



Seminārs skolu pedagogiem un psihologiem par profesionālo izdegšanu un ņirgāšanās profilaksi skolēnu vidū

Pilnais nosaukums: Seminārs izglītības iestāžu pedagogiem un psihologiem profesionālās kompetences pilnveidei par profesionālo izdegšanu un tās profilaksi, un par pozitīvas skolēnu savstarpējo attiecību veidošanas nozīmi psihoemocionālās labklājības veicināšanai un ņirgāšanās profilaksei skolā.

Saturs (scenārijs)

Semināra 1. daļa par profesionālo izdegšanu un tās profilaksi (3 akadēmiskās stundas)

1h 15 min - Interaktīva lekcija, kurā tiek apskatītas sekojošas tēmas:

- 1) Psihoemocionālās veselības un labklājības kritēriji;
- 2) stresa fizioloģija, atšķirība starp fizioloģiski normālu stresu un pārmērīgu stresu, kas var izraisīt fiziskās un psihoemocionālās veselības traucējumus
- 3) profesionālās izdegšanas veidošanās process un pirmās izdegšanas sindroma izpausmes
- 4) profesionālās izdegšanas ietekme un sekas uz darba procesu
- 5) profesionālās izdegšanas profilakses pasākumi
- 6) rīcība izdegšanas procesa veidošanās vai jau noformējušās izdegšanas gadījumā

15 min pārtraukums

1 h - Diskusija, pieredzes apmaiņa un praktiskie uzdevumi

Atbildes uz auditorijas jautājumiem

“prāta vētras diskusija” mazajās grupās pa 4 – 5 cilvēkiem

daudz-izvēļu jautājumi prezentācijas laikā ar aicinājumu atrast pareizo atbildi

lomu spēles

praktisku piemēru apskatīšana un diskusija par tiem.



Semināra 2. daļa par pozitīvas skolēnu savstarpējo attiecību veidošanas nozīmi psihoemocionālās labklājības veicināšanai un ņirgāšanās profilaksei skolā (3 akadēmiskās stundas)

45 min - Interaktīva lekcija, kurā tiek apskatītas sekojošas tēmas:

- 1) ņirgāšanās raksturojums un veidi;
- 2) ņirgāšanās trīsstūris;
- 3) pazīmes, kas var liecināt, ka ņirgāšanās notiek;
- 4) pedagoga rīcības taktika ņirgāšanās gadījumā;
- 5) ņirgāšanās profilakses plāna izveide;
- 6) iepazīstināšana ar Slimību profilakses un kontroles centra sagatavotajiem materiāliem ņirgāšanās problēmas mazināšanai.

15 min pārtraukums

1h 30 min - mācību filmu par ņirgāšanos skolā "Katrīna" un ņirgāšanos interneta vidē "Roberts" demonstrēšana un iepazīšanās ar **ieteikumu materiālu** "Ieteikumi izglītības iestāžu pedagogiem darbam ar mācību filmām emocionālās labklājības veicināšanai un ņirgāšanās izplatības mazināšanai skolas vidē "Katrīna" un interneta vidē "Roberts"".

Diskusija – pieredzes apmaiņa, atbildes un auditorijas jautājumiem, lomu spēles, piemēru apskatīšana un diskusija par tiem. Turpmāko soļu apzināšana seminārā iegūto zināšanu pielietošanai praksē.

INFORMĀCIJAI

- ✔ visi semināra dalībnieki tiks aicināti aizpildīt semināra efektivitātes novērtējuma anketas par iegūto teorētisko zināšanu un informatīvo materiālu pielietošanu praksē, kuras saņems e-pastā pēc divām nedēļām;
- ✔ tie semināra dalībnieki, kuri būs nosūtījuši aizpildītu novērtējuma anketu, saņems arī seminārā demonstrēto lekciju materiālu pdf formātā savā e-pastā;
- ✔ semināra dalībnieki, kuri ir pierēģistrējušies reģistrācijas lapās, saņems apliecību par A programmas apguvi. Tās tiks nosūtītas pa pastu uz skolu.