

Tanfolyam címe: Családi és párkapcsolati coach online tanfolyam

Képző intézmény neve: Nemzetközi Coach Akadémia

Tanfolyam jellege

A tanfolyam teljes egészében előre felvett videókra, részletes írásos jegyzetekre és önálló gyakorlati feladatokra épül. Nem tartalmaz élő, vezetett online órákat.

Óraszám

A tanfolyam összesített óraszama átlagosan **150 óra**, amely az alábbiakból tevődik össze:

- Videók megtekintése
- Írásos jegyzetek feldolgozása
- Önálló gyakorlati feladatok
- Coaching eszközök és módszertanok elsajátítása
- Esettanulmányok feldolgozása
- Tesztkérdések átnézése, vizsgára készülés
- Személyiségtesztek kitöltése és kiértékelése
- Záródolgozat megírása

Tanfolyam modulok és óraszám

Modul / Téma	Tanulási forma	Óraszám	Megjegyzés
Férfi és női agy szerkezeti különbségei	Videó + jegyzet	4	Alapok
Kötődéelmélet	Videó + jegyzet	5	Kapcsolati minták
Gyermekkori kötődés és felnőtt intimitás	Videó + jegyzet	6	Mélyebb összefüggések
Születési sorrend hatása	Videó + jegyzet	4	Viselkedési minták
Párkapcsolati kommunikáció	Videó + jegyzet + gyakorlat	6	Gyakorlati példák
Erőszakmentes kommunikáció	Videó + gyakorlat	5	Mindennapi alkalmazás
Szeretetlenyek a kapcsolatokban	Videó + jegyzet	4	Kapcsolati dinamika
Elhidegülés és intimitás hiánya	Videó + jegyzet	4	Elemzés
Boldog párkapcsolat alapjai	Videó + jegyzet	4	Stabilitás
Párkapcsolati életciklusok és krízisek	Videó + jegyzet	5	Életszakaszok

Modul / Téma	Tanulási forma	Óraszám	Megjegyzés
Párkapcsolati válságok kezelése	Videó + jegyzet	5	Megoldások
Konfliktusok jelei és kezelése	Videó + jegyzet + gyakorlat	6	Stratégiák
Kognitív torzítások a kapcsolatokban	Videó + jegyzet	4	Felismerés
Megcsalás feldolgozása	Videó + jegyzet	4	Esetkezelés
Válás és veszteség feldolgozása	Videó + jegyzet	5	Szerepkörök
Babavárás hatása a kapcsolatra	Videó + jegyzet	3	Élethelyzet
Játszmák a párkapcsolatban	Videó + jegyzet	4	Mintázatok
Hedonikus adaptáció	Videó + jegyzet	3	Pszichológiai háttér
Párkapcsolati kiégés	Videó + jegyzet	4	Burnout
Kulturális különbségek	Videó + jegyzet	3	Eltérések
Karrier és párkapcsolat egyensúlya	Videó + jegyzet	3	Modern kihívások
Elköteleződés a párkapcsolatban	Videó + jegyzet	3	Stabilitás
Megszólítási problémák	Videó + jegyzet	3	Kommunikáció
Munkanélküliség hatása	Videó + jegyzet	5	Élethelyzet
Újratervezés (második, harmadik kapcsolat)	Videó + jegyzet	5	Adaptáció
Coaching szemlélet alkalmazása	Videó + jegyzet	4	Gyakorlati alapok
Coaching folyamat bemutatása	Videó + jegyzet	5	Esettanulmány
Coaching eszközök és módszertanok	Videó + jegyzet + gyakorlat	6	Gyakorlat
Önálló gyakorlás	Önálló gyakorlat	9	Saját esetek
Tesztkérdések, vizsgára készülés	Önálló tanulás	5	Felkészülés
Személyiségtesztek kitöltése	Önálló tanulás	6	Önreflexió
Záródolgozat megírása	Önálló munka	6	Esettanulmány

Összesített óraszám: 150 óra