



SUBJECT DATASHEET

Self-know and personality development

BMEGT51S606

I. SUBJECT DESCRIPTION

1. SUBJECT DATA

Subject name

Self-know and personality development

ID (subject code)

BMEGT51S606

Type of subject

contact lessons

Course types and lessons

<i>Type</i>	<i>Lessons</i>
Lecture	0
Practice	5
Laboratory	0

Type of assessment

mid-term
grade

Number of credits

3

Subject Coordinator

<i>Name</i>	<i>Position</i>	<i>Contact details</i>
-------------	-----------------	------------------------

dr. Perger Mónika	assistant professor	perger.monika@gtk.bme.hu
-------------------	---------------------	--------------------------

Educational organisational unit for the subject

Department of Technical Education

Subject website

<https://edu.gtk.bme.hu/>

Language of the subject

magyar - HU

Curricular role of the subject, recommended number of terms

Programme: **Course organiser postgraduate specialist training programme with public road/air/waterway/railway specialisation**

Subject Role: **Compulsory**

Recommended semester: **1**

Direct prerequisites

Strong a) Az alábbi alapképzési szakok (korábban főiskolai szintű képzések) valamelyikén szerzett végzettség: óvodapedagógus alapképzési szak, tanító alapképzési szak, gyógypedagógia alapképzési szak, szociálpedagógia alapképzési szak, konduktor alapképzési szak, szakoktató alapképzési szak, csecsemő- és kisgyermeknevelő alapképzési szak, andragógia alapképzési szak, közösség-szervezés alapképzési szak, egyházi/felekezeti közösség-szervező alapképzési szak és (felnőtt)oktatásban, felnőttképzésben eltöltött legalább 1 éves gyakorlat; vagy b) egyéb alapképzési szakon (korábban főiskolai szintű képzésben) szerzett végzettség esetében további jelentkezési feltétel tanári mesterképzési szakon, gyógypedagógia mesterképzési szakon, szociálpedagógia mesterképzési szakon vagy andragógia mesterképzési szakon szerzett végzettség és (felnőtt)oktatásban, felnőttképzésben eltöltött legalább 1 éves gyakorlat; vagy c) tanári osztatlan képzésben szerzett végzettség és (felnőtt)oktatásban, felnőttképzésben eltöltött legalább 1 éves gyakorlat; vagy d) bármely képzési területen legalább alapképzésben (korábban főiskolai szintű képzésben) szerzett végzettség és (felnőtt)oktatásban, felnőttképzésben eltöltött legalább 2 éves gyakorlat.

Weak None

Parallel None

Exclusion None

Validity of the Subject Description

Approved by the Faculty Board of Faculty of Economic and Social Sciences, Decree No: 580884/8/2023 registration number. Valid from: 29.11.2023.

2. OBJECTIVES AND LEARNING OUTCOMES

Objectives

Through the course, the student will learn through personal experience the role and importance of self-awareness. The aim of the course is to get to know one's inner self and thereby gain a more accurate picture of one's personality and abilities. It helps us to develop and improve our social skills, communication, self-assertion and the ability to achieve our goals. The aim is to become aware of who we really are and what we are really capable of, and how we can use these competences in the world of work.

Academic results

Knowledge

1. Identify your strengths and weaknesses
2. Learn methods to develop self-awareness
3. incorporate knowledge in a targeted way in his/her work

Skills

1. Be able to communicate in a professionally appropriate way about the psychological aspects of your work
2. Be able to formulate short and long-term individual goals
3. Be able to deal with problems
4. Be able to deal with local difficulties and overcome lack of motivation

Attitude

1. Be open to new psychological knowledge, attitudes and awareness
2. Be open to new self-awareness content

Independence and responsibility

1. Recognise situations when you need the help of a psychologist or coach for self-awareness issues
2. Develops self-awareness, willpower and self-confidence

Teaching methodology

Small introductory lecture, experiential individual and group exercises, experience sharing, written and oral communication, use of IT tools and techniques, optional individual and group exercises, individual tasks, pair sharing, self-reflection, reflection on previous experiences, feedback.

Materials supporting learning

- Oktató által készített prezentáció
- Kósáné Ormai, V. (2002): Mit üzen Gordon a pedagógusoknak? In: Az iskola szociálpszichológiai jelenségvilága (45. kötet, old.: 419-429). ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.
- N. Kollár, K., & Szabó, É. (szerk.) (2004): Pszichológia pedagógusoknak. Osiris Kiadó, Budapest
- Mészáros A. (szerk.) (2002): Az iskola szociálpszichológiai jelenségvilága (old.: 447-470). ELTE Eötvös Kiadó, Budapest
- Coombes, Frances (2012): Önmotiváció. Akadémiai Kiadó, Budapest
- Bagdy, Emőke – Czeizel, Endre, Dr. – Csernus, Imre, Dr. – Daubner, Béla – Feldmár, András – Kádár, Annamária – Kígyós, Éva – Pál, Ferenc – Popper, Péter – Ranschburg, Jenő – Szendi, Gábor (2011): Belső utakon - A Nyitott Akadémia válogatott előadásai önismeretről, sorsról és szabadságról. Kulcslyuk Kiadó, Budapest.
- Bagdy Emőke (2012): Utak önmagunkhoz. Kulcslyuk Kiadó, Budapest
- Marjai Viktor (2021): Főnökezelési kézikönyv. Magánkiadás
- Friss és aktuális weblapok, blogok magyar és angol nyelven

II. SUBJECT REQUIREMENTS

TESTING AND ASSESSMENT OF LEARNING PERFORMANCE

General Rules

A 2.2 pontban megfogalmazott tanulási eredmények értékelése a kontaktórákat követő központi teszt kitöltésével.

Performance assessment methods

• a tréningen való részvétel, • aktív közreműködés a csoportfeladatok megoldásában, • a tantárgyi tudás, képesség, attitűd, valamint az önállóság és felelősség típusú kompetenciaelemek értékelése. • teszt megoldása

Percentage of performance assessments, conducted during the study period, within the rating

Percentage of exam elements within the rating

Conditions for obtaining a signature, validity of the signature

Issuing grades

Excellent	95
Very good	88-94
Good	75-87
Satisfactory	62-74
Pass	50-61
Fail	<50

Retake and late completion

3-5 oldal terjedelmű beadandó dolgozat elkészítésével és a központi teszt kitöltésével a mindenkori Tanulmányi és Vizsgaszabályzat előírásai szerint, a Térítési és Juttatási Szabályzatban előírt díjak megfizetése mellett pótolható.

Coursework required for the completion of the subject

tréningre való felkészülés	30
részvétel a tréningen	5
vizsgára való felkészülés	30
gyakorló teszt kitöltése	20
teszt kitöltése	1
egyéb felkészülés	4
Összesen	90

Approval and validity of subject requirements

Consulted with the Faculty Student Representative Committee, approved by the Vice Dean for Education, valid from: 06.11.2023.

III. COURSE CURRICULUM

THEMATIC UNITS AND FURTHER DETAILS

Topics covered during the term

A megfogalmazott tanulási eredmények eléréséhez a tantárgy a felsorolt tematikai blokkokból áll. Az egyes félévben meghirdetett kurzusok szillabuszaiban e témaelemeket ütemezzük a naptári és egyéb adottságok szerint.

- 1 - Self-awareness: the quest for self-knowledge (history, development)
- 2 - (history, history of self)
- 3 - Models for building self-awareness, self-awareness wheel, Johari window
- 4 - Gaining self-awareness within a group, role formation in the group, (interactions)
- 5 - Positioning myself in the group
- 6 - Non-verbal communication
- 7 - Group bank
- 8 - Getting to know each other better, developing and deepening my own self-awareness.
- 9 - Eysenck personality questionnaire
- 10 - Eysenck personality factors - trainer presentation
- 11 - Overcoming stress events
- 12 - Learning about one's coping mechanisms, deepening self-awareness Learning about one's current emotional and mood state (Blob-tree, weather report, show how you are!)
- 13 - Genogram
- 14 - Understanding one's family values, resources and relationships, exploring the transgenerational transmission of patterns
- 15 - Ranking of values
- 16 - Learning about an individual's family and workplace values, belief systems and resources, exploring the transgenerational transmission of patterns
- 17 - Who am I? Where am I? What do I want to be?
- 18 - Positive/negative characteristics, attitudes, mindset, goals
- 19 - Motivational background
- 20 - Motivators and Detonators, Needs Pyramid
- 21 - List and prioritisation of competences needed to do the job
- 22 - Self-awareness exercises
- 23 - Development of self-ideal, reflected and attributed self-image, goals, values
- 24 - What have we learned, what do we take with us? Evaluation of the training

Additional lecturers

A tantárgy előadóján túl oktatóként/konzulensként a következőkre személyekre számíthatunk: az adott félévben oktatói megbízási szerződéssel foglalkoztatott konzulensek. A megbízási jogviszony létesítésének feltétele, hogy a konzulens pedagógus, vagy andragógus végzettséggel és szakképzettséggel, valamint felnőttoktatásban, felnőttképzésben és/vagy felsőoktatásban/köznevelésben szerzett legalább 5 éves gyakorlattal rendelkezzen.

Approval and validity of subject requirements