

BEZPŁATNA OFERTA SZKOLENIOWA KULCZYK FOUNDATION

Empatia w pracy zawodowej nauczyciela

Empatia jest m.in. umiejętnością aktywnego współodczuwania oraz świadomym rozumieniem świata: myśli, emocji i zachowań swoich oraz innych osób, jest ona warunkiem podstawowym właściwej komunikacji. Bez wykorzystywania empatii trudno jest mówić o możliwości zbudowania z kimkolwiek pogłębionej relacji emocjonalnej oraz efektywnym nauczaniu. Empatia nie jest stałą cechą charakteru, jest umiejętnością, która podlega pewnym zmianom, można ją rozwijać, będąc bardziej ukierunkowanym na jej znaczenie i funkcje. Warunkiem praktykowania empatii jest rozumienie, wdzięczność i uważność.

Empatia buduje poczucie bezpieczeństwa w relacji z uczniem, rodzicami lub innym nauczycielem. Prawidłowe jej używanie pozwala na posługiwanie się sprawnie językiem emocji oraz potrzeb. Dobrze stosowana, pozwala zrozumieć kontekst wielu sytuacji, zmniejsza prawdopodobieństwo dokonywania wielu niesprawiedliwych interpretacji, ocen i stosowania krytyki. Jej znaczenie polega głównie na byciu samoświadomym, radzeniu sobie z trudnymi emocjami oraz byciu uważnym i zaangażowanym w kontakcie z drugą osobą. Właściwie stosowana empatia pozwala praktykować rozumienie w relacjach, konstruktywnie udzielać wsparcia emocjonalnego w kontaktach interpersonalnych, a zatem także udzielać pomocy oraz z niej korzystać. Umożliwia również dbanie o siebie i prawidłowe stawianie granic oraz zapobiega wypaleniu zawodowemu w ramach reguły *life & work balance*.

Niniejsze szkolenie ma na celu rozwijanie podstawowych kompetencji w zakresie empatycznej pracy w praktyce zawodowej nauczyciela. Jest ono odpowiedzią na zgłaszane zapotrzebowanie ze strony osób pracujących z dziećmi i młodzieżą. W ramach szkolenia uczestnicy praktykować będą narzędzia oparte na empatii, służące pogłębionej pracy rozwojowej ze sobą i uczniem/rodzicem. W trakcie szkolenia będzie również przestrzeń na indywidualne potrzeby uczestników, związane z nauką empatycznego podejścia do siebie i innych. W ramach szkolenia będzie istniała możliwość pracy superwizyjnej uczestników.

Cele szkolenia

Celem głównym szkolenia jest zapoznanie uczestników z wiedzą z zakresu specyfiki zachowań empatycznych oraz integrowanie zdobytych informacji poprzez naukę praktyczną. Szkolenie ukierunkowane jest przede wszystkim na rozwój samoświadomości siebie w obszarze empatii własnej oraz budowanie relacji w sposób uważny i rozumiejący z innymi osobami.

Cele szczegółowe szkolenia

- zdobycie wiedzy na temat zachowań empatycznych
- poznanie założeń empatycznej komunikacji
- praktykowanie uważności i zaangażowania w relacjach
- nauka umiejętności praktycznych w zakresie budowania empatycznych relacji
- rozpoznanie zdrowych granic empatii – równowaga i samoświadomość
- elementy superwizji z obszaru pracy własnej

Program szkolenia

Spotkanie I: Rozumienie i praktykowanie empatii.

- Empatia w pracy nauczyciela. Etos i zasady.
- Podstawy komunikacji opartej na empatii.
- Praktykowanie zachowań empatycznych.

Spotkanie II: Uważność i zaangażowanie w relacjach interpersonalnych.

- Uważność w relacjach. Elementy treningu mindfulness.
- Rozumienie, akceptacja i zaangażowanie w relacjach. Elementy treningu akceptacji i zaangażowania ACT.
- Wdzięczność i docenianie w procesie budowania relacji.

Spotkanie III: Granice empatii – życzliwość, wdzięczność i zaangażowanie.

- Rozwój samoświadomości i granice empatii.
- Empatia wobec siebie – sposób na radzenie sobie z trudnymi sytuacjami.
- Studia przypadków i tzw. dobre praktyki.
- Elementy superwizji w pracy własnej.

Szczegółowy program szkolenia oraz scenariusz zajęć wraz z ćwiczeniami i materiałami edukacyjnymi każdorazowo modyfikowany jest po przeprowadzeniu analizy potrzeb wśród uczestników szkolenia.

Adresaci szkolenia

Szkolenie adresowane jest do nauczycieli, wychowawców oraz pedagogów pracujących z dziećmi i młodzieżą, którzy chcą zdobyć wiedzę na temat zachowań empatycznych i komunikacji opartej na empatii oraz poszerzyć swoje umiejętności praktyczne w tym obszarze.

Metodologia szkolenia

Szkolenie ma charakter interaktywny: warsztatowy z zastosowaniem zasad wykładu oraz nowoczesnych metod edukacji. Warsztat prowadzony jest przy zastosowaniu m.in. metod takich, jak: wykład, prezentacje, kwestionariusze autodiagnozy, symulacje/ćwiczenia, dyskusje, burze mózgów, case study, odgrywanie ról oraz opracowania własne uczestników.

Wszyscy uczestnicy otrzymują materiały szkoleniowe według autorskiego opracowania. Ponadto uczestnicy szkolenia otrzymują zaświadczenie potwierdzające uczestnictwo osoby w szkoleniu.

Organizacja szkolenia

Szkolenie odbywa się w Pracowni Efektu Domina, przy ul. Ogrodowej 3 w Warszawie. Składa się z trzech spotkań, każde po trzy godziny.

Grupa szkoleniowa to maksymalnie 15 osób.

Termin szkolenia

Termin realizacji szkolenia to cykl trzech spotkań, które odbędą się w następujących dniach:

I spotkanie: 29.11.2018 r. (czwartek);

II spotkanie: 08.01.2019 r. (wtorek);

III spotkanie: 20.02.2019 r. (środa).

Spotkania odbywać się będą **w godz. od 16.30 do 19.45** (z 15-minutową przerwą w połowie zajęć).

Notatka o trenerkach



Agata Patalas

Polonistka, absolwentka Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, doktorantka w Pracowni Innowacji Dydaktycznych Instytutu Filologii Polskiej na tej uczelni.

Wieloletnia nauczycielka i wychowawczyni w kilku liceach: w publicznym liceum ogólnokształcącym oraz w społecznych – humanistycznym wielokulturowym i z programem matury międzynarodowej (IB DP). Była wicedyrektorka do spraw wychowawczych w tym ostatnim.

Znawczyni edukacji formalnej i nieformalnej, ukończyła wiele doskonalących szkoleń w Polsce i zagranicą. Twórczyni autorskich programów rozwijania humanistycznych pasji i umiejętności uczniowskich. Wyznawczyni uczenia humanistyki poprzez doświadczenie oraz potrzeby ciągłego samodoskonalenia się nauczycieli. Zaangażowana w działania na rzecz społeczeństwa otwartego oraz budowania społeczności szkolnych opartych na równości i współpracy. Przeciwdziała nauczycielskiej i uczniowskiej samotności, przekonana o tym, że należy zmierzać do tego, by wszyscy uczniowie mieli równy dostęp do takiej samej, jak najwyższej jakości edukacji.

Obecnie jako wykładowczyni dydaktyki literatury, kompetencji wychowawczych i komunikacyjnych oraz tutorka przygotowuje do roli nauczycieli studentów w Szkole Edukacji Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności i Uniwersytetu Warszawskiego.



Ewa Miturska

Absolwentka Wydziału Psychologii oraz Wydziału IPSiR Uniwersytetu Warszawskiego: psycholog, politolog, pedagog. Doktorantka Uniwersytetu Warszawskiego.

W obszarze diagnozy i pracy klinicznej: specjalista terapii uzależnienia i współuzależnienia, specjalista przeciwdziałania przemocy w rodzinie, specjalista interwencji kryzysowej, trener warsztatu umiejętności psychospołecznych, certyfikowany psychoterapeuta poznawczo-behawioralny CBT oraz terapii schematów osobistych Younga, psychoterapeuta systemowy par i rodzin. Posiada liczne szkolenia z zakresu pracy psychoterapeutycznej z różnymi grupami pacjentów.

Praktyk w obszarze psychoterapii uzależnień od alkoholu, narkotyków i uzależnień behawioralnych, współuzależnienia, przemocy w rodzinie i tzw. syndromu DDA. Pracuje indywidualnie oraz grupowo jako psychoterapeuta

poznawczo – behawioralny CBT w zakresie zaburzeń nastroju, zaburzeń lękowych, zaburzeń odżywiania i osobowości. Prowadzi również psychoterapię systemową par i rodzin.

Współpracuje z licznymi organizacjami pozarządowymi, państwowymi, prywatnymi przedsiębiorstwami oraz firmami szkoleniowymi w zakresie organizacji i realizacji szkoleń oraz zajęć warsztatowo-treningowych. Koordynator grantów naukowych oraz projektów badawczych o tematyce społecznej, szczególnie w zakresie diagnozy, leczenia i rozwoju osobistego.

Doświadczenie zawodowe zdobywała m.in. na oddziałach psychoterapeutycznych i psychiatrycznych Instytutu Psychiatrii i Neurologii, Mazowieckiego Specjalistycznego Centrum Zdrowia, Poradniach Zdrowia Psychicznego PZP, Poradniach Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia, Punktach Konsultacyjnych, Warszawskiej Grupie Psychologicznej, Przystani Psychologicznej w ramach prywatnej praktyki psychoterapeutycznej oraz przy współpracy z różnymi instytucjami.

Opracowała programy zajęć terapeutycznych do pracy z różnymi grupami pacjentów oraz scenariusze warsztatów kompetencji psychospołecznych i grup rozwoju osobistego. W zakresie edukacji: wykładowca akademicki i dydaktyk psychoterapii w Szkołach Psychoterapii. Praktyk w obszarze psychoterapii indywidualnej i grupowej, warsztatów i szkoleń. Pracę poddaje stałej superwizji. Autorka publikacji z zakresu psychoterapii i rozwoju osobistego.

Kontakt

Katarzyna Matuszewska
koordynator Pracowni Efektu Domina
tel. 730 004 730
pracownia@kulczykfoundation.org.pl

Samanta Wojtysiak
specjalistka ds. projektów edukacyjnych
tel. 730 004 099
edukacja@kulczykfoundation.org.pl