.

6. Az ismeretek, készségek és kompetenciák elsajátításához rendelkezésre álló segédanyagok: strukturált és nem strukturált gyakorlatok, kérdőívek, tesztek.

7. Kötelező, ajánlott irodalom

Koncz István (1994): Önkifejezési és kommunikációs készségfejlesztés. KLTE, Debrecen.

Oláh Attila (2005): Érzelmek, megküzdés és optimális élmény. Belső világunk megismerésének módszerei. Trefort Kiadó, Budapest.

Rudas János (1990): Delphy örökösei. Gondolat Kiadó, Budapest.