

ERASMUS+ MEGÓV „MENTÁLIS EGÉSZSÉGVÉDELEM AZ ÓVODÁBAN“
Rövidtávú képzés, 2021. október 27 -30, Budapest - Pécs

BESZÁMOLÓ



A Rövidtávú képzés 2021. október 27-31 napokon zajlott, partnereink részvételével, a Danubius Hotel Héliában Budapesten és Pécsen.

A mobilitáson résztvevő óvónők: Striho Viktória, Kristóf Zsuzsanna, Rákai Erzsébet, Vajányi Mónika, Harangozó Katalin.

2021. október 27

A délelőtti folyamán látogatást tettünk a Brunszvik Teréz Óvodamúzeumban, Martonvásáron. Az Óvodamúzeum Magyarország egyetlen óvodamúzeuma, amely bepillantást engedett számunkra 1828 –tól a magyar kisdédóvás történetébe. Tárgyai, könyvei, fotói, dokumentumai és játécai elénk tárták a régmúlt óvodáinak életét, a szemléltető és foglalkoztatóeszközök, valamint a kisgyermeknevelés fejlődését, útkeresését s a jobbra való törekvéseket.

Megtudtuk, hogy Brunszvik Teréz 1828 –ban nyitotta meg Közép-Európa első kisdédóvó intézményét, az Angyalkertet. Brunszvik Teréz az elsők között volt a világon, akik a figyelmüket a 2 – 5 éves korú gyermekekre irányították, tudván, hogy ez a korszak milyen fontos a későbbi felnőttkor számára.

Az ebédszünet után felkerestük Vaskor Gréta mese – családterapeuta rendelőjét. Az ülés témája Önismeret a meséken és a mesehősökön keresztül. Az önismereti csoportunk zártkörű volt, a mesék bölcsessége és tudása és a meseterápia módszerének segítségével gondoltuk át. Amikor megszülettünk, elindultunk egy úton, elindultunk a saját mesénkben, ahol megannyi útelágazás, megannyi találkozás, kapcsolódás van. Vannak megakadások, döntéshelyzetek, kérdések, mert a saját mesénket mi írjuk. Vaskor Gréta beszélt a családterápiáról, a családi kapcsolatok, rendszerek feltérképezéséről és segítéséről. A család mint generációkon keresztül átívelő, nem tudatos szinten működő rendszer, amilyennek látjuk, olyanná válik, mindig lehet más, mindig lehet jobb.



Erasmus+



ERASMUS+ MEGÓV „MENTÁLIS EGÉSZSÉGVÉDELEM AZ ÓVODÁBAN“
Rövidtávú képzés, 2021. október 27 -30, Budapest - Pécs

2021. október 28 - Nyílt nap, Budapest

A konferenciát élőben közvetítettük, amely Projektünk FB felületén elérhető az érdeklődő kollégák számára. A konferenciát Fóris Marietta nyitotta meg, a Budapesti Csip Csip Csodák magánóvoda fenntartója, projektünk koordinátora, köszöntötte a Projektpartnereket, ismertette a nap programját.

Röviden bemutatta ERASMUS+ projektjeinket, illetve hogyan épülnek az első, már lezárult CSEPP projektre, milzen célokat, illetve feladatokat tűztünk ki, hogyan kerülnek teljesítésre.

A rövid szünet után szupervíziós percek következtek, elmondtuk, hogy helyi szinten mi nehezíti meg a kommunikációt a szülőkkel, s hogyan kerül orvoslásra egy-egy szituáció.

Szélinger Henriett Babo-factory – Boldog gyermekkor az óvodában, avagy óvodai nevelés a művészeti eszközök segítségével. Megtudhattuk, hogyan építi a havi témát a festményekre gyakorló óvónőként. A prezentációjából kiderült, hogy számára a vizuális nevelés, óvodai munkája fontos pillére. Olyan új ötletekkel gazdagítja az óvodai mindennapokat, melyeket a csoportjával megvalósított és nekünk is nagy sikerrel bemutatott: 12 festményt alkottak újra óvodásaival, melyek minden hónap egy adott ünnepéhez vagy világnapjához kapcsolódnak, így az alkotások komplex módon illeszkednek be az óvodások hétköznapijaiba.

Az ebédszünet után Szélinger Henriett workshopja következett, amikor gyakorlatban próbáltuk ki a festmények újraalkotását. Három festményt dolgoztunk fel, a workshop nagy sikert aratott a partnerség körében, együtt csodáltuk az alkotásainkból készült kiállítást. Külön ajándék volt számunkra az egyes fejezetek vége, amelyben arra láttunk példákat, hogy hogyan, milyen módon lehet az adott festőt, festményt, témakört egyéb művészi ágakkal – a komplexitás még szélesebb megvalósításával összehozni.

A workshopot követően Dr. Domján Mihály tanácsadó előadása következett: Alkohol és más szenvedélybetegség a családban.

Doktor Domjántól megtudtuk, hogy mennyire fontos önmagunk és erőforrásaink megismerése, elfogadása. A szakember számos eszközzel segíti az emberek mentális egészségének javítását az erőszakmentes kommunikáció területén is. Legtöbbször családi problémákkal, tanulási nehézségekkel vagy stresszkezeléssel kapcsolatban keresik fel. Idősek gyakran jönnek a rendelőjébe, hogy segítse őket valamilyen veszteség feldolgozásában. Emelett sok alkoholbeteggel is foglalkozik, mely sok család tragédiája. Nagyon sokat tanultunk az előadásból, amiből profitálhatunk a munkánk során, az itt szerzett tudást felhasználhatjuk mindennapjainkban a szülőkkel való kommunikáció során.

2021. október 29 - Nyílt nap, Pécs



Erasmus+



ERASMUS+ MEGÓV „Mentális EGészségvédelem az ÓVodában“
Rövidtávú képzés, 2021. október 27 -30, Budapest - Pécs

Nyílt napunk helyszíne a Pécsi Kertvárosi óvoda volt, ahol partnerségünk koordinátora, Fóris Marietta bemutatta a jelenlévő pécsi óvónőknek ERASMUS+ programunkat. Ismertette céljait, feladatait, elmondta, hogy mit adott a partnerségnek a már lezárult CSEPP projekt, hogyan épülnek rá a MEGÓV és HOT projektek.

Másik előadónk, a pécsi Kertvárosi Óvoda Siklósi Úti Tagóvodájának óvónője, több sikeres ERASMUS+ pályázat megírója, Shmidt Éva volt. ERASMUS+ Programjukban román, horvát és osztrák partner óvodákkal dolgoznak együtt. Fontosnak tartják, hogy mindent az óvodásokkal és a szüleikkel közösen valósítsanak meg, a projekt így a szülőkre is hatással van, nemcsak az ovisokra és a nevelőkre. A partnerektől jött gyakorlatokat be tudták ültetni az óvodai programba, illetve a multikulturalitás is a mindennapjaik része.

Fóris Marietta Kommunikáció az óvodában – Hogyan mondjam el neked című előadása, melyből megtudtuk, miért okoz néha nehézséget, hogy másokkal kommunikáljunk. Mindnyájan tudjuk, hogy a kommunikáció egy fantasztikus lehetőség arra, hogy kifejezzük magunkat, hogy megosszuk másokkal a gondolatainkat és érzéseinket, ugyanakkor mégsem élünk meg minden kommunikációs helyzetet pozitívan. Ezért nincs könnyű helyzetben a szülő sem, benne is felmerül a kérdés, hol akadunk el, miért olyan nehéz megérteni egymást, miért mondunk mást, mint amit gondolunk, vagy érzünk, honnan szerezzünk bátorságot ahhoz, hogy ki merjük mondani, amitől eddig féltünk, miért olyan nehéz kifejezni vágyainkat és félelmeinket, hogyan tudunk hatékonyan és szeretetteljesen kommunikálni a szüleinkkel, társunkkal, a gyerekeinkkel, a főnökünkkel, vagy akár azokkal, akikkel konfliktusokkal terhelt a kapcsolatunk. Megtanultuk, hogy a kommunikáció egy olyan eszköz, amit ha megtanulunk jól használni, nemcsak az emberi kapcsolatainkban tapasztalhatunk minőségi változást, de az önmagunkkal való viszonyunkban is.

Az ebédszünet után a Zsolnay negyedbe látogattunk el, Pécs 2010 - ben volt Európa Kulturális Fővárosa, a projekt beruházásaként pedig létrejött a Zsolnay kulturális negyed. Igazi gyöngyszem, amely teret nyit a kultúrának a művészeteknek és a turizmusnak. Ezzel méltó örökségévé vált a Zsolnay család hajdanán itt működő, nemzetközi hírű kerámiagyárának. Megismertük a Zsolnay család történetét, a generációkon átívelő művészetet, a Zsolnay család és gyártörténeti kiállítást, megtekinthettük a gyűjteményeket.

2021. október 30 – Pécs

Mentális egészségvédelem a munkahelyen címen tapasztalatcserére került sor a délelőtti folyamán.

A munkaadót képviselő vezetők egyetértettek abban, hogy tudományos ismereteink ma még nem elegendőek ahhoz, hogy a mentálhigiéné és a lelki megelőzés módszereiről átfogó és megbízható képünk legyen.



Erasmus+



ERASMUS+ MEGÓV „MEntális EGészségvédelem az ÓVodában“
Rövidtávú képzés, 2021. október 27 -30, Budapest - Pécs

Az óvoda olyan munkahely, ahol mindenki erős érzelmekkel doldozik, az óvónő, az óvodás és a szülő egyaránt kerül olyan helyzetbe, amely konfliktusforrás lehet. A gyakorlat ugyan rendkívül színes és sokrétű, ám egyelőre bizonytalan mi a hatékony, mi a járható út. Megállapítottuk, hogy minden intézmény egyforma konfliktus típusokkal küzd, egyetértettünk abban, hogy a konfliktuskezelés csapatomunka, és hogy az elfogadó környezet a legjobb megelőzés.

Az ebédszünet után önismereti Drámajátékban vettünk részt, melyet beépíthetünk pedagógia munkánkba. A drámapedagógia eszköze a dráma, a cselekedtetés, mely különböző részképességeket fejlesztő gyakorlatokat, játékokat és szerepvállalást igénylő társas rögtönzéseket jelent. Fejlesztő hatása abban rejlik, hogy cselekvést, aktív közreműködést követel minden résztvevőtől, ami által nem valóságos körülmények között élnek át valóságos érzelmeket, hiszen a drámajátékok a „minthába“ repítenek. A délutánt tesztírással fejeztük be.

2021. október 31 – Pécs

A délelőtti folyamán az online partnertalálkozó előadásait néztük meg felvételtől. Az ebédszünet után önismereti játékokat játszottunk. Ezeket a tevékenységeket kiértékelve megtudtuk, hogy életünket két tényező befolyásolja döntően: a munkánk és a magánéletünk. Mindkét színtéren különböző szerepekbe bújunk, hogy minél hatékonyabbak lehessünk. Mivel ezeket a szerepeket nehéz átlátni, a drámajáték segítségével rálátást nyertünk arra, hogy milyen szerepeink befolyásolják döntően a mindennapjainkat. A Rövidtávú képzést tesztírással és kiértékeléssel zártuk.

Tapasztalataink: A képzés során olyan kompetenciákra tettünk szert, melyek segítségével könnyebb lesz felismerni az esetleges problémát és támogatni, megfelelő segítő szakemberhez irányítani a családokat. Fontos, hogy mindezt határokat tartva tegyük, mégis hatékony, asszertív beavatkozó intervenciókat folytassunk, hiszen mindez hatással van a gyermekekre.



Erasmus+



ERASMUS+ MEGÓV „MEntális EGészségvédelem az ÓVodában“
Rövidtávú képzés, 2021. október 27 -30, Budapest - Pécs