»POZITIVNA PSIHOLOGIJA V ŠOLI: KREPIMO MOČI ZNAČAJA IN OSEBNO PROŽNOST OTROK«

NADALJEVALNO USPOSABLJANJE V OKVIRU PROGRAMA NEON

28. in 29. junij 2023 (Cankarjev dom na Vrhnika)

Spoštovani,
vabimo vas, da se nam pridružite na usposabljanju »Pozitivna psihologija v šoli: krepimo moči značaja in osebno prožnost otrok«. Usposabljanje predstavlja nadgradnjo Programa NEON – Varni brez nasilja, saj ponuja vsebine za krepitev varovalnih dejavnikov otrok in predloge aktivnosti za izvedbo z osnovnošolskimi otroki.

Osnovni cilj usposabljanja je strokovnim delavcem in strokovnim delavkam v osnovnih šolah predstaviti spoznanja pozitivne psihologije in jih okrepiti, da bi jih uporabljali pri svojem delu z otroki, s ciljem krepitve in zaščite duševnega zdravja ter psihosocialne dobrobiti otrok.

Na kratko o močeh značaja in osebni prožnosti

Moči značaja so lastnosti, ki so za nas izpopolnjujoče, ne zmanjšujejo vrednosti drugih ljudi, so univerzalne in privedejo do pozitivnih izidov tako za nas, kot tudi za druge (npr. do psihološkega blagostanja, pozitivnih odnosov, dosežkov). Raziskave (povzeto po https://www.viacharacter.org/research/findings) kažejo, da prepoznavanje in (redna) »uporaba« moči značaja pomembno prispevata k zadovoljstvu z življenjem in delom, hkrati pa so moči značaja tudi **varovalni dejavniki, saj lahko zaradi njih bolj uspešno obvladujemo in premagujemo težave in stres, krepimo dobre medosebne odnose, zdravje in splošno dobro počutje.**

Osebna prožnost je "gonilo", ki nas mobilizira, da v primeru življenjskih preizkušenj in različnih negativnih izkušenj **uporabimo svoje notranje in zunanje vire moči, se pozitivno prilagodimo ali obvladamo stisko**, ki je posledica izkušenj, ki smo jih ali jih doživljamo, ter **ponovno vzpostavimo svoje osebnostno ravnovesje** (Lee, Cheung in Kwong, 2012). Osebna prožnost je pomemben varovalni dejavnik za uspešno obvladovanje stresa in preprečevanje negativnih posledic, ki jih lahko imajo kronični stres ali večje stresne situacije. Zaradi prožnosti lahko ohranimo svoje zdravje, blagostanje in uspevamo, ne glede na negativne okoliščine, s kateri se ali smo se soočali.

Vsebine usposabljanja:

- pozitivna psihologija v šoli: vloga, namen in cilji,
- prepoznavanje in krepitev moči značaja,
- razvoj osebne prožnosti (ang. resilience),
- model PERMA in model 9 stebrov prožnosti,
- krepitev socialnih in čustvenih kompetenc,
- krepitev miselnega in čustvenega ravnovesja.

Podroben program usposabljanja je na voljo tukaj.

Usposabljanje je namenjeno:

strokovnim delavkam in strokovnim delavcem v osnovnih šolah, ki izvajajo Program NEON – Varni brez nasilja. Usposabljanje bo potekalo za odprto skupino udeleženk in udeležencev (do 25 oseb), v obsegu 16 pedagoških ur.

Gradiva: Udeleženci in udeleženke usposabljanja boste prejeli gradivo s priporočili za uspešno izvedbo aktivnosti z otroki.

Oblike in metode dela: predavanje, individualno delo, delo v parih in malih skupinah, uporaba video gradiva in drugih učnih pripomočkov, obravnava praktičnih primerov, igre in interaktivne vaje, diskusija.

Usposabljanje bodo izvajali strokovni delavci z dolgoletnimi izkušnjami na področju krepitve duševnega zdravja otrok, mladih in odraslih, razvoja osebne prožnosti ter pozitivne psihologije.

Kaj boste pridobili z udeležbo na usposabljanju?

- Spoznali boste koncept moči značaja in znali (še) bolj uspešno prepoznati ter razvijati te moči pri sebi in pri učencih ter učenkah.
- Pridobili boste znanja o osebni prožnosti, spoznali model PERMA in model devetih stebrov prožnosti ter znali (še) bolj uspešno razvijati in krepiti osebno prožnost pri sebi in pri učencih in učenkah.
- Preko izkustvenega dela boste pridobili konkretne informacije, znanja in izkušnje za vključevanje spoznanj pozitivne psihologije pri vašem delu z otroki, s ciljem krepitve dobrih medosebnih odnosov, čustvenih in socialnih kompetenc otrok, miselnega in čustvenega ravnovesja, pozitivne naravnanosti. S tem boste lahko pomembno prispevali k zagotavljanju varnega in spodbudnega učnega okolja ter h krepitvi duševnega zdravja otrok.

Kako se lahko prijavite?

Udeleženke in udeleženci lahko prijavo oddate preko **spletne prijavnice**.

Strokovne delavke in strokovni delavci iz vzgojno-izobraževalnih zavodov **prijavo za udeležbo oddate tudi preko sistema KATIS**. Usposabljanje je **brezplačno**. Kotizacija je v sistemu KATIS navedena zgolj informativno.

Rok za oddajo prijave je **28. maj 2023**. Število mest je omejeno, zato vas vabimo, da svojo prijavo oddate čim prej.

V primeru, da se usposabljanja ne boste mogli udeležiti, nam svojo odjavo udeležbe sporočite najkasneje do **7. junija 2023**. V kolikor nam morebitne odpovedi udeležbe ne boste pravočasno sporočili, vam bomo posredovali račun za plačilo kotizacije v višini 162 € + DDV, kolikor znaša strošek za izvedbo usposabljanja za enega udeleženca.

Dodatne informacije o usposabljanju

Za dodatne informacije o usposabljanju smo vam na voljo preko e-pošte (info@isainstitut.si) in telefona (040 636 641).

Prijazno vabljeni,
mag. Mateja Štirn
ISA institut