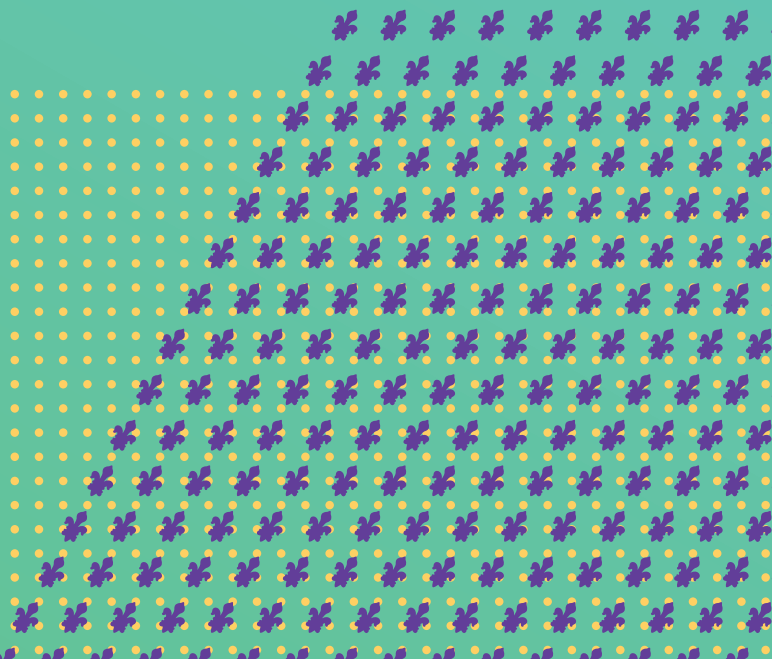


# KEZEDBEN A JÖVŐD

7 napos önismereti  
és karriertervezési program +





**PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM**  
**UNIVERSITY OF PÉCS**



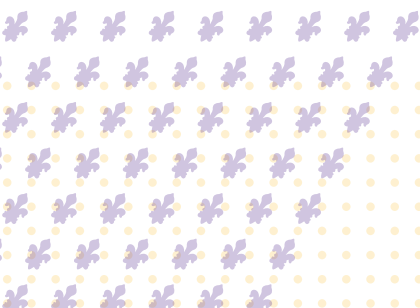
## **KEDVES FELVÉTELIZŐ BARÁTUNK!**



A pályaválasztás egy nagyon nehéz döntés, de tudnod kell, hogy nem vagy egyedül!

Rengetegen járnak hasonló cipőben, ezért is készítettük el ezt a munkafüzetet. Szeretnénk Neked segíteni abban, hogy közelebb kerülj a számodra megfelelő irány felé.

Összegyűjtöttük azokat az önismereti szempontokat, teszteket, gyakorlatokat, amelyek igazolhatják választásod helyességét, vagy megmutathatják a számodra legmegfelelőbb irányt. Adj kellő időt magadnak a feladatokhoz! Elég, ha naponta vagy pár naponta oldasz meg közülük egyet, de sorrendjüket ajánlatos betartani. A dokumentum szerkeszthető, ki tudod tölteni nyomtatás nélkül is!

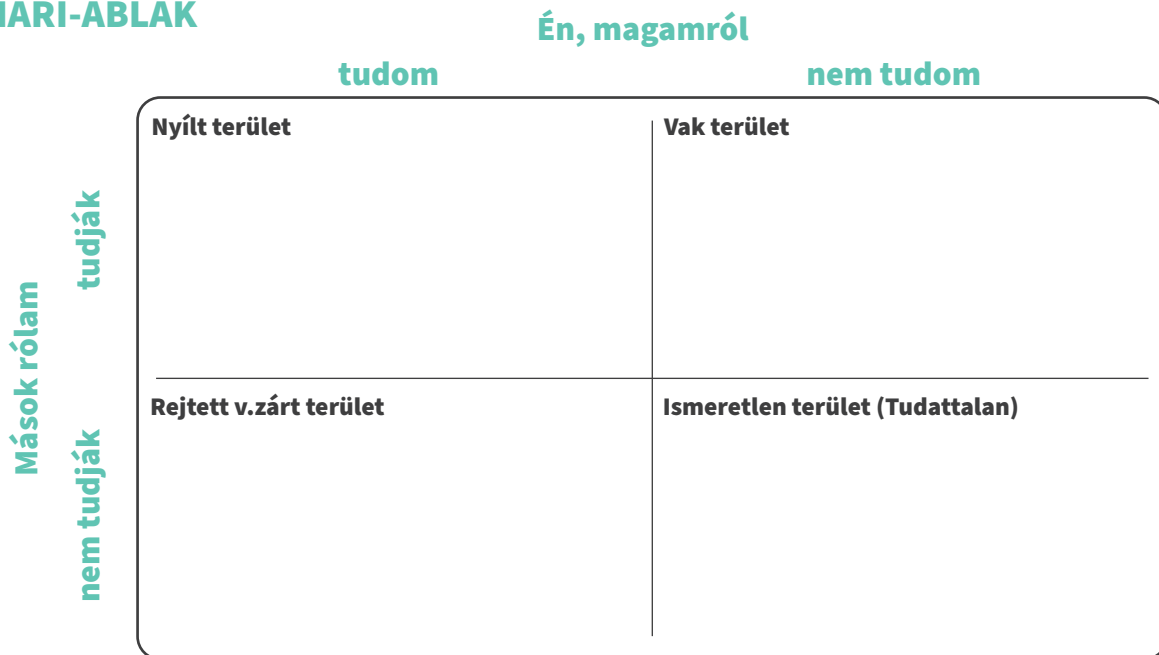


# 1. NAP

## KI VAGYOK ÉN?

Önismereted fejlesztésére rengeteg módszer kínálkozik. Ismerkedj meg most ezek egyikével, a **Johari-ablak**kal, amely az önismeret egyik legszélesebb körben használt modellje. *Joseph Luft* és *Harry Ingham* pszichológusok dolgozták ki még a múlt század közepén, elnevezése is kettőjük keresztnévének ötvözete.

### JOHARI-ABLAK



A modell négy területre osztja, és két dimenzióból vizsgálja személyiségünket. Segítségével bemérhetjük, hogy mi az, amit már tudunk magunkról - mennyit rejtünk el mások előtt, mi az, ami bennünk van, de nem látunk rá, csak mások veszik észre.

**Nyílt terület:** azok a tulajdonságaink, adottságaink, képességeink, viselkedési módjaink, amelyekkel magunk is tisztában vagyunk, de könnyen észrevehetőek és felismerhetők azok számára is, akikkel kapcsolatba kerülünk.

**Rejtett vagy zárt terület:** tartalmazza rólunk mindazt, amit már szintén felismertünk önmagunkban, de valamiért titokként kezeljük, szándékosan elrejtjük azt mások előtt. (Ide rejthetjük pl. csak otthon elengedett indulatainkat, titkolt szorongásainkat, de akár azt is, hogy valamihez nagyszerűen értünk, ám nem szeretnénk ezzel mindenki szolgálatára lenni.)

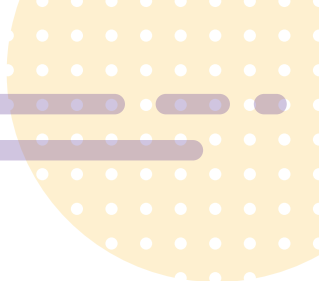


**Vak terület:** azokat a tulajdonságainkat tartalmazza, amelyeket mások észrevesznek, de mi magunk nem vagyunk még tisztában velük. Ilyen lehet a bennünk szunnyadó tehetség, amelyre aztán egy jó szemű pedagógus ébreszt rá minket. De ilyenek lehetnek másokat megmosolyogtató gesztusaink, vagy a tény, hogy környezetünk lehangolóan magabiztosnak tart minket, holott mi szerény, visszafogott emberként gondolunk magunkra.

S a negyedik zóna személyiségünknek az a része, ahová sem mi, sem mások nem nyerhetnek betekintést, az **Ismeretlen terület:** lényegében megközelíthetetlen, az itt rejlő tulajdonságainkat csak egyedi körülmények hatására – pl. vészhelyzet, baleset – vagy olyan speciális eljárással, mint a pszichoanalízis tudjuk csak némiképp felszínre hozni.

Érdeemes e modellt időről időre elővenni, hiszen az egyes területek egymáshoz viszonyított mérete életünk során folyamatosan változik. S hogy segítségével Te most aktuális visszajelzést kaphass magadról, **válaszd ki az alábbi listából azt a 10 tulajdonságot, amelyről úgy gondolod, hogy a legjobban jellemző rád!**

alapos	türelmes	barátságos	bátor
becsületes	bizalmat sugárzó	céltudatos	együttműködő
elismerő	elkötelezett	empatikus	energikus
igazságos	fegyelmezett	felelősségteljes	önálló
kötelességtudó	gyakorlatias	gyors észjárású	határozott
hiteles	igényes	hűséges	jó hallgató
jó szervező	kedves	kiegyensúlyozott	kitartó
kommunikatív	következetes	kreatív	lelkes
lendületes	logikus gondolkodású	magabiztos	megbízható
meggyőzhető	nagyvonalú	gondoskodó	nyitott
lelkiismeretes	másokat ösztönző	példamutató	pozitív gondolkodású
precíz	kezdeményező	rugalmas	segítőkész
kreatív	széles látókörű	titoktartó	szorgalmas
sokoldalú	önzetlen	őszinte	vállalkozó szellemű

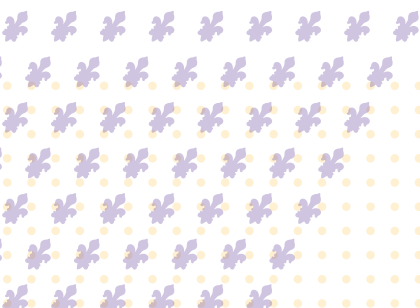




Ezt követően add a listát legalább öt, de inkább több, veled különböző kapcsolatban álló embernek – családtag, barát, ismerős – és kérd meg, hogy ő is válassza ki a szerinte rád leginkább jellemző 10 tulajdonságot! Vesd össze aztán válaszaikat a saját listáddal, majd töltsd ki a táblázatot! Azokat a tulajdonságokat, amelyeket te is megjelöltél, és többek válaszában is szerepeltek, írd a Nyílt területbe! Ezek magad által is ismert, és mások számára is nyilvánvaló erősségeid. Azok a jellemzők, amelyeket csak te írtál le, de senki sem említett, a Rejtett vagy zárt területbe kerüljenek. Gondolkodj el azon, vajon miért maradtak ezek észrevétlenek mások számára? S azokat a tulajdonságokat, amelyeket többen is megjelöltek rólad, de nincsenek a saját listádon – vajon miért?- egyelőre a Vak területre írd. Ám amint felismered és elfogadod őket te is magadban, ezeknek is a Nyílt területen lesz a helyük.



## MIT MUTAT AZ ÍGY KIALAKULT KÉP ÖNMAGADRÓL?



# 2. NAP

## ERŐSSÉGEIM TÜKRÉBEN

Önbizalmunk alapját felismert erősségeink adják. Nagyon fontos ezért, hogy tudatosítsd, milyen tulajdonságaid segítettek adott célok elérésében, számodra nehéz problémák megoldásában. Ezekre a képességeidre ugyanis hasonló helyzetekben is támaszkodhatsz.

**Idézz fel most három olyan - iskolai, magánéleti, önkéntes vagy diákmunkában végzett - tevékenységedet, amelynek eredményét büszkén nyugtáztad, amelyben sikeresnek érezted magad! Gondolhatsz olyan helyzetre is, amit először megoldhatatlannak tartottál, végül mégis sikerült megoldanod. Írd le ezeket, majd alájuk legalább 5 olyan képességedet, amelyek célok elérésében segítettek! Segítségedre lehet, ha másokat is megkérdezel arról, milyen tulajdonságaid vezettek szerintük ezekhez a sikereidhez.**

**1. tevékenység:**

\_\_\_\_\_

**Ehhez szükséges képességek:**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

**2. tevékenység:**

\_\_\_\_\_

**Ehhez szükséges képességek:**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

**3. tevékenység:**

\_\_\_\_\_

**Ehhez szükséges képességek:**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

**MELYEK AZOK A KÉPESSÉGEID, AMELYEK TÖBB TEVÉKENYSÉGED SIKERÉHEZ IS HOZZÁJÁRULTAK?**

**HOGYAN, MIBEN HASZNOSÍTHATOD ERŐSSÉGEIDET LEENDŐ PÁLYÁDON?**

# 3. NAP

## ÉRDEKLŐDÉS ÉS PÁLYAIRÁNY

Érdeklődésünknek vezető szerepe van foglalkozásunk megválasztásában, nem véletlen, hogy *John Holland* tipológiája is ennek bemérésén alapul. Ha Te is kíváncsi vagy, mit mutat ez a teszt rólad, töltsd ki az érdeklődési irányok kérdőívét!

**Minden megállapítás után írd oda, hogy az adott megállapítás milyen mértékben jellemző rád!  
A lehetséges válaszok:**

1 = egyáltalán nem jellemző    2 = kismértékben jellemző    3 = közepes mértékben jellemző  
4 = jelentős mértékben jellemző    5 = teljes mértékben jellemző

**Olyan munkával szeretnék foglalkozni a jövőben,  
ahol elsősorban a következő lenne a feladatom:**

1. társadalmi, közösségi ügyek képviselése \_\_\_\_\_
2. szabályszerű, gördülékeny ügyintézés \_\_\_\_\_
3. információk gyűjtése, elemzése \_\_\_\_\_
4. gépek, tárgyak, folyamatok tervezése \_\_\_\_\_
5. szervezni, irányítani, vagy meggyőzni másokat \_\_\_\_\_
6. ötleteim, gondolataim kifejezése, megjelenítése \_\_\_\_\_

**Szeretném, ha munkám eredménye a következő lenne:**

7. kézzelfogható eredmény (pl. egy tárgy, termék, szolgáltatás) létrehozása \_\_\_\_\_
8. termék értékesítése vagy egy sikeres szervezet létrehozása \_\_\_\_\_
9. egy (művészeti) alkotás létrehozása \_\_\_\_\_
10. rend és átláthatóság biztosítása \_\_\_\_\_
11. egy (elméleti) probléma megoldása \_\_\_\_\_
12. mások igényeinek kielégítése (pl. segítség, tanítás, szolgáltatások) \_\_\_\_\_

**Szeretném, ha munkám kapcsán a következő dolgokért vállalhatnék felelősséget:**

13. önálló, személyes, hiteles alkotás létrehozása \_\_\_\_\_
14. ügyfeleink elégedettségének biztosítása \_\_\_\_\_
15. magas szintű technikai és mechanikai tudást igénylő eszközök, gépek szakszerű használata \_\_\_\_\_
16. közös célok, és mások jóléte (egészsége, tudása, kényelme) \_\_\_\_\_
17. tények és összefüggések alapos feltárása \_\_\_\_\_
18. saját feladatok pontos, határidőre történő elvégzése \_\_\_\_\_

**Szeretném, ha munkám közben arra figyelhetnék, hogy:**

19. kezdeményezzek, kézben tartsam az irányítást \_\_\_\_\_
20. teljesen átadom magam az alkotás folyamatának \_\_\_\_\_
21. megtervezem egy technikai probléma megoldását \_\_\_\_\_
22. kit hogyan érint személyesen az adott feladat \_\_\_\_\_
23. a dolgok a szabályoknak, utasításoknak megfelelően történjenek \_\_\_\_\_
24. megértsem és magyarázatot találjak egy jelenség működésmódjára \_\_\_\_\_

**Ha elkészültél, töltsd ki az alábbi pontozási táblát! A válaszaidban írt számok megegyeznek az itt adható pontokkal, tehát az „egyáltalán nem jellemző” azaz 1-es válasz itt 1 pontot, a „kis mértékben jellemző” azaz 2-es válasz itt 2 pontot ér, és így tovább. Ügyelj arra, hogy az adott sorszámú kérdés mellé a megfelelő pontszám kerüljön!**

**Végül add össze a pontszámokat az egyes oszlopokban, hogy lásd, mennyit értél el belőlük a különböző kategóriákban!**

TÁRGYIAS		ELEMZŐ		ALKOTÓ		KÖZÖSSÉGI		SZERVEZŐ		MEGVALÓSÍTÓ	
Kérdés	Pont	Kérdés	Pont	Kérdés	Pont	Kérdés	Pont	Kérdés	Pont	Kérdés	Pont
4		3		6		1		5		2	
7		11		9		12		8		10	
15		17		13		16		14		18	
21		24		20		22		19		23	
Σ		Σ		Σ		Σ		Σ		Σ	



**Melyik érdeklődési terület kapta nálad a legmagasabb pontszámot? Ez a te elsődleges érdeklődési területed. Ha két kategóriában is ugyanazt a magas pontszámot kaptad, tekintsd mindkettőt elsődleges érdeklődési területnek!**

**Melyik érdeklődési terület kapta tőled a második és harmadik legmagasabb számot? Ezek a te másodlagos és harmadlagos érdeklődési területeid.**

### **S most ismerkedj meg az egyes típusok leírásaival!**

**Szervező:** az ilyen típusú emberek olyan helyzetekben érzik jól magukat, ahol mindig van megoldandó feladat, és vállalhatják a kezdeményező, irányító, szervező szerepet. Keresik azokat a helyzeteket, ahol változatos, folyamatosan új kihívásokkal szembesülhetnek. Gyorsan átlátják a különféle helyzetek követelményeit, és hajlandók a megoldás érdekében cselekedni, másokat mozgósítani, lelkesíteni, a feladatok megoldását megszervezni. Elsősorban a feladatok nagyobb összefüggéseinek kézben tartása jelenti a legfontosabb örömforrást számukra a munka során. Inkább nagy vonalakban szeretik átgondolni a helyzetek megoldását, a részleteket szívesen hagyják másra. Szeretik megszervezni saját maguk és mások tevékenységét, függetlenek és önállóak saját munkavégzésük folyamatában. Nem félnek a kockázatvállalástól.



Kapcsolódó pályakörök: **kereskedelem, marketing, idegenforgalom, vendéglátás.**

**Alkotó:** az ilyen érdeklődésű emberek olyan tevékenységeket tartanak vonzónak, ahol korábban megszerzett ismereteik, képességeik és készségeik segítségével új, esetleg mások által még nem ismert megoldásokat találhatnak ki különféle helyzetek, kérdések, problémák megoldására. Fontosnak érezhetik azt is, hogy saját személyiségüket megmutathassák valamilyen alkotó tevékenység keretében. Lényeges számukra, hogy önállóan dolgozhassanak, és új élményekkel, változatos feladatokkal találkozzanak. Munkájuk során szeretik a képzeletüket és az érzéseiket használni az alkotó tevékenységhez.

Kapcsolódó pályakörök: **művészetek, kézművesség, szórakozás, sport (szabadidő).**

**Megvalósító:** az ilyen érdeklődésű emberek fontosnak tartják, hogy jól meghatározott keretek között, pontos szabályok alapján végezhesék munkájukat. Biztonságot jelent számukra, ha tisztában vannak teendőikkel, és megnyugtató számukra, ha tudják, hogy pontosan meddig terjed a felelősségük. A pontosan kijelölt határok között szívesen foglalkoznak aprólékos, fokozott koncentrációt igénylő feladatokkal, és szeretik a jól szervezett munkát és a logikus megoldásokat. A határidők, szabályok és pontos leírások segítik munkájukat. Váratlan meglepetésektől mentes, biztos, kiszámítható feladatokat keresnek. Szívesen dolgoznak megadott utasítások szerint, elfogadják mások irányítását és felügyeletét. Szeretik befejezni az elkezdett munkát, zavarja őket, ha munkavégzésük folyamatát meg kell szakítani. Többnyire megszokott megoldásokat alkalmaznak, jobban kedvelik azokat a feladatokat, amelyek előre láthatóak, és kiszámíthatóak.

Kapcsolódó pályakörök: **gazdaság, pénzügy, üzlet/ügyvitel, adminisztráció, jog, védelem.**



**Tárgyas:** az ilyen érdeklődésű emberek számára fontos, hogy munkájuknak belátható időn belül kézzel fogható, látható eredménye legyen. Szívesen foglalkoznak gyakorlati problémák megoldásával, kivitelezésével. Az őket érdeklő tevékenységek során szükség lehet testi ügyességre, erőfelfejtésre. A gyakorlati megoldások emberei. Szívesen dolgoznak szerszámokkal, vagy gépekkel. Szeretnek különböző tárgyakat javítani vagy előállítani, meghatározott módszerek alapján. Fontos számukra, hogy megértsék bizonyos tárgyak és eszközök működését.

Kapcsolódó pályakörök: **természet, környezet (agrárium is), közlekedés, szállítás, ipar (kisipar és nagyipar, feldolgozóipar)**

**Elemző:** az ilyen érdeklődésű embereket foglalkoztatják a világ dolgai közötti összefüggések, kapcsolatok feltárása és kutatása. Szeretnek információkat gyűjteni, kutatni. Fontos számukra, hogy egy tevékenység végzése során legyen elég idő és alkalom az elmélyülésre, a problémák részletes elemzésére, elméleti megoldások kidolgozására. Szeretnek elvont fogalmakkal dolgozni, közel áll hozzájuk a tudományos, tervezői tevékenység, elemzés, és logikai feladatok megoldása. A munkafolyamatokban szeretnek a dolgok mélyére látni, és a problémák megoldásához elméleti vagy kísérleti úton eljutni.

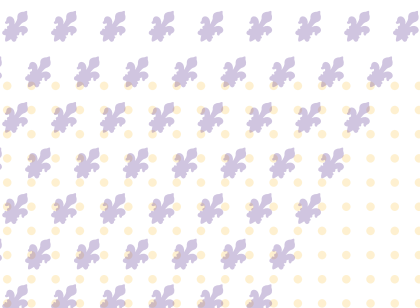
Kapcsolódó pályakörök: **műszaki pályák (fejlesztés, alkalmazás, híradástechnika) tudományok (társadalomtudományok, élettudományok, természettudományok, politológia)**

**Közösségi:** az ilyen érdeklődésű emberek fontosnak tartják, hogy mások számára hasznos, fontos, segítő vagy szolgáltató tevékenységet végezhesenek. Szívesen lépnek kapcsolatba másokkal, akár üzleti ügyben, akár segítőként. Szeretnek beszélgetést kezdeményezni, közreműködni mások szükségleteinek felismerésében, problémáik megoldásában. Olyan feladatokban érzik jól magukat, ahol társaságban, csapatban, munkacsoportban dolgozhatnak. Kedvelik az olyan munkákat, ahol személyes kontaktusra van szükség.

Kapcsolódó pályakörök: **oktatás, társadalom, kommunikáció, humán szolgáltatás, életmód.**



**HOGY VÉLEKEDSZ A KAPOTT  
EREDMÉNYRŐL?  
MENNYIRE ESIK EGYBE ELŐZETES  
ELKÉPZELÉSEIDDEL?**





## 4. NAP

# HA A PÉNZ NEM SZÁMÍTANA

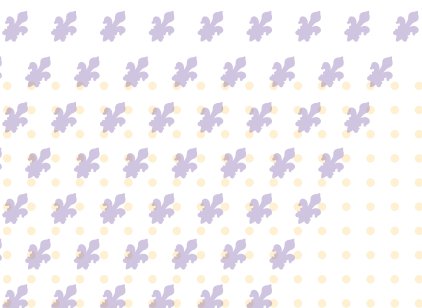
Vajon milyen szerepet kaphatnak életünkben vágyaink és álmaink? S hogyan hathatnak karrierünkre, életpályánkra?

**Nézd meg ezt a rövid videót!**

<https://www.youtube.com/watch?v=xwCB8qxEyGo>



**MILYEN ÉRZÉSEK VANNAK  
MOST BENNED?  
TE HOGYAN ÉL NÉD AZ ÉLETEDET,  
HA NEM SZÁMÍTANA A PÉNZ?**





# 5. NAP

## JÖVŐTERVEZŐ

Életünk nem csak munkából áll, ezért nagyon fontos, hogy olyan pályát válasszunk, ami tervezett életvitelünkkel is összeegyeztethető. Ehhez azonban elengedhetetlen, hogy átgondoljuk, milyen életet szeretnénk élni, milyen jövőt képzelünk el magunknak. Te például milyen?

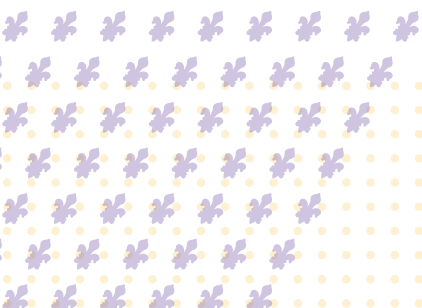
**Most keress valami nyugtató, halk zenét, és helyezd zavartalan kényelembe magad! Olvasd végig az alábbi kérdéseket, aztán hunyd be a szemed, engedd el a képzeletedet, hogy megalkothass magadban egy komplex képet arról, hol leszel, mit csinálsz majd 10 év múlva...**

*Nagyot ugrottunk az időben, 10 évvel előbbre jutottunk. Te most éppen dolgozol. Hol van a munkahelyed?... Nézz körül, vedd szemügyre a környezetet!..... Kik vesznek itt körül?... Hogyan beszélsz azokkal az emberekkel, akikkel együtt vagy?... Hogyan beszélnek ők veled?... Mit csinálsz éppen, mi a jelenlegi feladatod?... Milyen érzések vannak benned munka közben?.....*

*Vége a munkának, hazafelé indulsz. Hol van az otthonod?... Mit érzel, amikor belépsz az ajtaján?... Kinek, minek örülsz?..... Ma még egy jó program vár rád. Hova indulsz, mivel töltöd a szabadidőd?... Kik vannak most veled?.....Mi az a jó hír, amit meg szeretnél osztani velük?... Milyen érzés mesélni erről?... Maradj kicsit ebben az érzésben.... Érezd, hogy boldog vagy, mert sikerült elérned, amiért eddig küzdöttél, amit 10 évvel ezelőtt megálmodtál magadnak...*

**Ha tetszett, ne engedd elillanni ezt a képet, hiszen sokszor adhat erőt jövőbe vezető utadon. Rögzítsd inkább egy papíron, hogy időről időre elővehesd! Fogj egy lapot, és írd egy levelet saját magadnak ebből a jövőből! Most elképzelt 28-30 éves önmagad mesélje el a most 18-20 évesnek, mivel foglalkozik, hol és kivel, kikkel él, mit csinál a szabadidejében, mire készül éppen, és így tovább.**

Persze, ahogy múlik az idő, változni fogsz, és ez a kép is változhat veled. De a lényeg az, hogy légy mindenkor tisztában azzal, hová tartasz! Ne csak az éppen soron következő állomásra koncentrálj, mindig ott legyen a szemed előtt a hosszú távú cél! Mert hogyan is mondta Seneca? "Semmilyen szél nem jó annak, aki nem tudja, melyik kikötőbe tart..."





## 6. NAP

# ÖNFEJLESZTÉS A CÉL ÉRDEKÉBEN

Ha már tudod, hová szeretnél eljutni, minden bizonnyal számba vetted, milyen erősségeid segítenek ebben, és melyek azok a képességeid, amelyeket célod elérése érdekében még fejleszteni szeretnél. Az alábbi táblázat az utóbbiak megvalósításában segíthet neked.

**Írd a táblázatba 3 olyan tulajdonságodat, amelyet fontosnak érzel fejleszteni magadban! Fogalmazz meg velük kapcsolatos jelenlegi állapotodat és célkitűzésedet, és fejlesztésükhöz minél konkrétabb tevékenységeket jelölj meg! Ha például gyakori elkéséseid miatt a pontosság elérését tűzöd ki célul, ne elégedj meg a " változtatok ezen" válasszal. Fogalmazz meg konkrétan, mi segítheti szerinted a változást. pl. „Minden reggel beállítom a telefonomat, hogy az aznapi fontos események előtt egy órával jelezzon.” „Előre összekészítem, amit majd vinni kell magammal, hogy ne kelljen visszamennem semmiért.” „Párszor lemérem, mivel, mennyi időt töltök reggel indulás előtt, hogy tudjam, mennyivel előbb kell felkelnem ahhoz, hogy ne késsek el.”**

FEJLŐDÉSI CÉLTERÜLET	JELEN ÁLLAPOT	CÉLÁLLAPOT	TEVÉKENYSÉG	HATÁS
(készségek, tudások, jártasságok, kompetenciák)	(hol tartok most?)	(hova szeretnék eljutni?)	(milyen eszközökkel érhetem el céljaimat?)	(fejlődésem hatása életemre, munkámra, egyébire)

**MIT GONDOLSZ, MILYEN VÁLTOZÁSOKAT HOZHAT EZ A TERV AZ ÉLETEDBEN, S MEGVALÓSULÁSA HOGYAN HASZNOSUL LEENDŐ PÁLYÁDON IS?**

# 7. NAP

## ÉN ÉS A PÁLYÁM

Ha önismereti munkád végére értél, nincs más feladatod, mint meglévő képességeidet, kompetenciáidat összevetni az érdeklődésednek és motivációidnak is megfelelő pálya követelményeivel. Ehhez persze ismerned kell az addig vezető képzési utat, és a majdani munkádban rád váró feladatokat, körülményeket. A legjobb, ha azoktól szerzed be ezeket az információkat, akik maguk is ezen a pályán dolgoznak. Hasznos ismereteket szerezhetsz azonban az interneten is.

Most néhány olyan weboldalra kalauzolunk, ahol sokrétű tájékoztatást kaphatsz az egyetemi alap - vagy felsőoktatási szakképzési szakokról, és a hozzájuk kapcsolódó pályákról. Két mintát is mutatunk erre, megadva a tájékozódási útvonal lépéseit is, hogy segítségükkel könnyebben eljuthass a saját megcélzott szakoddal kapcsolatos tudnivalókhoz.

### PSZICHOLÓGUS ALAPSZAK

#### Képzési tudnivalók, követelmények:

<https://pte.hu/hu/felveteli/kepzes>

**Lépések:** <https://pte.hu/hu/felveteli> - Képzéskereső - Alapszak kiválasztás + képzés neve + Keres

[https://www.felvi.hu/felveteli/szakok\\_kepzesek/szakleirasok/!Szakleirasok/index.php/szak/85/szakleiras](https://www.felvi.hu/felveteli/szakok_kepzesek/szakleirasok/!Szakleirasok/index.php/szak/85/szakleiras)

**Lépések:** <https://www.felvi.hu/felveteli> - Szakok, képzések - Szakleírások A-Z - Bölcsészettudomány - pszichológia

#### Foglalkozást bemutató kisfilm:

<https://palyaorientacio.nive.hu/api/uploads/0ecf9641c74f4120893aee74565c3d55.pdf>

**Lépések:** <https://palyaorientacio.nive.hu/> - Videótár - TÁMOP 2.2.2 - Pdf letöltése - CTRL+F keresés:

Pszichológus

#### Foglalkozás leírása:

<https://pom.oktatas.hu/szakma/1647>

**Lépések:** <https://pom.oktatas.hu/> - Pályák - Szűrő: pszichológus

## KERESKEDELEM ÉS MARKETING FELSŐOKTATÁSI SZAKKÉPZÉSI SZAK

### Képzési tudnivalók, követelmények:

[https://felveteli.pte.hu/kepzes/kereskedelem\\_es\\_marketing\\_felsooktatasi\\_szakkepzes](https://felveteli.pte.hu/kepzes/kereskedelem_es_marketing_felsooktatasi_szakkepzes)

**Lépések:** <https://felveteli.pte.hu> – képzés beírása - kiválasztva: felsőoktatási szakképzés +keres)

[https://www.felvi.hu/felveteli/szakok\\_kepzesek/szakleirasok/Szakleirasok/index.php/szak/16113/szakleiras](https://www.felvi.hu/felveteli/szakok_kepzesek/szakleirasok/Szakleirasok/index.php/szak/16113/szakleiras)

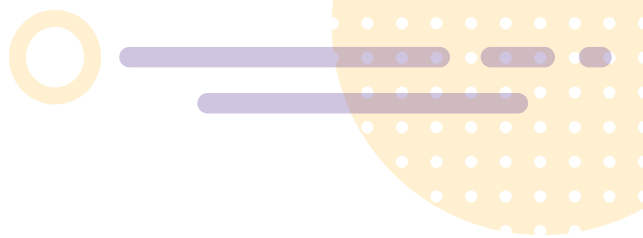
**Lépések:** <https://www.felvi.hu/felveteli> – Szakok, képzések – Szakleírások A-Z – Gazdaságtudományok – felsőoktatási szakképzés – kereskedelem és marketing

### Az egyik lehetséges munkaterület, a kereskedelmi ügyintéző foglalkozást bemutató kisfilmje:

<https://palyaorientacio.nive.hu/api/uploads/0ecf9641c74f4120893aee74565c3d55.pdf>

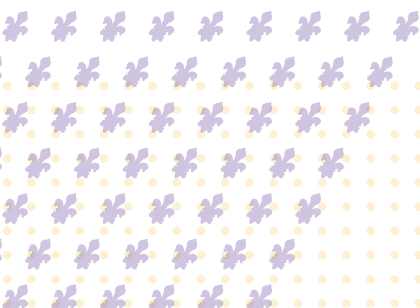
**Lépések:** <https://palyaorientacio.nive.hu/> – Videótár – TÁMOP 2.2.2 – Pdf letöltése – CTRL+F  
keresés: Kereskedelmi ügyintéző

**Most nézz utána az általad megcélzott szaknak vagy szakoknak! A megszerzett információkat az alábbi táblázatban összesítheted. Így könnyebb lesz végig tekintened az úton, ami előtted áll. Képet alkothatsz róla, milyen ismeretek, tantárgyak várnak rád egyetemi éveid alatt, milyen feladatokra készíted fel a képzés, s milyen területeken helyezkedhetsz majd el itt megszerzett tudásoddal pályakezdőként.**



<b>KÉPZÉS/FOGLALKOZÁS NEVE:</b>	
<b>KINEK AJÁNLHATÓ? MILYEN ÉRDEKLŐDÉS, KÉPESSÉGEK, MOTIVÁCIÓ MEGLÉTE KELL EHHEZ A PÁLYÁHOZ?</b>	
<b>KÉPZÉSI IDŐ:</b>	
<b>MILYEN TANTÁRGYAK KELLENEK A FELVÉTELIHEZ? MELYIKBŐL KELL EMELT SZINTEN ÉRETTSÉGIZNI?</b>	
<b>MELYIK INTÉZMÉNYEK INDÍTJÁK EZT A KÉPZÉST?</b>	
<b>MILYEN FŐBB TÉMAKÖRÖKKEL, TANTÁRGYAKKAL FOGLALKOZNAK A HALLGATÓK TANULMÁNYAIK ALATT?</b>	
<b>MIRE KÉSZÍTIK FEL A LEENDŐ SZAKEMBEREKET A KÉPZÉS SORÁN? MELYEK A JELLEMZŐ MUNKAFELADATOK EZEN A PÁLYÁN?</b>	
<b>MILYEN TERÜLETEKEN LEHET ELHELYEZKEDNI EZZEL A VÉGZETTSÉGGEL?</b>	
<b>MENNYI EZEN A PÁLYÁN A JELENLEGI ÁTLAGFIZETÉS?</b>	

**MILYEN EREDMÉNNYEL ZÁRULT SZÁMODRA EZ A FELADAT?  
REMÉLJÜK, MEGERŐSÍTETT BENNE, HOGY JÓ IRÁNYBA INDULSZ,  
A SZÁMODRA MEGFELELŐ SZAK ÉS PÁLYA FELÉ!**



Végül összefoglalva a továbbtanulási lehetőségeidet, íme még néhány információ, ami segíthet.

## LEHETŐSÉGEK ÉRETTSÉGI UTÁN

### SZAKMASZERZÉS - TECHNIKUM

- csak iskolarendszerű képzésben szereshető szakma
- érettségi után 2-3 éves képzési idő  
→ csak szakmai tárgyak
- duális képzés → ágazati, szakmai elmélet, + gyakorlati képzés munkahelyen, szakképzési munkaszerződéssel
- technikus vizsga = emelt szintű érettségi (egyetemi szakirányú továbbtanulásnál előny)
- nappali tagozat csak 25 éves korig, utána esti képzés

#### Szakmajegyzék:

[https://www.nive.hu/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1097](https://www.nive.hu/index.php?option=com_content&view=article&id=1097)

#### Szakmák leírása, képzőhelyek:

<https://szakkepzes.ikk.hu/#jegyzek>  
<https://szakkepzes.ikk.hu/tajekoztato/fuzet.html>

### FELSŐOKTATÁSI SZAKKÉPZÉS (FOKSZ)

- egyetemi hallgatói jogviszony, államilag támogatott vagy önköltséges képzés
- 4 féléves, nem diplomát ad, hanem oklevelet a szakvégeztségről
- 240 pont a felvételi minimum (ehhez többletpontként csak az emelt szintű érettségi számítható be)
- a 4 félév alatt letett vizsgák min. negyede, max háromnegyede elfogadtatható a szakirányú egyetemi alapképzésben
- a sikeres záróvizsgáért - annak eredményétől függően 10 - 32 - többletpont kapható szakirányú egyetemi alapképzésre történő jelentkezés esetén
- jelentkezési határidő a szeptemberben induló képzésekre: február 15.

#### Szakok, szakleírások:

[https://www.felvi.hu/felveteli/szakok\\_kepzesek/szakleirasok/Szakleirasok/index.php/szakterulet/mind/F](https://www.felvi.hu/felveteli/szakok_kepzesek/szakleirasok/Szakleirasok/index.php/szakterulet/mind/F)

#### Foglalkozást bemutató filmek:

<https://palyaorientacio.nive.hu/videoar/filmek>

### EGYETEMI ALAPSZAK VAGY OSZTATLAN KÉPZÉS

- felvételi követelmény: min. 280 pont+ emelt szintű érettségi - bizonyos szakokon 2 tantárgyból is (kivétel: nem kell emelt szintű érettségi azokhoz a szakokhoz, ahol a felvételi összpontszámot kizárólag a gyakorlati vizsga eredményéből számítják, pl. művészeti képzési terület)
- képzési idő: alapszakon szaktól függően 6 - 8 félév, osztatlan képzésben 10-12 félév
- önköltséges és államilag finanszírozott képzés - utóbbi alapszakon max. 12 félév, 12 féléves osztatlan képzésben 14 félév
- az állami finanszírozás feltétele: hallgatói szerződés elfogadása
- jelentkezési határidő a szeptemberben induló képzésekre: február 15.

#### Felvételi, szakok, szakleírások:

[https://www.felvi.hu/felveteli/jelentkezes/felveteli\\_tajekoztato/FFT\\_2020A](https://www.felvi.hu/felveteli/jelentkezes/felveteli_tajekoztato/FFT_2020A)

[https://www.felvi.hu/diploman\\_tul/karriertervezes/alapszakok\\_karrierlehetosegei](https://www.felvi.hu/diploman_tul/karriertervezes/alapszakok_karrierlehetosegei)

#### Egyetemek felvételizőknek szóló honlapjai, pl.:

<https://felveteli.pte.hu>

# 7+1 NAP



Kaptál-e választ a kérdéseidre? Melyek is voltak ezek az első feladat megoldása előtt? S hogyan gondolsz döntésedre most, az utolsó gyakorlat megoldása után? Honnan hova jutottál önismereti munkádban a munkafüzeten végighaladva? Örülnénk, ha megosztanád velünk is ennek élményét!

Írd vagy rajzold le, de fotókban is megjelenítheted azt az utat, amely kérdéseidtől válaszaiddal megtalálásához vezetett! Küldd el ezt nekünk a [karrieriroda@pte.hu](mailto:karrieriroda@pte.hu) e-mail címre! A beérkezett munkák készítőit PTE-s ajándékkal jutalmazzuk.



**PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM**  
**UNIVERSITY OF PÉCS**

