

**Pszichodiák
Alapítvány**

KEDVES ÉRDEKLŐDŐ!

Engedd meg, hogy az alábbiakban tájékoztassunk arról, hogyan tudsz szervezetünk tevékenységébe gyakornokként, határozott időre bekapcsolódni, ha 2024. 09. 20. éjfélig elküldöd számunkra magyar nyelvű, canva-ban készített önéletrajzodat és motivációs leveledet. A részleteket megtalálod ebben a dokumentumban, illetőleg a <https://pszichodiak.hu/gyakornok> címen is.

I/ MIT CSINÁL A PSZICHODIÁK ALAPÍTVÁNY?

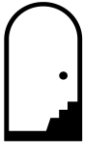
A Pszichodiák Alapítvány pszichológiai ismeretterjesztéssel foglalkozik. Küldetésünk a pszichológiai ismeretnyújtás a társadalom számára, valamint pszichológushallgatók szakmai szocializációja.

- **TUDÁS:** Tevékenységeinkkel a pszichológiai kultúra fejlesztését tűztük ki célul.
 - Instagramon közérthető nyelvre ültetjük át a tudományos pszichológiai ismereteket
 - Cikkek írásával igyekszünk a pszichológiai ismereteket eljuttatni az érdeklődők felé
 - Előadásokat, tréningeket tartunk, megjelenünk különféle médiumokban
 - Kerekasztal-beszélgetéseken veszünk részt
 - Programokat, rendezvényeket, eseményeket szervezünk
 - Megjelenéseink: <https://pszichodiak.hu/megjelenesek/>
 - Egyéb termékeink: <https://pszichodiak.hu/termekek>
- **JÖVŐ:** Teret biztosítunk a jövő pszichológusainak.
 - Fiatalokkal tevékenykedünk, akik különféle részfeladatokban próbálhatják ki magukat
 - Learning by doing elvet követjük - menet közben, tevékenység közben tanulunk
 - „Mindenki annyit vesz ki, amennyit beletesz”
- **KÖZÖSSÉG:** Hidat képzünk a generációk, ill. a szakma és a közönsége között.
 - Gimnazisták is bekapcsolódhatnak a tevékenységünkbe
 - Rendezvényeinken a szakma ismert szakértőivel lehet találkozni
 - Nem pszichológushallgatókat is várunk
 - Összekötjük a szakmát az érdeklődőkkel

II/ MIBE LEHET BEKAPCSOLÓDNI?

Jelenleg az Instagram csapatba, azaz a Szerkesztőségünkbe keresünk gyakornokokat, határozott időre, az alábbi területekre:

- tréningek, workshopok tervezése, előkészítése
- szervezetfejlesztéssel kapcsolatos feladatok
- kommunikáció, social média, arculat
- gyakorlatok, aktivitások kidolgozása
- tartalomgyártás



**Pszichodiák
Alapítvány**

Az Instagramon **@pszichodiak** néven (<https://www.instagram.com/pszichodiak/>) rendszeresen többször jelentkezünk ismeretterjesztő, illetve gyakorlatias posztokkal, magazinok, közérthető formában.

Jelenleg **20.700 követő** kíséri figyelemmel tevékenységünket. Megtisztelő számunkra, hogy az egyik legjobb hazai oldalként tartanak számon bennünket (<https://divany.hu/offline/instagram-magyar-pszichologia/>).

Az Instagramon megjelenő bejegyzéseket **Szerkesztőségünk tagjai** (<https://pszichodiak.hu/szerkesztoseg/>) készítik el teljes egészében.

III/ MILYEN TERÜLETEKEN LEHET FEJLŐDNI?

A következőkben röviden bemutatjuk, hogy a határozott idejű gyakornoki státuszon kívül általánosságban milyen tapasztalatokat tudsz szerezni, ha csatlakozol hozzánk.

1/ Téma, tartalom kitalálása

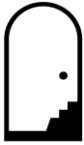
Fejleszthető készségek:

- **nézőpontváltás**, azaz az olvasó, a laikus érdeklődő nézőpontjának átvétele, nyitottság, érzékenység a közönség igényeire, szükségleteire
- **trendérzékenység**, azaz annak felismerése, mely témák népszerűek, tartanak számot érdeklődésre, vagy mely témákkal kapcsolatban szükséges a tévhitek, félreértések korrigálása
- **lényeglátás**, azaz a hosszú szöveges tartalomról mely elemek megjelenítése fontos egy-egy bejegyzésben, tréninghandotban, mely részletek alkothatnak együtt egy kerek egész bejegyzést

2/ Vizuális megjelenítés

Fejleszthető készségek:

- a **canva.com**, azaz az általunk használt online grafikai program készség szintű használata (a programot akkor is ajánljuk megismerni, ha végül nem jelentkezel hozzánk)
- **vizuális kommunikáció**, azaz a szöveges tartalom minél egyszerűbb vizuális megjelenítése, amely a közösségi médián túl pl. egyetemi prezentációk készítése céljából is kiválóan használható
- **frappáns, tömör szövegalkotás**, azaz a szöveges tartalmat hogyan lehet úgy lerövidíteni, újraalkotni, hogy a fő üzenet ne vesszen el, miközben szakmai, de közérthető maradjon



**Pszichodiák
Alapítvány**

3/ Közösségi média

Fejleszthető készségek:

- **szövegírás**, azaz a bejegyzések kísérszövegének megfogalmazása, ennek a hétköznapi használatban jelentős apró trükkjei
- **algoritmussal kapcsolatos ismeretek**, pl. hashtagek kiválasztása, használata, valamint a bejegyzés elkészítése olyan formában, amely a közösségi médiás algoritmus szempontjait is figyelembe veszi
- **interaktivitás erősítése**, közönségkapcsolati elemek, engagement fokozása a gyakorlatban, feed-bejegyzésen túli egyéb funkciók (pl. story-k) használata

4/ Szakmai ismeretek

Fejleszthető készségek:

- **ismeretanyag gyors átlátása**, azaz hosszú anyagokból lényegkiemelés, tartalom rövidítése, átszövegezése, új nézőpontokból való újraszervezése
- **szakzsargon hétköznapi nyelvre adaptálása**, azaz a tartalom közérthetővé, figyelemfelkeltővé tétele
- **rendszer szemlélet**, azaz a szakmai elméletek, pszichológiai konstruktumok közötti összefüggések megtalálása

5/ Szervezettel kapcsolatos készségek

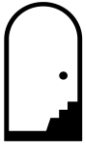
Fejleszthető készségek:

- **együttműködés, csapatmunka**, azaz páros, illetve csoportos feladatok közös megoldása, beilleszkedés a közös csapatba, a közös tevékenységbe
- **projektszemlélet**, azaz célok, mérőszámok figyelembevétele a feladatok tervezése, végzése során
- **egyéb készségek**, azaz igény esetén részvételi lehetőség egyéb projektekben (pl. pályaválasztási nap, rendezvényszervezés, szervezeti adminisztráció stb.)

Ha beleteszed magad, és szánysz időt a feladatok végiggondolására, elkészítésére, a fentiekben egészen biztosan sokat fejlődhetsz. Ezek mind olyan skillek, amelyekre a későbbi munkáid során is haszonnal támaszkodhatsz majd.

Mit kínálunk még a fentiekén túl?

- igazolást az itt töltött időszakodról
- igény szerint ajánlást, referencialevelet későbbi munkáltatód felé
- kipróbálhatod magad élesben a közösségi médiás ismeretterjesztésben
- nyitottság egyéb kezdeményezéseidre
- egyeztetett feladatok keretében önálló, páros, rugalmas feladatvégzést
- érdeklődés esetén bekapcsolódás további projektjeinkbe
- online megbeszéléseken részvételi lehetőség



**Pszichodiák
Alapítvány**

IV/ MILYEN ELVÁRÁSOK VANNAK A JELENTKEZŐK FELÉ?

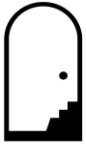
A következőkben arról olvashatsz, mik a feltételei, menete, hogy csatlakozz hozzánk.

Mit várunk Tőled?

- aktív, kezdeményező hozzáállás, érdeklődés a pszichológia, valamint szervezetünk tevékenysége, feladatai iránt
- aktív részvétel rendszeres online egyeztetéseken, megbeszéléseken (kb. heti rendszeresség)
- aktív részvétel belső kommunikációs csatornáinkon
- önálló, precíz tevékenység
- feladattól függően csapatmunka
- online feladatvégzés

Mit küldj el nekünk?

- A <https://canva.com> segítségével készített, pdf formátumban lementett és a pdaszerk@gmail.com címre elküldött **önéletrajz**, valamint **motivációs levél**, mely utóbbiban kitérsz a következő kérdésekre: (a) miért épp hozzánk jelentkeznél; (b) a fentebb felsoroltak közül mely feladatok érdekelnek; (c) milyen tapasztalatod (vagy ezek hiányában érdeklődésed, terved) van pszichológiai projektek, instagram, egyéb közösségi média, canva, ill. pszichológia tudományos téren (pl. TDK, mely szabadon választható kurzusokat vettél fel, milyen könyveket olvasol vagy milyen képzésekre jársz/járnál szívesen); (d) jelenleg hogyan látod, a pszichológia mely területén szeretnél elhelyezkedni a pályádon? (e) az instagram oldalon mely témáink / tartalomtípusaink / konkrét bejegyzéseink állnak hozzád a leginkább közel, és miért? (3-5 db); (f) írd 3 dolgot, amiben erős az alapítvány, valamint 3 dolgot, aminek a fejlesztésén szívesen dolgoznál a választott területed keretében.
- **Canva-help:** (Bejelentkezés után Terv készítése menü, lefelé görgetve látható az Önéletrajz opció, a bal oldali sáv Sablonok között találsz előre elkészített mintákat, melyeket igény szerint személyes ízlésedre szabhatsz).
- **Háttér infó:** A beugró feladatokkal szeretnénk, ha megtapasztalnád, mibe vágód a fejszédet, milyen jellegű konkrét feladatok várnak rád, és milyen téren tudsz nálunk jelenleg fejlődni. A beugró feladatok végzése közben benyomásokat szerezhetsz arról, mennyi örömet okoz ez Neked, mennyi idődet, figyelmedet köti le, és tudnád-e ezt a következő időszakban csinálni tanulmányok vagy munka mellett.



**Pszichodiák
Alapítvány**

V/ MI LESZ A KIVÁLASZTÁS TOVÁBBI MENETE?

Küldj egy tetszőleges szövegezésű, jelentkezési e-mailt a pdaszerk@gmail.com címre, melynek csatolmánya a 2 db, fentebb említett pdf file (önéletrajz, motivációs levél). A jelentkezési e-mail beérkezésének határideje: **2024.09.20. éjfél.**

A jelentkezőkkel szeptember végén **zoom interjú** keretében szóban is egyeztetünk, majd a jelentkezővel közösen döntünk a tevékenységeinkbe való bekapcsolódásról.

A **gyakornoki lehetőség 2024. október 1-től 2024. december 15-ig tart**, a gyakornokkal közösen egyeztetett ütemterv és feladatkörök alapján, online formában.

Amennyiben kérdésed van, keress bennünket a pdaszerk@gmail.com címeiken!

Szeretettel várunk!

a Pszichodiák Alapítvány szerkesztőségi csapata
(<https://pszichodiak.hu/szerkesztoseg>) nevében

Karsai Szilvia
tanácsadó szakpszichológus
a Pszichodiák Alapítvány kuratóriumi elnöke