

## Kommunikációs tréning tematika

### A tréning célja

Az alapvető viselkedési stratégiák hatásának tudatosításával fejlessze az egyén kommunikációját egyrészt a mindennapi feladatok megoldásában, másrészt tudatosan a kutatói munka kapcsán, és harmadrészt a retorikai megoldásokon keresztül a közönség előtt történő beszédben.

### Első alkalom:

Kommunikációs alapok

- A kommunikáció céljai és alapelvei
- Kommunikációs stílus meghatározása
- Verbális és non-verbális kommunikáció
- Az információ jelentősége a személyközi kapcsolatokban
- A pozitív / negatív hangnem

Hatékony, az önismeret és a kommunikáció kapcsolatának jelentősége

- Hatékony írásbeli és szóbeli kommunikáció követelményei
- Munkahelyi és magánéleti kommunikáció: különbségek, hasonlóságok
- Az élethelyzetnek megfelelő viselkedési forma megválasztása, szerepek
- szervezeti és nyilvános kommunikációs tér eredményes használata
- Verbális és nonverbális kommunikáció
- egy és kétirányú kommunikáció
- Hatékony visszajelzés, meghallgatási készségek és kérdezőtechnika (empátiafejlesztés, aktív hallgatás, nyílt és zárt kérdések, kommunikációs gátak)
- Információtorzulás és következményei
- Asszertívítás, a hatékony önérvényesítés kommunikációja
- Passzív és agresszív kommunikáció
- Rögtönzés
- Rövid gyakorlatok

Saját kommunikációs stílus meghatározása, értékelése

- Megjelenés, benyomáskeltés
- Nehéz helyzetek kezelése
- Együttműködési hajlandóság
- Rövid gyakorlatok

## Kommunikációs tréning tematika

### Második alkalom:

### Könyvtárhasználat

#### Könyvtárak:

Az **ismeretek tárolásának** egyik legrégebb s legfontosabb **színtere** a könyvtár, ahol bizonyos szempontok szerint összeválogatott, megőrzésre és olvasásra szánt, **rendszerezett dokumentumgyűjteményt tárolunk**. A könyvtár birtokában lévő dokumentumok összességét **állománynak** nevezzük.

#### A könyvtárak típusai:

Iskolai könyvtár: használói egy iskola diákjai és tanárai. Általános gyűjtőkörű, tehát az ismeretek teljes köréből válogat. Célja a tanulás segítése.

Közművelődési könyvtár: a lakosság igényei t elégíti ki, általános gyűjtőkörű

Szakkönyvtár: speciális gyűjtőkörű, tehát egy-egy szakterület dokumentumait gyűjti

Nemzeti könyvtár: egy ország központi könyvtára, amely az országban megjelent kiadványokat és az országra vonatkozó külföldön megjelent dokumentumokat gyűjti.

Magyarország nemzeti könyvtárát 1802-ben Széchényi Ferenc alapította, amelyet ma Országos Széchényi Könyvtárnak nevezünk.

#### A dokumentumok típusai:

#### Nyomtatott dokumentumok

##### 1. A könyv

#### Csoportosítása:

#### A könyvekben való eligazodást segítik:

- Előszó és utószó
- Tartalomjegyzék
- Mutatók (pl. tárgymutató), amelyek mindig oldalszámra utalnak vissza
- Jegyzetek
- Képek és ábrák jegyzéke
- Irodalomjegyzék

#### Időszaki kiadványok

#### Csoportosításuk:

## **A hírlapok és folyóiratok részei:**

### **Tájékozódás a könyvtárban**

A legtöbbször minden **dokumentumról készítenek egy leírást** (általában egy **cédulára**), amelyet azután különböző szempontok alapján rendszereznek. A cédulák a dokumentumok **legfontosabb adatait tartalmazzák**, amelyek alapján sok értékes információhoz juthatunk. A cédulákat fokozatosan a számítógépes katalógusok fogják felváltani.

### **A cédulás katalógus jellemzői:**

A könyvtár állományát alkotó dokumentumokról készített rendezett jegyzék. Segítségével megtudhatjuk, hogy a keresett dokumentum megtalálható-e a könyvtárban, és ha igen, melyik polcon.

A **katalógus cédulákon** szereplő információk:

### **Katalógusok**

[www.kozelkat.iif.hu](http://www.kozelkat.iif.hu). A külföldi könyvtárak OPAC-jainak címét a [www.libdex.com](http://www.libdex.com) weblap tartalmazza.

A számítógépes katalógus előnye a hagyományossal szemben: - használata sem időben, sem térben nem korlátozott, azaz bármikor és bárhol használható; - több épületben lévő könyvtárakban egyedüli jó megoldás; - többlet lehetőségeket is tartalmazhat (például tárgyszavas vagy kiadó szerinti keresési lehetőség).

Használata előtt érdemes tájékozódni: egyes külföldi adatbázisok például nem tudják kezelni a magyar ékezetes magánhangzókat.

### **Adatbázisok, portálok**

Az adatbázis valamilyen alkalmazáshoz tartozó (általában nagy mennyiségű) rendezett adatok összessége, gyűjteménye. Az adatbázis szerkezetét adatmodell írja le, amely megadja az adatok típusát, kapcsolataikat és a végezhető műveleteket is. Az adatbázisban több szempont szerint lehet keresni, kérdéseket feltenni, illetve műveleteket végezni. A forrás típusú adatbázisok magukat a forrás-adatokat tartalmazzák, míg a hivatkozó adatbázisok nem a forrás-adatokat, hanem a hivatkozásokat, pontosabban bibliográfiai adatokat tartalmaznak.

Gyakran használt adatbázisok:

- **Állami és önkormányzati adatbázisok:** Az állami és önkormányzati online ügyintézés és informálás egyre fontosabbá válik, és lassan megteremti egy korszerű elektronikus demokrácia és államiság lehetőségét. Néhány fontos cím: Magyar Köztársaság Kormánya-meh.hu, magyarorszag.hu; Alkotmánybíróság – mkab.hu stb.
- **Kulturális, oktatási adatbázisok és webhelyek:** Országos Széchényi Könyvtár-oszk.hu; Magyar Elektronikus Könyvtár-mek.oszk.hu; Oktatási Minisztérium-om.hu; közoktatás-sulinet.hu
- **Média (újság, TV, rádió):** lehetőség van online rádió és tévé vételére. Magyar Televíziómtv.hu; napilapok, hetilapok, magazinok stb
- **Közhasznú magyar adatbázisok:** Magyar Címtár-prim.hu; Matáv tudakozó-matav.hu, MÁV menetrend-elvira.hu stb.

A portál fogalmát nehéz pontosan meghatározni, inkább csak körülírni lehet. Eredetileg internetes kiindulópontot jelent (erre utal az elnevezés is), ahol az ember friss információkhoz juthat, szolgáltatásokat vehet igénybe és eljuthat különböző helyekre. A mai modern portálok széleskörű integrált szolgáltatásokat nyújtanak. Az a jó portál, melyen minél több és sokrétűbb információ helyben megtalálható, s a különböző témákkal, területekkel kapcsolatos valóban releváns, friss és átfogó linkek össze vannak gyűjtve. A portálok (másik gyakori elnevezés: tartalomszolgáltatók) 1996-ban jelentek meg az interneten, akkor még "gateway" elnevezéssel (magyar fordításban "kapualj", "kapubejárat").

A Magyar Elektronikus Könyvtár (MEK) Ma a MEK oldalait a [www.mek.oszk.hu](http://www.mek.oszk.hu) címen érhetjük el, de kereső programokkal is könnyen rátalálhatunk. Kereshetünk benne témák, szerző vagy cím alapján, s a megtalált szövegeket letölthetjük gépünkre.



EMBERI ERŐFORRÁSOK  
MINISZTERIUMA



EMBERI ERŐFORRÁS  
TÁMOGATÁSKEZELŐ

## Kommunikációs tréning tematika

### Harmadik alkalom:

Szakirodalomgyűjtés I.: rendszerezés, jegyzetelés, eszközök

Szakirodalomgyűjtés II.: források, források értékelése

Témaválasztás, vázlat, szerkezet, címadás

Bevezetés, tételmondat, stílus, felépítés

Esélyegyenlőség és a kutatói lét

### Kutatás módszertani kérdések

- Elméleti összefoglaló, információs források, szolgáltatások (EISZ, stb.)
- Modellalkotás (egyszerű modellek, strukturális modellek, útmodellek; az ok-okozati viszonyok feltérképezése)
- Kutatási modell és hipotézisek kapcsolata, operacionalizáció
- Adatgyűjtés I (kvantitatív mintavételi tervek készítése, kísérlettervek, kérdőív, másodlagos források, dokumentumelemzés)
- Adatgyűjtés II (kvalitatív: interjúkészítés)
- Adattisztítás, adatbányászati módszerek
- Vizsgálati paraméterek bemutatása, következtetések
- Elemzés I: statisztikai elemzések: keresztmetszeti vizsgálatok)
- Elemzés II: statisztikai elemzések: idősorok elemzése, következtetések
- Elemzés III: kvalitatív elemzések (esettanulmány)
- Elemzés IV: kvalitatív elemzések (esettanulmány), következtetések

## Kommunikációs tréning tematika

### Negyedik alkalom:

#### Retorika

- Tiszta és hiteles kommunikáció a gyakorlatban
- Interperszonális készségek mérése
- Hang- és beszédtechnika a gyakorlatban
- Retorikai gyakorlatok
- A testtartás és a hangzás hatásmechanizmusai
- Szemkontaktus és a térköz együttese
- A női és a férfi metakommunikáció eltérései
- A verbális kreativitás, mint a női retorika ékessége
- A csend lényege a női retorikában
- Jobb agyféltekés gyakorlatok
- Meglepetés - effektusok tudatos és hatásos bevetése
- Személyes nyelv és retorikai stílus (Videoanalízis – önértékelés, csoportértékelés)

Partnerismeret, a partner nyelvén szólás művészete, mint a sikeresség harmadik lépcsőfoka, benne hallgatóságbarát és hallgatóság-központú prezentáció

- A személyiséghez illesztett modern prezentáció felépítése
- Az élvezetes és profi prezentációk összeállítása tréneri facilitálással
- A hallgatóságbarát és hallgatóság-központú egyéni prezentációk megtartása

A kongruens prezentátor felépítése, összhangban a saját személyiséggel

- Nehéz pillanatok megoldásai
- Nehéz szituációk kezelésének, megoldásának interaktív gyakorlása behozott konkrét esetek, tipikus helyzetek, illetve elképzelt szituáció alapján.
- Kérdések keresztűzében, vitákat generáló partnerek, ha népszerűtlen bejelentések és a rossz hírek ránk várnak, bosszantó félbeszakítások, elterelő manőverek irányítása.