

Szakmai beszámoló

A PTE TTK Sporttudományi és Testnevelési Intézete által szervezett „Asszertív munkahelyi kommunikáció fontossága” című képzők képzéséről

A Pécsi Tudományegyetem és a Nyugat-magyarországi Egyetem „Sporttudományi képzés fejlesztése a Dunántúlon 2015” TÁMOP-4.1.2.E-15/1/KONV-2015-0003 képzők képzése projekt keretében „**Asszertív munkahelyi kommunikáció fontossága**” címmel 10 órás tanfolyamot (elmélet és gyakorlat) hirdetett a Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar dolgozói részére.

A tanfolyam 2x5 órában 2015. október 6-7-én 14:00–18:00-ig került megtartásra a PTE TTK Sporttudományi és Testnevelési Intézet olvasótermében. A képzésben való részvétel ingyenes volt, azonban regisztrációhoz kötött. A jelentkezési határidőt 2015. október 2-ig adtuk meg, a maximális részvételi szám 20 fő volt, amely igazodott a gyakorlatorientált, páros és kiscsoportos feladatok követelményeihez. A jelentkezési határidőig a Sporttudományi Intézet kollégáin kívül külsős jelentkezés is történt, több a TTK más Intézeteihez kapcsolódó PhD hallgató vett részt a képzésben.

A képzés lebonyolítására külsős oktatókat kértünk fel: az asszertív kommunikációval több éve foglalkozó Sipos Tündét, és a több évtizedes tréneri tapasztalattal rendelkező, a PTE KTK címzetes egyetemi docensi címmel is rendelkező Héder Sándort.

A képzés elméleti blokkal indult, amelyben a résztvevők megismerkedhettek az asszertív kommunikáció lényegével, az asszertív, agresszív és szubmisszív kommunikáció különbségeivel, előnyeivel és hátrányaival. Ezt követően az asszertív kommunikáció részterületeinek elméleti megismertetése következett. Minden egyes elméleti blokkot esettanulmány, valamint páros és csoportos feladatok egészítették ki, amelyek révén a résztvevők elképzelt helyzetekben próbálhatták ki az asszertív kommunikáció technikáit, eszközeit és azon helyzeteket, amelyekben azt a legnehezebb használni.

A két nap folyamán az alábbi témakörök áttekintésére került sor:

- **Viselkedési lehetőségek a mindennapi interakciókban** – *Rövid interaktív elméleti blokk feladatokkal, és önismereti teszttel*
- **Az asszertív viselkedés elmélete** – *Rövid interaktív elméleti blokk feladatokkal, filmrészletekkel*

- **Az asszertív viselkedés gyakorlata I.** – Rövid interaktív elméleti blokk feladatokkal, csoportmunkákkal
- **Az asszertív viselkedés gyakorlata II.** – A legnagyobb kihívást jelentő kommunikációs helyzetek feldolgozása csoportmunkákban és szerepjátékokban (Az alábbi pontokból a résztvevők igényei alapján választottunk témákat.)
- **Hogyan irányítja az asszertív személyiség saját belső világát?** - Rövid interaktív elméleti blokk
- **A képzés összefoglalása és zárása**

A képzés során alkalmazott módszerek

- Interaktív elméleti blokkok
- Csapatfeladatok
- Szituációs játékok
- Rövid szemináriumi blokkok
- Egyéni munka
- Energizáló játékok
- Önismereti tesztek

A tanfolyam zárásaként tanúsítványt adtunk ki (mellékletben csatolva) a résztvevőknek (jelenléti ív csatolva), majd emailben utólag is megköszöntük részvételüket. A képzést a szóbeli és írásbeli visszajelzések alapján is rendkívül hasznosnak ítélték meg a résztvevők, így az hozzájárult ismeretanyaguk bővítéséhez, amelyet a mindennapos munkavégzésük és a munkahelyi kommunikációjuk során is képesek lesznek kamatoztatni.

Kajos Attila
Egyetemi tanársegéd
PTE TTK STI

Sportelmélet és Sportszervezés Tanszék

Rosenberger Jánosné
gazdasági ügyintéző
PTE TTK STI

Gyöngyösi Zoltán
sportszakember
PTE TTK STI





