

Centrum celoživotního vzdělávání - zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Pardubického kraje

Mozartova 449, 530 09 Pardubice, tel. 466 536 530
E-mail: info@ccvpardubice.cz Web: http://www.ccvpardubice.cz IČO 750 61 074

POZVÁNKA NA VZDĚLÁVACÍ AKCI

Vážená paní, vážený pane, dovoluujeme si Vás pozvat na vzdělávací akci č. 1632161 Prevence syndromu vyhoření ve školním prostředí, která je doporučena pro všechny pedagogické pracovníky škol a školských zařízení.

16 Pedagogické, didaktické a psychologické vzdělávání

1632161	Prevence syndromu vyhoření ve školním prostředí
Doporučeno pro:	všechny pedagogické pracovníky škol a školských zařízení
Termín konání:	4.prosince 2025 od 09:00
Rozsah:	8 vyučovacích hodin
Místo konání:	CCV Pardubice, Mozartova 449, Polabiny
Spojení:	
Lektor:	Mgr. et Mgr. Jakub Vlach, SVČ Praha
Garant za CCV:	Leona Mašková

Tematická náplň:	Seminář se zabývá riziky, která ohrožují pedagogické pracovníky v jejich práci: nároky na komunikaci, týmovou spolupráci, podporu žáků se SVP, zvládání náročných situací, řešení konfliktů ve školním prostředí a často vedou k syndromu vyhoření. Proto se obsah semináře zaměřuje na prevenci, tedy předcházení vzniku a rozvoje syndromu vyhoření, efektivní podporu pedagogických pracovníků tak, aby se zvýšila jejich odolnost, psychická stabilita a vyrovnanost. Teoretická část Syndrom vyhoření ve školní praxi - znaky, signály a fáze syndromu vyhoření - typické stresory v učitelské praxi a jejich zdroje - stresory u dalších pedagogických pracovníků - výsledky výzkumů zabývajících se syndromem vyhoření - Prevence – jak nevyhořet? - pozitivní myšlení jako základ proaktivního jednání - negativní myšlení vytvářející reaktivní jednání - jak podporovat pozitivní klima ve třídě/škole? - copingové strategie - praktická fyzická a psychická cvičení jako účinný prostředek prevence - strategie podporující duševní stabilitu (zdravý životní styl, volný čas, plánování, time-management) - jak se aktuálně psychicky „přeladit“? - supervize a intervize ve školním prostředí - institucionální podpora pedagogických pracovníků školy - plánování dalšího vzdělávání v prevenci syndromu vyhoření Praktická část - Identifikace mých zdrojů stresu - Diagnostika syndromu vyhoření – testování - Sebezkušenostní aktivita „šestistěn proti vyhoření“ - Můj školní rok a vývoj stresu - Supervizní blok - Autogenní trénink, Jacobsonova progresivní relaxace Harmonogram Dopolední část Úvodní kolečko, seznámení, očekávání 15 min. WS1 na téma, co mi energii dává a co bere 30 min. Teoretický vstup 1: Co je stres? Co je syndrom vyhoření? Jaké jsou projevy a fáze? 45 min. WS2: „Ideální a hororový žák“ Identifikace zdrojů stresu v učitelství, reflexe, shrnutí 45 min. Teoretický vstup 2: Co je zdrojem stresu v učitelství, výskyt. 45 min. Odpolední část Teoretický vstup 3: Co je coping? 20 min WS3: Metodický list Můj školní rok, vývoj stresu ve šk.roce 45 min WS 4: Kufr proti stresu 45 min Teoretický vstup 4: 13 druhů copingových strategií, prevence SV. 30 min Ověření znalostí identifikace copingových strategií 30 min Závěrečná reflexe, evaluace 10 min. 1. Účastníci kurzu dovedou rozpoznat na vybraných příkladech znaky a fáze syndromu vyhoření. 2. Účastníci kurzu dovedou svými slovy popsat copingové strategie. 3. Účastníci kurzu identifikují zdroje svého stresu a navrhnout řešení, jak tyto stresory eliminovat (na základě poznatků a praktických ukázek vytvoří své vlastní desatero „Jak nevyhořet“).
Akreditace:	
Účastnický poplatek:	2000 Kč
Poznámka:	Vzdělávací program je možné hradit ze šablon OP JAK.

V případě zájmu o uvedenou akci vyplňte, prosím níže přiloženou přihlášku a zašlete ji obratem na e-mailovou adresu nejpozději do uzavěrky přihlášek.

ZÁVAZNÁ PŘIHLÁŠKA

1632161 Prevence syndromu vyhoření ve školním prostředí

Jméno, příjmení, titul:

Datum narození:

Místo narození:

Kontakt na přihlášeného účastníka:

Název, adresa školy, šk. zařízení:

IČO:

Telefon, e-mail školy:

Platba: v hotovosti / na fakturu

Přihlašovat se můžete odesláním této vyplněné přihlášky e-mailem nebo přímo na stránkách www.ccvpardubice.cz, kde najdete uvedenou akci v databázi školení pod odkazem "**16 Pedagogické, didaktické a psychologické vzdělávání**"

Počet míst na semináři je omezen kapacitou učebny, v případě překročení kapacity rozhoduje o zařazení mezi účastníky datum přijetí přihlášky.

Seminář proběhne v případě naplněné potřebné kapacity k uskutečnění semináře.

Při neúčasti nebo zrušení účasti po uzávěrci se zavazujeme uhradit účastnický poplatek.

Vyplněním přihlášky souhlasím se zavedením do evidence účastníků vzdělávacích akcí (podle zák. č. 101/2000 Sb.).

.....
Razítko a podpis ředitele