

Tárgytematika / Course Description Személyiségfejlesztés

ALTMPA1011

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: Fehér Ágota Judit

Félév / Semester: 2023/24/1

Beszámolási forma /

Assesment: Folyamatos számonkérés

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 0/0/0

Tárgy féléves óraszám /

Teaching hours(sem.): 9/0/0

OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

Alapvető önismereti technikák csoportszintű megismerése, önreflexió fejlesztése.
A csoportdinamika aktív megélése.

TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

I. Blokk

Szociometriás játékok.

A résztvevők ekkor még kevésbé ismerik egymást - kapcsolatfelvétel, kommunikációs módok és szituációk személyes megélése a résztvevői által.

Az óra végén verbális feldolgozás.

II. Blokk

A csoporton belül megindul a belső dinamika.

Ennek felerősítése mozgásos játékokkal.

Utána részletes megbeszélés.

III. Blokk

Kifejezetten páros, már a felépült bizalmi helyzetre alapozó gyakorlatok.

A csoport búcsúzik - elköszönés egymástól.

SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

A tréning során mutatott nyitottság, kreatív aktivitás értékelése. Önreflektív képesség fejlődésének felmérése. A tréningen elhangzott alapvető pszichológiai fogalmak számonkérése.

Az értékelés 1-5-ig terjedő érdemjegyekkel történik.

KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

Tankönyvek, kötelező irodalom:

Buda B. & Füredi J. (szerk).(1989). *A neurosis változó arca*. Budapest: Medicina Kiadó.

Ajánlott irodalom:

Riemann F. (1998). *A szorongás alapformái*. Budapest: Háttér Kiadó.

Fromm E. (1993). *A szeretet művészete*. Budapest: Háttér Kiadó.

Csikszentmihályi M. (2013). *Flow. Az áramlat*. Budapest: Akadémiai Kiadó.

AJÁNLOTT IRODALOM / RECOMMENDED MATERIAL