



# **TANTÁRGYI ADATLAP**

## **Karriertervezés és önismeret**

**BMEGT52BX4K001-00**

# I. TANTÁRGYLEÍRÁS

## 1. ALAPADATOK

### Tantárgy neve

Karriertervezés és önismeret

### Azonosító

BMEGT52BX4K001-00

### A tantárgy jellege

kontaktórási 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

<i>Neve</i>	<i>Beosztása</i>	<i>Email címe</i>
-------------	------------------	-------------------

Dr. Kapusy Kata	egyetemi adjunktus	kapusy.kata@gtk.bme.hu
-----------------	--------------------	------------------------

### Tantárgyat gondozó oktatási szervezeti egység

Ergonómia és Pszichológia Tanszék

### A tantárgy weblapja

### A tantárgy oktatásának nyelve

magyar - HU

### A tantárgy tantervi szerepe, ajánlott féléve

### Közvetlen előkövetelmények

*Erős* Nincs

*Gyenge* Nincs

*Párhuzamos* Nincs

*Kizáró feltételek* Nincs

### A tantárgyleírás érvényessége

Jóváhagyta a Gazdaság- és Társadalomtudományi Kar Kari Tanácsa (2025.07.10.) az 580501/3/2025 iktatószámmon hozott határozatával, amely érvényes 2025.07.10.-tól.

## 2. CÉLKITŰZÉSEK ÉS TANULÁSI EREDMÉNYEK

### Célkitűzések

A tantárgy célja, hogy a hallgatók alapismereteket szerezzenek a pályaválasztás, karriertervezés témájával kapcsolatban és konkrét gyakorlatokon keresztül saját élményre alapozva megtapasztalják a karriertervezés folyamatát. Szakmailag hiteles, de élményszerű formában gyarapítsák a tudásukat, amelyek birtokában a későbbiekben alkalmasak lesznek tudatosabb karriertervezésre.

### Tanulmányi eredmények

#### Tudás

1. Ismeri a pályaválasztás fogalmát, abban szerepet játszó tényezőket.
2. Tisztában van a karrier fogalmával és a főbb karrierelméletekkel.
3. Tájékozott abban, hogy az önismeret milyen szerepet játszik a karriertervezés folyamatában.
4. Ismeri a fontosabb álláskeresési csatornákat, ahol a munkalehetőségekről tud tájékozódni.
5. Átlátja az önéletrajz és a motivációs levél struktúráját és szerepét.
6. Ismeri az állásinterjú és az Assessment Center szerepét a kiválasztás folyamatában.
7. Ismeri a munkahelyi teamekben betölthető szerepeket.
8. Tájékozott a team munka hatékony működésének kulcstényezőivel.

#### Képesség

1. Képes beazonosítani a saját pályaválasztásában szerepet játszó főbb tényezőket és motívumokat.
2. Képes a karrierelméletek alapján meghatározni a napjainkban megjelenő karrierutakat.
3. Képes beazonosítani az önismerete alapján azokat az erősségeket, értékeket, célokat, amelyek meghatározóak a saját karriertervezése szempontjából.
4. Képes a főbb álláskeresési csatornákat alkalmazva munkalehetőségekről tájékozódni.
5. Képes egy adott munkakörhöz illeszkedő önéletrajzot és motivációs levelet megírni.
6. Képes tudatosan felkészülni egy állásinterjúra és egy Assessment Centerben történő feladatvégzésre.
7. Képes tudatosabban átgondolni a karrierjével kapcsolatos jövőbeli terveit.

#### Attitűd

1. Együttműködő az ismeretek bővítése során az oktatóval és hallgatótársaival.
2. Nyitott, érdeklődő mások véleménye iránt.
3. Igénye van az önismerete fokozására.
4. Törekszik az önkritikára.
5. Igénye van a korábban megszerzett tudásának más tudomány területek ismereteivel való bővítésére.

#### Önállóság és felelősség

1. Egyes feladatok esetében a csapat részeként együttműködik hallgatótársaival a feladat megoldásában.
2. Felelősséget vállal saját munkájáért.
3. Gondolkodásában a különböző tudomány területek ismereteinek összekapcsolása jelenik meg.
4. Önállóan végzi az egyéni feladatokat, az adott témákhoz kapcsolódó kutatómunkát.

### Oktatásmódszertan

Előadások, kérdőívek, páros és csoportmunkában végzett órai feladatok.

### Tanulástámogató anyagok

- 1. Bolles, R. N. (2013): Karrieriránytű. Álláskeresők és pályamódosítók kézikönyve. Budapest: HVG Könyvek
- 2. Pintér Zsolt (2007): Hogyan csináljunk karriert? Az álláskeresés enciklopédiája. Nyíregyháza: Nyíregyházi Főiskola Gazdasági és Társadalomtudományi Kar
- 3. Séllei Beatrix, Takács Ildikó (szerk.) (2014): Pszichológia a gyakorlatban. Budapest: Typotex

# II. TANTÁRGYKÖVETELMÉNYEK

## A TANULMÁNYI TELJESÍTMÉNY ELLENŐRZÉSE ÉS ÉRTÉKELÉSE

### Általános szabályok

A 2.2. pontban megfogalmazott tanulási eredmények értékelése e-learning házi feladatok és összegző tanulmányi teljesítményértékelés alapján történik.

### Teljesítményértékelési módszerek

A. Szorgalmi időszakban végzett teljesítményértékelések részletes leírása: 1. Összegző tanulmányi teljesítményértékelés: a tantárgy és tudás, képesség típusú kompetenciaelemeinek komplex, írásos értékelési módja zárthelyi dolgozat formájában, a dolgozat alapvetően a megszerzett ismeretekre és azok alkalmazására fókuszál, az értékelés alapjául szolgáló tananyagrészt a tárgyfelelőse határozza meg. 2. Részteljesítmény-értékelés (önreflexió, kérdőív): Részteljesítmény-értékelés (önreflexiók & kérdőívek): a tantárgy tudás, képesség, attitűd, valamint önállóság és felelősség típusú kompetenciaelemeinek komplex értékelési módja. Ennek formái a kurzus moodle oldalán feltöltendő önreflexiók és a témához kapcsolódó kérdőívek. Az önreflexiók és kérdőívek tartalmát, követelményeit, határidejét, értékelési módját a tárgyfelelős határozza

### Szorgalmi időszakban végzett teljesítményértékelések részaránya a minősítésben

- Összegző tanulmányi teljesítményértékelés: 20
- Részteljesítmény értékelés (e-learning házi feladatok): 80

### Vizsgaelemek részaránya a minősítésben

### Az aláírás megszerzésének feltétele, az aláírás érvényessége

### Érdemjegy-megállapítás

Jeles	91
Jeles	85-90
Jó	75-84
Közepes	65-74
Elégéséges	50-64
Elégtelen	0-49

### Javítás és pótlás

A kontakt órákon a TVSz szerint meghatározott min. 70%-on jelenlét előírt. Az összegző tanulmányi teljesítményértékelés – első alkalommal – díjmentesen pótolható vagy javítható.

### A tantárgy elvégzéséhez szükséges tanulmányi munka

részvétel a kontakt tanórákon	28
kérdőívek kitöltése	21
önreflexiók kitöltése	21
önálló készülés az összegző tanulmányi teljesítményértékelésre	20
összesen	90

### A tantárgykövetelmények jóváhagyása és érvényessége

A Kari Hallgatói Képviselőtestület véleményezése után jóváhagyta dr. Lógó Emma oktatási dékánhelyettes 2025.07.07-én. Érvényes 2025.07.07-től.

# III. RÉSZLETES TANTÁRGYTEMATIKA

## TEMATIKAI EGYSÉGEK ÉS TOVÁBBI RÉSZLETEK

### A félévben sorra vett témák

A félév során sorra vett témák az alábbiak.

- 1 Bevezetés karrier fogalma, jellemzői
- 2 Pályaválasztási kérdések, a pályaválasztás elméletei
- 3 Önismeret és mások megismerése
- 4 Kompetenciák a munkában
- 5 Szocializáció, munkahelyi szocializáció
- 6 Önismereti kérdőívek
- 7 Pályaválasztási kérdőívek (Super, Holland)
- 8 „Karriertörténetem”. Önéletrajzi munkafüzet a sikeres életpályáért
- 9 Önéletrajz és motivációs levél
- 10 Állásinterjú gyakorlat
- 11 Assessment Center gyakorlat

### További oktatók

Dr. Répáczki Rita egyetemi adjunktus repaczki.rita@gtk.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.