

Erasmus+ izobraževanja: »Stress and conflict management: The way to resilience and satisfaction«

Od 19. 11. do 25. 11. 2023 v Bologni, ELA – Erasmus Learning Academy

Udeleženci: Ema Ramot, Branka Ribič Hederih

Eden od ciljev projekta FOMO je pridobivanje znanja in veščin učiteljev za ustrezno pomoč dijakom za doseganje fizičnega in duševnega dobrega počutja. Na strukturiranim tečaju so bile obravnavane vsebine, ki izpostavljajo opredelitev stresa, dejavniki, ki sprožajo stresne situacije, tehnike za spoprijemanje s stresnimi dogodki in posledice uspešnega ter neuspešnega spoprijemanja s stresom. Uspešnost reševanje duševnih obremenitev je odvisna od različnih znanj, npr. ustrezne komunikacije (asertivne), ravnanja s časom, konstruktivnega reševanja konfliktnih situacij in osebnostnih lastnosti, kot npr. rezilientnosti.

Izobraževanje je vključevalo teoretične predstavitve in razlage ter praktično delo. Slednje je bilo izvedeno v individualni in skupinski obliki. Učinkovitost našega dela je bila merjena z evalvacijami ob koncu dneva in jutranjimi povzetki vsebine prejšnjega dneva.

Sodelovanje v evropski mednarodni mreži učiteljev omogoča izmenjavo izkušenj različnih praks tujih šolskih sistemov, hkrati pa je priložnost za predstavitev lastne kulture, šolskega sistema in projektov kot primerov uspešne prakse naše šole.



