Tantárgy neve: Kommunikációs tréning	**Típusa:** kötelező	**Kreditek:** 2	**Tantárgykód:** WPED206
Tantárgyfelelős: Strasser Katalin, mb. oktató, tréner	**Munkaforma:** gyakorlat	**Óraszám:** N: 30 / L: 12	**Értékelés:** gyakorlati jegy

A tantárgy oktatásának célja:

A kurzus célja, hogy a hallgatók megismerjék az Erőszakmentes Együttműködő Kommunikáció (EMK) szemléletmódját, alkalmazási területeit és konkrét módszerét. A kommunikációs tréning segít az önismeretük, az érzelmi intelligenciájuk fejlődésében, a mindennapi vitás helyzetek békés párbeszéddé alakításában.. A kurzuson megismert kommunikációs módszer lehetőséget ad arra, hogy segítségével mind a magánéleti, mind a munkahelyi kapcsolataik minősége javuljon, a különböző kommunikációs helyzetekben professzionális, célravezető megoldásokra leljenek.

Fejlesztendő kompetenciaterületek:

Ismeretek: a társas kapcsolatok működésének mélyebb megismerése és megértése, az EMK módszer elemeinek tudatosítása, alkalmazása (megfigyelés, érzés, szükséglet, kérés); képességek: önismeret, önreflexió, érzésekkel való kapcsolódás, tudatos kommunikáció, a saját és a mások felelősségének a megkülönböztetése; attitűd: értékelésmentes megfigyelői magatartás kialakítása; autonómia és felelősség: egyéni felelősségvállalás a kialakult helyzetek megoldásában.

Kötelező irodalom:

Dr. ROSENBERG, Marshall B.: *A szavak ablakok vagy falak – Erőszakmentes kommunikáció*. Agykontroll Kiadó, Budapest, 2001.

Ajánlott irodalom:

RUST, Serena: *Erőszakmentes kommunikáció. Amikor a zsiráf a sakállal táncol*. Bioenergetic Kiadó, 2017.
FORGÁCS József: *A társas érintkezés pszichológiája*. Kairosz Könyvkiadó Kft., Budapest, 2007.
DEUTSCH, Morton: Az együttműködés és a versengés hatása a csoportfolyamatokra. In: CSEPELI György (szerk.): *A kísérleti társadalomlélektan főárama*. Gondolat Könyvkiadó, Budapest, 1981.

Kurzustematika:

1. A „kommunikáció” fogalma
2. Kommunikációs helyzetek
3. Az EMK elemei:
- Megfigyelés, ítéletmentesség
- Érzések kifejezése
- Szükségletek felismerése, kifejezése
- Kérések megfogalmazása (elvárások helyett)
4. Gyakorlati alkalmazás

Követelmények, értékelés:

- 80%-os részvétel.
- Beszámoló a módszer gyakorlati alkalmazásáról.
- Gyakorlati jegyet az órai gyakorlatokon való részvétel és az órán kívüli tapasztalatokról való beszámoló alapján lehet szerezni.

Kurzus hirdetője: WJLF Neveléstudományi tanszék	**Félév:** 2023/24. tavasz	**Oktatók:** Strasser Katalin, mb. oktató