

	Kurzus címe	típusa	kredit	Ajánlott félév	előfeltétele	óraszám
1	A kiégés prevenciója és intervenciója	szeminárium	3	1.	-	16
2.	Mentális egészség és a pozitív pszichológiai nézőpont gyakorlati alkalmazása	előadás	2	1.	-	10
3.	Részvételi művészetpedagógiai módszerek a kiégés kezelésében	tréning	3	1.	-	16
4.	Személyiségfejlesztés és csoportépítés 1.	tréning	4	1.	-	20
5.	A stresszkezelés elmélete, hatótényezői	előadás	3	1.	-	16
6.	A <i>self</i> útja – önismeretfejlesztés 1.	tréning	4	1.	-	20
7.	Autogén tréning és progresszív relaxáció mint stresszkezelő technika	gyakorlat	3	1.	-	16
8.	Elakadások és zavarok megküzdési módjai az esetmegbeszélő csoport	gyakorlat	2	1.	-	10
9.	Mindfulness technikák elmélete és gyakorlata	gyakorlat	3	1.	-	16
10.	Pszichológiai immunkompetenciák elmélete és gyakorlata az előadóművészetben	előadás és gyakorlat	3	1.	-	16
11.	A <i>self</i> útja – önismeretfejlesztés 2.	tréning	4	2.	Az előadóművészi <i>self</i> útja – önismeretfejlesztés 1.	20
12.	Kognitív módszerek a pszichológiai jóllétért	gyakorlat	3	2.	-	16
13.	Asszertív kommunikációs tréning mint a kiégés preventív lehetősége	gyakorlat	3	2.	-	16
14.	Személyiségfejlesztés és csoportépítés 2.	tréning	4	2.	Személyiségfejlesztés és csoportépítés 1.	20
15.	Imaginatív- és pszichodramatikus technikák	gyakorlat	3	2.	-	16
16.	A <i>Flow</i> -élmény a gyakorlatban	gyakorlat	3	2.	-	16
17.	Mentális gyakorlás mint stresszkezelés technika	gyakorlat	3	2.	Autogén tréning és progresszív relaxáció mint stresszkezelő technika	16
18.	A testkép és az egészség	előadás	2	2.	A kiégés prevenciója és intervenciója az	10
19.	Portfólió		5	2.		
	Összesen		60			