

"Образователни инициативи "Протекта" ЕООД

ФОРМУЛЯР ЗА ОПИСАНИЕ НА ПРОГРАМАТА

1. Наименование на програмата:

ПРОФЕСИОНАЛНИЯТ СТРЕС В ОБРАЗОВАНИЕТО. ТРЕНИНГ ЗА МОТИВАЦИЯ НА ПЕРСОНАЛА

2. Програмата е насочена към:

Учители – начален етап
 Учители – прогимназиален етап
 Учители – гимназиален етап
 Директори
 Заместник-директори
 Ръководител направление ИКТ
 Педагогически съветници, психолози
 Възпитатели в общежитие
 Логопеди, рехабилитатори, ресурсни учители
 Корепетитори, хореографи, треньори
 Учители - предучилищно образование
 Учители - целодневна организация

3. Анотация на програмата:

3.1. Кратко описание на програмата

Мотивацията на авторите на програмата е и на фона на създаването на мисловни и поведенчески модели да се създадат нови персонални умения за справяне с риска от професионален стрес и се обменят идеи за контрол и превенция на стреса. Допълнителен акцент на програмата е създаване на персонални умения за избор на стил на поведение, ориентирано към саморефлексия и възстановяване, в постигането на желано оптимално качество на живот. Акценти: 1. Същност и характеристики на професионалния стрес. Методи за оценка. 2. Техники за преодоляване и превенция на стреса. 3. Стратегии за превенция и контрол на стреса в училище.

3.2. Цели на програмата

Основна цел: Да се създадат компетентности за стреса на работното място се насърчат практическите умения на участниците в обучението за справяне със стреса и се създадат нагласи за трайно поддържане на оптимално качество на живот. Подцели: 1. Създаване на професионални компетентности на участниците в обучението относно новата парадигма за професионалния стрес и се идентифицират рисковете за стрес на работното място. 2. Формиране на практическите умения на педагозите и непедагогическия персонал за преодоляване на стреса. 3. Тренинг за професионално поведение при работа в стресогенна среда.

3.3. Методи на обучение

Реализацията на образователното съдържание и на целите ще се осъществява с методи и средства, различни от тези при училищното обучение и селектирани в съответствие с методологията за обучение на възрастни. В присъствена форма на обучителния процес за участниците ще се използват редица интерактивни форми и методи, част от които са: • споделяне на личен опит; • упражнения в практикуване на антистрес техники в малки групи (екипи) • мултимедийни презентации; • симулации; • решаване на казуси, на инцидентни ситуации; • селектирана музика и др. След учебен период: • интерактивно консултиране; • споделяне на личен опит и отчитане на напредъка; • работа от дистанция с помощта на електронна платформа и/или групи и общности в социални мрежи и др.

3.4. Индикатори за очаквани резултати

В резултат на проведеното обучение с педагози и непедагогически персонал, се очаква те да придобият: • Разбиране на механизмите на стреса и необходимостта от намаляване и отстраняване въздействието на стресогенните фактори; • Умения за изработването на личностни стратегии за справяне със стреса; • Индивидуален подход при формулиране на конкретните причини за възникване на стреса на работното

място; • Формиране на умения за прилагане на мерки за разрешаване на конфликтите в трудовата среда; • Стратегии за предпазване от бърн-аут; • Конкретни техники и умения за релакс и емоционално и физическо балансиране не само в професионалната среда, но и в личен план. • Музика за релакс и указания за нейното използване и др.

3.5. Материално-технически и информационни ресурси, специфични за програмата:

Освен заявените ресурси, ще се използват: селектирана музика, терен за антистресова гимнастика.

3.6. Съотношение между теоретична и практическа част:

1:2:3 (теория - упражнения - практика)

4. Компетентности, които ще бъдат придобити

Организационна

Комуникативна

5. Форми на обучение:

Присъствена

Частично присъствена

6. Продължителност на обучението : 16

7. Брой квалификационни кредити : 1

8. Начин на завършване на обучението:

Презентация

9. Списък на обучителите*:

	ЕГН	Име	Презиме	Фамилия
1	8507010019	магистър Мария	Яни	Дерижан

* Документите по реда на т. 2 от Заявлението - Приложение № 29 към чл. 90, ал. 1 от Наредба 12, са приложени отделно към Заявлението

10. Лице за контакт:

Име, презиме, фамилия: Ицка Михайлова Дерижан

Актуален адрес: Благоевград, ул. Яне Сандански, 17,А

Телефон: 0899806194

Адрес на електронна поща: derijan_icka@abv.bg

4.1.2017 г.