

A TANTÁRGY ADATLAPJA

1. A képzési program adatai

1.1 Felsőoktatási intézmény	Babeş-Bolyai Tudományegyetem,
1.2 Kar	Politika-, Közigazgatás- és Kommunikációtudományi Kar
1.3 Intézet	
1.4 Szakterület	Kommunikációtudományok
1.5 Képzési szint	Mesteri képzés
1.6 Szak / Képesítés kódja	
1.7. A képzés típusa	Nappali

2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	Drámapedagógia és önismeret						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve	Dr Kotta Ibolya adjunktus						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	Dr Kotta Ibolya adjunktus						
2.4 Tanulmányi év	2	2.5 Félév	1	2.6. Értékelés módja	Vizsga	2.7 Tantárgy típusa	PP/SS

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

3.1 Heti óraszám	2	melyből: 3.2 előadás	-	3.3 szeminárium/labor	2
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám	28	melyből: 3.5 előadás	-	3.6 szeminárium/labor	28
A tanulmányi idő elosztása:					óra
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása					10
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					10
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása					22
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					10
Vizsgák					2
Más tevékenységek:					2
3.7 Egyéni munka össz-óraszama					56
3.8 A félév össz-óraszama					84
3.9 Kreditszám					6

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1 Tantervi	
4.2 Kompetenciabeli	

5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei	audio-video felszerelés, fehérta, marker
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	audio-video felszerelés, fehérta, marker

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

Szakmai kompetenciák	A kommunikáció szakterületére vonatkozó fogalmakkal való műveletek végzése A kommunikációs szak tárgyköréhez tartozó problémahelyzetek és ezek lehetséges megoldásainak kritikai kiértékelése Az egyén és a kommunikációban résztvevő felek megismerésének módozata Kapcsolatépítés és interperszonális kommunikáció a pszichológiában
Transzverzális kompetenciák	A szakma gyakorlására érvényes deontológiai elveknek megfelelő szakmai feladatvégzés Hatékony munkavégzési eljárások alkalmazása különböző hierarchikus szinteken működő, multidiszciplináris csoportokban A szakmai kompetenciáknak a társas környezet dinamikájához való igazítása, a folyamatos fejlődés iránti szükséglet (ön)értékelése révén

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

7.1 A tantárgy általános célkitűzése	Önismereti fogalmak megismerése és a kommunikációtudományok területén való hasznosításának felismerése
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései	A személyes önismereti témáknak, tapasztalatoknak a szakmai kompetenciába való beágyazása

A tantárgy célpontjai: az önismereti alaptémák elméleti megismerése az célkitűzése interaktív előadások keretében illetve kiscsoportos begyakorlása a szemináriumi tevékenységek során.

8. A tantárgy tartalma

8.1 Szeminárium	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
1. Az emberi természetről alkotott nézet a különböző pszichológiai irányzatokban. Személyiségfejlődés.	Bemutatás, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
2. Az önismeret személyközpontú megközelítésben: a segítő beszélgetés, mint önismereti lehetőség	Bemutatás, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
3. A feltétel nélküli (ön)elfogadás. Hitelesség. Empátia	Bemutatás, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
4. Az önértékelés (hajszolása)	Bemutatás, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
5. Önismeret és emberismeret: kommunikációs gátak, énvédő mechanizmusok	Bemutatás, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	

6. Önismeret és emberismeret: az ellenállás jelensége, énvédő mechanizmusok, sémák	Bemutató, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
7. Önismeret kognitív pszichológiai megközelítésben	Bemutató, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
8. Önismeret viselkedépszichológiai megközelítésben	Bemutató, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
9. Önismeret az egzisztencialista pszichológiai megközelítésben	Bemutató, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
10. Személyes értékrendszer, célok	Bemutató, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
11. Erősségek, erények	Bemutató, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
12. A társas én: kötődési mintázatok és társas kapcsolatok. Párkapcsolati dinamika	Bemutató, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
13. Önismeret pozitív pszichológiai megközelítésben: optimizmus, hála, rugalmasság, együttérzés	Bemutató, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	
14. Stresszkezelés	Bemutató, problematizálás, egyéni és kiscsoportos önismereti gyakorlatok	

Könyvészeti

Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.

Fredrickson (2013). Positive Emotions Broaden and Build. In *Advances in Experimental Social Psychology*. Academic Press, 1-15.

McKay, M., Eshelmann, E. R., & Davis, M. (2021). Stresszoldó és relaxációs módszerek

Niemiec, R. M. (2013). VIA character strengths: Research and practice (The first 10 years). In H. H. Knoop

& A. Delle Fave (Eds.), *Well-being and cultures: Perspectives on positive psychology* (pp. 11-30). New York: Springer.

Rogers, C. (2000). Valakivé válni. A segítő kapcsolat jellemzői. Edge Kiadó, 3 fejezet.

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

A Romániai Pszichológusok Kollégiuma, a szabadalommal rendelkező Pszichológusok Deontológiai Kódexe (www.copsi.ro) és a 213/2004-es Törvény alkalmazási feltételeiben megfogalmazott elismerési eljárásoknak megfelelően

10. Értékelés

Tevékenység típusa	10.1 Értékelési kritériumok	10.2 Értékelési módszerek	10.3 Aránya a végső jegyben
10.5 Szeminárium / Labor	Évközi felmérés	Szemináriumi aktivitás	30%
		Portfólió	70%
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei			
<ul style="list-style-type: none">A jelenlét kötelező, max. 15%-os igazolt vagy igazolatlan hiányzás megengedett.			

Kitöltés dátuma

2021. 09.25

Tantárgyfelelős

Dr Kotta Ibolya adjunktus

