



# Mellékletek

## Tartalom

|                                                                                                         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. számú melléklet                                                                                      | 2  |
| VÁLTÓ-LÁZ                                                                                               | 2  |
| I. Amit a játék előtt tudni kell                                                                        | 3  |
| II. A játék célja                                                                                       | 3  |
| III. A játékdoboz tartalma                                                                              | 3  |
| IV. Előkészítés                                                                                         | 4  |
| VI. A játék menete                                                                                      | 5  |
| VII. A játék vége és értékelése                                                                         | 10 |
| 2. számú melléklet - Független szakértői vélemény és a javaslatokra történő észrevételek                | 11 |
| 3. számú melléklet - Coaching űrlap                                                                     | 15 |
| 4. számú melléklet - Kérdés katalógus                                                                   | 18 |
| 5. számú melléklet - Kommunikációs és önismereti képzés (E-000363/2014/D004) - 30 óra                   | 21 |
| 6. számú melléklet - Digitális kompetencia fejlesztés (E-000363/2014/D005) - 50 óra                     | 34 |
| 7. számú melléklet - Lehetőségeim, kompetenciáim a reintegrációs munkában (engedélyezés alatt) - 10 óra | 47 |



## 1. számú melléklet

# Váltó-Láz: szabadulásra felkészítő/érzékenyítő társasjáték - játékszabály

## VÁLTÓ-LÁZ

A Váltó-sáv Alapítvány  
szabadulásra felkészítő  
társasjátéka

(M 17 00317 védjegy, Szellemi Tulajdon Nemzeti Hivatala)

|                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |  |                                                                                     |  |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                       |                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                     |   |   |  |                                                                                     |  |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |   |
|                                                                                     | ÁLLÁSKERESÉS +1                                                                     | OKMÁNYIRODA                                                                         |  |                                                                                     |  | MINDEN<br>DOKUMENTUM                                                                 | MEGJELENÉS +1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | EGÉSZSÉG +1                                                                           | ÁLLÁSKERESÉS                                                                          |
|  |                                                                                     |  |  |                                                                                     |  |  | <p>HA OTTHON VAGY, AZ ALÁBBI<br/>TEVÉKENYSÉGEK KÖZÜL HÁRMAT<br/>VEGEZNEI SZÉL EGY NAP ALATT<br/>ÖSSZESEN 1.000 PONTOT.</p> <p>MOSDÁS: +1 MEGJELENÉS<br/>FŐZÉS: +1 EGÉSZSÉG<br/>SPORT: +1 MEGJELENÉS<br/>TAKARÍTÁS: +1 ERŐNLÉT<br/>INTERNET: +1 INFORMÁCIÓ<br/>ORVOS: +1 EGÉSZSÉG<br/>TELEFON: +1 INFORMÁCIÓ<br/>CSALÁDTUDATÁS: +1 ERŐNLÉT</p> <p>A PLUSZ PONTOKAT A JÁRTÉKTEREN<br/>HASZNÁLHATOD FEL.</p> <p>OTTHONI ÁLLÁSKERESÉSÉNél NEM<br/>HASZNÁLHATOD PLUSZ PONTJÁDAT!</p> <p>A KORMÁNYHIVATALBAN MINDEK<br/>KÖZÜL VÁLVÁZOTAT EGYSZERRE<br/>ELKÉSZÍTHETED, HAKÉTKOCKÁVAL 11-<br/>ET VAGY 12-ET DOBSZ. ITT SEM<br/>HASZNÁLHATSZ PLUSZ PONTJÁDAT!</p> |  | MEGJELENÉS +1                                                                         |
| ÁLLÁSKERESÉS +2<br>+1 EGÉSZSÉG<br>+1 INFORMÁCIÓ                                     |  | ALBÉREK<br>36.000 Ft +<br>15.000 Ft RÉZSI                                           |  |  |  |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | ERŐNLÉT +1                                                                            |
|                                                                                     |                                                                                     |  |  |  |  |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | INFORMÁCIÓ +1                                                                         |
|  |                                                                                     |  |  |  |  |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | EGÉSZSÉG +1                                                                           |
|                                                                                     |                                                                                     |  |  |                                                                                     |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |
|                                                                                     | OKMÁNYIRODA                                                                         |                                                                                     |  |                                                                                     |  | BANK                                                                                 | ERŐNLÉT +1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | INFORMÁCIÓ +1                                                                         | ÁLLÁSKERESÉS                                                                          |

## Játékszabály

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



## **I. Amit a játék előtt tudni kell**

E szabálygyűjtemény a játékvezető(k)nek szól.

Mivel a játék alapvető célja fogvatartottak felkészítése a szabadulás első hónapjának feladataira, kihívásaira egy-egy csoport keretében, nyilvánvalóan nincs lehetőség arra, hogy a játék szabályait részletesen megismertessük a játékosokkal. Egy csoport foglalkozás jobb esetben másfél órás időtartama éppen egy játék lejátszására elegendő. Emiatt egyfelől a lehető legegyszerűbb szabályokra törekedtünk annak figyelembevételével, hogy a játék alapvető céljait és életszerűségét még megőrizze, másfelől a lejátszáshoz szükséges tudnivalók szinte mindegyikét az ún. SZEMÉLYLAPON valamint a JÁTÉKTÉR felületén tüntettük fel rövid szöveges magyarázatok és ikonok formájában, hogy a játékosok minél jobban eligazodhassanak a játék menetében. A speciális tudnivalók, ritkábban előforduló vagy magyarázatra szoruló ismeretek viszont átláthatatlanná vagy túlságosan bonyolulttá tették volna az előbbi felületeket, ezek ismerete tehát a játékvezető feladata, hogy kérdéses esetekben instruálhassa a játékosokat. Fontos tehát, hogy a játékosok által is elérhető információk mellett ezeket is alaposan tanulmányozza a foglalkozás vezetője.

## **II. A játék célja**

A játék célja, hogy felkészítse a majdan szabaduló fogvatartottakat a szabadulást követő körülbelül egy hónap teendőire játékos, didaktikus formában. Ez magába foglalja

- a lakhatás és az azzal kapcsolatos költségek fedezetének megteremtését;
- a szükséges dokumentumok beszerzését;
- a munkakeresés nehézségeit és lehetőségeit;
- az önellátás kihívásait;
- a váratlanul felmerülő költségek problémáit;
- a mindezeket megkönnyítő lehetőségek bemutatását.

A játékosok a megszerzett információkról a játék során emlékeztetőt kapnak, melyeket összegyűjtve és összefűzve elvihetnek, és később tanulmányozhatják azokat. Ezek anyaga megegyezik a Váltó-sáv Alapítvány által korábban összeállított „szabadulásra felkészítő füzet” anyagával (Praktikus ismeretek szabaduláskor, <http://www.valtosav.hu/praktikus.html>).

## **III. A játékdoboz tartalma**

(négy személyre)

- 1 db JÁTÉKTÉR, ezen folyik a játék
- 1 db INFORMÁCIÓS FÜZET, A4-es méretben, mely a játékosoknak kiosztandó információs lapok másolata a játékvezető számára
- INFORMÁCIÓS LAPOK A5-ös méretben, 4 példányban, melyeket a játék során a

**SZÉCHENYI 2020**



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**



játékosoknak kell kiosztani a tartalmuk felmerülésének sorrendjében

- 4 db befűző, a fentiek összegyűjtésére
- 4 db bábu a játékos helyzetének jelzésére és 4 db céljelző az elérendő cél megjelölésére
- 4 db SZEMÉLYLAP, mely az alapvető lejártszási információkat tartalmazzák
- 1 csomag SÁV-VÁLTÓ kártya a lépésekhez
- 1 csomag SZERENCSEKÁRTYA (hátlapján ? jelzés található)
- 1 csomag PLUSZPONT, melyeket a játékosok céljaik elérésének megkönnyítésére használhatnak fel. Ezen belül EGÉSZSÉG, ERŐNLÉT, MEGJELENÉS és INFORMÁCIÓ feliratú lapok
- 4 db TELEFON kártya, mely a játék során megvásárolható, és kedvezményekre jogosítja felhasználóját
- 4 db INTERNET kártya, mely a játék során megvásárolható, és kedvezményekre jogosítja felhasználóját
- 1 csomag játékpénz
- 2 db dobókocka
- 4 db buszjegy-fénymásolat
- 4 db REZSI CSEKK

## **IV. Előkészítés**

### **A. Napi kiadások, indulótőke, végzettség**

A játék elején a játékvezető a következő információkat jegyzi fel a SZEMÉLYLAP megfelelő rubrikájába:

- gyermekek száma; minden egyes gyermek naponta 500 forinttal növeli a játékos BETEVŐ költségét
- végzettség (8 általános, érettségi vagy szakképesítés); ezek a JÁTÉKLAPON feltüntetett pluszpontokat jelentenek az álláskeresés során (8 általános 1, a szakképesítés és az érettségi 2 pontot ér)
- börtönben ledolgozott évek száma; ez határozza meg a játék elején a játékosok indulótőkéjét, ez ledolgozott évenként 10000 forint.
- szenvedélyek (cigaretta, ital, kávé); a cigaretta és az ital naponta 500 forinttal növeli a BETEVŐ összegét, a kávé havonta 1000 forinttal.

Ezeket mindenképpen a játék elején kell rögzíteni, mivel ezeknek költségvonzata van, és így elkerülhető az utólagos „alkudozás”.

### **B. Lakhatás**

Ezután minden játékos a JÁTÉKTÁBLA információi (a zöld mezőkön szerepel, mi mennyibe kerül) és anyagi helyzete alapján eldönti, hol szeretne lakni. A lehetőségek:

- HAJLÉKTALANSZÁLLÓ
- ISMERŐS, CSALÁD, FÉLUTAS LAKÁS
- ALBÉRLET.

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**



A játékvezetőnek fel kell hívnia a figyelmet ezen lakhatási lehetőségek anyagi vonzatára. A játék során ugyanis, tetszőleges időben, de legkésőbb a játék végén, minden játékosnak be kell fizetnie ténylegesen (vagy hitelre, ha nincs pénze) lakhatásának költségeit. **HAJLÉKTALANSZÁLLÓN** ez 2000 forint, **ISMERŐSÖKNÉL**, **CSALÁDJÁNÁL** vagy **FÉLUTAS LAKÁSBAN** 10000 Ft + 5000 Ft rezsi, **ALBÉRLET** esetén pedig 30000 Ft + 15000 Ft rezsi.

A lakhatás eldöntése és a **SZEMÉLYLAPOK** kitöltése után a játékvezető kiosztja a kezdőtökéket, és ismerteti a játék célját és menetét.

## **V. A játékosok célja**

A játékosok célja, hogy

a.) teljesítsék a **JÁTÉKLAPOK** jobb oldalán feltüntetett küldetéseket, azaz

- ha szükséges, megjelenjenek a pártfogónál
- megszerezzék az alapvető személyes dokumentumokat (személyi igazolvány, lakcímkártya, adókártya, TAJ-kártya)
- regisztráljanak álláskeresésre és/vagy találjanak munkát, és szerezzenek bankkártyát, hogy fizetésüket megkaphassák

b.) a lehető legjobb anyagi helyzetben zárják a játékot.

## **VI. A játék menete**

A játékosok megállapodás szerint kerülnek sorra.

Minden játékos két dolgot tehet egy körben

**A. küldetést teljesít**

**B. otthon marad plusz pontokat gyűjteni.**

### **A. Küldetések teljesítése**

A soron következő játékos céljelzőjét egy a küldetések sorrendjében következő célmezőre helyezi, majd az általa választott lakhatási helyről útnak indul. Mielőtt elindulna, a játékvezető kérdésére eldönti,

- tömegközlekedéssel, jeggyel,
- tömegközlekedéssel, jegy nélkül vagy
- gyalogosan akar haladni.

Gyalogosan négyet, tömegközlekedéssel ötöt léphet egy körben, de lépéseinek számát csökkenthetik egyes, a

**SZERENCSEKÁRTYÁKON** szereplő váratlan események, vagy növelhetik pluszpontok.

A vonaljegyért 500 forintot kell fizetnie, ezután a játékvezetőtől egy jegyet kap.

Bliccelés esetén a **KONTROLL** irányba csak 6000 forint helyszíni bírság megfizetése esetén léphet.

**SZÉCHENYI 2020**



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**



## Célmezők

Célmezőket csak a SZEMÉLYLAPON feltüntetett sorrendben lehet választani. ÁLLÁSKERESÉS mezőt csak akkor jelölhet meg a játékos, ha megszerezte már a személyi igazolványát, lakcím-, adó- és TAJ-kártyáját!

## Lépések

Minden egyes lépés előtt egy SÁVVÁLTÓ kártyát kell a játékosnak felhúznia. Az aktuális kártyát a JÁTÉKTÉR tájolásához kell igazítani. Minden egyes kártya négy lehetséges irányt jelöl ki. Átlósan lépni nem lehet. A kártyákon szereplő irányjelzők mellett egy-egy ikon jelzi az arra haladás esetén teendőket (vagy nem teendőket).

## A jelzések



**RUHAOSZTÁS** – az arra haladó játékos egy MEGJELENÉS pontot kap, és megkapja az ezzel kapcsolatos tájékoztató lapot.



**ÉTELOSZTÁS** – az arra haladó játékosnak nem kell fizetnie az aznapi BETEVŐÉRT, beleértve gyermekeiét is, és megkapja az ételosztással kapcsolatos tájékoztató lapot.



**ALKALMI MUNKA** – az erre haladó játékos, amennyiben megszerezte már az adókártyáját, kap 4000 forintot. Ellenkező esetben is léphet erre, de nem kap érte pénzt.



**INTERNET-ELŐFIZETÉS** – ebbe az irányba haladva a játékos 3000 forintért internet-előfizetést vásárolhat magának. Ez minden egyes felhasználáskor 1 INFORMÁCIÓ pontot jelent, melyet a játékos kártyája felmutatásával érvényesíthet. A játékvezetőnek érdemes felhívnia a játékos figyelmét az internet jelentőségére, és arra, hogy ennek megfelelően a játék menete szempontjából is nagy előnyt jelent ezen kártya birtoklása (pl. körönként plusz egy lépés).



**MOBILTELEFON-ELŐFIZETÉS** - erre haladva a játékos 3000 forintért mobiltelefont vásárolhat magának. Ez minden egyes felhasználáskor 1 INFORMÁCIÓ pontot jelent, melyet a játékos kártyája felmutatásával érvényesíthet. A játékvezetőnek érdemes felhívnia a játékos figyelmét a mobiltelefon jelentőségére, és arra, hogy ennek megfelelően a játék menete szempontjából is nagy előnyt jelent ennek a kártyának a birtoklása (pl. körönként még egy lépés).

**SZÉCHENYI 2020**



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**



**SZABAD A PÁLYA** – Erre haladva a játékosal semmi nem történik.



**KONTROLL** – ebbe az irányba haladva azoknak a játékosoknak, akik jegy nélkül választották a tömegközlekedést, 6000 forintot kell fizetniük. Akiknek van jegye, illetve akik gyalogosan vágtak neki az aznapi küldetésnek, szabadon, fizetési kötelezettség nélkül haladhatnak erre.



**IGAZOLTATÁS** – akiknek már megvan a személyijük és a lakcímkártyájuk, szabadon haladhatnak erre. Akiknek viszont nincs és erre mennek, a BÖRTÖN mezőre kerülnek.



**SZERENCSEKÁRTYA** – aki erre lép, köteles felhúzni egy SZERENCSEKÁRTYÁT, és követni annak utasításait.



**RÉGI BARÁTOK** – erre haladva a játékos szembesül azokkal a kihívásokkal, amelyeket korábbi „barátai” jelentenek. Jelesül, hogy a könnyen jött, sok pénzt ígérő, „tuti” munkák leggyakrabban a visszaesést, vagy annak első állomását jelentik. Erre a játékvezető felhívja a játékos figyelmét, majd arra is, hogy ebbe az irányba haladva mi a játékos teendője. Két kockával kell dobnia. Amennyiben két hatost dob, megússza a börtönt, és 1000 forintot kap a „munkáért”. Ellenkező esetben viszont a BÖRTÖN mezőre kell helyeznie bábuját.



**JÁTEKTEREM** – ebbe az irányba haladva a játékosnak legalább 1000 forintot el kell játszania. A játékos a tét befizetése után 1 dobókockával dob. Amennyiben 6-ost dob, a feltett összeg dupláját kapja vissza, ellenkező esetben a tét elvész.

Az egyes lépések után a felhasznált SÁVVÁLTÓ kártyát lefordítva el kell különíteni. Mikor az utolsó kártya is elfogyott az eredeti csomagból, a félretett lapokat a játékvezető megkeveri, ezután lehet azokat újra felhasználni. Hasonlóan kell eljárni a SZERENCSEKÁRTYÁK esetében is.

### **A lehetséges lépésszám elérése után**

**a.)** Ha a játékos elérte az általa kijelölt célmezőt, megkapja az ott megszerezhető dokumentumot. A személyi igazolványért 1500, a lakcímkártyáért 500, a TAJ- illetve adókártyáért 2200 forintot kell fizetnie (mivel a legkisebb pénz az 500 forint, az utóbbi két esetben 2000 forint a fizetendő összeg, de a játékvezetőnek a helyes összegről tájékoztatnia kell a játékost). A játékvezetőnek fel kell hívnia a játékos figyelmét a megszerzendő dokumentumok költségvonzatára

**SZÉCHENYI 2020**



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**



még a lépések megkezdése előtt, hogy a játékos a lépések közben erre legyen tekintettel. Amennyiben a célmezőt elérve nincs elegendő pénze, vehet fel kölcsönt (banktól 10%-os kamatra vagy egyik társától, ha az ad neki kamatmentesen), vagy kérhet méltányosságból költségmentességet. Ennek megadásáról úgy döntenek, hogy két dobókockával dob a játékos, és amennyiben legalább 7-et dob, megkapja azt. Amennyiben a játékos nem fizet, és a költségmentességet sem sikerült megkapnia, küldetése sikertelen, a dokumentumot nem kaphatja meg. A játékvezető hívja fel a játékos figyelmét az idő fontosságára és a felvehető kölcsön lehetőségére.

Ezután a játékos bábuját valamint céljelzőjét maga elé teszi. Ha vásárolt jegyet, azt visszaadja a játékvezetőnek, majd befizeti a rá vonatkozó aznapi költségeket, hacsak, ez alól a lépések során nem kap mentességet (ÉTELOSZTÁS vagy SZERENCSEKÁRTYA révén). Ezután a következő játékos tevékenykedhet.

**b.)** Ha a játékos SZERENCSEKÁRTYA révén eljutott a VÁLTÓ-SÁV mezőre, ott megkapja EGÉSZSÉG és INFORMÁCIÓS pontjait, és munkát is kereshet.

Kizárólag itt van lehetőség arra, hogy a személyi igazolvány, a lakcím-, adó- és TAJ-kártya megszerzése előtt valaki munkát keressen. Viszont a sikeres munkakeresés esetén sem kaphatja meg a játékos addig a fizetését, amíg nem rendelkezik személyivel, lakcím-, adó-, TAJ-, és bankkártyával! Erre a játékvezetőnek fel kell hívni a játékosok figyelmét.

A VÁLTÓ-SÁV mezőre küldetés közben eljutott játékosnak dolga végeztével haza kell térnie, céljelzőjét és bábuját le kell vennie a tábláról, és eredeti küldetését újra kell kezdenie. Jegyét, ha váltott, vissza kell adnia a játékvezetőnek, és be kell fizetnie a rá vonatkozó aznapi költségeket.

**c.)** Amennyiben a játékos lelépte maximális lépéseit, de nem jutott el az általa választott célmezőre, nem kell hazatérnie, bábuját és céljelzőjét a JÁTEKTÉREN hagyja, és a következő körben onnan folytathatja küldetését.

**d.)** Ha a játékos valamiért a BÖRTÖN mezőre került, céljelzőjét a kijelölt célmezőről le kell vennie, bábuját a BÖRTÖN mezőre kell helyeznie, jegyét, ha vásárolt, vissza kell adnia a játékvezetőnek, a kör véget ért számára. Napi költségeit nem kell megfizetnie. Viszont a következő körben innen indulva először az általa választott lakhelyére kell eljutnia, csak azután folytathatja a küldetések teljesítését. A hazatérés során (szabadulását követően) napi költségeit már meg kell fizetnie.

**e.)** Ha a játékost SZERENCSEKÁRTYA haza irányítja, és a körből is kimarad, a JÁTEKTÉREN marad, és mikor legközelebb rákerül a sor, küldetését folytathatja.

**f.)** Ha a körből nem marad ki az utasítás szerint, bábuját és céljelzőjét le kell vennie a tábláról, viszont otthoni tevékenységekre van lehetősége.

## B. Otthoni tevékenységek

Ha a játékos nem küldetést teljesít, hanem az otthon maradáást választja, vagy SZERENCSEKÁRTYA révén hazakerül, de a körből nem kell kimaradnia,



pluszpontokat szerezhetsz, melyeket a játék során használhat fel.

### Az otthon végezhető tevékenységek:



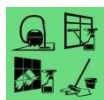
Mosás



Főzés



Sportolás



Takarítás



Internetezés

Orvoslátogatás



Telefonálás



Családlátogatás



Munkakeresés

Az egyes tevékenységek közül a játékos három tetszőlegesen választhat összesen 1000 forintért. Minden egyes elvégzett tevékenységért cserébe a játékos az ikonok árnyalatának megfelelő pluszpontokat kap, összesen tehát hármat.

A kékért INFORMÁCIÓ, a sárgáért MEGJELENÉS, a fehérért EGÉSZSÉG, a zöldért ERŐNLÉT pont jár.

A napi költségeket otthonmaradás esetén is meg kell fizetni!

### A pluszpontok jelentősége

A megszerzett pluszpontok a játék során jelentenek előnyt.

- INFORMÁCIÓ – ezt felhasználva a játékos a munkakeresésnél 1 pontot hozzáadhat kockával elért, illetve a játékmező által biztosított pontjaihoz, vagy eggyel többet léphet a körében.
- MEGJELENÉS – ezt felhasználva a játékos a munkakeresésnél 1 pontot hozzáadhat kockával elért, illetve a játékmező által biztosított pontjaihoz, vagy elkerülheti az igazoltatás következményeit, tehát személyi és lakcímkártya nélkül is szabadon közlekedhet az ezt megkövetelő irányba lépései során.
- EGÉSZSÉG – ezt felhasználva a játékos a munkakeresésnél 1 pontot hozzáadhat kockával elért, illetve a játékmező által biztosított pontjaihoz, vagy elkerülheti a SZERENCSEKÁRTYÁK által keletkeztetett, egészséggel kapcsolatos káros következményeket (influenzajárvány, megcsúszás a jeges járdán, másnapos ébredés).
- ERŐNLÉT – ezt felhasználva a játékos a munkakeresésnél 1 pontot hozzáadhat kockával elért, illetve a játékmező által biztosított pontjaihoz, vagy eggyel többet léphet a körében.

A felhasznált pluszpontot a játékvezetőnek vissza kell adni!

A játékvezető feladata ilyen esetekben az, hogy átkötő szöveggel kiemlje a választott tevékenységek jelentőségét, azoknak a



visszailleszkedésre gyakorolt pozitív hatását. Ki kell emelnie emellett azok költségvonzatát is, azaz meg kell magyaráznia, miért kell ezen tevékenysége után is fizetni.

## **Számlák befizetése**

A játék során bármikor, de legkésőbb a játék végén a játékosoknak meg kell fizetniük lakhatásuk költségeit. A fizetéskor REZSI SZÁMLÁT kapnak, melyet ki kell tölteniük, és a játékvezetőnek az összeggel együtt át kell adniuk. A játékvezető instruálja a játékosokat a kitöltésnél, ha kell, ellenőrzi, hogy a kitöltés helyesen történt-e, majd szükség esetén felhívja a figyelmet az elkövetett hibákra. Amennyiben a játékos a játék végén sem tud fizetni, a tartozás összegét a játékvezető feljegyzi.

## **Fizetés**

Az a játékos, aki megszerezte a szükséges dokumentumokat és állást is talált, naponta 5000 forintot kap. Napi kiadásait meg kell fizetnie, de lehetősége van másodállás keresése céljából ÁLLÁSKERESÉS mezőkre küldetésre indulni, vagy otthon maradvá pluszpontokat gyűjteni. Amennyiben álláskeresése sikerrel jár, ez után is megilleti a napi 5000 forint.

## **VII. A játék vége és értékelése**

A játék optimális körülmények között sem biztos, hogy a rendelkezésre álló legfeljebb másfél óra alatt véget ér. A rendelkezésre álló idő lejártá előtt körülbelül 10 perccel a játékvezető a játék menetét (lehetőleg kör végén) felfüggeszti, beszedi a lakhatás költségeit a még nem fizető játékosoktól, majd összesíti az eredményeket és értékeli a játékot. Az összesítés során feljegyzi az egyes játékosok anyagi helyzetét, az általuk elvégzett küldetéseket, majd az eredményeket pontokká váltja.

### **Pontrendszer**

- Minden elvégzett küldetés 1 pontot ér
- Minden 10000 forint készpénz 1 pontot ér, a töredékeket kerekíteni kell (azaz 4500 forint még 0, míg 5000 forint már 1 pont). A kölcsön (szükség esetén kamattal számított összege) negatív előjelet kap.
- Minden megszerzett munka 5 pont

A pontszámítás rendszerét a játék elején közölni érdemes, kiemelve a megszerzett munka jelentőségét. A pontszámítás fenti rendszere csak iránymutatás, attól igény szerint el lehet térni.



## 2. számú melléklet - Független szakértői vélemény és a javaslatokra történő észrevételek

A közösségi bűnmegelőzés modellje

EFOP-5.2.1-17-2017-00003

### Szakértői feljegyzés a 2018. szeptember 5-ei megbeszélésről

Előljáróban annyi elmondható, hogy nagyon hasznos szakmai megbeszélés zajlott le. A partnerek nyitottan és konstruktívan működtek közre, a kölcsönös tisztelet, egymásra való odafigyelés jellemezte a napot.

Délelőtt folyamán Pósa Kornél vezetésével a Váltó-sáv Alapítvány által kifejlesztett játékot ismerhettük meg saját élmény alapján. A saját tapasztalat és a megbeszélés alapján az alábbiakat érdemes átgondolni:

1. A játék időtartama: alapvetően eléggé hosszú a játék ideje. Előfordulhat, hogy a fogvatartottak sajátosságaik miatt nem tudják ezt figyelemmel végigkövetni. Érdemes lenne átgondolni, hogy milyen rövidítési lehetőségek vannak. Például rövidített verziót kitalálni, kisebb csoportot alakítani stb. **A játékot az évek során többször teszteltük, a fogvatartotti célcsoporttal számtalanszor játszottuk. A játékidő kb. másfél-2 óra, ez idő alatt a célcsoport számára - tekintve, hogy játékról van szó - képes a figyelemre. A játék optimális esetben 4 fővel játszható, ill. 1-2 fővel még a létszám növelhető is. Nem tervezzük rövidített változat kialakítását, tekintve, hogy a játékvezető feladata, hogy a játék lehetőségében rejlő partitúra jelleget kiaknázza, és adott esetben, innovatív és kreatív módon, a játékidőt csökkentse egy-egy küldetés vagy feladat elhagyásával.**
2. A játékvezetőnek kiemelt szerepe van – javasolom, hogy erre akkreditált, legalább 30 órás képzést dolgozzon ki az alapítvány. **Ez a pályázat szakmai tartalmában is benne van, egyrészt felnőttképzési, másrészt pedig szociális minősítést is kívánunk szerezni.**
3. Nem tartom szerencsésnek a nevek kiválasztását: inkább fiktív, szépirodalmi művek, krimik szereplőiből válogassanak. **A javaslatot elfogadjuk, a neveket átírjuk.**
4. A szerencsekártyáknál érdemes lenne még tipikus élethelyzeteket kitalálni: például a gyereke megbetegszik, drága gyógyszer kell fizetnie stb. – pont ezekkel lehetne rámutatni, hogy tőlünk független nehézségekkel is szembesülhetünk. **A szerencsekártyák valójában "esemény kártyák" (nem a szerencse, hanem az élet**

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



- eseményei határozzák meg a tartalmakat), folyamatosan bővítjük, a javasoltakkal is.
5. A jövedelemnél a családi pótlékra és segélyekre is lehet gondolni, valahogy ezt be kellene építeni. Szándékosan nem terveztük a jövedelem esetén a családi pótlékot és egyéb támogatási rendszer beépítését, tekintve, hogy igen jellemző a célcsoport esetében, hogy ezen támogatásokra épít - a játékkal inkább a munkaerő-piaci jövedelmek választását kívánjuk hangsúlyozni.
  6. Tisztázni, hogy mi a játék célja, vagy a céloknek megfelelően alakítani a játékot: más az érzékenyítésnél a cél, más a fogvatartottaknál, esetleg el lehet gondolkodni azon, hogy hátrányos helyzetű gyerekeknek, fiataloknak. A játékot elsősorban a fogvatartotti célcsoportra terveztük. Érzékenyítésre is alkalmas, ugyanakkor nem gondoljuk, hogy ez esetben univerzális lehet az érzékenyítés, azaz nagyon fontos, hogy milyen korosztályt, szakembereket, érdeklődőket, munkáltatókat, stb. érünk el. Alapvetően nem kívánjuk átalakítani, az érzékenyítés valójában a role-play (szerepjáték) funkcióval - kis túlzással: saját élmény tapasztalattal - meg tud valósulni.
  7. Személy szerint nem javaslom a piacositást. A képzést szeretnénk piacositani, magát a társasjátékot nem.
  8. Az ügyintézés aktualizálása nagyon fontos, ennek követése érdekében javasolt inkább mágnes tábla legyen, ahova általánosságban írják fel a szerveket és a pontos nevet kis kártyára lehet írni. A kivitelezés során történik a konkrét megvalósítás. Az ügyintézés mindig ügyintézés, aktualizálni nem fogjuk tudni annyira, hogy mindig pontosan olyan és az legyen, ami, mert ez az utóbbi években igen jelentősen és dinamikusan változik (pl. Praktikus ismeretek szabaduláskor kiadványunkat évenként kell aktualizálni).
  9. A kerettörténetet akár el lehet kezdeni azzal, hogy ők mit tesznek a börtönön belül a szabadulásuk előtt. Sok mindennel lehet kezdeni, de a játékot éppen azok számára gondoltuk alkalmazni (azért is gondolkodtunk egy másik módszeren), mert nagyon sokszor az a tapasztalat, hogy nem kívánnak azzal foglalkozni a fogvatartottak, hogy mi lesz szabadulás után (vagy nem tudnak, vagy nem akarnak). Direkt kérdésre kevéssé értékelhető válaszok születnek. Gyakran nincsenek is tisztában a teendőkkel vagy a lehetőségekkel. Meglátásom szerint inkább a játék közepén érdemes ezzel a kérdéssel (mit is tesznek szabadulás előtt a börtönön belül) foglalkozni.
  10. Az árakat érdemes aktualizálni. Ezt megteesszük, de ez is folyamatosan változik - inkább a nagyságrendek az érdekesek meglátásunk szerint.
  11. Pontozási rendszert kidolgozni: legyen büntetőpont, amikor olyasmit követ el, ami nem konstruktív viselkedésmód (addikció, stb). A jelenlegi pontozási rendszer igazságtalan. Az egész pontozási rendszer átdolgozás alatt.
  12. A jogosítvány megszerzése is kerüljön be. Mivel a célcsoport esetében többször próbálkoztunk jogosítvány megszerzésének támogatásával, és ez igen nehézkes volt, tapasztalataink alapján nem tesszük be ezt a lehetőséget a játékba. Ugyanakkor érdemes lenne/lehetne olyan fejlesztés, hogy ha képződik, pluszpontot kap (azaz a magasabb iskolai végzettséget jutalmazzuk, vagyis a magasabb iskolai végzettség életesély növelő, ill. a visszaesés is alacsonyabb a kutatások alapján).

Ami még a fejlesztésben előkerül:

1. Több kihívás, több komoly döntési szituáció, több győzelemhez vezető lehetőség beépítése a játékba.
2. Előre gyártott karakterlapok mellékelése: hányatott sorsú kliensekről "mintázva". Ez minél több, annál változatosabb játékvariációkat kínálhat, annál nagyobb lenne a játék újrajátszhatósága.

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**



**3. Kísért a múlt / nyerőgép.** Alapból azt gondolnánk, hogy reálisan gondolkodó, "épeszü" ember nem választaná a két db. 6-os dobással járó rizikót (ugyanakkor nagyon gyakori ez a választás...). Ennek lehetséges megoldásai lehetnek (az 1-2. akár egyszerre is), hogy:

- a) A sikeres dobás értéke folyamatosan nő, amíg valaki nem választja a régi barátokat / nyerőgépet. (Pl.: ha Aladár nemet mond az 1/12 esélyre, Bécinek már 11 értékű dobással is bevétele lesz, ha ő is nemet mond rá, Cilinek már 10-es is elég, és így tovább.) Ez esetben a visszautasított lehetőségeket tartalmazó lapokat külön kell gyűjteni (vagy papíron vezetni), hogy követni lehessen a kockázat mértékét. *Ez a szabály logikájában nem tematikus, a kísértő szituációkkal járó feszültségkeltést talán jól szimbolizálja.*
- b) A karakterlapon feltüntetünk valamilyen mentálhigiénés állapotot, stabilitást jelző – a játék során lefelé és felfelé is változó – értéket, ami meghatározza, hogy az illetőnek kötelező-e az adott mezőre lépnie, avagy sem. Ezt akár az egészség-pontok is jelölhetik. Tegyük fel, hogy ez az érték 1-6 között mozog, és az illetőnek éppen 4-en áll: ez esetben 5-ös és 6-os dobással kötelező ezt a lépést választani. Ha 6-os az értéke, dobás nélkül szabad a választás előtte.
- c) Az ilyen mezőknél lehetne feltüntetni egy egyedi értéket, hogy mennyit kell dobni, pl.: 8-12-ig. Ez a legegyszerűbb, ugyanakkor a „legbutább” megoldás is (legkevésbé javasolt).

**4. A függőségről való leszokás** jelenleg túlságosan egyszerű. Lehetne helyette például, hogy:

a) x körön keresztül kell dobni érte (egyre nagyobb eséllyel), vagy a dobást ki lehet váltani bizonyos pénzüsszeggel (orvosi segítség); illetve járhatna érte egészség-pont. *De mindenképpen tovább kellene tartania, szimbolizálva az érte teendő erőfeszítéseket.*

b) Esetleg valamilyen egészségügyi intézmény is megjelenhetne a játéktéren (akár általánosságban, akár rehabként, de maradhat az otthonmaradásos orvoslátogatás akcióval kapcsolatban is), amik meglátogatása egészség-pontokat ér (többet, mint az otthonmaradással), és ezekből a pontokból kellene rendelkezni megadott darabszámmal, hogy absztinensé váljon a játékos. Ez azt is jelentené, hogy ha egy ilyen pont elvesztésével a határérték alá kerül valaki, akkor visszaesik. A függőségeket akár különböző határértékekkel is lehetne súlyozni (ez esetleg túlbonyolítja a játékot).

**5. Ami a fogvatartotti tesztjátékok során felmerült: "csajozás"!** Szintén a karakterlapon fel tüntethető a **párkapcsolat** (nem nélkül): van/nincs. Annak megléte/megszerzése egészség-és/vagy megjelenés pontot érhetne. Ez a kapcsolati tőke bevonását is jelentheti. Ha lesz a játéktáblán valamilyen közösségi tér és/vagy kulturális intézmény, ezek látogatása (pénz fejében) növelhetné az ÚJ emberi kapcsolatokat, amit jelölhetne akár a megjelenés- és információpontok összessége, vagy külön ezt jelölő lapkák. Itt ugyanúgy működné a már leírt mechanizmus: a vonatkozó mezőn (ismét csak pénzköltéssel, ez fontos!), lehetne dobni párkapcsolatért, a vonatkozó pontszámok könnyítő tényezőként való figyelembe vételével. Ezek *sikeressége ugyan anyagi vonzattal jár(hat)na, ezzel azonban nem érdemes a játékot bonyolítani.* A nagyobb kapcsolati háló ugyanúgy növelhetné a



munkaszerzés esélyét, hiszen sokan kapcsolataikon keresztül szereznek munkát.

## 6. Egészségügyi intézmény, közösségi/kulturális tér megjelenítése a játéktáblán.

Alapvetően ez egy kiváló játék, mely nagyon jól rámutat a reintegráció nehézségeire, ugyanakkor érdemes a szerencsefaktor helyett a saját felelősséget hangsúlyozni. **A saját felelősség hangsúlyozása mindenképpen cél és feladat, ugyanakkor fontos, hogy a következő elvek is megjelenjenek:**

- "mindenért fizetni kell" - azaz az életben szinte minden költséget jelent,
- több olyan életesemény van, ami ellen szinte tehetetlenek vagyunk, **MÉGIS** van lehetőségünk választásra, erőforrások mozgósítására.

A délután során a Kultúrász munkatársai mutatták be a játékkal kapcsolatos gyűjteményüket, a fejlesztés alapelveit. Átgondolt, érdekes és jól használható alapot adott előadásuk. Néhány javaslat, gondolat az elhangzottakról:

1. Nagyon fontos lenne a koncepció kialakításánál eldönteni, hogy melyik célcsoportnál mi az, ami hiátus ezen a területen, illetve életkori sajátosságokból kiindulva mi lenne hasznosabb.
2. A témák tekintetében az áldozattá válás szempontjait érdemes lenne átgondolni nemcsak az internetbiztonság, médiamanipuláció szempontjából.
3. Érdemes lenne készíteni egy összehasonlító elemzést a hozzáférhető játékokról, ez nagy segítséget nyújtana abban, hogy miben tud újat nyújtani a kidolgozandó programelem.
4. Érdemes átgondolni, hogy a játék mennyire legyen didaktikus – a túl direkt közvetítési mód irreleváns lehet
5. Különösen fontosnak tartom a fiatal felnőtteknek, felsőoktatásban tanulóknak szóló játékot – ez szerintem a leginkább új elem. Ennek kidolgozására különösen nagy hangsúlyt helyeznék.
6. Fokozottan oda kell figyelni a már létező játékok adaptálására, nehogy jogsértés következzen be.

Összességében véve egy jó hangulatú, szakmai együttműködést megvalósító közös tanulási folyamat zajlott le. Különösen fontosnak tartottam ezt a találkozót a közös hang megtalálása szempontjából, mely véleményem szerint sikeres volt.

A következő megbeszélésre javaslom a hatékonyságmérést mint fő témát. Javaslom, hogy mindkét fél mutassa be annak tervezett metódusát kiemelve a bemeneti és kimeneti mérések módszertanát.

Budapest, 2018. szeptember 5.

Hegedűs Judit  
független szakértő



### 3. számú melléklet - Coaching űrlap

Név:

Időpont:

Helyszín:

Ülésszám:

**1. A coachingülés háttere, előzmények**

**2. Erősségek, készségek, erőforrások**

**3. Mit vár a coachingtól?**

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**



**4. Megcélzott jövő részletei**

**5. Ami már működött... / ami már működik**

**6. Skálázás**

**7. Legfontosabb ötlet, gondolat az ülésről**



**8. Elismerések**

**9. Coaching ülések közti elmozdulások feljegyzése**





## 4. számú melléklet - Kérdés katalógus

### 1. Coaching megállapodás:

- Minek kellene történnie ahhoz, hogy a végén azt mondhasd, hogy érdemes volt az időt rászánni?
- Mi a legjobb, ami kisülhet ebből a beszélgetésből?
- Mi a találkozásunk lehetősége?
- Melyek azok a lehetőségek, amelyek benne vannak a beszélgetésünkben/találkozásunkban?
- Melyek a legjobb reményeid arra vonatkozóan, ami kisülhet a találkozásunkból/beszélgetésünkől?
- Hogyan fog ez megmutatkozni? És még? (Bár ez az a típusú kérdés, amit nagyon nehezen tudok feltenni.)
- Milyen pozitív hatásokat feltételezel? És még?
- Miben szeretnél jobbra válni, változtatni, másképp csinálni?
- Hogyan lenne jobb neked, ha jobbra válnál? Mi lenne más?
- Honnan fogod tudni, hogy a beszélgetéseink hasznosak voltak számodra?
- Mi fogja megmutatni, hogy igen, megérte?

### 2. Vágyott jövő:

- Képzeld el... Hogyan érzékelned, hogy ... vagy?!
- Mi olyan fogsz tehát csinálni így, amit eddig nem csináltál? Pontosabban?
- Tegyük fel... milyen hangok/ízek/illatok/zajok vesznek körül? Mihez tudnád ezeket hasonlítani? Árnyaltabban?
- Miből veszed észre, hogy ez már más? És a tárgyak? És az emberek?
- Milyen jeleket tudsz azonosítani a változás során?
- Hogyan veszed ezeket észre? Hogyan veszik észre ezeket mások?



- Hogyan fogsz reagálni? Ez mit árul el neked önmagadról?
- Ezek közül a jelek közül már van valami? Hogyan lehet, hogy ezt észrevetted? És még?
- Körülvesznek az emberek... ők miből veszik észre a változást?
- Koncentrikus körönként nézve a hozzád közel állókat, ki és miből veszi észre a változást? Hogyan reagál rá? Hogyan fogadod? Erre ő? Erre Te? (*da capo al fine...*)
- Milyen érzés? Mihez tudnád hasonlítani? Pontosabban?

### 3. Múlt és előjelek

- Mikor volt, amikor kicsit már ilyen volt / ezt csináltad?
- Hogyan jutottál el ide akkor? Milyen lépéseket tettél? És még?
- Milyen erőforrásaidra tudtál akkor támaszkodni? Hogyan aktivizáltad az erőforrásaid?
- Milyen lehetőségeid vannak most ezen erőforrások mozgósítására?
- Egytől 10-ig tartó skálán most hol állsz? Mi kellene ahhoz, hogy egy fokkal előrébb kerülj? Milyen összetevői vannak „az egy fokkal előrébb jutásnak”?
- Az előbbre jutást miből veszed észre? Mások (szűkebb-tágabb környezeted) miből veszi észre? Konkrétan főnököd/férjed/feleséged stb. miből veszi észre? Milyen érzés ez? És még?
- Ha kilépsz innen, milyen jele lesz annak, hogy már a változás megkezdődött? Mi adja ehhez a reményt? Mi adja ehhez a bizalmat? Mi adja ehhez a megerősítést?
- Mi az, amit most másképp látsz? Milyen lehetőségeket látsz? Milyen pozitívumokat/erőforrásokat látsz? És még?
- Milyen változási/változtatási lehetőségeket látsz most?
- Az az érzésem, hogy valami megváltozott... talán kitalálsz, mi lehet az? Sejtet, mi lehet az?
- Mi az, amit különösen szeretsz csinálni?
- Miben vagy különösen jó?



- Hogyan írna le a legjobb barátod?
- Mi ment az utóbbi időben már úgy, mint szeretnéd?

#### 4. Lezárás

- Nagy benyomást tett rám, ahogy végiggondoltad a lehetőségeket. Megtennéd, hogy összefoglalod a főbb pontokat?
- Említenél 3 lényeges elemet a beszélgetésből, ami a legfontosabb volt számodra?
- Szeretnéd ezt még továbbgondolni? Milyen „házi feladatot” adnál magadnak?





## 5. számú melléklet - Kommunikációs és önismereti képzés (E-000363/2014/D004) - 30 óra

Ajánlás az Fktv. 10. § (1) aa) pontja szerinti képzési program felépítéséhez

### KÉPZÉSI PROGRAM

#### 1. A képzési program

*Azonos a KÉRELEMBEN feltüntetett adatokkal*

|      |                                                                                                                            |                                    |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| 1.1. | Megnevezése                                                                                                                | Kommunikációs és önismereti képzés |
| 1.2. | OKJ azonosító<br><i>Amennyiben « A » képzési kör került megjelölésre</i>                                                   | nem releváns                       |
| 1.3. | Szakmai, vagy nyelvi programkövetelmény azonosítója<br><i>Amennyiben « B », vagy « C » képzési kör került megjelölésre</i> | nem releváns                       |
| 1.4. | Engedély megszerzését követően a nyilvántartásba-vételi szám<br><i>Utólag kell beírni</i>                                  |                                    |

#### 2. A képzés során megszerezhető kompetenciák

|      |                                                                                                                                                                                                                     |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.1. | Az önismerettel, az önszabályozással, az én-hatékonyság érzéssel, a társas kompetenciák fejlesztésével a társas környezet feltérképezése, az abban való eligazodás, képesség a környezetre való hatás gyakorlására. |
| 2.2. | A résztvevő képes lesz felismerni és tudatosítani saját kommunikációs stílusát, és képes lesz azt a közléshelyzetnek megfelelően befolyásolni.                                                                      |
| 2.3. | Az ön- és társismeret fejlődésével a résztvevő képes megérteni önmaga és a társak működését, a változás/változtatás lehetőségét.                                                                                    |
| 2.4. | A résztvevő megismeri a konfliktus fogalmát, típusait, megelőzését, ill. a konfliktuskezelés formáit, kiemelten a nyertes-nyertes megoldásokat (mediáció, resztoratív módszerek, stb.).                             |
| 2.5. | A résztvevő képes lesz a szóbeli és írásbeli megnyilatkozás közlésnek, szituációnak megfelelő alkalmazására.                                                                                                        |

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



|      |                                                                                         |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.6. | Megismeri a retorika alapelveit, a továbbiakban képes ezek alkalmazására.               |
| 2.7. | Tisztában lesz az alapvető viselkedési elvárásokkal, szabályokkal, azok alkalmazásával. |

**A képzés célja :** kommunikációs és önismereti kompetenciák fejlesztése/fejlődése a képzés alapcélja.

**A képzés célcsoportja :** elsősorban fiatalok, és/vagy hátrányos helyzetűek és/vagy deviánsok, de általánosságban a téma iránt érdeklődők.

**A képzés főbb módszerei :**

|                                            |
|--------------------------------------------|
| nagycsoportos feldolgozás – plenáris munka |
| kiscsoportos feldolgozás                   |
| egyéni feldolgozás                         |
| helyzetgyakorlat/szerepjáték               |
| előadás, frontális munka                   |
| saját élményű tapasztalat                  |
| kisfilmek elemzése (cca. 10 perces)        |
| interaktív beszélgetés                     |

### 3. A programba való bekapcsolódás feltételei

|      |                             |                                                                                                                                   |
|------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3.1. | Iskolai végzettség          | 8 általános iskolai végzettség                                                                                                    |
| 3.2. | Szakmai végzettség          | nem kötött szakmai végzettséghez                                                                                                  |
| 3.3. | Szakmai gyakorlat           | nem kötött szakmai gyakorlathoz                                                                                                   |
| 3.4. | Egészségügyi alkalmasság    | nem releváns                                                                                                                      |
| 3.5. | Előzetesen elvárt ismeretek | A 8 általános iskolai osztály elvégzéséhez nélkülözhetetlen alapismeretek és alapkompentenciák szükségesek a képzés elvégzéséhez. |



|      |                  |                                                                                                            |
|------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3.6. | Egyéb feltételek | a képzés teljes egészére való jelenlét vállalása<br>a jelentkezés, képzésbe kapcsolódás önkéntes vállalása |
|------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### 4. A programban való részvétel feltételei

|      |                             |                                                     |
|------|-----------------------------|-----------------------------------------------------|
| 4.1. | Részvétel követésének módja | a résztvevők által aláírt napi/képzési jelenléti ív |
| 4.2. | Megengedett hiányzás        | a kontaktórák 20 %-a, azaz 6 óra                    |
| 4.3. | Egyéb feltételek            | nincs                                               |

#### 5. Tervezett képzési idő

|      |                                                                                            |        |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 5.1. | Elméleti órák száma<br><i>Megegyezik az összes tananyagegység elméleti óraszámával</i>     | 17 óra |
| 5.2. | Gyakorlati órák száma<br><i>Megegyezik az összes tananyagegység gyakorlati óraszámával</i> | 13 óra |
| 5.3. | Összes óraszám<br><i>Megegyezik az összes tananyagegység óraszámával</i>                   | 30 óra |

#### 6. A képzés formájának (egyéni felkészítés, vagy csoportos képzés, vagy távoktatás) meghatározása *(egy képzési forma adható meg)*

|      |                  |                  |
|------|------------------|------------------|
| 6.1. | A képzés formája | csoportos képzés |
|------|------------------|------------------|

#### 7. A tananyagegységek *(további sorokkal bővíthető)*

|  |                              |
|--|------------------------------|
|  | A tananyagegység megnevezése |
|--|------------------------------|



|      |                                                                                |
|------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 7.1. | A kommunikáció alapjai                                                         |
| 7.2. | Pszichológiai és szociálpszichológiai alapismeretek (ön- és társismeret)       |
| 7.3. | A konfliktus és kezelése                                                       |
| 7.4. | Meggyőzés és/vagy propaganda (rábeszélés); az érvelés technikája. Tárgyalástan |

## 7.1. Tananyagegység

|        |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.1.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.1. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | A kommunikáció alapjai                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 7.1.2. | Célja                                                                     | A tananyagegység sikeres elvégzésével a résztvevő elsajátítja a kommunikáció fogalmát, képes saját kommunikációjának megértésére, megismeri az önismeret kommunikáció befolyásoló szerepét, valamint<br>képes lesz a közlőhelyzetnek megfelelő stílus alkalmazására.<br>A résztvevő képes lesz felismerni és tudatosítani saját kommunikációs stílusát, és képes lesz azt a közlőhelyzetnek megfelelően befolyásolni. |
| 7.1.3. | Tartalma                                                                  | A kommunikáció fogalma, fajtái, tényezői. A verbális és nem verbális kommunikáció (jellemzők, sajátosságok) (ismeret)<br>Kommunikációs stílusok: agresszív, szubmisszív és az asszertív kommunikáció<br>Kapcsolatteremtés eszközei: a nyitott és a zárt kommunikáció<br>A kommunikáció szóbeli és írásbeli közlésformái<br>A hatékony kommunikáció: az együttműködés alapelve                                         |
| 7.1.4. | Terjedelme                                                                | a Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 20 oldal<br>Csáki Anikó-Mészáros Mercedes: Kortárs/sorstárssegítés.<br>Kompetenciafejlesztő, kommunikációs, konfliktus- és kríziskezelő képzés elmélete alapjai. Készült az Emberi Erőforrás Minisztérium Támogatásával. Bp., 2013.<br>Csepeli György: Szociálpszichológia. Bp., 2006. Osiris                                                                             |
| 7.1.5. | Elméleti órák száma                                                       | 4 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |



|        |                                                                    |                                                               |
|--------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| 7.1.6. | Gyakorlati órák száma                                              | 4 óra                                                         |
| 7.1.7. | A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A kontaktórákon való jelenlét, a megengedett hiányzás: 2 óra. |

## 7.2. Tananyagegység

|        |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.2.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.2. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | Pszichológiai és szociálpszichológiai alapismeretek (ön- és társismeret)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 7.2.2. | Célja                                                                     | A tananyagegység elvégzése után a résztvevő tisztában lesz az alapvető szociálpszichológiai fogalmakkal (személyészlelés, első benyomás, self és annak prezentációja, önértékelés, megküzdési stratégiák, csoportok észlelése, sztereotípa, előítélet, diszkrimináció, stb.).<br>Önismeret fejlődése, személyiségfejlődés.<br>A résztvevő képes megérteni önmaga és a társak működését, a változás/változtatás lehetőségét.                                                                                                                  |
| 7.2.3. | Tartalma                                                                  | Személyészlelés: az első benyomás (kialakítása, jelek, értelmezések és következtetések), benyomás módosítása, komplex benyomás kialakítása<br>Az énfogalom felépítés (amit önmagunkról tudunk)<br>Az önértékelés kialakítása (hogyan látjuk magunkat?) – az önértékelés forrásai<br>Self-prezentáció<br>A self megvédése: megküzdés a stresszel, az inkonzisztenciákkal és a kudarcokkal (kontroll, a probléma ellenőrzés alá vonása) / megküzdési stratégiák<br>A csoportok észlelése: csoportnorma, sztereotípa, előítélet, diszkrimináció |



|        |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.2.4. | Terjedelme                                                         | a Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 50 oldal<br>Csáki Anikó-Mészáros Mercedes: Kortárs/sorstárssegítés. Kompetenciafejlesztő, kommunikációs, konfliktus- és kríziskezelő képzés elmélete alapjai. Készült az Emberi Erőforrás Minisztérium Támogatásával. Bp., 2013.<br>Csepeli György: Szociálpszichológia. Bp., 2006. Osiris (több kiadás)<br>Elliot R.Smith-Diane M. Mackie: Szociálpszichológia. Bp., 2004. Osiris (több kiadás) |
| 7.2.5. | Elméleti órák száma                                                | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 7.2.6. | Gyakorlati órák száma                                              | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 7.2.7. | A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A kontaktórákon való jelenlét, a megengedett hiányzás: 1 óra.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |



### 7.3. Tananyagegység

|        |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.3.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.1. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | A konfliktus és kezelése                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 7.3.2. | Célja                                                                     | A résztvevő megismeri a konfliktus fogalmát, típusait, megelőzését, ill. a konfliktuskezelés formáit, kiemelten a nyertes-nyertes megoldásokat (mediáció, Real Justice, stb.).                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 7.3.3. | Tartalma                                                                  | A konfliktus fogalma, fajtái/típusai, tényezői. A konfliktus előnyei, hátrányai, megelőzése<br>A konfliktus tartalma<br>A konfliktus dinamikája<br>Konfliktuskezelési stratégiák (asszertív, szubmisszív, agresszív; nyertes-nyertes megoldások: mediáció, Real Justice és a resztoratív módszer, stb.)<br>A résztvevő képes lesz felismerni a többfajta konfliktuskezelés előnyeit, hátrányait, helyzetnek megfelelően tudja azokat alkalmazni. |
| 7.3.4. | Terjedelme                                                                | a Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 50 oldal<br>Csáki Anikó-Mészáros Mercedes: Kortárs/sorstárssegítés. Kompetenciafejlesztő, kommunikációs, konfliktus- és kríziskezelő képzés elmélete alapjai. Készült az Emberi Erőforrás Minisztérium Támogatásával. Bp., 2013.<br>Csepeli György: Szociálpszichológia. Bp., 2006. Osiris (több kiadás)<br>Elliot R.Smith-Diane M. Mackie: Szociálpszichológia. Bp., 2004. Osiris (több kiadás)     |
| 7.3.5. | Elméleti órák száma                                                       | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 7.3.6. | Gyakorlati órák száma                                                     | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 7.3.7. | A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei        | A kontaktórákon való jelenlét, a megengedett hiányzás: 1 óra.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|        |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |



## 7.4. Tananyagegység

|       |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.4.1 | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.1. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | Meggyőzés és/vagy propaganda (rábeszélés); az érvelés technikája. Tárgyalástan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 7.4.2 | Célja                                                                     | <p>A résztvevő legyen képes megkülönböztetni a meggyőzés és a rábeszélés folyamatát, törekedjen a modul elvégzése után a meggyőzés/propaganda hatásainak tudatosítására, befolyásolására és/vagy a befolyásolás/manipuláció elkerülésére.</p> <p>Képes legyen a szóbeli és az írásbeli megnyilatkozás közlésnek, szituációnak megfelelő alkalmazására.</p> <p>Ismerje meg a retorika alapjait, képes legyen a továbbiakban ezek alkalmazására.</p> <p>Legyen tisztában az alapvető viselkedési elvárásokkal, szabályokkal, azok alkalmazásával.</p>                                                                                                                                                                                                   |
| 7.4.3 | Tartalma                                                                  | <p>A meggyőzés és a rábeszélés – fogalomtisztázás, különbségek. A meggyőzés lélektana</p> <p>Érvek, ellenérvek – retorika alapok</p> <p>Az írásbeli és a szóbeli megnyilatkozás lehetőségei, formái, tartalma.</p> <p>Praktikus ismeretek – az írásbeliség és szóbeliség „know-how”-ja</p> <p>A tömegkommunikáció – alapfogalma, lényege, sajátossága, célja</p> <p>A tárgyalás fogalma, alapmodellje, szakaszai. A hagyományos, a lágy, kemény, valamint az integratív tárgyalási stratégia</p> <p>Viselkedéskultúra</p>                                                                                                                                                                                                                             |
| 7.4.4 | Terjedelme                                                                | <p>a Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 50 oldal</p> <p>Csáki Anikó-Mészáros Mercedes: Kortárs/sorstárssegítés. Kompetenciafejlesztő, kommunikációs, konfliktus- és krízis kezelő képzés elmélete alapjai. Készült az Emberi Erőforrás Minisztérium Támogatásával. Bp., 2013.</p> <p>Aradi Bence-Kincses Tamás-Mészáros Mercedes: Tanulásmódszertan. CD-ROM Készült a „INNO-VÁLTÓ” Innovatív, kísérleti foglalkoztatási program fogvatartottaknak/szabadultaknak (TÁMOP -1.4.3-12/1-2012-0155) projekt keretében (releváns fejezetek)</p> <p>Aradi Bence-Kincses Tamás-Mészáros Mercedes:: INNO-VÁLTÓ: CD-ROM szabadulóknak. Készült a „INNO-VÁLTÓ” Innovatív, kísérleti foglalkoztatási program fogvatartottaknak/szabadultaknak (TÁMOP -</p> |



|       |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                    | 1.4.3-12/1-2012-0155) projekt keretében (releváns fejezetek)<br>Csepeli György: Szociálpszichológia. Bp., 2006. Osiris (több kiadás)<br>Elliot R.Smith-Diane M. Mackie: Szociálpszichológia. Bp., 2004. Osiris (több kiadás)<br>Pratkanis és Aronson: A rábeszélőgé. Bp., 1992. Ab Ovo (több kiadás) |
| 7.4.5 | Elméleti órák száma                                                | 5 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 7.4.6 | Gyakorlati órák száma                                              | 3 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 7.4.7 | A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A kontaktórákon való jelenlét, a megengedett hiányzás: 20 %, azaz 1 óra                                                                                                                                                                                                                              |
|       |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

### 8.Csoportlétszám

|      |                               |       |
|------|-------------------------------|-------|
| 8.1. | Maximális csoportlétszám (fő) | 20 fő |
|------|-------------------------------|-------|

### 9. A képzésben részt vevő teljesítményét értékelő rendszer leírása

*(amennyiben a képzés OKJ szerinti szakképesítés megszerzésére irányul, az értékelő rendszer leírásának a modulzáró vizsgák teljesítményértékelését is tartalmaznia kell)*



A számonkérések formája írásbeli és szóbeli. A számonkérés a képzés lezárásakor történik. A számonkérés tartalma: egy adott helyzet megértése, felismerése, hozzá kapcsolódó válaszok megfogalmazása (a 4 tananyagegység kompetenciáinak megjelenésével). Az írásbeli teszt (feleletválasztásos és kiegészítő feladatokat tartalmaz: 50-50 % - 30 perc), továbbá egyéni kérdés, csoportos tükrözés, témafeldolgozás a szóbeli rész tartalma (összesen 30 perc, mindösszesen 60 perc). A megszerezhető minősítések: megfelelt/nem megfelelt. A megfelelt minősítéshez tartozó követelmények a következők:

- képes legyen az adott feladat/helyzet megértésére és az adekvát válaszadásra
- képes legyen felismerni, kiválasztani és használni a helyzetnek megfelelő kommunikációs formát és probléma megoldási stratégiát
- képes legyen a helyzetnek megfelelő információ feldolgozására, elakadás esetén segítségkérésre
- képes legyen kontrollált és a szituációnak (kommunikációs helyzetnek) megfelelő tudatos viselkedésre, döntésre, annak képviselésére.

Sikertelen teljesítés esetén az írásbeli és a szóbeli feladat újbóli teljesítése, ellenkező esetben, továbbá ha nem megfelelő újból a minősítés, a teljes képzés megismétlése.

A képzés során kiadandó tanúsítvány feltétele a 30 órás képzésen való részvétel: az összes hiányzás tehát nem haladhatja meg a 6 órát.

## 10. A képzés zárása

**SZÉCHENYI** 



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**

|       |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10.1. | A képzés elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | <p>Az összes tananyagegység elvégzése után egy alkalommal, 1 óra időtartamban (írásbeli és szóbeli: 30-30 perc) záróvizsgára kerül sor; a résztvevők egészének jelenlétével. A vizsgabizottság a képzőkből áll, de min. 3 fő. A megszerezhető minősítések: megfelelt / nem megfelelt. A megfelelt minősítéshez tartozó követelmények a következők:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- képes legyen az adott feladat/helyzet megértésére és az adekvát válaszadásra</li> <li>- képes legyen felismerni, kiválasztani és használni a helyzetnek megfelelő kommunikációs formát és probléma megoldási stratégiát</li> <li>- képes legyen a helyzetnek megfelelő információ feldolgozására, elakadás esetén segítségkérésre</li> <li>- képes legyen kontrollált és a szituációnak (kommunikációs helyzetnek) megfelelő tudatos viselkedésre, döntésre, annak képviselésére.</li> </ul> <p>Sikertelen teljesítés esetén az írásbeli és a szóbeli feladat újbóli teljesítése, ellenkező esetben, továbbá ha nem megfelelő újból a minősítés, a teljes képzés megismétlése.</p> <p>A képzés során kiadandó tanúsítvány feltétele a 30 órás képzésen való részvétel: az összes hiányzás tehát nem haladhatja meg a 6 órát.</p> |
|-------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 11. A képzési program végrehajtásához szükséges feltételek

|       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11.1. | Személyi feltételek | <p>A képzés lebonyolításához szükséges 2 fő segítő szakember, felsőfokú végzettséggel bármely humán szakterületen. A képzők esetében feltétel: min. 1 év szakmai gyakorlat, min. 1 év oktatói gyakorlat, min. 1 év felnőttképzési gyakorlat.</p> |
|-------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|         |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11.1.1. | Személyi feltételek biztosításának módja | A képzés teljes idejére 2 fő biztosítása a fenti feltételekkel (11.1.: A képzés lebonyolításához szükséges 2 fő segítő szakember, felsőfokú végzettséggel bármely humán szakterületen. A képzők esetében feltétel: min. 1 év szakmai gyakorlat, min. 1 év oktatói gyakorlat, min. 1 év felnőttképzési gyakorlat.). A képzők vagy munkaviszonyban vannak a Váltó-sáv Alapítványnál, vagy a képzőt/oktatót egyéb szerződéssel alkalmazzuk (munkavégzésre irányuló egyéb jogviszony keretében).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 11.2.   | Tárgyi feltételek                        | <p>A csoport és a képzők elhelyezésére alkalmas, mozgatható bútorzattal felszerelt terem (1,5 nm/fő). A terem megvilágítottságának a munkavédelmi és ergonómiai előírásoknak megfelelőnek kell lennie. A teremben a székeknek körben és tagolhatóan egyaránt elhelyezhetőnek kell lennie.</p> <p>Minimálisan elvárt felszereltség: mozgatható munkaasztal a létszámnak megfelelő munka/asztalfelülettel, a létszámnak (max. 20 fő + 2 fő) megfelelő mennyiségű szék, tábla (flipchart papírral vagy hagyományos, írásra alkalmas eszközökkel), vagy azt helyettesítő transzparáló eszköz(ök), módszertani segédeszközök az alkalmazott módszernek, feladatoknak megfelelően (fénymásolt anyagok, papíralapúak, gyakorlatoknak, feladatoknak, stb.).</p> <p>A helyszín lehet a Váltó-sáv Alapítvány székhelye vagy egyéb működési helye, de büntetés-végrehajtási intézet, vagy egyéb külső helyszín is. A helyszínre a sokszorosított anyagokat visszük, ugyanakkor szükséges sokszorosításra alkalmas berendezés – fénymásoló – a képzési helyszínen is.</p> <p>Informatikai berendezés nem szükséges (számítógép, projektor), de lehetséges eszköz.</p> <p>A képzéshez szükséges a nyomtatott és /vagy elektronikus jegyzet, melyet a Váltó-sáv Alapítvány biztosít.</p> |



|         |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11.2.1. | Tárgyi feltételek biztosításának módja          | <p>A külső helyszínen történő képzések esetén a berendezés biztosítása a „megrendelő” vagy a helyszínt biztosító feladata (avagy a képzés lebonyolításának helyszínén a szervezet tulajdonában lévő bútorokkal, berendezési tárgyakkal történik). A többi eszköz (képzéshez nélkülözhetetlen fénymásolatok, jegyzetek, kisfilmek, stb.) a Váltó-sáv Alapítvány feladata.</p> <p>Amennyiben a Váltó-sáv Alapítvány helyszínén történik a képzés, az infrastrukturális eszközök rendelkezésre állnak. A képzéshez szükséges a nyomtatott és /vagy elektronikus jegyzet (Váltó-sáv Alapítvány által kidolgozott/szerkesztett), melyet a Váltó-sáv Alapítvány biztosít.</p> |
| 11.3.   | Egyéb speciális feltételek                      | nem releváns                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 11.3.1. | Egyéb speciális feltételek biztosításának módja | nem releváns                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

Minősítés helye: Budapest

Minősítés dátuma: 2014. 12. 10.

..... Szakértő neve : Egri Judit  
Intézmény képviselőjének aláírása

Ajánlási listaszám: A-107/2014

.....  
.....  
Szakértő aláírása

Szakmai vezető aláírása

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**



## 6. számú melléklet - Digitális kompetencia fejlesztés (E-000363/2014/D005) - 50 óra

Ajánlás az Fktv. 10. § (1) aa) pontja szerinti képzési program felépítéséhez

### KÉPZÉSI PROGRAM

#### 1. A képzési program

*Azonos a KÉRELEMBEN feltüntetett adatokkal*

|      |                                                                                                                                   |                                  |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| 1.1. | Megnevezése                                                                                                                       | Digitális kompetencia-fejlesztés |
| 1.2. | OKJ azonosító<br><i>Amennyiben « A » képzési kör került<br/>megjelölésre</i>                                                      | nem releváns                     |
| 1.3. | Szakmai, vagy nyelvi<br>programkövetelmény azonosítója<br><i>Amennyiben « B », vagy « C » képzési kör<br/>került megjelölésre</i> | nem releváns                     |
| 1.4. | Engedély megszerzését követően a<br>nyilvántartásba-vételi szám<br><i>Utólag kell beírni</i>                                      |                                  |

#### 2. A képzés során megszerezhető kompetenciák

|      |                                                                                                                                                                                                                 |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.1. | A képzés résztvevője képes lesz különbséget tenni a számítógép részei között, megtanulja a hardver és a szoftver fogalmát, és azt, hogy mit jelent ez a két fogalom az elméletben és a gyakorlatban.            |
| 2.2. | A képzés résztvevője képes lesz kezelni a billentyűzetet és az egeret. A résztvevő megérti, hogy ugyanaz az utasítás két ekvivalens módszerrel is bevihető.                                                     |
| 2.3. | A képzés résztvevője képes lesz eligazodni a Windows operációs rendszer könyvtárszerkezetében, megtanulja a mappa és fájlműveleteket. Megtanul mappákat és fájlokat létrehozni, másolni, kivágni, törölni, stb. |
| 2.4. | A képzés résztvevője megismerkedik a leggyakrabban használt programokkal, és megtanulja ezen programok alapvető terminus technikusait, valamint logikai felépítését.                                            |

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



|       |                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.5.  | A képzés résztvevője részletesen megtanulja a Microsoft Word szövegszerkesztő program használatát. Képes lesz önállóan létrehozni dokumentumokat. Megtanulja az alapvető karakter-, bekezdés- és oldalformázásokat.                                            |
| 2.6.  | A képzés résztvevője alapszinten megismerkedik a Microsoft Excel táblázatkezelő programmal. Képes lesz táblázatokat létrehozni, formázni. Megismerkedik a legalapvetőbb függvényekkel, illetve képes lesz diagramot létrehozni, formázni, beszúrni.            |
| 2.7.  | A képzés résztvevője megtanulja a kép-fájlok létrehozásához/szerkesztéséhez szükséges műveleteket. Képes lesz ábrákat, rajzokat készíteni adott rajzolóprogrammal.                                                                                             |
| 2.8.  | A képzés résztvevője képessé válik az internetet adekvát és praktikus információ-forrásként használni (keresőprogramok, szűrés, keresőeszközök stb.).                                                                                                          |
| 2.9.  | A képzés résztvevője megismerkedik egyéb infokommunikációs (okostelefon, tablet) eszközökkel. Képes lesz tudatosan használni ezeket az infokommunikációs eszközöket.                                                                                           |
| 2.10. | A képzés résztvevője megtanulja, hogy hogyan kell e-mail fiókot létrehozni. Képessé válik arra, hogy elektronikus leveleket küldjön, továbbítson, illetve elsajátítja a csatolmányok kezelését is.                                                             |
| 2.11. | A képzés résztvevője megismeri a legfontosabb álláskereső oldalakat, megtanul eligazodni ezeken az oldalakon. Képes lesz önállóan az interneten állást keresni, és azokra az összes adekvát módon (telefonon, személyesen, internet segítségével) jelentkezni. |
| 2.12. | A képzés résztvevője képes lesz megszerkeszteni saját önéletrajzát (formázás, kép beillesztése), illetve képes lesz jelentkezni egy interneten meghirdetett állásra.                                                                                           |





### A képzés célja :

A XXI. században az információs és kommunikációs technológiai (IKT) tudás egy olyan ismeretté vált, amely szinte megkerülhetetlen az élet bármely területén. Például az álláslehetőségek jelentős része csak az interneten érhető el, így egy állásjelentkezéshez is elengedhetetlen az alap informatikai kompetencia. Az ismeretek jelentős része digitalizálva van, így a digitális kompetencia hiánya a társadalmi egyenlőtlenség egy újabb dimenzióját eredményezi. A képzés célja, hogy a résztvevő otthonosabban mozogjon a virtuális környezetben. Tudja önállóan használni a számítógépet és a legfontosabb részeit, megismerkedjen a leggyakrabban használt programokkal. Eligazodjon a Windows operációs rendszer felületén. Tudjon önállóan képet, szöveget szerkeszteni, táblázatot kezelni, az interneten eligazodni, illetve megismerkedjen egyéb infokommunikációs eszközökkel. A képzés általános célja, hogy alapvető digitális kompetenciákat fejlesszen. A képzés során a résztvevő megtanulja önállóan megszerkeszteni az önéletrajzát, majd azzal interneten állásra jelentkezni. A képzés során megszerzett ismeretek, alapjai lehetnek egy későbbi ECDL, vagy bármilyen más informatikai OKJ-s képzésnek.

**A képzés célcsoportja :** elsősorban fiatalok, és/vagy hátrányos helyzetűek és/vagy deviánsok, de általánosságban bárki, aki nem rendelkezik alap digitális ismerettel. A képzés alkalmas totálisan zárt intézetekben (büntetés-végrehajtási intézet) lebonyolításra is.

### **A képzés főbb módszerei :**

|                          |
|--------------------------|
| előadás, frontális munka |
| gyakorlati munka         |
| projektmunka             |
| számítógép használata    |
| egyéni munka             |
| csoportos munka          |
| interaktív beszélgetés   |

### **3. A programba való bekapcsolódás feltételei**

|      |                    |                                                        |
|------|--------------------|--------------------------------------------------------|
| 3.1. | Iskolai végzettség | írás-olvasás tudása (kézség szintű írás-olvasni tudás) |
|------|--------------------|--------------------------------------------------------|



|      |                             |                                                                                                               |
|------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3.2. | Szakmai végzettség          | nem kötött szakmai végzettséghez                                                                              |
| 3.3. | Szakmai gyakorlat           | nem kötött szakmai gyakorlathoz                                                                               |
| 3.4. | Egészségügyi alkalmasság    | nem releváns                                                                                                  |
| 3.5. | Előzetesen elvárt ismeretek | írás-olvasás tudása (kézségszintű írní-<br>olvasni tudás)                                                     |
| 3.6. | Egyéb feltételek            | a képzés teljes egészére való jelenlét vállalása<br>a jelentkezés, képzésbe kapcsolódás önkéntes<br>vállalása |

#### 4. A programban való részvétel feltételei

|      |                             |                                                        |
|------|-----------------------------|--------------------------------------------------------|
| 4.1. | Részvétel követésének módja | a résztvevők által aláírt napi/képzési jelenléti<br>ív |
| 4.2. | Megengedett hiányzás        | a kontaktórák 20 %-a, azaz 10 óra                      |
| 4.3. | Egyéb feltételek            | nincs                                                  |

#### 5. Tervezett képzési idő

|      |                                                                                                |        |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 5.1. | Elméleti órák száma<br><i>Megegyezik az összes tananyagegység elméleti<br/>óraszámával</i>     | 15 óra |
| 5.2. | Gyakorlati órák száma<br><i>Megegyezik az összes tananyagegység<br/>gyakorlati óraszámával</i> | 35 óra |
| 5.3. | Összes óraszám<br><i>Megegyezik az összes tananyagegység<br/>óraszámával</i>                   | 50 óra |

#### 6. A képzés formájának (egyéni felkészítés, vagy csoportos képzés, vagy távoktatás) meghatározása (egy képzési forma adható meg)

|      |                  |                  |
|------|------------------|------------------|
| 6.1. | A képzés formája | csoportos képzés |
|------|------------------|------------------|

#### 7. A tananyagegységek (további sorokkal bővíthető)

|      |                              |
|------|------------------------------|
|      | A tananyagegység megnevezése |
| 7.1. | Ismerkedés a számítógéppel   |



|      |                                  |
|------|----------------------------------|
| 7.2. | Windows                          |
| 7.3. | Szövegszerkesztés                |
| 7.4. | Táblázatkezelés – képszerkesztés |
| 7.5. | Böngésző                         |
| 7.6. | Egyéb infokommunikációs eszközök |
| 7.7. | Projektmunka                     |

## 7.1. Tananyagegység

|        |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.1.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.1. sorban<br/>feltüntetett<br/>megnevezéssel</i> | Ismerkedés a számítógéppel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 7.1.2. | Célja                                                                             | A tanegység sikeres elvégzésével a résztvevő megismerkedik a számítógéppel, a legfontosabb hardverekkel és szoftverekkel, képes lesz különbséget tenni közöttük. A résztvevő képes lesz kezelni a billentyűzetet és az egeret. A résztvevő megérti, hogy ugyanazt az ismeretet különféle jelekkel is leírhatjuk. Megtanulja a legszükségesebb biztonsági kérdéseket/műveleteket.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 7.1.3. | Tartalma                                                                          | <p>A számítógép részei:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• hardverek</li><li>• szoftverek.</li></ul> <p>Legfontosabb hardverek: gépház, etc.; perifériák: billentyűzet, egér, képernyő, külső meghajtók, adattárolók, nyomtató, scanner, stb; csatlakozók: soros, vga, usb, scart, audio, hdmi.</p> <p>Legfontosabb szoftverek. Operációs rendszerek, Windows, tűzfal, vírusirtók; fontosabb programok.</p> <p>Windows menü szerkezet: ablakok, ikonok, asztal, tálca, start menü.</p> <p>Egér használata: programok indítása (bal oldali egérgomb), helyi menü használata (jobb oldali egérgomb).</p> <p>Ismerkedés a billentyűzettel (betűk, számok, ENTER, SPACE, SHIFT, BACKSPACE, stb.)</p> |
| 7.1.4. | Terjedelme                                                                        | Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 15 oldal.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 7.1.5. | Elméleti órák száma                                                               | 3 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 7.1.6. | Gyakorlati órák száma                                                             | 3 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |



|        |                                                                    |                                                                          |
|--------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 7.1.7. | A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A kontaktórákon való jelenlét, a megengedett hiányzás: 20 %, azaz 2 óra. |
|--------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|

## 7.2. Tananyagegység

|        |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.2.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.2. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | Windows használat                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 7.2.2. | Célja                                                                     | A tanegység sikeres elvégzésével a résztvevő képes lesz eligazodni a Windows operációs rendszer könyvtárszerkezetében, megtanulja a mappa és fájlműveleteket. Megismerkedik a Windows Intéző és a Total Commander fájlkezelő programokkal. Képes lesz a gyökér-struktúrában fájlokat, mappákat létrehozni, másolni, kivágni, törölni, stb.                                                                                                                                                                                                                   |
| 7.2.3. | Tartalma                                                                  | <p>Gyökér-struktúra használata Windows Intézőben és Total Commanderben.</p> <p>Windows Intéző legfontosabb fájl/mappa műveletei:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• kijelölés,</li><li>• másolás,</li><li>• kivágás,</li><li>• beillesztés,</li><li>• átnevezés,</li><li>• megnyitás.</li></ul> <p>Total Commander legfontosabb fájl/mappa műveletei:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• kijelölés,</li><li>• másolása,</li><li>• átnevezése/áthelyezése,</li><li>• új mappa létrehozása,</li><li>• törlés,</li><li>• tömörítés.</li></ul> |
| 7.2.4. | Terjedelme                                                                | Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 15 oldal.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 7.2.5. | Elméleti órák száma                                                       | 2 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 7.2.6. | Gyakorlati órák száma                                                     | 4 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|        |                                                                    |                                                                          |
|--------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 7.2.7. | A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A kontaktórákon való jelenlét, a megengedett hiányzás: 20 %, azaz 1 óra. |
|--------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|

### 7.3. Tananyagegység

|        |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.3.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.3. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | Szövegszerkesztés                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 7.3.2. | Célja                                                                     | A tanegység sikeres elvégzésével a résztvevő részletesen megtanulja a Microsoft Word szövegszerkesztő program használatát. Megtanulja a program menüszerkezetét, képes lesz benne eligazodni. Képes lesz önállóan létrehozni egy dokumentumot. Megtanulja az alapvető karakter, bekezdés és oldalformázásokat.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 7.3.3. | Tartalma                                                                  | <p>Fogalmak tisztázása: karakter, szóköz, sor, bekezdés, dokumentum, új sor, nagybetű, legfontosabb írásjelek stb.</p> <p>Dokumentum létrehozása, megnyitása, mentése, nyomtatása.</p> <p>Szöveg gépelése. Helyesírás ellenőrzése – hibás szavak jelölésének módja, hibajavítás.</p> <p>Formázás:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Karakterformázás: betűtípus, betűstílus, betűméret, betűszín, effektek.</li> <li>• Bekezdésformázás: bekezdés igazítás, középre zárás, behúzás, térköz, felsorolás, rendezés, szegély.</li> <li>• Oldalformázás: tájolás, margó, méret, oldalszegély, hasábok, töréspontok, nyomtatási kép.</li> </ul> <p>Beszúrás:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kép, clipart, alakzatok, beszúrása/formázása,</li> <li>• táblázat beszúrása, sor-oszlop formázása,</li> <li>• élőfej, élőláb, oldalszám.</li> </ul> |
| 7.3.4. | Terjedelme                                                                | Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 40 oldal.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 7.3.5. | Elméleti órák száma                                                       | 2 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 7.3.6. | Gyakorlati órák száma                                                     | 12 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|        |                                                                     |                                                                          |
|--------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 7.3.7. | A tananyag egység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A kontaktórákon való jelenlét, a megengedett hiányzás: 20 %, azaz 2 óra. |
|--------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|

## 7.4. Tananyag egység

|        |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.4.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.4. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | Táblázatkezelés – képszerkesztés                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 7.4.2. | Célja                                                                     | <p>A tanegység sikeres elvégzésével a résztvevő képes lesz az Microsoft Excel táblázatkezelő programban táblázatokat létrehozni, formázni. Megismerkedik a legalapvetőbb függvényekkel. Illetve képes lesz diagramot létrehozni, formázni, beszúrni.</p> <p>A résztvevő megismerkedik a Windows operációs rendszerben található fényképnézegető-szerkesztő programokkal. Megtanulja a kép fájlok létrehozásához, szerkesztéséhez szükséges műveleteket. Képes lesz ábrákat, rajzokat készíteni rajzolóprogrammal</p> |
| 7.4.3. | Tartalma                                                                  | <p>Táblázatkezelő program indítása, menüszerkezetének felépítése, legfontosabb cellaformázások (szám, igazítás, betűtípus, szegély, kitöltés).</p> <p>Alapfüggvényekkel való megismerkedés (SUM, átlag, max, min, darabszám).</p> <p>Diagramok létrehozása, formázása, beszúrása.</p> <p>Windows fényképnézegető, Microsoft Office Picture Manager (forgatás, méretezés, levágás), Paint (kijelölés, eszközök, alakzatok, színek).</p>                                                                               |
| 7.4.4. | Terjedelme                                                                | Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 20 oldal.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 7.4.5. | Elméleti órák száma                                                       | 1 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 7.4.6. | Gyakorlati órák száma                                                     | 7 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 7.4.7. | A tananyag egység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei       | A kontaktórákon való jelenlét, a megengedett hiányzás: 20 %, azaz 2 óra.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

## 7.5. Tananyagegység

|        |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.5.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.5. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | Böngésző                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 7.5.2. | Célja                                                                     | A tanegység sikeres elvégzésével a résztvevő képes lesz önállóan használni böngésző programot. Megtanulja, hogy hogyan kell webhelyekre látogatni, és ott adott információt megkeresni. Megismerkedik az alapfogalmakkal, az internet szerepével a mindennapi életben. Képes lesz e-mail fiókot létrehozni, és kezelni azt, önállóan levelet írni.                                                      |
| 7.5.3. | Tartalma                                                                  | <p>Alapfogalmak: internet szerepe, fontosabb oldalak, használat, közösségi oldalak, internet illemtan, kezelőfelület, előzmények, követés, letöltés, fájlmegosztás.</p> <p>E-mail: postafiók létrehozása, kezelése, spam, levélírás, protokoll, csatolás, letöltés, ellenőrzés.</p> <p>Közösségi oldalak, chat, szabályok.</p> <p>Hasznos oldalak, bank, áruház, programszervezés, közlekedés, stb.</p> |
| 7.5.4. | Terjedelme                                                                | Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 15 oldal.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 7.5.5. | Elméleti órák száma                                                       | 2 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 7.5.6. | Gyakorlati órák száma                                                     | 4 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 7.5.7. | A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei        | A kontaktórákon való jelenlét, a megengedett hiányzás: 20 %, azaz 1 óra.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

## 7.6. Tananyagegység

|        |                                                                           |                                  |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| 7.6.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.5. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | Egyéb infokommunikációs eszközök |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|

|        |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.6.2. | Célja                                                              | A tanegység sikeres elvégzésével a résztvevő megismerkedik egyéb infokommunikációs (okostelefon, tablet) eszközökhöz tartozó legfontosabb tudással. A tanegység elsődleges célja nem az eszközök megismertetése, hanem a hozzájuk tartozó legfontosabb ismeretek átadása. A résztvevő megtanulja a legalapvetőbb fogalmakkal. Képes lesz tudatosan használni az infokommunikációs eszközöket. |
| 7.6.3. | Tartalma                                                           | Fogalmak tisztázása: szolgáltatók, előfizetések, adathasználat, 3-4 G, wifi, nyílt hálózatok, adathalászat, adatátvitel, bluetooth, applikációk, vírusirtók.                                                                                                                                                                                                                                  |
| 7.6.4. | Terjedelme                                                         | Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 10 oldal.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 7.6.5. | Elméleti órák száma                                                | 4 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 7.6.6. | Gyakorlati órák száma                                              | 0 óra                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 7.6.7. | A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A kontaktórákon való jelenlét, a megengedett hiányzás: 20 %, azaz 1 óra.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## 7.7. Tananyagegység

|        |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.7.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.5. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | Projektmunka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 7.7.2. | Célja                                                                     | A tanegység sikeres elvégzésével a résztvevő képes lesz önállóan az interneten állást keresni és arra elektronikusan jelentkezni. A korábbi tanegységben tanultak alapján önállóan megszerkeszti a saját fényképes önéletrajzát. Létrehozza a saját e-mail fiókját. Megtanulja megtalálni a számára érdekes állásokat. Megismerkedik a legnépszerűbb álláskeresési oldalakkal. Sikeresen jelentkezik egy állásra, ahová csatolja a fényképes önéletrajzát. |
| 7.7.3. | Tartalma                                                                  | Önéletrajz elkészítése: szöveggépelés, szerkesztés, fénykép készítés, beszállás, szerkesztés, formázás. E-mail fiók létrehozása, levél írása. Állásra jelentkezés: álláskeresés, levél megfogalmazása, CV csatolása, elküldés.                                                                                                                                                                                                                             |
| 7.7.4. | Terjedelme                                                                | Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 5 oldal.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 7.7.5. | Elméleti órák száma                                                       | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |



|        |                                                                     |                                                                          |
|--------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 7.7.6. | Gyakorlati órák száma                                               | 5                                                                        |
| 7.7.7. | A tananyag egység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A kontaktórákon való jelenlét, a megengedett hiányzás: 20 %, azaz 1 óra. |

## 8. Csoportlétszám

|      |                               |       |
|------|-------------------------------|-------|
| 8.1. | Maximális csoportlétszám (fő) | 12 fő |
|------|-------------------------------|-------|

## 9. A képzésben részt vevő teljesítményét értékelő rendszer leírása

*(amennyiben a képzés OKJ szerinti szakképesítés megszerzésére irányul, az értékelő rendszer leírásának a modulzáró vizsgák teljesítményértékelését is tartalmaznia kell)*

A számonkérések formája gyakorlati. A képzés utolsó tanegysége egy projekt munka elkészítése, ennek során a résztvevők a tanultak alapján önállóan megszerkesztik a fényképes önéletrajzukat, létrehozzák az e-mail fiókjukat, állást keresnek a megismert álláskereső oldalakon, majd fényképeket csatolva jelentkeznek egy állásra.

Sikertelen teljesítés esetén a gyakorlati feladat újbóli teljesítése, ellenkező esetben, továbbá ha nem megfelelő újból a minősítés, a teljes képzés megismétlése.

A képzés során kiadandó tanúsítvány feltétele az 50 órás képzés 80 %-án való részvétel. Az összes hiányzás tehát nem haladhatja meg a képzés program óraszámának 20 %-át (10 óra).

## 10. A képzés zárása

|       |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12.1. | A képzés elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | <p>A képzés utolsó modulja egy projektmunka elkészítése, ennek során a résztvevők a tanultak alapján önállóan megszerkesztik a fényképes önéletrajzukat, létrehozzák az e-mail fiókjukat, állást keresnek a megismert állás kereső oldalakon, majd fényképüket csatolva jelentkeznek egy állásra.</p> <p>Sikertelen teljesítés esetén a gyakorlati feladat újbóli teljesítése, ellenkező esetben, továbbá ha nem megfelelő újból a minősítés, a teljes képzés megismétlése.</p> <p>A képzés során kiadandó tanúsítvány feltétele az 50 órás képzés 80 %-án való részvétel. Az összes hiányzás tehát nem haladhatja meg a képzés program óraszámának 20 %-át (10 óra).</p> |
|-------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 11. A képzési program végrehajtásához szükséges feltételek

|         |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11.1.   | Személyi feltételek                      | <p>A képzés lebonyolításához szükséges 2 fő segítő szakember, akik magas fokú számítástechnikai ismerettel rendelkeznek (fájlműveletek, Word, Excel, internethasználat, stb. területén). A képzők esetében feltétel: min. 1 év szakmai gyakorlat hátrányos helyzetű célcsoporttal végzett munkában, min. 1 év magas fokú számítástechnikai gyakorlati munka.</p>                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 11.1.1. | Személyi feltételek biztosításának módja | <p>A képzés teljes idejére 2 fő biztosítása a fenti feltételekkel (11.1.: A képzés lebonyolításához szükséges 2 fő segítő szakember, akik magas fokú számítástechnikai ismerettel rendelkeznek (fájlműveletek, Word, Excel, internethasználat, stb. területén). A képzők esetében feltétel: min. 1 év szakmai gyakorlat hátrányos helyzetű célcsoporttal végzett munkában, min. 1 év magas fokú számítástechnikai gyakorlati munka. A képzők vagy munkaviszonyban vannak a Váltó-sáv Alapítványnál, vagy a képzőt/oktatót egyéb szerződéssel alkalmazzuk (munkavégzésre irányuló egyéb jogviszony keretében).</p> |



|         |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11.2.   | Tárgyi feltételek                               | <p>A képzést olyan teremben kell lebonyolítani, ahol a résztvevők létszámával megegyező számú számítógép vagy laptop található.</p> <p>Az oktatás elengedhetetlen berendezése a projektor.</p> <p>Az oktatás Windows 7 operációs rendszeren, illetve Microsoft Office programcsomagon történik. Mindezeket a Váltó-sáv Alapítvány biztosítja.</p> <p>Internet hozzáférés biztosítása bizonyos tanegységeknél (7.5, 7.6., 7.7.).</p> <p>A helyszín lehet a Váltó-sáv Alapítvány székhelye vagy egyéb működési helye, de büntetés-végrehajtási intézet, vagy egyéb külső helyszín is. A helyszínre a sokszorosított anyagokat visszük, ugyanakkor szükséges sokszorosításra alkalmas berendezés – fénymásoló – a képzési helyszínen is.</p> <p>A képzéshez szükséges a nyomtatott és /vagy elektronikus jegyzet, melyet a Váltó-sáv Alapítvány biztosít. (Váltó-sáv Alapítvány saját jegyzete: cca. 120 oldal.)</p> |
| 11.2.1. | Tárgyi feltételek biztosításának módja          | <p>A külső helyszínen történő képzések esetén a berendezés biztosítása a „megrendelő” vagy a helyszínt biztosító feladata (avagy a képzés lebonyolításának helyszínén a szervezet tulajdonában lévő bútorokkal, berendezési tárgyakkal történik). A többi eszköz (képzéshez nélkülözhetetlen fénymásolatok, jegyzetek, stb.) a Váltó-sáv Alapítvány feladata.</p> <p>Amennyiben a Váltó-sáv Alapítvány helyszínén történik a képzés, az infrastrukturális eszközök rendelkezésre állnak.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 11.3.   | Egyéb speciális feltételek                      | Nincs.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 11.3.1. | Egyéb speciális feltételek biztosításának módja | A fenti, képzéshez szükséges speciális eszközöket a Váltó-sáv Alapítvány biztosítja a képzés helyszínén.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

Minősítés helye:

Minősítés dátuma:.....

.....  
Szakértő neve

Intézmény képviselőjének aláírása

.....  
.....  
Szakértői nyilvántartási szám

Szakmai vezető aláírása

.....  
Szakértő aláírása

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**



## 7. számú melléklet - Lehetőségeim, kompetenciáim a reintegrációs munkában (engedélyezés alatt) - 10 óra

Ajánlás az Fktv. 12. § (1) bekezdés szerinti képzési program felépítéséhez

### KÉPZÉSI PROGRAM

#### 1. A képzési program

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                           |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.1. | Képzés megnevezése<br><i>Azonos a KÉRELEMBEN, BEJELENTÉSBEN feltüntetett megnevezéssel</i>                                                                                                                                                                                                           | Lehetőségeim, kompetenciáim a reintegrációs munkában                                                                                                                                                      |
| 1.2. | OKJ azonosító<br><i>Amennyiben « A » képzési kör került megjelölésre</i>                                                                                                                                                                                                                             | nem releváns                                                                                                                                                                                              |
| 1.3. | Szakmai, vagy nyelvi programkövetelmény azonosítója<br><i>Amennyiben « B », vagy « C » képzési kör került megjelölésre</i>                                                                                                                                                                           | nem releváns                                                                                                                                                                                              |
| 1.4. | Nyelvi képzés esetén a képzés típusa, fajtája, szintje<br><i>(nyelvi képzés típusa: kontaktórák képzés vagy az Fktv. 1. § (3) bekezdése alapján megvalósuló képzés esetén kontaktórák képzés vagy távoktatás; fajtái: általános nyelvi képzés, egyéb nyelvi képzés vagy kombinált nyelvi képzés)</i> | nem releváns                                                                                                                                                                                              |
| 1.5. | Képzés nyilvántartásba-vételi száma<br><i>Engedély megszerzését követően kell beírni</i>                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                           |
| 1.6. | A képzés célja                                                                                                                                                                                                                                                                                       | A képzés célja megközelítések, eszközök, módszerek és technikák, lehetőségek feltérképezése, megismerése, melyek a reintegráció területén dolgozó szakemberek és/vagy támogatók kompetenciáit fejlesztik. |



|      |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.7. | A képzés célcsoportja | Önkéntesek, érdeklődők és szakemberek/munkatársak, akik a reintegráció területén, hátrányos helyzetű, marginalizált, deviáns, kriminális életvezetésű / bűnelkövető, szenvedélybeteg, zárt intézeti nevelésben részesülő (javítóintézet, büntetés-végrehajtási intézet, stb.), ill. bármilyen, sérülékeny célcsoporttal dolgoznak és/vagy támogatnak. |
|------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2. A képzés során megszerezhető kompetenciák

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.1. | A képzésben résztvevő önismerte fejlődik: megismeri erősségeit, fejlesztendő készségeit, gondolkodási/megközelítési jellemzőit.                                                                                                                                                                                                                          |
| 2.2. | A résztvevő képes felismerni és mozgósítani külső és belső erőforrásait a változás érdekében. Képes felismerni a változás szükségességét, és felkészülni kompetenciái fejlődésére, a változásmenedzsmentre                                                                                                                                               |
| 2.3. | A résztvevő tudatosítja lehetőségeit, kompetenciáit a segítő kapcsolatok terén.                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 2.4. | A képzésben résztvevő kommunikációs, valamint konfliktus- és stresszkezelési ismereti és készségei bővülnek. Azonosítja, értékeli probléma felismerési és stresszkezelési módszereit. Felismeri, értékeli és pozitív irányba fejleszti megküzdési stratégiáit. Könnyebben tud konfliktushelyzeteket megoldani, stresszhelyzeteket hatékonyabban kezelni. |
| 2.5. | A résztvevő képes lesz azonosítani a burn-out jelzéseit, és azt hatékonyan megelőzni és/vagy kezelni. Magánélete és munkavégzése kapcsán képes a flow élmény azonosítására/felismerésére, átélésére.                                                                                                                                                     |
| 2.6. | A résztvevő a megoldásokat keresi (megoldásfókuszú gondolkodásmód) a problémák azonosítása helyett, ezáltal hatékonyabbnak, sikeresebbnek érzi magát.                                                                                                                                                                                                    |
| 2.7. | A gamification eszközeinek megismerésével és tudatosításával új és hatékonyabb eszköz birtokában sikeresebbnek, kompetensebbnek érzi magát munkájában és magánéletében egyaránt.                                                                                                                                                                         |

## 3. A programba való bekapcsolódás feltételei

|      |                             |                              |
|------|-----------------------------|------------------------------|
| 3.1. | Iskolai végzettség          | Középfokú iskolai végzettség |
| 3.2. | Szakmai végzettség          | -                            |
| 3.3. | Szakmai gyakorlat           | -                            |
| 3.4. | Egészségügyi alkalmasság    | -                            |
| 3.5. | Előzetesen elvárt ismeretek | -                            |
| 3.6. | Egyéb feltételek            | -                            |

## 4. A programban való részvétel feltételei

|      |                             |                                                                     |
|------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 4.1. | Részvétel követésének módja | Jelenléti ív és a résztvevők hiányzásait dokumentáló haladási napló |
|------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------|



|      |                      |                                  |
|------|----------------------|----------------------------------|
| 4.2. | Megengedett hiányzás | a kontaktórák 20 %-a, azaz 2 óra |
| 4.3. | Egyéb feltételek     | -                                |

### 5. Tervezett képzési idő

|      |                                                                                            |        |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 5.1. | Elméleti órák száma<br><i>Megegyezik az összes tananyagegység elméleti óraszámával</i>     | 2 óra  |
| 5.2. | Gyakorlati órák száma<br><i>Megegyezik az összes tananyagegység gyakorlati óraszámával</i> | 8 óra  |
| 5.3. | Összes óraszám<br><i>Megegyezik az összes tananyagegység összes óraszámával</i>            | 10 óra |

**6. A képzés formájának meghatározása (A, B és D kör szerinti képzések esetén egyéni felkészítés, csoportos képzés és távoktatás, C kör szerinti kontaktórák képzés esetén csoportos képzés és egyéni felkészítés) *(nyelvi képzés kivételével egy képzési forma adható meg)***

|      |                  |                  |
|------|------------------|------------------|
| 6.1. | A képzés formája | csoportos képzés |
|------|------------------|------------------|

### 7. A tananyagegységek *(további sorokkal bővíthető)*

|      | A tananyagegység megnevezése                                         |
|------|----------------------------------------------------------------------|
| 7.1. | Mentálhigiénés ismeretek és készségek                                |
| 7.2. | Kommunikációs hatékonyság fejlesztése, stressz- és konfliktuskezelés |
| 7.3. | Saját élményű tapasztalat a gamification módszerével                 |

#### 7.1. Tananyagegység

|        |                                                                           |                                       |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 7.1.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.1. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | Mentálhigiénés ismeretek és készségek |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|



|        |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.1.2. | Célja                                                              | <p>A tananyagegység célja a pozitív attitűd és motiváció kialakítása a lelki egészség védelmére, fejlesztésére. Alapvető cél az önismeret, önértékelés fejlődése, az erőforrások mozgósítása, a résztvevő lehetőségeinek feltérképezése a változás/változtatás elindítása érdekében.</p> <p>A tananyagegység elvégzése után a résztvevő önismerete fejlődik; személyiségfejlődés.</p> <p>A résztvevő képes megérteni önmaga és társai működését, a változás/változtatás lehetőségét.</p> <p>A résztvevő képes felismerni és mozgósítani külső és belső erőforrásait a változás érdekében.</p> <p>A résztvevő tudatosítja céljait és értékeit, személyes tulajdonságait, képességeit és készségeit.</p> <p>Cél a megoldásközpontú gondolkodás fejlesztése, azaz a megoldások keresése a problémák elemzése helyett.</p> |
| 7.1.3. | Tartalma                                                           | <p>Önmotiváció, önismeret/önértékelés fejlesztése helyzetgyakorlatokon keresztül.</p> <p>Az önmegvalósítás, a családban és a társadalomban betöltött hasznosság érzete értékelése, fejlesztése.</p> <p>A fáradtság kezelése, a pihenés, rekreációs kultúra fejlesztése, a kiegész megelőzése.</p> <p>Kommunikációs készségek fejlesztése: aktív hallgatás, aktív figyelem, kérdezőtechnikai alapismeretek.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 7.1.4. | Terjedelme                                                         | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 7.1.5. | Elméleti órák száma                                                | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 7.1.6. | Gyakorlati órák száma                                              | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 7.1.7. | A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A résztvevő folyamatos aktivitást mutat a tanegység során, aktívan részt vesz a csoport munkájában. A kontaktórákon való jelenlét.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

## 7.2. Tananyagegység

|        |                                                                           |                                                                     |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 7.2.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.2. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | Kommunikációs hatékonyság fejlesztés, stressz- és konfliktuskezelés |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|



|        |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.2.2. | Célja                                                              | A tananyagegység célja a kommunikációs stratégiák bővülése, a megoldásfókuszú és segítő kommunikáció eszközeinek megismerése, alkalmazása. Cél, hogy a résztvevő képessé váljon az önérvényesítő, aszertív kommunikáció és magatartás megismerésével, gyakorlásával a stressz és a konfliktus helyzetek felismerésére és megfelelő korai kezelésére, kialakuljon érzékenysége az ilyen típusú helyzetek megelőzésére. Javuljon a stresszhatásokkal szemben ellenálló képessége. A résztvevő megismerje a pozitív gondolkodás szerepét. Azonosítani tudja a magánélet és a munka területén felmerülő erősségeit, fejlesztendő gyengeségeit. |
| 7.2.3. | Tartalma                                                           | A stressz és konfliktus szerepe a magánéletben és a munkában.<br>Pozitív gondolkodás, aszertív kommunikáció szemlélete és hatásai.<br>Konfliktus megoldási készségek gyakorlatai.<br>Konfliktustérkép / tipológia; stressztérkép.<br>Saját és külső elvárások, teljesítési kényszer - gyakorlat.<br>Döntési kiutak kommunikációja.<br>Magánélet/család és munkahelyi szerepek.<br>Magánélet, munka lehatárolás térben, időben, gondolati szinten - helyzetgyakorlatok.<br>Egyéni cselekvési terv a kommunikációs hatékonyság fejlesztésre, stressz- és konfliktuskezelésre.                                                                |
| 7.2.4. | Terjedelme                                                         | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 7.2.5. | Elméleti órák száma                                                | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 7.2.6. | Gyakorlati órák száma                                              | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 7.2.7. | A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A résztvevő folyamatos aktivitást mutat a tanegység során, aktívan részt vesz a csoport munkájában. A kontaktórákon való jelenlét.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

### 7.3. Tananyagegység

|        |                                                                           |                                                      |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 7.2.1. | Megnevezése<br><i>Megegyezik a 7.2. sorban feltüntetett megnevezéssel</i> | Saját élményű tapasztalat a gamification módszerével |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|



|        |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.2.2. | Célja                                                              | A tananyagegység elvégzése után a résztvevők jobban megismerik saját viselkedésüket, értékeiket, egyes helyzetekre adott válaszaikat, ill mindezek hatását környezetükben. A saját élményű tapasztalatok segítséget nyújtanak személyes találkozókra és személyközi kapcsolatok kialakítására nehezen elérhető, deviáns célcsoporttagokkal, és/vagy lehetőség nyílik belehelyezkedni extrém, speciális helyzetben lévő, a többségi társadalom érték- és normarendszerétől eltérő életvitelt folytató személyek élethelyzetébe a Váltó-sáv Alapítvány által kidolgozott Váltó-Láz: szabadulásra felkészítő/érzékenyítő társasjáték keretében |
| 7.2.3. | Tartalma                                                           | Találkozás bűnelkövető/szabadult/ex-kriminális/szenvedélybeteg/deiviáns célcsoporttaggal – interaktív beszélgetés ÉS/VAGY<br>Váltó-Láz: szabadulásra felkészítő/érzékenyítő társasjáték – általános ismertetés, bemutatás (cél, tartalom, kihívások, szabályok, kellékek, a játékvezető szerepe)<br>Váltó-Láz: saját élményű tapasztalat ÉS/VAGY<br>Látogatás büntetés-végrehajtási intézményben (a totálisan zárt intézet megismerése saját élményű tapasztalat gyűjtésével, érzékenyítés, társadalmi szemléletformálás) – fakultatív egység rész                                                                                          |
| 7.2.4. | Terjedelme                                                         | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 7.2.5. | Elméleti órák száma                                                | 0                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 7.2.6. | Gyakorlati órák száma                                              | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 7.2.7. | A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A résztvevő folyamatos aktivitást mutat a tanegység során, aktívan részt vesz a csoport munkájában. A kontaktórákon való jelenlét.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

#### 8. Csoportlétszám *(maximum 40 fő)*

|     |                               |       |
|-----|-------------------------------|-------|
| 8.1 | Maximális csoportlétszám (fő) | 15 fő |
|-----|-------------------------------|-------|

#### 9. A képzésben részt vevő teljesítményét értékelő rendszer leírása

*(amennyiben a képzés OKJ szerinti szakképesítés megszerzésére irányul, az értékelő rendszer leírásának a modulzáró vizsgák teljesítményértékelését is tartalmaznia kell)*



A képzés a résztvevők aktivitására épül. Az oktató a résztvevő kompetenciáiban bekövetkezett változásokat a gyakorlatok követően a csoport előtt elhangzó visszajelzéseivel folyamatosan értékeli. Az irányított gyakorlatok oktatói megfigyelésére, csoport előtti és egyéni értékeléssel a képzés során folyamatosan és a képzés végén kerül sor.

A képzés végén a képzésben résztvevő megfelelt / nem felelt meg minősítést szerezhethet.

A megfelelt minősítéshez tartozó követelményszintek:

- hiányzása nem haladja meg a megengedett 20 %-ot, azaz 2 órát
- folyamatos aktivitást mutat a képzés során

A képzésben résztvevő nem felelt meg minősítést kap:

- hiányzása meghaladja a megengedettet (20 %, azaz 2 óra)
- nem mutat aktivitást a képzés során.

### 10. A képzés zárása

|       |                                                            |                                                                                                                                                |
|-------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10.1. | A képzés elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei | A képzésben résztvevők tanúsítványt kapnak.<br>A tanúsítvány kiadásának feltételei:<br>A 9. pontban meghatározott megfelelt minősítés elérése. |
|-------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 11. A képzési program végrehajtásához szükséges feltételek

|         |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11.1.   | Személyi feltételek                      | Tréner/oktató<br>Egyetemi vagy főiskolai (felsőoktatási) végzettség és a képzés jellegének megfelelő min. 2 év tréneri / oktatói tapasztalat.                                                                                                                                                    |
| 11.1.1. | Személyi feltételek biztosításának módja | A trénereket munkaviszonyban vagy megbízási szerződéssel, vagy vállalkozási szerződéssel foglalkoztatjuk.                                                                                                                                                                                        |
| 11.2.   | Tárgyi feltételek                        | A 393/2013. évi Kormányrendelet 1. számú melléklete szerinti feltételekkel biztosított tanterem.<br>1 db oktatóterem (férőhelyek száma: 15 + 1 fő).<br>Váltó-Láz szabadulásra felkészítő/érzékenyítő társasjáték (A Szellemi Tulajdon Nemzeti Hivatal M 17 00317 védjeggyel ellátott fejlesztés) |



|         |                                                 |                                                                                                                                                                                        |
|---------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11.2.1. | Tárgyi feltételek biztosításának módja          | A tárgyi feltételekkel való rendelkezést a 393/2013. (XI.12.) Korm. rendelet 16 § (6) megfelelően tulajdonjog és/vagy használati jog és/vagy bérleti szerződés formájában biztosítjuk. |
| 11.3.   | Egyéb speciális feltételek                      | nincs                                                                                                                                                                                  |
| 11.3.1. | Egyéb speciális feltételek biztosításának módja | nincs                                                                                                                                                                                  |

Minősítés helye, dátuma:

.....

Szakértő neve

.....

Intézmény képviselőjének aláírása

.....

Szakértői nyilvántartási szám

.....

Szakmai vezető aláírása

.....

Szakértő aláírása

**SZÉCHENYI** 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**