



„FÓNIX ME” – Megújuló Egyetem felsőoktatási intézményi fejlesztések a felsőfokú oktatás minőségének és hozzáférhetőségének együttes javítása érdekében

EFOP 3.4.3-16-2016-00015

## MENTORTRÉNING

### A tréning célja

A mentorálási tréning összesen 30 órás elméleti és gyakorlati részből áll. Az összeállított gyakorlatok és rövid elméleti blokkok elsődlegesen azt célozzák meg, hogy a hallgatók képet kapjanak önmagukról, személyiségükről, megismerjék azokat a jellemzőiket, melyek alkalmassá teszik őket arra, hogy mentor szerepet vállaljanak. Emellett szeretnénk megismertetni a társadalmi felelősségvállalás aspektusait, az önkéntesség fontosságát, személyiségfejlesztő hatását, az egyetemen belüli élet sokszínűségét, fejlesztési lehetőségeit. És természetesen egy nagyobb elméleti és gyakorlati blokk foglalkozik magának a mentorálásnak a fogalmával, a folyamat részletes megismerésével, tréninggyakorlatokon keresztül való kipróbálásával.

Azt reméljük, a 30 órás tréning végére a hallgatók jobban megismerik önmagukat, felismerik és fejlesztik azokat a személyiségjegyeiket, melyek alkalmassá teszik őket a mentorálási folyamatban való részvételre, világosan látják magukat, lehetőségeiket a mentorálási folyamat egészében.

**A tréningek minden alkalommal az E/7-es kollégiumban (Egyetemi menza mögötti épületben), a „KIP Központ” földszinti termében kerülnek megtartásra.**

**A jegy szerzésének feltétele: a tréning mind három napján való aktív részvétel.**

**Dr. Osváth Andrea:**

**A mentorálás folyamata**

**10 órás részképzés**

**március 8. 9 órától 19 óráig**

### TÉMA

1. Protokoll, technikai keretek
2. Bemutatkozás: Rapid-randi
3. A tréning: szabályok, keretek
4. Elvárások- fenntartások, a tréning célja, pszichológiai szerződés
5. A tréningen érintett témakörök bemutatása
  - 5.1. A mentorálás fogalmának meghatározása
  - 5.2. A mentorálás folyamatának fogalmi és módszertani keretei
  - 5.3. Kommunikáció a mentorálási folyamatban
  - 5.4. Kommunikáció a mentorálási folyamatban
6. Energetizáló, hangulatoldó gyakorlatok

\*\*\*

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFETTES A JÖVŐBE**



„FÓNIX ME” – Megújuló Egyetem felsőoktatási intézményi fejlesztések a felsőfokú oktatás minőségének és hozzáférhetőségének együttes javítása érdekében

EFOP 3.4.3-16-2016-00015

**Prof. Dr. Csepeli György**  
**A Másik Személy megismerése**  
**10 órás részképzés**

**1. rész: március 09. 9 órától 14 óráig.**  
Személypercepciós gyakorlat

**2. rész: március 10. 9-12 óráig**  
(A 2. nap első órája) A segítő kapcsolat  
(A 2. nap második órája) Összefoglalás

A tréning: A tréning, mint tanulási forma, és benne a tréneri szerep tisztázása. A tréning időtartama alatt betartandó szabályok ismertetése.

Elvárások- fenntartások, a tréning célja, pszichológiai szerződés: Saját elvárások tisztázása. Elkötelezettség kialakítása az együtt tanulásra

**TÉMA**

1. A tréningen érintett témakörök bemutatása:
2. A résztvevőkkel megismertetni a tréning célkitűzéseit, tematikáját.
3. Átfogó kép kialakítása.
4. A személy, mint a megismerés tárgya és alanya.
5. A megismerő és a megismert egymásra hatása.
6. A megismerő és megismert fogalmának tapasztalati megismerése.
7. A tükör metafora jelentése a személyek megismerésében.
8. Az identitás körei.
9. Nem, nemzet, vallás, társadalmi státusz.
10. Személyiség-attribútumok.
11. Narratív önbemutató.
12. A személyiség fogalma.
13. Az öt legfontosabb személyiségjegy jellemzőinek megismerése.
14. Idioszinkráziák. Személypercepciós gyakorlat

\*\*\*





„FÓNIX ME” – Megújuló Egyetem felsőoktatási intézményi fejlesztések a felsőfokú oktatás minőségének és hozzáférhetőségének együttes javítása érdekében  
EFOP 3.4.3-16-2016-00015

**Dr. Havasi Virág**

**Egyetemi lét: fejlesztési lehetőségek és technikák a mentorálási folyamatban,  
10 órás részképzés**

**1. rész: március 9. 14 órától – 18 óráig**

**2. rész: március 10. 13 órától 19 óráig**

**TÉMA**

1. Tréneri köszöntő, Bemutatkozás
2. Értékrend, életminőség, életmód
3. Karrier tervezés
4. Magánélet 1. rész
5. Magánélet 2. rész
6. Társadalmi felelősségvállalás, önkéntesség, munka tapasztalatok, 1. rész
7. Társadalmi felelősségvállalás, önkéntesség, munka tapasztalatok, 2. rész
8. Egyetemi élet
9. A Miskolci Egyetem diákéletének reformja

