


SZAKÉRTŐI VÉLEMÉNY

Képzés (képzési program) megnevezése	Az önismeret fejlesztése
Felnőttképző megnevezése és engedélyszáma:	Gyémánthegy.eu Tanácsadó és Szolgáltató Korlátolt Felelősségű Társaság E/2020/000034
Szakértői megállapítások	
<p>1 A képzési program tartalma megfelel a felnőttképzésről szóló 2013. évi LXXVII. törvénynek és szakmai oktatás vagy szakmai képzés esetén a szakképzésről szóló törvénynek és a szakképzésről szóló törvény végrehajtásáról szóló kormányrendeletnek.</p> <p>2 A képzési programban meghatározott tartalommal, feltételekkel és módon, valamint a képzéssel érintett célcsoport számára megszerezhető a képzési programban megjelölt kompetenciák.</p> <p>3 A képzési program minden oldala folyamatos oldalszámozással van ellátva.</p>	
Szakértői vélemény kelte	Budapest, 2024.06.26.
Felnőttképzési szakértő neve, nyilvántartási száma	Pádár Tivadar FSZ/2020/000057
Felnőttképzési szakértő aláírása/elektronikus aláírás	

KÉPZÉSI PROGRAM

AZ ÖNISMERET FEJLESZTÉSE



KÉPZÉSI PROGRAM

1. A képzési program alapadatai

1.1.	Képzés megnevezése:	Az önismeret fejlesztése
1.2.	A képzés célja:	A képzésben résztvevő képes lesz a tudatos önismerti munkára, az önreflektivitási készségei fejlődnek, az alapszintű önismerethez szükséges kompetenciái fejlődnek, képes lesz a komfort zónájából kilépni, és a váratlan vagy számára idegen helyzetekhez pozitív attitűddel viszonyulni, és azokban a személyes erősségeire támaszkodva tapasztalatokat szerezni.
1.3.	A képzés célcsoportja:	Olyan személyek akik az önismeret fejlesztése iránt érdeklődnek.
1.4.	A képzés során megszerezhető kompetenciák:	<ul style="list-style-type: none">• A képzésben résztvevő ismerni fogja személyiség típusát (a személyiség tipológiák szerinti besorolását), tanulási stílusát, összetett intelligenciátípusát, a csoportban betöltött – általa preferált – szerepeket.• A képzésben résztvevő megismeri a változáshoz való viszonyát és a probléma helyzetekben alkalmazott stratégiáit. Ezáltal képessé válik problémakezelő stratégiáját és kommunikációs stílusát a konkrét szituációhoz igazítani.• A képzésben résztvevő képes lesz az egyidejű együttműködésre és önérték érvényesítésre, interperszonális készségei fejlődnek. Megismeri az identitást befolyásoló tényezőket, képessé válik a homlokzat-, és énvédő mechanizmusokat felismerni, és viselkedését azoknak megfelelően módosítani.• A résztvevők képessé válnak önmaguk és mások viselkedésére reflektív megállapításokat megfogalmazni.

2. A képzésbe való bekapcsolódás és részvétel feltételei

2.1.	Iskolai végzettség:	nem szükséges
2.2.	Szakmai végzettség:	nem szükséges
2.3.	Szakmai gyakorlat:	nem szükséges
2.4.	Egészségügyi alkalmasság:	nem szükséges
2.5.	Előzetesen elvárt ismeretek:	nem szükséges
2.6.	Egyéb feltételek:	-

3. Tervezett képzési idő

3.1.	A képzés óraszám:	24
3.2.	Megengedett hiányzás mértéke:	nem releváns



4. A képzés tananyagegységei

	A képzés tananyagegységeinek megnevezése: ¹	Óraszám:
4.1.	A személyiség típusok, a tanulási stílusok, a Gardner-féle összetett intelligencia típusai, a csoport szerepek.	6
4.2.	A változás folyamata, a problémamegoldási stratégiák, a kommunikációs stílusok	6
4.3.	Az interperszonális készségek fejlesztése, az identitás jellemzői, az identitás védelem esetei	6
4.4.	Az önismereti munka alapjai, az önreflektív magatartás jellemzői	6

4.1. Tananyagegység²

4.1.1.	Megnevezése: ³	A személyiség típusok, a tanulási stílusok, a Gardner-féle összetett intelligencia típusai, a csoport szerepek.
4.1.2.	Célja:	A képzésben résztvevő képes lesz a tudatos önismerti munkára, az önreflektív készségei fejlődnek, az alapszintű önismerethez szükséges kompetenciái fejlődnek, képes lesz a komfort zónájából kilépni, és a váratlan vagy számára idegen helyzetekhez pozitív attitűddel viszonyulni, és azokban a személyes erősségeire támaszkodva tapasztalatokat szerezni.
4.1.3.	Megvalósítása során alkalmazott munkaformák:	A képzésben részt vevő személyes jelenlétét vagy interaktív és távolléti kapcsolattal megvalósuló jelenlétét igénylő csoportos képzés, igény esetén konzultáció: frontális oktatás, egyéni feladatmegoldás, csoportos munka, kooperatív csoportmunka. A képzésben részt vevő személyes jelenlétét nem igénylő önálló tanulás (távoktatás): távoktatási tananyagba épített iránymutatás, irányított tanulás, e-learning, digitális platformon való tananyagfeldolgozás, egyéni feladatmegoldás.
4.1.4.	Megvalósítása során alkalmazott képzési módszerek:	A tananyagegység/modul/témakör tartalmának, jellegének, a megvalósítás során alkalmazott munkaformának, valamint a csoport összetételének és igényeinek megfelelően a módszerek a következők lehetnek: előadás, magyarázat, szemléltetés, megbeszélés, rendszerezés, megfigyelés, együttes és önálló tananyag feldolgozás, csoportos feladatmegoldás, gyakorlati feladatok megoldása, projektmódszer, feladatlap kitöltése, írásbeli felelet, házi feladat, kiadott feladatok pontosítása, távoktatási tananyag és tananyagba épített iránymutatás.
4.1.5.	Óraszám:	6
4.1.6.	Beszámítható óraszám: ⁴	6
4.1.7.	Tartalma:	A személyiség tipológiák áttekintése, a személyiség típusok, a tanulási stílusok, a gondolkodás jellemzőinek megismerése. A társas szerepek megfeleltetése. Az intelligencia típusok megismerése önálló teszt kitöltésével. A saját tapasztalatok áttekintése a személyes motivációs alap felmérése (kényszerek elvárások feltérképezése), adott élethelyzet tudatosítása helyzet elemzésekkel (a Maslow-piramis elméletére építve).
4.1.8.	A tananyagegység elvégzéséről szóló	A tananyagegység elvégzéséről nem kerül kiadásra külön igazolás. A 7.2.

¹ A sorok száma bővíthető.

² A Tananyagegységeket bemutató alfejezetek száma a 4. pontban szereplő sorok számának megfelelően bővíthető.

³ Megegyezik az 4. pontban feltüntetett megnevezéssel.

⁴ Kontaktórától eltérő munkaforma alkalmazása esetén, ha az a képzés órászámába beszámítható, egyéb esetben nem releváns.



	igazolás kiadásának feltétele(i):	pontban meghatározott feltételek teljesítése esetén a képzés végén kerül kiadásra a tanúsítvány.
--	-----------------------------------	--

4.2. Tananyagegység⁵

4.2.1.	Megnevezése: ⁶	A változás folyamata, a problémamegoldási stratégiák, a kommunikációs stílusok
4.2.2.	Célja:	A résztvevők ismerjék meg a változás folyamatának görbét és annak szakaszait, a problémamegoldó stratégiákat, és azok összefüggéseit a személyiség jellemzőivel, valamint a kommunikációs stílusok eltérő vonásait, és az erőszakmentes kommunikáció jellemző jegyeit. A résztvevők váljanak képessé a változashoz való viszonyukban módosítani, és probléma kezelő stratégiát is kommunikációs stílust választani a konkrét szituációnak megfelelően.
4.2.3.	Megvalósítása során alkalmazott munkaformák:	A képzésben részt vevő személyes jelenlétét vagy interaktív és távolléti kapcsolattal megvalósuló jelenlétét igénylő csoportos képzés, igény esetén konzultáció: frontális oktatás, egyéni feladatmegoldás, csoportos munka, kooperatív csoportmunka. A képzésben részt vevő személyes jelenlétét nem igénylő önálló tanulás (távoktatás): távoktatási tananyagba épített iránymutatás, irányított tanulás, e-learning, digitális platformon való tananyagfeldolgozás, egyéni feladatmegoldás.
4.2.4.	Megvalósítása során alkalmazott képzési módszerek:	A tananyagegység/modul/témakör tartalmának, jellegének, a megvalósítás során alkalmazott munkaformának, valamint a csoport összetételének és igényeinek megfelelően a módszerek a következők lehetnek: előadás, magyarázat, szemléltetés, megbeszélés, rendszerezés, megfigyelés, együttes és önálló tananyag feldolgozás, csoportos feladatmegoldás, gyakorlati feladatok megoldása, projekt módszer, feladatlap kitöltése, írásbeli felelet, házi feladat, kiadott feladatok pontosítása, távoktatási tananyag és tananyagba épített iránymutatás.
4.2.5.	Óraszám:	6
4.2.6.	Beszámítható óraszám: ⁷	6
4.2.7.	Tartalma:	A változás folyamata és szakaszai, a problémamegoldó stratégiák és kommunikációs stílusok jellemzőinek megismerése. A kommunikációs stílusok megfeleltetése, a vita készség és vitakultúra fejlesztése, az erőszakmentes kommunikáció fejlesztése a leírás-értelmezés-értékelés modell segítségével, a problémamegoldó gondolkodás fejlesztése. A résztvevők által választott saját problémamegoldó stratégiák megfeleltetése.
4.2.8.	A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltétele(i):	A tananyagegység elvégzéséről nem kerül kiadásra külön igazolás. A 7.2. pontban meghatározott feltételek teljesítése esetén a képzés végén kerül kiadásra a tanúsítvány.

4.3. Tananyagegység⁸

4.3.1.	Megnevezése: ⁹	Az interperszonális készségek fejlesztése, az identitás jellemzői, az identitás védelem esetei
4.3.2.	Célja:	A résztvevők ismerjék meg a személyes, és csoport identitás építésének folyamatát, az identitás összetevőit vesszőt ismerjék fel az a szituációkat és viselkedéseket, amelyek identitás védelemre ösztönzik az egyéneket. A résztvevők legyenek képesek a homlokzat védő kommunikációra, és

⁵ A Tananyagegységeket bemutató alfejezetek száma a 4. pontban szereplő sorok számának megfelelően bővítendő.

⁶ Megegyezik az 4. pontban feltüntetett megnevezéssel.

⁷ Kontaktórától eltérő munkaforma alkalmazása esetén, ha az a képzés óraszámába beszámítható, egyéb esetben nem releváns.

⁸ A Tananyagegységeket bemutató alfejezetek száma a 4. pontban szereplő sorok számának megfelelően bővítendő.

⁹ Megegyezik az 4. pontban feltüntetett megnevezéssel.

		az én védő mechanizmusok felismerésére fejlődjenek az interperszonális képességeik, viselkedésük együttműködő magatartást és önérdék érvényesítést egyaránt tükrözze.
4.3.3.	Megvalósítása során alkalmazott munkaformák:	A képzésben részt vevő személyes jelenlétét vagy interaktív és távolléti kapcsolattal megvalósuló jelenlétét igénylő csoportos képzés, igény esetén konzultáció: frontális oktatás, egyéni feladatmegoldás, csoportos munka, kooperatív csoportmunka. A képzésben részt vevő személyes jelenlétét nem igénylő önálló tanulás (távoktatás): távoktatási tananyagba épített iránymutatás, irányított tanulás, e-learning, digitális platformon való tananyagfeldolgozás, egyéni feladatmegoldás.
4.3.4.	Megvalósítása során alkalmazott képzési módszerek:	A tananyagegység/modul/témakör tartalmának, jellegének, a megvalósítás során alkalmazott munkaformának, valamint a csoport összetételének és igényeinek megfelelően a módszerek a következők lehetnek: előadás, magyarázat, szemléltetés, megbeszélés, rendszerezés, megfigyelés, együttes és önálló tananyag feldolgozás, csoportos feladatmegoldás, gyakorlati feladatok megoldása, projekt módszer, feladatlap kitöltése, írásbeli felelet, házi feladat, kiadott feladatok pontosítása, távoktatási tananyag és tananyagba épített iránymutatás.
4.3.5.	Óraszám:	6
4.3.6.	Beszámítható óraszám: ¹⁰	6
4.3.7.	Tartalma:	A személyes veszélyes csoport identitás építésének jellemzői, az identitás építés folyamatának bemutatása, az identitás tényezőinek megismerése. Az identitás, és homlokzati védelem eseteinek felismerése, az én védő mechanizmusok megfeleltetése az ön-, és érdekvédelemre, az interperszonális készségek fejlesztésével.
4.3.8.	A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltétele(i):	A tananyagegység elvégzéséről nem kerül kiadásra külön igazolás. A 7.2. pontban meghatározott feltételek teljesítése esetén a képzés végén kerül kiadásra a tanúsítvány.

4.4. Tananyagegység¹¹

4.4.1.	Megnevezése: ¹²	Az önismereti munka alapjai, az önreflektív magatartás jellemzői
4.4.2.	Célja:	A résztvevők váljanak képessé önmaguk és mások viselkedésére reflektív megállapításokat megfogalmazni, a csoporttól és a tréleről kapott visszajelzéseket az identitásukra integrálni. A résztvevők a kapott ismereteket tudják alkalmazni.
4.4.3.	Megvalósítása során alkalmazott munkaformák:	A képzésben részt vevő személyes jelenlétét vagy interaktív és távolléti kapcsolattal megvalósuló jelenlétét igénylő csoportos képzés, igény esetén konzultáció: frontális oktatás, egyéni feladatmegoldás, csoportos munka, kooperatív csoportmunka. A képzésben részt vevő személyes jelenlétét nem igénylő önálló tanulás (távoktatás): távoktatási tananyagba épített iránymutatás, irányított tanulás, e-learning, digitális platformon való tananyagfeldolgozás, egyéni feladatmegoldás.
4.4.4.	Megvalósítása során alkalmazott képzési módszerek:	A tananyagegység/modul/témakör tartalmának, jellegének, a megvalósítás során alkalmazott munkaformának, valamint a csoport összetételének és igényeinek megfelelően a módszerek a következők lehetnek: előadás, magyarázat, szemléltetés, megbeszélés, rendszerezés, megfigyelés, együttes és önálló tananyag feldolgozás,

¹⁰ Kontaktórától eltérő munkaforma alkalmazása esetén, ha az a képzés óraszámába beszámítható, egyéb esetben nem releváns.

¹¹ A Tananyagegységeket bemutató alfejezetek száma a 4. pontban szereplő sorok számának megfelelően bővítendő.

¹² Megegyezik az 4. pontban feltüntetett megnevezéssel.

		csoportos feladatmegoldás, gyakorlati feladatok megoldása, projektmódszer, feladatlap kitöltése, írásbeli felelet, házi feladat, kiadott feladatok pontosítása, távoktatási tananyag és tananyagba épített iránymutatás.
4.4.5.	Óraszám:	6
4.4.6.	Beszámítható óraszám: ¹³	6
4.4.7.	Tartalma:	Az egyéni tesztekből és a megfelelési lapokból kinyerhető információk önálló rendszerezése. Egyéni eset elemzések.
4.4.8.	A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltétele(i):	A tananyagegység elvégzéséről nem kerül kiadásra külön igazolás. A 7.2. pontban meghatározott feltételek teljesítése esetén a képzés végén kerül kiadásra a tanúsítvány.

5. Csoportlétszám

5.1	Maximális csoportlétszám: ¹⁴ (fő)	20 fő
-----	--	-------

6. A képzésben részt vevő teljesítményét értékelő rendszer leírása

6.1.	<p>A képzésben résztvevő teljesítményét képzés közben fejlesztő értékelés keretében értékeljük. A fejlesztő értékelés szerepe, hogy a képzésben résztvevők fejlődését támogassa, a tanulási igényeket pontosítsa, az oktatók tanulásszervezési feladatait segítse.</p> <p>A fejlesztő értékelés önellenőrző kérdések segítségével történik.</p> <p>A fejlesztő értékeléshez nem tartozik minősítés, a tanulási és tanítási folyamatokat szolgálja.</p> <p>A képzéshez záró (szummatív) értékelés nem kapcsolódik.</p>
------	---

7. A képzés zárása

7.1.	A képzés elvégzéséről szóló igazolás megnevezése:	TANÚSÍTVÁNY 2013. évi LXXVII. törvény 13/B. § 11/2020. (II. 7.) Korm. rendelet 22. § (1)
7.2.	A képzés elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei:	A képzés elvégzéséről szóló tanúsítvány kiadásának feltétele a képzésen való részvétel (a megengedett hiányzás mértékének figyelembevételével).

8. A képzési program végrehajtásához szükséges feltételek


8.1.	Személyi feltételek:	Felsőfokú pedagógiai végzettség és tréneri munkában szerzett minimum 3 év gyakorlat.
8.2.	Személyi feltételek biztosításának módja:	Az oktatót a képző intézmény foglalkoztatja munkaszerződéssel, megbízási szerződéssel vagy az oktató alkalmazását bizonyító más szerződéssel.
8.3.	Tárgyi feltételek:	A képzésben részt vevő személyes jelenlétét igénylő képzési rész esetén: a résztvevők létszámának megfelelő oktatóterem a hozzá kapcsolódó berendezési tárgyak: flipchart tábla vagy kivetítő, tanulói és

¹³ Kontaktortól eltérő munkaforma alkalmazása esetén, ha az a képzés óraszámába beszámítható, egyéb esetben nem releváns.

¹⁴ Zárt rendszerű elektronikus távoktatás esetén nem releváns.

		<p>tanári létszámnak megfelelő asztal és szék, laptop/személyi számítógép, szoftverek, internetelérés.</p> <p>A képzésben részt vevő interaktív és távolléti kapcsolattal megvalósuló jelenlétét igénylő, illetve a képzésben résztvevő személyes jelenlétét nem igénylő képzési rész esetén:</p> <ul style="list-style-type: none">• intézmény részéről: a képzési program megvalósításához szükséges számítástechnikai eszközök, internetelérés, a képzési programban alkalmazott szoftverek;• képzésben résztvevő részéről: a képzés elvégzéséhez résztvevői oldalról szükséges számítástechnikai eszközök (például laptop/személyi számítógép/tablet/okostelefon, mikrofon, webkamera) és internetelérés.
8.4.	Tárgyi feltételek biztosításának módja:	<p>A képzéshez szükséges tárgyi feltételek, eszközök meglétét a felnőttképző tulajdonjog, használati jog, bérleti jogviszony vagy egyéb használatra irányuló jogviszony alapján biztosítja.</p> <p>A képzésben részt vevő interaktív és távolléti kapcsolattal megvalósuló jelenlétét igénylő, illetve a képzésben résztvevő személyes jelenlétét nem igénylő képzési rész esetén: a képzés elvégzéséhez résztvevői oldalról szükséges számítástechnikai eszközöket és internetelérést a képzésben résztvevő saját eszközeként biztosítja.</p>
8.5.	A képzéshez kapcsolódó egyéb speciális feltételek:	-
8.6.	A képzéshez kapcsolódó egyéb speciális feltételek biztosításának módja:	-

9. Az előzetes minősítés ténye

Szakértő nyilatkozata:	A képzési program előzetes minősítése megtörtént.
Az előzetes minősítés helye:	Budapest
Az előzetes minősítés időpontja:	2024.06.26.
Az előzetes minősítést végző felnőttképzési szakértő neve:	Pádár Tivadar
Az előzetes minősítést végző felnőttképzési szakértő nyilvántartási száma:	FSZ/2020/000057
Felnőttképzési szakértő aláírása:	
Felnőttképző intézmény képviselőjének aláírása:	