



# TANTÁRGYI ADATLAP

## Pszichológia a gyakorlatban

**BMEGT52A110**

# I. TANTÁRGYLEÍRÁS

## 1. ALAPADATOK

### Tantárgy neve

Pszichológia a gyakorlatban

### Azonosító

BMEGT52A110

### A tantárgy jellege

kontaktórás tanegység

### Kurzustípusok és óraszámok

<i>Típus</i>	<i>óraszám</i>
--------------	----------------

Előadás	0
---------	---

Gyakorlat	2
-----------	---

Laboratórium	0
--------------	---

### Tanulmányi

teljesítményértékelés

(minőségértékelés)

### típusa

félévközi

érdemjegy

### Kreditszám

3

### Tantárgyfelelős

*Neve*

*Beosztása*

*Email címe*

Dr. Tompos-Nagy Eszter egyetemi adjunktus nagy.eszter@gtk.bme.hu

### Tantárgyat gondozó oktatási szervezeti egység

Ergonómia és Pszichológia Tanszék

### A tantárgy weblapja

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

### A tantárgy oktatásának nyelve

magyar - HU

### A tantárgy tantervi szerepe, ajánlott féléve

Szak: **Műszaki menedzser alapszak BSc**

Tantárgy szerepe: **Kötelező**

Ajánlott félév: **1**

---

### Közvetlen előkövetelmények

*Erős* nincs

*Gyenge* nincs

*Párhuzamos* nincs

*Kizáró feltételek* nincs

### A tantárgyleírás érvényessége

Jóváhagyta a Gazdaság- és Társadalomtudományi Kar Kari Tanácsa (2024.12.11.) az 581478/13/2024 iktatószámon hozott határozatával, amely érvényes 2024.12.11-től.

## 2. CÉLKITŰZÉSEK ÉS TANULÁSI EREDMÉNYEK

### Célkitűzések

A tantárgy célja, hogy a hallgatók kiscsoportos formában a helyzetgyakorlatok segítségével fejlesszék önismeretüket, valamint azokat az érzelmi és társas készségeiket, amelyek révén érzékenyebbé, nyitottabbá válnak másokra. A kurzus elősegíti a hatékonyabb kommunikációt, önérvényesítést, konfliktuskezelést és az együttműködést a magán- és a szakmai életük szereplőivel. A kurzus alapvetően fejleszti a csoportmunkához szükséges készségeket, valamint az önreflexiót.

### Tanulmányi eredmények

#### Tudás

1. Ismeri a kommunikációs sémákat.
2. Ismeri az alapvető konfliktusmegoldási lehetőségeket.
3. Ismereteket szerez önmagáról

#### Képesség

1. Képes felismerni az egyszerű pszichológiai összefüggéseket és törvényszerűségeket.
2. Képes felhasználni a pszichológiai ismereteket a mindennapi hatékonyságának növelésére.
3. Képes arra, hogy önmagáról szerzett tudását alkalmazza a hétköznapi és szakmai életében.

#### Attitűd

1. Együttműködik az ismeretek bővítése és a gyakorlatok során az oktatóval és hallgató társaival.
2. Folyamatosan fejleszti önmagát a kapott inspirációk alapján.
3. Törekszik a pszichológiai tudását integrálni a mindennapjaiba (tanulás, magánélet, munka).
4. Nyitott a pszichológiai ismeretek befogadására.

#### Önállóság és felelősség

1. Önirányított tanulással az érzelmi és társas képességeit tovább fejleszti.
2. Nyitott az új ismeretekre, valamint nyitottan fogadja a megalapozott kritikai észrevételeket.
3. Egyes helyzetekben – csapat részeként – együttműködik hallgatótársaival a feladatok megoldásában, valamint képes felismerni, hogy mikor van szükség külső segítségre.

### Oktatásmódszertan

Helyzetgyakorlatok, tesztek, önreflektív feladatok, csoportmunkák.

### Tanulástámogató anyagok

- Juhász M., Takács I. (2007) Pszichológia. Typotex Kiadó. Budapest
- Séllei B., Takács I. (2014) Pszichológia a gyakorlatban. Typotex Kiadó. Budapest
- Zimbardo P. (2019) Pszichológia mindenkinek 1-4. Libri Könyvkiadó Kft. Budapest

# II. TANTÁRGYKÖVETELMÉNYEK

## A TANULMÁNYI TELJESÍTMÉNY ELLENŐRZÉSE ÉS ÉRTÉKELÉSE

### Általános szabályok

A 2.2. pontban megfogalmazott tanulási eredmények értékelése a kontaktalkalmakon való részvétellel és beadandó dolgozattal történik.

### Teljesítményértékelési módszerek

Szorgalmi időszakban végzett teljesítményértékelések részletes leírása: 1. Részvétel a kontaktalkalmakon: a kurzus 2 napra van tömbösítve (8-17 óra), amelyeken a részvétel a teljes időtartamban szükséges 2. Beadandó dolgozat megírása: a tréninget követő 2. hét végéig egy önreflektív dolgozat leadása.

### Szorgalmi időszakban végzett teljesítményértékelések részaránya a minősítésben

- Beadandó dolgozat: 40

### Vizsgaelemek részaránya a minősítésben

- Zárthelyi dolgozat: 60

### Az aláírás megszerzésének feltétele, az aláírás érvényessége

#### Érdemjegy-megállapítás

Jeles	85
Jeles	85
Jó	75-84
Közepes	65-74
Elégséges	50-64
Elégtelen	0-49

#### Javítás és pótlás

1) A beadandó dolgozat a pótlási hét végéig pótolható, külön kérés esetén. 2) A zárthelyi dolgozat egy alkalommal ja

#### A tantárgy elvégzéséhez szükséges tanulmányi munka

Részvétel a kontakt órákon	28
Beadandó dolgozat	50
Konzultáció az elméleti anyaggal kapcsolatban	12
összesen	90

#### A tantárgykövetelmények jóváhagyása és érvényessége

A Kari Hallgatói Képviselőtanács véleményezése után jóváhagyta dr. Lógó Emma oktatási dékánhelyettes 2024. 11.04-én. Érvényes 2024.11.04-től.

# III. RÉSZLETES TANTÁRGYTEMATIKA

## TEMATIKAI EGYSÉGEK ÉS TOVÁBBI RÉSZLETEK

### A félévben sorra vett témák

A 2.2. pontban megfogalmazott tanulási eredmények eléréséhez a tantárgy a következő tematikai blokkokból áll. Az egyes félévekben meghirdetett kurzusok sillabuszaiban e témaelemeket ütemezzük a naptári és egyéb adottságok szerint.

- 1 Önismeret (érzelmelek, személyészlelés)
- 2 Teljesítménymotiváció (tanulás)
- 3 Stressz
- 4 Szocializáció és csoport

### További oktatók

Dr. Lógó Emma egyetemi docens logo.emma@gtk.bme.hu

Kiss Kitti egyetemi tanársegéd kittimaria.kiss@edu.bme.hu

### A tantárgykövetelmények jóváhagyása és érvényessége

A Tantárgyi adatlap I. és II. részén túli III. részét az érintett szak(ok) szakfelelőse(i)vel való egyeztetés alapján az 1.8. pontban megjelölt Ergonómia és Pszichológia Tanszék vezetője hagyja jóvá.