

Tárgytematika / Course Description Szociális kompetenciák

SAPL_VMTM624

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: dr. Rámháp Szabolcs

Félév / Semester: 2024/25/1

Beszámolási forma /

Assesment: Folyamatos számonkérés

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 0/0/0

Tárgy féléves óraszám /

Teaching hours(sem.): 20/0/0

OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

A képzés célja, hogy a résztvevők olyan szociális készségeket sajátítsanak el, amelyek elősegítik a hatékony és harmonikus együttműködést. A képzés keretében a résztvevők fejlesztik empatikus képességeiket, hogy jobban megértsék és támogassák társaikat. A konfliktuskezelési technikák elsajátításával megtanulják, hogyan oldják meg konstruktívan a nézeteltéréseket. Az önismereti gyakorlatok révén mélyebb megértést nyernek saját erősségeikről és gyengeségeikről. A motivációs készségek fejlesztésével képesek lesznek ösztönözni önmagukat és társaikat a célok elérésére. Az alkalmazkodási képességek javításával pedig rugalmassá válnak a változó körülmények és kihívások kezelésében. A résztvevők képzés során az elméleti alapok áttekintése után esettanulmányokon, szituációs feladatokon és gyakorlati példákon keresztül tanulják meg alkalmazni a megszerzett tudást.

TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

1. Képzési blokk – Önismeret és empátia

A képzési blokk célja, hogy a résztvevők megismerjék saját érzelmi működésüket, erősségeiket és gyengeségeiket, valamint empatikus készségeik fejlesztésével képesek legyenek mások érzelmi állapotának felismerésére és megértésére.

- Az önismeret jelentősége a szakmai fejlődés szempontjából
- Az empátia fontossága az emberi kapcsolatokban
- Az érzelmek felismerése, megértése és kezelése

2. Képzési blokk – Motiváció és ösztönzés

A képzési blokk célja, hogy a résztvevők megértsék a motiváció belső és külső forrásait, valamint megtanulják, hogyan ösztönözhetik magukat és másokat céljaik elérése érdekében.

- A motiváció fogalma, típusai
- Motiváció fenntartása a célok eléréséig
- Ösztönzőrendszerek kialakítása

3. Képzési blokk – Csapatmunka és konfliktuskezelés

A képzési blokk célja, hogy a résztvevők megtanulják a konfliktusok felismerését és kezelését, amely elengedhetetlen a harmonikus és produktív együttműködéshez.

- Csapatmunka dinamikája és fejlesztése

b) Az eredményes csapatépítés eszközei

c) A konfliktusok okai és típusai

d) Konfliktuskezelési stílusok

4. Képzési blokk - Alkalmazkodás és rugalmasság

A képzési blokk célja, hogy a résztvevők megtanulják, hogyan válhatnak rugalmasabbá a stresszes és bizonytalan helyzetekben, valamint hogyan alkalmazkodjanak gyorsan és hatékonyan az új környezetekhez és változó elvárásokhoz.

a) Az ismeretlen helyzetekhez való alkalmazkodás képessége

b) Gyakorlatias stresszkezelési technikák

c) Nyitott hozzáállás kialakítása

SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

Képzés végén online vizsga 5 fokozatú értékeléssel

KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

AJÁNLOTT IRODALOM / RECOMMENDED MATERIAL