

## TISKOVÁ ZPRÁVA

„ŠKOLA PLNÁ ŽIVOTA“ – DVPP „Prevence syndromu vyhoření v pedagogické praxi“

Od října 2010 naše škola realizuje projekt Škola plná života, registrační č. CZ.1.07/1.2.13/03.0003, který je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

Završením inovace minimálního preventivního programu v rámci dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků bylo absolvování sebe zkušenostního programu, které proběhlo dne 3.2.2012 pod vedením psychologa Mgr. Ilony Šoltové.

Obsahem kurzu byla teorie syndromu „burn out“, psychohygienu, strategie v zátěži, sebe zkušenostní techniky, arteterapeutické a relaxační techniky pro osobní využití.

Účastníci kurzu měli možnost zakusit různé techniky a metody sebepoznání vedoucí k lepšímu pochopení vlastní identity, nastolení rovnováhy v osobním a pracovním životě a rozvoji motivace pro další práci v náročné pedagogické praxi.

Kurz byl velice kladně přijat všemi zúčastněnými a umožnil účastníkům pohled na práci učitele ze široké perspektivy.

Kurzu se zúčastnilo 9 osob, které celkem absolvovaly 6 hodin školení.

Petr Čuma, metodik klíčové aktivity

