

TANTÁRGYADATLAP

1. A képzési program adatai

1.1 Felsőoktatási intézmény	Babeş-Bolyai Tudományegyetem, Kolozsvár
1.2 Kar	Pszichológia és Neveléstudományok Kar
1.3 Intézet	Alkalmazott Pszichológia Intézet
1.4 Szakterület	Pszichológia
1.5 Képzési szint	Alapképzés (Licenz)
1.6 Szak / Képesítés	Pszichológia – magyar nyelven Pszichológus/ Képesítés kód: L060080010
1.7. Oktatási forma	Távoktatás

2. Tantárgy adatai

2.1. A tantárgy neve		Szakmai gyakorlat 1				A tantárgy kódja		PLM2112	
2.2. Az előadásért felelős tanár neve – tantárgyfelelős				Dr. Póka Tünde					
2.3. A szemináriumért/laborért/projektért felelős tanár neve – tantárgytutora				Dr. Póka Tünde Drd. Gálfi Bernadette Dr. Kálcsa-Jánosi Kinga docens					
2.4. Tanulmányi év	2	2.5. Félév	3	2.6. Értékelés módja	VP.	2.7. Tantárgy típusa	Tartalom	DS	
							Kötelezős ég	DOb	

3. Teljes becsült idő (az oktatási tevékenység féléves óraszama)

3.1. Heti óraszám-nappali tagozat		amiből: 3.2. kurus				3.3. szeminárium/ labor/ projekt	
3.4. 3.4. Félévi óraszám: távoktatás	28	amiből: 3.5. SI	0	AI	0	3.6. AT (-) + TC (-) + AA (28)	28
Az egyéni tanulási (SI) és önképzés (AI) idő leosztása:							0 óra
3.5.1. A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása (AI)							0
3.5.2. Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás							0
3.5.3. Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása							0
3.5.4. Tutorálás (szakmai tanácsadás)							0
3.5.5. Vizsgák							0
3.5.6. Egyéb tevékenységek							0
3.7. Az egyéni tanulás (SI) és az önképzési tevékenységek (AI) teljes óraszama	0						
3.8. A félév össz-óraszama (ECTS száma x 25 óra)	28						
3.9. Kreditszám	3						

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1. tantervi	-
4.2. kompetenciabeli	-

5. Feltételek (ha vannak)

5.1. Az előadás lebonyolításának feltételei	-
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	Az UBB e-learning platformja, vetítő, laptop/számítógép, internet

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

Szakmai kompetenciák	C5. Pszichológiai beavatkozások tervezése és kivitelezése Tanulási eredmények: 5.1. A hallgató egyéni és csoportos szinten azonosítja a kockázati tényezőket és a rezilienciafaktorokat a pszichológiai beavatkozások megtervezése érdekében 5.2 A hallgató egyéni és csoportos szinten specifikus, elméletileg és empirikusan megalapozott beavatkozásokat tervez és hajt végre C6. A pszichológiára jellemző kapcsolat-teremtés és interperszonális kommunikáció Tanulási eredmények: 6.1. A hallgató elemzi és értelmezi a saját és mások viselkedését a szociális kontextus figyelembevételével 6.2. A hallgató alkalmazza a pszichológia területére jellemző hatékony aktív hallgatási technikákat
Transzverzális kompetenciák	C1. A szakma gyakorlása során a szakmai feladatokat a sajátos etikai elvekkel összhangban végzi Tanulási eredmények: 1.1. A hallgató ismeri a szakma gyakorlására vonatkozó sajátos szakmai etikai elveket és normákat 1.2. A hallgató alkalmazza az etikai normákat a pszichológiai értékelés során 1.3. A hallgató alkalmazza az etikai normákat a pszichológiai beavatkozás során C3. Önértékelés a továbbképzési szükségletekről annak érdekében, hogy a szakmai készségeket a társadalmi kontextus dinamikájához igazítsa Tanulási eredmények: 3.1. A hallgató folyamatosan értékeli továbbképzési szükségletét annak érdekében, hogy szakmai kompetenciáit a társadalmi környezet dinamikájához igazítsa 3.2. A hallgató azonosítja a szakmai továbbképzési lehetőségeit 3.3. A hallgató azonosítja a tudományos forrásokból származó információkat és azokkal operál 3.5. A hallgató nemzetközi adatbázisokat alkalmaz a személyes és szakmai fejlődése elősegítése érdekében 3.6. A hallgató személyes felelősséget vállal a saját szakmai területének fejlődéséért

7. A tantárgy célkitűzései (az elsajátítandó jellemző kompetenciák alapján)

7.1. Tantárgy általános célkitűzése	- Az együttérzés fejlesztését célzó pszichológiai beavatkozások modelljeinek, kulcsfogalmainak és módszereinek megismerése és megértése. - A megszerzett ismeretek felhasználása a saját tapasztalatok megértése és értelmezése érdekében. - A saját tapasztalatok megfelelő kommunikálása a tanult fogalmak, elméletek felhasználásával - Az értékelési kritériumok és módszerek megfelelő használata a pszichológiai beavatkozások minőségének, előnyeinek és korlátainak értékelése érdekében
7.2. A tantárgy specifikus célkitűzései	- Az önismeret fejlődése az elme működésének megértése által - Az önismeret fejlődése az érzelmek működésének megértése által - Mindfulness készségek fejlesztése - Az együttérző motiváció fejlesztése - Az érzelmi szabályozás fejlesztése - Kommunikációs készségek fejlesztése

8. Tartalmak

8.1. AI, SI	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Könyvészet:		
8.2. AT	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Könyvészet:		
8.3. TC	Információ továbbítási módszerek	Megjegyzések
8.4. AA	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Együttérző Elme Tréning	Vezetett gyakorlatok	
Könyvészet:		
Póka, T. (2024). <i>Együttérző Elme Tréning. Tanulmányi útmutató.</i>		
Gilbert, P. (2009). <i>The compassionate mind.</i> New Harbinger Publications, Inc.		
Irons, C. & Beaumont, E. (2017). <i>The compassionate mind workbook. A step-by-step guide to developing your compassionate self.</i> Robinson		
Welford, M. (2013). <i>The power of self-compassion. Using compassion-focused therapy to end self-criticism and build self-confidence.</i> New Harbinger Publications, Inc.		

9. Az episztemikus közösségek képviselői, a szakmai egyesületek és a szakterület reprezentatív munkáltatói elvárásainak összhangba hozása a tantárgy tartalmával.

A javasolt kurzus és szemináriumi témák a pszichológia alap- és alkalmazott kutatásának aktuális témái, és megközelítésük e tudományágban a szakirodalom legújabb eredményeire épülnek. A tantárgyak alkalmazásai a munkaerőpiacon igényelt és a szakmai közösségek normái szempontjából releváns főbb fogalmakra is kiterjednek.

10. Értékelés

Tevékenység típusa	10.1. Értékelési kritériumok	10.2. Értékelési módszerek	10.3. Aránya a végső jegyben
10.4. AI, SI			
10.5. TC / AA	Résztétel a gyakorlati tevékenységeken	Jegyzőkönyvek	20%
	Otthonra kirendelt modulok áttanulmányozása és feladatok elvégzése	Jegyzőkönyvek	80%
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei A következő feltételeknek egyidejűleg kell teljesülniük a tantárgy elvégzéséhez: - A gyakorlati órákon való részvétel legalább 85%-ban. - A végső jegy (a félév során írt jegyzőkönyvek együttes pontszáma meghaladja a 4,5-öt egy 1-től 10-ig terjedő skálán). - A végső jegy kiszámításának módja: $(80 \cdot \text{otthoni jegyzőkönyvek} + 20 \cdot \text{kontaktórákon beadott jegyzőkönyvek}) / 100$			

A félév során benyújtott feladatok nem pótolhatók a vizsgaidőszakokban.
A megszerzett kompetenciák elismerése a kolozsvári UBB szabályzatának és alapszabályzatának, valamint a Pszichológia és Neveléstudományi Kar szabályzatának megfelelően történik.

Tantárgyfelelős
Dr. Póka Tünde

Tantárgytutor/ok
Dr. Póka Tünde

Drd. Gálfi Bernadette

Dr. Kálcza-Jánosi Kinga docens

Dátum
2024.04.25.

Távoktatás igazgató / felelős,
Dr. Kanyaró Kinga adjunktus