



TANTÁRGYI ADATLAP

Szakmai önfejlesztés

BMEGT52S213

I. TANTÁRGYLEÍRÁS

1. ALAPADATOK

Tantárgy neve

Szakmai önfejlesztés

Azonosító

BMEGT52S213

A tantárgy jellege

kontaktórás tanegység

Kurzustípusok és óraszámok

| <i>Típus</i> | <i>óraszám</i> |
|--------------|----------------|
| Előadás | 5 |
| Gyakorlat | 15 |
| Laboratórium | 0 |

Tanulmányi

teljesítményértékelés
(minőségértékelés)

típusa

félévközi
érdemjegy

Kreditszám

5

Tantárgyfelelős

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

Dr. Répáczki Rita egyetemi adjunktus repaczki.rita@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: Szervezeti és üzleti coaching szakpszichológus szakirányú továbbképzési szak

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 (2025.10.29.) az 580950/7/2025 iktatószámmon hozott határozatával, amely érvényes 2025.10.29-től.

2. CÉLKITŰZÉSEK ÉS TANULÁSI EREDMÉNYEK

Célkitűzések

A kurzus célja a professzionális fejlesztő szakemberré érés támogatása, valamint a szerephez kapcsolódó egyéni és csoportos helyzetek kezelésének segítése. A coach legfontosabb munkaeszköze önmaga és saját személyisége. Ahhoz, hogy autentikusan, szakszerűen és időben tudjon reagálni a komplex, bizonytalan, és a legtöbb esetben érzelmileg átszínezett helyzetekben, magas szintű önreflexióra, kritikai gondolkodásra, saját érzelmi reakcióinak tudatos megélésére és kezelésére, személyes értékrendjének és világgképének ismeretére van szükség. A kurzus kimeneteként fejlődik az önismeret, a szakmai és kompetencia határok definiálásának képessége, valamint a hiteles és professzionális jelenlét (presence) coaching kompetencia.

Tanulmányi eredmények

Tudás

1. Ismeri a tapasztalati tanulás elveit, az önreflexió és a szupervízió modelljeit.
2. Ismeri a gyakorlat szakmai és etikai szabályait.

Képesség

1. Képes az önreflexióra és az ön-szupervízióra.
2. Képes a gyakorlati esetvezetésre.
3. Képes az esetvezetés gyakorlására.
4. Képes az önismereti motiváció optimalizálására.
5. Képes a tapasztalati tanulásra.
6. Képes saját erősségei beazonosítására.

Attitűd

1. A pszichológiai jelenségek összetettségét, komplexitását elfogadja, megérti és képviseli.
2. Szakmai kompetencia határokat ismeri és betartja.
3. Nyitott a szakterületéhez kapcsolódó tudás bővítésére.
4. Nyitott és motivált a megszerzett tudás alkalmazására.
5. Együttműködik az ismeretek bővítése során az oktatóval és hallgató társaival.
6. Nyitott az információtechnológiai eszközök és az önismereti anyagok használatára, amelyet a kurzus során alkalmazunk.

Önállóság és felelősség

1. Elvárja és hasznosítja az új ismereteket.
2. Aktívan részt vesz az ismeretelsajátítás folyamatában.
3. Felelősen és önállóan old meg egyéni és csoportos feladatokat.
4. Csoportmunka során együttműködik hallgatótársaival.
5. Gondolkozásában a rendszerelvű megközelítést alkalmazza.

Oktatásmódszertan

Előadások, egyéni (e-learning) feladat a moodle felületen, kérdőívek, IT eszközök és technikák használata, páros és csoportmunkában végzett órai feladatok.

Tanulástámogató anyagok

- Kötelező irodalom:
- Órai anyagok
- Ajánlott irodalom:
- Bachkirova, T. (2016). The self of the coach: Conceptualization, issues, and opportunities for practitioner development. Consulting Psychology Journal: Practice and Research, 68(2), 143–156
- Catchings, E. (2015). A practical coaching model for critical thinking skill and leadership development (C/CTSLED). Management and Organizational Studies, 2, 42-53.
- Grant, A. M., Franklin, J., & Langford, P. (2002). The self-reflection and insight scale: A new measure of private self-consciousness. Social Behavior and Personality, 30(8), 821-836.
- Iordanou, I, Hawley, R. and Iordanou, C. (2017). Values and Ethics in Coaching. London: Sage Publications Ltd.
- Schön, D. (1983) The Reflective Practitioner. How professionals think in action, London.

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. Esetelemzés: az elméleti tudás gyakorlati alkalmazása céljából mindenki kap egy esettanulmányt coaching problémával kapcsolatban, amelyre megoldási javaslatokat kell írni a megtanult elméleti anyagok alapján. 2. Önálló egyéni feladat a coach identitás elmélyítésére: A gyakorlatok során számos kérdőív, teszt és önismereti anyag kitöltésére lesz lehetőség, amelyeket a hallgatóknak lehetőségük lesz feldolgozni, és a kurzus elején átadott elektronikus önismereti naplóban az ezekre kapott pontszámokat vezetni kell. A napló egyéb, elgondolkodtató, az önreflexiót elmélyítő feladatokat is tartalmaz, amelyet a hallgatónak vezetni kell és a félév végén ezt kell elküldeni és leadni. A két feladatra kapott pontszám alapja képezi a megajánlott kurzusjegyet.

Szorgalmi időszakban végzett teljesítményértékelések részaránya a minősítésben

- Összegző tanulmányi teljesítményértékelés (Esettanulmány): 50
- Részteljesítmény értékelés (önismereti anyagok): 50
- Összesen: 100

Vizsgaelemek részaránya a minősítésben

Az aláírás megszerzésének feltétele, az aláírás érvényessége

Érdemjegy-megállapítás

| | |
|-----------|-------|
| Jeles | 96 |
| Jeles | 86–95 |
| Jó | 75–85 |
| Közepes | 65–74 |
| Elégséges | 50–64 |
| Elégtelen | 50 |

Javítás és pótlás

1. Az e-learning házi feladatok a leadási határidő után az előre megadott pótlási határidőig díjmentesen pótolhatók. 2. Az összegző tanulmányi teljesítményértékelés a pótlási időszakban – első alkalommal – díjmentesen pótolható vagy

A tantárgy elvégzéséhez szükséges tanulmányi munka

| | |
|---|-----|
| Részvétel a kontakt tanórákon | 20 |
| Önálló egyéni feladat a coach identitás elmélyítésére | 50 |
| Moodle-re feltöltött anyagok feldolgozása | 30 |
| Esettanulmány elkészítése | 50 |
| Összesen | 150 |

A tantárgykövetelmények jóváhagyása és érvényessége

A Kari Hallgatói Képviselőtestület véleményezése után jóváhagyta dr. Lógó Emma oktatási dékánhelyettes 2025.10.13-án. Érvényes 2025.10.13-tól.

III. RÉSZLETES TANTÁRGYTEMATIKA

TEMATIKAI EGYSÉGEK ÉS TOVÁBBI RÉSZLETEK

A félévben sorra vett témák

A kurzus célja, hogy a coaching szakpszichológus képzésben részt vevő szakemberek tudatosítsák saját szakmai fejlődési útjukat, fejlesszék önreflexiós és önértékelési kompetenciáikat, valamint kialakítsák az élethosszig tartó tanulást és önfejlesztést megalapozó attitűdöt. A képzés támogatja a szakmai identitás elmélyítését, a hivatásszemélyiség fejlesztését, az etikus működés megerősítését és a kompetencia-fejlesztés tervszerű megközelítését. A kurzus végére a résztvevők tudatosabban látják saját szakmai identitásukat és fejlődési irányukat, alkalmazzák az önreflexió és önfejlesztés eszközeit, felismerik erőforrásaikat és fejlesztendő kompetenciáikat, képesek személyes fejlődési tervet készíteni és követni, etikus, professzionális és reflektív attitűddel közelítenek a hivatásukhoz, strukturáltan dokumentálják szakmai fejlődésüket.

- 1 Szakmai önfejlesztés pszichológusi szerepben. Az önfejlesztés fogalma, funkciói és jelentősége. A szakmai identitás és hivatásszemélyiség formálódása.
- 2 Az önreflexió szerepe a professzionális működésben. Önismeret és önreflexív gyakorlatok. Személyes erőforrások, értékek, motivációk
- 3 Fejlesztendő területek azonosítása. Önmonitorozás és önértékelési módszerek. A coaching szakpszichológus kompetenciamodellje. Tudás-, készség- és attitűdterületek. Szervezeti, üzleti és egyéni coaching kontextusok. A saját működés illesztése a képességmodellhez.
- 4 Személyes fejlődési terv készítése. Fejlődési célok meghatározása. Időkeretek, erőforrások, mérföldkövek. Az önfejlesztés beépítése a szakmai gyakorlatba.
- 5 Etikus attitűd és szakmai felelősség. Határok, dilemmák, szakmai integritás. Önreflexió az etikai működés szolgálatában. A szakmai közösség és supervízió szerepe.
- 6 Portfólió, dokumentáció és szakmai láthatóság. Szakmai fejlődés nyomon követése és bemutatása. Reflexív naplók, esetbemutatók, visszajelzések. A portfólió szerepe az önfejlesztésben.

További oktatók

Oroszné Dr. Perger Mónika egyetemi adjunktus perger.monika@gtk.bme.hu

Puskár Ildikó Megbízott oktató puskar.ildiko@hdteam.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.