

Új, fakultatív online
workshop a PTE-ÁJK-n

LÁSSUK MEG AZ AKADÁLYBAN A LEHETŐSÉGET!

Szemléletmód-workshop

A workshopot tartja:
Dr. Csoknya Tünde Éva PhD
adjunktus

Jelentkezés:
2021. március 17-ig

EFOP-3.4.3-16-2016-00005

- **A kurzus időtartama:** 3x3 óra
- **Tervezett időpontok:** 2021. március 19., április 9., 30. (Az időpontokat a résztvevőkkel történő egyeztetés után véglegesítjük.)
- **A lebonyolítás módja:** a Microsoft Teams felületén
- **Maximális hallgatói létszám:** 8 fő/csoport (2 csoport indul)
- **Jelentkezés:** férőhelyek függvényében 2021. március 17-ig az [itt](#) található űrlapon

A kurzus célja

A kurzus elsődleges célja, hogy elindítson egy olyan folyamatot, amelynek során képessé válhatunk arra, hogy a kudarcok kerülésére törekvés helyett a változás útjára lépve az akadályokban lehetőséget lássunk, és a tanulásra mint a fejlődés eszközére tekintsünk. A Carol S. Dweck nevéhez kapcsolható mindset-elmélet alapjainak bemutatásán túl a kurzus során olyan szemléletmód-formálásra is sor kerül, mely a saját tapasztalatokra és a gyakorlatra helyezi a hangsúlyt annak érdekében, hogy először képesek legyünk megfogalmazni saját akadályainkat, majd a nehézségeket lehetőségekké hangoljuk át és eltökélten igyekezzünk növekedni és fejlődni.

A kurzus a kitűzött egyéni célok eléréséhez kézzelfogható eszközöket is nyújt, így a program elméleti és gyakorlati ismeretei hosszabb távon is hasznosulhatnak, hiszen a változás első lépéseit megtéve egyre magabiztosabban nézhetünk szembe a nehézségekkel.

A kurzus elsősorban azoknak szól, akik eddig főként meglévő képességeikre alapozva minél kevesebb erőfeszítéssel kívántak eredményeket elérni, továbbá azoknak, akik korábbi sikertelenségük vagy negatív címkék miatt nem keresik a kihívásokat. A hallgatók a kurzust elvégezve képesek lesznek első lépésként saját akadályaik megfogalmazására, majd a tanult elméletek gyakorlati alkalmazására, továbbá egy kitűzött céljuk megtervezésére.

Tematika

1. Kitűzött célok, tervek megfogalmazása. Szemlélettel összefüggő tesztek. Saját kudarcok és sikerek kiértékelése. Híres kudarcok elemzése. A rögzült és a fejlődési szemlélet elméleti alapjai. A siker és a kudarc a mindset tükrében. Hogyan hatott a karantén a szemléletmódunkra?

2. A bennünk rejlő képességek és az intelligencia. Tehetség és iskolai teljesítmény. Az egyetemi átmenet. Kemény munka – nagy kockázat, kevés erőfeszítés – nagy kockázat összefüggései. A dicséret és a címkék szerepe. A hamis fejlődési szemléletmód veszélyei. Ismerjük meg a fejlődési szemléletmódhoz vezető út lépéseit!

3. Tervek újrafogalmazása. Megfelelő eszközök hozzárendelése az elérendő célokhoz. Időtervezési alapok és tanulásmódszertani praktikák a gyakorlatban. Közös ötletelés a megfogalmazott egyéni célok részletes kidolgozásához. Tervek közös kiértékelése.

A workshopra a PTE ÁJK bármely tagozatának és munkarendjének hallgatóit várjuk, akik a férőhelyek függvényében 2021. március 17-ig az [itt](#) található űrlapon küldhetik el jelentkezésüket.