**Wesley János Lelkészképző Főiskola**

#### Szociális munka szak

|  |  |
| --- | --- |
| Tantárgy kódja | **SMAK407** |
| Tantárgy elnevezése | **Készségfejlesztés** |
| Tantárgy oktatójának neve | **Nagy Alexandra****Stribik Anna** | Beosztása, tudományos fokozata | **óraadó oktatók** |
| Tantárgy óraszáma | **nappali tagozaton 30 tanóra/ félév****levelező tagozaton 16 tanóra/félév** |
| Tanóra típusa | **előadás**  |
| Meghirdetési időszak | **tavaszi félév**  |
| Kreditszám | **2 kredit** |
| A tantárgy célja | **A készségfejlesztő munka általános célkitűzése, hogy az oktatási folyamatban szakemberré váló szociális munkás személyiségében, identitásában és készségeiben a szakmai szerepével kapcsolatos elvárásoknak megfeleljen.****A készségfejlesztő kurzus alapelve az érésre és tapasztalati, saját-élményű tanulásra egyaránt épülő fokozatos fejlődés elérése, amelyben a kiscsoportot, mint e fejlődés közegét és közvetítőjét alkalmazzuk.** **Célkitűzés****Az egyéni szakmai hatékonyság fejlesztése, felkészülés a szociális munka, mint hivatás sajátosságaira, a „bio-pszicho-szociális” egészségmegőrzés támogatása.** |
| Szükséges előtanulmányok, feltételezett tudásanyag | **-** |
| Tantárgyi leírás | * **Csoportkezdés (keretek, szabályok, szerződés, stb). A változáshoz – változtatáshoz való saját viszonyulás felismerése, tudatosítása, a protektív siker- és kudarckezelés erősítése. Énhatárok és szakmai kompetenciahatárok felismerése, szakmai etikai követelményeknek való megfelelés vizsgálata, döntésképesség erősítése.**
* **Ismerkedés a krízisek és veszteségek kezelésének, feldolgozásának lehetőségeivel, technikáival, a találkozópontok, párhuzamok felismerése a saját és mások krízisélményeiben (bevonódás, vakfoltok, stb).**
* **A szociális szakma társadalmi megítélésének kezelése, a szociális szférára (is) jellemző szakmai hierarchiából, szerepkonfliktusokból, intézményi elvárásokból eredő frusztráció feldolgozása, a hatékony feszültségkezelés erősítése.**
* **Helfer szindróma és burn out jelenség. A szakmai identitást veszélyeztető tényezők a szociális munka gyakorlása során: – az öncélú segítés és az önfeláldozó segítés csapdái - példák, helyzetek feldolgozása.**
* **Mentálhigiénés prevenció. Személyes, belső erőforrások feltérképezése, egyéni megküzdési stratégiák azonosítása, az önkarbantartás igényének és készségeinek fejlesztése. A stressz hatások és a túlterheltséggel való megküzdés lehetőségei és módjai.**
* **A szakmai motiváció és elképzelések alakulásának és változásának elemzése (honnan indultam – hová jutottam?), szakmai jövőkép megfogalmazása, megvalósíthatóságának mérlegelése.**
* **A személyes szakmai célok és rekreációs lehetőségek felismerése, összehangolása és személyre szabott megvalósításának megtervezése.**
* **Csoportzárás.**
 |
| Kötelező és ajánlott irodalom | **-** |
| Ismeretek ellenőrzésének módja | **gyakorlati jegy** |
| Tantárgy tárgyi követelményei | **tanterem**  |