A TANTÁRGY ADATLAPJA

Szakmai gyakorlat 1

Egyetemi tanév 2026-2027

1. A képzési program adatai

1.1. Felsőoktatási intézmény	Babeș-Bolyai Tudományegyetem
1.2. Kar	Pszichológia és Neveléstudományok Kar
1.3. Intézet	Alkalmazott Pszichológia Intézet
1.4. Szakterület	Pszichológia
1.5. Képzési szint	Alapképzés
1.6. Tanulmányi program / Képesítés	Pszichológia szak / Pszichológus
1.7. Képzési forma	Távoktatás

2. A tantárgy adatai

2.1. A tantárgy neve	**Szakmai gyakorlat 1**			A tantárgy kódja	**PLM2312**
2.2. Az előadásokat tartó oktató – Tantárgyfelelős	Dr. Póka Tünde				
2.3. A szemináriumi / laboratóriumi / projekt tevékenységekért felelős oktató – tutor	Dr. Póka Tünde				
2.4. Tanulmányi év	2	2.5. Félév	3	2.6 Értékelés módja	Évk. ellen.
2.7. Tantárgy rendszere	Kötelező			2.8. Tantárgy típusa	Szaktárgy

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

3.1. Heti óraszám-nappali képzés	**3**	amiből: 3.2. kurzus	-	3.3. szeminárium/ labor/ projekt	**3**
3.4. Félévi összóraszám: távoktatás	42	3.5.1. SI	0	3.6. AT (0) + TC (0) + AA (42)	42
		3.5.2. AI	0		
Az egyéni tanulási (SI) és önképzésre szánt (AI) idő leosztása:					**óra**
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása (AI)					**0**
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					**0**
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portfóliók, referátumok, esszék kidolgozása					**0**
Tutorálás (szakmai tanácsadás)					**0**
Vizsgák					**0**
Egyéb tevékenységek - Távoktatási tevékenységek a tantárgyfelelőssel					**0**
3.7. Az egyéni tanulás (SI) és az önképzési tevékenységek (AI) teljes óraszáma					**0**
3.8. A félév össz-óraszáma					**42**
3.9. Kreditszám					**3**

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1. Tantervi	-
4.2. Kompetenciabeli	-

5. Feltételek (ha vannak)

5.1. Az előadás lebonyolításának feltételei	BBTE e-learning felülete (MsTeams)
5.2. A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	audio-vizuális felszerelés, internet

6.1. A tanulmányi program elvégzése során elsajátított kompetenciák (a tantervből kell átvenni)[1]

Szakmai kompetenciák	
Kompetencia kódja	**Kompetencia**
CP3	Problémás helyzetek és lehetséges megoldások kritikai értékelése a pszichológiában
CP6	A pszichológiára jellemző interperszonális kapcsolódás és kommunikáció
Transzverzális kompetenciák	
Kompetencia kódja	**Kompetencia**
CT1	Szakmai feladatok ellátása a hivatás gyakorlásában érvényes deontológiai elvek szerint
CT3	A folyamatos képzési szükségletek önértékelése a szakmai kompetenciák adaptálása céljából a társadalmi kontextus dinamikájában

6.2. A tanulmányi programra jellemző képzési eredmények (a tantervből kell átvenni)[2]

A tantárgy által megcélzott tanulási eredmények		
Kompetencia kódja	**Ismeret és megértés (Knowledge and understanding)**	**Specifikus tudományos készségek (Specific academic skills)**
CP3	-	1. A hallgató értékelni és helyesen elemezni tudja az emberi viselkedést társadalmi kontextusban. 2. A hallgató kritikus gondolkodást tanúsít, a problémamegoldás során felhasználva az elméleti fogalmakat és az empirikus adatokat.
CP6	-	1. A hallgató releváns módon elemzi és értelmezi saját és mások viselkedését társadalmi kontextusban. 2. A hallgató a pszichológia területére jellemző, hatékony aktív hallgatási technikákat alkalmaz. 4. A hallgató szakmai jellegű információkat fogalmaz meg és közöl, a beszélgetőpartner sajátosságaihoz igazodó módon.
CT1	1. A hallgató ismeri a szakma gyakorlására vonatkozó etikai elveket és normákat.	4. A hallgató értékeli és tiszteletben tartja az egyéni különbségeket. 5. A hallgató az egyéni különbségeket figyelembe véve együttműködik másokkal.
CT3	-	1. A hallgató felismeri a folyamatos szakmai továbbképzés lehetőségeit. 2. A hallgató tudományosan hiteles forrásokból származó információkat azonosít és használ. 3. A hallgató az e-learning platformokat és a blended learning módszert alkalmazza személyes és szakmai fejlődése érdekében.

7. Tárgy-specifikus tanulási eredmények

[1] A tanulmányi program tantervéből át kell venni azokat a szakmai és/vagy transzverzális kompetenciákat, amelyek fejlesztéséhez az a tantárgy is hozzájárul, amelyhez az adott tantárgyi adatlap készült. Minden kompetencia esetében változatlan formában át kell venni a teljes kijelentést, beleértve a kompetencia kódját is, ahogyan a tantervben megjelenik. Amennyiben a két kategória közül valamelyikből nem vesznek át kompetenciákat, a táblázatban az adott kategóriának megfelelő sort törölni kell.

[2] Meg kell említeni a tanulmányi programra jellemző képzési eredményeket, amelyek fejlesztéséhez az a tantárgy is hozzájárul, amelyhez az adott tantárgyi adatlap készült. A tantárgy típusának (alaptárgy/szaktárgy/kiegészítő tárgy) megfelelő jellemzőket változatlan formában kell átvenni a tantervből, és a kapcsolódó kompetencia jobb odalán kell feltüntetni.

Ismeret és megértés (Knowledge and understanding)
1. A hallgató ismeri az egyéni viselkedés, valamint a változás főbb elméleteit az együttérzés fókuszú pszichológiai intervenciós megközelítésben.
2. A hallgató összefoglalja a konkrét együttérzés fókuszú intervenciós módszereket, azok eljárásait és jellemzőit egy felügyelt pszichológiai intervenciós megközelítésben.
3. A hallgató azonosítja az együttérzés fókuszú intervenciók specifikus módszereiből származó főbb eljárásokat.
4. A hallgató felismeri a lehetséges nehézségeket és problémákat, amelyek magából a módszerből/szolgáltatásból, a kliensek sajátosságaiból stb. adódhatnak, valamint azt, hogy hogyan lehet ezeket a nehézségeket a klienssel való interakcióban leküzdeni.
5. A hallgató meghatározza az együttérzés fókuszú beavatkozásokban a klienssel való kapcsolat során szükséges főbb kommunikációs elméleteket és modelleket.
Specifikus tudományos készségek (Specific academic skills)
1. A hallgató képes kiválasztani a módszereket és azok végrehajtási stratégiáit, figyelembe véve a beavatkozás céljait, a kliensek (mentális) állapotát, a kontextust és az egyéni különbségeket az együttérzés fókuszú pszichológiai beavatkozási folyamatban.
2. A hallgató szupervízió mellett felismeri és kezeli az együttérzés fókuszú beavatkozások során fellépő lehetséges negatív hatásokat, anélkül, hogy szem elől tévesztené az elfogadott célt.
3. A hallgató az együttérzés fókuszú beavatkozások során a klienssel kapcsolatban számos interperszonális készséget (pl. verbális folyékonyság, érzelmi kifejezőkészség, meggyőzés, mások elfogadása, empátia) fejez ki.
4. A hallgató a szakmai jellegű információkat felügyelet alatt a beszélgetőpartner sajátosságainak megfelelő módon fogalmazza meg és közli.

8. A tantárgy tartalma

8.1 AI, SI	**Didaktikai-tanulási módszerek**	**Megjegyzések**
-		
Könyvészet:		
8.2 **AT**	**Didaktikai-tanulási módszerek**	**Megjegyzések**
-		
Könyvészet		
8.3. **TC**	**Didaktikai-tanulási módszerek**	**Megjegyzések**
-		
Könyvészet		
8.4. **AA**	**Didaktikai-tanulási módszerek**	**Megjegyzések**
Együttérző elme tréning	Vezetett gyakorlatok	

Könyvészet

Póka, T. (2024). *Együttérző Elme Tréning. Tanulmányi útmutató.*

Gilbert, P. (2009). *The compassionate mind.* New Harbinger Publications, Inc.

Irons, C. & Beaumont, E. (2017). *The compassionate mind workbook. A step-by-step guide to developing your compassionate self.* Robinson

Welford, M. (2013). *The power of self-compassion. Using compassion-focused therapy to end self-criticism and build self-confidence.* New Harbinger Publications, Inc.

9. Értékelés

Tevékenység típusa	9.1 Értékelési kritériumok	9.2 Értékelési módszerek	9.3 Aránya a végső jegyben
9.4 AI, SI			
9.5 TC /AA	Aktív részvétel a fizikai találkozók során zajló gyakorlati tevékenységeken	Jegyzőkönyvek	40%
	A BBTE e-learning felületén (MsTeams) kirendelt modulok	Jegyzőkönyvek	60%

	áttanulmányozása és feladatok elvégzése		

9.6 A teljesítmény minimumkövetelményei

A következő feltételeknek egyidejűleg kell teljesülniük a tantárgy elvégzéséhez:

- A gyakorlati órákon való részvétel legalább 50%-ban.

- A végső jegy (a félév során írt jegyzőkönyvek együttes pontszáma meghaladja a 4,5-öt egy 1-től 10-ig terjedő skálán).

A félév során benyújtott feladatok nem pótolhatók a vizsgaidőszakokban.

A tantárgy keretében beadott munkáknál, feladatoknál és vizsgákon elkövetett minden szabálytalan magatartás (csalás, plagizálás stb.) az egyetem érvényes hallgatói értékelési módszertanának rendelkezései alapján kerül elbírálásra *(ld. Metodologie de organizare și desfășurare a evaluării competențelor studenților în UBB, Szenátus, 2025)*.

10. SDG-ikonok (Fenntartható fejlődési célok/ Sustainable Development Goals)[3]

	○	**A fenntartható fejlődés általános ikonja**

								
○	○	●	○	○	○	○	○	○
								Nem alkalmaz-ható
○	○	○	○	○	○	○	○	○

Tantárgyfelelős
Dr. Póka Tünde

Tantárgytutor(ok)
Dr. Póka Tünde

Dátum
2026.04.25.

Távoktatás felelős,
Dr. Kanyaró Kinga, egyetemi adjunktus

[3] Válasszon ki egyetlen olyan ikont, amely az *Egyetemi folyamatban történő alkalmazására vonatkozó eljárás* szerint legjobban illeszkedik az adott tantárgyhoz. Ha a tantárgy általánosságban foglalkozik a fenntartható fejlődéssel (pl. bemutatja/bevezeti a fenntartható fejlődés általános kereteit stb.), akkor a Fenntartható Fejlődés általános ikonja rendelhető hozzá. Ha egyetlen ikon sem vonatkozik a tantárgyra, válassza az utolsó opciót: *„Nem alkalmazható”.*